 **Svátost smíření - příprava**

Je to setkání s milujícím Otcem. Když litujeme svých hříchů, tak nám je všechny hned odpustí a dá nám sílu k dobrému životu.

**Příprava na zpověď – doma ve svém pokojíku**

**Tuto přípravu dělám sama - jen já a Bůh**

Pomodlím se – poprosím Boha, aby mi pomohl uvědomit si své hříchy a litovat jich. Udělám si **zpytování svědomí** – vzpomenu si na své hříchy, které jsem udělala od poslední svaté zpovědi. Může mi k tomu pomoci **zpovědní zrcadlo,** můžu si hříchy **napsat na papírek**. Na závěr řeknu Bohu, že je mi toho líto a poprosím, aby mi pomohl při zpovědi dobře se vyznat.

**Zpovědní zrcadlo pro děti mladšího školního věku**

Toto je pomůcka, která mi může pomoci připravit se na vyznání hříchů. Jsou to příklady hříchů, kterých se děti mého věku dopouštějí. Vyberu z nich jen ty, kterých jsem si opravdu vědoma, že jsem je od minulé zpovědi dělala. Je také možné, že tam nějaký hřích chybí. Samozřejmě ho také vyznám.

* **Někdy jsem se nemodlila ráno a večer** *(například protože to považuji za zbytečné nebo protože se mi nechce)*
* **Nebyla jsem v neděli na mši svaté** *(pokud jsem nemocná, nebo jsme někde na výletě nebo je nějaký jiný vážný důvod, proč nemohu jít, tak to není hřích. Pokud jsem někdy nebyla z vlastní nedbalosti nebo lenosti, pak bych to měla vyznat – případně říct, jestli to byla výjimka, nebo jestli nechodím skoro vůbec)*
* **Styděla jsem se za to, že jsem křesťanka** *(před kamarády, ve škole)*
* **Nevzdělávala jsem se ve víře** *(nechodila jsem na náboženství, na spolča, nedávala jsem pozor při mši nebo v náboženství)*
* **Neposlouchala jsem rodiče a učitele**
* **Byla jsem drzá, odmlouvala jsem**
* **Trápila jsem rodiče svým chováním**
* **Byla jsem nevděčná** *(neuměla jsem poděkovat)*
* **Nemodlila jsem se za rodiče**
* **Byla jsem bezohledná vůči druhým lidem, myslela jsem jenom na sebe**.
* **Nadávala jsem druhým lidem**
* **Bila jsem sourozence, spolužáky, rvala jsem se s nimi, křičela na ně**
* **Posmívala jsem se druhým, šikanovala je, dělala si z druhých lidí legraci**
* **Říkala jsem a poslouchala nestydaté vtipy** *(takové, v nichž se mluví neuctivě o vztahu muže a ženy, o sexualitě)*
* **Dívala jsem se na nemravné obrázky nebo videa.**
* **Bavila jsem se o sexualitě s kamarády, místo abych se na to zeptala rodičů**
* **Mluvila jsem o druhých zle, pomlouvala jsem je, ponižovala je**
* **Nechtěla jsem doma pomáhat**
* **Neučila jsem se a nedělala si domácí úkoly**
* **Byla jsem líná**
* **Ztrácela jsem moc času u počítače, televize nebo mobilu, místo abych dělala něco prospěšnějšího.**
* **Kradla jsem a ničila cizí věci**.
* **Byla jsem nepořádná, neuklízela jsem si své věci, chovala jsem se k nim nešetrně.**
* **Odhazovala jsem v přírodě odpadky, trápila jsem zvířata, ničila bezdůvodně rostliny.**
* **Podváděla jsem.**
* **Naváděla jsem druhé ke zlému**.
* **Lhala jsem**.

Když jsem si hříchy napsala, nikomu je neukazuji a pomodlím se třeba tuto modlitbu:

Dobrý Bože, děkuji ti, že mě máš rád a že mi chceš odpustit všechny hříchy. Všech moc lituji. Prosím tě pomoz mi, ať se dobře vyzpovídám a ať tě mám víc ráda.

Tak, teď jsem na zpověď připravená – můžu jít!

**Svátost smíření - průběh**

Zpověď většinou probíhá v kostele ve zpovědní místnosti. Ve starších kostelích mívají dřevěné zpovědnice. Je ale možné zpovídat se kdekoli – v místnosti, venku. V kostele se většinou zpovídá před mší svatou, nebo v čas, kdy je to vyhlášeno. Je také možné domluvit se s knězem a přijít ke zpovědi i jindy.

Když na mne přijde řada, vstoupím do zpovědní místnosti.

---------------------------------------------------------------------------

**- Pozdravím a sednu si** (nebo kleknu na klekátko)

(podle toho, jak se znám s knězem můžu říct dobrý den, ahoj, Chvála Kristu)

**- Udělám znamení kříže**

**- Řeknu knězi, kdy jsem byla naposled u zpovědi**

(nemusí to být úplně přesně, řeknu například, že to bylo před měsícem, před vánocemi, nebo řeknu, že jdu poprvé)

**- Řeknu svoje hříchy**

(můžu je číst z lístečku, není to žádná hanba, že si to píši)

**- Po posledním hříchu řeknu:**

**DOBRÝ BOŽE, VŠECH SVÝCH HŘÍCHŮ LITUJI.**

**CHCI SE POLEPŠIT A VÍC TĚ MILOVAT. AMEN**

**- Kněz mi něco řekne. Nakonec mi uloží kající skutek, který mám udělat. (může to být nějaká modlitba, kterou se po zpovědi pomodlím)**

**- Kněz mi dá rozhřešení, při kterém dělám znamení kříže, a pak se rozloučíme a odejdu.**