

IŠPAŽINTIS

tai paprasta

TU KUNIGAS

Pasisveikinimas:

Garbė Jėzui
Kristui.



1



Per amžius.
Amen.

2

Persižegnojame:

+ Vardan Dievo - Tėvo,
ir Sūnaus, ir Šventosios
Dvasios.



Kunigo palaiminimas
prašant geros
išpažinties:

Dievas, kuris apšvietė
mūsų širdis, tepadedu
tau tikrai pažinti savo
nuodėmes ir jo
gerumą.

3

Paskutinį kartą
išpažinties buvau...

(jei neprisimeni, pasakyk maždaug
kada)



Gerajam Dievui
nusidėjau...
(išvardink)

Geriausia pradėti nuo sunkiausių
nuodėmių, po to eiti prie lengvesnių..



4



Kunigas duoda keletą
patarimų bei paskiria atgailą
(pvz., sukalbėti maldą)

Tada pats Jėzus Kristus
išriša tave iš tavo
nuodėmių:

Išreikšk savo gailėstį žodžiais,
pavyzdžiui, sakydamas:

Viešpatie, tu viską
žinai, tu žinai, kad tave
myliu!



5



Aš tave išrišu iš tavo
nuodėmių, vardan Dievo –
Tėvo, ir Sūnaus, ir +
Šventosios Dvasios.

6

Amen.



7



Dievas atleido tau
nuodėmes, eik ramybėje.

Dėkojame Dievui.



JAU
NI
MUI

Išpažintis yra galimybė prašyti Dievo atleidimo bei susilaukti Jo gailestingumo. Prieš eidamas išpažinties, skirk šiek tiek tiek laiko susikaupti ir apmąstyti, ką esi padaręs, kuo pakenkei kitiems, kaip galėtum būti geresnis krikščionis. Nuoširdi išpažintis yra atsinaujinimo metas tavo širdžiai, galimybė atsiverti Dievo malonės veikimui. Keletas klausimų tau padės apsvarstyti, dėl ko reiktų konkrečiai prašyti atleidimo.

Gailesčio aktas prieš išpažintį. Švenčiausioji Marija, Jėzaus Kristaus Motina, nusidėjėlių gynėja, užtark mane šią valandą visagaliai Dievui, kad mano išpažintis būtų gera ir kad visos nuodėmės būtų man atleistos. Amen.

Ar saugojau savo tikėjimą? Ar dėjau pastangas geriau jį pažinti? Ar jį gyniau, o galbūt jo gėdijausi? Ar priėmiau visus savo tikėjimo aspektus? Ar meldžiausi?

Ar tariau Dievo vardą be reikalo? Ar užsiiminėjau spiritizmu, naudojausi horoskopais, burtininkavimu?

Galbūt sąmoningai praleidau šv. Mišias sekmadieniais arba kitomis Bažnyčios nustatytomis dienomis?

Ar priėmiau Švenčiausiąjį Sakramentą, nors mano sąžinė man priekaištavo dėl sunkios nuodėmės? Galbūt priėmiau Švenčiausiąjį Sakramentą be deramos pagarbos ar dėkingumo?

Ar buvau meilus, paslaugus savo tėvams? Ar jiems skyriau pakankamai dėmesio? Ar gerbiau vyresnius žmones, mokytojus, dėstytojus?

Ar smurtavau prieš kitus žmones žodžiais ar veiksmais? Ar laikiau pyktį?

Ar žodžiu ar veiksmu prisidėjau, paskatinau žmogaus gyvybės žalojimą (abortu, embrionų naikinimu ar kitaip)?

Ar jaučiau neapykantą arba pritariau neigiamoms mintims apie kitus žmones? Ar niekinau kurį nors kitą žmogų? Ar apkalbinėjau?

Ar nepiktnaudžiavau svaigalais (alkoholiu, narkotikais)?

Ar žiūrėjau pornografiją? Ar veiksniu, žodžiu, mintimi padariau ką nors neskaistaus? Ar gyvenu su kuriuo nors kitu asmeniu tarsi būtume susituokę, nors ir nesame vyras ir žmona?

Ar nebuvo išdidus ar savanaudis mintimis ar veiksmais? Ar rūpinausi vargšais bei pagalbos reikalingais žmonėmis?

Ar švaisčiau pinigus savo patogumui ar prabangai, nepaisydamas atsakomybės kitiems žmonėms bei Bažnyčiai?

Ar nemelavau ir neapgandinėjau? Ar nedariau žalos kitiems žmonėms žodžiais?

Ar leidau savo reikalams ar darbui užimti laiką, kurį turėčiau skirti Dievui, artimiesiems, draugams?

Ar mokiausi (dirbau) sąžiningai ir rūpestingai? Ar nieko neteisingai nepasisavinau ir neapgandinėjau? Ar nepavyduliavau kitiems žmonėms?

Ar netinginiavau? Galbūt dėl patogumo vengiau padėti kitiems žmonėms?

Ar išnaudojau progas žodžiu ar pavyzdžiu priartinti kitus žmones prie Dievo?

Padėkos malda po išpažinties. Viešpatie Jėzau, kunigo lūpomis ištarti atleidimo žodžiai panaikino man visas nuodėmes. Ačiū Tau, Išganytojau, kad palikai mums Atgailos sakramentą. Ačiū, kad atleidai man visas kaltes ir vėl priėmei į savųjų būrį. Ačiū už begalinį gailestingumą, kurį man šią valandą parodei. Tegul mano širdis nuo šiol vien tik Tau plaks ir bus dėkinga per amžius. Amen