**PRACOVNÝ LIST pre birmovancov**

3.5. Sviatosť zmierenia

**Doplň chýbajúce slová:**

1. Láska Boha sa prejavuje v tom, že Ježiš o sebe hovorí: *„Syn človeka má na zemi moc .........................**hriechy.“* (Mk 2,10) Boh vždy odpúšťa každý hriech.
2. Sila sviatosti zmierenia je v tom, že Ježiš ti odpustí tvoju ..................... a na tvoj ............... si viac ............................... (porov. Jer 31, 34)
3. Spovedáme sa preto, aby sme znovu získali ............................................., ktorá sa ľahkými hriechmi oslabuje, a ťažkým hriechom ju strácame.
4. ........................................... sa nazýva aj spoveď, sviatosť pokánia, odpustenia.
5. .................je smútok nad tým, že sme zhrešili. Ľútosť pramení z poznania pravdy. Je dôležitou súčasťou spovede.
6. Na spoveď chodíme nie ako potrestaní, ktorí sa musia pokoriť. Na spoveď chodíme ako ............do Otcovej náruče, aby nás dobrý Otec objal.
7. Hriech je zničujúce........................... ***„****Kto pácha hriech, je otrok.“*(Jn 8, 34)
8. Pokánie je ...................srdca k Bohu. Rozhodnutie zmeniť svoj život a správanie. Prejavuje sa v konkrétnych skutkoch.
9. Na sviatosť zmierenia sa pripravujeme .........................................
10. Sviatosť zmierenia má ....................účinok na tvoju dušu, telo aj vzťahy. Má .................účinoka ...............tvoj vzťah s Bohom.

**Zamyslenie:**

Svätý Otec František povzbudzuje mladých: Na čo myslíš, keď ideš na spoveď? Na hriechy? Sú hriechy centrom spovede? Čo chce Boh? Aby si myslel na hriechy alebo na Neho, na Jeho odpustenie, na jeho milosrdenstvo? Na spoveď si nejdeš k sudcovi vyrovnať účty, ale k Ježišovi, ktorý ťa miluje a uzdravuje ťa. Prvé miesto v spovedi má Boh, nie tvoj hriech. Ak je to tak, spoveď sa stáva sviatosťou radosti, nie strachu. A ak sa hanbíš za svoje hriechy, je to dobré znamenie. Choď ďalej, nezostaň paralizovaný. Ježiš ťa miluje práve tam, kde sa hanbíš. Vždy, keď sa spovedáš je v nebi oslava. Nech je to tak aj na zemi. Aké pocity prežívaš, keď sa chystáš na spoveď? Z čoho môže pochádzať radosť? Z čoho strach?

Hriech je ako špina, bahno. Ničí v tebe život. Spoveď je ako kúpeľ a Božie odpustenie a milosrdenstvo, ktoré v spovedi dostaneš, v tebe plodí nový život. Aké sú následky hriechu?

Keď si po hriechu na dne, čo robíš, aby si vstal? Je spoveď spoľahlivý prostriedok, ktorý nám ponúka Ježiš? Napíš, aké sú účinky spovede.

Môžeš sa tváriť, že hriech neexistuje, lebo ho všetci robia? Aké hriechy v spoločnosti vidíš? Odkiaľ pramenia?

Po vyznaní hriechov ľutujeme a odpúšťame tým, ktorí nám ublížili. Konkrétnym skutkom prejavenia ľútosti nad zlom, ktoré sme spravili je slovo „prepáč“. Alebo je mi to ľúto, odpusť... Aké skúsenosti máš s ty? Je ti prirodzené povedať „prepáč“, keď zlyháš? Alebo sa ti ťažko vyslovujú tieto slová?

Pokánie je obrátenie srdca k Bohu, zanechanie hriechu. Je to zároveň rozhodnutie zmeniť svoje správanie, svoj život. Oslobodzuje a povzbudzuje nás začať odznova. Pokánie je zadosťučinenie za spáchané bezprávie. Prejavuje sa v konkrétnych skutkoch lásky a v službe druhým. Aké najčastejšie formy pokánia poznáme? Pôst, modlitba, almužna. Povezte si o tom.

Veľa svätcov aj biblických postáv boli skôr, než poznali Ježiša, veľkými hriešnikmi. Prečítaj si s ostatnými si príbeh márnotratného syna v Lukášovom evanjeliu (Lk 15, 21-22) Aká je Otcova láska voči synom? Aké sú reakcie synov?

**Aktivita:**

* spytovanie svedomia podľa spovedného zrkadla
* svätá spoveď a príprava na ňu

**Modlitba**

Potrebujem ťa, Pane, buď mojím milosrdným Otcom, potrebujem ťa deň čo deň. Daj mi čistotu svedomia, ktorá jediná dokáže vnímať a chápať tvojho Ducha. Uši môjho srdca sa hriechom stávajú hluché a nemôžem počuť tvoj hlas, môj pohľad srdca sa stáva zakalený, nemôžem vidieť tvoje znamenia. Iba ty môžeš zbystriť môj sluch, zaostriť môj zrak a očistiť moje srdce. Odpusť mi a daj zažiť radosť z návratu do tvojho objatia. Ďakujem ti, že mi vždy odpúšťaš. Amen.

**Chýbajúce slová:** 1. odpúšťať; 2. vinu, hriech, nespomenie; 3. posväcujúcu milosť; 4. Sviatosť zmierenia; 5. Ľútosť; 6. otroctvo; 7. obrátenie; 8. spytovaním svedomia; 9. očisťujúci, uzdravujúci, posilňuje