



RACHUNEK SUMIENIA DLA DZIECI

Opracował: ks. Leszek Smoliński

Modlitwa przed rachunkiem sumienia:

Panie Boże, pragnę dobrze przygotować się z na spotkanie z Tobą w sakramencie pokuty i pojednania. Wiem, że mnie kochasz i w pełni rozumiesz. dlatego proszę Cię. udziel mi swojego Ducha, abym poznał siebie samego i przypomniat sobie wszystkie myśli, słowa i uczynki, które nie były zgodne z Twoją najświętszą wolą.

Aniele Boży, Strózu mój, czuwaj nade mną, abym swoje życie ocenił tak, jak je widzi kochający mnie Pan Bóg.

RACHUNEK SUMIENIA

Przy rachunku sumienia zastanawiam się, jaki byłem dla Pana Boga, dla rodziców i rodzeństwa, dla nauczycieli i kolegów, dla sąsiadów, dla starszych ludzi i młodszych dzieci. Na spowiedzi mówię o wszystkim, co niepokoi moje serce. PRzy rachunku sumienia mogą mi pomóc pytania, ale pomyślę także o swoich własnych sprawach, których tu nie znalazłem.

MIŁOŚĆ DO PANA BOGA

Pan Bóg obdarza mnie swoją miłością i oczekuje na moją odpowiedź. Dlatego zapytam siebie:

- Czy modliłem się codziennie rano i wieczorem?
- Czy dziękowałem Panu Bogu za otrzymane dobro?
- Czy wymawiałem imiona święte z uszanowaniem?
- Czy przeklinałem?
- Czy przysięgałem niepotrzebnie lub fałszywie?

- Czy uczestniczyłem we Mszy Świętej w każdą niedzielę i święta nakazane?
- Czy przychodziłem punktualnie na Mszę ŚŚdą?
- Czy słuchałem uważnie czytań z Pisma Świętego i kazania?
- Czy zachowywałem się z szacunkiem w kościele?
- Czy pamiętam, że Pan Jezus jest obecny w czasie każdej Mszy Świętej?
- Czy zawsze czynnie uczestniczyłem we Mszy Świętej?
- Czy w niedzielę pracowałem bez potrzeby?
- Czy byłem pilny na lekcjach religii?

MIŁOŚĆ DO BLIŻNIEGO

Miłość do bliźniego prowadzi do spotkania z Panem Bogiem. Dlatego zapytam siebie:

- Czy kocham i szanuję swoich rodziców?
- Czy modliłem się za nich?
- Czy byłem posłuszny rodzicom i nauczycielom?
- Czy pomagałem im w pracach domowych?
- Czy szanowałem i pomagałem starszym ludziom?
- Czy kocham rodzeństwo?

- Czy szanowałem kolegów i koleżanki?
- Czy żyłem z nimi w zgodzie?
- Czy skrzywdziłem kogoś, na przykład agresywnym słowem lub zabranieniem jakiejś rzeczy?
- Czy biłem kogoś?
- Czy kogoś przeżywałem?
- Czy kłóciłem się z kimś?
- Czy gniewałem się?
- Czy innych obarczałem winą?
- Czy źle komuś życzyłem?
- Czy źle mówiłem o kimś za jego plecami?
- Czy namawiałem kogoś do popełnienia grzechu?
- Czy szanowałem swoją, cudzą i wspólną własność?
- Czy coś ukradłem?
- Czy brałem pieniądze rodziców bez ich wiedzy?
- Czy zawsze mówiłem prawdę?
- Czy dotrzymywałem obietnic?
- Czy zachowywałem powierzone sekrety?
- Czy kogoś oszukałem?
- Czy miałem odwagę przyznać się do tego, że źle zrobiłem?
- Czy niszczyłem cudze rzeczy?
- Czy oddawałem pożyczone i znalezione rzeczy właścicielowi?

MIŁOŚĆ DO BLIŻNIEGO

Jestem ukochanym dzieckiem Boga. Kiedy wyrządzam sobie krzywdę, sprawiam, że On cierpi:

- Czy poprawnie zachowywałem się na ulicy?
- Czy dbam o swoje zdrowie?
- Czy opuszczałem lekcje w szkole bez powodu?
- Czy pilnie uczyłem się zadanych lekcji?
- Czy byłem leniwy?
- Czy często szukam wymówek, żeby nic nie robić?
- Czy zazdrościłem innym, że mają więcej i lepiej ode mnie?
- Czy od rodziców i bliskich domagałem się drogich prezentów?
- Czy byłem uparty i zawzięty?
- Czy byłem łakomy?
- Czy objadał się nadmiernie słodyczami?
- Czy jadłem mięso w piątki, gdy można było jeść coś innego?
- Czy paliłem papierosy?
- Czy piłem napoje alkoholowe (piwo, wino lub wódkę)?
- Czy oglądałem zdjęcia, filmy i programy niedozwolone dla dzieci?

- Czy traciłem czas i zdrowie na siedzenie godzinami przed telewizorem lub komputerem?
- Czy czułem się lepszy od innych dzieci z powodu ubioru, powodzenia w nauce itp.?
- Czy szanowałem przyrodę?
- Czy dobrze traktowałem zwierzęta?

AKT ŻALU ZA GRZECHY

Panie Boże, mój Ojczy, stoję przed Tobą, żalując z całego serca, że Ciebie, Dobro Najmilsze, obraziłem. Przepraszam za wszystkie moje grzechy i zaniedbanie dobra. Pragnę się poprawić i pełnić Twoją wolę. Umocnij moje zamiary swoją łaską i dodaj mi sił, abym nie uległ nowym pokusom. Mój Najlepszy Przyjacielu, pomagaj mi, abym żył jak święte dziecko Boże, pełne dobroci i życzliwości dla najbliższych i innych ludzi.

PRZEBIEG SPOWIEDZI

Pozdrów kapłana słowami:

Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus.

Następnie przeżegnaj się:

W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego.

Kapłan może zachęcić cię do ufności w miłosierdzie Boże tymi słowami:

Bóg niech będzie w twoim sercu, abyś skruszony(a) w duchu wyznał(a) swoje grzechy.

Odpowiedz:

Amen.

Przedstaw się spowiednikowi, na przykład:

Jestem uczniem klasy... Mam... lat. Przystępuję do spowiedzi świętej pierwszy raz. Obraziłem(am) Pana Boga następującymi grzechami...

Teraz wyznaj swoje grzechy, a gdy skończysz, powiedz:

Więcej grzechów nie pamiętam. Za wszystkie grzechy żałuję i postanawiam się poprawić, a ciebie, ojcze duchowny, proszę o naukę, pokutę i rozgrzeszenie.

Spowiednik wygłasza naukę, wyznacza pokutę i zachęca do żalu za grzechy. Wzbudź akt żalu tymi lub innymi słowami:

Boże, bądź miłościw mnie grzesznemu.

Spowiednik udziela rozgrzeszenia:

Bóg, Ojciec miłosierdzia, który pojednał świat ze sobą przez śmierć i zmartwychwstanie swojego Syna i zesłał Ducha Świętego na odpuszczenie grzechów, niech ci udzieli przebaczenia i pokoju przez posługę Kościoła. I ja odpuszczam tobie grzechy w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego.

Odpowiedz kapłanowi:

Amen.

Aby uwielbić Pana Boga za dar przebaczenia, kapłan zwraca się do ciebie w słowach:

Wysławiamy Pana, bo jest dobry!

Odpowiedz kapłanowi:

Bo jego miłosierdzie trwa na wieki!

Teraz kapłan pożegna cię słowami:

Pan odpuścił Tobie grzechy. Idź w pokoju.

Odpowiedz kapłanowi:

Bóg zapłać!

MODLITWA PO SPOWIEDZI

Dziękuję Ci, Panie Boże, z całego serca za przebaczenie moich grzechów. Przyjąłeś mnie na powrót za swoje dziecko. Przrzekam nie obrażać Cię więcej swoimi grzechami. Pragnę pozostać najlepszym Twoim dzieckiem i całkowicie pełnić Twoją wolę. Oddaję Ci się cały. Wspomóż mnie, Boże Ojcze, i udziel mi łaski do wytrwania w dobrym.

Matko Boża, wstaw się za mną u Pana Jezusa, Twego Syna. Aniele Boży, mój Stróżu, i ty, święty Patronie, módlcie się za mną.

ZADOŚĆUCZYNIENIE

Przez znak rozgrzeszenia Pan Bóg udzielił ci przebaczenia grzechów i przyjął jako swoje dziecko. Pan Jezus jest z tobą, i możesz przyjąć Go pod postacią chleba. Duch Święty uświęcił cię na nowo jako swoją świątynię.

Po każdej spowiedzi podziękuj Panu Jezusowi za to, że dla ciebie stał się człowiekiem, cierpiał za twoje grzechy i przywrócił ci życie Boże. Po wypełnieniu pokuty, którą wyznaczył ci kapłan, nie zapomnij zastanowić się, jak wynagrodzisz Panu Bogu za swoje grzechy i jak naprawisz krzywdy wyrządzone bliźnim. Jest to część sakramentu pokuty i pojednania, od której spełnienia Pan Jezus uzależnił swoje przebaczenie. Nazywamy ją zadośćuczynieniem Panu Bogu i bliźnim.