



Przy konfesjonale spotykamy się z Jezusem. Oczekujemy na to spotkanie w skupieniu, przypominamy sobie grzechy, wzbudzamy żal modlitwą „Akt żalu” lub „Spowiadam się Bogu wszechmogącemu”. Możemy się też pomodlić własnymi słowami albo następującą modlitwą:



Panie Jezu, wiem, że mnie kochasz, chociaż przez moje grzechy oddaliłem się od Ciebie. Chcę wrócić, bo Cię Kocham i żałuję za popełnione zło. Chcę szczerze wyznać wszystkie moje winy i prosić Cię o przebaczenie. Bądź w sercu moim i w sercu księdza, który w Twoim imieniu wysłucha mojego wyznania. Jezu, ufam Tobie.

### Zapamiętaj

### Formuła spowiedzi

Kiedy podchodzimy do konfesjonatu, przyjmujemy taką postawę, by kapłan mógł nas dobrze słyszeć, a my jego.

Najpierw mówimy: **Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus.**

Kapłan odpowiada: **Na wieki wieków. Amen.**

Teraz zegnamy się, mówiąc: **W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.**

Kapłan może zachęcić nas do ufności w miłosierdzie Boże, np. słowami: „**Łaska Ducha Świętego niech oświeci twoje serce, abys wyznał z ufnością swoje grzechy i poznał miłosierdzie Boże**”.

Po słowach kapłana odpowiadamy: **Amen.**

Przy pierwszej spowiedzi mówimy:

**Mam lat ..... . Jestem uczniem (uczennicą) klasy ..... .**

**Do spowiedzi przystępuję pierwszy raz.**

**Obraziłem (obraziłam) Pana Boga następującymi grzechami:**

(wymień grzechy)

Teraz spokojnie wyznajemy nasze grzechy, które przypomnieliśmy sobie podczas rachunku sumienia. Jeżeli zajdzie potrzeba, kapłan może nam pomóc. Gdy o coś zapyta, spokojnie odpowiadamy.

Po wyznaniu grzechów mówimy:

**Więcej grzechów nie pamiętam. Za wszystkie bardzo żałuję, postanawiam poprawę i proszę cię, ojcze, o pokutę i rozgrzeszenie.**

Teraz kapłan powie nam, co powinniśmy zrobić, aby się poprawić, zada nam pokutę i zachęci do żalu.

Żałując za grzechy, mówimy:

**Boże, bądź miłościw mnie grzesznemu.**

Gdy kapłan wypowiada słowa rozgrzeszenia, słuchamy uważnie, bo sam Bóg przez posługę kapłana przebacza nam grzechy i obdarowuje nas swoją miłością.

Kapłan mówi:

**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.**

W odpowiedzi na słowa rozgrzeszenia mówimy: **Amen.**

Po zakończeniu kapłan wzywa nas do dziękczynienia i uwielbienia Boga: **Wysławiajmy Pana, bo jest dobry.**

Odpowiadamy: **Bo Jego miłosierdzie trwa na wieki.**

Gdy kapłan powie: **Pan odpuścił ci grzechy. Idź w pokój.**

Odpowiadamy: **Bóg zapłać.** (możesz ucałować stulę)

Odchodząc od konfesjonału, idziemy przed ołtarz, aby podziękować Bogu za sakrament pokuty. Poproś Go wtedy o pomoc w wypełnieniu dobrych postanowień.

Pokutę odprawiamy według zaleceń kapłana.