

SZENTGYÓNÁS



Urunk egyik legnagyobb ajándéka a világnak a **Bűnbocsánat Szentsége**. Azt mondta apostolainak, hogy akiknek megbocsájtjátok bűneit, az a mennyben is bocsánatot nyer. Ezzel a fenséges hatalommal bírnak az egyház felszentelt (katolikus) papjai. Miközben a bűn szolgaságra, a feloldozás szabadságra vezet. A szentgyónás elvégzésére szentmisék előtt van lehetőség a templom gyóntatószékében.

Lelki vezetés (lelki beszélgetés) igény szerint lehetséges. Bizalommal keressék fel a plébános atyát, ha úgy érzik, hogy segítségre szorulnak a lelki életük irányításában. A lelki vezetés nem egyenlő a szentgyónással. A lelki vezetés tulajdonképpen egy folytonos és rendszeres életvezetési tanácsadás a lekipásztor közreműködésével. Ez nem a gyóntatószékben történik, hanem a plébánián, kizárólag a vezetett és a lelkiatya jelenlétében.

FELKÉSZÜLÉS A SZENTGYÓNÁSRA

A bűnbocsánat szentsége

Gyónni, vagyis a bűnbocsánat szentségéhez járulni, akkor kell, ha súlyos (halálos) bűnünk van. Az Anyaszentegyház 4. parancsolata szerint minden katolikus hívőnek legalább egyszer egy évben feltétlenül szükséges gyónni, de ajánlatos többször is, főleg a nagy ünnepek (karácsony, húsvét, pünkösd) előtt.

Minden súlyos bűnt meg kell gyónnunk. Ha ugyanazokat többször követtük el, szám szerint is - legalább hozzávetőlegesen. Ha szándékosan kihagynánk akár egyet is, gyónásunk érvénytelen, sőt súlyos bűn, mert így bánatunk hazugság lenne. Ha nem szándékosan felejtünk ki gyónásunk érvényes, de a következő gyónásban be kell vallanunk. A szentgyónásban mondjuk meg röviden bűneink súlyosbító vagy enyhítő körülményeit is. Amikor gyakran visszatérő bűneinket kell gyónnunk, kérünk kell a Szentlélek megvilágosító kegyelmét, hogy meglássuk, mik a gyökerei. Mert nem szabadulhatunk meg bűneinktől, ha nem gyökeresen szakítunk velük. Kérhetjük Istentől, hogy az eddig nem tudatosított, ezért meg sem bánt bűneinket és bűnös szokásainkat tárja fel előttünk, és szabadítson meg tőlük.

Az őszinte bánat magában foglalja azt az őszinte elhatározást, hogy szakítunk a bűnnel, hogy a bűnt, amit megbánunk, nem akarjuk újra elkövetni. Ezért ha kell, bármilyen nehézségek árán is meg kell változtatnunk az életünket, le kell mondanunk mindenről, ami bűnbe visz, fel kell számolnunk minden bűnös kapcsolatot, függőséget.

Az **életgyónás** azt jelenti, hogy gondolatban odaállunk a végtelenül szent, igazságos és irgalmas Isten színe elé, és megvizsgáljuk mostani életünket, hogy miben és mennyiben felel meg az Ő akaratának, hogy szentté legyünk.

Bár a bűn szó szomorúságot sugall, de ez bűneink megbánása, kiengesztelődés az Istennel. Ezért a szentgyónás örömnép. A gyónó bűneit feloldozás után Isten megbocsátotta, visszakapta Isten ingyenes ajándékát, a megszentelő kegyelem állapotát, új életet kezdhet.

"Mit fog gondolni rólam a pap, ha feltárom előtte legszégyenletesebb dolgaim?" Tudni kell, hogy a pap soha, senkinek, semmilyen körülmények között nem árulhatja el, és nem is használhatja fel, ami gyónáskor tudomására jutott. Ez a gyónási titok.

Nagy a felelősségünk a magunk, és minden ember üdvösségéért, hogy halálveszély esetén hangosan indítsuk fel a tökéletes bánat imáját, hogy mások belekapcsolódhassanak!

Az a súlyos beteg, aki bármilyen okból képtelen gyónni, ha papot hívunk hozzá, és ő

kiszolgáltatja neki a betegek szentségét, amennyiben a beteg megbánta bűneit, szintén feloldozást nyer. A betegért felelős hozzátartozók, barátok ezért akkor is hívjanak hozzá papot, ha a beteg nem tudna beszélni! De ha lehetséges, ezt ne várják meg!

Mi a bűn? Mi nem bűn? Mi a súlyos bűn?

"Az Isten szeretet (1Jn 4,16) Isten minden embert szeretetből teremtett, és azt akarja, hogy boldog legyen. Ne csak itt a földön, hanem örökké. A boldogság vágya mélyen ott él minden ember szívében. Teremtőnk tudja leginkább, mi az, ami földi, sőt, örök boldogságunkat is segíti, mi az, ami elronthatja, vagy amitől örökre elveszíthetjük. Törvényeit ezért adta, szeretetből.

Minden bűn Istennek, a Szeretetnek megsértése, durva, bántó visszautasítása. A kísértés nem bűn. Bármennyire gyötörjön minket akármilyen bűnös gondolat vagy vágy, amíg a bűnbe mi bele nem egyezünk, amíg tiltakozunk ellene, nem lehet bűn.

Amit Isten parancsai megtiltanak, az akkor is bűn, ha az emberi törvények megengedik, ha az állami törvények szerint nem büntetendő. Ilyen mindenek előtt a magzati élet kioltása, vagy az eutanázia, a házasságon kívüli szexuális kapcsolatok, az öncsonkítás (meddővé tétel), másoknak állami "törvénybe nem ütköző" megkárosítása, és mindenféle közreműködés, bűnrészesség az ilyen cselekedetekben.

A megbocsátott bűn már nem számít bűnnek. Bánthat minket, ha olyan bűneinkre gondolunk, amit meggyóntunk, és amitől feloldozást kaptunk. De ha megbocsátotta, "Isten nem tartja számon vétkeinket" akkor sem, ha még mindig fájnak, ha következményeitől még mindig szenvedünk.

Egy cselekedet csak akkor lehet jó, ha egyaránt jó a tárgya, jó a szándék és jók az eszközei. A rossz cselekedetet nem lehet jó szándékkal szentesíteni, és nem tehetünk jót bűnös eszközökkel, mert az bűn lenne!

A bűnök súlyossága nem egyforma. Súlyosan akkor vétkezünk, ha világosan tudjuk, hogy súlyos parancs megszegéséről van szó, és teljesen szabad akarattal követjük el.

A súlyos, vagy halálos bűn az ember szívében Isten parancsának megszegésével lerombolja a szeretetet, az embert elfordítja Istentől. A bocsánatos bűn, még ha megtámadja, megsebz is

a szeretetet, engedi létezni. Istennel nem szakítja meg a kapcsolatot. Nem foszt meg a megszentelő kegyelemtől, sem a szeretettől.

Aki halálos bűn állapotában, bűnbánat nélkül hal meg, az örökre szakít Istennel, és ez a pokol. De a legkisebb bűnt is kerülnünk kell, mert megbántjuk vele Istenünket.

Isten tízparancsolata

- I. Uradat, Istenedet imádd, és csak neki szolgálj!
- II. Isten nevét hiába ne vedd!
- III. Az Úr napját szenteld meg!
- IV. Atyádat és anyádat tiszteld!
- V. Ne ölj!
- VI. Ne paráználkodj!
- VII. Ne lopj!
- VIII. Ne hazudj, és mások becsületében kárt ne tégy!
- IX. Felebarátod házastársát ne kívánd!
- X. Mások tulajdonát ne kívánd!

Az Anyaszentegyház ötparancsolata

1. A vasárnapot és a kötelező ünnepeket szentmisével és pihenéssel szenteld meg!
2. A pénteki bűnbánati napokat és a parancsolt böjtöket tartsd meg!
3. Évente gyónj, és legalább a húsvéti időben áldozz!
4. Házasságodat az Egyház törvényei szerint kösd meg, és gyermekeidet katolikus módon neveld!
5. Az Egyházat anyagi hozzájárulásoddal is támogasd!

Előkészület a szentgyónásra

Csendesedj el, és hívd segítségül a Szentlélek Úristent egy rövid imával! Azután vizsgáld meg lelkiismeretedet! Ennek módja: Olvasd el figyelmesen az alább következő lelkitükröt, és

minden kérdésnél kérdezd magadtól:

Elkövettem-e utolsó gyónásom óta? Ha igen, akkor kérdezd magadtól:

Tudtam-e (vagy legalább homályosan éreztem-e) amikor megtettem, hogy ez bűn lesz?

- Ha nem, akkor nem követtél el bűnt, mert a bűn Isten parancsának tudatos megszegése; ám amit az ember nem tud, azt nem teszi szándékosan.

- Ha igen, akkor kérdezd meg magadtól: Szándékosan követtem-e el?

- Ha nem akarattal követted el, akkor nem volt bűn, mert a bűn Isten parancsának tudatos megszegése.

- Ha tudtad és akartad is, akkor bűnt követtél el. Ha tudtad (vagy homályosan érezted), hogy nagy (halálos) bűn lesz, és teljesen szándékosan követted el, akkor azt is meg kell kérdezned magadtól: Hányszor követtem el?

- Ha nem tudod pontosan, mondd meg körülbelül, pl. egy évben körülbelül ennyiszor, vagy hetenként (havonként) körülbelül ennyiszor. A lelkitükörben vastagabb betűvel vannak szedve azok, amik általában súlyos bűnnek minősülnek. De hogy te halálosan vétkeztél-e velük, attól függ: tudtad-e, hogy nagy bűn és teljesen szándékosan követted-e el.

- A bocsánatos bűnöket nem vagy köteles meggyónni, de okosan teszed, ha ezeket is meggyónod. A lelkitükör természetesen nem sorolhat fel minden bűnt, gyónd meg azt, amivel lelkiismereted vádol, ha nem is találod meg azt a lelkitükörben.

A Szentlélek segítségül hívása:

(A gyónásra való felkészülés elején imádkozzuk)

Jöjj el, Szentlélek Úristen, világosítsd meg értelmemet, hogy bűneimet úgy ismerjem meg, amint elkövettem őket; erősítsd meg akaratomat, hogy szívemből megbánjam és őszintén meggyónjam őket, az elégtételt pontosan elvégezzem, és minden erőmből törekedjem megjavulni. Ámen

Lelkitükör:

Mikor voltam utoljára gyónni? - Elmulasztottam-e a húsvéti szentgyónást - vagy szentáldozást? - Hanyagul készültem-e a gyónásra? Nevezetesen: elmulasztottam-e fölindítani magamban a bánatot és erősfogadást? - Kihagytam-e akkor szándékosan súlyos bűnt? (Ha igen, a gyónás érvénytelen volt, sőt szentségtörés és meg kell ismételni.) - Elfelejtettem-e akkor meggyónni valamilyen súlyos bűnt? (Ha igen, most kell azt meggyónni.) - Hanyagul végeztem-e a kapott elégtételt?

1. Kötelességeim Isten iránt (I-III. parancsolat):

Kétkedtem-e szándékkal hitigazságban? - Szívesen hallgattam-e hitellenes beszédet? - Olvastam-e hitellenes könyvet, lapot, vagy más írást? - Van-e ilyen birtokomban? - Beszéltem-e hitem ellen? - Szégyelltem-e hitemet megvallani vagy megtámadott hitemnek védelmére kelni?

Zúgolódtam-e Isten ellen? - Kishitű, vagy vakmerően bízó voltam-e Istennel szemben?

Elmulasztottam-e imádkozni reggel, este, evés előtt, evés után? - Figyelmetlen, tiszteletlen voltam-e az imádságban?

Isten, a szentek és a szent dolgok nevét kimondtam-e a kellő tisztelet nélkül, vagy szükség nélkül? - Káromoltam-e Istent vagy a szenteket? - Átkozódtam-e? - Szentségtörést követtem-e el (szentségek méltatlan vétele, szent személyek, helyek, dolgok súlyos meggyalázása által)?

Esküdöztem-e könnyelműen, hamisan, bűnös dolgokra? - Megszegtem-e eskümet? - Vasárnap vagy kötelező ünnepeken elmulasztottam-e szentmisén résztvenni? - Figyelmetlen, tiszteletlen voltam-e ott? - Vasár és ünnepnap kellő ok nélkül végeztem-e hosszabb időn át nehéz testi munkát?

A szigorú böjtöt (hamvazószerdán és nagypénteken) megtartottam-e? - Nagyböjt péntekkein húsételektől tartózkodtam-e? - Az év többi péntekén végeztem-e valamilyen bűnbánati cselekedetet (pl.: húst nem eszem, vagy lemondok valamilyen édességről, alkoholról, dohányról, szórakozásról stb. vagy pedig imádkozom, kersztutat végzek)? - Hittem-e babonában?

2. Kötelességem magam és embertársaim iránt (IV-X. parancsolat)

Kellő tisztelet nélkül voltam-e szüleim, előjáróim, tanáraink iránt? - Megtagadtam-e tőlük segítségemet? - Szeretetlen voltam-e családom tagjai iránt?

Elhanyagoltam-e kötelességeimet? - Alkalmazottakkal szemben gőgös, követelőző, durva voltam-e?

Mértéktelen voltam-e evésben, ivásban? - Hiú voltam-e ruházkodásomban és viselkedésemben?

Tettem-e valamit egyenesen azért, hogy vele életemet megrövidítsem vagy kioltsam?

Okozta-e másnak testi vagy lelki fájdalmat (bántalmaztam-e, bosszantottam-e más)? - Tettem-e kárt más életében? - Vigyáztam-e a közlekedésnél mások és magam életére?

Elmulasztottam-e máson segíteni (anyagiakkal, jótettekkel), amikor megtehettem volna? - Tettem-e kárt más vagyonában (ha igen, kb. mekkorát)? - Pazaroltam-e? - Eltulajdonítottam-e másét? - Becsaptam-e más? - Az így okozott kárt jóvá tettem-e? - Tartozásomat megfizettem-e?

Elmulasztottam-e figyelmeztetni a bűnösöket (ha volt remény rá, hogy lesz foganatja)? - Veszelmes bűnösöket följelentettem-e a törvényes előjárásánál? - A csüggedőket és a szomorkodókat vigasztalás nélkül hagytam-e (mikor segíthettem volna rajtuk)? - Gyűlöltem-e más? - Ellenem vétőknek megbocsátottam-e? - Élőkért és holtakért imádkoztam-e?

Helytelen cselekedettel oka voltam-e más bűnének? - Tanítottam-e, ingereltem-e, fölszólítottam-e más bűnre? (Ha igen, mire?) - Segítettem-e más bűnben? (Miben?)

Gyanúsítottam-e másat kellő ok nélkül? - Kibeszéltem-e másnak rejtett bűnét? - Besúgtam-e valakinek, ami rosszat róla mondott? - Ráfogtam-e másra valami hibát? - Szívesen hallgattam-e

gyanúsításokat, rágalmazásokat, megszólásokat? - Megvettem-e, tiszteletlen szóval vagy tettel illettem-e más?

Hazudtam-e? - Képmutató voltam-e? - Titkot kibeszéltem-e? - Elmulasztottam-e ígéreteimet pontosan megtartani?

Szemérmetlen gondolatokat vagy gerjedelmeket szándékosan kerestem-e? Beleegyeztem-e ilyenekbe? - Folytattam-e szándékosan szemérmetlen beszédet? - Hallgattam-e, olvastam-e, írtam-e szemérmetlenséget? - Van-e nálam ilyen olvasmány? - Néztem-e szemérmetlen újságot, filmet, színi- vagy más előadást? - Vétkeztem-e szemérmetlen érintéssel magamon, vagy másokon? - Vétkeztem-e még valamivel a tisztaság ellen?

A lelkiismeret vizsgálatához

A hét főbűn (Ezek önmagukban nem mindig halálos bűnök, de gyökerei sok súlyos bűnnek.)

1. Kevélység;
2. Fösvénység;
3. Bujaság;
4. Irigység;
5. Torkosság;
6. Harag;
7. Jóra való restség.

A Szentlélek elleni bűnök (Ezek alapján rendítik meg az Istennel való kapcsolatunkat!)

1. Aki vakmerően bizakodik Isten irgalmasságában;
2. Aki kételkedik Isten kegyelmében;
3. Aki a megismert igazság ellen küzd;
4. Aki irigylí mástól Isten kegyelmét;
5. Aki az üdvös figyelmeztetések ellenére a bűnökben megátalkodik;
6. Aki mindhalálig nem bánja meg bűneit.

ÉGBEKIÁLTÓ BŰNÖK (Ezek szörnyűsége a Szentírás kifejezése szerint Istentől kér büntetést!)

1. Szándékos gyilkosság;
2. A szegények, árvák, özvegyek nyomorúságának nagyobbítása;
3. A munkások bérének igazságtalan visszatartása.

Idegen bűnök (Melyekkel mások bűnét elősegítjük vagy okozzuk, s ezáltal büntársak, bűnrészesek leszünk.)

1. Másnak bűnre tanácsot adni;
2. Másnak bűnös dolgot parancsolni;
3. Vétekben mással egyetérteni;
4. Mást bűnre ingerelni;
5. Másnak bűnös cselekedetét dicsérni;
6. Másnak bűnét elhallgatni;
7. Másnak bűnét elnézni;
8. Mást bűnre segíteni;
9. Másnak bűnét takargatni.

Hasznos a lelkiismeret megvizsgálása a hivatásbeli mulasztás szempontjából is. Ki vagyok, mi vagyok, hogyan teljesítettem hivatásbeli kötelességeimet? Nem éltem e vissza hivatalbeli, hivatásbeli hatalmammal? Elmulasztottam-e, elhanyagoltam-e hivatásbeli tennivalóimat?

Fontos tudni, hogy bűnt elkövetni gondolattal, szóval, cselekedettel vagy mulasztással lehet!

A bánat és erős fogadás felindítása

A bűnbánat szentségének elengedhetetlen része a bánat és az erős elhatározás a bűnök elkerülésére.

A gyónás módja

A gyónásnak teljesnek kell lennie, vagyis név és szám szerint meg kell gyónnod az utolsó gyónás óta elkövetett minden halálos bűnöd, és őszintének kell lennie, hiszen Istent nem lehet becsapni, félrevezetni. Az egyes bűnöket érthetően kell megnevezned.

Ha a gyóntató atya kérdéseket tesz föl, őszintén felelned kell. A gyónásban félre kell tenned minden álszégyent. Nem embernek vallod meg a bűnt, hanem Istennek!

A gyóntatószékben, illetve a gyóntatóhelyiségben térdelj le, vess keresztet és mondd: Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében. Ámen.

Elmondod, hogy körülbelül mennyi ideje gyóntál utoljára, majd felsorolod a bűneidet.

Utána meghallgatod a gyóntató tanácsait, majd elmondod a bánatimát:

*Teljes szívemből bánom minden bűnömet,
mert azokkal Istent megbántottam.
Erősen fogadom, hogy Isten segítségével a jóra törekszem,
a bűnt, és a bűnre vezető alkalmakat kerülöm.*

Feloldozáskor vess keresztet és válaszold: Ámen.
Végül a pap így szól: Magasztaljuk Istent, mert jószágos hozzánk!
Válasz rá: Mert örökké szeret minket.
Jól figyelj az elégtételre, azt igyekezz azonnal elvégezni!