

A SZENTGYÓNÁS

1. Lelkiismeretvizsgálat

- Segítségül hívjuk a Szentlelket, hogy bűneink eszünkbe jussanak és őszinte legyen a gyónásunk
„Szentlélek Úristen, add kegyelmedet, hogy bűneimet megismerjem, szívből megbánjam és őszintén meggyónjam.”
- Megkérdezzük magunktól, hogy mikor gyóntunk utoljára
- A lelkitükör segítségével összeszedjük a bűneinket

2. Megbánjuk a bűneinket és megfogadjuk, hogy igyekszünk kijavítani azokat

3. Elvégezzük a szentgyónást

- Belépünk a gyóntatószékbe és köszönünk: **Dicsértessék a Jézus Krisztus!**
- Letérdelünk és keresztet vetünk: **Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében. Amen.**
- Megvalljuk a bűneinket:
Gyónom a mindenható Istennek és neked lelkiatyám, hogy utoljára-kor gyóntam (elsőáldozásnál: most gyónok először), **azóta ezeket a bűnöket követtem el:**
..... (felsoroljuk a bűneinket)
Végezetül ezt mondjuk: **Más bűnömre nem emlékszem.**
- Meghallgatjuk a lelkiatya szavait, válaszolunk az esetleges kérdéseire, megjegyezzük az elégtételt.
- Megbánjuk bűneinket és elmondjuk a bánatimát: **Teljes szívemből bánom minden bűnömet, mert azokkal a Jó Istent megbántottam. Erősen fogadom, hogy Isten segítségével a jóra törekszem és bünt elkerülöm.**
Keresztvetéssel fogadjuk a feloldozást, s felelünk: **Amen.**
- A pap szavaira (Magasztaljuk Istent, mert jóságos hozzánk) így válaszolunk: **Mert örökké szeret minket.**
- Felállunk, köszönünk és távozzunk.

4. A szentgyónás után hálát adunk Istennek, hogy megbocsátotta bűneinket és elvégezzük az elégtételt.