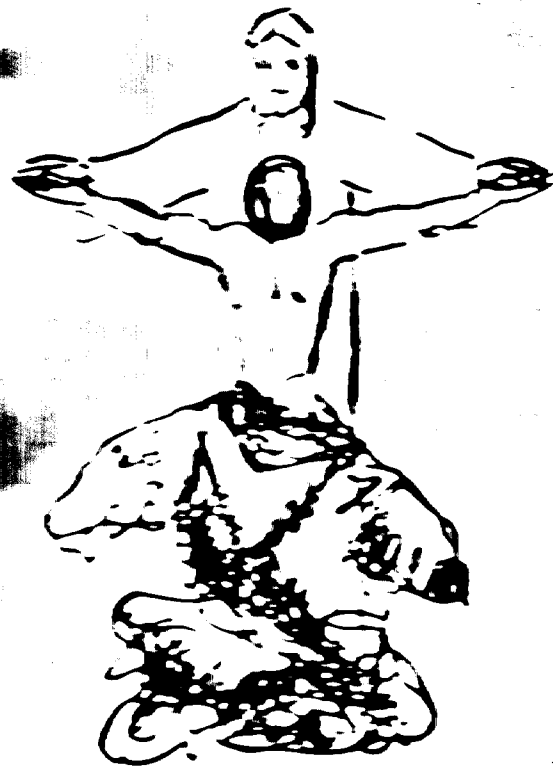


„Vessétek le a korábbi életmód szerint való
régi embert,
és öltsetek magatokra az új embert ...”
(Gal 4, 22-24)

„Öltsetek magatokra az Úr Jézus Krisztust!”
(Róm 13,14)



KEZDJ ÚJ ÉLETET!

**A JO SZENTGYÓNÁSRÓL
MINDENKINEK**

TARTALOM:

A bűnbocsánat feltételei	1
Mindannyian bűnösök vagyunk ...	1
Miért van bűn?	2
Hogyan szabadulhat meg az ember bűneitől?	3
Mi a bűn? Mi nem bűn? Mi a súlyos bűn?	5
Mikor, milyen gyakran, mit gyónjunk?	11
Alaptalan félelmeink a szentgyónástól	13
Jézus szavai Szent Fausztina nővérhez	15
A bűnbocsánat feltétele a kiengesztelődés	16
Két véglet, amit el kell kerülnünk	21
A szerető figyelmeztetés fontossága	22
Felkészülés a szentgyónásra	23
A Tízparancsolat	24
Az Anyaszentegyház öt parancsolata	26
Szentgyónás előtt	28
Hogyan gyónjunk?	30
Nagy ígéret, melyet az Úr Jézus tett	32
Szűz Mária Szeplőtelen Szívének tisztelete	33

Lektorálta

† Szabó Tamás tábori püspök,
*a lelkiségi mozgalmak püspökkari referense
 és szentmisét mutatott be azokért,
 akik ezt a füzetet
 hittel és bizalommal használják*

Bevezetőként

A bűnbocsánat feltételei:

Akkor nyerhetünk bűnbocsánatot,

- ha beismerjük bűnösségünket;
- ha őszintén megbánjuk bűneinket, úgy, hogy lehetőleg ne maradjon bennünk ragaszkodás semmiféle bűnhöz;
- ha kiengesztelődünk Istennel, embertársainkkal, és megbocsátunk saját magunknak is;
- és amint lehetséges, a gyónás szentségéhez járulunk, amit mondhatunk a megtérés, a bűnbánattartás, a bűnbocsánat és a kiengesztelődés szentégének is.

Mindannyian bűnösök vagyunk ...

„Ha azt állítjuk, hogy nincs bűnünk, önmagunkat csaljuk meg, és az igazság nincs bennünk. Ha megvalljuk bűneinket, ő (Isten) hűséges és igazságos: megbocsátja bűneinket és megtisztít minden gonoszságtól.”
 (1.Jn 1,8)

Keresztelő Szent János, "amikor látta, hogy Jézus feléje tart, így szólt: „Nézzétek, az Isten Báránya! Ő veszi el a világ bűneit.” (Jn 1,29)

„És ő azért halt meg mindenkiért, hogy akik élnek, ne maguknak éljenek, hanem annak, aki értük meghalt és feltámadt. Mindenki, aki Krisztusban van, új teremtmény. A régi megszűnt, valami új valósult meg.

De ezt Isten viszi végbe, akit Krisztus kiengesztelt irántunk, és aki minket a kiengesztelődés szolgálatával megbízott. Isten ugyanis Krisztusban kiengesztelődött a világgal, nem tartja számon vétkeinket, sőt ránk bízta a kiengesztelődés ígét.” (2Kor 5,15-20) – vagyis az apostolokra és utódaikra, a püspökökre és a papokra. Akkor, amikor Jézus feltámadása után megjelent tanítványainak, – rájuk lehelt, és így szólt hozzájuk: „Vegyétek a Szentlelkeket! Akiknek megbocsátjátok bűneit, bocsánatot nyernek, akinek pedig megtartjátok, azok bűnei megmaradnak.” (Jn 20, 22–23).

Miért van bűn?

Az Isten az embert saját képmására teremtette, barátságába fogadta. Az értelmes teremtmény csak úgy élheti meg ezt a barátságot, ha Istennek szabadon aláveti magát. Az ember az ördögtől megkísértvén engedetlen lett Isten parancsának, ez az ember első bűne. Ezután minden bűn az Isten iránti engedetlenség lesz, és a bizalom hiánya.

Ádám megkapta az eredeti szentséget és igazságot nemcsak saját maga, hanem az egész emberi természet számára is. Amikor Ádám és Éva engedtek a kísértőnek, bűnt követtek el, ez a bűn a szentségtől és igazságtól megfosztott emberi természet átadása által átter-

jed az egész emberiségre. (A Katolikus Egyház Katekizmusa)

„Tehát egy ember által lépett a világba a bűn, majd a bűn folyományaként a halál, és így a halál minden embernek osztályrésze lett, mert mindnyájan vétkeztek. (...) Ahol azonban elhatalmasodott a bűn, túláradt a kegyelem, hogy amint a halálban uralkodott a bűn, úgy uralkodjék az örök életre szóló megigazulás által a kegyelem is, Urunk, Jézus Krisztus által” (Róm 5,12-21).

Hogyan szabadulhat meg az ember bűneitől?

Jézus Krisztus kereszthalálával minden embert megváltott bűneitől. Ezt a megváltást azonban mindenkinek személyesen el kell fogadnia.

A keresztség szentsége minden bűnt eltöröl. Helyreállítja az eredeti szentséget, a barátságot Istennel, Jézus Krisztus titokzatos Testének, az Egyháznak tagjává, az Atya fogadott gyermekeivé, a Szentlélek templomává tesz. Ez Isten ingyenes adománya, a megszentelő kegyelem állapota. A bűn ezt a kegyelmi állapotot – súlyossága szerint – kioltja, vagy gyengíti.

A keresztség után elkövetett bűnök megbánása megvallása és a pap által kimondott feloldozása **rendes körülmények között** a bűnbánat szentségében, a **szentgyónásban** történik.

Előfordulhatnak azonban olyan helyzetek is, amikor lehetetlen gyónni. Ilyenkor – például katasztrófák, tömeges balesetek, súlyos életveszély esetén –, **a pap, gyónás nélkül is adhat feloldozást** azoknak, akik őszintén megbánják bűneiket. Ha pap nem érhető el, bűneink bocsánatát elnyerhetjük a tökéletes bánat felindításával is:

Istenem, szeretlek, irántad való szeretetből bánom minden bűnömet, többé nem akarok vétkezni.

Ezekben a rendkívüli esetekben azonban azt is el kell határozni, hogy mihelyt arra lehetőség nyílik, szentgyónáshoz járulunk.

Igen nagy a felelősségünk a magunk, és minden ember üdvösségéért, hogy halálveszély esetén hangozan indítsuk fel a tökéletes bánat imáját, hogy mások is belekapcsolódhassanak!

Az a súlyos beteg, aki bármilyen okból képtelen gyónni, ha papot hívunk hozzá, és ő kiszolgáltatja neki a **beteg szentségét**, amennyiben a beteg megbánta bűneit, szintén **feloldozást nyer**. Ez nagy megkönnyebbülést jelenthet, sokszor gyógyulást is.

A betegért felelős hozzátartozók, barátok ezért akkor is hívjanak hozzá papot, ha a beteg nem tudna beszélni. De ha lehetséges, ezt ne várják meg.

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. Lehet, ahogy magunkat ismerjük, joggal félünk, hogy ehhez nekünk nem lesz elég erőnk. De az Úr, aki „*az alázatos és töredelmes szívet nem veti meg*” (Zsolt 51,19), ha kérjük, segítségünkre siet, mert „*ami az embernek lehetetlen, az az Istennek lehetséges*” (Lk 18,27).

Fontos tudnunk, hogy **nem szentségi gyónás, amikor a szentmise elején megvalljuk vétkeinket és megbánjuk**. Ez a súlyos bűnöket nem törli el, ezért akinek súlyos bűne van, annak előbb gyónnia kell, hogy méltón járulhasson szentáldozáshoz.

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. A gonosz szellemek kezdettől fogva azon mesterkednek, hogy

Isten törvényei ellenére a látszat-boldogságot keressük, és így az igazit örökre elveszítjük.

A legfőbb parancs az Isten- és embertárs-szeretet parancsa. Isten az együttérző szeretet szempontjából azonosítja magát embertársainkkal. A végső ítéletkor így szól: „Bizony mondom nektek, amit e legkisebb testvéreim közül eggyel is tettetek, velem tettétek.” – illetve: „... amit a legkisebbek valamelyikével nem tettetek, velem nem tettétek.” (Mt 25,40–45).

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, amíg inkább szenvedést okoz, mint örömet, nem lehet bűn. Az Úr így tanít erről:

„Senkinek sem kell félnie az ördög semmiféle csatájától, vagy kísértésétől sem, mert én erőssé tettem híveimet, és nekik adtam az akarat erősségét, megerősítve Fiam vérében. Ezt az akaratot nem tudja megváltoztatni bennetek sem az ördög, sem más teremtmény, mert az a tiétek, és én adtam nektek a szabad megfontolással együtt. ... Az akarat fegyvere, melyet ti adtok az ördög kezébe, kard, amellyel közvetlenül sebez és öl meg titeket. De ha az ember akaratának e kardját

nem adja az ellenség kezébe, azaz nem egyezik bele a kísértésbe és zaklatásba, a bűn vétké sose fogja megsebezni semmifajta kísértéssel sem, ami csak érheti. ...

Az ördög gyenge, és önmagában semmire sem képes, csak amit én megengedek neki. Én pedig szeretetből és nem gyűlöletből adok neki engedélyt, azért, hogy győzzetek, és nem azért, hogy vereséget szenvedjete, azért, hogy tökéletesen megismerjétek magatokat, és megismerjete engem, és erényetek kipróbált legyen, hiszen az erényt nem lehet kipróbálni, csak az ellentéte által.” (Sziénai Szent Katalin Dialógus 43. fejezet)

Amit Isten parancsai megtiltanak, az akkor is bűn, ha az emberi törvények megengedik, ha az állami törvények szerint nem büntetendő. Ilyen mindenk 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 bűnrészessé 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 vétkünket” (2Kor 5,19) akkor sem, ha még mindig fájnak, ha következményeitől még mindig szenvedünk.

Szentgyónás után még az is elmondhatja, aki börtönbüntetésének végrehajtását tölti: „*Boldog, akinek bűne megbocsátva, akinek be van fődve gonoszsága; boldog ember, akinek az Úr vétkeit föl nem rója*” (Zsolt 32,1–2; Róm 4,7–8.).

Vétkezhetünk **gondolattal, szóval, cselekedettel és mulasztással.**

Az elég világos, hogy a szándékos, tudatos rossz **cselekedet** bűn. De mit árthat a **gondolat**? Az embernek bármi eszébe juthat. Ez igaz, de ha rossz gondolataival szándékosan tovább foglalkozik, abból származnak a bűnös cselekedetek. Jézus nagyon komolyan figyelmeztet: „*Én pedig azt mondom nektek, hogy aki bűnös vággyal asszonyra néz, szívében – vagyis gondolatban – már házasságtörést követett el vele*” (Mt 5,28). Másutt pedig: „*Belülről, az ember szívéből származik minden gonosz gondolat, erkölcstelenség, lopás, gyilkosság, házasságtörés, kapzsiság, rosszindulat, csalás, kicsapongás, irigység, káromlás, kevélység, léhaság.*” (Mk 7,21–22).

A sértő **szavak** mintegy lavinát indíthatnak el, a másik emberben sokszor még nagyobb bünt provokálnak. Ezért mondja Jézus: (Mt 5,22) – *Aki embertársát ostobának nevezi, állítsák a nagytanács elé. Aki azt mondja neki, hogy te bolond, méltó a pokol tüzére.*” Az istenkáromló beszédről – ami nálunk sajnos elég elter-

jedt szokássá vált – ne is szóljunk. Istent sérti, de a káromlót minősíti.

A **mulasztások** legtöbbször a szeretet egyszerű, hétköznapi tetteinek elhanyagolása: „*Mert éhes voltam, s nem adtatok ennem. Szomjas voltam, s nem adtatok innom. Idegen voltam, s nem fogadtatok be. Nem volt ruhám, s nem ruháztatok fel. Beteg és fogoly voltam, s nem jöttetek el meglátogatni.*” (Mt 25,42–43) Érdemes ezeken elgondolkozni!

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 akarat**tal követjük el.

A súlyos, vagy „**halálos bűn** az ember szívében *Is* ten parancsának megszegésével lerombolja a szeretetet, az embert elfordítja Istentől, aki végső célja ... a **bocsánatos bűn**, még ha megtámadja és megsebzí is a szeretetet, engedi létezni. ... Istennel nem szakítja meg a kapcsolatot. Nem foszt meg a megszentelő kegyelemtől, sem a szeretettől, a következőképpen az örök boldog-

ságtól sem.” (A Katolikus Egyház Katekizmusa) Aki halálos bűn állapotában, bűnbánat nélkül hal meg, az örökre szakít Istennel, és ez a pokol. De a legkisebb bűnt is kerülünk kell, mert megbántjuk vele Istenünket.

Lelkiismeretünk, ha nem torzult, és nem hallgattatjuk el, **pontosan jelzi előre**, hogy mi az, **ami bűn lesz, és utólag, hogy mi volt az**, hogy mi az, amibe beleegyeztünk, mi az, amibe többé-kevésbé tudatlanságból vagy akaratunk ellenére keveredtünk bele, és az súlyos dolog-e. A helyes lelkiismeret kialakításához segítség az egyház tanításának megismerése, a jó lelki vezető, a jó lelkitűkőr, a jó lelki könyvek, és különösen a gyakoribb szentgyónás.

Lelkiismerete nemcsak a hívő embereknek van. Mindenki tudja, mikor tesz jót, mikor rosszat. „*Isten haragja eléri az égből az embereknek minden istentelenségét és gonoszságát, akik az igazságot elnyomják igazságtalansággal. Ami ugyanis megtudható az Istenről, az világos előttük, maga Isten tette számukra nyilvánvalóvá. Mert ami benne láthatatlan: örök ereje és isteni mivolta, arra a világ teremtése óta műveiből következtethetünk. Nincs hát mentségük.*” (Róm 1,18–20)

Mikor, milyen gyakran, mit gyónjunk?

Ha súlyos bűnünk van, gyónjunk minél előbb. Ha nincs, az Egyház parancsa szerint akkor is évente legalább egyszer minden hívőnek gyónnia kell.

Kíváncsi azonban a **havonkénti** szentgyónás. Lehetnek aggályoskodók, akik bizonytalanok, hogy súlyosan vétkeztek-e, ezért igen gyakran akarnának gyónni. Ők bízzanak a papban, és kövessék tanácsait.

A **nagyobb ünnepeket** – karácsony, húsvét, pünkösd – méltón tiszta lélekkel, szentgyónással és szentáldozással tarthatjuk meg, Szép szokás **életünk fordulópontjain** – pályakezdés, házasságkötés, vagy más elköteleződés alkalmával és évfordulóján – szentgyónással és szentáldozással ünnepelni.

Jó, ha megtéréskor, vagy egyes lelkigyakorlatok alkalmával életgyónást végzünk. **Az életgyónás** nem életünk eseményeinek, kalandjainknak, vagy kudarcainknak a felsorolását jelenti, még csak életünk nagy bűneinek újra bevallását sem, ha azokra érvényes gyónásban feloldozást kaptunk, és *ha azok sebeiből már meggyógyultunk*. Azt jelenti, hogy gondolatban – ahogyan majd halálunk után –, odaállunk a végtelenül szent és igazságos, de irgalmas Isten színe elé, és **megvizsgáljuk mostani életünket**, hogy miben és mennyiben felel meg az Ő akaratának, hogy szentté le-

gyünk. **Minden súlyos bűnt meg kell gyónnunk.** Ezért ha ugyanazokat többször követtük el, szám szerint is – legalább hozzátétőleg. Ha szándékosan kihagynánk akár egyet is, gyónásunk érvénytelen, sőt, súlyos bűn, mert így bánatunk hazugság lenne. Ha nem szándékosan felejténék ki, gyónásunk érvényes, de a következő gyónásban be kell vallanunk.

A szentgyónásban mondjuk meg röviden bűneink **súlyosbító vagy enyhítő körülményeit** is. A körülmények ugyanis sokat számítanak. Például még „türelmem” is lehet bűn, ha szándékosan azzal bosszantok valakit, hogy fölényes nyugalommal válaszolok indulatos kitöréseire.

A körülmények elmondása **nem jelenti mások ellenünk elkövetett bűneinek**, a másoktól kapott vélt, vagy valódi sértések **elpanaszolását**.

Amikor gyakran **visszatérő bűneinket** kell gyónnunk, **kérnünk kell a Szentlélek megvilágosító kegyelmét, hogy meglássuk mik a gyökerei.** Mert nem szabadulhatunk meg bűneinktől, ha nem gyökeresen (radikálisan) szakítunk velük. Kérhetjük Istentől, hogy az eddig nem tudatosított, ezért meg sem bánt bűneinket és bűnös szokásainkat is tárja fel előttünk, és szabadítson meg tőlük.

Legocsmányabb bűneinket is meggyónhatjuk egyszerű, **kultúrált szavakkal.** Egy jó lelkitörő segít ebben.

Alaptalan félelmeink a szentgyónástól

Bár a „*bűnbánat*” szó **szomorúságot sugall, de ez bűneink megbánása, kiengesztelődés az Istennel.** Ezért **a szentgyónás örömnép.** „*Mondom nektek, ... nagyobb öröm lesz a mennyek országában egy megtérő bűnösön, mint kilencvenkilenc igazon, akinek nincs szüksége rá, hogy megtérjen*” (Lk 15,7). A gyónó **feloldozás után** nagy megkönnyebbülést érezhet. Bűneit Isten megbocsátotta, visszakapta Isten ingyenes ajándékát, a megszentelő kegyelem állapotát, **új életet kezdehet.** Vannak, akik ilyenkor örömlukben sírnak. De aki őszintén gyónt, feloldozást kapott, ez akkor is érvényes, ha semmit sem érez.

„**Mit fog gondolni rólam a pap,** ha feltárom legtitkosabb szennyes dolgaim?” Tudni kell, hogy a pap soha, senkinek, semmilyen körülmények között nem árulhatja el, és nem használhatja fel, ami gyónáskor tudomására jutott. Ez a **gyónási titok**, melynek megtartása már sok papnak nagyon súlyos áldozatába, sőt életébe került. Ezért lehet minden bűnt bizalommal bevallani. A gyóntató pap **velünk bántódik bűneink miatt, és velünk örül Isten irgalmasságának, megbocsátó szeretetének.**

Vannak gyóntatók, mint Szent Pio atya, akik Isten különös kegyelméből belelátanak a lélekbe, és rákérdez-

nek, ha akarva-akaratlanul lényeges dolog kimaradna gyónásunkból. De nem minden pap nem minden szentgyónásban kapja meg Istentől ezt a megvilágosítást. Ezért jól készülünk fel a szentgyónásra, és **imádkozunk gyóntatónkért**. Amikor egy asszony ismeretlen papnál gyónt, és előtte imádkozott érte, gyóntatás közben a pap egy mondat közepén megállt, és így szólt: „Isten azt üzeni neked, hogy ...” – és ezzel az asszony még ki nem mondott problémájára megoldást kapott.

„**Olyan nagy bűnös vagyok**, hogy én már nem kaphatok feloldozást.” Jézus megbocsátott még a házasságtörő asszonynak, a jobb latornak is, akiket az emberek bűnükért halálra ítélték. A nyilvános bűnös asszonyról pedig, aki a farizeus házában lábát megkenté, ezt mondta: *„Sok bűne bocsánatot nyert, mert nagyon szeretett. Akinek keveset bocsátanak meg, kevésbé szeret”* (Lk 7,47). Csak az nem nyer bocsánatot, aki maga nem akarja, aki ellenáll a Szentlélek megtérésre hívó kegyelmének: *„Ezért mondom nektek: minden bűnre és káromlásra elnyerik az emberek a bocsánatot, de a Lélek káromlása nem nyer bocsánatot”* (Mt 12,31).

„**Olyan régen gyóntam, azt sem tudom, hogyan fogjak hozzá**. Azt sem tudom, mikor, hova, kihez mehetnék gyónni.” A jó felkészüléshez nemcsak ez a füzet hasznos, hanem szinte minden katolikus imakönyvben van lelkitükör, ami segíti a lelkiismeretvizsgálatot, és

benne van a szentgyónás szokásos módja. Ha nincsen a templomban feltüntetve a gyóntatás ideje, keressük meg a papot, és kérjünk lehetőséget a szentgyónásra.

Lehetnek egyéb nehézségek is: „Nagyothalló vagyok, csak azt hallom, aki nagyon hangosan beszél.” Vagy „Úgy fájnak a lábaim, nem tudok letérdelni.” Az ilyen hívek számára találták ki a gyóntatószobát – ami szinte mindenütt van, de ha mégsem lenne, forduljunk a paphoz, biztosan segít.

Van, aki úgy gondolja, hogy ő nem vallja be bűneit a papnak, aki szintén egy bűnös ember, hanem **közvetlenül Istenhez fordul bocsánatért**. Lehet, hogy egyes papokkal rossz tapasztalatai voltak a szentgyónással kapcsolatban, ez mégis téves elképzelés. Tarthatunk bűnbánatot szentgyónás nélkül is, de ennek nincs szentségi jellege, amit Jézus rendelt. A szentség érvényessége – tudjuk –, nem függ kiszolgáltatójának bűnös, vagy szent életétől. De ha tehetjük, keressünk olyan állandó gyóntatót, aki emberileg is segíteni tud minket.

Jézus szavai Szent Fausztina nővérhez:

„Amikor szentgyónáshoz járulsz, tudd, hogy én magam várok rád a gyóntatószékben. Csak elrejtőzöm a pap alakjában, de magam hatok a lélekre. Itt találkozik a lélek nyomorúsága Isten irgalmával.”

A bűnbocsánat feltétele a kiengesztelődés

„Atyám, vétettem ellened ...”

kiengesztelődés Istennel

„Egy embernek volt két fia. A fiatalabbik egyszer így szólt apjához: Apám, add ki nekem az örökség rám eső részét! Erre szétszította köztük vagyonát. Nem sokkal ezután a fiatalabbik összeszedte mindenét és elment egy távoli országba. Ott léha életet élve eltékozolta vagyonát. Amikor már mindenét elpazarolta, az országban nagy éhínség támadt, s nélkülözni kezdett. Erre elment és elszegődött egy ottani gazdához. Az kikiöltte a tanyájára a sertéseket őrizni. Őrült volna, ha éhségét azzal az eledellel csillapíthatta volna, amit a sertések ettek, de még abból sem adtak neki. Ekkor magába szállt: Apám házában a sok napszámos bővelkedik kenyérben – mondta –, én meg éhen halok itt. Útra kelek, hazamegyek apámhoz és megvallom: Apám, vétkeztem az ég ellen és teellened. Arra, hogy fiadnak nevezz, már nem vagyok méltó, csak béreseid közé fogadj be. Csakugyan útra kelt és visszatért apjához. Apja már messziről meglátta és megesett rajta a szíve. Eléje sietett, a nyakába borult és megcsókolta. Erre a fiú megszólalt: Apám, vétkeztem az ég ellen és teellened. Már nem vagyok méltó arra, hogy fiadnak nevezz. Az apa odaszólt a szolgáknak:

Hozzátok hamar a legdrágább ruhát és adjátok rá. Az ujjára húzzatok gyűrűt, és a lábára sarut. Vezessétek elő a hizlalt borjút, és vágjátok le. Együnk és vigadjunk, hisz fiam halott volt és életre kelt, elveszett és megkerült. Erre vigadozni kezdtek.

Az idősebbik fiú kint volt a mezőn. Amikor hazatérőben közeledett a házhoz, meghallotta a zeneszót és a táncot. Szólt az egyik szolgának és megkérdezte, mi történt. Megjött az öcséd, és apád levágta a hizlalt borjút, hogy egészségben előkerült – felelte. Erre ő megharagudott, és nem akart bemenni. Ezért az apja kijött és kérte. De ő szemére vetette apjának: Látod, én annyi éve szolgállok neked és egyszer sem szegtem meg parancsodat. És nekem még egy gödölyét sem adtál soha, hogy egyet mulathassak a barátaimmal. Most meg, hogy ez a fiad megjött, aki vagyonodat rossz nőkre pazarolta, hizlalt borjút vágattál le neki. Az mondta neki: Fiam, te mindig itt vagy velem, és mindenem a tied. S illett vigadnunk és örülnünk, mert ez az öcséd halott volt és életre kelt, elveszett és megkerült.” (Lk 15,11–32)

Jézusnak ez a példabeszéde azt jelenti, hogy „Ahogy az apa megkönnyőrül fiaín, úgy könnyőrül az Úr azokon, akik őt félik” (Zsolt 103,12–13).

Az apát az idősebb fiú is megbántotta – és nem is kért bocsánatot. Az apa mégis milyen szeretettel szólt hozzá! Mi melyik bűnös fiúhoz hasonlítanánk?

„Miképpen mi is megbocsátunk ...”

kiengesztelődés embertársainkkal

Jézus a Miatyánkban és a szívtelen szolgáról szóló példabeszédében is világosan utal arra, hogy aki embertársának nem bocsát meg, az maga sem érdemel bocsánatot.

„A mennyek országa hasonlít a királyhoz, aki el akarta számoltatni szolgálait. Amikor elkezdte a számadást, eléje állítottak egyet, aki tízezer talentummal tartozott neki. Mivel nem volt miből megfizetnie, megparancsolta, hogy adják el feleségestül, gyerekestül, minden vagyonával együtt, s úgy fizessen. A szolga leborult előtte, és úgy kérte: Légy türelemmel irántam, s mindent megfizetek neked! Az úr megkönyörült a szolgán, szabadon engedte, s adósságát is elengedte.

Amikor kiment, a szolga, találkozott egy másik szolgálival, aki száz dénárral tartozott neki. Megragadta, elkezdte fojtogatni és követelte: Add meg, amivel tartozol! A másik szolga leborulva kérte: Légy türelemmel irántam, s mindent visszafizetek neked! De ő nem engedett, hanem fogta, börtönbe vetette, míg meg nem fizette tartozását. Amikor a többi szolga látta a történeteket, igen elszomorodott. Elmentek és jelentették uruknak mind, ami történt. Az úr maga elé hívatta, és így szólt hozzá: Te gonosz szolga! Kérésedre minden adósságot elengedtem. Nem kellett volna néked is megkö-

nyörülnöd szolgatársadon, ahogy én megkönyörültem rajtad? Ezzel az úr haragjában átadta a poroszlóknak, míg meg nem fizette mind, amivel tartozott.

Így tesz mennyei Atyátok is veletek, **ha mindegyitek meg nem bocsát szívből felebarátjának**” (Mt 18,23–35).

A szentírás többször is egészen nyíltan szól a megbocsátás fontosságáról:

„Ha tehát ajándékot akarsz az oltáron felajánlani, és ott eszedbe jut, hogy **embertársadnak valami panasza van ellened**, hagyd ott ajándékokat az oltár előtt, s menj, **előbb békülj ki embertársaddal**, aztán térj vissza és ajánld fel ajándékokat.” (Mt 5,23–24)

„Aki azt állítja, hogy a világosságban él, **de gyűlöli testvérét**, az még mindig a sötétségben van” (1Jn 2,9).

„Ha valaki azt állítja, hogy: »Szeretem az Istent«, **de testvérét gyűlöli**, az hazug. Mert aki nem szereti testvérét, akit lát, nem szeretheti az Istent sem, akit nem lát.” (1Jn 4,20)

Nem szabad másokat elítélnünk:

„Nincs hát számodra mentség, bárki vagy is, te ember, aki ítélkezel. Mert amikor mást elítélsz, magadat marasztalod el, hiszen ugyanazt műveled te is, ítélkező” (Róm 2,1). Ha valamiért másokat hibáztatunk (szálka), ugyanaz a hiba vagy bűn legtöbbször még inkább megvan bennünk (gerenda)!

A nagy, mély sérüléseket sokszor nagyon nehéz megbocsátani. Tudnunk kell, hogy **a megbocsátás és a szeretet nem érzelem kérdése, de nem is a szavak a legfontosabbak, hanem a jószándék, a jóakarát:**

„Gyermekeim, ne szeressünk se szóval, se nyelvvel, hanem tettel és igazsággal” (1Jn 3,18).

Sok embert aggaszt, hogy **úgy érzi, nem képes igazán, szívből megbocsátani.** Ezért a kegyelemért Jézus-hoz kell fordulni, tőle kell kérni. Ő a kereszten így imádkozott kínzóiért: „**Atyám, bocsáss meg nekik, hisz nem tudják, mit tesznek**” (Lk 23,34). Pál apostol figyelmeztet minket: „**Ugyanazt a lelkiületet ápoljátok magatokban, amely Krisztus Jézusban volt**” (Fil 2,5). Így a mi sebeink is gyógyulni fognak, és előbb-utóbb érzelmeink is összhangban lesznek a megbocsátás szavaival és tetteivel.

„Ha szívünk vádol minket ...”

kiengesztelődés önmagunkkal

Még önmagunknak is meg kell bocsátanunk: **„Ha szívünk vádol minket valamivel, az Isten fölötté áll szívünknek, ő mindent tud”** (1Jn 3,20). A helyes magatartásra az Úr így tanít: „**Fiam, ha vétkeztél is, többé ne tedd, régebbi bűneid miatt pedig imádkozzál**” (Sir 21,1).

**Két véglet, amit el kell kerülnünk
Vakmerően bízakodni Isten irgalmában:**

„*Ne mondd: »Olyan nagy az Isten irgalma, hogy tengernyi bűnöm is elnézi.« Igaz, hogy irgalmas, de ha kell, haragszik, és a bűnös ellen fordul indulata*” (Sir 5,6).

Kétkelkedni, hogy Isten igazságos, de irgalmas:

„*Ha a bűnös szakít minden bűnével, amelyet elkövetett, megtartja parancsaimat, a törvényhez és az igazsághoz igazodik, életben marad és nem hal meg. Nem emlékezem többé elkövetett gonoszságaira, az igazságért, amelyet tettekre váltott, élni fog. Talán örömem telik a bűnös halálában – mondja az Úr, az Isten –, s nem azt akarom inkább, hogy letérjen útjáról és éljen? Ám, ha az igaz elfordul igazságától és bűnt követ el, utánózza azokat az iszonyatos tetteket, amelyeket a bűnös végbevisz, vajon élni fog? Nem emlékezem többé az igazságra, amelyet tettekre váltott, hanem hűtlensége és vétkei miatt, amelyeket elkövetett, meg kell halnia*” (Ez 18,21–24).

A bűnbánat szentsége nemcsak bűneinket törli el, hanem megszabadíthat bűnös megkötözöttségeinktől is. A pap oldó-kötő hatalma, amit Jézustól kapott, erre is kiterjed. A **szentgyónásban** kérhetjük, a gyóntatóatyát, imádkozzon értünk, hogy egyik-másik visszatérő **bűnünk rabságából megszabaduljunk!**

A szerető figyelmeztetés fontossága

Bár minden ember maga felel tetteiért, az emberiség olyan, mint egy nagy család, amelyben az egyik tag bűnének következményeitől mindenki szenved, és ha az egyik tag kegyelemben él, az mindenkire kisugárzik. Ha valaki nem tudja, mit tesz, lehet számára mentség. Ezért imádkozzuk: „*De ki látja meg saját hibáit? Tisztíts meg mindtől, ami rejtve maradt!*” (Zsolt 19,13) *Jézus pedig mondta: „Atyám, bocsáss meg nekik, hisz nem tudják, mit tesznek.”* (Lk 23,34) Mivel a bűnök, még ha tudatlanságból követették is el, sok szenvedést okozhatnak az ártatlanoknak is, **kötelességünk figyelmeztetni** embertársainkat, különösen a ránk bízottakat. De mindig tapintatos, testvéri szeretettel, ügyelve arra, hogy őket soha ne mondjuk rossznak, csak a viselkedésüket, a tetteiket.

Isten így szólt Ezekiel prófétához: „*Ha azt mondom a gonosznak: Meghalsz, s te nem figyelmezteted, nem beszélsz neki, hogy letérítsd a gonoszt gonosz útjáról, hogy így életben maradjon, a gonosz meghal a bűne miatt, de vérét tőled kérem számon.*” (Ez 3,18).

Az Istennek tetsző tettek közösségi jellege miatt pedig nemcsak a nagy szentek, de mi is engesztelhetünk a magunk és mások bűneiért imádsággal, áldozatvállalással, és sok-sok szeretettel.

Felkészülés a szentgyónásra: a Szentlélek segítségül hívása lelkiismeretvizsgálat

Lelkiismeretvizsgálat előtt Jézus ígérére támaszkodva **kérjük a Szentlélek segítségét!** „*A Vigasztaló, a Szentlélek, akit majd a nevemben küld az Atya, ... eszetekbe juttat mindent....*” (Jn 14,26)

„*E szentség vételére az Isten ígéjének fényében végzett lelkiismeretvizsgálattal kell felkészülni. A legalkalmasabb szövegeket a Tízparancsolatban, valamint az Evangéliumok és az apostoli levelek erkölcsi tanításaiban lehet megtalálni: a hegyi beszédben és az apostoli intelmekben.*”

(A Katolikus Egyház Katekizmusa)

A legnagyobb, az első parancs:

„*Halld, Izrael: Az Úr, a mi Istenünk az egyetlen Úr. Szeresd Uradat, Istenedet teljes szívedből, teljes lelkedből, teljes elmédből és minden erődből!*”

A második így szól: *Szeresd felebarátodat, mint saját magadat!*

Ezeknél nincs nagyobb parancs.”

(MTörv 6,4; Mt 22,37–40; Mk 12,29–31; Lk 10,27)

„*Ezeket a parancsokat, amelyeket ma szabok neked, őrizd meg szívedben, és véd gyermekeidnek is az eszébe, beszélj róluk*” (MTörv 6,5–7).

A Tízparancsolat:

Az Úr ezeket jelentette ki:

„Én vagyok az Úr, a te Istened, ...Senki mást ne tekints Istennek, csak engem ... én, az Úr, a te Istened féltékeny Isten vagyok. Azoknak a vétkét, akik gyűlölnék engem, megtorlom fiaikon, unokáikon és dédunokáikon. ... De ezredízíg irgalmasságot gyakorlok azokkal, akik szeretnek és megtartják parancsaimat.

Uradnak, Istenednek a nevét ne vedd hiába.

Gondolj a szombatra, és szenteld meg. Hat napig dolgozzál és végezd minden munkádat. ... Az Úr a hetedik napot megáldotta és megszentelte.

Tiszteld apádat és anyádat, hogy sokáig élj azon a földön, amelyet az Úr, a te Istened ad neked..

Ne ölj.

Ne törj házasságot.

Ne lopj.

Ne tégy hamis tanúságot embertársad ellen.

Ne kívánd el embertársad házát, ne kívánd el embertársad feleségét, sem szolgáját, sem szolgálólányát, sem szarvasmarháját, sem szamarát, sem más egyebet, ami az övé.”

(Kiv 20,1–17)

* Tágabb értelemben ez azt jelenti, hogy szexualitással Isten rendelése szerint élj:

„Szólj Izrael fiainak egész közösségéhez és mondd meg nekik: Legyetek szentek, mert én, az Úr, a ti Istenetek szent vagyok. Mindenki tisztelje anyját és apját. Tartásatok meg szombatomat. Én vagyok az Úr, a ti Istenetek. Ne forduljatok a bálványok felé,* és ne öntsetek magatoknak ércből isteneket. Én vagyok az Úr, a ti Istenetek. ... Senki közületek ne lopja meg, ne vezesse félre és ne csalja meg a népéből valót. Ne esküdjetez hamisan a nevemre, mert azzal megszenteltségtelenítet Istened nevét. Én vagyok az Úr. Ne használd ki, és ne zsákmányold ki embertársadat; a munkás bére ne maradjon nálad másnap reggelig. ... Ne légy igazságtalan az ítélkezésben. Ne kedvezz a gyengének, és ne engedd, hogy a hatalmas elszédsen: igazság szerint ítélkezz embertársad fölött. Ne rágalmazd tieidet, és ne törj embertársad vérére. Én vagyok az Úr. Ne táplálj gyűlöletet szívedben testvéred iránt. Fedd meg embertársadat, s akkor nem osztozol bűnében. Ne légy bosszúálló, és ne gyűlölködj néped fiaival. Szeresd embertársadat úgy, mint magadat. Én vagyok az Úr” (Lev 19,2–4;11–13; 15–18). – Ezek ószövetségi törvények. De Jézus azt mondta: „Ne gondoljátok, hogy megszüntetni jöttem a törvényt vagy a prófétákat. Nem megszüntetni jöttem, hanem teljessé tenni.”

*Minden bálvány, ami fontosabb nekünk Istennél.

Az Anyaszentegyház öt parancsolata:

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 gyónjál, és legalább a húsvéti időben áldozál!
4. Házasságodat az Egyház törvényei szerint kösd meg, és gyermekeidet katolikus módon neveld!
5. Az Egyházat támogasd imáiddal, munkáddal és lehetőséged szerint anyagi hozzájárulással is!

A hét főbűn,

melyek sok súlyos bűn forrásai lehetnek:
a kevélység, a fősvénység, a bujaság, az irigység,
a harag, a jóra való restség.

Égbekiáltó bűnök,

melyek szörnyűsége Istentől kér büntetést:

szándékos gyilkosság,

Aki abortuszt végez, ha valóban megtörténik, (az gyilkosság, és mint olyan,) latae sententiae, önmagától beálló kiközösítésbe esik. (A Katolikus Egyház Katekizmusa [3069])

szegények, árvák, özvegyek nyomorúságának
nagyobbitása,

a munkások bérének igazságtalan visszatartása.

Akik a kereskedelmi kapcsolatokban uzsorát érvényesítenek és üzletemberként felebarátaik éhínségét és halálát váltják ki, közvetett emberölést követnek el és felelősek érte. (A Katolikus Egyház Katekizmusa [3065])

Idegen bűnök,

*melyekkel mások bűnét elősegítjük, vagy okozzuk,
ezáltal bűnrészesek leszünk:*
másnak bűnre tanácsot adni,
másnak bűnös dolgot parancsolni,
vétekben mással egyetérteni,
mást bűnre ingerelni,
másnak bűnös cselekedetét dicsérni,
másnak bűnét elnézni, vagy elhallgatni,
más bűnét elősegíteni, vagy oltalmazni.

Életállapotunkból és helyzetünkől fakadó kötelezettségeink kérdései

(lehetőleg mindenki magának állítsa össze)

- Ismerem-e, és megvallom-e hitemet?
- Hogyan teljesítem kötelezettségeimet (önmagammal szemben, családtagjaimmal szemben, a rám bízottakkal szemben, azokkal szemben, akikkel nap-mint nap találkozom)?
- Hogyan végzem munkámat, és amit elvállaltam? Hogyan pihenek?
- Az „időt, pénzt és fáradságot” – a magamét és a másokét – nem pazarolom-e, jól használom-e?
- Mi az, ami rossz irányba befolyásol, netán rabságban tart? (Rossz szokások szenvedélyek?)

**Milyen konkrét jó elhatározásokat akarok
a közeljövőben megvalósítani?**

Szentgyónás előtt

Néhány percig úgy nézzünk a feszületre, hogy próbáljuk meg átélni, amit Jézus a kereszten átélhetett. Nemcsak a testi kínokat, hanem minden lelki gyötrelmét is. Közben arra gondoljunk:

„Mindezt értem szenvedte ...
a bűneim miatt ...
szeretetből ...”

„Mit tegyek?

Itt az én kőszívem!

Mit tegyek vele?

Várjak? Várjak holnapot?

*Majd szerzek magamnak egy tiszta,
egy puha szívet, egy élő, egy kicsinyet?*

*Majd elmegyek, és veszek olajot,
hogy legyen fényem, hogy ünnepeljek?*

Majd?

Majd még megváltozom? Még várok egy keveset?

De hiszen majd nem lehet!

Hiszen Te Ma érkezel! ...”

„Ne várd a holnapot,

hogy legyen olajod.

A lámpád, ha üres, ne az árusokat keresd,

hogy megtöltsd a szíved.

Én adok új lelket neked.

Én adok új szívet.

Én adok ruhát,

menyegzőst, ékeset,

ujjadra gyűrűt Én teszek,

ékköved, koronád Én leszek,

nevet homlokodra Magamat írom,

és jutalmul Önmagam adom neked.

Én leszek – Egyetlened,

a te Mindened.

Én, – Ki Itt Vagyok,

Ki Itt Vagyok Jelen.

Jöjjetek szegényen, jöjjetek kicsinyen,

s csak ne féljete,

csak jöjjetek közel,— még közelebb.

Aki szent, még szentebb legyen!

csak hátra ne nézzetek,

csak jobbra-balra ne köszöntsetek,

csak jöjjetek, siessetek.

A Lakoma készen áll.

A trón téged vár.

Közelemben jöjjetek, tűzembe lépjete.

Közelégem elemészt benneteket,

de ne féljete,

a lángok között angyalok énekelnek veletek:

Imádnak Engemet, az Egyedülvalót,

Ki Egyedül létezem.”

(Takács Gyula atya)

Hogyan gyónjunk?

A szentség kiszolgáltatásának elemei rendszerint a következők:

- *köszöntés:*

„Dicsértessek a Jézus Krisztus!

– Mindörökké. Ámen”

- *a pap áldása, Isten ígéjének olvasása, hogy az megvilágosítsa a lelkiismeretet, és fölkeltse a bánatot, buzdítás megtérésre,*
- *a gyónás, vagyis a bűnök beismerése és azok megvallása a papnak:*

„Gyónom a Mindenható Istennek, és neked, atyám, hogy (érvényesen) utoljára gyóntam, és azóta a következő bűnöket követtem el: ... (végül)

Teljes szívemből bánom minden bűnömet, mert azokkal Téged, Istenem megbántottalak. Erősen fogadom, hogy segítségeddel a jóra törekszem, és a bűnt kerülöm”

- *az elégtétel kirovása és elfogadása.*

Természetesen – amennyire lehetséges –, a kárt, amit bűnünkkel okoztunk, jóvá kell tennünk (például vissza kell adni a lopott holmit, a megrágalmazott jóhírt helyre kell állítani...). A végtelen értékű elégtételhez, amit bűneinkért Jézus kereszthalálával adott, egy csekélységgel nekünk is hozzá kell járulnunk, elégtételt kell adnunk, **bűneinkért engesztelnünk kell Istent, akit megbántottunk.**

Ez lehet imádság, valaminek a följajnlása, az irgalmas-ság cselekedetei, a felebarát szolgálata, önmegtagadás, áldozatvállalás, s főként a napi keresztünk türelmes viselése. Figyeljünk, hogy a pap mit mond!

- *a pap által adott föloldozás:*

„Isten, a mi irgalmas Atyánk, aki szent Fiának kereszthalála és föltámadása által kiengesztelte önmagával a világot, és kiárasztotta a Szentlelket a bűnök bocsánatára, az Egyház szolgálata által bocsásson meg neked, és adja meg a békét. És én föloldozlak téged bűneidről az Atya és a Fiú és a Szentlélek nevében.” Válaszunk: **„Ámen.”**

- *hálaadás, majd elbocsátás a pap áldásával:*
„Magasztaljuk Istent, mert jóságos hozzánk!”
„Mert örökké szeret minket. Ámen.”

Mindennap dicsérünk Téged,
szent Nevedet áldja néped.
Büntől e nap őrizz minket,
és bocsásd meg vétkeinket!
Irgalmazz, Uram, irgalmazz,
híveidhez légy irgalmas!
Kegyes szemed legyen rajtunk,
Tebenned van bizodalmunk.
Te vagy, Uram, én reményem,
ne hagyj soha szégyent érnem!

(Te Deum - részlet - Sík Sándor fordítása)

Nagy ígéret, melyet az Úr Jézus tett
(1673-ban Alacoque Szent Margiton keresztül)
az ő Szentséges Szíve tisztelőinek:

„Szívem túlradó Irgalmából megígérem, hogy Szívemnek mindenható szeretete mindazoknak, **akik kilenc egymás utáni hónapon át minden hó első péntekén (szentgyónás után) áldoznak**, megadja a végső töredelem kegyelmét, azok **nem fognak kegyelem nélkül, sem a nekik szükséges szentségek nélkül meghalni**, és Szívem biztos menedékük lesz az utolsó pillanatban.”

Egy megtörtént eset: Jézus megtartja ígéretét

„Vagy egy évtizeden át gyóntattam egy idős özvegy férfit, aki vasárnaponként rendszeresen szentáldozáshoz járult. Amikor a kórházban életében utoljára találkoztam vele, meglepő volt a szentgyónása. Fiatal kora óta nem merte meggyónni egy igen súlyos bűnét. Évtizedeken át szentségtörően áldozott, mert minden addigi feloldozása érvénytelen volt. Jézus mégis megkönyörült rajta. Még a „pápai áldást” is megkapta.* Nagyon csodálkoztam ezen. Kiderült, hogy **gyermekkorában elvégezte a Jézus Szíve kilencedet.**” (Földi Endre atya)

*A haldoklóknak minden pap által adható áldás, azt jelenti, nem kell a tisztító tűzben szenvednie, egyenesen Isten boldogító színelátására juthat.

Szűz Mária Szeplőtelen Szívének tisztelete
a hónap első szombatjain

(9 első szombatot szoktunk megtartani)

Feltételek:

- **szentgyónás** (az első pénteki szentgyónás első szombatra is érvényes), és **a hónap első szombatján engesztelő szentáldozás;**
- öt tized rózsafüzér elmélkedve, negyedóra elmélkedés a rózsafüzér egy vagy több titkáról;
- önkéntes áldozathozatal; - egy Mária-ima a megszokottakon kívül.

Ígérek:

- **tényleges lelki előrehaladás;**
- **haláluk óráján a Szűzanya mellettük áll és minden segítséget megad;**
- **sok ember megmenekül az örök kárhozattól;**
- **világbéke.**

A legnagyobb dolog, amit gyermekeinkért tehetünk, hogy első szentgyónásuk és szentáldozásuk után velük együtt kilencedet tartunk Jézus Szívének és Szűz Mária Szeplőtelen Szívének tiszteletére.

Akit csak lehet, nyerjünk meg ilyen kilenced tartására! Hogy az ígérek szerint, melyek sokszorosan igazolódtak, minél többen elérjük az ember végső célját, Isten színelátását, az örök boldogságot.