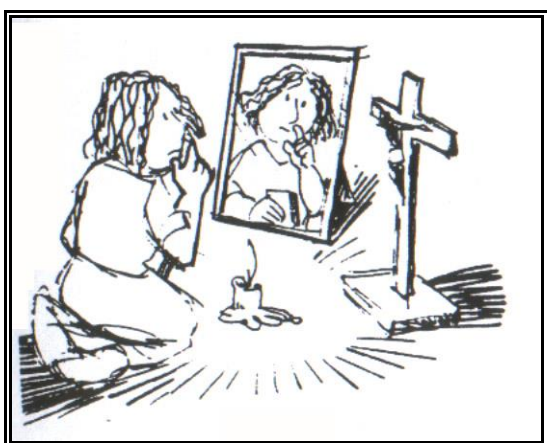


Sagatavošanās

IZLĪGŠANAS

SAKRAMENTA

sanemšanai



*Pārbaudi mani, ak, Dievs,
un izzini manu sirdi; iz-
meklē mani un izdibini
skaidri manas domas,
un lūko, vai es neesmu
uz ļauna ceļa, tad vadi
mani pa mūžības ceļu!*

(Ps 139,23-24)

SIRDSAPZINAS IZMEKLĒŠANA

Lai sirdsapziņas izmeklēšana būtu auglīga, tās pamatā jābūt pārliecībai, ka Dievs cilvēku mīl un grib tam piedot grēkus. Tikai tas palīdzēs izvairīties no sevis attaisnošanas Dieva priekšā. Uz sevi jāraugās it kā Kristus acīm, kurš vēlas dziedināt, nevis tiesāt. Pirms sirdsapziņas izmeklēšanas vērts palūkoties uz Kristus krustu, lai ticības acīm ieraudzītu tur savu grēku, kas jau ir uzvarēts un piesists krustā. Kristus vēlas ikvienam dot iespēju piedalīties savā uzvarā: tikai ar paļāvību jātuvojas Viņam un jānosauc savi grēki.

Sirdsapziņas izmeklēšanu ieteicams sākt ar pateicību Dievam par visām Viņa labestības un mīlestības izpausmēm, ko ik dienas saņemam. Pavaicāsim sev: kas man pēdējās dienās, nedēļās, mēnešos vai gados bijusi īpaša žēlastība, par ko es gribētu tagad pateikties Kungam? Sāksim ar konkrētiem iekšējiem pārdzīvojumiem, ārējām situācijām, notikumiem un attiecībām ar tuvākajiem, kas mums bijušas īpaša prieka avots. Mēs pateicamies Dievam ne tikai par tām dāvanām, kas mūsos rada prieku un sajūsmu, bet arī par grūtībām un ciešanām, kas kalpo kā aicinājums vēl vairāk paļauties uz Dievu savā dzīvē.

Pēc tam var lūgt Svētā Gara gaismu un drosmi pazīt savus grēkus, lūdzoties ar vārdiem: „Nāc, Svētais Gars, apgaismo manu prātu, lai es pazītu savus grēkus; modini manu gribu un manu sirdi, lai es par tiem nožēlotu un vaļsirdīgi tajos atzītos; dāvā man spēku, lai es tos labotu un par tiem gandarītu. Svētā Marija, grēcinieku patvērums, nāc man palīgā!”

BAUŠĻI un sirdsapziņas izmeklēšana

I Tev nebūs citus Dievus turēt līdzās man!

Vai neesmu noliedzis Dievu?

Vai neesmu šaubījies par ticību? "

Vai neesmu ļāvies bezcerībai?

Vai neesmu sevi žēlojis?

Vai grūtībās neesmu novērsies no Dieva un meklējis palīdzību ar saviem spēkiem?

Vai neuzskatu sevi augstāku, labāku par citiem un neesmu lepni noraīdījis Dievu, uzskatot, ka varu iztikt bez Viņa?

Vai neesmu Dieva vietā nolīcis kādas vērtības vai lietas, pat ja tās būtu labas: savu izskatu, spējas, godu, varu, naudu, mantu, seksu, alkoholu, narkotikas, mūziku un dziedātājus, sportu, darbu, draugus, ģimeni, dzimteni...?

Vai neesmu vērsies pie dēmoniskiem spēkiem: zīlējis, pētījis astroloģiju, lasījis horoskopus, izsaucis mirušo garus, pielūdzis sātanu, apmeklējis zīlniekus, dziedniekus, ekstrasensus, nodarbojies ar maģiju, vingrinājumiem enerģiju iegūšanai (joga, transcendentālā meditācija) utt.? Vai neesmu ieteicis to citiem?

Vai neesmu bijis māņticīgs, ticot melniem kaķiem, 13. datumiem, utt.?

Vai neesmu/ neesmu bijis iesaistījies sektās?

Vai nebiju iesaistījies organizācijās, kas atklāti neatzīst Dievu (komunistiskā partija, masoni utt.)?

Vai neesmu/ neesmu bijis iesaistīts ateistiskas literatūras izplatīšanā?

II Tev nebūs Dieva vārdu nelietīgi valkāt!

Vai neesmu baidījies apliecināt savu ticību citu priekšā?

Vai neizrunāju Dieva, Jaunavas Marijas un citu svēto vārdus dusmās, jokos vai bezjēdzīgi?

Vai neesmu zaimojis: savā sirdī vai, citiem dzirdot, izteicis pret Dievu vai Baznīcu

vērstu naidu, pārmetumus vai izaicinājumus Dievam?

Vai neesmu lauzis Dievam doto solījumu vai zvērējis, piesaucot Dievu par liecinieku nepatiesā lietā?

III Tev būs svēto dienu svētīt!

Vai svētdienās un svētku dienās apmeklēju Svēto Misi?

Vai šajās dienās nestrādāju darbu un nepiedalījos aktivitātēs, kas traucē veltīt Dievam pienācīgo pielūgsmi, kavē žēlsirdības darbu veikšanu un neļauj pietiekami atslābt garam un miesai (izņemot slimību, mājas soli, piemēram, sakopt lopus, maiņas darbu)?

Vai Svētās Mises laikā un lūgšanās nebiju vienaldzīgs un paviršs?

IV Godini savu tēvu un māti!

Vai neaizvainoju vecākus ar asiem vārdiem?

Vai esmu paklausīgs vecāku taisnīgajām un labajām prasībām?

Vai palīdzu un rūpējos par vecākiem, cik tas viņiem ir nepieciešams?

Vai neesmu aizmīrsis vecākus savās lūgšanās?

Vai piedodu saviem vecākiem Jēzus Vārdā?

Vai pret pārējiem ģimenes locekļiem neizturas nežēlīgi?

Vai neesmu aizmīrsis savu pienākumu pret bērniem: sniegt mīlestību, sapratni, drošību, uzturu, izglītību, u.c.?

Vai esmu iepazīstinājis savus bērnus ar Dievu un lūdzos kopā ar viņiem?

Vai es nepretojos audzinātāju un amatpersonu taisnīgajām prasībām un nevēršos pret viņiem kā personām?

Vai neizmantoju savu varu un privilēģijas savtīgos nolūkos?

V Tev nebūs nokaut!

Vai neesmu nogalinājis cilvēkus?

Vai neesmu mēģinājis vai domājis

par pašnāvību?
Vai nepiekrītu eitanāzijai (priekšlaicīgai vecu, nedziedināmi slimu cilvēku nogalināšanai)?
Vai neesmu kādu sitis?
Vai esmu aizstāvējis vājākos?
Vai ļauni nekritizēju, nenosodīju savā sirdī un nenogalināju citus ar vārdiem?
Vai neaizvainoju ar asiem vārdiem, izsmieklu, pazemošanu un jokiem?
Vai neradu konfliktus?
Vai nebiju skaudīgs un greizsirdīgs?
Vai neesmu šantažējis?
Vai nenesu savā sirdī naidu un nevēlēšanos piedot?
Vai nenicinu citus?
Vai nekaitinu vecākus, audzinātājus un skolotājus? Vai labi uzvedos?
Vai neesmu vadījis automašīnu reibuma stāvoklī?
Vai esmu ievērojis ceļu satiksmes noteikumus?
Vai nebojāju veselību, pārmērīgi ēdot un dzerot?
Vai pārmērīgi, nevajadzīgi nelietoju zāles?
Vai nebojāju savu veselību, lietojot alkoholu, narkotikas vai smēķējot?
Vai rūpējos, lai manis rīkotās svinībās neviens pārmērīgi nelietotu alkoholu?
Vai nenogalināju bērnu, izdarot abortu?
Vai neesmu tīši/netīši veicinājis aborta izdarīšanu?
Vai neesmu noklusējis patiesību par abortu tuviniekiem?
Vai neesmu vedis kādu sievieti uz aborta izdarīšanu vai citā veidā iesaistījies aborta izdarīšanā?

VI Tev nebūs laulību pārkāpt!

IX Tev nebūs iekārot sava tuvākā sievu/vīru!

Vai nedzīvoju dzimumdzīvi bez laulības Baznīcā?
Vai neesmu nodarbojies ar dzimumattiecībām pirms laulības vai ārpus laulības?

Vai neesmu spiedis laulāto draugu uz dzimumattiecībām pret viņa gribu?
Vai neesmu kādu izvarojis?
Vai neesmu izmantojis bērnus, lai apmierinātu savas dzimumtieksmes?
Vai neesmu stājies homoseksuālās attiecībās?
Vai man nav bijušas fantāzijas pret šķīstību?
Vai neesmu skatījies pornogrāfiju?
Vai neesmu sevi seksuāli apmierinājis (masturbācija)?
Vai neesmu stājies dzimumattiecībās ar dzīvniekiem?
Vai neesmu pamudinājis citus cilvēkus uz nešķīstību?
Vai nejokoju ar nešķīstiem jokiem un anekdotēm?
Vai izvairo no apstākļiem, kas pamudina uz grēku?
Vai neesmu lietojis pretapaugļošanās līdzekļus pirms laulības vai laulības dzīvē: spirāli, hormonālos līdzekļus, prezervatīvus, utt.?

Katrs grēks pret šo bausli ir smags grēks, tāpēc svarīgi ir to nosaukt vārdā un atzīt grēksūdzē.

VII Tev nebūs zagti!

X Tev nebūs iekārot nevienu lietu, kas pieder tavam tuvākam!

Vai neesmu zadzis un atbalstījis zādzību?
Vai neesmu paturējis sev citas zagtas lietas?
Vai neesmu skops?
Vai neesmu pārāk izšķērdīgs?
Vai nebojāju citu aizdotās lietas?
Vai lietas, ko esmu aizņēmis no citiem, nepaturu sev?
Vai neesmu pārkāpis citu tiesības uz īpašumu, izmantojot savu stāvokli darbā vai rīkojoties negodīgi, piesavinājis to, kas pieder citiem?
Vai neesmu alkatīgs un vēlējis bez mēra piesavināt materiālos labumus?

Vai neesmu skaudīgs, vēloties iegūt to, kas pieder citiem, un neesmu bijis neapmierināts, ka citiem tas ir?

VIII Tev nebūs nepatiesu liecību dot pret savu tuvāko?

Vai neesmu melojis?

Vai nenomelnoju kādu, runājot nepatiesību?

Vai neuzveļu vainu citiem?

Vai neaprunāju, atklājot otra trūkumus un grēkus bez objektīvas vajadzības?

Vai netenkoju?

Vai neviltoju dokumentus?

Vai neesmu iztapīgs un lišķīgs, atbalstot otra ļaunos darbus un netikumisku rīcību?

Vai nelielos, pārspīlēdams faktus?

Baznīcas baušļi:

1. Tev būs svētdienās un svētku dienās cienīgi piedalīties Svētajā Misē un atturēties no smagiem darbiem.
2. Tev būs Baznīcas noteiktajās dienās atturēties no gaļas ēdieniem un gavējamās dienās gavēt.
3. Tev būs vismaz vienu reizi gadā izsūdzēt savus grēkus.
4. Tev būs vismaz Lieldienu laikā pieņemt Vissvētāko Sakramentu.
5. Tev būs palīdzēt uzturēt savu Baznīcu un tās kalpus.

GREKSUDZES FORMULA

Gandarītājs: *Pienācis pie biktskrēsla, nometies ceļos un saki:*

Lai ir slavēts Jēzus Kristus!

Priesteris: Mūžīgi mūžos. Amen.

Gandarītājs: *Apzīmē sevi ar krusta zīmi, sakot:*

Dieva Tēva un Dēla, un Svētā Gara vārdā. Amen.

Pēdējo reizi pie grēksūdzes biju...

Uzlikto gandarījumu izpildīju (vai:

neizpildīju).

Esmu grekojusi (-is)...

Tagad vaļširdīgi atzīstos savos grēkos - vispirms konkrēti nosaucot smagos grēkus, ja tādi ir, pēc tam ikdienišķos, kuri visbiežāk atkārtājušies.

Gandarītājs: *(pēc atzīšanās grēkos)*

Vairāk grēkus neatceros, visus savus grēkus nožēloju, apņemos laboties un lūdzu grēku piedošanu.

Priesteris: *Var sniegt gandarītajam pamācību, pēc tam nosaka gandarījumu un dāvā grēku piedošanu:*

Dievs, žēlsirdīgais Tēvs, kas ar sava Dēla nāvi un augšāmcelšanos samierināji pusauli ar sevi un grēku piedošanai nosūtīji Svēto Garu, lai tev caur Baznīcas kalpojumu dāvā piedošanu un mieru.

UN ES TEVI ATBRĪVOJU NO TAVIEM GRĒKIEM DIEVA TĒVA UN DĒLA SVĒTĀ GARA VĀRDĀ.

Gandarītājs: Amen.

Priesteris: Slavēsim Kungu, jo Viņš ir labs.

Gandarītājs: Jo Viņa žēlsirdība pastāv mūžam.

Priesteris: Dievs tev ir piedevis grēkus. Ej mierā.

Gandarītājs: Pateicība Dievam.

Aizejot no biktskrēsla, atrodi klusu vietu un pateicies Dievam par Viņa mīlestību un žēlsirdību.

