



### **Informacja dla Zastępowego:**

Masz przed sobą prawie gotowy konspekt. Dlaczego „prawie”? Gotowy on będzie tylko wtedy, gdy się do niego dobrze przygotujesz. Musisz przejść przez to spotkanie samodzielnie i rozwiązać wszystkie swoje wątpliwości (jeżeli takowe masz) poprzez wcześniejsze zgłębienie tematu, wyszukanie tych informacji, które Cię nurtują i które wydają Ci się potrzebne. Raz przeczytany konspekt nie jest gwarancją udanego spotkania. Pamiętaj, aby Pan Bóg mógł przez Ciebie działać, musi mieć jakieś podstawy, bazę w postaci Twojego przygotowania.

Powodzenia KSM-owiczu!

## **Sakrament pokuty w życiu KSMowicza**

### **Cele spotkania:**

czas ok. 1,5h

- Zrozumienie sensu sakramentu pokuty
- Zrozumienie co sprawia, że okazują skruchę
- Poznanie prawidłowego sposobu przygotowania do sakramentu pokuty

### **Materiały:**

fragmenty z KKK (1440, 1446, 1455, 1458)  
fragment kazania św. Jana Vianney  
fragment z YOUCATu (239)  
rachunki sumienia do rozdania dla wszystkich uczestników  
wykresy  
kartki A4, flamastry, długopisy dla każdego z uczestników

### **Modlitwa na rozpoczęcie spotkania**

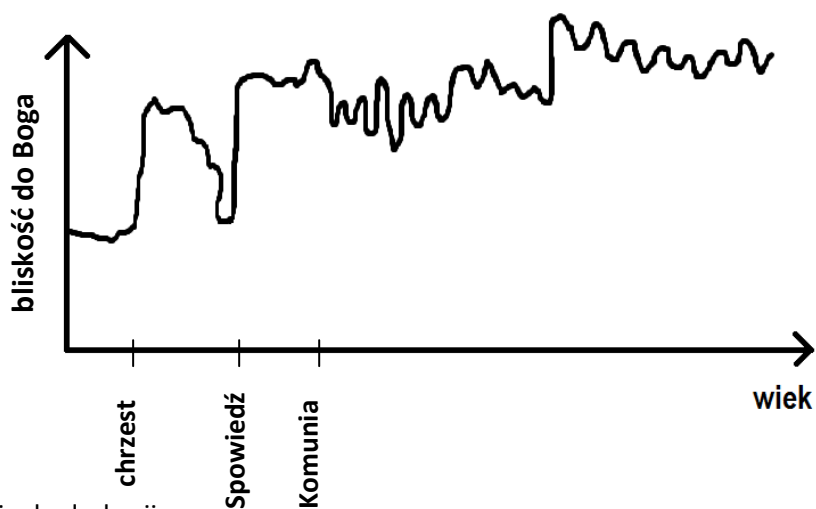
Duchu Święty, który oświecasz serca i umysły nasze,  
dodaj nam ochoty i zdolności,  
aby ta nauka była dla nas pożytkiem  
doczesnym i wiecznym. Przez Chrystusa, Pana naszego.  
Amen.



## Widzieć:

1. Niech każdy uczestnik spotkania narysuje wykres przedstawiający zależność wieku od bliskości do Boga i uwzględni najważniejsze wydarzenia w swoim życiu np. chrzest, 1. spowiedź, 1. komunia, bierzmowanie, kolejne spowiedzi, rekolekcje itp.

Przykład



Pytania do dyskusji:

- Z czego wynikają te oddalenia od Boga?
- Kiedy przybliżamy się do Boga? (spowiedź, sakramenty...)
- Co zrobić, by momenty oddalenia były jak najkrótsze i najrzadsze?

2. Porównujemy dwa wykresy (załącznik 1)

Wnioski:

- 1) Jeżeli momenty mojego życia, gdy jestem pozbawiony łaski są coraz krótsze, bo szybko idę do spowiedzi, to momenty życia w łasce są coraz dłuższe.
- 2) Im rzadziej się spowiadamy, tym dłużej trwamy w grzechu.

## Oceniać

1. Czytamy fragment kazania św. Jana Vianney

*"Nie muszę wam mówić ani tego, jak wielkim szczęściem jest dobra spowiedź, ani tego, jakim nieszczęściem jest spowiedź zła. Dobra – przywraca nam przyjaźń z Bogiem i prawo do nieba; zła – pozbawia nas szczęścia wiecznego i wtrąca w otchłanie piekła. Widać stąd, jak starannie powinniśmy się przygotować do tego Sakramentu".*

Czytamy KKK 1440, 1446



Materiały Formacyjne  
Katolickiego Stowarzyszenia Młodzieży  
Archidiecezji Poznańskiej

---

Dzielimy się przemyśleniami po przeczytaniu fragmentu kazania i KKK- luźna rozmowa.

Pytanie:

Jakie są warunki dobrej spowiedzi?

[Uczestnicy wymieniają warunki dobrej spowiedzi, a potem wspólnie je omawiamy jak poniżej.]

- 1) Rachunek sumienia
    - \* Czytamy KKK 1458
    - \* Jak przeprowadzić dobry rachunek sumienia?
  - 2) Żal za grzechy
    - \* Jakie mamy rodzaje żalu za grzechy?
      - niedoskonały ->wystarczy do dobrej spowiedzi
      - doskonały (z miłości do Boga)
    - \* Co sprawia, że okazujemy skruchę?
  - 3) Mocne postanowienie poprawy
    - \* Na czym powinno polegać?
  - 4) Szczera spowiedź
    - \* Jak często?
    - \* Tworzymy wykres promienisty: Po co?, Co daje nam spowiedź?
    - \*YOUCAT 239 (załącznik 3)  
*„Czas po rozgrzeszeniu jest jak prysznic po treningu, jak świeże powietrze po letniej burzy, jak pobudka w słoneczny letni poranek, jak nieważkość nurka...  
W słowie „pojednanie” zawiera się wszystko: znowu mamy czystą kartę u Boga.”*
  - 5) Zadośćuczynienie Panu Bogu i bliźniemu
    - \*Jak je wypełniać?
2. Łączymy się w dwie grupy i robimy plakaty
- 1 grupa robi plakat przedstawiający KSMowicza, który regularnie się spowiada
- 2 grupa robi plakat przedstawiający KSMowicza, który nie chodzi do spowiedzi
- Plakaty mają przedstawiać jego cechy, to co daje KSMowi oraz efektywność jego pracy i wpływ na innych.

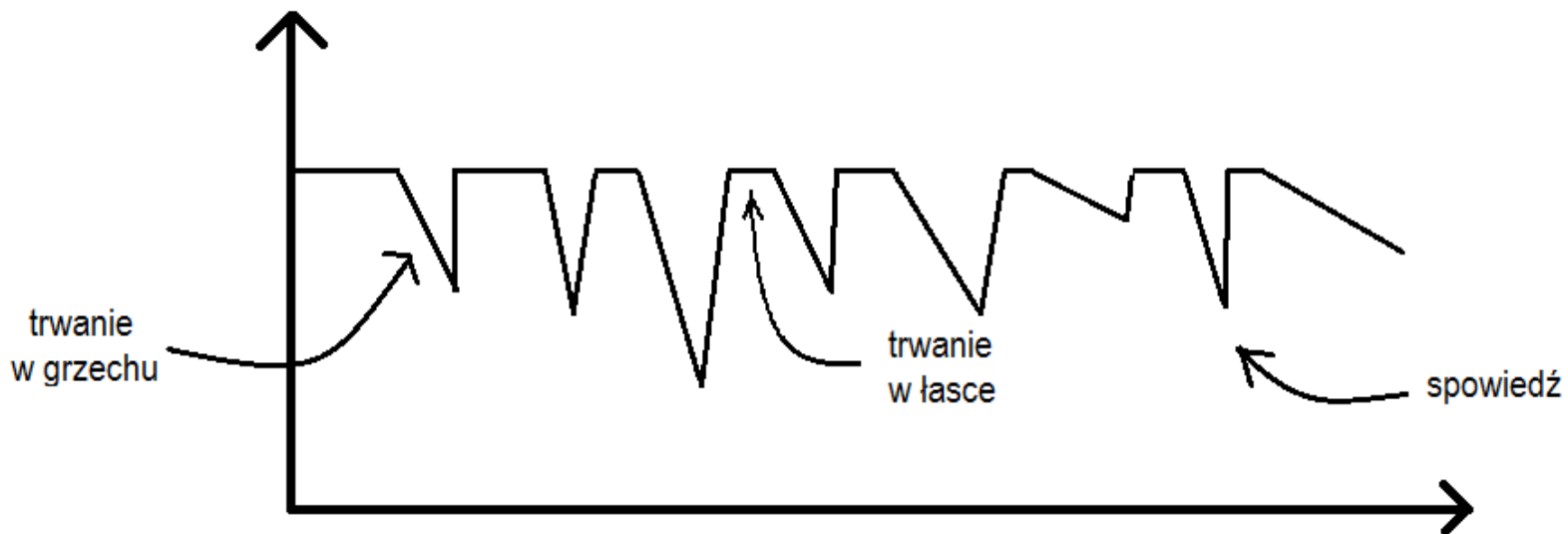
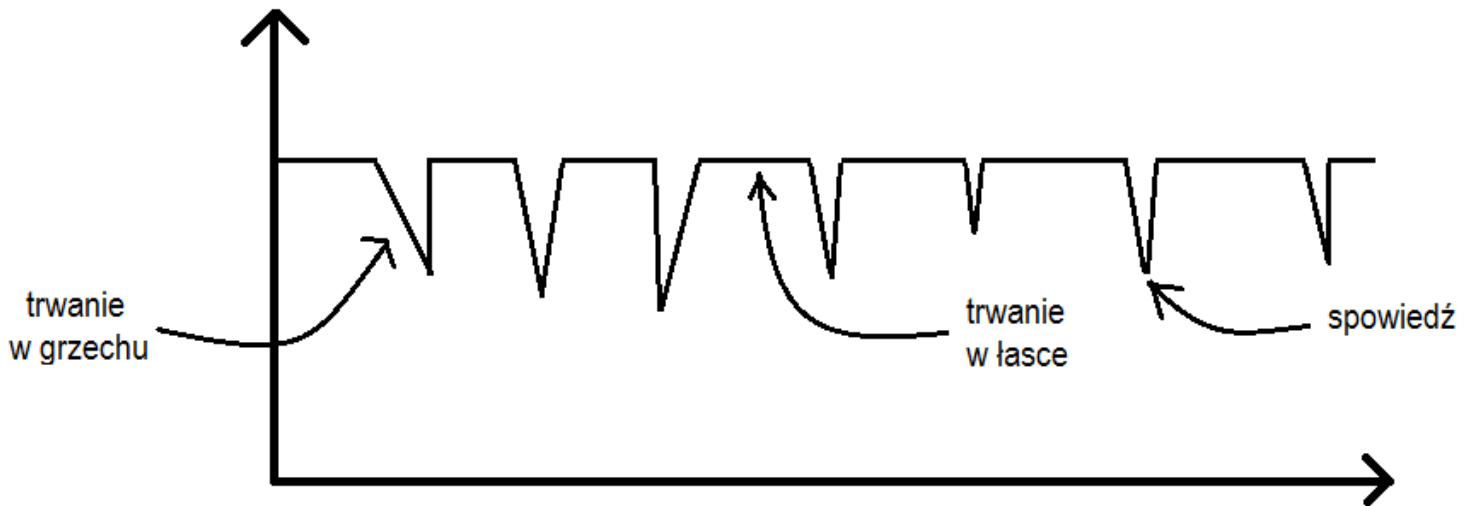
### Działać

1. Rozdajemy uczestnikom spotkania pytania do rachunku sumienia dla młodzieży (zał. 5).  
Zadanie domowe  
Niech każdy uczestnik w najbliższym tygodniu codziennie wieczorem przeprowadzi sobie rachunek sumienia i przemyśli swoje zachowanie z całego dnia.

### Modlitwa na zakończenie



ZAŁĄCZNIK 1





Materiały Formacyjne  
Katolickiego Stowarzyszenia Młodzieży  
Archidiecezji Poznańskiej

---

## **ZAŁĄCZNIK 2**

Wielki spowiednik Św. Jan Vianney, mówił o spowiedzi:

*"Nie muszę wam mówić ani tego, jak wielkim szczęściem jest dobra spowiedź, ani tego, jakim nieszczęściem jest spowiedź zła. Dobra – przywraca nam przyjaźń z Bogiem i prawo do nieba; zła – pozbawia nas szczęścia wiecznego i wtrąca w otchłanie piekła. Widać stąd, jak starannie powinniśmy się przygotować do tego Sakramentu".*

Każdy katolik obudzony w środku nocy winien móc wyrecytować pięć warunków dobrej spowiedzi.-  
dodawał.

## **ZAŁĄCZNIK 3**

### **YOUCAT 239**

*„Czas po rozgrzeszeniu jest jak prysznic po treningu, jak świeże powietrze po letniej burzy, jak pobudka w słoneczny letni poranek, jak nieważkość nurka... W słowie „pojednanie” zawiera się wszystko: znowu mamy czystą kartę u Boga.”*



## **ZAŁĄCZNIK 4**

### **KKK 1440**

Grzech jest przede wszystkim obrazą Boga, zerwaniem jedności z Nim. Narusza on równocześnie komunie z Kościołem. Dlatego też nawrócenie przynosi przebaczenie ze strony Boga, a także pojednanie z Kościołem, co wyraża i urzeczywistnia w sposób liturgiczny sakrament pokuty i pojednania.

### **KKK 1446**

Chrystus ustanowił sakrament pokuty dla wszystkich grzeszników w Kościele, a przede wszystkim dla tych, którzy po chrzcie popełnili grzech ciężki i w ten sposób utracili łaskę chrztu oraz zadali ranę komunii kościelnej. Sakrament pokuty daje im nową możliwość nawrócenia się i odzyskania łaski usprawiedliwienia. Ojcowie Kościoła przedstawiają ten sakrament jako "drugą deskę (ratunku) po rozbiciu, jakim jest utrata łaski".

### **KKK 1455**

Wyznanie grzechów (spowiedź), nawet tylko z ludzkiego punktu widzenia, wyzwala nas i ułatwia nasze pojednanie z innymi. Przez spowiedź człowiek patrzy w prawdzie na popełnione grzechy, bierze za nie odpowiedzialność, a przez to na nowo otwiera się na Boga i na komunie Kościoła, by umożliwić nową przyszłość.

### **KKK 1458**

Wyznanie codziennych win (grzechów powszednich) nie jest ściśle konieczne, niemniej jest przez Kościół gorąco zalecane. Istotnie, regularne spowiadanie się z grzechów powszednich pomaga nam kształtować sumienie, walczyć ze złymi skłonnościami, poddawać się leczącej mocy Chrystusa i postępować w życiu Ducha. Częściej otrzymując przez sakrament pokuty dar miłosierdzia Ojca, jesteśmy przynaglani, by być - jak On - miłosierni.



## **ZAŁĄCZNIK 5**

### **Miłość do Boga i grzechy przeciwko Bogu**

- \* Czy wierzę, że Bóg mnie kocha i jest pełen miłosierdzia dla mnie?
- \* Czy wierzę, że może On przebaczać mi każdy grzech, który przed Nim wyznam?
- \* Czy żyję tak, jakbym Boga nie potrzebował, polegając wyłącznie na własnych siłach, licząc tylko na siebie?
- \* Modlitwa jest pierwszym aktem wiary. Jaki czas w moim życiu zajmuje modlitwa, jaka jest jej forma, jakie rodzi owoce?
- \* Czy modlitwa mnie nudzi, dlaczego?
- \* Czy uczęszczam na niedzielną i świąteczną Eucharystię, jakie są tego motywy?
- \* Czy potrafię odpoczywać, świętować w niedzielę?
- \* Czy pogłębiam wiedzę o Bogu poprzez lekturę Biblii?
- \* Kochać Chrystusa to kochać Jego Kościół. Czy deklaruję wiarę w Boga, ale nie akceptuję jego Kościoła?
- \* Czy czuję się odpowiedzialny za Kościół, jak angażuję się w życie mojej wspólnoty parafialnej lub duszpasterstwo akademickie?
- \* Czy jestem zabobonny? Czy daję wiarę horoskopom, wróżkom, magii, okultyzmowi itd.?
- \* Czy mam swoich bożków, którzy zajmują miejsce wyższe od Boga mojej wiary?

### **Miłość bliźniego i grzechy przeciwko bliźnim**

- \* Czy traktuję drugiego człowieka jedynie jako środek do osiągnięcia swoich celów?
- \* Czy potrafię zareagować na krzywdę innych?
- \* Czy ktoś cierpi z mojego powodu? Czy mogę i chcę zmienić ten stan rzeczy?
- \* Czy jestem prawdziwy przed ludźmi; kiedy wkładam "maski"; dlaczego chcę ukrywać prawdę o sobie?
- \* Czy szufladkuję ludzi, oceniam ich jedynie z pozoru, z wyglądu, nie próbuję bliżej poznać?
- \* Czy lubię i akceptuję jedynie te osoby, które "wyceniam" po ich wyglądzie, bogactwie, sposobie noszenia się?
- \* Czy zdradzam w sercu i myślach swoją

dziewczynę /swojego chłopaka poprzez korzystanie z pornografii?

- \* Czy nie narzucam (swojej dziewczynie / swojemu chłopakowi) niechrześcijańskiej wizji wolności lub zasad życia moralnego przez współżycie przedmałżeńskie, antykoncepcję?
- \* Czy nienawidzę i zazdroszczę tym, którzy wydają się ode mnie lepsi?
- \* Czy wykorzystuję ludzkie słabości, namawiając do stosowania tego, co niszczy człowieka (narkotyki, alkohol, pornografia, agresja)?
- \* Czy obarczam innych odpowiedzialnością za swoje zaniedbania, lenistwo, niedbałość?
- \* Czy buduję pozytywne relacje w swojej rodzinie?
- \* Czy kradnę innym lub oszukuję?
- \* Czy dojrzałe i odpowiedzialnie korzystam ze swojej seksualności zachowując czystość właściwą dla mojego stanu?
- \* Czy potrafię być gościnnie, wdzięczny, przebaczący, współczujący?
- \* Czy wypowiadam wulgarne, agresywne słowa pod adresem innych?
- \* Czy składam obietnice, przysięgi, których nie dotrzymuję?

### **Miłość i grzechy przeciwko sobie**

- \* Czy akceptuję siebie, swoje życie, swój wygląd?
- \* Czy mam do siebie szacunek i znam swoją ludzką godność?
- \* Czy pogardzałem sobą, próbując odebrać sobie życia lub się okaleczać?
- \* Czy odpowiedzialnie podchodzę do moich obowiązków?
- \* Czy jestem leniwy, czy łatwo się zniechęcam?
- \* Czy łatwo wpadam w rozpacz, histerię?
- \* Czy mam lęki, które paraliżują moje działanie i życie, co lub kto jest ich powodem?
- \* Czy szanuję moje zdrowie i życie, unikając używek: alkoholu, narkotyków, papierosów, hazardu?
- \* Czy wychowuję się do dojrzałej i odpowiedzialnej seksualności przez unikanie pornografii, samogwałtu?
- \* Czy przywiązuję zbyt dużą wagę do rzeczy materialnych?