

	<b>Prikázanie</b>	<b>Hriechy</b>
1.	Ja som Pán, Tvoj Boh, nebudeš mať okrem mňa iných bohov, ktorým by si sa klaňal.	Pýcha, Poverčivosť, Veštenie, Mágia, Čítanie horoskopov, Dôvera v iných bohov, Ateizmus, Zúfalstvo, Odmietanie veriť čo Boh zjavil
2.	Nevezmeš meno Božie nadarmo.	Zneužitie Božieho mena, Vulgarizmy
3.	Pamätaj, že máš sviätiteľ sviatočné dni.	Neskorý príchod na omšu, Skorý odchod z omše, Vynechanie omše v nedeľu alebo v prikázaný sviatok, Zbytočná práca v nedeľu, Nakupovanie v nedeľu, Zabúdanie na modlitbu ráno a večer - pred a po jedle, Lenivosť
4.	Cti svojho otca a svoju matku.	Neúcta k rodičom, Neposlúchnutie rodičov, Nemodlenie sa za rodičov, Odoprenie starostlivosti o bezvládných rodičov, Neúcta k súrodencom, spolužiakom, spolupracovníkom, Neúcta k predstaveným, Podvádzanie v škole, odpisovanie, chodenie poza školu
5.	Nezabiješ.	Vražda, Trápenie zvierat, Škodenie na vlastnom zdraví – nadmerné pitie alkoholu, fajčenie, drogy, fetovanie, používanie omamných látok, Potrat, Nedodržovanie bezpečnostných predpisov na ceste, v práci. Nedodržanie pôstu
6.	Nezosmilníš.	Nečisté myšlienky – žiadosti – dotyky, Pornografia, Masturbácia, Predmanželský pohlavný styk, Zabraňovanie počatiu – antikoncepcia, Homosexuálne skutky, Nemravné vtipy, Náruživé bozkávanie slobodných ľudí
7.	Nepokradneš.	Krádež, Daňový podvod, Vandalizmus
8.	Nebudeš krivo svedčiť proti svojmu blížnemu.	Krivá prisaha, Klamstvo, Ohováranie, Osočovanie, Prezradenie zvereneho alebo úradného tajomstva
9.	Nebudeš žiadostivo túžiť po manželke svojho blížneho.	Žiarlivosť, Telesná žiadostivosť, Manželská nevera
10.	Nebudeš túžiť po majetku svojho blížneho.	Záľuba v bohatstve, Radosť z neúspechu druhých, Nenásytnosť, Závist

## Ako postupovať pri svätej spovedi?

1. Na začiatku sa pozdravíš slovami: **Pochválený buď Ježiš Kristus!**  
Kňaz odpovie: Naveky Amen.
2. Pokiaľ ťa kňaz nepozná, tak sa stručne predstav:  
**Mám... rokov.**  
**Chodím do školy** (ZŠ, SŠ, VŠ), Pracujem ako...  
Som slobodný (ženatý, vdovec...)
3. Potom povedz: **Spovedám sa Pánu Bohu i vám otče duchovný, že od mojej poslednej spovede, ktorá bola pred mesiacom (rokom, pred... rokmi) som spáchal tieto hriechy:**  
Vymenuj podľa návodu na druhej strane.
4. Ak sa ti niekedy stalo, že si vedome pri spovedi hriech zamlčal, treba konkrétne povedať, ktorý to bol hriech.
5. Po vyznaní hriechov povedz.  
**Na viac hriechov sa už nepamätám.**
6. Nasleduje povzbudenie kňaza, pričom ti kňaz uloží pokánie:  
(najčastejšie nejakú modlitbu, ktorú sa máš po skončení spovede hneď pomodliť).
7. Kňaz ťa vyzve, aby si oľutoval svoje hriechy. Môžeš to urobiť aj týmito, alebo podobnými slovami:  
**„Bože, láska moja Teba milujem. Preto svoje hriechy veľmi ľutujem. Nechcem viac uraziť tvoju dobrotu. Prosím Ťa odpusť mi pre krv Kristovu.“**
8. Kňaz ti udelí rozhrešenie, pričom nad tebou urobí znak kríža.  
Vtedy sa prežehnaj.
9. Pri odchode ti kňaz môže povedať slová pozdravu:  
S Pánom Bohom! Odpoveď: **S Bohom!**  
*Alebo:* Ďakuj Pánovi, lebo je dobrý.  
Odpoveď: **Lebo jeho milosrdenstvo trvá naveky.**

---

Celý priebeh spovede môžeš čítať aj z tohto papiera, alebo podobného papiera, ktorý si sám pripravíš.