

Svátost smíření

Kdyby lidé více klečeli ve zpovědnici, méně by leželi v nemocnici.

švýcarský psycholog a lékař Carl Gustav Jung

Svátost smíření je pro člověka velkým darem od Boha, je to „svátost „uzdravující“, která nám má pomoci budovat poctivý vztah k Bohu, církvi, bližním i k sobě samému.

Je pravda, že ani ohromně veliké množství lehkých hříchů nemůže dát dohromady hřích těžký, ale i nahromaděné lehké hříchy se stávají problémem, protože způsobují, že nás přemáhá slabost a nedokážeme bojovat proti svým špatným sklonům; když dlouhodobě zanedbávám ty lehké, většinou se z nich stávají těžší a těžší, které působí více bolesti nám osobně i našemu okolí. Naším úkolem je na prvním místě vztah lásky k Bohu a proto bojovat se všedními hříchy neodpovídá lásce k Němu. V každém našem hříchu je určitý stupeň našeho odklonění se od Boha kvůli něčemu stvořenému. V podstatě se v něm skrývá nějaká forma naší sebelásky, sobectví nebo pychy.

Když nejdeme delší dobu ke zpovědi, narůstá v nás zloba a neklid, reagujeme podrážděněji i na úplné maličkosti. Zpověď nám přinese do srdce nový klid.

Základem je dobré zpytování svědomí. Každé zpytování svědomí bychom měli začít modlitbou k Duchu sv. Např.: „*Duchu svatý, osviť mě, abych své hříchy poznal, abych jich srdečně litoval, upřímně se z nich vyzpovídal a dokázal se napravit.*“ Pak se máme ohlédnout zpět na život uplynulý od poslední zpovědi – co v něm bylo nesprávného. Nejprve bez nějaké pomůcky a nakonec můžeme nahlédnout do zpovědního zrcadla, na co nás ještě upozorní.

Při zpytování svědomí máme nejen sledovat spáchané hříchy, ale též dobré skutky, které jsme mohli vykonat, ale nevykonali.

Je velmi vhodné zpytovat svědomí nejen před zpovědí, ale každý den – nejlépe večer, kdy si projdeme uplynulý den, co se týče správnosti našeho jednání.

Zpytování svědomí nás má vést k tomu, abychom si uvědomili, že jsme hříšníci, ale nemáme kvůli tomu propadat beznaději a zoufal-

ství, netrpět depresí z toho, že jsem špatný, ale radovat se z nabídnuté Boží ruky, která mne očišťuje, povzbuzuje a dává mi sílu k novému životu.

Čím je člověk blíž k Bohu, tím lépe vidí sám sebe a své hříchy. Křesťan, který své hříchy nevidí, kterému se zdá, že nehřeší, je pravděpodobně ne světec, ale spíše hodně daleko od Pána.

Po zpytování svědomí by mělo následovat **vzbuzení lítosti** nad spáchanými hříchy. Lítost je pro odpuštění hříchů nezbytná. I kdybychom neměli mnoho času na intenzivní zpytování svědomí a neuvědomili si všechny hříchy, **lítost zde nesmí chybět** – jinak by nebylo možné platně přijmout tuto svátost.

Není nutné, abychom lítost pociťovali, protože lítost je především věcí vůle a ne citů. Lítost znamená uvědomění si a uznání špatnosti hříšného skutku, odřeknutí se zlého a toho, co k němu vede. Důležité je také konkrétní předsevzetí jak čelit náklonnosti ke hříchu a snaha o nápravu škod, které jsem hříchem spáchal - vrátím ukradené věci, omluvím se apod.

Při zpovědi máme vyznat všechna těžká provinění i jejich počet. Lehké hříchy není nutné vždy všechny vyznávat, ale to neznamená, že nemá význam o nich hovořit. **Máme se zaměřit především na ty hříchy, které jsou překážkou pro náš lepší vztah k Bohu, aby nám zpovědník mohl pomoci radou.**

Pokud je nám něco nejasné, nebojme se poradit se se zpovědníkem. Při vyznávání hříchů nemá cenu se omlouvat či vymlouvat, proč jsem udělal to či ono, protože **Pán Bůh nás zná a ví moc dobře, jak to bylo**. Budme konkrétní a jasní. Vyhněme se formulím typu: „*To víte, člověk občas zalže; ono se pomlouvá; třeba se nejde v neděli do kostela.*“ Ale vyznejme upřímně: „*Lhal jsem, pomlouval jsem, nebyl jsem v neděli na mši svaté atd.*“

Důležitější než mluvení o svátosti smíření, je hojně a s užitkem využívat tohoto obrovského Božího daru.

