

Pamiętaj: Warunki żalu doskonałego:

- Zachodzi niemożność skorzystania z indywidualnej spowiedzi
- Zrobienie szczegółowego rachunku sumienia
- Uznanie przed Bogiem swojej winy za popełnione grzechy
- Wyrażenie szczerego żalu za wszystkie grzechy, ciężkie i lekkie
- Wyrażenie mocnego postanowienia przystąpienia do spowiedzi sakramentalnej
- Spełnienie aktu pobożności lub miłości bliźniego jako formy zadośćuczynienia
- Przystąpienie w najbliższym możliwym terminie do spowiedzi sakramentalnej

Często praktykowany akt żalu płynącego z miłości jest dobrym przygotowaniem do przyjmowania sakramentu spowiedzi, a w chwili niebezpieczeństwa śmierci może otworzyć nam bramy raju.

Propozycja formy obrzędu żalu doskonałego

Przed aktem żalu doskonałego należy uczynić szczegółowy rachunek sumienia i postanowić poprawę odrzucając popełnione grzechy i przywiązanie do nich, jednocześnie wzbudzając sobie mocne postanowienie odbycia spowiedzi sakramentalnej jak tylko to będzie możliwe.

1. Rachunek sumienia

2. Lektura Pisma Św. (np. Ewangelii Łk 7,36)

3. Wzbudzenie intencji:

Jeżu Miłosierny, który znasz mnie lepiej niż ja samego siebie, Ty widzisz wszystkie moje grzechy, ale też widzisz mój żal i skruchę, dlatego że zraniłem Twoją nieskończoną miłość do mnie. W duchu pokuty szczerze wyznaję wszystkie swoje grzechy, uznaję, że obraziłem Cię i wyrządziłem krzywdę Kościołowi i każdemu z moich braci. Przyjmij łaskawie moją skruchę, okaż mi swoje Miłosierdzie i pozwól mi wkrótce stanąć przed kapłanem, aby otrzymać sakramentalne rozgrzeszenie.

4. Modlitwa:

„Panie Jeżu, który otwierałeś oczy niewidomym, uzdrawiałeś chorych, przebaczałeś grzesznicy, a Piotra po grzechu utwierdziłeś w swojej miłości, przyjmij moje błaganie, odpuść mi wszystkie grzechy, odnow we mnie swoją miłość, dozwól mi stale żyć w jedności z braćmi, abym mógł głosić ludziom Twoje zbawienie” („Obrzędy Pokuty, nr 86).

Boże, najlepszy Ojczy, Ty dałeś mi życie, uczyniłeś mnie swoim dzieckiem i posłałeś swego Syna, który przez śmierć i zmartwychwstanie zgładził grzechy świata. Na Twoją miłość nie zawsze odpowiadałem miłością. Mam teraz przed oczyma swoje grzechy. Proszę, przebac mi wszystko, przez co oddaliłem się od Ciebie i czym skrzywdziłem moich bliźnich. Żałuję za to z całego serca. Tylko Ty możesz odpuścić mi grzechy. Bardzo Cię o to proszę. Boże kocham Cię i chcę być już zawsze z Tobą.

Jeżu, ufam Tobie.

Krótką formę takiego aktu proponuje Katechizm: „Ach żałuję za me złości jedynie dla twej miłości. Bądź miłościw mnie grzesznemu, całym sercem skruszonemu”. Lub w pełnej formie:

„**Wierzę w Ciebie**, Boże żywy, w Trójcy jedyny, prawdziwy;

Wierzę, coś objawił Boże, Tve słowo mylić się nie może.

Ufam, Tobie, boś Ty wierny, wszechmogący i miłosierny;

Dasz mi grzechów odpuszczenie, łaskę i wieczne zbawienie.

Boże, choć Cię nie pojmuję, jednak nad wszystko miłuję.

Nad wszystko, co jest stworzone, Boś Ty dobro nieskończone.

Ach żałuję za me złości, jedynie dla Twej miłości.

Bądź miłościw mnie grzesznemu, całym sercem skruszonemu”.

5. Postanović sobie w ramach własnego zadośćuczynienia, jako że nie ma nadanej pokuty, spełnienie jakiegoś aktu religijnego (adoracja, modlitwa, itp.) lub uczynku miłości wobec bliźniego.

KOMUNIA ŚWIĘTA DUCHOWA

Gdy nie możesz przyjąć Jezusa w Eucharystii, przyjmij Go w Komunii duchowej. Możesz to czynić codziennie.

Módl się swoimi słowami albo powtarzaj:

„Jezu, wierzę w Twoją obecność pod postacią Chleba. Jezu, przyjdź do mojego serca, kocham Cię i tęsknię za Tobą. Obdarz mnie łaskami, które teraz są mi najbardziej potrzebne. Jezu, ufam Tobie”.

P. Wzbudźmy w sobie teraz pragnienie duchowego przyjęcia łaski Komunii świętej. Prośmy Chrystusa Pana, aby przyszedł do naszych serc i abyśmy otrzymali dar zjednoczenia z Nim. Módlmy się o to słowami papieża Franciszka.

„Klękam u Twoich stóp, o mój Jezu, i ofiarowuję Tobie skruchę mego serca, które pogrąża się w nicości i Twojej świętej obecności. Uwielbiam Ciebie w Sakramencie Twej miłości, pragnę Cię przyjąć w ubogim mieszkaniu mego serca. W oczekiwaniu na szczęście Komunii sakramentalnej pragnę Cię przyjąć w Duchu. Przyjdź do mnie, o mój Jezu, abym przyszedł do Ciebie. Niech Twoja miłość rozpali całą moją istotę na życie i na śmierć. Wierzę w Ciebie, ufam Tobie, kocham Ciebie. Niech się tak stanie”.

W. Amen.

Modlitwa „Duszo Chrystusowa”