

## Приготування до Святого ТАЇНСТВА ПОКАЯННЯ

Святе Покаяння є одним із Таїнств Церкви. Це пізнання й визнання нашої вини і наших гріхів щоб отримати відпущення і прощення їх. Ми приходимо до Господа, щоб виявити нашу любов до Нього і наш жаль за вчинені нами гріхи. Цим ми визнаємо Його як нашого Отця, Який любить і прощає нам.

Важливо є підготуватися до Сповіді щирою молитвою, постом і примиренням з іншими. Ми приходимо до священика, як до лікаря, якому дана сила лікувати в Ім'я Господнє.

Христос сказав своїм апостолам, “Кому відпустите гріхи—відпустяться їм, кому ж затримаєте—затримаються.” (Івана 20:22-23) Він надав своїм апостолам владу розрешення, котру успадкували їхні наставники - священики. Благодать, яку вони отримують під час свячень, дає їм уміння добирати властиві слова духовного зцілення та прощення

Вселенський Собор в Трулло (692 р.) ствердив: “Ті, що отримали силу прощати чи оставляти гріхи, повинні поводитися, як обережні лікарі, що знаходять відповідний лік для кожної людини, яка кається, і для властивих їй гріхів.”

Це великий дар для людей та ще більша відповідальність для священиків.

Святе Покаяння вважається відновленням святого Таїнства Хрещення. Тому його часом називають “другим Хрещенням”.

### СПОВІДЬ ВКЛЮЧАЄ

#### 1. Іспит совісті та молитва:

Просимо у Святого Духа помочі згадати всі гріхи, вчинені з часу останньої Сповіді,

а також показати нам, де є корінь нашого гріха. Наша Церква вчить, що кожен гріх має нищівний вплив на наші відносини та наше духовне здоров'я. Важкі (смертні) гріхи на Сповіді треба визнавати на Сповіді, і легкі також не легковажити, оскільки їх накопичення є не менш нищівним.

#### 2. Покаяння та жаль.

#### 3. Сповідь і розрешення:

Сповідь допомагає нам зберегти душу здоровою, надаючи нам можливість до самоаналізу та відновлення Божого прощення.

□

### ІСПИТ СОВІСТІ НА ПІДСТАВІ ДЕСЯТЬОХ ЗАПОВІДЕЙ

1 Бог промовив всі слова оці, кажучи:  
Я Господь Бог твій... хай не буде тобі інших богів, крім Мене. - *Вихід 20:1,2*

□ Чи є в моїм житті щось, що є більш важливим, ніж Сам Бог: майно, слава, родина, робота, розвага і т.п.?

□ Чи я молюся щоранку і щовечора? Чи моя молитва ревна?

□ Чи я раджуся з ворожками (астрологами, нумерологами і т.п.)? Чи брав/брала участь у сеансах?

□ Чи я вірую в “удачі” і у випадковість? Чи я азартний гравець?

2 Не твори собі кумира і всякої подоби з того, що на небі вгорі, або на землі внизу, і що в воді під землею. Не поклоняйся їм і не служи їм; бо Я Господь Бог твій. - *Вихід 20:4,5*

□ Чи в мене Бог на першому місці? А може не Бог, а щось інше у мене на першому місці, наприклад, накопичення грошей,

придбання маєтків, розваги і забави, їжа, пиття, одяг, прикрашання себе.

□ Може, дбаючи про себе чи свою родину, я забуваю Бога і не догоджаю Йому, не виконую приписаного Церквою? Якщо так, то я служу ідолові і він, а не Бог, у мене на першому місці.

□ А може у мене на першому місці мистецтво, спорт, розвага, чи навчання?

□ Може якась пристрасть (любов до грошей, об'їдання, тілесні похоті) заволоділа моїм серцем? Чи в своїх гордощах і егоїзмі я сам зробився для себе ідолом? Чи гординя зробила мене сліпим до моїх власних гріхів?

3 Не згадуй Імени Господа Бога твого даремно. - *Вихід 20:7*

□ Чи я безоглядно і зневажливо вживаю Ім'я Господнє або, ще гірше, чи я насміхався з чогось святого? Чи, зі злості, чи огірчення, чи відчаю я *нарікав/нарікала* на Бога або навіть ганьбив/ганьбила Його?  
□ Чи я *зламав/зламала* дану мною присягу?  
□ Чи я молюся розсіяно і не уважно?

4 Пам'ятай день суботній, щоб святити його. Шість днів працєю і виконуй всю працю свою, а день сьомий, субота, для Господа Бога твого. - *Вихід 20:8-11*

□ Чи я буваю на богослуженнях в міру можливостей?

□ Коли пропускаю богослуження, чи на це є поважна причина?

□ Чи я знеславлюю неділі та інші великі свята, визнані Церквою, тим, що працюю в ці дні, не з необхідности, а для заробітку?

□ Чи у свята, замість молитися в церкві, я розважаюся на зібраннях, на яких не згадується Бога?

□ Чи, влаштуовуючи такі розваги і зібрання, я відтягаю інших від відвідування церкви?

Чи я совісно приймаю участь у Богослуженнях? Чи я приходжу до церкви зі спізненням або наприкінці Служби? Чи я відходжу заскоро? Чи я вникаю в Службу? Чи я виходжу з церкви під час Служби, щоб попліткувати, покурити, або полагодити щось, вважаючи, що Бог не помітить моєї поведінки?

5 Шануй батька твого і матір твою і добре тобі буде і довго житимеш на землі. — *Вихід 20:12*

Чи бувало, що я був/була нешанобливий/нешаноблива до своїх батьків, або неухажливий/неухажлива до їхніх порад і турбот?

Чи доглядав/доглядала їх під час недуги і в старості літ?

Якщо мої батьки вже покійні, чи часто молюся за спокій їхніх душ?

Чи нешанобливо поведився/поводилася з священнослужителями церкви? Чи їх критикував/критикувала? Чи засмучувало, коли вони мені нагадували про вічність, про спасіння моєї душі, про гріхи; або коли вони закликали мене слухатися Церкви і її правил?

6 Не вбивай. — *Вихід 20:13*

Чи я вчинив вбивство?  Може і не фізично, але може спричинив/спричинила чиясь смерть, хоч і не безпосередньо: може міг/могла допомогти комусь, але не допоміг/допомогла, не нагодував/ нагодувала голодних, не напоїв/напоїла спраглих  не прийняв/прийнала подорожнього, не зодягнув/зодягнула нагого, не відвідував/відвідувала недужих і тих, що у в'язниці?

Чи допустився/допустилася духовного вбивства, тобто звів/звела когось з шляху правдивого? Чи дозволив/ дозволила собі бути втягненим/втягнена в ересь чи розкол?

Чи спокусив /спокусила когось до гріха?

Чи вбив/вбила когось духовно, проявом злості й ненависті, чи знівечив/знівечила чиясь життя наклепами?

Чи прощаю тим, які мене ображають? Чи довго відчуваю в серці злобу і зневагу?

Чи я алкоголік, наркоман, чи займаюся іншими речами, шкідливими для мого тіла, яке є храмом Духа Святого?

Чи вдавалася до абортів, або до медичних процедур які сприяли б вбивству людського життя? Чи комусь радив/радила зробити аборт, звершив/звершила аборт, або був причетним/ була причетною до абарту?

7 Не чини перелюбу. — *Вихід 20:14*

Чи я перелюбствував/ перелюбствувала?

Чи жив/жила з особою протилежної статі, маючи статеві стосунки, без отримання Таїнства Шлюбу?

Чи мав/мала я позашлюбні статеві стосунки, або чи брав/брала я участь у неприємних статевих стосунках?

8 Не кради. — *Вихід 20:15*

Чи я будь-яким шляхом присвоїв/присвоїла собі чужу власність — обманством, хитрощами, змовою?

Чи я не заплатив/заплатила робітникові/робітниці або намагався/намагалася затримати щось, що йому/їй по праву належить?  Чи привласнив / привласнила я крадене добро?

9 Не свідчи неправдиво проти ближнього. — *Вихід 20:16*

Чи я робив /робила наклепи на ближніх?

Чи критикував / критикувала інших, скандалив / скандалила і обговорював / обговорювала їх за уявлені мною їхні гріхи і провини?

10 Не жадай жони ближнього твого, не жадай дому ближнього твого, ані села його, ані раба його, ані рабині його, ані вола його, ані осла його, ані всякої худоби його, ані всього, що у ближнього твого. — *Вихід 20:17*

Чи я заздрю іншим? Заздрість завжди приводить до злоби й ненависті, і може заставити мене робити нерозсудливі вчинки, включно з вбивством.

*Ісусе Христе Сину Божий, помилуй мене грішного/грішної.*

#### *Молитва покаяння*

Прости і забудь, Боже, провини мої добровільні й недобровільні, що вчинив я в слові і в ділі, свідомо й несвідомо, в день і вночі, в розумі і в думці все мені прости, бо Ти Добрий і Чоловіколюбний.

Надія моя — Отець, пристановище моє — Син, захист мій — Дух Святий; Тройце Свята, Слава Тобі.

Слава Отцю і Сину і Святому Духові, і нині і повсяк час, і на і віки вічні. Амінь.

Господи Ісусе Христе, Сину Божий, за молитви Пресвятої Твоєї Матері і всіх Святих помилуй нас.

В ім'я Отця і Сина і Святого Духа. Амінь.  
(3 рази)

\* Сповідь є одна із Сім Святих Таїн (Хрещення, Миропомазання, Покаяння [Сповідь], Причастя, Святе Маслосвяття [Соборування], Подружжя, Священство). Усі Святі Таїнства відбуваються в присутності спільноти.

\* Також читайте: **Repentance and Confession** by Fr. John Chryssavgis, **These are the Sacraments** by Fr. Anthony Coniaris, **We return to God** (для дітей і молоді) by Fr. Constance Tarasar, **If we confess our sins** by Fr. Thomas Норко.

\*\*Матеріали в цій брошурці походять з молитовників **Добрий Пастир** і **Віра** (УПЦК), і з постового бюлетеня Св. Марії Покрови, (УАПЦ), Ротчестер, Н.І.