

Część I – Wiara to nie słowa i deklaracje

W części pierwszej swojego *Przewodnika* zatytułowanej *Wiara to nie słowa i deklaracje* znajdziesz miejsce na dane osobowe, charakterystykę Twojego patrona z bierzmowania oraz sporo tabelek i rubryczek: miejsca na podpisy od Twojego duszpasterza albo katechety. Od Ciebie zależy jak je potraktujesz. One pomogą odpowiedzieć Ci na pytanie, czy faktycznie praktykujesz swoją wiarę, czy tylko deklarujesz ją, a tak naprawdę jest ona martwa. *Ale ja jestem wierzący niepraktykujący* – może powiesz. Ktoś inny może powiedzieć, że jest wegetarianinem, ale też nie praktykuje. Nie ma to sensu, prawda? Z wiarą jest podobnie. Zobacz ile podpisów zbierzesz i sam odpowiedz sobie na pytanie: czy praktykujesz swoją wiarę.



Symbolem tej części *Przewodnika* jest arabska litera N. To skrót od słowa Nazarejczyk. W Iraku ekstremiści islamscy malują ją na domach chrześcijan, by łatwiej było ich namierzyć i zabić. Ilekroć będziesz widział ten znak w swoim *Przewodniku* i otrzymywał kolejny podpis, pomyśl, że gdzieś na świecie ktoś jest zabijany za to, że przyznaje się do wiary w Jezusa.

Dane osobowe kandydata

Imię i Nazwisko

.....

Adres

.....

Parafia

.....

Data Chrztu

.....

Imię i nazwisko duszpasterza (i animatora)
przygotowującego do bierzmowania

.....

.....

Oświadczenie rodziców

Niniejszym zgłaszamy naszego syna/naszą córkę do przyjęcia sakramentu bierzmowania. Jako osoby odpowiedzialne za wychowanie naszego dziecka w wierze, do czego zobowiązaliśmy się podczas jego chrztu, będziemy wspierać je w sposób szczególny poprzez modlitwę i przykład życia w tym ważnym dla niego czasie przygotowania do sakramentu bierzmowania.

Data

Podpis rodziców

Zobowiązanie kandydata

Ja,, dn. 20..... r.

Rozpocząłem/-ęłam okres przygotowania przed przyjęciem sakramentu bierzmowania w parafii pw.

Świadomie i dobrowolnie zobowiązuję się przestrzegać wymagań stawianych przez księdza/katechetę/animatora odpowiedzialnego za proces mojego przygotowania.

.....
Podpis kandydata

Imię do Bierzmowania

Postanawiam, że w dniu bierzmowania przyjmę imię:

.....

Informacje o moim nowym patronie i uzasadnienie wyboru imienia

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Spowiedź Święta Kandydata

(obowiązkowa)

	Data		Podpis księdza
Na rozpoczęcie formacji/roku szkolnego	I rok		
	II rok		
Adwent	I rok		
	II rok		
Wielkanoc	I rok		
	II rok		
Na zakończenie roku szkolnego	I rok		
	II rok		
Przed przyjęciem sakramentu bierzmowania			

(dodatkowa)

	Data	Podpis księdza
1		
2		
3		
4		
5		

6		
7		
8		
9		
10		

Spotkania formacyjne

	Data	Podpis księdza
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Uczestnictwo we Mszach Świętych

	Data	Podpis księdza
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		

Nabożeństwa dodatkowe

(np.: różaniec, roraty, Droga krzyżowa, majowe)

	Nazwa nabożeństwa	Data	Podpis księdza
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			

22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

Pytania katechizmowe (zaliczenie)

	Zakres pytań	Podpis księdza
1		
2		
3		
4		
5		

Część II – Wierzę w Boga, czyli...

W tej części *Przewodnika* zatytułowanej *Wierzę w Boga, czyli...*, znajdziesz krótkie pytania i odpowiedzi. Popularnie nazywa się to katechizmem, ale nie traktuj tego szablono. Te pytania pomogą Ci znaleźć odpowiedź, czy faktycznie wiesz, w co wierzysz? Bóg to Trójca Osób i to wszyscy wiedzą. Ale czy wiesz np. kiedy Jezus ustanowił sakrament pokuty albo co oznacza samo imię *Jezus*? Sam przekonaj się, czy wiesz w co wierzysz. Wszystkie pytania są podzielone na 4 części: *Wyznanie wiary* (część najobszerniejsza), *Celebracja misterium chrześcijańskiego* (życie sakramentalne), *Życie w Chrystusie* (wszystko, co dotyczy przykazań i grzechów) oraz część poświęcona *Modlitwie chrześcijańskiej*.



W tej części *Przewodnika* będzie Cię prowadziła ikona *Dobrego Pasterza*, która znajduje się na *Katechizmie Kościoła Katolickiego*. Ilekroć będziesz zaglądał do tych pytań i odpowiedzi pamiętaj, że Jezus, Dobry Pasterz chce Cię prowadzić do prawdziwej wiary.

A. Wyznanie wiary

1. Kto to jest Pan Bóg?

Pan Bóg jest to Duch najdoskonalszy, Stworzyciel świata i nasz najlepszy Ojciec.

2. Kto to jest człowiek?

Człowiek to stworzenie Bożym. Jest równocześnie istotą cielesną i duchową. Posiada rozum i wolną wolę.

3. Co to jest dusza ludzka?

Dusza ludzka jest to rozumny i wolny duch, który nasze ciało ożywia i w nim działa.

4. Co to znaczy, że dusza ludzka jest nieśmiertelna?

Dusza ludzka jest nieśmiertelna, to znaczy, że nigdy nie umrze. Nie ginie po oddzieleniu się od ciała w chwili śmierci i połączy się z nim na nowo w chwili ostatecznego zmartwychwstania.

5. Co to znaczy, że człowiek został stworzony na „obraz Boży”?

Człowiek został stworzony na obraz Boży, to znaczy, że jest zdolny do poznawania i pokochania w sposób wolny swego Stworzyciela.

6. Po co Pan Bóg stworzył człowieka?

Pan Bóg stworzył człowieka, aby Go poznawał, kochał Go, wiernie wypełniał Jego wolę i miał udział w szczęśliwym życiu Bożym.

33. Co to jest Objawienie Boże?

Objawienie Boże to zbiór prawd religijnych, które Bóg podał ludziom przez słowa i znaki, a Kościół Katolicki przekazuje i podaje do wierzenia.

34. Co to jest Pismo Święte?

Pismo Święte, to zbiór ksiąg spisanych pod natchnieniem Ducha Świętego, które bez błędu nauczają prawd koniecznych dla naszego zbawienia.

35. Z ilu ksiąg składa się Pismo Święte?

Pismo Święte składa się z 73 ksiąg – 46 ksiąg Starego Testamentu i 27 ksiąg Nowego Testamentu.

36. Jaką funkcję pełni Pismo Święte w życiu członków Kościoła?

Pismo Święte jest umocnieniem naszej wiary, pokarmem duszy i źródłem życia duchowego.

37. Kim są aniołowie?

Aniołowie są to stworzenia Boże, które mają rozum i wolną wolę, ale nie mają ciała. Nieustannie wielbią one Boga, służą Mu i są Jego wysłannikami w wypełnianiu dzieła zbawienia wobec ludzi.

38. Jak nazywają się aniołowie, którzy zgrzeszyli?

Aniołowie, którzy zgrzeszyli, nazywają się złymi duchami, szatanami lub diabłami.

B. Celebracja misterium chrześcijańskiego (życie sakramentalne)

39. Co to jest sakrament?

Sakrament to widzialny znak niewidzialnej łaski, ustanowiony przez Chrystusa i powierzony Kościołowi, przez który jest nam udzielane życie Boże.

40. Co to jest chrzest?

Chrzest jest to pierwszy i najpotrzebniejszy sakrament, który uwalnia nas od grzechów, czyni nas dziećmi i przyjaciółmi Boga oraz jednoczy nas z Chrystusem i Kościołem.

41. Dlaczego chrzest jest pierwszym sakramentem?

Chrzest jest pierwszym sakramentem, ponieważ przed chrztem żadnego innego sakramentu nie można przyjąć.

42. Dlaczego Pan Jezus nazywa chrzest nowym narodzeniem?

Pan Jezus nazywa chrzest nowym narodzeniem, ponieważ przez chrzest człowiek rodzi się do nowego życia, staje się dzieckiem Bożym.

43. Co to jest łaska uświęcająca?

Łaska uświęcająca jest to dar Boży, który daje nam życie nadprzyrodzone i czyni nas dziećmi Bożymi.

44. Jak trzeba chrzcić?

Chrztu dokonuje się przez zanurzenie chrzczonego w wodzie lub polanie wodą jego głowy i wypowiedzenie

C. Życie w Chrystusie

67. Na czym polegał grzech pierwszych ludzi?

Grzech ten polegał na tym, że człowiek, skuszony przez szatana, okazał nieposłuszeństwo Bogu.

68. Jaki skutek pociąga grzech pierwszych rodziców?

Skutkiem grzechu pierwszych rodziców jest zranienie natury ludzkiej, nazywane grzechem pierworodnym.

69. Co uczynił Bóg po popełnieniu grzechu przez pierwszych ludzi?

Po popełnieniu grzechu przez pierwszych ludzi Bóg nie opuścił człowieka, lecz zapowiedział mu zwycięstwo nad złem oraz podniesienie go z upadku.

70. Kto wyzwolił człowieka ze stanu grzechu i na nowo zjednoczył go z Bogiem?

Ze stanu grzechu wyzwolił człowieka i na nowo zjednoczył go z Bogiem – Jezus Chrystus, Syn Boży.

71. Dlaczego Pan Jezus zgodził się na mękę i śmierć na krzyżu?

Pan Jezus zgodził się na mękę i śmierć na krzyżu, aby Bogu Ojcu okazać miłość i posłuszeństwo oraz odkupić nas od grzechu i potępienia wiecznego.

72. Co to jest grzech?

Grzech jest to świadome i dobrowolne odwrócenie się od Boga przez przekroczenie przykazań.

73. Jakie są skutki grzechu?

Grzech rani w nas godność dziecka Bożego, godzi w Kościół i niszczy dobre relacje między ludźmi.

74. Co to jest grzech śmiertelny?

Grzech śmiertelny jest zerwaniem przyjaźni z Bogiem przez świadome i dobrowolne przekroczenie przykazania Bożego lub kościelnego w rzeczy ważnej. Powoduje on utratę łaski uświęcającej.

75. Co to jest grzech powszedni?

Grzech powszedni jest to przekroczenie przykazań Bożych w małej rzeczy.

76. Czym jest sumienie?

Sumienie jest uzdolnieniem, które pozwala nam odróżniać dobre czyny od złych, pobudza nas do pełnienia dobra, a powstrzymuje od czynienia zła i jest naszym sędzią.

77. Co to znaczy wierzyć?

Wierzyć to znaczy zaufać Bogu i przyjąć całą prawdę, którą On objawił, odpowiadając na nią miłością i posłuszeństwem.

78. Co to jest cnota?

Cnota jest to stała skłonność do spełniania dobrych uczynków.

79. Co to jest przykazanie Boskie?

Przykazanie Boskie jest to objawiona wola Boża, którą ludzie powinni wypełnić.

80. Jakie przykazania Pan Bóg ogłosił ludziom?

Pan Bóg ogłosił ludziom dziesięć przykazań, czyli Dekalog.

81. Jak dzieli się Dekalog?

Dekalog dzieli się na dwie części:

- pierwsze trzy przykazania dotyczą miłowania Boga;
- siedem następnych dotyczy naszych relacji z bliźnimi.

82. Jakie jest najważniejsze przykazanie Boga?

Najważniejsze przykazanie Boga jest następujące: Będziesz miłował Pana Boga twego z całego serca swego, z całej duszy swojej i ze wszystkich sił swoich, a bliźniego swego jak siebie samego.

D. Modlitwa chrześcijańska**83. Jak nazywamy opiekę Bożą nad światem?**

Opiekę Bożą nad światem nazywamy Opatrznością.

84. W jaki sposób człowiek może współpracować z Opatrznością Bożą?

Człowiek może współpracować z Opatrznością Bożą przez swoje działanie, modlitwy i cierpienia.

85. Czym jest modlitwa?

Modlitwa jest spotkaniem dziecka Bożego z jego nieukończeniem dobrym Ojcem, z Jego Synem Jezusem Chrystusem i z Duchem Świętym.

86. Jakie są rodzaje modlitwy?

Są cztery rodzaje modlitwy: prośby, wstawiennicza, dziękczynienia i uwielbienia.

87. Gdzie możemy się modlić?

Możemy modlić się wszędzie, ale szczególnym miejscem modlitwy jest kościół.

Cześć III – Wiara to przyjaźń

W trzeciej części Twojego *Przewodnika*, zatytułowanej *Wiara to przyjaźń*, spróbujemy pomóc Ci uczyć się modlitwy, spotkania z Bogiem i przyjaźni z Jezusem. Św. Jan Paweł II mówił: „Prawdziwym przyjacielem jest ten, dzięki któremu staję się lepszy”. Takim przyjacielem chce być dla Ciebie Jezus. Pytanie: Czy Ty także chcesz być Jego przyjacielem?



W tej części *Przewodnika* będzie Cię prowadził symbol Ducha Świętego, Ducha, który uczy modlitwy. Ducha, który w Tobie, w Twoim wnętrzu woła: *Abba*, przypominając, że jesteś umiłowanym dzieckiem Boga (por. Rz 8,14.17). Ilekroć będziesz zaczy-

nał jakąkolwiek modlitwę, zapraszaj Ducha Świętego, aby Cię prowadził.

Wiara jest przyjaźnią...

Spotkaj się z Jezusem na osobistej modlitwie

Zapraszamy do osobistego spotkania z Panem podczas wieczornej modlitwy. Poniższe wskazania pomogą Ci poznawać Jezusa i nauczą Cię spotkania z Nim. Przejdź poszczególne etapy krok po kroku. Spróbuj...

Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię (Mt 11,28).

Przychodzisz spotkać się z Jezusem. Usiądź wygodnie lub uklęknij. Zamknij na chwilę oczy. Wyobraź sobie Jezusa, który przychodzi na spotkanie z Tobą. Wyobraź sobie Jego włosy, twarz, brodę, ubranie... Jezus jest zainteresowany Tobą. Zaprasza Cię na spotkanie... Chce usłyszeć jak wygląda Twoje życie...

W każdym położeniu dziękujcie, taka jest bowiem wola Boża w Jezusie Chrystusie względem was (1 Tes 5,18).

Przypomnij sobie cały dzisiejszy dzień. Pomyśl za co możesz podziękować Jezusowi. Za to, że miałeś co jeść, gdzie spać... Za rodziców, rodzeństwo... Zamknij oczy i pomyśl, za co chciałbyś Panu Jezusowi podziękować.

Bóg zaś okazuje nam swoją miłość [właśnie] przez to, że Chrystus umarł za nas, gdyśmy byli jeszcze grzesznikami (Rz 5,8).

Przejdź kolejno cały swój dzień, godzina po godzinie. Pomyśl o tym, co było w nim złe. Gdzie i kiedy zapomniałeś o Bogu. Czy zaniedbałeś czas modlitwy, spotkania

z Jezusem? Gdzie drugi człowiek cierpiał przez Twoje zachowanie? Może z kimś się pokłóciłeś albo kogoś wyśmiałeś w internecie? Czy troszczyłeś się o swoje zdrowie i higienę, kulturę osobistą, rozwój, naukę? Czy nie marnujesz swojego czasu przed komputerem lub telewizorem?

Proście, a będzie wam dane; szukajcie, a znajdziecie; kołaczcie, a otworzą wam. Albowiem każdy, kto prosi, otrzymuje; kto szuka, znajduje; a kołaczącemu otworzą (Mt 7,7).

Jezus zaprasza Cię, żebyś poprosił o to, czego potrzebujesz. Poproś o siły dla siebie samego, żebyś potrafił być przy Nim. O to, żebyś miał siłę do nauki, troski o innych. O co jeszcze chcesz prosić Pana Jezusa?

Wy zatem tak się módlcie (Mt 6,7).

Zakończ tę modlitwę słowami, których nauczył nas Jezus. *Ojcze Nasz...* Możesz też wezwać swoich świętych patronów.

Prawa Życia Duchowego

1. Bóg Cię kocha! To twierdzenie jest fundamentem naszej wiary. Wydaje się, że w naszym chrześcijańskim życiu słyszymy te słowa zbyt często (bo można się do nich przyzwyczaić) lub zbyt rzadko (by im uwierzyć). A prawda jest taka, że Bóg, który jest Twoim Ojcem, wie o Tobie wszystko, zna całe Twoje życie, ciągle powtarza jedno słowo: *kocham Cię*.

Bo góry mogą ustąpić i pagórki się zachwiać, ale miłość moja nie odstąpi od ciebie i nie zachwieje się moje przymierze pokoju, mówi Pan, który ma litość nad tobą (Iz 54,10).

Bóg pragnie tylko jednego – abyś Ty dał się pokochać w każdej sytuacji twójgo życia.

2. Znasz prawdę o Bożej miłości, o tym, że Bóg kocha Cię w sposób niewyobrażalny i bardzo osobisty. Ale jeżeli tak jest faktycznie, to dlaczego nie doświadczasz tej miłości i dalej: dlaczego jest w Tobie tyle niepokoju, lęku, rozgoryczenia, smutku, gniewu? Dlaczego rani się w rodzinach, czemu tak łatwo przychodzi nam krzywdzić innych, a tak trudno jest wybaczać? Wreszcie, dlaczego cierpią niewinni, skąd tyle zła na świecie – jeżeli Bóg jest miłością? Dlaczego? Pytanie jest bardzo dramatyczne, a odpowiedź bardzo ważna. Odpowiedzią jest grzech, który niszczy i zabija.

Wszyscy bowiem zgrzeszyli i pozbawieni są chwały Bożej (Rz 3, 23).

Trzeba się przyznać i stanąć w prawdzie o sobie samym – jestem grzesznikiem – ten fakt nie zmienia miłości Boga do Ciebie, ten fakt zmienia Twoje nastawienie do Boga.

3. Fakt: Bóg kocha każdego człowieka, ale grzech nie pozwala doświadczać tej miłości. Sam nie jesteś w stanie sobie pomóc. Szatan stale oskarża nas przed Bogiem, ukazuje ogrom naszego grzechu i mówi, że karą za nasze

winy będzie śmierć wieczna. Pomimo tego, jest dla nas Dobra Nowina! Ponieważ my sami nie mogliśmy dojść do Boga, Bóg zszedł do człowieka i wypełnił swoją obietnicę zbawienia.

Tak bowiem Bóg umiłował świat, że Syna swego Jednorodzonego dał, aby każdy, kto w Niego wierzy, nie zginął, ale miał życie wieczne. Albowiem Bóg nie posłał swego Syna na świat po to, aby świat potępił, ale po to, by świat został przez Niego zbawiony (J 3,16-17).

On to został wydany za nasze grzechy i wskrzeszony z martwych dla naszego usprawiedliwienia (Rz 4,25).

*Jezus pokonał szatana – On jest jedynym zwycięzcą!
On uwalnia od grzechu i daje Ci wolność!
Jezus jest jedynym Zbawicielem i Panem!*

4. Bóg odsłania swe serce przed człowiekiem nawet wtedy, gdy słyszy od niego: „nie chcę Twojej miłości”, „nie potrzebuję Cię”, „poradzę sobie sam”. Nawet wtedy Bóg nie przestaje nas kochać i dlatego posyła swojego Syna, aby grzech już nie panował nad jego dzieckiem, aby wyzwolić je z kajdan grzechu. Bóg potrzebuje tylko jednego: Twojej odpowiedzi na Jego miłość – odpowiedzi wiary i nawrócenia.

Oto stoję u drzwi i kołaczę: jeśli kto posłyszysz mój głos i drzwi otworzy, wejdę do niego i będę z nim wieczerzał, a on ze Mną (Ap 3,20).

Decyzja należy do Ciebie!

Jeśli jest Ci trudno wyrazić własnymi słowami przyjęcie Jezusa do swojego życia, to powierz się Jezusowi w następujący sposób:

Panie Jezu Chryste, wybieram Ciebie jako mojego Pana i za Apostołem Piotrem powtarzam: Ty jesteś Chrystus Syn Boga Żywego. Tobie oddaję moją przeszłość, dzień dzisiejszy i przyszłość oraz całą moją wieczność. Ty jesteś dla mnie Prawdą! Ty jesteś moją Drogą! Moim Życiem i moją Miłością! Teraz i na wieki. Amen.

5. Jezus jest tym, który zawsze dotrzymuje obietnic, bo nie może się zaprzecć samego siebie. Duch Święty jest miłością działającego w nas Boga, działa w sercu człowieka, by je odmienić. Jezus na krzyżu przemienił nasze serca, często pełne urazów do Boga, niechęci i wrogości. „Stary człowiek” został ukrzyżowany, a grzech zniszczony. W zamian Chrystus dał nam swoje życie: ukazał miłość do Ojca, wprowadził w swą zażyłą relację z Bogiem, nauczył być wobec Boga synami i córkami.

Jezus Chrystus pragnie, abyś żył w obfitości łask, dlatego posyła nam Ducha Świętego.

Albowiem wszyscy ci, których prowadzi Duch Boży, są synami Bożymi. Nie otrzymaliście przecież ducha niewoli, by się znowu pogrążyć w bojaźni, ale otrzymaliście ducha przybrania za synów, w którym możemy wołać: «Abba, Ojcze!» Sam Duch wspiera swym świadectwem naszego ducha, że jesteśmy dziećmi Bożymi. Jeżeli zaś jesteśmy dziećmi, to

Oratio: Teraz Ty mów do Boga. Otwórz serce przed Bogiem, aby mówić Mu o przeżyciach, które rodzi w Tobie słowo Boże.

- Uwielbiaj Boga i dziękuj Mu za to, kim On jest w Twoim życiu.
- Przywołaj na pamięć to, co Bóg uczynił w historii Twojego życia.
- Błagaj Go, proś, wołaj, wyrażaj cierpienia.
- Czyn to w kontekście słowa Bożego, które przeczytałeś.

Contemplatio: Trwaj przy Bogu całym sobą.

- Postaraj się milczeć i pozostawać w bezruchu, w skupieniu.
- Trwaj w doświadczeniu oczekiwania i spotkania.
- Staraj się patrzeć Jego oczami na siebie, na drugiego człowieka, na wydarzenia swojego życia.

Rachunek sumienia

Zanim przystąpisz do rachunku sumienia stań w obecności Boga. Potem przypomnij sobie, że jest On Miłością. Możesz przeczytać jakiś fragment z Pisma Świętego (np. Oz 11,1-11, Łk 15,11-32). Następnie pomódl się do Ducha Świętego prosząc o światło w poznaniu swoich grzechów i słabości. Możesz wykorzystać poniższą modlitwę:

Modlitwa: Duchu Święty, Ty wiesz, jak wielka jest moja zdolność do okłamywania samego siebie. Ty wiesz również, że umiem przesadzać i dramatyzować swoje upad-

ki. Daj mi proszę trzeźwy umysł, realizm i uczciwość w ocenie samego siebie. Pozwól, żebym wciąż pamiętał o Twojej cierplivej miłości wobec mnie. Daj mi odwagę, bym stanął w prawdzie przed Tobą.

Grzechy przeciwko Bogu

✓ Czy wierzę, że Bóg mnie kocha i że interesuje Go Moje życie? Jakie miejsce zajmuje On w moim życiu? Czy żyję tak, jakbym Boga nie potrzebował – polegam wyłącznie na własnych siłach, sądzę, że wszystko zależy ode mnie, wiem lepiej, co dla mnie dobre, a co złe (pycha, brak zaufania)?

✓ Czy nie zapominam o tym, aby się modlić, niezależnie od tego, co czuję, czy jest mi dobrze, czy źle? Czy wiem, że modlitwa jest zawsze odpowiedzią na Bożą miłość? Czy nie ograniczam modlitwy tylko do pacierza? Czy do Boga zanoszę tylko błagania, czy także dziękczynienie i uwielbienie? Czy nie zarzucałem Boga mnóstwem słów, nie dopuszczając Go do głosu? Czy słucham Boga poprzez lekturę Pisma Świętego?

✓ Czy nie za mało korzystam z sakramentów – Bożych darów dla mnie? Jak często spowiadam się, przystępuję do komunii św., uczestniczę we Mszy św.? Czy przystąpiłem do komunii z ciężkim grzechem na sumieniu, bez wcześniejszej spowiedzi? Czy przeżywam Mszę św. jako obserwator, czy raczej jako aktywny uczestnik (wspólny śpiew, modlitwa, odpowiedzi)?

Grzechy przeciwko sobie

✓ Czy zastanawiam się nad celem i sensem mojego życia? Czy pytam Boga o moje powołanie?

✓ Czy jestem odpowiedzialny za czyny, słowa, obietnice? Czy marnuję czas, czy też umiem go zaplanować i dobrze wykorzystać? Czy jestem leniwy, łatwo się zniechęcam? Czy idę na łatwiznę, marnuję swoje zdolności – odpisuję zadania domowe, ściągam?

✓ Czy dobrze wykorzystuję niedzielny odpoczynek? Nie nadużywam w tym dniu telewizora lub komputera, zapominając o całym świecie? Czy nie marnuję czasu przed telewizorem i komputerem także w inne dni?

✓ Czy utrzymuję kontakty głównie z tymi, którzy są dla mnie pobłażliwi, czy również z tymi, którzy ode mnie wymagają czegoś więcej? Czy przywiązuję zbyt dużą wagę do rzeczy materialnych?

✓ Czy oglądam pornograficzne filmy i czasopisma? Czy nie pobudzam swojej seksualności (pornografia, nieczyste myśli, nieczyste wirtualne znajomości przez internet, masturbacja)?

✓ Czy szanuję swoje zdrowie? Czy nie niszczę go przez papierosy, alkohol, narkotyki, brak sportu? Czy dbam o swoje bezpieczeństwo i unikam tego, co może rodzić zagrożenie dla życia lub zdrowia (ciepłe ubranie, odpoczynek, sen, walka z nałogiem)?

✓ Czy dominuje we mnie egoizm i egocentryzm: patrzenie na świat przez własny pryzmat? Czy pytam sa-

meo siebie o zgodność moich własnych decyzji z wolą Bożą?

✓ Czy akceptuję samego siebie z własnymi niedoskonałościami, czy też trwam w postawie buntu wobec Pana Boga, bo nie jestem taki, jakim chciałbym być? Czy nie jest tak, że dostrzegam jedynie swoje wady, upadki i porażki? Czy potrafię się cieszyć z tego, co mam?



Na koniec podziękuj Panu i poproś o siłę do szczerego wyznania grzechów w sakramencie pokuty i pojednania. Możesz to uczynić przez taką modlitwę:

Modlitwa: Proszę Cię Panie o Twoją pomoc w szczerym wyznaniu moich grzechów. Daj proszę mądrość i cierpliwość spowiednikowi. Przemawiaj do mnie przez niego. Pokaż, co i jak mogę w sobie zmieniać. Niech ten sakrament będzie dla mnie źródłem radości i nadziei na to, że pomimo moich upadków mogę stać się świętym.

Modlitwa Pacierzem

Ojcze Nasz (Modlitwa Pańska)

Ojcze nasz, któryś jest w niebie: święć się imię Twoje, przyjdź Królestwo Twoje, bądź wola Twoja, jako w niebie tak i na ziemi. Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj i odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy naszym winowajcom. I nie wódź nas na pokuszenie, ale nas zbaw ode złego. Amen.

Zdrowaś Maryjo (Pozdrowienie Anielskie)

Zdrowaś Maryjo, łaski pełna, Pan z Tobą, błogosławionaś Ty, między niewiastami i błogosławiony owoc żywota Twojego, Jezus.

Święta Maryjo, Matko Boża, módl się za nami grzesznymi teraz i w godzinę śmierci naszej. Amen.

Wierzę w Boga (Skład Apostolski)

Wierzę w Boga Ojca wszechmogącego, Stworzyciela nieba i ziemi. I w Jezusa Chrystusa, Syna Jego jedyne-go, Pana naszego, który się począł z Ducha Świętego, narodził się z Maryi Panny, umęczon pod Ponckim Piłatem, ukrzyżowan, umarł i pogrzebion, zstąpił do piekieł, trzeciego dnia zmartwychwstał, wstąpił na niebiosy, siedzi po prawicy Boga Ojca wszechmogącego, stamtąd przyje-dzie sądzić żywych i umarłych.

Wierzę w Ducha Świętego, święty Kościół powszech-ny, świętych obcowanie, grzechów odpuszczenie, ciała zmartwychwstanie, żywot wieczny. Amen

Pod Twoją obronę

Pod Twoją obronę uciekamy się Święta Boża Rodziciel-ko. Naszymi prośbami racz nie gardzić w potrzebach na-szych, ale od wszelakich złych przygód racz nas zawsze wybawiać. Panno chwalebna i błogosławiona, o Pani na-sza, orędowniczko nasza, pośredniczko nasza, pocieszy-cielko nasza z Synem Swoim nasz pojednaj, Synowi swo-jemu nas polecaj, swojemu Synowi nas oddawaj.

Dziesięć Przykazań Bożych

1. Nie będziesz miał bogów cudzych przede Mną.
2. Nie będziesz brał imienia Pana Boga twego nada-remno.
3. Pamiętaj, abyś dzień święty święcił.
4. Czcij ojca swego i matkę swoją.
5. Nie zabijaj.
6. Nie cudzołóż.
7. Nie kradnij.
8. Nie mów fałszywego świadectwa przeciw bliźnie-mu swemu.
9. Nie pożądaj żony bliźniego swego.
10. Ani żadnej rzeczy, która jego jest.

Przykazania Kościelne

1. W niedziele i święta nakazane uczestniczyć we Mszy Świętej i powstrzymać się od prac niekoniecznych.
2. Przynajmniej raz w roku przystąpić do Sakramentu Pokuty.
3. Przynajmniej raz w roku, w okresie wielkanocnym, przyjąć Komunię Świętą.
4. Zachowywać nakazane posty i wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych, a w czasie Wielkiego Postu powstrzymywać się od udziału w zabawach.
5. Troszczyć się o potrzeby wspólnoty Kościoła.

Trzy cnoty Boskie

1. Wiara. 2. Nadzieja. 3. Miłość.

Formuła Spowiedzi Świętej

W Imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.

Kapłan uczyni nad tobą znak krzyża i powie:

Bóg niech będzie w twoim sercu, abyś skruszony w duchu wyznał swoje grzechy.

Przedstaw się teraz spowiednikowi:

Jestem uczniem/uczennicą klasy... Ostatni raz u spowiedzi byłem/byłam... Zadana pokutę odprawiłem/odprawiłam. Obraziłem/obraziłam Pana Boga następującymi grzechami.

Wymieniasz teraz swoje grzechy. Przy grzechach ciężkich określ ich liczbę i okoliczności. Na koniec mówisz:

Więcej grzechów nie pamiętam, za wszystkie szczerze żałuję, postanawiam poprawę. Proszę o pokutę i rozgrzeszenie.

Słuchasz pouczenia kapłana. Zapamiętaj zadaną pokutę. Kiedy kapłan wyciągnie nad Tobą rękę i będzie się modlił, bij się w piersi na znak pokuty i powtarzaj:

Boże, bądź miłosiw mnie grzesznemu

Kapłan: Bóg, Ojciec miłosierdzia, który pojednał świat ze sobą przez śmierć i zmartwychwstanie swojego Syna i zesłał Ducha Świętego na odpuszczenie grzechów, niech ci udzieli przebaczenia i pokoju przez posługę Kościoła. I ja odpuszczam Tobie grzechy w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego.

Odpowiadam: Amen.

Kapłan: Wysławiajmy Pana, bo jest dobry.

Odpowiadam: Bo Jego miłosierdzie trwa na wieki.

Kapłan: Pan odpuścił Tobie grzechy. Idź w pokoju.

Odpowiadam: Bóg zapłać.

Z obrzędu Sakramentu bierzmowania...

Biskup: Droga młodzieży, powiedzcie przed zgromadzonym tu Kościołem, jakich łask oczekujecie od Boga w tym sakramencie?

Kandydaci: Pragniemy, aby Duch Święty, którego otrzymamy, umocnił nas do mężnego wyznawania wiary i do postępowania według jej zasad.

Wszyscy: Amen.

Biskup: N. przyjmij znamię daru Ducha Świętego.

Bierzmowany: Amen.

Biskup: Pokój z tobą.

Bierzmowany: I z duchem twoim.

Część V – Święci i nie tylko... warto zajrzeć

Część piąta *Przewodnika* zatytułowana *Święci i nie tylko... warto zajrzeć* zawiera krótkie historie wybranych świętych, ich wypowiedzi i modlitwy, a także wiele innych wskazówek, które pomogą Ci wzrastać w wierze. Znajdziesz także odniesienie do strony mystory.me, gdzie będziesz mógł posłuchać świadectw wielu wierzących ludzi.



Znakiem tej części *Przewodnika* jest *ryba* – po grecku ICHTHYS. Poszczególne litery tego słowa tworzą zdanie:

I ESUS CH RISTOS THEOU Y IOS S OTER
 Jezus CHrystus Boga Syn Zbawiciel.

Ilekcję zobaczysz ten znak pamiętaj, że to przyznanie się do wiary.

Święci „do wzięcia”

Św. Tomasz Morus – angielski prawnik z przełomu XV i XVI wieku. Utalentowany, słynący z ciętego dowcipu i trafnej riposty. Podróżował, bo chciał poznawać świat. Był cztery lata w zakonie, ale rozeznał, że jego drogą jest małżeństwo. Miał 4 dzieci. Podczas reformacji sprzeciwił się królowi Henrykowi VIII, pozostając wiernym Jezusowi Chrystusowi, Kościołowi Katolickiemu i wyznawanym wartościom. Położył na szali wartości swoją karierę i życie. Został ścięty w 57 roku życia.

Św. Brat Albert (Adam Chmielowski) – urodził się pod imieniem Adam nieopodal Krakowa. Dojść wcześniej stracił rodziców. Człowiek zadziorny i wytrwały. W wieku 18 lat brał udział w Powstaniu Styczniowym i podczas niego stracił nogę. Utalentowany malarz i artysta. Porzucił sztukę, aby służyć Bogu i biednym. Pomagał bezdomnym i opuszczonym w Krakowie. Kochał góry i Zakopane. Zmarł w Boże Narodzenie roku Pańskiego 1916 w wieku lat 71 w opinii świętości.

Bł. ks. Jerzy Popiełuszko – polski ksiądz czasów komunizmu. Pracował z robotnikami, kapelan solidarności. Wzywał, aby zło *dobrem zwyciężać*. Niezwykle wytrwały w czasie prześladowań i szykan podczas przymusowej służby wojskowej. Człowiek życzliwy, lubiący nowości techniczne. Zamordowany przez Służbę Bezpieczeństwa i utopiony w Wiśle we Włocławku w 1984 w 37 roku życia.

Modlitwy Świętych

Modlitwa jest dla mnie wzniesieniem serca, prostym spojrzeniem ku Niebu, okrzykiem wdzięczności i miłości zarówno w cierpieniu jak i w radości.

Św. Tereska z Lisieux

Panie, mój Boże, Ty nigdy nie opuszczasz tego, kto się do Ciebie odda. Jak ktokolwiek może mówić, że jesteś Bogiem nieobecnym?

Św. Jan od Krzyża

Modlitwa o dobry humor

Panie, daj mi dobre trawienie i także coś do przetrawienia. Daj mi zdrowie ciała i pogodę ducha, bym mógł je zachować. Panie, daj mi prosty umysł, bym umiał gromadzić skarby ze wszystkiego, co dobre, i abym się nie przerażał na widok zła, ale raczej bym potrafił wszystko dobrze zrozumieć. Daj mi takiego ducha, który by nie znalazł znużenia, szemrania, wzdychania, skargi, i nie pozwól, bym się zbytnio zadrećczał tą rzeczą tak zawadczającą, która się nazywa moim „ja”. Panie, daj mi poczucie humoru. Udziel mi łaski rozumienia żartów, abym potrafił odkryć w życiu odrobinę radości i mógł sprawiać radość innym.

Św. Tomasz Morus

Kardynał J. H. Newman o modlitwie do Ducha Świętego

Mówił on, że jeśli codziennie poświęci się przynajmniej pięć minut modlitwy Duchowi Świętemu, to nasze życie będzie się powoli zmieniać, będzie się doświadczać Jego

działania. Jego owoców, jak również Jego darów: mądrości, rozumu, rady, męstwa, umiejętności, pobożności (świętości) i bojaźni Bożej. Sam doświadczył mocy Ducha Świętego w sobie i tym doświadczeniem pragnął się podzielić wiedząc, jak bardzo przydatne są te dary i owoce Ducha w codziennym życiu, w relacjach z innymi, w naszych zajęciach w domu, w pracy i w wielu innych sytuacjach.

Modlitwa św. s. Faustyny

O Jezu, Boże wiekuisty, dziękuję Ci za niezliczone łaski i dobrodziejstwa Twoje. Niech każde uderzenie serca moje- go będzie nowym hymnem dziękczynienia ku Tobie, Boże. Każda kropla krwi mojej niech krąży dla Ciebie, Panie; dusza moja - to jeden hymn uwielbienia miłosierdzia Twego. Kocham Cię, Boże, dla Ciebie samego. (Dz. 1794)

Jezus

Kim jest dla mnie Jezus – Matka Teresa z Kalkuty

Jezus jest Słowem, które stało się ciałem.
 Jezus jest Chlebem Życia.
 Jezus jest Ofiarą, złożoną na krzyżu za nasze grzechy.
 Jezus jest Ofiarą, złożoną podczas Mszy św. za grzechy całego świata i za moje grzechy.
 Jezus jest Słowem, które trzeba głosić.
 Jezus jest Prawdą, którą trzeba szerzyć.
 Jezus jest Światłem, które trzeba zapalać.
 Jezus jest Życiem, którym trzeba żyć.

