

طريقة الاعتراف

- 1- قبل الاعتراف :
يخلو التائب إلى ذاته، ويلتمس من الروح القدس أن ينير عقله وقلبه، ليتذكر خطاياهم المفروضة. كلها ويندم عليها.
- 2- صم الصوم الكبير وسائر الأصوام
الهي ، يا يسوع أيها النور الحقيقي الذي ينير كل إنسان . أتوسل إليك أن تنير قلبي بضيء روحك القدوس ، فاذكر خطاياي التي إهانتك، وأدرك شرّها، واندم عليها
- 3- انقطع عن الزفر يوم الجمعة.
ندامة صادقة واقر إقراراً تاماً ، فلا أعود إليها فيما بعد.
- 4- اعترف بخطاياك للكهنة على الأقل مرة في السنة.
يا مريم ملجأ الخطة، ويا ملاكي الحارس، ساعداني والتمسالي النعمة حتى اعترف اعترافاً مثمراً.
- 5- تناول القربان المقدس قلما يكون مرة في عيد الفصح.
ثم يفحص ضميره مسترشداً بوصايا الله والكنيسة، متذكراً نوع خطاياهم وعددها منذ اعترافه الأخير.
- 6- اوف البركة أي العشر.
يا مريم ملجأ الخطة، ويا ملاكي الحارس، ساعداني والتمسالي النعمة حتى اعترف اعترافاً مثمراً.
- 7- امتنع عن إكليل العرس في الأزمنة المحرمة.

خطايا ضد الله : إهمال واجباتنا الروحية ، فتور ، قلة الاحترام في الكنيسة ، شرود العقل في الصلاة وعدم وضع النية ، مقاومة النعم ، الحلف ، التذمر ، قلة الثقة بالله ، قلة الصبر وعدم التسليم للإرادة الإلهية.

وصايا الله العشر :

- 1- أنا هو الرب إلهك، لا يكن لك اله غيري.
 - 2- لا تحلف باسم الله بالباطل.
 - 3- احفظ يوم الرب.
 - 4- أكرم أباك وأمك.
 - 5- لا تقتل.
 - 6- لا تزني.
 - 7- لا تسرق.
 - 8- لا تشهد بالزور..
 - 9- لا تشته امرأة قريبك.
 - 10- لا تشته مقتنى غيرك.
- خطايا ضد القريب :** دينونة باطلة ، حسد ، رغبة في الانتقام ، مشاجرة ، تجديف ، مسبات ، نميمة ، استهزاء ، اغتياب ، ضرر في ماله ، قدوة رديئة ، احتقار ، معصية ، قلة الرحمة ، قلة الأمانة.
- خطايا ضد الذات :** كبرياء ، حياء بشري ، كذب ، أفكار وأشواق وأفعال مضادة للطهارة ، شراهة ، احتداد طبع ، عيشة عديمة النفع ومتنعمة ، كسل في تميم واجبات وظيفتنا.

وصايا الكنيسة السبع :

- 1- اسمع القداس أيام الأحاد والأعياد
- 2- كيفية الاعتراف : يتقدم التائب من