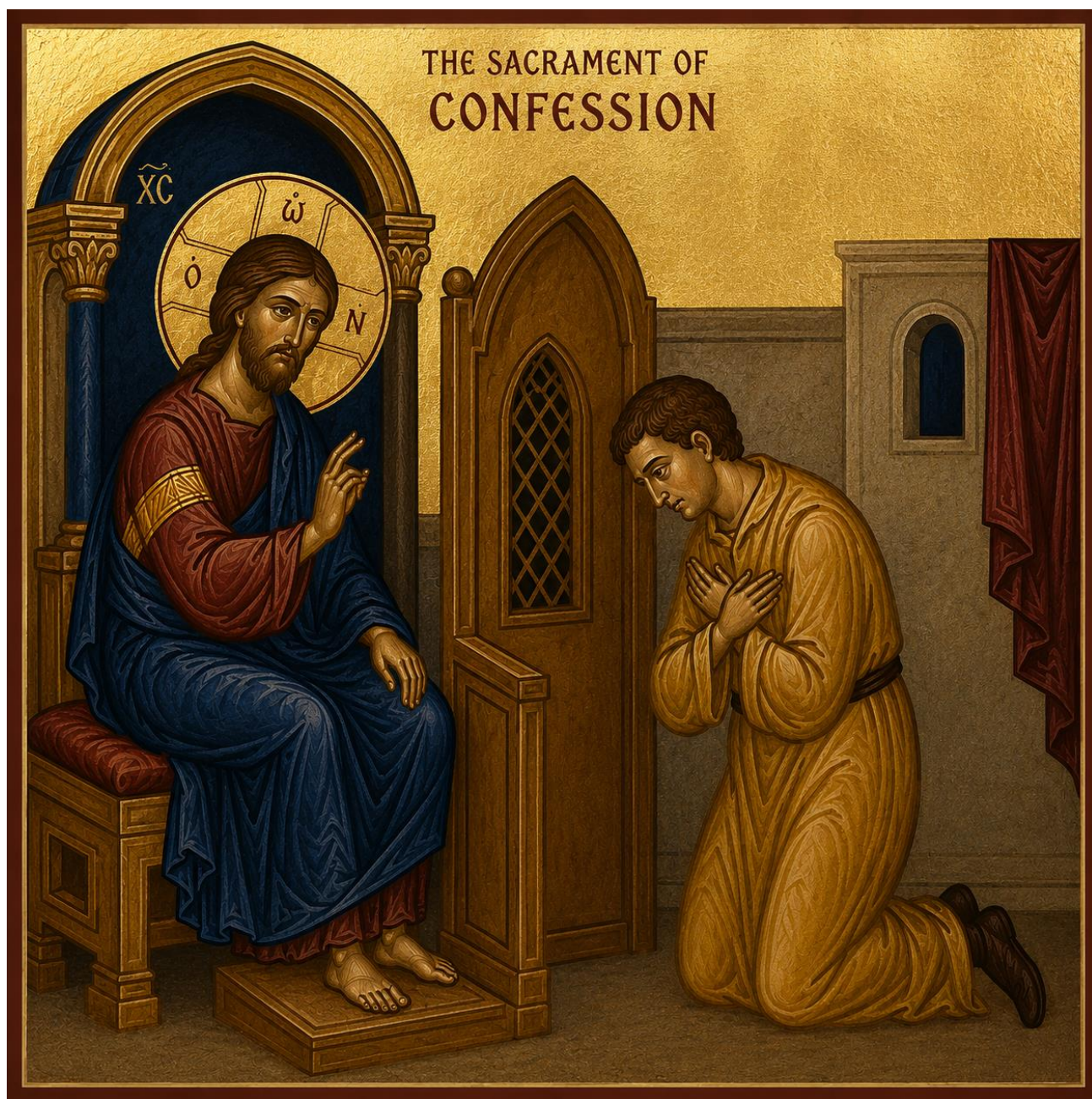


The Mystery of Confession (Repentance)



Таїнство Сповіді (Покаяння)

The Mystery of Confession (Repentance)

A Catechetical Guide for the Faithful

“Receive the Holy Spirit. Whose sins you forgive are forgiven them, and whose sins you retain are retained.” (John 20:22–23)

The Mystery (Sacrament) of Confession, also called Repentance, is one of the greatest gifts Jesus Christ has given to His Church. In Confession, we do not simply speak about our sins—we encounter the living Christ, who forgives, heals, and restores us. Through the ministry of the priest, who acts in the person of Christ, Jesus Himself grants the forgiveness of sins and strengthens us to begin a new life.

Many ask, “Why should I confess to a priest?” We should certainly ask God’s forgiveness every day in personal prayer. Yet Christ Himself established this sacrament after His Resurrection when He entrusted the Apostles with the authority to forgive sins (John 20:22–23). Confession is therefore not merely a private prayer but a personal encounter with Christ through His Church.

In our Byzantine Catholic tradition, Confession is often called the second Baptism, because it restores the grace wounded by sin after Baptism. It is not a courtroom where we are condemned, but a spiritual hospital where Christ, the Divine Physician, heals the wounds of our soul. God’s mercy is always greater than our sins, and no one should ever be afraid to return to Him.

How to Make a Good Confession

A good confession includes four essential steps:

1. Examine your conscience in the light of God’s Word and the Ten Commandments.
2. Be truly sorry for your sins and firmly resolve to avoid them in the future.
3. Confess your sins honestly and simply, without hiding anything or making excuses.
4. Complete your penance as a sign of gratitude and conversion.

Begin by saying:

“Bless me, Father, for I have sinned. It has been _____ since my last confession.”

Then confess your sins honestly, listen to the priest’s guidance, receive absolution with faith, and thank God for His mercy.

Frequently Asked Questions

How often should I go to Confession?

The Church requires us to confess serious sins at least once a year and before receiving Holy Communion if we are conscious of grave sin. Many faithful go monthly because regular Confession strengthens the soul and helps us grow in holiness.

What if it has been many years?

Do not be afraid. Christ is waiting for you with love. Simply tell the priest how long it has been, and he will guide you through the confession.

What if I forget a sin?

If you sincerely forgot a sin, it is forgiven. Mention it at your next confession if you later remember it.

Will the priest tell anyone?

Never. The priest is bound forever by the Sacramental Seal of Confession and may never reveal anything heard in Confession.

What if I keep confessing the same sins?

Do not lose hope. Growth in holiness is a lifelong journey. Every sincere confession brings new grace and strength to continue following Christ.

Prayer Before Confession

Lord Jesus Christ, send Your Holy Spirit to enlighten my mind and open my heart. Help me to recognize my sins honestly, to be truly sorry for them, and to confess them with humility and trust. Grant me the grace to turn away from sin and to begin a new life in Your love. Amen.

A Brief Examination of Conscience

Reflect prayerfully before Confession:

Love of God

- Have I placed God first in my life?
- Have I neglected prayer, the Divine Liturgy, or the sacraments?
- Have I used God's holy name with reverence?

Love of Neighbour

- Have I honoured my parents and fulfilled my family responsibilities?
- Have I harmed others by anger, hatred, gossip, or unforgiveness?
- Have I been truthful, honest, and respectful?

Christian Moral Life

- Have I been faithful to the teachings of Christ regarding purity and marriage?
- Have I stolen, cheated, or been dishonest?
- Have I been greedy, jealous, or selfish?
- Have I failed to help those in need?

Personal Reflection

- Have I loved God with all my heart?
- • Have I loved my neighbour as myself?
- • Have I forgiven those who have hurt me?
- • Have I sought to grow in prayer, faith, and holiness?

Remember

There is no sin greater than God's mercy.

The Mystery of Confession is not about shame—it is about healing. Every sincere confession is a new beginning, restoring our friendship with God and preparing us to receive the Holy Eucharist with a clean heart.

“Your sins are forgiven. Go in peace.” (Luke 7:48, 50)

May Christ, the Divine Physician, fill your heart with His mercy, peace, and joy.

Таїнство Сповіді (Покаяння)

Короткий катехитичний провідник для вірних

«Прийміть Духа Святого. Кому відпустите гріхи — відпустяться їм, а кому затримаєте — затримаються». (Івана 20:22–23)

Таїнство Сповіді, яке також називаємо Таїнством Покаяння, є одним із найбільших дарів, які Ісус Христос залишив Своїй Церкві. У Сповіді ми не лише говоримо про свої гріхи — ми зустрічаємо живого Христа, Який прощає, зцілює і відновлює нас. Через служіння священника, який діє від імені Христа, Сам Господь дарує нам прощення і силу розпочати нове життя.

Дехто запитує: «Чому я маю сповідатися священникові? Хіба не можу просто попросити Бога про прощення?» Звичайно, ми повинні щодня звертатися до Бога в особистій молитві та просити Його милосердя. Однак Сам Христос установив це Таїнство після Свого Воскресіння, коли передав апостолам владу відпускати гріхи. Тому Сповідь — це не лише приватна молитва, а особиста зустріч із Христом через Його Церкву.

У нашій візантійській католицькій традиції Сповідь інколи називають другим Хрещенням, бо вона відновлює благодать, ослаблену гріхом після Хрещення. Сповідь — це не суд, де нас засуджують, а духовна лікарня, де Христос, Небесний Лікар, зцілює рани нашої душі. Боже милосердя завжди більше за наші гріхи, тому ніколи не слід боятися повертатися до Нього.

Як добре приготуватися до Сповіді

Добра Сповідь включає чотири важливі кроки:

1. Зробити іспит сумління у світлі Божого Слова і Десяти Божих Заповідей.
2. Щиро жаліти за свої гріхи і постановити уникати їх у майбутньому.
3. Чесно і просто визнати свої гріхи, нічого навмисно не приховуючи і не виправдовуючи себе.
4. Виконати покуту, яку дасть священник, як знак вдячності Богові та бажання змінити життя.

Сповідь можна розпочати такими словами:

«Благословіть, отче, бо я згрішив / згрішила. Від моєї останньої Сповіді минуло...»

Після цього щиро визнайте свої гріхи, уважно вислухайте духовну пораду священника, з вірою прийміть розрішення і подякуйте Богові за Його милосердя.

Поширені запитання

Як часто потрібно сповідатися?

Церква навчає, що тяжкі гріхи потрібно сповідати перед прийняттям Святого Причастя, а до Сповіді слід приступати щонайменше раз на рік. Багато вірних сповідаються щомісяця, бо регулярна Сповідь зміцнює душу і допомагає зростати у святості.

Що робити, якщо я не сповідався багато років?

Не бійтеся. Христос чекає на вас із любов'ю. Просто скажіть священникові, скільки часу минуло від останньої Сповіді, і він допоможе вам.

Що робити, якщо я забув якийсь гріх?

Якщо ви щиро готувалися, але ненавмисно забули гріх, він прощається разом з іншими. Якщо пізніше пригадаєте його, згадайте про це на наступній Сповіді.

Чи може священник комусь розповісти те, що почув на Сповіді?

Ні. Священник назавжди зобов'язаний зберігати таємницю Сповіді і не має права нікому розголошувати почуте.

Що робити, якщо я знову сповідаю ті самі гріхи?

Не знеохочуйтеся. Духовне зростання є дорогою всього життя. Кожна щира Сповідь приносить нову благодать і силу продовжувати боротьбу з гріхом.

Молитва перед Сповіддю

Господи Ісусе Христе, пошли мені Твого Святого Духа, просвіти мій розум і відкрий моє серце. Допоможи мені чесно побачити свої гріхи, щиро за них жаліти і визнати їх із покірною та довірою. Даруй мені благодать відвернутися від гріха і розпочати нове життя у Твоїй любові. Амінь.

Короткий іспит сумління

Перед Сповіддю спокійно і молитовно запитайте себе:

Любов до Бога

- Чи ставлю я Бога на перше місце у своєму житті?
- Чи не занедбую молитву, Божественну Літургію і Святі Таїнства?
- Чи з пошаною вживаю Боже ім'я?

Любов до ближнього

- Чи шаную своїх батьків і сумлінно виконую родинні обов'язки?
- Чи не завдаю іншим болю гнівом, ненавистю, плітками або небажанням простити?
- Чи є я чесним, правдивим і справедливим у словах та вчинках?

Християнське моральне життя

- Чи живу згідно з Христовим навчанням про чистоту, подружню вірність і гідність людини?
- Чи не крав, не обманював і не був нечесним?
- Чи не був жадібним, заздрисним або егоїстичним?
- Чи не залишав байдужими бідних, самотніх і потребуючих?

Особисте духовне життя

- Чи люблю Бога всім серцем?
- Чи люблю ближнього, як самого себе?
- Чи прощаю тим, хто мене образив?
- Чи стараюся зростати у вірі, молитві та святості?

Пам'ятаймо

Немає гріха, більшого за Боже милосердя.

Таїнство Сповіді дане нам не для сорому, а для зцілення. Кожна щира Сповідь є новим початком: вона відновлює нашу дружбу з Богом і готує нас до гідного прийняття Пресвятої Євхаристії.

«Прощаються тобі гріхи твої... Іди з миром». (Луки 7:48, 50)

Нехай Христос, Небесний Лікар, наповнить наші серця Своїм милосердям, миром і радістю.