

AZ ÁLTALÁNOS FELOLDOZÁS

Az általános feloldozás (lat. *absolutio generalis*) a bűnbocsánat szentségének olyan formája, melyben az egyéni hívő, vagy akár a hívők egész csoportja egyszerre részesül feloldozásban, mégpedig egyéni bűnvallás (vagyis a bűnök egyenkénti felsorolása) nélkül. Ezt a formát rendes körülmények között nem lehet alkalmazni, ám súlyos szükség esetén a megyéspüspök engedélyezheti gyakorlását. Ám fontos tudni, hogy ahhoz, hogy valaki érvényesen részesüljön általános feloldozásban, nem csak az szükséges, hogy kellően fel legyen készülve és valóban megbánja bűneit, hanem egyszersmind az is, hogy elhatározza azoknak a súlyos bűneinek kellő időben egyenként való megvallását, melyeket jelenleg nem tud így meggyónni. (Vö. CIC 961-963. kán.)

A TÖKÉLETES BÁNAT FÖLINDÍTÁSA

A bűnbocsánat elnyerésének a bűnös részéről mindig alapvető feltétele a bánat: a bűnök megbánása, mellyel Isten előtt fájjaljuk, hogy vétkeztünk, a bűnt valóban rossznak ítéljük, s egyúttal fölébresztjük a jó szándékot, hogy a bűnt kerülni akarjuk. Rendes körülmények között az Egyházban a súlyos bűnök megbocsátása csakis a gyónás szentségében lehetséges. Olyan helyzetekben, amikor súlyos indok áll fenn, és a gyónási alkalom hiányzik, fölindíthatjuk magunkban a tökéletes bánatot (lat. *contritio perfecta*), s Isten bocsánatát így is elnyerhetjük. Azonban egy ilyen tökéletes bánat fölindítása magában kell, hogy foglalja a mielőbbi gyónás szándékát. (Vö. CIC 916. kán.)

Ima a tökéletes bánat fölindításához:

Teljes szívemből bánom, ó, édes Istenem, hogy Téged oly sokszor és oly nagyon megbántottalak, mert ezáltal méltatlanná lettem kegyelmedre, kedvedből kiestem és mind ideig-, mind örökkévaló büntetésedet megérdemeltem. Kiváltképpen pedig azért bánom bűneimet, mert Téged, legfőbb jót, legjobb Atyámat és legnagyobb jótevőmet megbántottalak. Ó, édes Istenem, erősen felteszem magamban, hogy a Te kegyelmeddel téged, szerető jóságos Istenemet semmi bűnnel, de legfőképp ... [itt gondolj azokra a bűnökre, amelyek ellen különös törekvéssel küzdesz] meg nem bántalak és a bűnre szolgáló alkalmakat gondosan elkerülöm.

Kérlek, Uram, örködjék fölöttem jóságos szemed, és add, hogy a következő napokat az eddigieknél jobban használjam! Boldogságos Szűzanyám, szent Őrzőangyalom, legyetek velem! Ámen.

LELKI ÁLDOZÁS

A lelki áldozás (lat. *communio spiritualis*) az áldozás egyik módja, amikor fizikai módon nem tudja valaki magához venni az Oltáriszentséget, de lelkileg mégis elnyerheti a szentáldozás kegyelmeit. Fontos azonban tudni, hogy a lelki áldozásra ugyanúgy fel kell készülnie a

hívónek, mint egyébként a rendes szentáldozásra, vagyis a kegyelem állapotában kell lennie. Aki valamilyen súlyos bűn miatt nem járulhat egyébként szentáldozáshoz (pl. rendezetlen házasság miatt), az lelki áldozást sem tud végezni.

Ima a lelki áldozáshoz:

Uram Jézus Krisztus, hiszek Benned, imádlak Téged és szeretlek Téged teljes szívemből. Bánom minden bűnömet, mert szeretnék magamhoz fogadni a szentáldozásban, hogy Veled élhessek. Jöjj hát, ó Jézus, legalább lélekben költözz a szívembe, és végy lakást benne örökre!

A mi Urunk Jézus Krisztus Teste őrizzen meg engem az örök életre!

Köszöntelek, ó Jézus az én szegény szívemben. Neked adom magamat egészen. Tied akarok lenni életemben és halálom után is. Ámen.