**Večerné spytovanie svedomia**

**V Božej prítomnosti**:

Skôr ako začneme, treba si uvedomiť, že sme pred Bohom, že sa na nás pozerá a že nás miluje. Zvykáme si vidieť sa a chcieť sa tak, ako nás vidí a chce sám Boh.

**Vzdávanie vďaky:**

Spytovanie sa obvykle začína chválou a ďakovaním Bohu za jeho dary, za jeho plán lásky, za jeho dobrotu, ktorú prejavuje v živote každého z nás. Treba si uvedomiť, že skôr, akoby som bol súdený, som zahrnutý milosťou, skôr ako obžalovaný, som milovaný; skôr ako prijmem svoje limity, musím pochopiť a zistiť, čo vo mne Boh koná. Táto časť sa týka darov, ktoré človek dostal, alebo ich má dostať (Jn4, 10). Vedomie vlastných darov vytvára priestor pre prítomnosť Darujúceho, ktorý sa sám dáva vo svojich daroch.

**Uznanie svojich vín:**

Čím väčšiu milosť sme prijali od Darcu, tým väčšiu zodpovednosť máme. Poznať vlastnú vinu a prijať ju je milosť, o ktorú treba prosiť, pretože je začiatkom návratu k Bohu, darom z odpustenia. Uznať si hriech alebo chybu neznamená vedieť ju vysvetliť, ospravedlniť, alebo sa s ňou zmieriť. Milosť uznať si pred Bohom, že sme hriešni je v skutočnosti darom poznania, že nás už pred tým a bez hraníc miloval. Kto prosí Boha o odpustenie, vlastne prosí o dar jeho lásky. Ochota zlepšiť sa, viac nehrešiť, rozhodnutie zriecť sa hriechu bude zdravo účinné, ak je založené na láske, v ktorej sa niekedy pristihnem azda aj v slzách. Objaviť vlastný hriech pred Božou tvárou, alebo mať milosť vidieť, ako ho On sám prijíma, vedie k ľútosti… A ľútosť privádza človeka domov.

**Úsilie o konverziu:**

Kto sa vracia k Bohu, snaží sa zostať s Ním. Ochota zlepšiť sa nie je teda námahou v rámci mojich možností, ani snahou bojovať proti svojim slabostiam, ale vzniká z kontemplácie milosti, na ktorú som neodpovedal. Boh je ten, ktorý nás miluje a zjavuje nám, aké dobro chce od nás. Z jeho milosti a z jeho vôle sa rodí v nás túžba vrátiť s ak Nemu a zostať s Ním.

Cieľom spytovania svedomia nie je natoľko analyzovať vlastné vnútro, ale skôr objaviť Boha vo všetkých veciach a všetky veci v Bohu. Umožňuje nám uvedomiť si, ako sa Boh na nás pozerá a aký je náš postoj v tomto vzťahu. Byť si vedomý Božieho pohľadu na nás je zrelosťou viery.

**Večerné spytovanie svedomia**

**V Božej prítomnosti**:

Skôr ako začneme, treba si uvedomiť, že sme pred Bohom, že sa na nás pozerá a že nás miluje. Zvykáme si vidieť sa a chcieť sa tak, ako nás vidí a chce sám Boh.

**Vzdávanie vďaky:**

Spytovanie sa obvykle začína chválou a ďakovaním Bohu za jeho dary, za jeho plán lásky, za jeho dobrotu, ktorú prejavuje v živote každého z nás. Treba si uvedomiť, že skôr, akoby som bol súdený, som zahrnutý milosťou, skôr ako obžalovaný, som milovaný; skôr ako prijmem svoje limity, musím pochopiť a zistiť, čo vo mne Boh koná. Táto časť sa týka darov, ktoré človek dostal, alebo ich má dostať (Jn4, 10). Vedomie vlastných darov vytvára priestor pre prítomnosť Darujúceho, ktorý sa sám dáva vo svojich daroch.

**Uznanie svojich vín:**

Čím väčšiu milosť sme prijali od Darcu, tým väčšiu zodpovednosť máme. Poznať vlastnú vinu a prijať ju je milosť, o ktorú treba prosiť, pretože je začiatkom návratu k Bohu, darom z odpustenia. Uznať si hriech alebo chybu neznamená vedieť ju vysvetliť, ospravedlniť, alebo sa s ňou zmieriť. Milosť uznať si pred Bohom, že sme hriešni je v skutočnosti darom poznania, že nás už pred tým a bez hraníc miloval. Kto prosí Boha o odpustenie, vlastne prosí o dar jeho lásky. Ochota zlepšiť sa, viac nehrešiť, rozhodnutie zriecť sa hriechu bude zdravo účinné, ak je založené na láske, v ktorej sa niekedy pristihnem azda aj v slzách. Objaviť vlastný hriech pred Božou tvárou, alebo mať milosť vidieť, ako ho On sám prijíma, vedie k ľútosti… A ľútosť privádza človeka domov.

**Úsilie o konverziu:**

Kto sa vracia k Bohu, snaží sa zostať s Ním. Ochota zlepšiť sa nie je teda námahou v rámci mojich možností, ani snahou bojovať proti svojim slabostiam, ale vzniká z kontemplácie milosti, na ktorú som neodpovedal. Boh je ten, ktorý nás miluje a zjavuje nám, aké dobro chce od nás. Z jeho milosti a z jeho vôle sa rodí v nás túžba vrátiť s ak Nemu a zostať s Ním.

Cieľom spytovania svedomia nie je natoľko analyzovať vlastné vnútro, ale skôr objaviť Boha vo všetkých veciach a všetky veci v Bohu. Umožňuje nám uvedomiť si, ako sa Boh na nás pozerá a aký je náš postoj v tomto vzťahu. Byť si vedomý Božieho pohľadu na nás je zrelosťou viery.