

RACHUNEK SUMIENIA

Przede wszystkim prosz Ducha Świętego o to aby ukazał twój grzech, uwierz, że przyjdzie i zrobi to.

„Choćby wasze grzechy były jak szkarłat, nad śnieg wybieleją”.
(Iz 1, 18b)

Wykonaj na modlitwie rachunek sumienia przyglądając mu się w trzech kategoriach: relacja względem Boga, względem drugiego człowieka i względem siebie. Podane pytania pomóc ci przeprowadzić rachunek sumienia.

I. Relacja względem Boga

- Czy ufam bardziej ludziom, czy Bogu?
- Co z moją modlitwą? Czy modlę się?
- Jak się modlę? Raczej szybko, niedokładnie, czy staram się rozmawiać z Ojcem?
- Czy uczestniczę w niedzielnej Mszy Świętej?
- Czy przyznaję się do wiary w Jezusa, gdy zachodzi taka potrzeba?
- Czy daję świadectwo o Bogu i o mojej relacji z Nim?
- Czy nie zataiłem ostatnio jakiś grzechów na spowiedzi i nie trwam w grzechu ciężkim?
- Czy angażuje się w życie Kościoła? (przy kościele, oratorium, LSO itp.)
- Jak wygląda moje przystępowanie do sakramentów?
- Co udało mi się osiągnąć od ostatniej spowiedzi (czy zrobiłem postanowienia i czy byłem im wierny)?
- Czy czytam Pismo Święte?
- Czy uznaję to wszystko co naucza Kościół, nawet jeśli inni się z tym nie zgadzają?
- Czy nie wyśmiewam wiary, Boga, Kościoła przez rozsyłanie obrazoburczych memów, opowiadanie żartów obrażających wiarę, filmików atakujących Kościół lub ludzi Kościoła?

II. Relacje względem bliźniego

- Jak wygląda moja relacja z najbliższymi, rodzicami, przyjaciółmi?
- Czy jestem chętny do pomocy, zwłaszcza gdy ktoś jej potrzebuje?
- Czy jestem uprzejmy?
- Czy lubię się przechwalać, by poczuć się lepszym?

- Czy słucham innych, czy tylko interesuje się sobą?
- Czy w ubiorze, słowach nie jestem dwuznaczny/na?
- Czy nie przekraczam granic nieczystości wobec innych?
- Czy pielęgnuje urazy wobec innych?
- Czy obmawiam (mówię złe rzeczy na czyjś temat albo kłamstwa)?
- Czy ukradłem coś komuś?
- Czy łamię tajemnice lub kłamię?
- Czy modlę się za innych?
- Czy z zazdrości chce aby komuś się coś nie udało?
- Czy daję zły przykład i gorszą kogoś (sprowadzam na złą drogę)?
- Czy staram się tworzyć dobrą atmosferę wokół siebie?
- Czy stoję w obronie słabszych, wykluczonych?
- Czy darzę wszystkich szacunkiem (niezależnie czy ich lubię czy nie)?
- Czy staram się pielęgnować w sobie postawę miłości bliźniego?
- Czy angażuję się społecznie? W jaki sposób?
- Co poprawiłem w sobie od ostatniej spowiedzi w relacji do bliźniego?

III. Relacja względem siebie

- Jak spełniam swoje obowiązki szkolne?
- Czy pozwalam aby treści erotyczne, sprzeczne z 6 przykazaniem lub po prostu dwuznaczne pobudzały mnie seksualnie?
- Co z moją czystością?
- Czy staram się przeżywać dobrze swoją seksualność, czy używam jej dla własnej przyjemności (seks przedmałżeński, masturbacja pornografia)?
- Czy patrzę przedmiotowo na innych (pod kątem seksualnym, ale nie tylko)?
- Czy dbam o swoje zdrowie fizyczne?
- Czy dobrze wykorzystuję czas? czy nie marnuje go za dużo na telefon, Internet, gry?
- Czy nie zbyt łatwo się poddaje?
- Czy wypełniam zobowiązania?
- Czy biorę używki? Czy umiem ich odmawiać?
- Czy się okaleczam?
- Czy umiem prosić o pomoc kolegów, koleżanki, osoby dorosłe w różnych sprawach?
- Czy dbam o umiar w jedzeniu i jego odpowiednią ilość?
- Czy umiem o sobie dobrze mówić?
- Jaki stosunek mam do siebie?
- Co się zmieniło w relacji do samego siebie od ostatniej spowiedzi?