

## **Rachunek sumienia dla młodych:**

### **PIERWSZE PRZYKAZANIE BOŻE**

*Nie będziesz miał bogów cudzych przede mną*

Nie modliłem się. Dobrowolnie wątpiłem o prawdach wiary (jakich?). Zaparłem się wiary. Publicznie krytykowałem prawdy wiary. Wstydzilem się swojej wiary. Nie starałem się o pogłębienie swojej wiedzy religijnej przez słuchanie kazań, czytanie Pisma Świętego, książek religijnych itp. Poddawałem się rozpacz i zwątpieniu. Wierzyłem w zabobony, wróżby czy horoskopy. Znieważylem osoby duchowne, miejsca i rzeczy poświęcone, np. kościoły, cmentarze, krzyże, obrazy itp. Przeszkadzałem drugim w spełnianiu praktyk religijnych. Cenilem pieniądz, wygody, przyjemności, sport... itp. bardziej niż sprawy Boże i zbawienie własnej duszy. Narazałem się na utratę wiary przez złe widowiska, filmy, książki, programy telewizyjne, towarzystwo... itp. Należałem lub należe do organizacji ateistycznej. Zapierałem się Boga lub Go zwalczałem. Odwodziłem innych od Boga. Występowałem przeciw nauce Bożej lub nauce Kościoła.

### **DRUGIE PRZYKAZANIE BOŻE**

*Nie będziesz, brał imienia Pana Boga Twego nadaremno*

Wymawiałem imiona Świętych lub imię Boże – bez uszanowania, bez potrzeby, w żartach, w gniewie, z przyzwyczajenia. Błuźniłem przeciw Bogu lub Świętym. Nie dotrzymywałem przysięgi albo ślubu złożonego Bogu. Przysięgałem niepotrzebnie lub złożyłem fałszywą lub niemoralną przysięgę. Czy naprawiłem wyrządzoną przez to krzywdę? Przyjąłem po świętokradzku Sakramenty święte -które? Przeklinałem kogoś w myślach lub publicznie. Rozmawiałem o sprawach religijnych lekceważąco. Wstydzilem się chrześcijańskiego pozdrowienia lub zewnętrznych gestów religijnych, jak znak krzyża świętego, przyklęknięcia, zdjęcie czapki przed kościołem lub krzyżem. Nosilem lub noszę symbole religijne jako ozdobę, maskotkę – a nie jako zewnętrzny wyraz wiary. Używałem słów z Pisma Świętego dla żartów, dla obrony grzesznych interesów, dla poparcia błędnej nauki.

### **TRZECIE PRZYKAZANIE BOŻE**

*Pamiętaj, abyś dzień święty święcił*

Opuściłem z własnej winy Mszę świętą w niedzielę lub w święto nakazane. Spóźniłem się na Mszę świętą w niedzielę lub w święto nakazane. We Mszy świętej nie brałem czynnego udziału. Przeszkadzałem innym w skupieniu w czasie Mszy świętej. Pracowałem w niedzielę lub w inne święto bez koniecznej potrzeby.

## **CZWARTE PRZYKAZANIE BOŻE**

### ***Czczij ojca twego i matkę swoją***

Nie okazywałem swoim rodzicom miłości i szacunku. Odnosiłem się do rodziców w sposób ubliżający, kłóciłem się z nimi, obmawiałem ich, biłem ich, wstydziłem się swoich rodziców. Nie starałem się pomóc rodzicom. Nie byłem posłuszny rodzicom, nauczycielom, wychowawcom. Nie modliłem się za rodziców. Okłamywałem ich.

## **PIĄTE PRZYKAZANIE BOŻE**

### ***Nie zabijaj***

Szkodziłem sobie na zdrowiu, np. przez nadmiar jedzenia. palenia tytoniu, picia alkoholu, przeciążenie pracą, lekceważenie snu, wypoczynku. Usiłowałem popełnić samobójstwo. Życzyłem sobie lub bliźniemu śmierci. Lekkomyślnie narażałem swoje zdrowie i życie. Zabiłem człowieka, może nie narodzonego. Stosowałem środki wczesnoporonne (mechaniczne lub chemiczne) lub namawiałem do tego. Zachęcałem, namawiałem lub zmuszałem do przerwania ciąży. Żywię do bliźnich nienawiść lub niechęć. Pobitem lub pokaleczyłem kogoś. Lekceważyłem przepisy bezpieczeństwa na drodze lub w szkole. Niszczyłem moje naturalne otoczenie lub nie przestrzegałem obowiązujących przepisów odnośnie do ochrony środowiska naturalnego. Znęcałem się nad zwierzętami. Gardziłem drugim człowiekiem. Wyśmiewałem się z bliźniego, przezywałem go. Nie modliłem się za osobistych wrogów i prześladowców. Nie przebaczyłem komuś w swoim sercu. Nie ratowałem bliźniego w zagrożeniu, odmówiłem mu pomocy. Nie panowałem nad swoimi złymi skłonnościami, np. do gniewu, chciwości, zmysłowości, zazdrości. Przyczyniłem się do rozwoju nałogu u siebie lub u innych. Zadawałem świadomie cierpienia fizyczne, psychiczne lub moralne. Niszczyłem przyjaźń między ludźmi. Zaniedbuję swój rozwój intelektualny, moralny, religijny, fizyczny, umysłowy, psychiczny. Nieumiarkowanie w jedzeniu i piciu – ktokolwiek je ponad miarę, staje się chory, ociężały i zmysłowy. Picie alkoholu w celu upicia się jest grzechem ciężkim

## **SZÓSTE PRZYKAZANIE BOŻE *Nie cudzołóż***

*i*

## **DZIEWIĄTE PRZYKAZANIE BOŻE *Nie pożądaj żony bliźniego twego***

Miałem upodobanie w myślach nieskromnych. Podniecałem się do grzechu nieczystego przez lekturę. fantazję, filmy, widowiska, pornografię. Popełniłem grzechy nieczyste ze sobą (masturbacja) lub z inną osobą. Pożądałem drugiej osoby. Prowadziłem nieprzyzwoite rozmowy. Nie odsunąłem od siebie okazji do grzechów nieczystych. np. podejrżane osoby, obrazki porno, książki, zdjęcia, filmy, programy telewizyjne. Przekazywałem innym złe książki, filmy, obrazki porno... itp. Nie przestrzegałem rozumnej wstydlivosti w ubiorze i

zachowaniu. Stwarzałem sytuacje rozbudzające pożądanie. Podglądałem życie seksualne innych.

## **SIÓDME PRZYKAZANIE BOŻE**

*Nie kradnij*

*i*

## **DZIESIĄTE PRZYKAZANIE BOŻE**

*Nie pożądaj żadnej rzeczy bliźniego twego*

Przywłaszczyłem sobie cudzą rzecz (prywatną, społeczną). Wyrządziłem szkodę przez lenistwo, spóźniałstwo, niedotrzymanie umowy lub ustalonych terminów. Zatrzymałem rzecz znalezioną lub pożyczoną. Nie oddałem długu w terminie albo w ogóle nie oddałem. Rzecz skradzioną kupiłem albo sprzedałem. Dałem się przekupić przez dawanie albo branie łapówek. Zniszczyłem cudzą własność. Nie dopilnowałem rzeczy będących własnością wspólną, społeczną. Oszukałem bliźniego sprzedając. Byłem chciwy, zazdrosny, pożądałem dobra cudzego. Nie wynagrodziłem krzywd ani przed Spowiedzią świętą ani potem. Przywiązywałem się zbyt do rzeczy materialnych. Byłem nieoszczędny, a skąpy wobec potrzebujących. Marnowałem talenty swoje i innych.

## **ÓSME PRZYKAZANIE BOŻE**

*Nie mów fałszywego świadectwa przeciw bliźniemu twemu*

Kłamałem i kłamię z przyzwyczajenia. Posądzałem lekkomyślnie. Bez potrzeby mówiłem o wadach lub grzechach bliźnich (obmowy). Oczerniałem bliźniego, opowiadając o nim nieprawdziwe, złe rzeczy. Byłem obłudny wobec bliźniego. Nie naprawiłem krzywd spowodowanych moim kłamstwem. Nie zachowałem powierzonej mi tajemnicy albo sekretów. Nie dotrzymałem słowa, obietnic. Osądzałem bliźnich. Stawałem po stronie nieprawdy (np. dla korzyści). Byłem wścibski, podsłuchiwałem, podglądałem. Zwalałem winę na bliźniego. Doniosłem fałszywie lub fałszywie zeznawałem. Fałszowałem podpisy rodziców. Ściągałem...

## **GRZECHY ZANIEDBANIA**

Nie chciałem krzywdy cierpliwie znosić. Nie chciałem urazów chętnie darować. Nie nakarmiłem głodnego. Nie napiłem spragnionego. Nie użyczyłem gościny komuś w wielkiej potrzebie. Nie wspomogłem kogoś w wielkiej potrzebie. Nie odwiedzałem chorych, starych (rodziców, krewnych, znajomych...).