

### Spowiedź św.

- w dni powszednie przed każdą Mszą św. W niedziele spowiedzi św. nie ma

Warunki dobrej spowiedzi

- Rachunek sumienia
- Żal za grzechy
- Mocne postanowienie poprawy
- Szczera spowiedź
- Zadośćuczynienie Bogu i bliźniemu

### Wstęp

1. Ostatni raz spowiadałem się...
  - Spowiedź moja była szczera, nie zapomniałem i nie zatałem grzechu ciężkiego.
  - Odprawiłem zadaną pokutę i naprawiłem wyrządzoną krzywdę
2. Sprawozdanie z pracy nad sobą:
  - W okresie od ostatniej spowiedzi starałem się o to, by...
  - Osiągnąłem... (np. niewiele, dlatego, że...)

### Przykazanie pierwsze "Nie będziesz miał bogów cudzych przede mną"

- Opuszczałem modlitwy codzienne
- Niedbale z roztargnieniem odmawiałem je
- Przez dłuższy czas w ogóle się nie modliłem
- Dobrowolnie wątpiłem o prawdach wiary. O jakich?
- Publicznie krytykowałem prawdy wiary (w jaki sposób?)
- Wstydzilem się swojej wiary
- Zaparłem się wiary (w jaki sposób?)
- Nie starałem się o pogłębienie wiedzy religijnej przez słuchanie kazań, czytanie czasopism i książek religijnych
- Nie ufałem Bogu
- Grzeszyłem zuchwale, licząc na przebaczenie Boże
- Narzekałem na Pana Boga
- Poddawałem się rozpacz i zwątpieniu
- Wierzyłem w zabobony i wróżby
- Znieważyłem osoby duchowne oraz miejsca i rzeczy poświęcone (kościół, cmentarze krzyże, obrazy itp.)
- Przeszkadzałem drugim w spełnianiu praktyk religijnych (w rodzinie, w pracy zawodowej)
- Więcej niż sprawy Boże i swojej duszy ceniłem pieniądze, wygody, przyjemności sport itp.

- Wdawałem się w dyskusje na tematy religijne z osobami wrogo nastawionymi do wiary.

### **Przykazanie drugie "Nie będziesz brał imienia Pana Boga twego nadaremnie"**

- Wymawiałem imiona święte bez uszanowania, w żartach, gniewie
- Bluźnięć przeciw Bogu i Świętym, wyrażając się obelżywie i drwiąco
- Nie dotrzymałem przysięgi, ślubu złożonego Bogu
- Przysięgałem niepotrzebnie, złożyłem fałszywą przysięgę (czy naprawiłem wyrządzoną przez to krzywdę?). Świętokradzko przyjąłem Sakramenty św. (które?)
- Przeklinałem kogoś (dlaczego?)
- Rozmawiałem o sprawach religijnych w sposób lekceważący

### **Przykazanie trzecie "Pamiętaj, abys dzień święty święcił"**

- W niedzielę i święta nakazane opuściłem z własnej winy Mszę św. (ile razy?)
- Spóźniłem się na Mszę św.
- We Mszy św. nie brałem czynnego udziału (wspólna modlitwa, śpiew, słuchanie słowa Bożego, zwracanie uwagi na poszczególne części Mszy św.)
- Przeszkadzałem innym w skupieniu modlitewnym, nieodpowiednio zachowywałem się
- Bez koniecznej potrzeby w niedzielę i święta ciężko pracowałem
- Znieważyłem dzień święty przez pijaństwo i udział w grzesznych zabawach i rozrywkach
- Nie poświęciłem wolnego czasu rodzinie, starym rodzicom, chorym.
- Nie brałem udziału w nabożeństwach. (Gorzkie żale, Droga krzyżowa, roraty, nabożeństwa majowe, czerwcowe, różańcowe, Wielki Tydzień), choć mogłem to uczynić
- Nie starałem się o wytworzenie nastroju religijnego w rodzinie w niedzielę i święta
- Nie brałem udziału w życiu parafialnym (misje, rekolekcje, procesje, ofiary na utrzymanie świątyni, na Seminarium Duchowne, KUL)

### **Przykazanie czwarte "Czczij ojca twego i matkę swoją"**

- 1. Obowiązki względem rodziców:
- Rodzicom swoim nie okazywałem miłości i szacunku, nie modliłem się za nich, nie pamiętałem o rocznicy śmierci
- Nie słuchałem ich rad
- Odnosiłem się do rodziców w sposób ubliżający, kłóciłem się z nimi, biłem ich Mówiłem o nich źle
- Nie starałem się pomóc moim starym rodzicom
- Byłem w niezgodzie z rodzeństwem
- 2. Obowiązki rodziców:
- Nie bałem o moralne wyrobienie i religijne wychowanie swych dzieci (modlitwa Msza św. w niedzielę i święta, uczęszczanie na lekcje religii, przyjmowanie Sakramentów św.
- Nie starałem się o współpracę z duszpasterzem w katechizacji dzieci
- Nie dawałem im dobrego przykładu w spełnianiu obowiązków religijnych w pracy zawodowej, współżyciu z sąsiadami, w życiu rodzinnym itp.
- Nie poświęcałem dzieciom czasu, nie interesowałem się ich problemami życiowymi, nie pamiętałem o urodzinach, imieninach itp.
- Nie dbałem o ich wykształcenie utrzymanie i odpoczynek.
- Nie starałem się ich kochać i traktować jednakowo
- Byłem niesprawiedliwy w karaniu

- Rozpieszczałem swoje dzieci przez spełnianie wszystkich ich zachcianek
- Nie wyłączałem telewizora w czasie modlitwy
- Nie starałem się o wspólną modlitwę, o czytanie Pisma św., rozmowy religijne w rodzinie oraz n znaki wiary w mieszkaniu (krzyż, obraz)
- Byłem obojętny na to, z kim się moje dziecko przyjaźni
- Od dzieci nie wymagałem odpowiedniego szacunku dla rodziców, kapłanów, nauczycieli, ludzi starszych, dla każdego człowieka
- Krytykowałem niesprawiedliwie duchowieństwo
- Nie było między nami (mężem i żoną) współpracy w wychowaniu dzieci
- Wtrącałem się w pożycie małżeńskie dzieci, powodując konflikty rodzinne
- Będąc ojcem chrzestnym (matką chrzestną) nie wypełniałem swoich obowiązków wobec chrześniaków
- 3. Obowiązki małżonków:
  - Nie kochałem szczerze żony (męża). Nie troszczymy się wspólnie o swoje upodobania, pragnienia, zdrowie
  - Nie pomagamy sobie nawzajem
  - Nie modlimy się za siebie
  - Nie poczuwam się do odpowiedzialności za uświęcenie i zbawienie współmałżonka
  - Ukrywaliśmy przed sobą ważne sprawy
  - Nie dbaliśmy o siebie by się nawzajem podobać
  - Byliśmy samolubni
  - Nie pamiętałem o rocznicach (ślubu, urodzin, imienin), o dniach znaczących dla współmałżonka
  - Utrudnialiśmy sobie życie przez zły humor, kaprysy, gniew i niecierpliwość
  - Rozjątraliśmy niezgodę opowiadając innym o tym, co nas dzieli
  - Nie dochowaliśmy wierności małżeńskiej
  - Unikaliśmy potomstwa w sposób grzeszny
  - Dla własnej wygody ograniczaliśmy liczbę naszych dzieci
  - Usunęłam ciężę namawiałem do tego, współdziałałem
  - Dom nasz nie był wzorem i przykładem życia chrześcijańskiego.
- 4. Obowiązki względem Ojczyzny:
  - Nie szukałem szczerze dobra swojego Kraju
  - Nie spełniałem solidnie swoich obowiązków
  - Nie umiałem wyzbyć się nienawiści, by być z tym, co łączy, a nie co dzieli
  - Nie pracowałem sumiennie
  - Nie żyłem dobrze z towarzyszami pracy. Nie dałem młodszym dobrego przykładu
  - Szerzyłem zło w środowisku pracy (przekleństwa, wulgarne słowa, alkohol)
  - Patrzyłem przez palce na zło, aby mieć spokój
  - Zapłata, którą dawałem, była niesprawiedliwa
  - Pomiinałem pracowników w awansie. Zmuszałem podwładnych do pracy ponad siły

### **Przykazanie piąte "Nie zabijaj"**

- Szkodziłem sobie na zdrowiu (przez nadmiar jedzenia, picia, zwłaszcza alkoholu, palenie tytoniu, przeciążenie pracą, lekceważenie potrzeby snu, wypoczynku)
- Zbyt lekkomyślnie narażałem swoje zdrowie i życie
- Nie wykorzystałem urlopu, wczasów i pobytu w sanatorium na wypoczynek lub leczenie

- Usiłowałem popełnić samobójstwo
- Życzyłem sobie lub bliźnim śmierci
- Żywię do bliźnich nienawiść, niechęć
- Zabiłem człowieka
- Pobiłem bliźniego, pokaleczyłem
- Gorszyłem bliźnich swoim postępowaniem
- Szkodziłem bliźniemu
- Namawiałem innych do grzechu (jakiego?)
- Narażałem swoje zdrowie i życie oraz bliźnich przez prowadzenie pojazdu mechanicznego w stanie nietrzeźwym, a także przez przekraczanie przepisów bezpieczeństwa na drodze, przy pracy
- Nie szanowałem środowiska naturalnego, które jest darem Bożym dla wszystkich ludzi. Niszczyłem drzewa i kwiaty, zaśmiecałem parki, lasy, góry, rzeki i drogi
- Znęcałem się nad zwierzętami
- Odmówiłem bliźniemu pomocy
- Gardziłem drugimi
- Cieszyłem się z ich niepowodzeń i nieszczęść
- Wyśmiewałem się z bliźniego, przezywałem go
- Pragnąłem zemścić się na bliźnich
- Nie modliłem się za bliźnich, za błądzących, za nieprzyjaciół, za osobistych wrogów
- Nie przebaczyłem im w sercu swoim
- Nie upominałem błądzących
- Dałem im zły przykład
- Nie odwiedzałem chorych
- Nie pomagałem biednym
- Nie pocieszałem smutnych
- Nie podnosiłem na duchu wątpiących
- Krzywdy niecierpliwie znośiłem
- Spory rodzinne i sąsiedzkie złośliwie wnośiłem do sądu

### **Przykazanie szóste i dziewiąte "Nie cudzołóż. Nie pożądaj żony bliźniego twego"**

- Nie miałem należytego poszanowania dla ciała i jego sił rozrodczych
- Miałem upodobanie w myślach, wyobrażeniach i pragnieniach nieskromnych
- Czytałem podniecające książki i czasopisma
- Przekazywałem je innym
- Oglądałem zdjęcia pornograficzne i dawałem je innym
- Prowadziłem nieprzyzwoite rozmowy
- Popełniałem uczynki nieczyste, sam, z inną osobą
- Nie jestem gotów odsunąć od siebie okazji do grzechu
- Nie miałem należytego poszanowania dla płci odmiennej, w ubiorze i zachowaniu się
- Nie przestrzegałem rozumnej wstydlivosti
- Brakiem skromności pobudzałem innych do grzechu

### **Przykazanie siódme i dziesiąte "Nie kradnij" "Nie pożądaj domu bliźniego twego ani żadnej rzeczy, która jego jest"**

- Przywłaszczyłem sobie cudzą rzecz (prywatną, społeczną, jakiej wartości), owoce cudzej

pracy lub zasługi innego człowieka

- Zabierałem innym czas, każąc na siebie czekać
- Wyrządziłem szkodę przez lenistwo, spóźniałstwo, niedotrzymanie umowy, ustalonych terminów
- Zatrzymałem rzecz znaną, pożyczoną
- Nie oddawałem długu w terminie
- Kupiłem rzecz skradzioną
- Pozwoliłem się przekupić
- Zniszczyłem cudzą własność
- Zaniedbałem dopilnowania rzeczy będących własnością społeczną
- Oszukałem bliźniego (np. w handlu, na mierze, na wadze, w jakości towaru)
- Byłem chciwy, zazdrosny, pożądałem dobra cudzego.

### **Przykazanie ósme "Nie mów fałszywego świadectwa przeciw bliźniemu twemu"**

- Skłamałem (jaka z mojego kłamstwa powstała szkoda?)
- Posądziłem lekkomyślnie
- Bez potrzeby mówiłem o wadach, grzechach bliźnich (obmowa)
- Oczerniłem bliźniego, opowiadając o nim nieprawdziwe złe rzeczy
- Byłem obłudny wobec bliźniego
- Nie zachowałem powierzonych mi tajemnic
- Wyrządziłem przez to komuś krzywdę.