

RACHUNEK SUMIENIA DLA MŁODZIEŻY.

Modlitwa: *Boże, Ty wiesz, jak wielka jest moja zdolność do okłamywania samego siebie. Ty wiesz również, że umiem przesadzać i dramatyzować swoje upadki. Daj mi proszę trzeźwy umysł, realizm i uczciwość w ocenie samego siebie. Pozwól, żebym wciąż pamiętał o Twojej cierpliwej miłości wobec mnie. Daj mi odwagę, bym stanął w prawdzie przed Tobą.*

GRZECZY PRZECIWKO BOGU:

- Czy wierzę, że Bóg mnie kocha i że interesuje Go Moje życie?
- Czy żyję tak, jakbym Boga nie potrzebował - polegam wyłącznie na własnych siłach, sądzę, że wszystko zależy ode mnie, wiem lepiej, co dla mnie dobre, a co złe (pycha)?
- Czy nie zapominam o tym, że zawsze mam się modlić, niezależnie od tego, co czuję, czy jest mi dobrze, czy źle?
- Czy nie ograniczam modlitwę tylko do pacierza?
- Czy do Boga zanoszę tylko błagania, czy także dziękczynienia i uwielbienia?
- Czy nie zarzucałem Boga mnóstwem słów, czy dopuszczałem Go do głosu?
- Czy nie za mało korzystam z sakramentów - Bożych darów dla mnie? Jak często spowiadam się, przystępuję do Komunii Św., uczestniczę we Mszy św.?
- Czy przystąpiłem do komunii z ciężkim grzechem na sumieniu, bez wcześniejszej spowiedzi?
- Czy uczestniczę we Mszy św. jak obserwator i kibic, czy jako aktywny uczestnik (wspólny śpiew, modlitwa, odpowiedzi)?
- Czy czytam Pismo Św.?
- Jak wygląda moje uczestnictwo w szkolnej katechezie?
- Czy wierzę w zabobony (czarny kot, siostra zakonna, kominiarz i inne)?
- Czy wierzę w horoskopy, kamienie, wróżki itp., przywiązuję do tego wagę?
- Co noszę na szyi: krzyżyk, medalik czy inny przedmiot, który nic nie mówi o Bogu?
- Czy potrafię uszanować to, co święte (kościół, cmentarz, krzyż, figury Maryi i świętych, medalik, który noszę na szyi)?
- Czy dziękuję Panu Bogu za to, co mam, nawet gdy inni mają więcej?

- Czy nie mówiłem, podejmując działanie: „Panie Boże, a teraz ja sam pokażę Ci, jaki jestem godny bycia Dzieckiem Bożym, udowodnię Ci, że jestem już dobry.”?
- Czy instrumentalnie traktuję Pana Boga, czyli świadomie popełniam grzech z tłumaczeniem: „Pójdę do spowiedzi i wszystko będzie w porządku.”?

GRZECZY PRZECIWKO KOŚCIOŁOWI:

- Czy byłem wystarczająco zaangażowany w życie Kościoła?
- Czy nie krytykowałem Kościoła bez poczucia współodpowiedzialności?
- Czy nie odrzucałem oficjalnego nauczania Kościoła (Katechizm Kościoła Katolickiego i nauczanie papieskie)?
- Czy wiem, że pozostawanie w grzechu osłabia całą wspólnotę?
- Czy zachowałem post (np. post piątkowy jest wspólnym wyrazem solidarności z Męką Chrystusa)?

GRZECZY PRZECIWKO BLIŹNIEMU:

- Czy jestem egoistą, szukam tylko własnego dobra, inni ludzie są jedynie środkami do moich celów?
- Czy wybieram tylko te znajomości, które sprawiają mi przyjemność?
- Czy narzucam własne zdanie, chcę zawsze mieć rację i ostatnie słowo, nie słucham innych?
- Czy szufladkuję ludzi, przypisuję im etykiety, ostro krytykuję i oceniam?
- Czy niszczę dobro wspólne: w szkole - ławki, pomoce szkolne i inne; na ulicy (wandalizm)?
- Czy przebaczam, umiem mówić „przepraszam”, przyznaję się do winy?
- Czy kłamię, ubarwiam moje opowiadania, przesadzam dla efektu?
- Czy lubię plotkować?
- Czy zdradzam cudze tajemnice, wykorzystuję otrzymane informacje przeciwko innym?
- Czy jestem uczciwy?
- Czy oddaję rzeczy pożyczone?
- Czy potrafię dziękować ludziom za dobro, reagować na zło?
- Czy nakłaniam innych do grzechu, do zła?

- Czy namawiam innych do grzechów seksualnych (swoją dziewczynę, chłopaka)?
- Czy umiem docenić zdolności i dobre postępowanie innych, pochwalić, pogratulować zwycięstwa czy dobrej oceny?
- Czy wykluczam Boga z koleżeństwa, przyjaźni, miłości: np. nie powierzam tych relacji Panu Bogu?
- Czy modłę się za innych (rodziców, rodzeństwo, rodzinę, nauczycieli, kapłanów z parafii, znajomych ze wspólnoty)?
- Czy jestem zawistny? Zazdrośczenie komuś tego, co posiada, życzenie mu, żeby tego nie miał?
- Czy potrafię wynagrodzić wyrządzoną krzywdę (oddać skradzioną rzecz, przeprosić za oszustwo, kłamstwo, złość)?
- Czy szanuję i dbam o własność wspólną (np. przyrodę, ławki w parku, szkołę, jej pomieszczenia i wyposażenie, autobus, którym jeżdżę do szkoły, itp.)?

GRZECZY PRZECIWKO SOBIE:

- Czy zastanawiam się nad celem i sensem mojego życia?
- Czy jestem odpowiedzialny za czyny, słowa, obietnice?
- Czy marnuję czas, czy też umiem go zaplanować i dobrze wykorzystać?
- Czy jestem leniwy, łatwo się zniechęcam?
- Czy dobrze wykorzystuję niedzielny odpoczynek? Nie nadużywam w tym dniu telewizora lub komputera, zapominając o całym świecie?
- Czy idę na łatwiznę, marnuję swoje zdolności - odpisuję zadania (sam ich nie robię - nie chce mi się), ściągam?
- Czy utrzymuję kontakty głównie z tymi, którzy się nade mną litują, a nie z tymi, którzy wymagają?
- Czy przywiązuję zbyt dużą wagę do rzeczy materialnych?
- Czy oglądam pornograficzne filmy i czasopisma?
- Czy nie pobudzam swojej seksualności (pornografia, nieczyste myśli, nieczyste wirtualne znajomości przez internet, samogwałt)?
- Czy szanuje swoje zdrowie (papierosy, alkohol, narkotyki, brak sportu)?
- Czy jest we mnie egoizm i egocentryzm: patrzenie na świat przez pryzmat samego siebie? Czy pytam samego siebie o zgodność moich własnych decyzji z wolą Bożą?
- Czy akceptuję samego siebie, czy też trwam w postawie buntu wobec Pana Boga, że jestem taki, a chciałbym być inny?
- Czy nie jest tak, że dostrzegam jedynie swoje wady, upadki i porażki?

- Czy potrafię się cieszyć z tego, co mam?
- Czy dbam o swoje ciało, zdrowie fizyczne (ciepłe ubranie, odpoczynek, sen, walka z nałogiem)?

Modlitwa: Proszę Cię Panie o Twoją pomoc w szczerym wyznaniu moich grzechów. Daj proszę mądrość i cierpliwość spowiednikowi. Przemawiaj do mnie przez niego. Pokaż, co i jak mogę w sobie zmieniać. Niech ten sakrament będzie dla mnie źródłem radości i nadziei na to, że pomimo moich upadków mogę stać się świętym.