Spytovanie svedomia

pre nedospelých

Keď sa táto predloha použije bezprostredne pred prijatím sviatosti pokánia:

Myšlienky na modlitbu

Duchu Svätý, príď a pomôž mi, aby som spoznal svoje hriechy, aby som ich úprimne oľutoval, a aby som sa naozaj polepšil. Posilni ma, aby som sa z nich dobre vyznal a konal pokánie.

Otázky

– Kedy som sa spovedal naposledy?
– Nezamlčal som naschvál nejaký ťažký hriech?
– Nezabudol som povedať niektorý ťažký hriech?
– Ako som spĺňal predsavzatia?

1. prikázanie: Život podľa viery v Boha

– Učil som sa pravidelne náboženstvo?
– Snažil som sa zapamätať si niečo z kázní?
– Nehanbil som sa za vieru?
– Modlil som sa ráno i večer?
– Modlil som sa azda nerád a nedbalo?

2. prikázanie: Úcta k Bohu

– Nevyslovoval som Božie meno nadarmo?
– Nehovoril som posmešne alebo neúctivo o Bohu a o svätých veciach?

3. prikázanie: Láska k Pánu Ježišovi a k jeho Cirkvi

– Nevynechal som dobrovoľne svätú omšu v nedeľu a v prikázaný sviatok? (Koľkokrát?)
– Prichádzal som načas na sv. omšu?
– Bol som pri nej sústredený alebo nepozorný?

4. prikázanie: Rodičia

– Bol som poslušný voči rodičom?
– Pomáhal som im?
– Nezarmucoval som ich?
– Modlil som sa za nich?
– Nebol som vzdorovitý?
– Bol som úctivý a pozorný voči starým ľuďom?
– Bol som znášanlivý a spravodlivý voči súrodencom?

5. prikázanie: Láska k sebe a blížnemu

– Neškodil som si na zdraví?
– Nebol som maškrtný?
– Zachovával som dobrovoľný pôst?
– Cvičil som sa v ovládaní seba?
– Nebol som sebecký, zlostný, závistlivý?
– Nebol som pyšný?
– Nenadával som iným?
– Nebil som iných?
– Nehneval som sa na niekoho?
– Odpustil som blížnemu?
– Nenávidzal som niekoho na zlé?
– Nedával som zlý príklad?
– Netrápil som zvieratá?
– Dbal som na premávkové a bezpečnostné predpisy?
– Neoddal som sa športu na úkor svojich povinností?

6. a 9. prikázanie: Čistota

Naše telo je krásny chrám Ducha Svätého. Je Božím dielom. Čistota a cudnosť ho chránia, aby dorástlo v dospelého človeka. Kto sa nenaučí ovládať, je slaboch.

– Nemyslel som alebo nehovoril som necudne?
– Nepočúval som nečisté reči?
– Nedíval som sa na také veci, ktoré zvádzali na nečistotu?
– Nečítal som také knihy?
– Nepozeral som sa na také filmy?
– Nerobil som necudné veci?
– Nenavádzal som niekoho na také veci?

7. a 10. prikázanie: Spravodlivosť

– Zachádzal som šetrne so svojimi vecami?
– Nepoškodil som cudzí alebo verejný majetok?
– Nekradol som?
– Vrátil som alebo nahradil som ukradnutú vec?
– Ponechal som si nájdené veci?
– Nebol som lakomý?
– Neutrácal som peniaze na zbytočnosti?
– Plnil som si dobre povinnosti?
– Učil som sa svedomite?
– Nebol som lenivý?
– Bol som neporiadny vo svojich veciach?

8. prikázanie: Pravdivosť a čestnosť

– Neklamal som? Zo strachu, pred trestom, z vyvyšovania sa nad iných?
– Nevymýšľal som chyby na iných?
– Nepretvaroval som sa?
– Nevyzradil som zverené tajomstvo?
– Dodržal som, čo som sľúbil?