Rachunek sumienia dla młodzieży

Zanim rozpoczniesz, spójrz na Krzyż i odpowiedz szczerze na pytanie Chrystusa, które kiedyś postawił Piotrowi, a dzisiaj właśnie Tobie: Czy kochasz Mnie więcej, aniżeli Ci? Bądź szczery, aby kolejny raz nie zdradzić Tego, który z Ciebie umarł i zmartwychwstał.

Bądź mężny, a więc odważny!

Przykazanie I

Nie będziesz miał bogów cudzych przede Mną

- Czy wierzysz, że Pan Bóg ciebie kocha i że interesuje Go całe Twoje życie?
- Czy dążysz do coraz głębszego poznania Pana Boga przez lekturę Pisma Świętego, czytanie książek i prasy katolickiej, uczestniczenie w rekolekcjach?
- Czy regularnie uczęszczałeś na lekcje religii? Jak je traktowałeś?
- Czy miałeś zawinione wątpliwości wiary, np. pod wpływem czytanych książek?
- Czy wierzyłeś w horoskopy, wróżby, przesądy, magię?
- Czy wierzyłeś w szczęście związane z noszeniem talizmanów, różnych kamieni i innych przedmiotów?

Przykazanie II

Nie będziesz brał imienia Pana Boga twego nadaremno

- Czy przyznajesz się do wiary, nie wstydzisz się jej, np. w szkole czy na wakacjach?
- Czy każdy dzień rozpoczynasz i kończysz modlitwą i rozmową z Panem Bogiem?
- Czy twoja modlitwa składa się tylko z listy próśb i życzeń?
- Czy przysięgałeś na Boga?
- Czy używałeś imienia Bożego bezmyślnie?
- Czy słuchałeś piosenek, których słowa obrażają Boga? Czy oglądałeś filmy lub programy telewizyjne, które wyśmiewały Boga i ludzi w Niego wierzących?
- Czy używałeś słów wulgarnych?

Przykazanie III

Pamiętaj, abyś dzień święty święcił

- Czy w niedziele i święta uczestniczyłeś we Mszy Świętej?
- Jak ją przeżywałeś, czy byłeś skupiony i zaangażowany?
- Czy uważnie i z wiarą słuchałeś słowa Bożego?
- Czy za ważniejsze od niedzielnej i świątecznej Mszy Świętej uznawałeś rozrywkę, wypoczynek, spotkania z innymi?
- Czy idąc do kościoła, ubierałeś strój godny tego miejsca?
- Czy w dni świąteczne wykonywałeś prace, które tego dnia nie były konieczne?

Przykazanie IV

Czcij ojca swego i matkę swoją

- Czy okazywałeś miłość swoim rodzicom?
- Czy pomagałeś im prowadzić dom, tworzyć zgodną rodzinę?
- Czy próbujesz zrozumieć swoich rodziców, ich problemy, czy zauważasz ich potrzeby?
- Czy przebaczyłeś rodzicom ich słabości, np. alkoholizm?
- Czy modlisz się za rodziców?
- Jak się odzywałeś do rodziców, dziadków? Czy kłócisz się z nimi?
- Czy uderzyłeś lub znieważyłeś ojca, matkę, rodzeństwo?
- Czy mówiłeś obcym o słabościach swoich rodziców? Czy się ich wstydzisz przed kolegami?

Przykazanie V

Nie zabijaj

- Czy szkodziłeś na zdrowiu sobie albo innym?
- Czy zażywałeś narkotyki lub inne środki odurzające?
- Czy piłeś alkohol, paliłeś papierosy?
- Czy kogoś uderzyłeś, czyniąc mu krzywdę?
- Czy znęcałeś się nad kimś psychicznie, np. nad młodszym kolegą?
- Czy nieumiarkowanie jadłeś lub piłeś?
- Czy za wszelką cenę chciałeś ładnie wyglądać, być modnym?

Przykazanie VI

Nie cudzołóż

- Czy oglądałeś z upodobaniem filmy lub sceny pornograficzne?
- Czy oglądałeś gazety, książki, plakaty niemoralne?
- Czy w internecie oglądałeś strony erotyczne?
- Czy popełniałeś samogwałt (masturbację)?
- Czy współżyłeś seksualnie?
- Czy podglądałeś cudzą nagość?
- Czy opowiadałeś nieprzyzwoite kawały?
- Czy podtrzymywałeś w swojej wyobraźni nieskromne myśli i marzenia?

Przykazanie VII

Nie kradnij

- Czy kradłeś, oszukiwałeś?
- Czy niszczyłeś własność społeczną, np. w szkole, na ulicy (wandalizm)?
- Czy pomagałeś lub namawiałeś do oszustwa, kradzieży?
- Czy jeździłeś „na gapę"?
- Czy przywłaszczałeś sobie cudze osiągnięcia, pomysły, dzieła i ogłaszałeś jako swoje?
- Czy kupowałeś kradzione rzeczy?

Przykazanie VIII

Nie mów fałszywego świadectwa przeciw bliźniemu swemu

- Czy mówiłeś zawsze prawdę?
- Czy obmawiałeś lub oczerniałeś bliźnich?
- Czy rozgłaszałeś szkodliwe plotki?
- Czy namawiałeś do kłamstwa?
- Czy swoim kłamstwem nikogo nie skrzywdziłeś?
- Czy stawałeś w obronie niesłusznie oskarżanych?
- Czy byłeś obłudny, co innego myślałeś, a co innego mówiłeś?
- Czy wewnętrznie pragniesz, aby ta spowiedź była szczera, czy może już kombinujesz układając w swojej głowie łagodniejszą wersję wyznania swoich grzechów?

Przykazanie IX

Nie pożądaj żony bliźniego swego

- Czy pragnąłeś doznań seksualnych z drugą osobą?
- Czy z pożądaniem patrzyłeś na kobietę/ mężczyznę?
- Czy swoim zachowaniem albo strojem wzbudzałeś pożądanie?
- Czy namawiałeś do współżycia?
- Czy dawałeś inne dwuznaczne propozycje odnoszące się do działań seksualnych?

Przykazanie X

Ani żadnej rzeczy, która jego jest

- Czy byłeś chciwy i miałeś materialistyczne podejście do życia?
- Czy smuciłeś się z powodu powodzenia bliźnich?
- Czy źle życzysz innym ludziom?
- Czy naprawiłeś wyrządzoną krzywdę?
- Czy oddałeś rzeczy pożyczone?
- Czy pragnąłeś życia w bogactwie za wszelką cenę?
- Czy wzbudzałeś podziw u innych złym postępowaniem?
- Czy zazdrościłeś?
- Czy byłeś bezinteresowny w pomaganiu innym?
- Czy odbyłeś już kiedyś spowiedź świętokradzką poprzez zatajenie grzechów.