

RACHUNEK SUMIENIA DO
SPOWIEDZI, WEDŁUG GRZECHÓW
GŁÓWNYCH
(dla chłopców)

I. PYCHA

1. Czy łatwo się zniechęcam kiedy coś mi nie wychodzi i mało liczę na pomoc Pana Boga?
2. Czy jestem nadwrażliwy w obcowaniu z innymi i łatwo obrażam się z powodu rzeczy mało znaczących?
3. Czy obcuję w sposób nierówny z osobami z mego środowiska, ulegając sympatii i antypatii do konkretnych osób? Czy jestem obojętny wobec niektórych ludzi, lub nawet pogardzam kimś?
4. Czy lubię zwracać uwagę na siebie i na swoje talenty? Czy pragnę błyszczeć w moim środowisku?
5. Czy jest mi trudno ustępować ze swego zdania i chcę, by zawsze wyszło na moje? Czy umiem zmienić zdanie i przyznać, że poprzednio nie miałem racji?
6. Czy mam nieuporządkowane pragnienie niezależności? Czy buntuję się przeciw sugestiom osób, które chcą mi pomóc?
7. Czy jestem hardy przy osądzaniu innych? Czy brakuje mi wyrozumiałości, którą bym chciał widzieć u innych, kiedy oceniają mnie?
8. Czy pozwalam sobie pomóc zamiast na siłę starać się być samowystarczalnym? Czy proszę o radę i chętnie jej słucham?
9. Czy czasami względy ludzkie utrudniają mi czynić dobro, które powinienem czynić?
10. Czy przesadnie martwię się o swój wygląd i o to, co inni myślą o mnie?
11. Czy byłem zawsze szczery w spowiedzi? Czy zataiłem niektóre grzechy lub wyznałem je ogólnikowo?

II. CHCIVOŚĆ

1. Czy umiem dbać o swoje rzeczy, by długo służyły?
2. Czy jestem zbyt przywiązany do rzeczy materialnych i mam nieuporządkowane

pragnienie posiadania ich w coraz większej ilości?

3. Czy łatwo pożyczam swoje rzeczy, czy raczej szukam sposobu, by odmówić?
4. Czy marnowałem pieniądze pozwalając sobie na niepotrzebne kaprysy? Czy ciągle myślę o zakupach, o rzeczach markowych, o lepszych sprzętach nowych technologii?
5. Czy byłem hojny pomagając innym w ich potrzebach? Czy udzielałem jałmużny?
6. Czy hojnie udzielam swojego czasu przy pomaganiu innym, czy raczej czynię to niechętnie?
7. Czy jestem obojętny wobec potrzeb i problemów osób z mojego otoczenia?
8. Czy umiem poświęcać swoje upodobanie i kaprysy, by umilać życie innym?
9. Kiedy zachodzi taka sytuacja, czy umiem znosić radośnie brak jakiejś potrzebnej rzeczy?

III. NIECZYSTOŚĆ

1. Czy pozwalałem na myśli lub wspomnienia nieczyste? Czy ulegałem nieczystym pragnieniom, choćbym nie wprowadził ich w czyn?
2. Czy uczestniczyłem w nieczystych rozmowach? Czy to było z mojej inicjatywy?
3. Czy dobrowolnie narażałem się na bliskie okazje do grzechu ciężkiego, na przykład czytając niedobre książki lub portale internetowe, oglądając nieczyste filmy itp.?
4. Czy przed oglądaniem filmu, czytaniem książki, lub wchodzeniem na pewne strony internetowe, staram się dowiedzieć o ich ocenie moralnej?
5. Czy pozwoliłem sobie na nieczyste spojrzenia? Czy wzbudzałem nieczyste doznania lub nie odrzucałem ich z należytą energią?
6. Czy dokonałem nieczystych czynów? Sam, czy z innymi osobami?
7. Czy mam przyjaźnie, które stanowią stałą okazję do grzechu? Czy jestem zdecydowany zerwać z tymi osobami?

IV. GNIEW

1. Czy łatwo ulegam złemu humorowi? Czy gniewam się bez powodu?
2. Czy kłóciłem się z moimi rodzicami, z rodzeństwem? Czy staram się szybko pojednać z nimi?
3. Czy często zasmucam innych z powodu moich gwałtownych reakcji, złego charakteru czy braku delikatności?
4. Czy zachowuję niechęć lub urazy do kogoś?
5. Czy umiem znosić radośnie przeciwności? Czy mam często postawę narzekającą, która psuje atmosferę wokół mnie?
6. Czy leniwie reaguję na złe rzeczy, z którymi powinienem walecznie walczyć?

V. NIEUMIARKOWANIE

1. Czy jadłem lub piłem więcej niż to, czego potrzebuję?
2. Czy jestem kapryśny przy jedzeniu? Czy jem tylko to, co mi smakuje i zostawiam to, na co nie mam ochoty?
3. Czy przy jedzeniu i piciu umiem dodać *sól* umartwienia?
4. Czy poświęcam za dużo czasu swoim gustom – słuchaniu muzyki, czytaniu pism, itp.? Czy marnuję czas przy komputerze, grając w gry komputerowe, na facebooku, wchodząc do różnych portali itp.?
5. Czy za długo rozmawiam przez komórkę?
6. Czy łatwo mówię o wadach innych osób? Czy powtarzam plotki? Czy lubię słuchać pomówienia i obmowy?

VI. ZAZDROŚĆ

1. Czy boli mnie, kiedy ktoś z mego otoczenia jest bardziej ceniony niż ja?
2. Czy jest mi przykro, kiedy w mojej obecności mówią dobrze o innej osobie i chwalą jej zdolności?
3. Czy ulegam smutkowi, kiedy widzę u innych zalety, których ja nie posiadam?
4. Czy chowam w sercu urazy, pretensje czy nienawiść? Czy łatwo przebaczam?
5. Czy wyśmiewałem się z innych osób, co oznacza brak miłości?

6. Czy krytkowałem, mówiłem źle o innych lub oceniałem kogoś bez potrzeby? Czy słuchałem z upodobaniem krytyki wobec nieobecnej osoby? Czy skłamałem?
7. Czy często porównuję się z innymi? Czy ulegam próżności uważając, że jestem lepszy od innych?

VII. LENISTWO

1. Czy zwalczam swoje wady główne? Czy – opierając się na łasce Bożej – stawiam sobie cele duchowe, które pozwolą mi zdobywać lub polepszać cnoty?
2. Czy hojnie pomagam moim przyjaciółom? Czy upominam ich serdecznie, kiedy czynią coś niedobrego, czy raczej milczę z wygodnictwa lub egoizmu?
3. Czy ułatwiam moim kolegom naukę, czy raczej przeszkadzam im w tym? Czy często przerywam naukę i marnuję czas?
4. Czy bywam leniwy przy wypełnianiu swoich obowiązków – nauki, zadań domowych itp.? Czy spóźniam się często?
5. Czy zaczynam naukę wtedy, kiedy powinienem? Czy uczyłem się tak długo jak powinienem? Czy wykorzystałem właściwie godziny nauki? Czy jestem skupiony na lekcjach?
6. Czy w szkole mam stopnie zgodne ze swoimi zdolnościami, czy raczej zadowalam się idąc po linii mniejszego wysiłku? Czy ostatnio nie zdawałem egzaminów? Czy punktualnie odrabiałem zadania szkolne lub na studiach?
7. Czy zaniedbałem obcowanie z Bogiem w codziennej modlitwie i w sakramentach? Czy przyjąłem sakramenty niegodnie, lub bez należytego szacunku?
8. Czy stosuję odpowiednie środki, by osiągnąć formację religijną, która pozwoli mi żyć głęboko moim powołaniem chrześcijańskim?
9. Czy wykonywałem leniwie to, co odnosi się do Boga?