

Otázky pre spytovanie svedomia

Otázky pre spytovanie svedomia pre dospelých. Svätá spoveď ti ponúka príležitosť, aby si požiadal Boha o odpustenie a získal Jeho milosrdenstvo. Pred vstupom do spovednice sa zastav, stíš, usporiadaj svoje myšlienky, aby si sa mohol rozpamätať na to, čím si možno ranil iných, a ako sa môžeš zlepšiť v kresťanskom živote. Úprimná spoveď nám ponúka príležitosť obnoviť si dušu a otvoriť sa voči Božej milosti. Nasledujúce otázky ti môžu pomôcť zamyslieť sa nad tým, za aké svoje skutky potrebuješ Božie milosrdenstvo.

Dobrá spoveď predpokladá nasledovné kroky:

- Popros Ducha Svätého v modlitbe, aby Ti pomohol vnímať, kde si zranil alebo zanechal spoločensťvo s Bohom.
- Spytuj si svoje svedomie – aké hriechy si spáchal od poslednej svätej spovedi.
- Úprimne oľutuj svoje hriechy.
- Vyznaj svoje hriechy kňazovi.
- Daj si dobre záležať na tom, aby si vyznal všetky smrteľné hriechy, aj ich počet.
- Po svätej spovedi urob úkon pokánia, ktorý ti určil kňaz.
- Denne sa modli za silu, aby si sa dokázal vyhýbať príležitostiam na hriech, hlavne tých hriechov, za ktoré si práve dostal rozhrešenie.

Otázky podľa Desatora Božích prikázaní

PRVÉ PRIKÁZANIE „Ja som Pán, Boh tvoj! Nebudeš mať iných bohov okrem mňa, aby si sa im klaňal..“
(Ex 20:2,3)

- Pochyboval som o existencii Boha alebo som ju popieral?
- Odmietal som veriť v to, čo nám Boh zjavuje?
- Veril som veštčyniam, horoskopom, vykladačom snov, okultným praktikám, talizmanom pre šťastie, výkladu z kariet, z dlane, rôznym seansom a reinkarnácii?
- Popieral som, že som katolíik?
- Zanechal som katolíicku vieru?
- Venoval som každý deň čas Bohu v modlitbe?
- Miloval som Boha celým svojím srdcom?
- Zúfal som si alebo som sa opovážlivo spoliehal na Božie milosrdenstvo?
- Mal som vo svojom živote falošných bôžikov, ktorým som venoval väčšiu pozornosť ako Bohu, ako sú napríklad peniaze, profesia, drogy, TV, sláva, pôžitky, majetky, atď.?

DRUHÉ PRIKÁZANIE „Nevezmeš meno Božie nadarmo. “ (Ex 20:7)

- Rúhal som sa Bohu alebo som Boha urážal?
- Bral som Božie meno nadarmo alebo s ľahostajnou nedbanlivosťou?

- Klial som alebo som porušil prísahu či sľub?
- Prejavoval som hnev voči Bohu?

TRETIE PRIKÁZANIE „Spomeň si, aby si deň sviatočný svätil..“ (Ex 20:8)

- Vynechal som nedeľnú svätú omšu alebo svätú omšu v prikázaný sviatok zo svojej vlastnej viny?
- Prichádzal som načas na svätú omšu? Neodchádzal som priskoro?
- Pracoval som v nedeľu aj vtedy, keď to nebolo nevyhnutné?
- Vyčlenil som si nedeľu ako deň odpočinku a deň pre rodinu?
- Preukazoval som úctu Kristovi v Najsvätejšej Sviatosti Oltárnej?

ŠTVRTÉ PRIKÁZANIE „Cti otca svojho i matku svoju..“ (Ex 20:12)

- Neposlúchal som alebo nerešpektoval som svojich rodičov alebo legitímnych nadriadených?
- Zanedbával som svoje povinnosti voči manželovi, manželke, deťom, rodičom?
- Zanedbával som to, aby som v náboženských veciach bol dobrým príkladom pre svoju rodinu?
- Zanedbal som aktívny prístup k umožneniu náboženskej výchovy a formácie pre svoje deti?
- Zanedbával som svoje vzdelávanie v pravom učení Cirkvi?
- Spôsobil som pohoršenie slovom alebo skutkom, osobitne vo vzťahu k mladým ľuďom?
- Stal som sa príčinou toho, že niekto zanechal svoju vieru?
- Spôsoboval som napätie a konflikty vo svojej rodine?
- Staral som sa o svojich starých a chorých príbuzných?
- Naplno som si zaslúžil svoju každodennú mzdu?
- Dával som spravodlivú mzdu svojim zamestnancom? PIATE PRIKÁZANIE „Nezabiješ.“(Ex 20:13)
- Zabil som alebo fyzicky zranil niekoho?
- Bola som na potrate alebo som radil/a niekomu inému, aby šiel na potrat? (Ten ktorý poskytne potrat, je automaticky exkomunikovaný, ako aj ten, ktorý sa zúčastní na potrate, Kánon 1398. Exkomunikácia môže byť sňatá vo sviatosti zmierenia.)
- Používala som antikoncepčné pilulky alebo som vyžadoval od manželky, aby ich brala (bez ohľadu na to, či som si uvedomoval/la alebo nie, že antikoncepčné pilulky abortujú zárodok pri počatí)? • Pokúsil som sa o samovraždu?
- Podieľal som sa na alebo som schvaľoval „milosrdné zabitie“ (eutanáziu)?
- Prejavoval som hnev, netrpezlivosť, závisť, neláskavosť, pýchu, pomstychtivosť, žiarlivosť voči iným ľuďom, bol som lenivý?

- Dával som zlý príklad zneužívaním drog, nadmerným pitím alkoholu, konfliktami, bitkami, hádkami?
- Zneužíval som nejakým spôsobom svoje deti?

ŠIESTE A DEVIATE PRIKÁZANIE „Nezosmilniš. " (Ex 20:14). „Nepožiadaj manželku svojho blížneho!“ (Ex 20:17) Poznámka: v oblasti úmyselných sexuálnych hriechov, ktoré sú dole vymenované, sa všetky považujú za smrteľné hriechy, ak ich sprevádza plné vedomie a plný súhlas vôle. „ Nemýľte sa: ani smilníci ani modloslužobníci ani cudzoložníci ani chlipníci ani súložníci mužov, nebudú dedičmi Božieho kráľovstva.“(1 Kor 6:9-10) „Každý, kto na ženu hľadí žiadostivo, už s ňou scudzoložil vo svojom srdci“ (Mt 5:28).

- Úmyselne som prechovával nečisté myšlienky a túžby?
- Používal som nečisté alebo sugestívne slová? Hovoril som nečisté príbehy a vtipy? Počúval som ich?
- Zámerne som sa pozeral na nečisté televízne programy, videá, hry, obrázky, filmy? Schválne som čítal nečisté materiály?
- Konal som nečisté skutky na svojom tele (masturbácia)?
- Spáchal som nečisté skutky s inou osobou – smilstvo (predmanželský pohlavný styk), cudzoložstvo (pohlavný styk s inou osobou mimo svojho manželstva)?
- Praktizoval som antikoncepciu (tabletky, prostriedky, prerušovaná súlož)?
- Oženil/vydala som sa alebo som radil/a niekomu zosobášiť sa mimo Cirkvi?
- Vyhýbal som sa príležitostiam na nečistotu?
- Snažil som sa kontrolovať svoje myšlienky?
- Podieľal som sa na homosexuálnej aktivite?
- Rešpektoval som všetkých ľudí opačného pohlavia alebo som sa na iných ľudí pozeral ako na predmety? • Dal som si ja alebo môj manželský partner/ka urobiť sterilizáciu?
- Zneužíval som svoje manželské práva?

SIEDME A DESIATE PRIKÁZANIE „ Nepokradneš." (Ex 20:15) „ Nepožiadaj majetku blížneho svojho, ani ničoho, čo jeho je. " (Ex 20:17)

- Kradol som, podvádzal som, pomáhal som pri tom alebo som nabádal iných, aby kradli alebo si ponechali ukradnuté veci? Urobil som nápravu za ukradnuté veci?
- Plnil som si svoje zmluvné záväzky? Dával som alebo prijímal som úplatky? Platil som účty a faktúry? Hazardoval som, špekuloval som? Odopieral som svojej rodine nevyhnutné životné prostriedky?
- Márnil som čas v práci, v škole, doma?

- Závídel som iným ľuďom ich majetky a vlastníctvo?
- Robil som z hmotných statkov zmysel svojho života?

ÔSME PRIKÁZANIE „ Nepreriekneš krivého svedectva proti blížnemu svojmu. " (Ex 20:16)

- Klamal som?
- Zámerne som klamal a podvádzal iných alebo ranil a poškodil iných svojimi lžami?
- Prisahal som krivo?
- Ohováral a klebetil som, zverejňoval som o iných ľuďoch ich chyby a hriechy?
- Nezachovával som tajomstvo vo veciach, ktoré majú byť dôverné?

ĎALŠIE OTÁZKY (TROCHU Z INÉHO POHLADU):

- Postil som sa na Popolcovú stredú a Veľký piatok? (nezabudol som?)
- Bol som na svätom prijímaní počas veľkonočného obdobia? (aspoň v toto obdobie som bol?)
- Šiel som na sväté prijímanie v stave smrteľného hriechu? Zachoval som eucharistický pôst pred svätým prijímaním, jednu hodinu bez potravy a nápojov (s výnimkou vody a liekov)?
- Nevykonával som si zle sviatosť zmierenia? (nezanedbal som niečo? Napr. pokánie, alebo nápravu?)
- Prispieval som na potreby Cirkvi?
- Odmietal som alebo zanedbával som svoju vieru?

Nepostavil som sa na obranu svojej viery, alebo som sa za ňu hanbil?

Existuje v mojej viere nejaký aspekt, ktorý neakceptujem?

- Bral som meno Božie nadarmo? Experimentoval som s okultnými praktikami, alebo som vážne bral rôzne veštkyne a horoskopy? Prejavil som neúctu voči svätým veciam, miestam, ľuďom?
- Vynechal som nedeľnú svätú omšu, alebo svätú omšu v prikázaný sviatok?
- Šiel som na sväté prijímanie s ťažkým hriechom na svedomí?
- Bol som na svätom prijímaní bez patričného prejavu úcty a bez poďakovania po prijímaní?
- Bol som netrpezlivý, nahnevaný, závistlivý?
- Pestoval som si v sebe vzdor, alebo neochotu odpustiť?
- Použil som slovné, alebo fyzické násilie voči iným?
- Podieľal som sa na potrate alebo som ho podporoval, mal som účasť na zničení ľudských embryí, eutanázii alebo iných formách zničenia ľudského života?
- Prejavoval som nenávisť voči ľuďom, vynášal som o nich sudy vo svojich myšlienkach a skutkoch? Pohrdavo a zhora som sa pozeral na iných?

- Vyjadroval som sa zle o iných, zapájal som sa do klebiet?
- Požíval som nadmerné množstvo alkoholu, bral som drogy?
- Pozeral som pornografické videá, webové stránky? Konal som proti čistote na svojom tele, alebo s niekým iným? Žijem s niekým, ako keby sme boli zosobášení, aj keď pritom nie sme?
- Ak som ženatý/vydatá, snažím sa milovať svoju manželku/manžela nadovšetko? Kladiem svoje manželstvo na prvé miesto? Moje deti? Som otvorený/otvorená voči prijatiu nového života?
- Dovoľujem, aby mi práca zabrala všetok čas a energiu, ktorá patrí aj mojej rodine a priateľom?
- Prejavoval som pýchu alebo sebeckosť v myšlienkach a skutkoch? Zanedbával som chudobných a ľudí v núdzi? Míňal som peniaze na svoje osobné pohodlie a luxus, zabúdajúc na zodpovednosť voči iným a voči Cirkvi?
- Klamal som? Bol som čestný a pracovitý vo svojej práci? Ukradol som niečo, alebo podviedol som niekoho v práci?
- Poddával som sa lenivosti? Uprednostňoval som telesné pohodlie pred službou iným? Zanedbával som svoju povinnosť privádzať iných bližšie k Bohu prostredníctvom príkladu a slova?

(materiál je spracovaný zo stránky: www.opusdei.sk)