

## SPYTOVANIE SVEDOMIA VO SVETLE LÁSKY

„Svetlo prišlo na svet, a ľudia milovali tmu viac ako svetlo, lebo ich skutky boli zlé. Ved' každý, kto zle robí, nenávidí svetlo a nejde na svetlo, aby jeho skutky neboli odhalené. Ale kto koná pravdu, ide na svetlo, aby bolo vidieť, že svoje skutky koná v Bohu.“

(Jn 3, 19- 21)

- Chcem pristúpiť k sviatosti zmierenia s úprimnou túžbou očistiť sa, obrátiť sa, obnoviť sa a prehĺbiť svoje priateľstvo s Bohom alebo pokladám spoveď za ťarchu, ktorú treba prijať len zriedka?
- V posledných spovediach som zabudol alebo úmyselne zamlčal nejaké hriechy?
- Vykonal som uložené zadostučinenie? Napravil som zavinené škody? Uviedol som do praxe predsavzatie o polepšení života podľa evanjelia?

### I. Pán hovorí: „Milovať budeš Pána, svojho Boha, z celého srdca.“

✚ Mám srdce upriamené na Pána Boha a milujem ho nadovšetko tým, že verne dodržiavam jeho príkazy alebo som v zajatí časných vecí? Mám vždy správny úmysel pri práci?

✚ Mám pevnú vieru v Boha, ktorý k nám prehovoril vo svojom Synovi? Plne som prilipol k učeniu Cirkvi? Staral som sa o svoje náboženské formovanie počúvaním Božieho slova, účasťou na katechetickom poučení a vyhýbal som sa všetkému, čo by mohlo škodiť mojej viere? Vždy som vyznal vieru v Boha a v Cirkev smelo a bez strachu? Prejavil som sa ako kresťan v súkromnom i vo verejnom živote?

✚ Modlil som sa ráno i večer? Bola moja modlitba opravdivým rozhovorom s Bohom alebo len prázdny vonkajším zvykom? Vedel som obetovať Bohu svoje práce, radosti i žalosti? Utekal som sa s dôverou k Bohu v pokušeniach?

✚ Mám v úcte a láske Božie meno alebo som urazil Pána Boha hrešením, falošnou prísahou alebo tým, že som bral Božie meno nadarmo? Bol som úctivý voči Panne Márii a svätým?

✚ Svätil som nedeľu a prikázané sviatky tým, že som sa aktívne, pozorne a nábožne zúčastnil na liturgických zhromaždeniach, predovšetkým na svätej omši? Dodržal som príkaz o ročnej spovedi a o veľkonočnom prijímaní?

✚ Mám azda iných „bohov“, čiže dôverujem viac iným veciam ako Bohu a viac sa starám o bohatstvo, poveru, veštenie, a horoskopy?

### II. Pán hovorí: „Milujte sa navzájom, ako som ja miloval vás.“

✚ Milujem svojho blížneho opravdivo alebo využívam svojich bratov a sestry tým, že ich používam na dosiahnutie svojich záujmov alebo im robím to, čo nechcem, aby iní robili mne? Nepohoršil som ich svojimi slovami a skutkami?

✚ Pričičujem sa vo svojej rodine trpezlivosťou a pravou láskou o dobro všetkých a robím radosť všetkým?

**Deti** - poslúchate svojich rodičov? Ctíte si ich a milujete? Pomáhate im v ich duchovných a hmotných potrebách?

**Rodičia** - staráte sa o kresťanskú výchovu svojich detí? Dávate im dobrý príklad? Viete si udržať autoritu pre ich dobro?

**Manželia** - boli ste vždy verní ako v citoch tak i v skutkoch? Neboli chvíľky, keď ste zapríčinili nespokojnosť a hádky?

✚ Viem dať zo svojho tým, čo sú chudobnejší ako ja? Nakoľko to závisí odo mňa, chránim utláčaných a pomáham biednym? Alebo pristupujem s chladom a tvrdosťou k blížnym, najmä k chudobným, slabým, starcom, cudzincom, prípadne som azda pohrdal ľuďmi inej rasy?

✚ Som si vedomý poslania, ktoré som dostal pri birmovaní? Plním toto poslanie? Spolupracujem na charitatívnych dielach Cirkvi, mám živý záujem o život farnosti? Prispievam na potreby Cirkvi a sveta, modlím sa napr. za jednotu Cirkvi, za šírenie evanjelia medzi národmi a spravodlivosť vo svete a pod.?

‡ Záleží mi na rozvoji a prospechu ľudskej spoločnosti, v ktorej žijem alebo žijem len sám pre seba, pre svoje osobné záujmy? Zúčastňujem sa nakoľko len môžem, na podujatiach, ktoré podporujú spravodlivosť, verejnú mravnosť, svornosť a skutky milosrdenstva? Plnil som si občianske povinnosti? Platil som povinné dane?

‡ Vo svojom zamestnaní alebo povolani som spravodlivý, pracovitý, čestný? Usiloval som sa svojou službou prispieť k dobru spoločnosti? Dal som pracovníkom a tým, čo mi pomáhali, spravodlivú mzdu? Dodržal som sľuby a dohovory?

‡ Poslúchal som zákonnú autoritu a prejavil som jej povinnú úctu?

‡ Ak mám nejakú funkciu alebo vykonávam nejakú moc, používam to na svoje obohatenie alebo v duchu služby na dobro iných?

‡ Konal som všetko pravdivo a verne alebo som iným zapríčinil zlo klamaním, osočovaním, ohováraním, opovážlivým posudzovaním a porušením tajomstva?

‡ Nenarušil som život, zdravie, dobrú povesť a česť blížneho? Neurobil som škodu? Neurobil som alebo som niekomu neradil potrat? Zotrvával som v hneve voči iným? Oddelil som sa od blížnych hádkami, nepriateľstvom, urážkami a hnevom? Pre svoju sebeckosť som vedome zanedbal svedčiť o nevine blížneho?

‡ Kradol som? Nespravodlivo som túžil za majetkom blížneho? Vrátil som cudziu vec a napravil škodu, čo som zapríčinil?

‡ Ak sami dostalo urážok, bol som ochotný z lásky ku Kristovi odpustiť blížnemu alebo som v sebe prechovával nenávisť a túžil som po pomste?

### *III. Pán hovorí: „Buďte dokonalí, ako je dokonalý váš Otec.“*

‡ Aký je základný smer môjho života? Oživujem v sebe nádej na večný život? Usiloval som sa posilniť svoj duchovný život modlitbou, čítaním Písma, meditáciou, prijímaním sviatostí a zapieraním seba? Krotil som v sebe zlé náklonnosti a vášne? Premáhal som závisť a rozkošnosť v jedle a pití?

Bol som pyšný? Vyuvyšoval som sa pred Bohom nad ostatných a pohrdal som nimi v domnienke, že som lepší od nich? Nanucoval som iným svoju vôľu a nedbal som na ich slobodu a práva?

‡ Ako som využíval čas, svoje sily a dary, ktoré som dostal od Boha ako „talenty evanjelia“? Toto všetko mi slúžilo na to, aby som sa deň čo deň zdokonaľoval? Nebol som nedbanlivý a lenivý?

‡ Trpezlivo som znášal bolesti a protivenstvá života? Ako som sa usiloval praktizovať zapieranie seba, aby som dopĺňal to, „čo chýba Kristovmu utrpeniu“? Dodržal som príkaz pôstu a zdržanlivosti?

‡ Zachoval som si telo v nevinnosti a čistote? Uvedomoval som si, že je chrámom Ducha svätého, určené na vzkriesenie a slávu? Strážil som svoje zmysly a vyhýbal sa poškrvne na duši i na tele zlými myšlienkami a žiadostami, nemravnými rečami a skutkami? Čítal som niečo také alebo hovoril som o niečom takom alebo pozeral sa na niečo také, čo sa protiví kresťanskej a ľudskej dôstojnosti? Pri užívaní manželstva som dodržal prirodzený zákon?

‡ Zo strachu alebo z pretvarovania som konal proti svedomiu?

‡ Usiloval som sa svoj život uviesť do súladu s opravdivou slobodou Božích detí? Žil som podľa Ducha? Nie som otrokom nejakých návykových vášní?