

## **Spytovanie svedomia podľa Desatora:**

### **1. Ja som Pán, tvoj Boh, nebudeš mať okrem mňa iných bohov, ktorým by si sa**

**klaňal.** Milujem Pána Boha viac ako čokoľvek iné? Hanbil som sa za svoju vieru? Modlievam sa ráno a večer? Spyťujem si každý deň svedomie? Čítam Sv. písmo? Prehlbujem svoje náboženské vedomosti? Rozumiem významu sv. spovede, sv. omše, modlitby atď? Verím vešteniu, talizmanom, horoskopom, poverám...ako červená nitka, čierna mačka, piatok trinásteho, poklopať trikrát na drevo... ? Vyzvolávanie duchov, čierna mágia, ezoterika...

### **2. Nevezmeš Božie meno nadarmo.**

S úctou som vyslovoval Božie meno a mená svätých? Škaredo som hovoril? Hrešil som? Nadával som? Prisahal som zbytočne? Dodržal som sľub?

### **3. Pamätaj, že máš svätiteľ sviatočné dni.**

V nedeľu a prikázané sviatky som bol na sv. omši? Koľkokrát som nebol? Prečo som nebol? Z lenivosti? Ak pre chorobu - to nie je hriech. Ako som sa správal v kostole? Vyrušoval som? Pracoval som dobrovoľne v nedeľu a sviatok? Vedel som si odpočinúť?

### **4. Cti svojho otca a matku.**

Mal som v úcte rodičov, starších ľudí, učiteľov, svetských predstavených...? Bol som poslušný? Pomáhal som im? Učil som sa do školy? Ťaháky? Šikana? Moje vzťahy so súrodencami? Dával som druhým dobrý vzor a príklad? Bol som drzý? Viem si všimnúť druhého človeka a pomôcť mu?

Rodičia: Staral som sa o výchovu detí - aj kresťanskú? Spoločná modlitba? Volím zodpovedne?

### **5. Nezabiješ.**

Neublížil som niekomu? Neprovokoval som bitku, hádku...? Rasizmus? Neopíjaj som sa? Nefajčil? Neskúšal drogy? Nejazdil rýchlo? Nepotuloval sa po nociach - nevhodná zábava? Netrávil som veľa času pri TV, PC? Keď som sa s niekým pohneval, snažil som sa zmieriť? Ospravedlnil som sa, ak som niekomu ublížil? Otázka potratu? (Kán. 1398: Kto vykonáva potrat, po dosiahnutí účinku upadá do exkomunikácie.) Nespravil som nič také, čo by mohlo zabiť už počaté dieťa? (Antikoncepčia.) Problematika umelého oplodnenia, eutanázie? Samovražedné myšlienky? Neznečisťoval som prírodu? Netrápil zvieratá?

### **6. Nezosmilniš.**

Myslel som a túžil po nečistých veciach? Hovoril som nečisto, dvojjzmyselne? Pozeral som neslušné, nečisté obrázky, filmy, piesne? Robil som nečisté skutky sám, alebo s niekým? Koľkokrát? Žijem v sviatostnom manželstve? Otázka homosexuality a pod. Rodičia: Súhlasím s konkubinátom svojich detí?

### **7. Nepokradneš.**

Vzal som niečo, čo mi nepatrí? Akú to malo približne hodnotu? Vrátil som to? Poškodil som, alebo zničil niečo, čo nie je moje? Napríklad v kostole, v škole, na verejnom majetku? Hral som

hazardné hry, automaty...? Nepožičiaval som peniaze za vysoké úroky? Nedával som a neprijal úplatky? Pracoval som svedomito? Mal som odvahu ozvať sa, keď som videl, že sa pácha akákoľvek krivda?

### **8. Nebudeš krivo svedčiť proti svojmu blížnemu.**

Hovoril som vždy pravdu? Ohováral som druhých?-To znamená: Rozširoval som chyby druhých? Vymýšľal som klamstvá na druhých? Toto je osočovanie. Ak som niekomu takto ublížil je potrebné urobiť nápravu. Nevysmieval som sa z druhých? Nepovyšoval som sa nad iných? Nevyzradil som zverené tajomstvo? Overil som si pravdivosť informácie? Zamyslel som sa niekedy nad tým s akým úmyslom robím to, čo robím a prečo niekedy hovorím to, čo hovorím?

### **9. Nebudeš žiadostivo túžiť po manželke svojho blížneho.**

Myslel som nečisto o cudzej žene, mužovi? Bol som verný svojej žene, (verná svojmu mužovi) - aj v myšlienkach? Dodržal som v manželstve morálny zákon? Nedovolené zabraňovanie počatiu a pod.

### **10. Nebudeš túžiť po majetku svojho blížneho.**

Závidel som druhým to, čo majú? Želal som niekomu, aby sa mu stalo niečo zlé? Nepoctivo som získal peniaze? Neutrácal som peniaze na zbytočnosti? Mám poriadok vo svojich veciach? Myslím aj na to, ako reálne pomôcť chudobným?

## **Päťoro**

### **1. V nedeľu a prikázaný sviatok sa zúčastniť na celej sv. omši.**

**2. Zachovávať prikázané dni pokánia.** V popolcovú stredu a na veľký piatok nejeseť mäso a postiť sa aj od iných jedál. Všetky piatky v roku tiež je dobre, keď nejem mäso, ale keď zjem, môžem urobiť iný dobrý skutok, sebazápor- napr.: nezjem sladkosti, nepozerám TV, pôjdem na sv. omšu, prečítam si Sväté písmo.

### **3. Aspoň raz v roku sa vyspovedať a vo Veľkonočnom období prijať Oltárnu sviatosť.**

Odporúča sa ísť na sv. spoveď každý mesiac pred prvým piatkom. A keď mám ťažký hriech čo najskôr.

### **4. Uzatvárať manželstvo pred tvárou Cirkvi.**

### **5. Podporovať cirkevné ustanovizne.**

Prispieval som, podľa svojich možností, na potreby kostola, farnosti, charity, Cirkvi? Zapájal som sa do života farnosti aj s nejakou pomocou?

**Cudzie hriechy** 1. Dávať iným radu na hriech. 2. Povzbudzovať iných na hriech. 3. Iným kázať hrešiť. 4. Súhlasiť s hriechom iných. 5. Pomáhať pri hriechu iných. 6. Mlčať pri hriechu iných. 7. Zastávať hriechy iných. 8. Netrestať hriechy iných. 9. Chváliť hriechy iných.

## **7 hlavných hriechov**

1. Pýcha 2. Lakomstvo 3. Smilstvo 4. Závist 5. Obžerstvo 6. Hnev 7. Lenivosť