

Otázky pre spytovanie svedomia podľa Desatora Božích prikázaní

Dobrá spoveď predpokladá nasledovné kroky:

- 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 príležitosti na hriech, hlavne tých hriechov, za ktoré si práve dostal rozhrešenie.

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 veštkyňiam, horoskopom, vykladačom snov, okultným praktikám, talizmanom pre šťastie, výkladu z kariet, z dlane, rôznym seansom a reinkarnácii?
- Popieral som, že som katolík?
- Zanechal som katolícku 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

„Spomni, 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 Svätosti 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?
- Spôsobil 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 bližneho!“ (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 hľadá 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?

- Zámerné 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) „Nepožíadaš 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?
- Závidel 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?
- Zámerné 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 HRIECHY

- Postil som sa na Popolcovú stredú a Veľký piatok?
- Nebol som na svätom prijímaní počas veľkonočného obdobia?
- 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)?
- Zle som si vykonal spoveď?
- Prispieval som na potreby Cirkvi?