

Rachunek sumienia dla młodzieży

Boże, Ty wiesz, jak wielka jest moja zdolność do okłamywania samego siebie. Ty wiesz również, że umiem przesadzać i dramatyzować swoje upadki. Daj mi prośbę trzeźwy umysł, realizm i uczciwość w ocenie samego siebie. Pozwól, żebym wciąż pamiętał o Twojej cierplivej miłości wobec mnie. Ty nie zniechęcisz się ani nie załamiesz na mój widok. Daj mi odwagę, bym stanął w prawdzie przed Tobą.

Moje grzechy przeciwko Bogu

- † Czy wierzę, że Bóg mnie kocha i że interesuje Go moje życie?
- † Czy żyję tak, jakbym Boga nie potrzebował – polegam wyłącznie na własnych siłach, sądzę, że wszystko zależy ode mnie, wiem lepiej, co dla mnie dobre, a co złe (pycha)?
- † Czy zapominam o tym, że zawsze mam się modlić, niezależnie od tego, czy jest mi dobrze, czy źle?
- † Czy zanoszę do Niego tylko błagania – nie dziękuję i nie uwielbiam?
- † Czy ograniczam modlitwę tylko do pacierza?
- † Czy odrzucam sakramenty albo nie traktuję ich poważnie (rzadko spowiadam się, rzadko przystępuję do Komunii, opuszczam mszę św.)- nie korzystam z Bożych darów dla mnie?
- † Czy przystępowałem do Komunii z ciężkim grzechem na sumieniu, bez wcześniejszej spowiedzi?
- † Czy jestem na mszy św. jako zaangażowany uczestnik czy może wyłącznie jako bierny obserwator?
- † Czy czytam Pismo Św.?
- † Jak wygląda moje uczestnictwo w katechezie?
- † Czy szanuję świat, naturę – czy znęcam się nad zwierzętami, niszczę przyrodę?
- † Czy wierzę w zabobony (przesady)? Czy wierzę w horoskopy, talizmany, amulety, magiczne kamienie, wróżki itp.? Czy przywiązuję do tego wagę?
- † Czy odnoszę się z sympatią do satanizmu?
- † Czy szanuję krzyż i inne symbole religijne (także innych religii)?

Zgrzeszyłem przeciwko moim bliźnim

- † Czy jestem egoistą, szukam tylko własnego dobra, inni ludzie są jedynie środkami do moich celów?
- † Czy wybieram tylko te znajomości, które sprawiają mi przyjemności?

- † Czy narzucam własne zdanie, chcę zawsze mieć rację i ostatnie słowo, nie słucham innych i nie staram się przed innymi?
- † Czy szufladkuję ludzi, przypisuję im etykiety, ostro krytykuję i oceniam?
- † Czy potrafię dziękować rodzicom? Czy chętni im pomagam?
- † Czy stosuję przemoc (fizyczną lub psychiczną) w relacjach międzyludzkich?
- † Czy mam odwagę stanąć w obronie osoby słabszej, dręczonej i wyśmiewanej?
- † Czy niszczę dobro wspólne: w szkole – ławki, pomoce szkolne i inne; na ulicy (graffiti, wandalizm)?
- † Czy przebaczam, umiem mówić „przepraszam”, przyznaję się do winy?
- † Czy kłamię, ubarwiam moje opowiadania, przesadzam dla efektu?
- † Czy lubię plotkować?
- † Czy zdradzam cudze tajemnice, wykorzystuję otrzymane informacje przeciwko innym?
- † Czy jestem uczciwy? Czy nie kradnę cudzej własności?
- † Czy oddaję rzeczy pożyczone?
- † Czy zdarzają mi się grzechy seksualne? Czy oglądam pornograficzne filmy, czasopisma, strony internetowe – traktując człowieka jak przedmiot, który można wykorzystać?
- † Czy nakłaniam innych do grzechu, do zła?

Zgrzeszyłem przeciwko sobie

- † Czy zastanawiam się nad celem i sensem mojego życia?
- † Czy jestem bardzo nieodpowiedzialny, ciągle się bawię i chcę bawić się wszystkim?
- † Czy marnuję czas, nie planuję przyszłości?
- † Czy jestem leniwy, łatwo się zniechęcam?
- † Czy idę na łatwiznę, marnuję swoje zdolności? Czy ściągam w szkole? Czy wagaruję?
- † Czy umiem docenić tych, którzy ode mnie wymagają?
- † Czy przywiązuję zbyt dużą wagę do rzeczy materialnych?
- † Czy szanuję swoje zdrowie (papierosy, alkohol, narkotyki, brak sportu, złe odżywianie)?

Proszę Cię Panie o Twoją pomoc w szczerym, bez kręactw, wyznaniu moich grzechów. Daj, proszę, mądrość i cierpliwość spowiednikowi: przemawiaj do mnie przez niego - chcę widzieć wyraźniej, co i jak mogę w sobie zmieniać. Niech ten sakrament będzie dla mnie źródłem radości i nadziei na to, że w całym moim pokręceniu mogę stawać się świętym.