

SPYTOVANIE SVEDOMIA **PRE MUŽOV A OTCOV**

Skôr než pristúpiš k sv. spovedi...

Čakanie využi na tichú modlitbu a dobrú prípravu.

Zamysli sa nad sebou: spytuj si svedomie... aj to čo držíš v rukách ti môže pomôcť.

Ukáž Bohu svoju pravdivú tvár.

Ak chceš vedome zamlčať ťažký hriech, zbytočne si tu!

Slová odpustenia neplatia a hlas svedomia sa ozve znova.

Povedz kedy si bol naposledy na sv. spovedi a predstav sa: *(som slobodný(á), otec (či matka) rodiny, lekár, živnostník, študent..)*

Spovedaj sa iba zo svojich hriechov, nie z hriechov iných ľudí.

K sv. spovedi patrí nielen vyznanie hriechov, ale aj ľútosť.

Nehovor ju iba ústami, ale hlavne srdcom!

***Bože môj, celým srdcom ťa milujem
a preto veľmi ľutujem,
že som ťa hriechmi urazil.***

Chcem sa polepšiť a hriechu sa chrániť.

Otče, odpusť mi pre krv Kristovu.

Úvod je spracovaný podľa nápisu na spovednici v Exercičnom dome sv. Ignáca v Prešove. Vydané ako pomôcka pre veriacich našej farnosti.

Spytovanie svedomia pre mužov a otcov:

V predchádzajúcich spovediach som zabudol, alebo úmyselne nepovedal nejaké ťažké hriechy? Vykonal som skutok kajúcnosti?

Napravil, nahradil, ospravedlnil som sa za spôsobené škody?

Usiloval som sa plniť predsavzatia od predchádzajúcich spovedí?

- Staral som sa o svoju vieru? - Bol som ľahkomyselný vo vyjadreniach o Bohu a viere? - Robil som si žarty z Boha a svätých vecí? - Hanbil som sa verejne vyznať vieru prežehnaním sa, alebo katolíckym pozdravom?

- Bol som pyšný? - Preceňoval som svoje schopnosti, robil som sa lepším od druhých? - Závidel som iným, že majú viac, lepšie a krajšie veci ako mám ja? - Som trpezlivý v ťažkostiach?

- Rozvíjam svoje talenty v prospech rodiny a spoločnosti?

- Zvádzal som iných na hriech? - Dokážem sa zastať človeka, ktorému bolo ukrivdené?

- Modlil som sa pravidelne ráno a večer? - Moja modlitba bola povrchná a modlil som sa len zo zvyku, alebo povinnosti?

- Ľahkovážne som veril snom, alebo horoskopom a bol som poverčivý?

- Úmyselne som nechodil v nedeľu a prikázaný sviatok na sv. omšu? Stál som vonku pred kostolom? Prečo? - Počas sv. omše som nedával pozor a vyrušoval iných? - V nedeľu som zbytočne pracoval? - Úmyselne som sa vyhýbal sv. spovedi a odkladal som ju? - Postil som sa v piatky a na popolcovú stredu?
- Rozprával som nemravne, oplzlo, pohoršlivo, vulgárne?
- Preklínal som niekoho alebo niečo? Želal som od Boha zlo niekomu? (*Bodaj by si...*) - Hrešil som proti Bohu, Panne Márii a svätým? - Bral som ich mená nadarmo? - Prisahal som zbytočne?
- Odpúšťal so iným? - Rozprával som o druhých pohrdavo a ponižoval som ich slovom či skutkom? - Bol som netolerantný?
- Chcel som mať vo všetkom a za každú cenu pravdu? - Bol som náladový a neznesiteľný?
- Ublížoval som svojim rodičom a súrodencom? - Utrácal som peniaze na zbytočnosti? - Porušoval som dopravné predpisy a ohrozoval tak iných na ceste? - Opíjal som sa? - Riadil som opitý auto (*sám, alebo som v ňom mal aj iných ľudí*)?
- Ponižoval som svoju manželku? V súkromí? Pred deťmi, alebo aj verejne? - Úmyselne som sa na ňu hneval a nechcel jej odpustiť? - Modlil som sa pravidelne za svoju manželku? Želal som jej zlo, preklínal ju? - Staral som sa o výchovu svojich detí? Viem kde, kedy a s kým chodia, čo robia? - Bol som príliš prísny k deťom, alebo naopak príliš mäkký a schvaľoval som dokonca niekedy aj ich zlé skutky? - Zanedbával som náboženskú výchovu svojich detí? - Nevhodným spôsobom som zasahoval do manželského (rodinného) života svojich už dospelých detí?
- Dával som iným (*zvlášť mladším a deťom*) zlý príklad nemravnými a oplzlými vtípmi? - Pozeral som nemravné filmy, časopisy, internetové stránky a pornofilmy? - Dopustil som sa sebaukájania? - Mal som pohlavný styk s inou ženou? Alebo s priateľkou či snúbenicou? - Dopustil som sa manželskej nevery (*v myšlienkach, citoch, alebo aj fyzicky*)? - Bol som bezohľadný voči svojej manželke a násilný aj v intímnych situáciách? - V intímnom manželskom živote sme používali zakázané prostriedky proti počatiu (*antikoncepcia, kondóm*), alebo sme prerušovali manželský akt?
 - Kradol som? Vrátil som, čo mi nepatrí? Nahradil som spôsobenú škodu? - Bral som si pracovné prostriedky, či iný materiál z práce?
 - Pomstil som sa niekomu slovom, či skutkom, ignorovaním? - Ublížil som fyzicky inému človeku? - Bol som lakomý, nerád som dával almužnu chudobným? - Klamal som (*v malej alebo vo veľkej veci*)? - Podvádzal som pri hre, v práci, alebo len tak zo žartu iných ľudí?
 - Hovoril som bez potreby o tajných chybách iných - teda ohováral som? - Vymýšľal som si chyby na iného s cieľom ublížiť, alebo som zväčšoval skutočné chyby druhého - teda osočoval som? - Hneval som sa na niekoho a viditeľne prejavoval odpor, nesympatiu k druhým?
 - Úmyselne som porušoval štátne, obecné, pracovné a daňové zákony a nariadenia? - Neplnil som si svedomito svoje povinnosti v rodine, práci, spoločnosti? - Prehnane veľa som pracoval a zanedbával tak oddych a hlavne rodinu a deti? - Zdieral som svojich zamestnancov a podriadených? - Úmyselne som zatajoval nejaké veľmi dôležité informácie? - Zneužíval som svoju funkciu a postavenie pre čisto osobné záujmy a neprimerane sa tak aj sám obohacoval?
 - Podporoval som rasistické či proti ľudskej myšlienky a politické smery (*napr. zlé nálady a reči proti rómom, židom, černocho, inovercom a pod.*)? - Konal som vedome proti svojmu svedomiu a presvedčeniu v dôležitých rozhodnutiach? (*napr. voľby, pracovné zmluvy, dobro väčšiny a pod.*)? - Konal som niečo so zlým úmyslom, alebo zlými prostriedkami? Dával som úplatky?