

## Lelkitükör fiataloknak

### a szeretet főparancsa alapján

*Amikor lelkiismeretedet megvizsgálod, fontos, hogy a szerető Isten jelenlétébe helyezed magad. **Ő, aki megbocsátotta Zakeus csalásait, Magdolna paráznaságát, a jobb lator lopásait és talán a gyilkosság bűnét is, hogyné bocsátana meg neked is! Ő szeret téged, és segíteni akar neked!** Fogadd szívedbe bocsánatát, és bocsáss meg magadnak is, hogy nem tudtál olyan lenni, amilyen szerettélt volna.*

*Mi legyen a mérték, amihez újra és újra hozzá méred az életedet? Lehet a tízparancsolat is, de lehet a szeretet főparancsa is. Mert ha Jézus követője vagy, nem elég azt mondani: „nem loptam”, hanem meg kell vizsgálni, „adtál-e” a rászorulóknak (vö. Mt 25,35). A szeretet arra készítet, hogy mindennap tedd a jót, légy segítőkész környezeted felé.*

Milyen mértékben szereted Istent, embertársaidat és önmagadat? Az erre a kérdésre adott válasz dönti el, hogy boldog vagy-e, tudsz-e másoknak boldogságot adni, és végül, hogy örökre boldog leszel-e Isten Országában.

Jézus olyan szeretetről beszél, amely *teljes szívből, minden erőből és teljes elméből való* (Lk 10,27). Ez azt jelenti, hogy minden erőt, figyelmet, akaratot össze kell szedni, hogy a szeretet ne csökkenjen, hanem mindennap megvalósuljon, sőt növekedjen az életedben. Ez mutatja meg, hogy jó édesanya, jó mérnök, jó földműves, jó munkás, jó szerzetes, jó pap leszel-e. Mert ha a legfontosabb hiányzik belőled, semmit sem ér az életed (1Kor 13,2), és minden fáradozásod hiábavaló!

### Lelkiismeret-vizsgálat

Kérd a Szentlélek világosságát, hogy fölismerd bűneidet (nem keresve mentő körülményeket!), és hogy igazán meg tudd bánni azokat (a megváltozás szándékával)! Nézd végig az életedet és a másokkal való kapcsolataidat, főleg a szeretetparancs szerint:

- mert a szeretet a mi Urunk, Jézus Krisztus főparancsa (Mt 22,37);
- mert a szeretet elfogadása és továbbajándékozása személyiséged kulcsa;
- mert a szeretet boldogságod forrása;
- mert a tetteken megnyilvánuló szeretet az utolsó ítélet mércéje (Mt 25,31-46).

### Ha igazán szereted az Urat...

- Vajon figyelsz-e rá napi elfoglaltságaid közben?
- Szívesen beszélgetsz-e Vele a napi imáidban?
- Megteszed-e azt, amit kér tőled?
- Igyekszel-e örömet szerezni Neki?
- Kéred-e vezetését, tanácsát, segítségét?
- Mi életed alapvető irányultsága: szeretetből fakadó, folyamatos ajándékozás, vagy önzésből fakadó folyamatos szerzésvágy, birtokolni akarás?
- Tudsz-e jószívú, türelmes, segítőkész lenni a körülötted élő emberek iránt?

- Tiszteled-e (házastársad, gyermekeid,) barátaid személyiségét, szabadságát, vagy szeretnéd „rabságban tartani” őket, akaratodat érvényesíteni fölöttük? Mennyire vagy kreatív abban, hogy naponta örömet szerezzenek nekik?
- Ha megbetegszik valaki, törődsz-e vele, segíted-e, vagy talán elmenekülsz?
- Elfogadod-e önmagadat? Nem élsz-e vissza testi adottságaiddal és képességeiddel: túlzott szellemi- és fizikai megterhelés, túlzott szexuális érdeklődés (filmek, weboldalak, chat, stb.), túlzott étel-, ital-, kávéfogyasztás, dohányzás, fű, drog?
- Szereted-e magadat annyira, hogy megfelelő mértékben pihensz, dolgozol, elkerülsz a lustaságot és a henyélést?
- Kötelességed teljesítésével kezded a napi feladataidat, vagy estére hagyod azokat?
- Szereted-e magad annyira, hogy gondoskodsz képességeid, személyiséged fejlődéséről, egészséged megőrzéséről?
- Milyen a keresztény értékrended? Kész vagy-e arra, hogy a szexualitást csak a házasságon belül éld meg? Voltak-e kilengések, éretlenségek ezen a téren?
- Szexuális vágyaidat a lélek uralma alatt tartod-e: törekszel-e elkerülni a „veszélyes körülményeket”, és megteszel-e mindent, hogy szerelmeddel magasabb szintre emeld kapcsolatokat a mély beszélgetések, a közös imádságok, az egymásért vállalt önmegtartózkodások és az együtt átélt élmények által?
- Hálát adsz-e rendszeresen imádságaidban Istennek azokért az ajándékokért, amelyeket Tőle kaptál?
- Van-e benned neheztelés, harag, elutasítás családod vagy rokonságod egyes tagjai iránt?
- Önmagaddal szemben van-e benned harag, elutasítás, önvád, kicsinyhitűség?
- Figyelsz-e a másik emberre? Elkerülsz-e a csúnya beszédet, hazugságot, megszólást, éles kritikát?
- Visszaélsz-e mások bizalmával? Féltékenységgel, lopással, veszekedéssel megbántasz-e másokat?
- Ha igazán szereted a másik embert, keresed-e az alkalmat, hogy szolgálj, segítsd, vigasztald, megerősítsd?
- Ha lelki problémái vannak, van-e időd meghallgatni őt?
- Észreveszed-e fájdalmait, örömeit? Akkor is, ha nem mondja? Együttérző vagy-e?
- Van-e benned vendégszeretet?
- Anyagilag is segíted-e azt, aki szükségét szenved?
- Előfordult-e, hogy elutasító, lekezelő, rosszindulatú, irigy, gúnyolódó voltál valakivel szemben?

**Vizsgáld meg, mi az a terület, ahol szeretetvágyad sérülést szenvedett!**

- Lehet, hogy nem kaptál elég figyelmet, megértést, szeretetet szüleidtől, testvéredtől, barátaitól?
- Esetleg csalódást okoztak, lenéztek, kigúnyoltak, mellőztek, nem ismerték el értékeidet?
- Lehetetlen alagnak, csúnyának, bolondnak mondtak, aki nem viszi semmire az életben?

*Kérd gyógyulásodat ezekre vonatkozóan Jézustól, aki szeret és értékesnek tart téged!*

**Vizsgáld meg a gonosz lélek hatásait is életedben!**

- Van-e valami, ami megkötözi lelked szabadságát: divat, evés-ivás, szex, pénz, siker, okkult játékok vagy tanfolyamok: reiki, jóslás, szellemidézés?
- Vannak-e hosszabb lehangolódásaid, félelmeid, szorongásaid, nyugtalan álmaid?
- Vannak-e hamis vallási hiedelmek benned: reinkarnáció, stb.?

**Kérd Jézustól szabadulásodat!**

- Milyen területen tudnál azonnali, konkrét lépéseket tenni lelki szabadságod érdekében? Pl. valakitől bocsánatot kérni, a házasságon kívüli/előtti szexuális kapcsolatot abbahagyni, evést-ivást mérsékelni, facebook-ot ritkábban nézni, stb.?
- Helyes értékrendet és napirendet felállítani?
- Akivel szemben eddig elutasító voltál, irányában az elfogadás első lépéseit megtenni?