

Lelkitükör ritkán gyónók számára a Tízparancs alapján

Mikor gyóntam utoljára?

Miért maradt el ilyen sokáig?

1. Uradat, Istenedet imádd és csak Neki szolgálj!

- Imádkozom-e reggelente? (Eltervezem-e, hogyan fogom ma Istent és embertársaimat szolgálni?)
- Imádkozom-e esténként? (Hálát adok-e a napért? Végzek-e lelkiismeret vizsgálatot?)

2. Isten nevét hiába ne vedd!

- Káromkodtam? (Isten és a szentek nevét ejtettem-e ki átkozódó, csúnya szavak kíséretében? Milyen gyakran?)
- Szoktam-e emlegetni Isten nevét fölöslegesen, tiszteletlenül? (Mondok-e egy fohászt, ha káromlást hallok?)
- Esküdöztem fölöslegesen?
- Szent dolgokkal tréfálkoztam?

3. Az Úr napját szenteld meg!

- Vasárnap, ünnepnap mulasztottam-e szentmisét? (Hanyagságból? Hányszor?) Késések?
- Szentmisén Isten és az ottlevők iránti szeretettel vettem részt?
- Pihenésre és ünneplésre fordítottam-e az egyházi ünnepeket?
- A bűnbánati napokon (péntek!) szoktam-e valamit tenni Isten iránti szeretetből? (Ha elfelejtettem, pótoltam-e más napon?)

4. Atyádat és anyádat tiszteld!

- Tisztelem-e szüleimet? Engedelmes vagyok-e?
- Próbálok-e örömet szerezni nekik?
- Tisztelem-e az idősebbeket? (Iskolában, utcán stb.)

5. Ne ölj!

- Szoktam-e verekedni, durváskodni, gúnyolódni?

- Másoknak fájdalmat okozni? (Ha megbántottam valakit, próbáltam-e jóvátenni?)
- Vigyázok-e egészségemre? (Kerülöm-e a dohányzást, az alkoholt?)
- Csábítottam-e mást bűnre?

6. Ne paráználkodj!

- Paráználkodtam-e?
- Gondoltam, beszéltem-e tisztátalant?
- Néztam, olvastam-e szándékosan illet? (TV, újságok, internet)
- Cselekedtem-e tisztátalant – mással vagy magammal („önkielégítés”)
- Ha parázna gondolatom támadt, próbáltam-e lélekben Istenhez fordulni?

7. Ne lopj!

- Vettem-e el olyat, ami nem az enyém? (Visszaadtam-e már?)
- Vigyáztam-e magam és mások holmijára?
- Felelősnek érzem-e magam a közösség javaiért? (Iskolában, utcán, vonaton?)
- Nem „lopom-e” az időt?
- Becsülettel végzem-e kötelességeimet? (Hittan, tanulás, munka?)

8. Ne hazudj, mások becsületében kárt ne tégy!

- Hazudtam? – Okoztam-e ezzel másnak kárt?
- Rágalmaztam? (Fogtam-e másra olyat, ami nem igaz? Jóvátettem-e ezt?)
- Megvédtem-e más becsületét, ha tehettem?

9. Felebarátod házastársát ne kívánd!

- Érvényes egyházi házasságban élsz?
- Ápolod a házastársi hűséget?
- Ha még házasságkötés előtt állsz, őrzöd-e magad tisztán (szüzesség... hűség!) leendő házastársad számára?

10. Mások tulajdonát ne kívánd!

Irgykedtem-e? (Más értékeire, tehetségére stb.?)

Szívesen adok, adtam-e rászorulóknak? (Tulajdonomból, időmből?)