

VILNIAUS ARKIVYSKUPIJOS JAUNIMO CENTRAS

Širdies ištyrimas prieš
Sutaikinimo sakramentą



2015

Malda

Viešpatie Šventoji Dvasia, padėk man pamatyti savo skurdą, kad deramai galėčiau pasiruošti Tavo Gailestingosios Meilės sakramentui. Duok savo šviesos ir padėk man su drąsa ir pasitikėjimu išpažinti Tau savo nuodėmes per Tavo tarną kunigą. Išgydyk mano širdies žaizdas, kad pajėgčiau gyventi Tavo paties šventumu, kuri man Krikštu dovanojai! Atstatyk tai, ką sugrioviau savo neatidumu Tavo meilei, ir vesk mane į vis tvirtesnę draugystę su Tavimi. Amen.

Sąžinės sąskaita

- ❖ Ar tikiu, kad Dievas asmeniškai mane pasirinko ir kviečia į draugystę su Juo?
- ❖ Ar noriu visuomet priimti Jėzų, kaip savo Gelbėtoją ir Draugą?
- ❖ Gal abejoju Dievo buvimu, Jo gerumu, meile?
- ❖ Galbūt šių abejonių skatinama(s) bijau sekti Jėzumi?
- ❖ Ar tikiu visu tuo, ko moko Šventasis Raštas ir Katalikų Bažnyčia?
- ❖ Ar stengiuosi pažinti savo tikėjimo tiesas?
- ❖ Ar skaitau, gilinuosi ir gerbiu Šventąjį Raštą?
- ❖ Gal mane persekioja baimė, kad apie mano tikėjimą sužinos mano artimi žmonės?
- ❖ Galbūt šios baimės skatinama(s) draugų, šeimos rate mąstau, kalbu ir elgiuosi taip, tarsi nebūčiau krikščionis (-ė)?
- ❖ Ar tikiu, kad Dievas gali padaryti viską, ko nori mano ir mano artimų žmonių gyvenimuose?
- ❖ Ar tikiu, kad Dievas nori man vien tik gero?

- ❖ Ar visose savo gyvenimo aplinkybėse ir situacijose viliuosi, pasitikiu Dievo meile, gerumu, išmintimi?
- ❖ Ar bandau pažinti Dangiškojo Tėvo valią ir ją įvykdyti?
- ❖ Galbūt esu per daug susikrimtęs (-usi) dėl savo ateities ar praeities ir pamirštu, kad viskas yra Dievo rankose?
- ❖ Gal labiausiai pasitikiu savo jėgomis, o ne Dievo pagalba?
- ❖ Ar tikiu, kad Dievas visuomet yra man gailestingas ir pasiruošęs atleisti visas mano nuodėmes?
- ❖ Gal lengvabūdiškai nesirūpinau savo Išganymu ir nesistengiu krikščioniškai gyventi?
- ❖ Ar viliuosi po mirties patekti į Dangų ir su amžinu džiaugsmu regėti Tėvą, Sūnų ir Šventąją Dvasią?
- ❖ Ar laikiu tos dienos, kada Jėzus Kristus šlovingai sugrįš?

- ❖ Ar noriu mylėti Dievą – Tėvą, Sūnų ir Šventąją Dvasią – labiau už viską?
- ❖ Ar trokštu būti ištikima(s) Dievui?
- ❖ Gal esu abejinga(s) tam, kad Dievas mane myli?
- ❖ Galbūt gyvenimą su Dievu vertinu kaip nuobodų ir neįdomų?
- ❖ Galbūt esu nepatenkinta(s), kad Dievo meilė ir Jo įsakymai draudžia man nusidėti?
- ❖ Gal nenoriu pripažinti, kad mano gyvenime Dievas yra tikrasis visokio gėrio šaltinis?
- ❖ Ko manyje daugiau – baimės ar meilės, kai susimąstau apie Dievą, kai girdžiu Jį kalbant, kai susiduriu su dieviškais dalykais?

- ❖ Ar garbinu Viešpatį savo kasdienybėje ir džiaugiuosi, kad esu Jo kūrinys ir nuo Jo priklausau?
- ❖ Ar skiriu laiko asmeninei maldai su Dievu?
- ❖ Ar mano malda yra vien tik prašymai? Ar nepamirštu Viešpačiui padėkoti, Jį šlovinti, draugiškai su Juo pasikalbėti?
- ❖ Ar meldžiuosi tik tuomet, kai yra gera nuotaika, kai melstis būna lengva ir miela? Ar susidūręs (-usi) su sunkumais, išsiblaškymais neapleidžiu maldos?

- ❖ Ar žemiškos gėrybės arba kino, muzikos, sporto, šou verslo žvaigždės neužvaldo mano širdies taip, kad užima Dievo vietą?
- ❖ Gal gilinuosi ir tikiu magija, ekstrasensorika, horoskopais, būrimais iš rankos ir kortų, ateities spėjimais, spiritizmu, okultizmu ar sapnininkais?
- ❖ Gal mane traukia sektų mokymas?
- ❖ Gal naudojuosi amuletais, nešioju zodiako ženklus ir kitokius magijos atributus?
- ❖ Galbūt netinkamai ir ne vietoje tariau Jėzaus Kristaus, Mergelės Marijos ir šventųjų vardus?
- ❖ Gal krikščionišką simboliką nešiojau vien kaip papuošalą?

- ❖ Ar bent sekmadieniais ir pagrindinių liturginių švenčių dienomis dalyvauju Šventose Mišiose ir priimu Kristaus Kūną (Komuniją)?
- ❖ Ar Bažnyčios nustatytomis dienomis ir prieš priimant Švenčiausiąjį Sakramentą (Komuniją) laikausi pasninko?
- ❖ Gal dirbu sekmadieniais sunkius ir nebūtinus darbus, trukdančius garbinti Dievą, džiaugtis Viešpaties diena, ilsinti dvasią ir kūną?

- ❖ Ar pripažįstu Bažnyčios autoritetą visoms savo gyvenimo sritims?
- ❖ Ar branginu savo dvasios tėvo (motinos) arba kitų krikščioniškame gyvenime pažengusių asmenų patarimus ir paskatinimus?
- ❖ Ar stengiuosi mylėti ir gerbti savo tėvus ar globėjus?
- ❖ Ar paklūstu savo tėvams (globėjams) visuomet, kai tai neprieštarauja tiesai?
- ❖ Gal būnu tingus (-i) daryti gera?
- ❖ Ar priimu mokytojų, dėstytojų autoritetą ir įsiklausau į jų nuomonę?

- ❖ Ar sutinku, kad žmogaus gyvybė yra šventa ir besąlygiškai neliečiama nuo pat savo prasidėjimo iki natūralios mirties?
- ❖ Ar neprieštarauju Bažnyčios mokymui, kad kontracepcijos naudojimas yra nuodėmė?
- ❖ Gal turėjau ketinimų arba net bandžiau pabaigti savo gyvenimą savižudybe?
- ❖ Ar nenešiojau savo širdyje keršto ir neapykantos jausmų kitam žmogui?
- ❖ Gal dažnai mane užvaldo pykčio protrūkiai prieš mano artimus žmones?
- ❖ Gal naudoju smurtą prieš kitus žmones, pamiršdama(s) nesutarimus spręsti ne smurtu, o susitarimu?
- ❖ Ar meldžiausi už savo priešus ir esu gailestingas jiems?
- ❖ Galbūt vartojau narkotikus ir platinau juos?
- ❖ Gal piktnaudžiauju maistu, alkoholiu, tabaku ir tuo būdu griauanu savo sveikatą?

- ❖ Gal neskaisčiai mėščiau ir elgiausi, geidžiau lytinių malonumų?
- ❖ Galbūt būdama(s) viena(s) siekiau lytinio pasitenkinimo?
- ❖ Gal nevengiau žiūrėti pornografinių filmų ar fotografijų?
- ❖ Gal perdėtai domiuosi seksualiniais dalykais?
- ❖ Galbūt turėjau nesantuokinių lytinių santykių?

- ❖ Ar mano žvilgsnis į kitą žmogų visuomet yra tyras?
- ❖ Gal geidulingai žvelgiu į kitos ar tos pačios lyties asmenį?
- ❖ Gal savo apranga, elgesiu, kalba turėjau ketinimų provokuoti kitų seksualinius geismus?
- ❖ Galbūt patarimu, nuslėpimu, pinigais ar kitokiu būdu esu prisidėjęs (-usi) atliekant abortą?

- ❖ Galbūt esu pasisavinęs (-usi) svetimus daiktus?
- ❖ Galbūt neatsakingai ir išlaidžiai elgiausi su man patikėtais pinigais ir kitomis gėrybėmis?

5 | Sąžinės sąskaita

- ❖ Gal tyčia vengiu kam nors gražinti skolas?
- ❖ Galbūt esu be saiko pasinėręs (-usi) į azartinius žaidimus, lošimus, televizoriaus žiūrėjimą, kompiuterinius žaidimus ar kitas pramogas?
- ❖ Ar nežiūriu į kai kuriuos žmones tik naudos požiūriu?
- ❖ Gal be priežasties žiauriai ir neteisingai elgiausi su gyvąją gamta, ją niokodama(s), teršdama(s), žalodamas ir naikindama(s)?
- ❖ Galbūt turtas ir materialinė gerovė yra pagrindinis mano gyvenimo tikslas?
- ❖ Gal pavydžiu kito žmogaus turtą ar jo sėkmės?
- ❖ Ar esu solidarus (-i) su tais, kurie nieko neturi ar mažai teturi?
- ❖ Gal sukčiauju savo darbe, moksluose, kasdienėse atsakomybėse, o galbūt vengiu jų?
- ❖ Ar nepavydžiu kitam asmeniui draugo ar draugės?

- ❖ Ar neapgaudinėju žmonių, turinčių teisę žinoti tiesą?
- ❖ Ar nepasmerkiau žmogaus, sprendamas vien tik pagal išorę?
- ❖ Gal kam nors be reikalo atskleidžiau kitų asmenų silpnybes, ydas, nuodėmes?
- ❖ Galbūt kalbėdama(s) apie kokį nors žmogų šmeižiau jį, meluodama(s) žeminau jį kitų žmonių akyse?
- ❖ Galbūt neišsaugojau ir nebranginau man patiktų paslapčių?
- ❖ Gal pataikaudama(s) skatinau kito žmogaus ydas ar nuodėmes?
- ❖ Gal esu pagyrūniška(s), perdėtai kandus (-i), ironiška(s) ir kritiška(s)?
- ❖ Gal savo nuomonę laikau pačia svarbiausia ir teisingiausia?
- ❖ Gal tuščiažodžiauju, keikiuosi, bandau atrodyti ne tuo, kuo iš tiesų esu?
- ❖ Galbūt lengvai patikiu gandas, televizijos, laikraščių ir kitų informavimo priemonių formuojama nuomone apie gyvenimo vertybes?

- ❖ Gal piktnaudžiauju Dangiškojo Tėvo man suteikta galia ir atsakomybe?
- ❖ Ar meldžiuosi už taiką pasaulyje? Galbūt laikiu jos kaip Dievo dovanos, nesistengdama(s) jos puoselėti?
- ❖ Ar stengiuosi paguosti kitą žmogų, kai jam to reikia?
- ❖ Ar iš tiesų siekiu vis labiau pažinti tiesą apie Dievą, žmogų ir mane supančią tikrovę?

Dievas yra Meilė! *1 Jn 4, 8*

