

# Ferenc pápa lelki tükre: Isten igéjének fényében vizsgáljuk meg magunkat!

## Általános kérdések

- ❖ Hogyan indulok el gyónni? Őszintén vágyom a megtisztulásra, a megtérésre, életem megújítására, bensőségebb kapcsolatra Istennel; vagy csak tehernek tartom, amelyet ritkán veszek a vállamra?
- ❖ Nem felejtettem-e ki, vagy szándékosan nem hagytam-e ki halálos bűnt korábbi gyónásaimból, vagy legutóbbi szentgyónásomból?
- ❖ Elvégeztem-e a kapott elégtételt? Helyrehoztam-e a bűnömmel okozott kárt? Próbáltam-e megvalósítani életem jobbítására tett ígéreteimet?

## Az Úr mondja: „Szeresd a te Uradat, Istenedet teljes szívedből!”

- ❖ A szívem valóban Istenre irányul? Elmondhatom-e, hogy mindennél jobban szeretem Őt, és szeretetből tartom meg hűségesen a parancsait? Nem kötnek-e magukhoz túlságosan a mulandó dolgok? Jó szándékkal cselekszem-e mindig?
- ❖ Szilárd-e a hitem Istenedben, aki a Fiában szól hozzánk? Maradéktalanul ragaszkodom-e az Egyház tanításához? Törődtem-e a lelkem formálásával Isten Igéjének hallgatásával, hitoktatáson való részvétellel, a hitre ártalmas dolgok kerülésével? Megvallottam-e mindig és bátran Istenedbe és az Egyházba vetett hitemet? Látható-e magánéletemben és a közéletben való részvételemben, hogy katolikus vagyok?
- ❖ Imádkozom-e reggel és este? Imádságom szívből jövő beszélgetés-e Isteneddel? Nem üres megszokás? Fel tudtam-e ajánlani Istenednek gondjaimat, örömeimet, fájdalmaimat? Tudok-e bizalommal Hozzá menekülni a kísértések idején is?
- ❖ Tisztelem és szeretem-e Isten szent nevét? Nem bántottam-e káromlással, hamis esküvéssel vagy nevének felesleges emlegetésével? Nem voltam-e tiszteletlen a Szűzanya és a szentek iránt?
- ❖ Megszentelem-e a vasárnapot és az Egyház ünnepeit szentmisén és egyéb ájtatosságokon való tevékeny és figyelmes részvételemmel? Kerültem-e ünnepnapokon a szükségtelen munkát? Évente legalább egyszer, Húsvét táján meggyóntam-e?
- ❖ Nincsenek-e más isteneim, azaz dolgok, amelyek teljesen lekötnek és amelyekben jobban bízom, mint Istenedben, például a gazdagság, babonák, mágiás praktikák?

## Az Úr Krisztus mondja: „Szeressétek egymást, ahogyan én szeretlek titeket!”

- ❖ Szeretem-e igazán a felebarátaimat? Nem élek-e vissza azzal, hogy érdekeim eszközeként használom őket? Nem viselkedem-e velük úgy, ahogy nem szeretném, ha velem szemben viselkednének? Szavaimmal és tetteimmel nem okoztam-e botránkozást?
- ❖ A családomban türelmemmel és szeretetemmel hozzájárultam-e a többiek derűs békéjéhez?

### A család egyes tagjainak kérdései:

- **Gyermekek:** Engedelmes voltam-e szüleimnek? Becsültem és szerettem-e őket? Nyújtottam-e nekik segítséget lelki és anyagi bajaikban? Az iskolában jól tanulok-e? Tisztelem-e tanítóimat, nevelőimet? Jó példát adtam-e minden helyzetben?
  - **Szülők:** Törődtem-e gyermekeim katolikus nevelésével? Jó példát adtam-e nekik? Támogattam-e, irányítottam-e őket tekintélyemmel?
  - **Házastársak:** Hűséges voltam-e mindig érzelmeimben és tetteimben? Megértő voltam-e nehéz helyzetekben?
- ❖ Tudok-e önzetlenül adakozni a nálam szegényebbeknek? Amennyiben rajtam áll, védem-e az elnyomottakat és segítem-e a rászorulókat? Nem vagyok-e érzéketlen vagy kegyetlen a felebarátaimmal, különösen a szegényekkel, gyengékkel, öregekkel, a lecsúszottakkal, bevándorlókkal?

- ❖ Tudom-e, mi a küldetésem a földi életben? Részt veszek-e az Egyház apostoli és karitatív munkájában, a plébánia életében és kezdeményezéseiben? Imádkozom-e, és megteszem-e a magamét az Egyház és a világ gondjaiért, például az Egyház egységéért, a misszióért, az igazságosság és a béke ügyéért?
- ❖ Szívemen viselem-e a közösség közjává, amelyben élek? Nem keresem-e csak a saját érdekeimet? Lehetőségeim szerint részt veszek-e olyan kezdeményezésekben, amelyek az igazságosságot, a jó erkölcsöt, az egyetértést és a jótékonyt szolgálják? Teljesítem-e polgári kötelességeimet? Becsülettel fizetem-e az adókat?
- ❖ Igazságos, elkötelezett, becsületes vagyok-e a munkámban? Szívesen teszek-e szolgálatokat a közjóért? Megfizetem-e az igazságos bért a munkásaimnak és alárendeltjeimnek? Betartottam-e szerződéses kötelezettségeimet? Hűséges vagyok-e ígéreteimhez?
- ❖ Engedelmes vagyok-e a törvényes hatalomnak? Megadom-e neki a kellő tiszteletet?
- ❖ Ha valamilyen tisztségem van, vagy vezető vagyok, nem csak a saját érdekeimet nézem-e? Tudok-e a szolgálat szellemében dolgozni mások javára?
- ❖ Szolgáltam-e az igazságot és a hűséget? Nem ártottam-e a felebarátaimnak hazugságokkal, rágalmakkal, megszólyásokkal, megalapozatlan ítéletekkel, titkok megsértésével?
- ❖ Nem bántottam-e a felebarát testi épségét? Nem sértettem-e a becsületét? Nem okoztam-e neki anyagi kárt? Nem követtem-e el abortuszt? Nem tanácsoltam-e másnak az abortuszt? Nem hallgattam-e olyan helyzetekben, amikor buzdíthattam volna a jóra?
- ❖ Házáséletemben igazodom-e az Egyház tanításához a fogamzás és az élet tisztelete kérdéseiben? Nem vétettem-e saját testi épségem ellen (például sterilizálással). Hűséges voltam-e gondolatban is mindig a páromhoz?
- ❖ Nem gyűlölködtem-e? Nem vagyok-e veszekedős? Sértő és ingerlő szavaimmal nem szítottam-e ellentétet vagy haragot?
- ❖ Nem mulasztottam-e el vétkesen és önző módon felebarátom ártatlanságának védelmét? Vezetés vagy közlekedés közben nem veszélyeztettem-e önmagam vagy mások életét?
- ❖ Loptam-e? Nem kívántam-e jogtalanul más dolgait? Nem okoztam-e kárt mások tulajdonában? Visszaadtam-e, amit elvettem? Helyreállítottam-e az okozott kárt?
- ❖ Ha bántás ért, kifejeztem-e békülési készségemet és megbocsátásomat Krisztus szerelméért? Nem őrzök-e haragot vagy bosszúvágyat a szívemben?

#### Az Úr Krisztus mondja: „Legyetek tökéletesek, miként a ti Mennyei Atyátok tökéletes!”

- ❖ Milyen az alapvető beállítottságom? Az örök élet reményében élek-e? Törődtem-e lelki életem ápolásával imádsággal, elmélkedő szentírásolvasással, szentségekhez járulással? Gyakoroltam-e önmegtagadást? Elszánt és kész vagyok-e a rossz szokások megfékezésére, a szenvedélyek és perverz hajlamok feletti uralkodásra?
- ❖ Megfékeztem-e az irigységet és torkosságot?
- ❖ Nem vagyok-e hiú és gőgös? Nem helyezem-e magamat mindig mások elé és mások fölé? Nem kényszerítem-e másokra akaratomat úgy, hogy eltiprom a szabadságukat és semmibe veszem a jogaikat?
- ❖ Hogyan használtam fel Istentől ajándékba kapott talentumaimat: az időmet, képességeimet, erőimet? Eszköznek tekintem-e mindezt, hogy napról napra gyarapodjam a lelki élet tökéletességében és a felebarát szolgálatában? Nem vagyok-e tehetetlen és lusta? Hogyan használom az internetet és a média többi eszközét?
- ❖ Hívó lélekkel és türelemmel viseltem-e a bajokat, szenvedéseket, megpróbáltatásokat? Hogyan próbáltam önmegtagadásokat gyakorolni azért, hogy kiegészítsem azt, ami még hiányzik Krisztus szenvedéséből? Megtartottam-e becsülettel a böjti törvényeket?
- ❖ Megőriztem-e – állapotomnak megfelelően – testem szemérmes tisztaságát, meggondolva, hogy a test a Szentlélek temploma, és a dicsőséges feltámadásra hivatott? Vigyáztam-e érzékeimre? Kerültem-e lelkem és testem bemocskolását tisztátalan gondolatokkal és vágyakkal, szemérmetlen szavakkal és cselekedetekkel? Megengedtem-e magamnak az emberi és keresztény méltóságot sértő olvasmányokat, társalgásokat, rendezvényeken és szórakozásban való részvételt? Viselkedésemmel nem botránkoztattam-e másokat?
- ❖ Félelemből vagy képmutatásból nem viselkedtem-e lelkiismeretem ellenére?
- ❖ Törekedtem-e arra, hogy mindig és mindenben Isten gyermekeinek szabadságával és a Szentlélek törvénye szerint éljek? Nem szolgáltattam-e ki magamat a szenvedélyeimnek?
- ❖ Nem mulasztottam-e el olyan jótetteket, amelyeket megtehettem volna?