

ИСПЫТАНИЕ СОВЕСТИ

1. Приступаю ли я к таинству покаяния с искренним желанием очищения, обращения, обновления жизни и достижения более глубокого единения с Богом, или скорее считаю исповедь тяжёлой необходимостью, к которой надо прибегать как можно реже?
2. Не забыл ли я и не утаил ли умышленно какой-нибудь тяжкий грех на прошлой исповеди?
3. Исполнил ли я наложенную епитимию? Возместил ли причинённый ущерб? Пытался ли следовать своему намерению исправить жизнь и жить по Евангелию?

1. Господь говорит: «Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всю душу твою, и всем разумением твоим»

1. Обращаю ли я своё сердце к Богу так, чтобы через верное исполнение заповедей я любил Его действительно больше всех, как сын отца, или я больше забочусь о преходящих делах? Руководствуюсь ли я чистыми намерениями в своих действиях?
2. Имею ли я крепкую веру в Бога, Который обращается к нам через Своего Сына? Придерживаюсь ли я твёрдо учения Церкви? Забочусь ли я о своем духовном развитии, слушая слово Божие, участвуя в катехизации, избегая всего, что вредит вере? Всегда ли я твёрдо и смело исповедовал свою веру в Бога и Церковь? Был ли я действительно христианином в личной и в общественной жизни?
3. Молился ли я утром и вечером? Искренен ли я в молитве или моя молитва – только внешняя практика? Доверял ли я Богу мои проблемы, радости и страдания? Прибегал ли я к Нему в минуты искушений?
4. Есть ли в моём сердце уважение и любовь к имени Божьему? Не богохульствовал ли я? Не обидел ли я Бога клятвопреступлением или упоминанием всуе имени Божьего? Не относился ли я без должного почитания к Пресвятой Деве Марии и святым?
5. Соблюдаю ли я воскресный день и церковные праздники? Достаточно ли серьёзно отношусь к богослужениям, а особенно к Святой Мессе, участвуя в них активно, благоговейно и внимательно? Исповедуюсь и причащаюсь ли я регулярно?
6. Не имею ли я «других богов», чего-нибудь, о чём я думаю больше и чему доверяю больше, чем Богу: богатство, предрассудки или магия?

2. Господь говорит: «Любите друг друга, как Я возлюбил вас»

1. Люблю ли я моего ближнего? Не использую ли я своих братьев в личных целях и не поступаю ли с ними так, как не хотел бы, чтобы поступали со мной? Не искушал ли я других своими злыми словами и поступками?
2. Являюсь ли я в своей семье источником радости и добра для других благодаря своему терпению и истинной любви?

Родитель: заботился ли я о христианском воспитании детей и поддерживал ли их добрым примером и родительским авторитетом?

Супруги: сохранял ли я супружескую верность в мыслях, желаниях и поступках?

3. Делился ли я благами со своими ближними? Защищаю ли я в меру своих возможностей тех, кого обижают, помогаю ли несчастным, поддерживаю ли бедных? Не презирал ли я своих ближних, особенно инвалидов, пожилых, бедных или других людей?
4. Не забывал ли я о миссии, которая мне была доверена в таинстве миропомазания? Участвовал ли я в делах апостольства и милосердия Церкви, а также в жизни прихода? Молился ли я о нуждах Церкви и мира, например о единстве Церкви, о евангелизации народов мира, о справедливости на земле и т.д.?

5. Заботился ли я о благе и процветании общества, в котором живу? Не беспокоюсь ли я только о себе? Забочусь ли я в меру своих сил о распространении в обществе справедливости, добрых традиций, согласия и любви? Исполняю ли я согласно со своей совестью свои гражданские обязанности?
6. Стараюсь ли я быть на своей работе справедливым, трудолюбивым, честным, исполняя свои обязанности с любовью? Заплатил ли я надлежащую зарплату работникам и тем, кто мне служит? Исполнил ли я свои обязательства и обещания?
7. Был ли я законопослушен и уважал ли законные власти?
8. Если я обладаю властью, использую ли я её для блага других в духе служения или использую своё положение для собственной выгоды?
9. Был ли я честным? Не причинил ли другим зло лживыми словами, обманом, оговорами, бездумным осуждением, нарушением тайны?
10. Не причинил ли я вреда ближним? Не был ли я виновен в аборте (участием, советами или уговорами)? Не ненавидел ли я других? Не ссорился ли? Не очернял и не проклинал ли я ближних? Не пренебрёг ли я по своей вине, движимый себялюбием, возможностью свидетельствовать о невинности ближнего? Соблюдал ли я правила дорожного движения?
11. Не крал ли я? Не желал ли я чужого? Не причинил ли я вреда другим? Вернул ли я чужую вещь и возместил ли причинённый ущерб? Уважал ли я общественное добро?
12. Если я испытывал несправедливость, был ли я готов к примирению ради любви Христовой? Или я оставляю в себе ненависть и желание отомстить?

3. Господь Иисус Христос говорит: «Будьте совершенны, как совершенен Отец ваш Небесный»

1. Какова главная цель моей жизни? Вселяет ли в меня надежду упование на вечную жизнь? Заботился ли я о развитии своей духовной жизни по средствам молитвы, чтения Священного Писания или размышления о слове Божьем, участия в святых таинствах и самоотречения? Старался ли я бороться со своими вредными привычками, дурными наклонностями, например с завистью, неумеренностью в еде и питье? Не злоупотреблял ли я алкогольными напитками? Не возносился ли я перед Богом под влиянием гордыни и непокорности, не пренебрегал ли другими, считая с их свободой и правами?
2. Какую пользу я извлекал из времени, сил и способностей, которые я получил от Бога как «евангельские таланты»? Пользуюсь ли я всем, что мне дано, чтобы становиться изо дня в день более совершенным? Не трачу ли я время напрасно и с ленью?
3. Переносил ли я терпеливо боль и жизненные трудности? Что я жертвовал Богу, чтобы «восполнить недостаток в плоти моей страданий Христовых»? Придерживался ли я правил, касающихся поста и воздержания?
4. Хранил ли я свои чувства и своё тело в чистоте, как храм Святого Духа? Относился ли я к телу как к знаку любви, которую верный Бог является людям и которая в полноте выражается в таинстве супружества? Не запятнал ли я своё тело развратом, нечистотой, недостойными словами и мыслями, бесстыдными желаниями и поступками? Не потакал ли я своей похоти? Не согрешил ли грехом рукоблудия? Не принимал ли я участия в лекциях, разговорах, зрелищах и развлечениях, противоречащих христианскому и человеческому достоинству? Не смотрел ли материалов порнографического содержания? Не провоцировал ли я кого-либо на грех? Придерживался ли моральных норм в супружеской жизни? Не изменял ли супруге?
5. Не поступал ли я против своей совести из страха или лицемерия?
6. Старался ли я сохранить в жизни истинную свободу детей Божиих или продолжаю оставаться рабом какой-нибудь страсти?