Rachunek sumienia dla narzeczonych*

NIE BĘDZIESZ MIAŁ BOGÓW CUDZYCH PRZEDE MNĄ

Czy jestem osobą wierzącą?
Czy wierzę w Boga, który jest dawcą wszelkiego ż yc ia?
Czy spełniam praktyki religijne?
Czy jako narzeczony(a) nie zapominam o tym, że nasza miłość jest darem od Boga?
Czy nie wstydzę się publicznie przyznać do wiary?
Czy pamiętałem(am) o obowiązku świadczenia o Chrystusie słowem i przykładem, także swoją postawą w narzeczeństwie?
Czy w mojej miłości i moim narzeczeństwie jest miejsce dla Boga?
Czy stawiam Go zawsze na pierwszym miejscu?
Czy jestem gotowy(a) zaufać Bożej miłości i zawierzyć Bogu we wszystkim?
Czy uczciwie i rzetelnie staram się przygotować do sakramentu małżeństwa?
Czy pomagam i zachęcam narzeczoną/narzeczonego do pracy nad sobą?
Czy sam(a) pracuję nad sobą?

NIE BĘDZIESZ BRAŁ IMIENIA PANA BOGA SWEGO NA DAREMNIE

Czy nie zawieram sakramentu małżeństwa jedynie z powodu ładnego wystroju wnętrza kościoła, atmosfery, tradycji?
Czy traktuję przysięgę małżeńską poważnie, jako słowo wiążące dane narzeczonej/ narzeczonemu przed Bogiem, z wolą zachowania go aż do śmierci?
Czy nie lekceważyłem(am) Bożych przykazań?
Czy nie wzywałem(am) Bożego imienia w złości, w zniecierpliwieniu lub bezmyślnie?

PAMIĘTAJ, ABYŚ DZIEŃ ŚWIĘTY ŚWIĘCIŁ

Czy w niedzielę i święta uczestniczę we Mszy świętej?
Czy modlę się rano, wieczorem?
Czy modlę się codziennie za narzeczoną/narzeczonego?
Czy świętuję w domu święta i uroczystości religijne?
Czy pracuję w niedzielę dla chęci większego zysku?
Czy robię rzeczy niepotrzebne w niedzielę i święta – takie jak zakupy, sprzątanie itp.?
Czy nie namawiałem(am) narzeczonej/narzeczonego do pracy, która nie była konieczna w niedzielę lub święto?
Czy pozwalam odpocząć w niedzielę lub święta narzeczonej/narzeczonemu, a także otoczeniu (rodzicom, rodzeństwu)?

* Por. Z. STRUZIK, *Przewodnik dla narzeczonych i małżeństw. Narzeczeństwo jako przygotowanie do małżeństwa i rodziny w nauczaniu Jana Pawła II,* Warszawa 2012, s. 273-277.

CZCIJ OJCA SWEGO I MATKĘ SWOJĄ

Czy służę pomocą rodzicom/przyszłym teściom?
Czy znajduję czas dla rodziców/przyszłych teściów?
W jaki sposób mówię o rodzicach/przyszłych treściach przy osobach trzecich?
Czy potrafimy pogodzić nasze narzeczeństwo z obowiązkami względem naszych rodziców?
Czy rodziców narzeczonej/narzeczonego nie traktowałem(am) z wrogością?
Czy rodziców narzeczonej/narzeczonego traktowałem(am) z życzliwością, jak własnych rodziców?
Czy modlę się za swoich rodziców i za rodziców narzeczonej/narzeczonego?
Czy nie stawiam narzeczonej/narzeczonego w sytuacji wyboru: „ja albo twoi rodzice”?
Czy rodzice nie byli dla nas powodem kłótni?
Czy szanuję zwyczaje panujące w rodzinie narzeczonej/narzeczonego?
Czy nie wyśmiewam się z nich, zwłaszcza kiedy dotyczą one praktyk religijnych?

NIE ZABIJAJ

Czy nie nadużywam alkoholu?
Czy palę papierosy?
Czy nie używam narkotyków?
Czy nie narażam swojego zdrowia i życia przez niewłaściwe zachowania: nadmierną pracę, brak wypoczynku, zaniedbywanie leczenia itp.?
Czy nie stosuję środków farmakologicznych, które szkodzą zdrowiu – w tym środków ant ykoncepc y jnych?
W jaki sposób prowadzę samochód? Czy przestrzegam przepisów ruchu drogowego?
Czy nakłaniałem do aborcji/dokonałam aborcji?
Czy dbam o własne zdrowie, by przez to przygotować się do bycia ojcem/matką?
Czy nie omijałem(am) obojętnie ludzi chorych, potrzebujących lub będących w niebezpieczeństwie?

NIE CUDZOŁÓŻ

Czy umiem odróżnić miłość od pożądliwości?
Czy w okazywaniu sobie miłości i czułości zachowywaliśmy odpowiednią miarę stosownie do stanu narzeczeńskiego?
Czy w naszych relacjach zachowywaliśmy czystość i wzajemny szacunek?
Czy mieszkam ze swoją narzeczoną/swoim narzeczonym?
Jak traktuję inne kobiety/mężczyzn?
Czy zdradziłem(am) fizycznie, emocjonalnie swoją/swojego narzeczoną/narzeczonego?
Jaki jest mój stosunek do pornografii?
Czy nie jestem uzależniony od seksu, masturbacji?
Czy podejmowałem(am) współżycie seksualne przed małżeństwem?
Czy stosuję środki antykoncepcyjne?
Czy narzeczona/narzeczony nie stanowi dla mnie jedynie wartości seksualnej?

NIE KRADNIJ

Czy solidnie wykonuję swoje obowiązki zawodowe?
Czy nie jestem dla narzeczonej/narzeczonego przeszkodą w wywiązywaniu się z jej/jego obow i ą z ków?
Jaki jest mój stosunek do rzeczy materialnych – innych osób lub rzeczy publicznych?

Jak traktuję rzeczy należące do członków rodziny przyszłego męża/żony?
Czy nie jestem uzależniony od zakupów?
Jak wydaję pieniądze – czy liczę się ze zdaniem narzeczonego/narzeczonej?
Czy nie zajmuję postawy roszczeniowej wobec swoich rodziców i czy jestem wdzięczny(a) za dobra, które od nich otrzymuję?
Czy jako przyszły mąż/żona jestem w stanie utrzymać swoją rodzinę, pracując uczciwie?
Czy mojego przyszłego małżeństwa nie traktuję jako „dobrej inwestycji", sposobu na osiągnięcie dóbr materialnych lub wejścia do dobrze sytuowanej rodziny, zdobycia dobrych koneksji?

NIE MÓW FAŁSZYWEGO ŚWIADECTWA PRZECIWKO BLIŹNIEMU SWEMU

Czy nie zataiłem(am) wobec narzeczonej/narzeczonego ważnych informacji o sobie, do których ma ona/on prawo?
Czy nie wprowadzałem(am) kogoś w błąd, zwłaszcza narzeczonej/ narzeczonego?
Czy zwracam się z szacunkiem do przyszłego współmałżonka i jego rodziny?
Czy zawsze dobrze mówię o swoim przyszłym współmałżonku i jego rodzinie?
Czy o wadach i rzeczach, które mnie denerwują w zachowaniu narzeczonego/ narzeczonej mówię wprost osobie zainteresowanej?
Czy opowiadam o wadach mojego przyszłego współmałżonka osobom trzecim?
Czy liczę się ze zdaniem przyszłego współmałżonka?
Czy pamiętam, że każdy człowiek ma prawo do dobrej opinii i że bez koniecznej potrzeby nie wolno źle mówić o innych?
Czy nie rozsiewam plotek, pochopnych, nieprzemyślanych sądów o innych?
Czy nie rzucam na nikogo bezpodstawnych podejrzeń?
Czy nie prześladuję narzeczonej/narzeczonego podejrzliwością i zazdrością?
Czy nie kwestionuję jego/jej miłości do nas tylko dlatego, że miał/miała w czymś odmienne zdanie niż nasze?
Czy potrafię odważnie przyznać się do prawdy, nawet gdy jest to trudne?

NIE POŻĄDAJ ŻONY BLIŹNIEGO SWEGO

Jaka jest moja relacja do innych kobiet/mężczyzn – czy nie stwarzam sytuacji, w których przyszły współmałżonek może czuć się urażony?
Czy znajomości zawarte w świecie wirtualnym (portale społecznościowe, czaty, gry itp.) nie mają negatywnego wpływu na mój związek?
Czy panowałem(am) nad swoją wolą i wyobraźnią w relacjach z innymi?

NIE POŻĄDAJ ŻADNEJ RZECZY, KTÓRA JEGO JEST

Czy moje hobby, koledzy, koleżanki pasje nie są ważniejsze dla mnie niż mój przyszły współ ł mał żonek?
Czy są rzeczy, sytuacje, osoby, pasje, których nie akceptuje przyszły współmałżonek, a z których nie jestem w stanie zrezygnować?
Czy nie byłam zazdrosny(a) o czyjeś powodzenie lub dobra materialne, jakie posiada?
Czy potrafię się cieszyć, gdy drugiego człowieka spotyka dobro?
Czy nie próbuję dowartościowywać siebie, pomniejszając wartość innych ludzi, zwłaszcza kosztem narzeczonej/narzeczonego?
Czy potrafię solidnie i bez narzekania wykonywać prace przykre, nieefektowne, zwyczajne, służebne?
Czy nie próbuję narzucać narzeczonej/narzeczonemu własnego zdania?
Czy poczuwam się do odpowiedzialności za przyszłość narzeczonej/ narzeczonego?

Spowiedź

Oto propozycja dla penitenta, którą można potraktować jako podpowiedź, zawierającą wszystkie istotne elementy składające się na dialog podczas spowiedzi.

W imię Ojca + i Syna + i Ducha Świętego. Amen.

Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus...

Ostatnia moja spowiedź była...
(tu należy podać datę
lub przybliżony czas, jaki minął od poprzedniej
spowiedzi).

Teraz powinna nastąpić krótka autoprezentacja penitenta,
na przykład:
Mam trzydzieści lat, pracuję zawodowo.

Kolejnym krokiem jest rozliczenie się z pracy nad sobą

i wyznanie grzechów:*Na ostatniej spowiedzi postanowiłem pracować nad sw*

(należy wymienić grzech czy problem stanowiący przed-
miot pracy nad sobą i uczciwie ocenić postępy w tej

dziedzinie). *Z pokorą i żalem wyznaję moje grzechy*
...

Po wyznaniu grzechów należy powiedzieć:*Więcej grzechów nie pamiętam, z*

lub: *Więcej grzechów nie pamiętam... Boże, bądź miłościw mnie grzesznemu*

W tym momencie kapłan podejmuje dialog z penitentem,
poucza go, a w końcu nakłada pokutę i wzywa do aktu żalu
za grzechy. Potem wypowiada formułę rozgrzeszenia:

Bóg Ojciec Miłosierdzia, który pojednał świat ze sobą
przez śmierć i zmartwychwstanie swojego Syna
i zesłał Ducha Świętego na odpuszczenie grzechów,
niech ci udzieli przebaczenia i pokoju
przez posługę Kościoła.
I ja odpuszczam Tobie grzechy,
w imię Ojca, Syna i Ducha Świętego.

Gdy kapłan kreśli znak krzyża, penitent odpowiada: *Amen.*