



RACHUNEK SUMIENIA

Przygotuj miejsce (biurko, stolik), przy którym zrobisz swój rachunek sumienia. Przykryj stolik obrusem lub serwetą, na nim postaw krzyż lub obraz święty.

1. **Uklęknij i uczynź znak krzyża.**
2. **Odmów modlitwę: *Ojciec nasz***
3. **Swoimi słowami poproś Pana Jezusa o pomoc w zrobieniu dobrego rachunku sumienia.**
4. **Usiądź przy stoliku i według podanych pytań zrób rachunek sumienia:**

Kochać Pana Boga z całego serca

Czy modliłeś się codziennie?

Czy wymawiałeś bez potrzeby imię Boga i Maryi?

Czy uczestniczyłeś w niedzielnej mszy świętej?

Czy podczas mszy starałeś się skupić i nie przeszkadzałeś innym?

Kochać i szanować swoją rodzinę

Czy modliłeś się za rodziców, rodzeństwo, dziadków?

Czy słuchałeś się rodziców, dziadków i opiekunów?

Czy mówiłeś rodzicom prawdę, choćbyś miał być ukarany?

Czy z szacunkiem zwracałeś się do rodziców, dziadków i opiekunów?

Czy wypełniałeś swoje obowiązki domowe?

Czy pomagałeś rodzicom, rodzeństwu, dziadkom, opiekunom, nawet wtedy, gdy cię o to nie prosili?

Czy przezywałeś, biłeś, wyśmiewałeś swoje rodzeństwo?

Czy po kłótni z rodzeństwem umiałeś przeprosić i wybaczyć?

Kochać i szanować swoich bliźnich

Czy się dobrze zachowywałeś podczas lekcji?

Czy starannie przygotowywałeś się do lekcji, odrabiałeś prace domowe?

Czy przezywałeś kogoś lub biłeś, czy komuś dokuczałeś?

Czy nie obmawiałeś, wyśmiewałeś, posądzałeś kogoś?

Czy po kłótni z kolegami i koleżankami umiałeś przeprosić i wybaczyć?

Czy z szacunkiem odzywałeś się do osób dorosłych?

Czy byłeś posłuszny wychowawcom, nauczycielom?

Czy nie okłamywałeś nauczycieli i kolegów?

Czy zabierałeś innym to, co nie jest twoje na przykład: pieniądze, zabawki, słodycze, książki?

Czy oddałeś pożyczoną rzecz?

Czy nie niszczyłeś cudzych prac i rzeczy?

Kochać i szanować siebie samego

Czy zjadałeś posiłki przygotowane lub zakupione przez rodziców?

Czy ubierałeś się stosownie do pogody?

Czy nie za długo oglądałeś telewizję i grałeś na komputerze?

Czy oglądałeś filmy, czasopisma dobre dla ciebie?

Czy oszukiwałeś podczas gier, zabaw lub zawodów sportowych?

Czy używałeś brzydkich słów?

Szanować wszystko, co mnie otacza

Czy męczyłeś zwierzęta?

Czy celowo niszczyłeś rośliny, deptałeś trawniki?

Czy zniszczyłeś coś ze złej woli, w złości, w gniewie?

Czy w twoim pokoju, klasie, na ławce w szkole, szatni, jadalni zostawiałeś po sobie porządek?

5. **Zrobisz rachunek sumienia, uklęknie i żałuje za grzechy, odmawiając trzy razy akt żalu: Ach, żałuję za me złości...**
6. **Przeprasza swoimi słowami Pana Boga za swoje grzechy i obiecuje poprawę.**
7. **Zakończy modlitwą: *Zdrowaś Mario* i uczyni znak krzyża.**