

- * Jak reagujesz na zło?
- * Czy oglądasz zdjęcia, filmy i programy niedozwolone dla dzieci?
- * Czy jesteś skromna/ny w ubieraniu się?
- * Czy tracisz czas na oglądanie niewłaściwych programów telewizyjnych?
- * Jak korzystasz z internetu, z telefonu? Czy nie jest to kosztem czasu na naukę i pomoc w domu?
- * Czy modlisz się za osoby, które są dla Ciebie trudne w relacjach?
- * Czy potrafisz przebaczyć?
- * Jak traktujesz naukę w szkole? Czy jest ona dla Ciebie ważna?
- * Czy odrabiasz lekcje i zadane prace?
- * Czy pomagasz innym w nauce?
- * Czy nie marnujesz zdolności?
- * Czy szukasz wymówek, aby czegoś nie zrobić?
- * Czy walczysz z lenistwem w sobie?
- * Czy przeklinasz, kłaniesz?
- * Czy czytasz dobre książki (kierowane do dzieci, przekazujące mądre i dobre wartości)?
- * Czy starasz się być coraz lepszą/ym?
- * Jak starasz się poprawić ze swoich grzechów i wad?
- * Który grzech popełniasz najczęściej?

Akt żalu za grzechy

Panie Boże, mój Ojcie, stając przed Tobą, żałując z całego serca, że Ciebie, Dobro Najmilsze, obraziłem. Przepraszam za wszystkie moje grzechy i zaniedbanie dobra. Pragnę się poprawić i pełnić Twoją wolę. Umocnij moje zamiary swoją łaską i dodaj mi siłę, abym nie uległ nowym pokusom. Mój Najlepszy Przyjacielu, pomagaj mi, abym żył jak święte dziecko Boże, pełne dobroci i życzliwości dla najbliższych i innych ludzi.

Dziękczynienie po spowiedzi świętej

Dzięki Ci, Jezu, za odpuszczenie moich grzechów. Ty wiesz, że pomimo moich upadków kocham Cię i chcę być z Tobą. Dziękuję Ci za łaskę sakramentalną, która mnie umacnia do walki z grzechem.

**RYCERZYK
NIEPOKALANEJ**

KATOLICZNE PISMO DLA DZIECI

**FORMACJA
SERCA**
w Szkole Niepokalanej

Jakie grzechy są we mnie? Rachunek sumienia dla dzieci

Modlitwa do Ducha Świętego

Duchu Święty, Ty znasz wszystkie moje grzechy. Dopomóż mi je sobie dokładnie przypomnieć, abym mógł za nie Boga przeprosić, szczerze je na spowiedzi wyznać i z nich się poprawić.
Matko Boża, Aniele Stróżu mój i Ty – święty Patronie – uproszcie mi łaskę dobrej spowiedzi świętej. Amen.

Modlitwa przed spowiedzią

Panie Jezu, chcę Ci wyznać z całą szczerością wszystkie moje grzechy. Dlatego proszę Cię, daj mi Twego Ducha, aby oświecił moje serce i rozum, bym przypomniał sobie wszystko zło, jakiego się dopuściłem od ostatniej spowiedzi świętej w moich słowach, myślach, uczynkach i zaniedbaniach. Amen.

Pytania wstępne:

- * Kiedy ostatni raz byłem/em u spowiedzi świętej?
- * Czy wypełniałem/em zadaną pokutę?
- * Czy nie zatajałem/em grzechu ciężkiego?
- * Nad jaką cnotą pracuję? Jaką wadę widzę u siebie?

Grzechy popełnione przeciwko Panu Bogu:

- * Czy kochasz Pana Boga ponad wszystko?
- * Czy wierzysz, że twoje życie jest dla Niego bardzo ważne?
- * Czy żyjesz tak, jakbyś nie potrzebował Boga?
- * Czy wierzysz w to, że Bóg kocha cię jak najlepszy Ojciec?
- * Czy dziękujesz Bogu za dobro, które otrzymujesz?
- * Czy modlisz się codziennie rano i wieczorem?
- * Czy podczas modlitwy myślisz o Bogu?
- * Czy w niedziele i w święta chętnie idziesz do kościoła na Mszę Świętą?
- * Jak uczestniczysz we Mszy Świętej?
- * Jak zachowujesz się w kościele? Czy niepotrzebnie nie rozmawiasz?
- * Czy nie przeskakujesz innym w modlitwie?

- * Czy z lenistwa nie opuściłaś/łeś niedzielnej Mszy Świętej?
- * Czy nie spóźniasz się na Mszę Świętą?
- * Jak często przyjmujesz Pana Jezusa w Komunii Świętej?
- * Jak wygląda Twoje przygotowanie i dziękczynienie po Komunii Świętej?
- * Czy nie przyjmowałaś/łeś Komunii Świętej w stanie grzechu ciężkiego?
- * Czy nie wstydzisz się swojej wiary w Boga?
- * Czy z szacunkiem wypowiadasz imię Pana Boga i Świętych?
- * Czy chodzisz na lekcje religii? Jak w niej uczestniczysz?
- * Czy nie wybierasz z nauki Bożej, z przykazań Bożych tylko tego co ci odpowiada, co ci się podoba?
- * Czy wierzysz w zabobony lub horoskopy?
- * Czy ufasz Panu Bogu?
- * Czy czytasz Pismo Święte?
- * Czy odpoczywasz w niedzielę?
- * Czy przysięgałaś/łeś niepotrzebnie lub fałszywie?

Grzechy popełnione przeciwko bliźniemu:

- * Czy wiesz, że nie żyjesz sam i tylko dla siebie?
- * Czy nie jesteś egoistą, który patrzy tylko na siebie i szuka tylko własnego dobra?
- * Czy pomagasz innym (rodzicom, rodzeństwu, kolegom, starszym)?
- * Czy dziękujesz Bogu za rodziców, rodzeństwo, wychowawców i kolegów/koleżanki?
- * Czy starasz się być zawsze dla nich dobry?
- * Czy modlisz się za nich?
- * Czy dziękujesz im za ich dobroć?
- * Czy okazujesz rodzicom miłość? Czy umiesz rodzicom powiedzieć i pokazać to, że ich kochasz?
- * Czy ich słuchasz?
- * Czy pozwalasz rodzicom odpocząć po pracy?
- * Czy szanujesz słabszych? Czy się z nich wyśmiewasz? Czy, na ile możesz, pomagasz im?
- * Czy jesteś koleżeński?

- * Czy kłóciśz się, bijesz, dokuczasz kolegom/koleżankom?
- * Czy czegoś komuś nie ukradłaś/łeś?
- * Czy oddajesz pożyczone rzeczy?
- * Czy zawsze mówisz prawdę?
- * Czy dotrzymujesz złożonych obietnic?
- * Jak zachowujesz się w szkole?
- * Czy stajesz w obronę słabszych?
- * Czy potrafiśz pohamować swój gniew?
- * Czy komuś źle zyczysz?
- * Czy jesteś uczciwa/y?
- * Czy umiesz mówić przepraszam i przyznać się do winy?
- * Czy nie nakłaniałaś/łeś innych do grzechu, do kłamstwa?
- * Czy nie oszukujesz? (kogo, w czym)
- * Czy używasz brzydkich słów?
- * Czy jesteś przykładem do naśladowania dla kolegów/koleżanek?
- * Czy obrażasz inne osoby?
- * Czy nie obmawiasz innych osób?

Grzechy popełnione przeciwko samemu sobie:

- * Czy wierzysz, że jest w tobie wiele dobra, czy widzisz w sobie tylko wady?
- * Czy nie masz pretensji do Pana Boga, że nie jesteś inna/y?
- * Czy dotrzymujesz danego słowa?
- * Czy dbasz o swoje zdrowie? Czy ze względu na zdrowie uprawiasz sport?
- * Czy jesz odpowiednią ilość pokarmów (nie za mało i nie za dużo)?
- * Czy przestrzegasz przepisów drogowych (np. przy przechodzeniu przez jezdnię, jeżdżąc na rowerze czy hulajnodze)?
- * Czy nie szkodziś sobie na zdrowiu przez palenie papierosów (e-papierosów) lub picie alkoholu?
- * Czy dajesz dobry przykład innym, zwłaszcza młodszemu od siebie?
- * Czy jesteś uparta/y?
- * Czy wybuchasz gniewem?
- * Czy potrafisz zrezygnować ze swoich planów, umartwić się?
- * Czy od rodziców i bliskich osób domagasz się drogich prezentów?

Akt wiary

Wierzę w Ciebie, Boże żywy,
W Trójcy jedyny, prawdziwy.
Wierzę, coś objawił, Boże.
Twe słowo mylić nie może.

Akt nadziei

Ufam Tobie, boś Ty wierny,
Wszechmogący i miłosierny.
Dasz mi grzechów odpuszczenie,
Łaskę i wieczne zbawienie.

Akt miłości

Boże, choć Cię nie pojmuję,
jednak nad wszystko miłuję,
nad wszystko, co jest stworzone,
boś Ty dobro nieskończone.

Akt żalu

Ach, żałuję za me złości
jedynie dla Twojej miłości.
Bądź miłościw mnie, grzesznemu,
dla Ciebie odpuszczam bliźniemu.

Akt wiary

Wierzę w Ciebie, Boże żywy,
W Trójcy jedyny, prawdziwy.
Wierzę, coś objawił, Boże.
Twe słowo mylić nie może.

Akt nadziei

Ufam Tobie, boś Ty wierny,
Wszechmogący i miłosierny.
Dasz mi grzechów odpuszczenie,
Łaskę i wieczne zbawienie.

Akt miłości

Boże, choć Cię nie pojmuję,
jednak nad wszystko miłuję,
nad wszystko, co jest stworzone,
boś Ty dobro nieskończone.

Akt żalu

Ach, żałuję za me złości
jedynie dla Twojej miłości.
Bądź miłościw mnie, grzesznemu,
dla Ciebie odpuszczam bliźniemu.