

- Töreksem-e arra, hogy jobban megismerjem hitemet, s ezáltal Isten reám vonatkozó tervét? - Szánok-e elegendő időt az Istennel való kapcsolat elmélyítésére? (Ima, szentírás, lelki olvasmányok, elmélkedések, stb.)
- Követem-e lelkiismeretem indításait? (Pl. hogy ne válaszoljak egy sértésre; ne nézzek meg valami rosszat; első szóra engedelmeskedjek; reggel ugorjak ki az ágyból, stb?)
 - Kötelességeimet (tanulás, munka, hittan) becsülettel, örömmel végzem-e?
- Rendszeres vagyok-e az étkezésben - vagy gyakran torkoskodom, vagy éppen elhanyagolom a rendszerese evést? Csak a kedvenc ételeimet eszem, válogatós vagyok, vagy tudatosan, egészségesen étkezem? Megköszönöm-e az ételt? Imádkozom-e, ha lehet evés előtt, után?
- Cselekedeteim előtt néha megállok-e, hogy meggondoljam: itt és most hogyan tudom teljesíteni Isten akaratát?
- Végzek-e rendszeres testmozgást?
- Óvom, védem-e a természetet? (Nem szemetelek.)
 - Isten első akaratát, hogy szeressük Őt és embertársunkat. (Amit egynek teszünk, Neki tesszük.) - Legalább olyankor, ha nehezemre esett mások segítése, gondoltam-e arra, hogy embertársaimban Jézust szolgálom?
- Azzal az elhatározással szoktam-e a többiek közé menni (iskolába, haza, hittanra), hogy örömet akarok szerezni nekik? - Vagy inkább azzal az elvárással, hogy ők szerezzenek nekem örömet?
- Tudtam-e mások kedvéért lemondani akaratomról, elképzelésemről? - Vagy minden áron ragaszkodom ahhoz?
- Vajon milyen jól tehetnék meg még, amit nem tettem meg közömbösségből, lustaságból?
- Hogyan használom fel tehetségemet? Azt a jót, amit kaptam, (örököltem) a talentumokat jól kamatoztattam-e?
- Nem vittem-e túlzásba tv nézést, videót, számítógépezést, szórakozást, úgy, hogy rabjává tesz, vagy emiatt elmaradt a kötelességem?
- Anyagilag is támogattam-e egyházamat (perselypénz)?

Köszönöm Uram, hogy megmutattad gyengességemet. Add, hogy erődből új életet kezdhessek!

LELKITÜKÖR GYERMEKEKNEK A 10 parancsolat alapján:

- | | |
|---|--|
| Szeretem-e Istent ? | Teljesítem-e közösségi kötelességeimet? |
| Szívesen beszélgetek-e Vele? | Vállalok-e közmunkát? |
| Szívesen imádkozom-e minden nap? | Igazságos vagyok-e? |
| Őt szolgálom-e életemmel, tanulásommal? | Megbízható, becsületes vagyok-e? |
| Szeretettel és tisztelettel beszélek Istenről? | Csúfolódtam, verekedtem, veszekedtem, rosszra tanítottam-e? |
| Ismerem-e Jézus tanítását? | Közlekedési szabályokat betartottam-e? |
| Figyelek-e Isten üzenetére? | Szemérmes vagyok-e? (Gondolatban és szavaimban is?) |
| Nem káromkodtam? | Vigyáztam-e a magam és mások holmijára? |
| Vasárnap részt vettem-e szentmisén? | Adtam-e a magamból a rászorultaknak? |
| Hogyan viselkedem a szentmisén? | Hogyan végeztem a munkámat? |
| Mondom-e a közös imádságokat? | Loptam-e, kárt okoztam-e, kötelességemet elmulasztottam-e, lusta voltam-e? |
| Odafigyelek-e imádság közben? | Megvédtem-e más becsületét? |
| Szoktam-e áldozni? | Hazudtam, árulkodtam, rágalmaztam, titkot kibeszéltem-e? |
| Töreksem-e hibáim kijavítására? | Békétlenkedtem-e, pártoskodtam-e? (Családban, iskolában, egyéb helyen) |
| Megbánom-e naponta bűneimet? | Torkos voltam, irigykedtem, önző voltam, gőgös voltam-e? |
| Rendszeresen gyónok-e? | Segítek-e másokat a kegyelmi életben az egyházban? |
| Hogyan tartom meg a bűnbánati napokat? | Segítek-e másoknak a hittan tanulásban? |
| Imádkozom-e szüleimért? | Figyelek-e egyházi elöljáróimra. |
| Nem szomorítottam meg szüleimet? | |
| Engedelmes vagyok-e a szüleimnek? | |
| Szoktam-e segíteni, örömet szerezni nekik? | |
| Megbízhatnak-e bennem? | |
| Vigyáztam-e egészségemre, Társaimmal jóindulatú, udvarias vagyok-e? | |
| Szoktam-e másoknak segíteni örömet szerezni? | |

LELKITÜKÖR A LEGGYAKORIBB GYERMEKBŰNÖK SZERINT:

- | | |
|--------------------------------|-------------------------------------|
| Nem imádkoztam reggel és este. | Káromkodtam. |
| Rosszul imádkoztam. | Átkozódtam .Szitkozódtam. |
| Hitem ellen beszéltem. | Feleslegesen vagy hamisan esküdtem. |
| Nem tanultam meg a hittant. | |

Szent dolgokkal viccelődtem.
Szentmisét elmulasztottam, vagy elkéstem.
Templomban rossz voltam.
Szüleimet megszorítottam.
Nem engedelmeskedtem.
Nem segítettem. Feleseltem.
Nevelőimet kijátszottam.
Veszekedtem, verekedtem, csúfolódtam, haragot tartottam.
Mást bűnre csábítottam.
Egészségemre nem vigyáztam.
Nem tartottam meg a közlekedési szabályokat.

Szemérmetlen dolgokat néztem, szemérmetlenül trágárul beszéltem.
Szemérmetlenül játszottam.
Leckémet nem tanultam meg.
Loptam, csaltam, kárt okoztam.
Holmimra nem vigyáztam.
Kötelességemet elmulasztottam.
Hazudtam. Árukkodtam. Rágalmaztam. Titkot elárultam.
Önző voltam.
Elégedetlen voltam.
Telhetetlen voltam. Irigy voltam.
Hiú voltam.
Öntelt voltam.
Nem törekedtem hibáimat kijavítani.

Lelki-tükör gyerekeknek

Mikor gyóntam utoljára?

Ha régen történt: miért maradt el ilyen sokáig?

1. Uradat, Istenedet imádd, és csak Neki szolgálj!

- Imádkozom-e reggelente? (Eltervezem-e, hogyan fogom mai napon Istent és embertársaimat szolgálni?)
- Imádkozom-e esténként? (Hálát adok-e a napért? Végzek-e lelkiismeretvizsgálatot?)

2. Isten nevét hiába ne vedd!

- Káromkodtam? (Isten és a szentek nevét ejtettem-e ki átkozódó, csúnya szavak kíséretében? - Milyen gyakran?) Használok-e trágár szavakat? Üvöltés, kiabálás?
- Szoktam-e emlegetni Isten nevét fölöslegesen, tiszteletlenül?
- Esküdöztem fölöslegesen? - Szent dolgokkal tréfálkoztam-e? Gúnyoltam-e más hitét, szokásait, bőrszínét, származását?

3. Az Úr napját szenteld meg!

- Vasárnap, ünnepnap mulasztottam-e szentmisét? (Hanyagságból? Hány-szor?)
- Szentmisén szeretettel vettem-e részt, figyelmesen?
- Pihenésre és ünneplésre fordítottam-e a vasárnapot és az egyházi ünnepeket?

- A bűnbánati napokon (péntekenként, hamvazószerdán) szoktam-e valamit tenni Isten iránti szeretetből? (Ha elfelejtettem, pótoltam-e más napon?) Megtartom-e a kötelező böjtöket? (Nagyböjt pénteki hústilalom.)

4. Atyádat és anyádat tiszteld!

- Tisztelem-e szüleimet? Engedelmes vagyok-e, szót fogadok-e nekik? Próbálok-e örömet szerezni nekik?
- Tisztelem-e az idősebbeket? (Iskolában, utcán, stb?)

5. Ne ölj!

- Szoktam-e verekedni, durváskodni, gúnyolódni? - Másoknak fájdalmat okozni? (Ha megbántottam valakit, próbáltam-e jóvátenni?)
- Vigyázok-e egészségemre? (Kerülöm-e a dohányzást, az alkoholt, kábítószert?) Betartom-e a közlekedési szabályokat?
- Csábítottam-e más bűnre?

6. Ne paráználkodj!

- Paráználkodtam-e? - Gondoltam, beszéltem-e tisztátalant?
- Néztem, olvastam-e szándékosan ilyet (szexfilmek, képek)?
- Cselekedtem-e tisztátalant - mással vagy magammal? (Hányszor?)

7. Ne lopj!

- Vettem-e el olyat, ami nem az enyém? (Visszaadtam-e már?)
- Vigyáztam-e magam és mások holmijára, értékeire?
- Felelősnek érzem-e magam a közösség javaiért? (Iskolában, utcán, járművön?)
- Nem „lopom-e” az időt? - Becsülettel végzem-e kötelességeimet? (tanulás, munka, hittan?)

8. Ne hazudj! Mások becsületében kárt ne tégy!

- Hazudtam? - Okoztam-e ezzel másnak kárt?
- Rágalmaztam? (Fogtam-e másra olyat, ami nem igaz? Jóvátettem-e ezt?)
- Megvédtem-e más becsületét, ha tehettem?

9-10. Embertársad házastársát ne kívánd! Se más egyebet, ami az övé, ne kívánd!

- Irigykedtem-e? (Más értékeire, tehetségére, gazdagságára stb.?)
- Szívesen adtam-e rászorulóknak? (Tulajdonomból, időmből?)

További kérdések: