

# RACHUNEK SUMIENIA

(w oparciu o Osiem Błogosławieństw)

**Błogosławieni  
ubodzy w duchu...**

## **Czy jestem człowiekiem wewnętrznie wolnym?**

- Czy jest coś co przeszkadza mi w dążeniu do zbawienia?

## **Jaka jest moja hierarchia wartości?**

- Co jest dla mnie najważniejsze w życiu?
- Czy istnieją w moim życiu jakieś bożki (pieniądz, władza, praca, przyjemność, wygoda, itd.)

---

**Błogosławieni,  
którzy płaczą...**

## **Czy uznaję wobec Boga, że jestem grzesznym człowiekiem?**

- Czy nie oszukuję sam siebie nie dostrzegając w swoich czynach żadnego zła, lub też lekceważąc to zło, które dostrzegam?
- Czy uchylam się od odpowiedzialności za popełnione przeze mnie złe czyny?
- Czy godzę się na konsekwencje, które z owej odpowiedzialności wynikają?
- Czy zbyt łatwo nie usprawiedliwiam się sam przed sobą ze swoich grzechów?

## **Czy mam zbawienne poczucie grzeszności?**

- Czy mam poczucie, że tak naprawdę jedynym co mi jest w sposób konieczny potrzebne, to Boże Miłosierdzie, wyrażające się poprzez przebaczenie mi moich grzechów?
  - Jaki jest mój żal za grzechy?
-

---

**Czy w „hałaśliwy” sposób eksponuję swoje rzeczywiste, bądź domniemane zalety.**

- Czy drugiego człowieka nie sprowadzam do roli tła (rzeczy, narzędzia) dzięki któremu, moje zalety (rzeczywiste bądź domniemane) stają się wyraźniejsze?

**Czy jestem pokorny, tzn.: Czy „daję szansę” Panu Bogu i bliźniemu?**

**Błogostawieni  
cisi...**

- Czy w Bogu widzę Pana i Ojca, bez którego jestem bezradny?
- Czy mam jakieś pretensje do Pana Boga?
- Czy patrząc na drugiego człowieka, szukam w nim przede wszystkim dobra, mając świadomość jego wad, natomiast patrząc na siebie samego, wpierw szukam w sobie wad, mając świadomość swoich zalet?
- Czy potrafię przyjąć z wdzięcznością pomoc okazaną mi przez Boga lub przez człowieka?

**Czy jestem sprawiedliwy, tzn.: czy żyję w zgodzie z Prawem Bożym?**

- Czy żyję w zgodzie z literą Dekalogu?
- Czy żyję w zgodzie z duchem Dekalogu?
- Czy pragnę żyć w sposób święty?

**Błogostawieni,  
którzy łakną i  
pragną  
sprawiedliwości...**

**Czy jestem sprawiedliwy, tzn.: czy każdemu oddaję to co mu się słusznie należy?**

- Czy Bogu oddaję cześć i jestem Mu posłuszny?
- Czy szanuję Kościół i żyję w zgodzie z Jego nauczaniem?
- Czy bliźniemu okazuję miłość wyrażającą się poprzez życzliwość, łagodność, cierpliwość, bezinteresowność, solidarność, itd.

---

**Czy umiem (chcę) przebaczyć?**

- Czy pragnę na kimś się zemścić?
- Czy udzielenie przebaczenia uzależniam od spełnienia jakichś warunków?
- Czy modłę się za tych, którzy mnie (moich bliskich) skrzywdzili?

**Błogostawieni  
miłosierni...**

**Czy bezinteresownie pomagam bliźnim, którzy są w potrzebie?**

- Czy w potrzebującym człowieku dostrzegam Jezusa?
  - Czy wypełniam uczynki miłosierne co do duszy?
  - Czy wypełniam uczynki miłosierne co do ciała?
  - Czy wykorzystuję każdą okazję do czynienia dobra?
-

---

**Błogostawieni  
czystego serca...**

**Czy czyste są moje myśli, pragnienia, uczucia?**

- Czy używam rozumu w służbie dobra?
- Czy nie zaśmiecam swojego umysłu?
- Czy pragnę tylko dobrych rzeczy?
- Czy moje pragnienia wolne są od „pożądliwości oczu i pożądliwości ciała”?
- Czy mój „aparat uczuciowy” wolny jest od nienawiści, zazdrości, gniewu?
- Czy pamiętam, że mam obowiązek unikać nie tylko grzechu, lecz także okazji do grzechu?

**Czy czystym jest moje sumienie?**

- Jak często robię rachunek sumienia?
- Czy dbam o swoje sumienie, kształtując je w oparciu o Prawo Boże?
- Czy jestem skrupulantem?

**Błogostawieni,  
którzy  
wprowadzają  
pokój...**

**Czy mam w sobie Boży pokój?**

- Czy jestem w stanie łaski uświęcającej?
- Czy brak łaski uświęcającej traktuję jako największy „brak” mego życia?
- Czy w tej chwili mógłbym spokojnie odejść z tego świata, tzn.: czy jestem przygotowany na śmierć?

**Czy jestem narzędziem Bożego pokoju?**

- Czy wypełniam nakaz misyjny Chrystusa?
  - Co czynię by jak najwięcej ludzi żyło w łasce uświęcającej i czy zależy mi na tym, by w owej łasce ludzie żyli?
  - Czy moje postępowanie jest dla kogoś zgorszeniem?
  - Czy namawiam kogoś do zła?
  - Czy daję innym dobry przykład i czy zależy mi na tym, by ów dobry przykład dawać?
  - Czy unikam kłótni i sporów?
  - Czy kogoś podżegam do kłótni?
  - Czy dążę do pojednania zwaśnionych stron?
  - Czy jestem pobłażliwy wobec dziejącego się wokół mnie zła?
  - Czy pamiętam, że „cel nie uświęca środków”, tzn.: czy „zło dobrem zwyciężam”?
-

---

**Błogostawieni,**

**którzy cierpią**

**prześladowanie dla**

**sprawiedliwości...**

**Czy jestem gotów bronić tego co jest dla mnie Prawdą i  
Świętością – bronić nawet za cenę cierpienia?**