

Johannes Gründel
Az önvizsgálat útján
Függelék: Lelkiismeretvizsgálatok

mű a Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár (PPEK)
– a magyarnyelvű keresztény irodalom tárháza – állományában.

Bővebb felvilágosításért és a könyvtárral kapcsolatos legfrissebb hírekért
látogassa meg a <http://www.ppek.hu> internetes címet.



Impresszum

Johannes Gründel
Az önvizsgálat útján
Függelék: Lelkiismeretvizsgálatok

Az eredeti mű címe:
Wie prüfe ich mich selbst
Hilfe zur Gewissenserforschung. 2. kiad.

Fordította: Boros Ildikó
A Függeléket fordította: Liptay Gy., Török J., Ugray L.

Egyházi jóváhagyással

A könyv elektronikus változata

Ez a publikáció az azonos című könyv szöveghű elektronikus változata. A könyv 1979-ben jelent meg az Opus Mystici Corporis kiadásában, Bécsben. Az elektronikus változat Valentiny Géza prelátus úr, az Opus Mystici Corporis vezetője engedélyével készült. A könyvet lelkipásztori célokra a Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár szabályai szerint lehet használni. Minden más szerzői jog az Opus Mystici Corporisé.

Tartalomjegyzék

Impresszum.....	2
Tartalomjegyzék.....	3
Elöljáróban.....	4
Előszó.....	4
Első parancsolat.....	7
Második parancsolat (Első parancsolat 2. rész).....	8
Harmadik (Második) parancsolat.....	9
Negyedik (Harmadik) parancsolat.....	10
Ötödik (Negyedik) parancsolat.....	12
Hatodik (Ötödik) parancsolat.....	14
Hetedik (Hatodik) parancsolat.....	16
Nyolcadik (Hetedik) parancsolat.....	18
Kilencedik (Nyolcadik) parancsolat.....	19
Tizedik (Kilencedik és Tizedik) parancsolat.....	20
Imádságom önvizsgálat után.....	21
Néhány szentírási mondat, amely elgondolkozásra, bánatra, megtérésre indíthat bennünket.....	22
Ez indítások felhasználási lehetősége.....	23
Függelék.....	24
Általános lelkítükör.....	24
Saint Séverin (Párizs) papi munkaközösség: Lelkiismeretvizsgálat.....	28
Lebret-Suavet: Önvizsgálat.....	31
J. L. Lebret: Életstílus.....	36
J. L. Lebret: Életelvek.....	37

Elöljáróban

Közismert tény, hogy a komoly önvizsgálatra törekvő keresztények az évtizedek előtt még általánosan elterjedt ún. „lelki tükrökkel” nem tudnak mit kezdeni. Elég itt a tudományok fejlődésére utalni, idevágólag közvetlenül a morálteológia és a lélektan új felismeréseire, és arra a ma már általános meglátásra, hogy épp a humán-tudományok fejlődése feltétlen figyelmet érdemel. Nem utolsó sorban pedig arra is kell utalnunk, hogy a II. világháború után az általános életfelfogás és életérzés lényegesen változott, amit a II. Vatikáni Zsinat messzemenően figyelemre méltatott.

Az említettek indokolják, hogy magyar nyelven is megjelentessük a morálteológia egyik rangos képviselőjének és különösen a gyakorlati problémák iránt nagy érzékkel rendelkező *Johannes Gründel* professzornak önvizsgálati könyvét. Ezzel a szerző a lelkiismeretvizsgáláshoz kíván – mint műve alcímében hangsúlyozza – részint a mindennapi élet során, részint bűnbánati ájtatosság és gyónás alkalmával indításokat nyújtani. Elgondolását, célkitűzéseit részletesen olvashatjuk műve előszavában.

Kiadványunk egyúttal részletes Függelékkel is közöl, hogy a különféle igényeknek eleget tehesünk. Szerzőnk a különböző rendszerezésű lelkiismeretvizsgálatokból a kétségkívül legkézenfekvőbbet és biblikus megalapozottsága miatt általános keresztény érdeklődésre számító, a tízparancsolaton alapuló, rendszerezést választotta. Ez ökumenikus szempontból nagyon értékelendő. Ugyanakkor azonban nem tagadja egyéb szempontú rendszerezések jogosságát. Ezért a nagyobb választék.

Függelékünkben első helyen általános lelkiismeretvizsgálatot közlünk, amely az Istenhez, a közösséghez, hivatáshoz, életünkhöz, stb. való viszonyunkat vizsgálja. Ez a „*Gotteslob*” című, német nyelvterületen általánosan használt ima- és énekeskönyvből való.¹ Értékét az emeli, hogy mögötte érezzük az illetékes püspöki karok tekintélyi alátámasztását.

A továbbiakat már ismételten közöltük (*Életfordulón*, Bécs 1974, 52-71 l., *Szentévi Útravaló*, Bécs 1975, 94-114 l.) és ezek igen kedvező visszhangra találtak. A *St. Severin* papi munkaközösség lelkítükré rövidebb és különös erénye a lényeges, alapvető kérdések kiemelése. A *Lebret* és *Suavet* domonkos atyák szerkesztette – de számos komoly törekvésű világi hívő csoportjaiban történt megbeszélésre támaszkodó – írás részletesebb és a behatóbb önvizsgálati igényeket szolgálja.

Mindkettő közös és jelentős alapelve a tudatos Krisztus-követés: Olyan keresztényekhez szól, akik „azt várják el, hogy nemcsak az elengedhetetlen minimumról beszéljünk nekik, hanem arról a nagylelkű törekvésről, amely lehetővé teszi számukra, hogy – a világban elfoglalt szerepüknek és helyzetüknek megfelelően – teljes mértékben éljék életüket Krisztusban”. (Suavet)

A teljesebb keresztény élet és tudatos Krisztus-követés szolgálatában bizalommal bocsátja útjára kiadványát a

KIADÓ

Előszó

Manapság a lelkiismeretvizsgálatot, lelkítükröt, gyónást sokan túlhaladottnak tekintik. Az a bűnökre szorító erkölcsan, amely még néhány évtizede uralkodó volt a teológiában, de

¹ „GOTTESLOB” Katholisches Gebet- und Gesangbuch. Herausgegeben von den Bischöfen Deutschlands und Österreichs und der Bistümer Bozen-Brixen und Lüttich. A Függelékben közölt „Általános lelkítükör” az idézett mű „Erdiözese Wien” alcímű kiadásában 62.sz. alatt (121-128. l.) található szöveg hű fordítása.

még a keresztény nevelésben is, nyilvánvalóan nem felel meg a mai ember életfelfogásának, életérzésének. Arra szoktak utalni, hogy a halálos (súlyos) bűnök hagyományos osztályozása során a hangsúlyt helytelenül alkalmazták. Míg a nemiség terén való helytelen magatartást vagy a felsőbbiséggel való konfliktusokat túl erősen hangsúlyozták, sőt időnkint ezeket tekintették a tulajdonképpeni súlyos bűnöknek, – ugyanakkor könnyelműen átsiklottak a közösségi élet, a társadalmi igazságosság és a szeretet elleni bűnök fölött. Az engedelmesség szigorú megkövetelése és a gyermeki dac negatív értékelése már korán meggátolta a gyermeknek a szabadság és önállóság irányában való fejlődését. A tilalmak és büntetések szigorú erkölcsstana nyomán nehezen fakadt öröm a keresztény hívők lelkében.

Ez a téves irányban való fejlődés ma már messzemenően túlhaladottnak tekinthető. Ugyanakkor azonban új veszélyek jelentkeznek. Sokan elbizonytalanodtak. Azt kérdezik: „Mi érvényes még egyáltalán?” Vannak-e még konkrét erkölcsi szabályok, amelyek – korunk és körülményeink megváltoztatása ellenére is – tájékozódást nyújtanak alapvető személyes magatartásunk és helyes cselekvésünk számára? Nem marad-e meddő minden reformtörekvésünk, ha nem fakad a közösség, a társadalom egyes tagjainak becsületes, tiszta szándékából és ily elvszerű magatartásából? Nagyon is érezzük manapság mennyire szükséges e téren a komoly megfontolás. Keresik a koncentráció, a kikapcsolódás, az elmélkedés új formáit, hogy ismét elvezessenek bennünket a szétszórtságból az összeszedettséghez, az önmagunkra találáshoz. Pszichológusok is rámutatnak arra a feladatra, hogy segítsük az embereket önmaguk és képességeik kibontakoztatásához, személyiségük kifejlesztéséhez, egyéniséggé válásukhoz. Ennek pedig mindenekelőtt a helyes önismeret az előfeltétele. Csak aki ismeri saját maga árnyoldalait, hiányosságait, kerüli ki a veszélyt, hogy saját hibáit, vetítógép módjára, személyekre vagy pedig valami elképzelt társa dalomra vetítse. Ennek következménye, hogy csak külső társadalmi reformra gondol s nem arra, hogy önmagába tekintsen és személyes megtérését munkálja. Hiszen mindig könnyebb önmagunkat mentetgetvén embertársunk szemében a szálkára rámutatni, de ugyanakkor saját szemünkben a gerendát meg nem látni.

A személyes kibontakozásra és érlelődésre való különös tekintet mellett ma hangsúlyozott módon utalnak az embertársainkért, a közösségi életért, a társadalomért való felelősségünkre. Igen szükséges a család, a kisebb közösségek, az egyházközség, a társadalom és az állam tagjainak közös felelősségére ráeszmélnünk. Egyes teológusok arról vitatkoznak, hogy nem gyümölcsözőbb-e lelkiismeretünk megvizsgálása, közösségi és személyes bűneink irányában, bűnbánati ájtatosságokon közösen imádkozva és bűneinket nyilvánosan megvallva, a közösséggel együtt és annak színe előtt, mint a személyes gyónás, amelynek általános értékelése (sajnos) sülyedőben van.

Helyes önismerethez külső indításra van szükségünk. Mások oly módon látnak minket és magatartásunkat, ami önmagunk számára lehetetlen. Ezért igen hasznos, ha időnként tükröt tartanak elénk. A csoport-dinamika és az önmegismerés gyakorlata juttatott bennünket ehhez a felismeréshez. Miért is ne gyümölcsöztethetnénk keresztény és személyes erkölcsi életünk terén ezeket az indításokat?

Ilyen értelemben ismét modernné válik az úgynevezett „lelkiismeretvizsgálat”. De itt nem merő restaurációról, felújításról, hanem reformról, megújításról van szó. Akár a bűnbánati istentiszteleten, akár az egyéni gyónás előtt, akár életünk egy-egy csendes önmagunkba eszmélődő órájában – bizonyos indítások segítségünkre lehetnek életünk felülvizsgálatában, megvilágosíthatják talán részben tudat alatti, vagy tudat előtti alapvető magatartásunkat, előzetes döntéseinket, beállítottságunkat.

Az ilyen önvizsgálat számára különféle szempontú rendszereket alkalmaztak: egyes felosztások az Isten-, felebarátok- és saját személyünk iránti kötelességeinket tartják szem előtt, mások az erényeket és bűnöket sorolják fel, ismét mások Isten és az Egyház parancsait stb. A legmaradandóbbnak az összes ilyen rendszerezések közül a tízparancsolathoz

igazodónak bizonyult. Hiszen ennek a tagolásnak szolid biblikus alapja van, az Ószövetségben kiemelkedő helyet foglalt el. Jézus sem törölte el a tízparancsolatot, hanem inkább beteljesítette. Igaz, hogy a történelem folyamán a parancsolatok felsorolásában bizonyos eltolódás történt.

Ma különösen indokoltnak tekinthető, hogy ezt az alapvető rendszert és felosztást új élettől töltsük meg. Vagyis pozitív módon nem merőben tilalomként, hanem tájékozódást nyújtó irányjelzőként fejtsük ki.² Az itt következő kérdések önvizsgálatunkhoz néhány indítással, irányjelzéssel kívannak szolgálni. Eközben a parancsolatok számozása tekintetében nem a megszokott, hagyományos módon járunk el, hanem erősebben ragaszkodunk a parancsolatoknak az Ószövetségben található, és pedig belső tartalmukhoz igazodó tagolásához.

² Szerzőnk itt közölt indításait részletes alaposággal fejtette ki „A tízparancsolat és a nevelés” („Die Zehn Gebote in der Erziehung”, Rex Verlag, München/Luzern) c. könyvében. – Megemlítjük még másik, időszerű témákkal foglalkozó művét: „Aktuelle Themen der Moralthologie, München (Don Bosco) 1071.

Első parancsolat

„Én vagyok az Úr, a te Istened; én hoztalak ki Egyiptom földjéről, a szolgaság házából. Senki mást ne tekints Istennek, csak engem!” (Kiv20,1–2)

1. Istenképem

Vajon Isten valóban az az Isten, aki életem értelmét, értékét, szabadságát adja?
Tudatos-e bennem, hogy Isten az első, aki jót cselekedett velem, hogy életemért köszönettel tartozom nemcsak szüleimnek, hanem végsősoron Istennek, Teremtőmnek is?

Vajon Jézus Krisztus valóban az a Messiás számomra, aki követésre, Isten országában való részvételre szólít engem?

Tudatos-e életemben, hogy nemcsak világi szellem, szellemes beszéd, kutatás létezik, hanem a Szentlélek is, mint e világon mindenütt – bennünk is – hatni akaró jelenvaló? „Nem tudjátok, hogy testetek a bennetek lakó Szentlélek temploma (1Kor 6,19)?”

Talán még mindig egy gyermek istenkép él bennem? Istenen követelem-e – kibújván a személyes felelősség és erőfeszítés alól – vágyálmaim beteljesítését? Őt teszem felelőssé saját kényelmességemért, lustaságomért?

2. „Idegen istenek” veszélyeztette hit

Milyen „istenek” határozzák meg életemet, családom életét?

Előbbrevalóbbak-e az anyagi és világi értékek – pénz, vagyon, pillanatnyi élvezet, siker – a személyes erkölcsi értékeknél: a bizalomnál, őszinteségnél, szeretetnél?

Milyen értékrendet képvisel életemben a televízió, horoszkóp, babona?

Rabja vagyok-e az alkoholnak, nikotinnak?

Vajon a hiúság, túlzott nagyravágyás, hatalomra való törekvés nem titkos isteneim-e?

Mi veszélyezteti leginkább személyes szabadságomat?

Hogyan reagálnék, ha – mint egykor a gazdag ifjú – az Úrral találkoznék, és Ő felszólítana, hogy mindent hátrahagyván, kövessem Őt?

Van-e erőm csalódást, veszteséget, korlátozásokat elviselni?

Töreksem-e arra, hogy bajban és szükségben segítsek másokon?

Milyen értékrend határozza meg gondolataimat, cselekedeteimet családomban, hivatásomban, szabadidőmben?

3. A hit megvalósítása

Keresztény hit és vallás: van-e szerepük életemben? Imádkozom-e még? Szakítok-e időt eszmélődésre, elmélkedő imára, szentírás-olvasásra?

Megkérdem-e időnként magamtól, hogy hiszek-e még egyáltalán Istenben, hogy valójában mit is jelent számomra Isten?

Vajon az imádság csupán csak formula számomra, időnkénti kényszerű kötelesség, „személytelen fecsegés”? Vagy kimondom imádságomban személyes ügyeim, örömeimet, gondjaimat is?

Mi a helyzet egyházközségünkben a közös imádság, az istentisztelet terén?

Rendelkezem-e azzal a teljes bizalommal, ami előfeltétele a hívő imának?

Miből áll személyes Krisztus-követésem? Olvasom-e hitem elmélyítésére a Szentírást?

Töreksem-e arra, hogy vallásomban továbbképezzem magam? Kihasználom-e plébániánk és művelődési központjaink idevonatkozó ajánlatait?

Megállhatok-e az Úr szavának fényében: „Szeresd Uradat Istenedet teljes szivedből, teljes lelkedből, teljes elmédből és minden erődből – és embertársadat, mint önmagadat” (Mk 12,30–31)?

4. A nevelés vallási oldala

Érvényesül-e nevelői munkámban is a fentemlített értékrend? Keresztényi mivoltom megmutatkozik-e családi életemben, nevelőmunkámban is?

Viselkedésemmel éreztetni tudom-e másokkal is azt a követelményt, hogy gyökeres és alapvető magatartásunk mindig a szolgálatkész és megbocsájtó szeretet legyen?

Vagy visszaélek a hittel és vallással, amennyiben azt „használható nevelőeszköznek” tekintem, jóllehet személyesen nem vagyok meggyőződve annak igazáról – nem engedem, hogy „szíven találjon”?

Nevelőmunkámban teljesen háttérbe szorítom-e a vallási kérdéseket, vagy csak felületesen válaszolok rájuk?

Közösségi életre nevelek-e, vagy csak individualizmusra, személyes érvényesülésre?

Felelősnek érzem-e magam én is azért, hogy gyermekeim résztvegyenek a hitoktatáson, vagy szeszélyükre hagyom a döntést?

5. A közéletben

Van-e bátorságom hitemet nyíltan vallani, mások jogaiért – ha kell saját káromra is – harcolni?

Elkötelezem-e magam társadalmunk alapvető érdekei – az élet, a szabadság, hit és vallás védelme – mellett, mégpedig keresztényi indoklással: hiszen Isten a szabadságnak is Istene?

Léteznek-e még környezetemben, társadalmunkban vallási jelképek: feszület, képek...? Vajon nem vagyok-e én is oka annak, ha mások gúnyt űznek a hitből, egyházból, vallásból?

Második parancsolat (Első parancsolat 2. rész)

„Ne csinálj magadnak... hasonmást arról, ami fent van az égben, vagy lent a földön!”
(Kiv 20,4)

1. Magam csinálta istenképek

Milyen képem van Istenről? Melyik határozza meg nevelői munkámat? Nyilvános tevékenységemet?

Ismerem-e egyáltalán a kinyilatkoztatás Istenét? Vagy csak egy elmosódott, naturalista képem van Róla: Isten, mint a világ eredete, minden törvény hozója, a természetben megnyilvánuló?

Töreksem-e gyermekem istenképem megváltoztatására?

Vajon keresztényként valóban Pál apostol követelménye szerint élek-e: Krisztus által, Vele és Benne?

2. Magam alkotta emberképek

Vajon embertársaimról alkotott képem már eleve előítélettel meghatározott, merev-e olyannyira, hogy házastársamat, gyermekeimet, barátaimat, ismerőseimet, beosztottjaimat ebbe a képbe kényszerítem?

Elfogadom-e felebarátaimat hibáikkal, „árnyoldalaikkal” együtt?

Túlzott igényeket támasztok-e másokkal szemben?

Nevelőmunkámban tekintettel vagyok-e a gyermekek különbözőségére, személyiségükre? Vagy a gyermek csak kárpótlás el nem ért életcéljaimért?

Vajon gyermekeimet, házastársamat, barátaimat, ismerőseimet, beosztottjaimat saját elképzeléseim szerint akarom-e formálni, vagy segítek nekik, sajátos egyéni lehetőségeiket figyelembevéve, egyéni életük kialakításában?

Megkérdem-e magamtól, mikor másoknak szemrehányást teszek, vajon nem saját hibáimat vetítem ki rájuk?

3. Önmagamról alkotott képem

Töreksem-e tökéletesítésemre? Elviselem-e a kritikát? Lehetőséget adok-e felebarátaimnak: családtagjaimnak, barátaimnak, ismerőseimnek a bírálatra, megkérdem-e őket, hogyan vélekednek, mit éreznek magatartásom kapcsán?

Megengedem-e, hogy mások rávilágítsanak úgynevezett árnyoldalaimra, vagy minden személyemre irányuló kritikát eleve elutasítok-e?

Vállalom-e a felelősséget hibáimért? Vagy szépítgetem magatartásomat, letagadom személyes hibázásomat?

Vajon életemet tényleg a Biblia Krisztus-képe határozza-e meg: a Megváltóé, aki megszabadított minket a bűntől és bűnadósságtól?

Hogyan viszonyulok a gyónáshoz, a bűnbánati istentisztelethez? Meghátrálok-e bűneim bevallása, a pappal való személyes beszélgetés elől?

Felülvizsgálom-e időnként alapvető erkölcsi magatartásomat?

Harmadik (Második) parancsolat

„Uradnak, Istenednek a nevét ne vedd hiába!” (Kiv 20,7)

1. Hogyan beszélünk Istenről?

Felületesen, minden belső kapcsolat nélkül, közömbösen, vagy talán elutasítóan beszélek-e Istenről?

A beszéd az ember egyéniségéről árulkodik! Könnyelmű beszédeimben, tréfáimban, beszélgetéseim színvonalában nem érződik-e a vallást lekicsinylő magatartás?

Tudatában vagyok-e annak, hogy Jézus Krisztus jelen van az egyházban is – hogyan viszonyulok ehhez az egyházhoz? Hogyan bírálok? Csak intézményt látok-e benne, parancsoló hatalmat, ami ellen lázadok? Vagy tudatában vagyok annak, hogy én is tagja vagyok ennek az egyháznak és magatartásommal én is felelős vagyok ezen a világon azért, hogy Istent, Jézus Krisztust és az Ő egyházát tiszteljék és becsüljék?

2. Isten nevének tisztelése

Tudatában vagyok-e a név jelentésének, hogy a névben a megnevezett szellemileg mindenkor jelen van?

Vajon Isten nevét „hézagpótlóként” használom-e, felindultságból, szitkozódásaimban? Nem akarok-e Isten akaratára való hivatkozással utasításaimnak, követelményeimnek, nevelői és egyéb tevékenységemben túl hamar érvényt szerezni?

Magatartásom, beszédem olyannyira híján van-e az őszinteségnek, hogy kénytelen vagyok újra és újra ígéretetekhez, bizonykodáshoz, sőt eskühöz folyamodni?

Tettem-e könnyelmű ígéreteket másoknak, amelyeket nem tudok, talán nem is akarok betartani?

A szent jelek: kereszt, megszentelt tárgyak, képek csupán csak szabadíszül szolgálnak-e számomra, vagy át is érzem e jelképek mély jelentőségét?

Gyermekeim nevelése során megmagyarázom-e nekik a vallási szokásokat is?

Vajon életemben és a nevelésben becsületet szerzek-e a keresztény (= krisztusi) névnek? Vagy megtagadom azt, amikor csak előnyöm származik belőle?

Hogyan viselkedem azokban a templomokban, ahová járok, vagy amelyeket utam során megtekintek?

Tiszteletet adok-e Isten nevének?

Vajon „az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében” kezdem és végzem is napjaimat, a heteket, éveket? Állást foglalom-e a televízióban, rádióban, képeslapokban, vagy beszélgetésekben elhangzó tiszteletlen megnyilatkozásokkal szemben? Állásfoglalásom pusztán tiltakozás marad-e, vagy törekszem pozitív javaslatokkal megváltoztatásukra is?

Negyedik (Harmadik) parancsolat

„Gondolj a pihenés napjára, hogy megszenteljed!” (Kiv 2,20)

1. A munkához való viszonyunk

Van-e állandó, rendszeres foglalkozásom?

Tevékenységem tényleg értelmes, egyéni képességeimnek és a konkrét lehetőségeknek megfelelő feladat-e, megbízatás Istentől, – vagy csak kereseti lehetőség, alkalmi munka számomra, szükséges rossz?

Húzódok-e a szükséges munkától, kötelességtől?

Vajon jó, derekas munkát igyekszem-e végezni, ahogyan ezt tőlem elvárják?

Vagy csak a fizetés érdekel?

Milyen indítékok határozzák meg munkámat, tevékenységemet?

– Csak nyereségvágyból vagy nagyravágyásból dolgozom?

– Vajon munkám annyira leköt-e, hogy más kötelezettségeimre, értékes időtöltésre, baráti beszélgetésre már nem is jut idő?

– Gondolkodás nélkül kihasználom-e mások segítőkészségét, jóindulatát, ha személyes érdekeim úgy kívánják?

Gondot fordítok-e szakmabeli továbbképzésemre?

Mi a véleményem a munkanélküliségről: segítek-e másoknak, akik munkát keresnek, képességüknek megfelelő állást találni? Vagy sorsuk egyáltalán nem érdekel?

Vajon munkahelyemen egyszerűen átnézek-e dolgozó társaim szükségletein, csak személyes haszonra, előnyre törekszem?

Milyen a magatartásom a konkurencia terén? Vajon kollégákhoz nem méltóan, kíméletlenül, becstelenül bánok-e munkatársaimmal, elöljáróimmal, beosztottjaimmal?

2. Szabadidőnk és annak alakítása

Van-e még egyáltalán időm a szükséges pihenésre, üdülésre, vagy annyira felemészt-e a munkám, hogy csak „menedzser” vagyok már?

Tudok-e szabadidőmmel egyáltalán kezdeni valamit?

Töreksem-e a szabadidő közös kialakítására: baráti összejövetellel, társas játékokkal, kirándulásokkal, együttes zenéléssel stb.? Vagy csak amolyan magamnak való ember vagyok, aki éppen csak agyonüti valamivel az időt, azt elfecsérelve? Elég szabadidőt adok-e beosztottjaimnak?

Szabadidőmet tényleg úgy töltöm-e el, hogy abból testi-lelki felüdülés és öröm származzék? Vagy csak lélegzetvételnyi szünet az, új erőt nyerni a további munkához?

Létezik-e még baráti körömben, családomban társasélet, vendégszeretet, örömteli közösségi élet, – vagy szabadidejében mindenki a maga útját járja?

Gondoskodom-e községünk, egyházközségünk idős, megviselt tagjairól is?

Vajon csak az unalom napja számomra a vásár- és ünnepnap – ötletszegénységem, vagy szeretetből való elkötelezettségem hiánya miatt?

Vajon szabadidőmben rendelkezésre állok-e társadalmi és egyházi célok szolgálatára is?

Családtagjaim különböző igényeinek összeütközésekor találunk-e mindenki számára elfogadható megoldást?

3. A vasárnap megünneplése

Vajon a vasárnap magam és hozzátartozóim számára valóban a pihenés, kikapcsolódás, felüdülés és a megszentelődés napja? Vagy egyszerűen az unalomé? Belső ürességemet szenzációk hajszolásával akarom-e kitölteni: sportstadionokba, moziba, hangos szórakozóhelyekre szaladok?

Van-e még időm vasárnaponként a csendhez, elmélkedéshez? Képes vagyok-e még a természet szépségeinek örülni, észreveszem-e még mások kedvességét, szívélyességét, szeretetmegnyilvánulását?

Vasárnapjaim alakítása által nem terhelek-e túl másokat: házastársamat, gyermekeimet, szüleimet, alkalmazottjaimat, vagy saját magamat is?

Marad-e még a hét végén, vagy vasárnap, idő az elmúlt heti tevékenységem átgondolására? A következő megtervezésére? Jut időm Istenért végzett munkám, életem értelmén való elmélkedésre?

4. A vasárnap vallási alakítása

Kifejezésre jut-e a hitem vasárnap az egyházközségemben azáltal, hogy tevékenyen veszek részt a szentmisén, istentiszteleten? Vagy húzódozom-e a közös ünnepléstől (ima, ének, akciók), s csak passzívan vagyok jelen?

Elmulasztom-e az istentiszteletet nyomós ok nélkül is?

Hozzájárulok-e istentiszteletünk kialakításához? Vagy csak az olyan peremkeresztények, úgynevezett vasárnapi keresztények sorába tartozom-e, akik számára a vasárnapi szentmise, istentisztelet merő „kötelességteljesítés”?

Hogyan járulok hozzá az istentisztelet kialakításához? Adok-e a rábízottaknak (gyermekeim, barátaim, beosztottjaim, munkatársaim) megfelelő ösztönzést a vasárnap helyes kialakításához, az istentisztelet közös ünnepléséhez?

Készségesen elvállalok-e olyan feladatokat az istentisztelet alakításában, melyek ellátására képes vagyok; pl. felolvasóként, előimádkozóként, énekesként, kíséret vezetőként?

Kialakítok-e elmélyült véleményt a szentbeszédről, az istentisztelet lefolyásáról – nyújtok-e hozzá pozitív bírálatot?

Vajon hatással van-e a minden vasárnapi szentmise életemre, tevékenységemre a rákövetkező héten?

Ötödik (Negyedik) parancsolat

„Tiszteld atyádat és anyádat!” (Kiv 20,12)

1. A nemzedékek közös életéért való felelősségünk

Hogyan alakul közös életünk a hozzátartozókkal, szülőkkel, nagyszülőkkel, rokonokkal? Azokkal akikkel szomszédságban, ugyanabban a házban élünk? A megillető tiszteletet, megbecsülést tanúsítom-e irántuk?

Hogyan viselkedünk az öregekkel, a gyengékkel és törődöttel, akiket a teljesítményre alapozott társadalomban csak kevésre, vagy már semmire sem értékelnek?

Van-e az öregeknek még helye családjukban, falukban, egyházközségünkben, városunkban? Van-e még valami feladatuk?

Maradt-e még nyoma közösségünkben a nemzedékek együttélésének, vagy annyira elszigeteljük-e az öregeket, hogy magányuk az elöregedés folyamatát még inkább meggyorsítja?

Vajon az öregekről való gondoskodásunk kimerül-e alkalmi anyagi támogatásban, rövid látogatásokban? Vagy pedig igazi, eleven kapcsolatot tartunk öregjeinkkel?

Mikor és hol találkozom idős emberekkel? Tudok-e bajaikról? Meghallgatom-e őket? Komolyan foglalkozom-e ügyes-bajos dolgaikkal?

Van-e gondom a betegekre is?

2. A szülői tekintély gyakorlása

Valóban vállalom-e, hogy apa / anya vagyok?

Jut-e időnk kisgyermekünk számára? Vagy egyszerűen átengedjük őket teljesen mások – a játszótársak, az óvoda – befolyásának?

Vajon a képernyő elé ültetjük-e gyermekeinket, hogy ne legyenek terhünkre?

Rákényszerítjük-e gyermekeinkre a magunk elképzeléseit és kívánságait, vagy megkíséreljük ténylegesen a bennük szunnyadó képességek kibontakozását elősegíteni?

Megpróbáljuk-e gyermekeinknek azt a szeretetet és biztonságot nyújtani, amelyre szükségük van, hogy később elég erejük legyen a saját életüket élni? És hogy a kapott szeretetet másoknak is továbbadhassák?

Mint szülők, megtartjuk-e a helyes középutat a szigor és szelídség, a követelés és engedékenység között?

Éreztetjük-e gyermekeinkkel szeszélyünket az engedelmisség értelmetlen vagy nem eléggé megmagyarázott követelésével? Indokolatlan büntetéssel, veréssel?

Hogyan viselkedünk a fiatalokkal, akik tiltakozással fordulnak ellenünk, hogy kitörjenek egy talán túlzottan is védett családi légkörből, hogy saját önálló lényüket megtalálják? Csak negatívan értékeljük dacos magatartásukat? Vagy pedig felszabadít ez

bennünket abból az önzésből, mely nem engedi szabadon a gyermekét, hanem önmagának akarja megtartani? Mivel járulunk hozzá az érett szülő-gyermek kapcsolat kialakításához?

Vajon megadjuk-e gyermekeinknek azt a tiszteletet és megbecsülést, ami a parancsolat szerint a szülőktől nekik is kijár?

3. A tekintély gyakorlásáról általában

Adtam-e önkényes utasításokat, parancsokat csupán azért, hogy hatalmamot másokkal éreztessenem?

Vajon elhanyagoltam-e a tekintéllyemmel járó kötelességeket: engedtem-e a dolgokat egyszerűen a maguk útján haladni? Szabad utat engedtem mások önkényes eljárásának?

Vajon tekintéllyemmel gyámkodtam csupán mások felett?

Vajon igazságtalanul előnybe részesítettem-e beosztottjaimat? Talán személyes hiúságból? Vagy jóindulatuk elnyerése végett?

Tudatában vagyok-e, hogy tekintélyem gyakorlásának szolgálat jellege van?

Elfogadtam-e mások jogos bírálatát és ennek megfelelően változtattam-e magatartásomon?

Kivontam-e magam a felelősség és kötelességvállalás alól?

4. A tekintéllyel szembeni magatartás

Hogyan viszonyulok a jogos tekintélyhez: a hivatásomban, a társadalomban, az egyházban?

Vajon hamis, hajlongó tiszteletadás-e az, úgynevezett „kerékpáros tartás” (mely felfelé görnyed, lefelé tapos)?

Van-e bátorságom, hogy meggyőződésemet előljáróim előtt akkor is hangoztassam, ha ebből esetleg hátrányom származik?

Igyekszem-e bírálatomat olyan módon előadni, hogy el is fogadják azt – vagy csak erőszakosságomat akarom másokkal éreztetni?

A tekintéllyel szembeni bírálatom valóban építő-e? Vagy pedig merőben negatív, romboló jellegű, mely személyes ellenszenvből, szubjektív motívumokból fakad?

Vállalom-e az együttes felelősséget a fölöttes tekintélyért és az egész nagy közösségért? Van-e gondom rájuk?

5. Szüleink iránti viszonyunk

Vajon kötődésem édesanyámhoz, édesapámhoz megkérdőjelezhető-e? Életkoromhoz mérten éretlen-e?

Vajon csak agresszív vagyok-e szüleimmel szemben? Vagy tán már teljesen leromboltam a hidat feléjük?

Félek-e a nemzedékek közötti összeütközéstől?

Látatlanba vettem-e a szüleim és köztem lévő nehézségeket? Vagy nem törekedtem azok megoldására?

Milyen események terhelik gyermekkoromból a szüleimhez való viszonyomat? Feldolgoztam-e azokat?

Életükben megadom-e a tiszteletet szüleimnek? Gondoskodom-e róluk? Tapasztalják-e hálámat?

Elhunyt szüleimet hálás emlékezetemben őrzöm?

Hatodik (Ötödik) parancsolat

„Ne ölj!” (Kiv 20,13)

1. A test és az élet mint Isten ajándéka

Veszélyeztettem-e életemet vagy embertársaimét

– egészségtelen életmóddal?

– a közlekedésben tanúsított kíméletlen magatartásommal (pl. ittas vezetés stb.)?

Ártottam-e egészségemnek a nikotin, alkohol, kábító- és egyéb gyógyszerek mértéktelen élvezetével?

Környezetemben a szenvedélyek rabjai még további ösztönzést is kapnak?

A szenvedélyek rabja vagyok-e saját magam is ösztönéletemben? Töreksem-e arra, hogy ösztönösségem túlzásait ellenőrizsem?

Vajon kárt tettem-e a természetben, környezetemben szükségtelenül, sőt szándékos kíméletlenséggel? Elrontottam-e így mások üdülési lehetőségeit is?

Felelősséget vállalok-e valóban azoknak az egészségéért, akik velem együtt, vagy az én megbízásomból dolgoznak azzal, hogy:

– egészséges és kedvező munkakörülményeket teremtek;

– megfelelő üdülési lehetőséget biztosítok;

– nem támasztok túlzott teljesítményben követeléseket;

– nem követelek szükségtelen vasár- és ünnepnap munkát?

2. Az emberi élet védelme

Mennyiben nyújtunk konkrét segítséget a meg nem született élet védelmében:

– a terhes asszonyoknak biztosított segítőkész szolgálattal;

– a magzat kihordása mellett szóló indokok megerősítésével;

– a házasságon kívül született gyermek és anyja mindennemű hátrányos megkülönböztetésének elutasításával?

Hajlandó lennék-e szükség esetén egy várandós anyát házunkba fogadni, vagy keresztzülsőséget vállalni egy „nem kívánt” gyermeknél?

Kifejezésre jut-e reakcióimban gyermekellenes magatartás:

– a gyermekek lármázásával szemben;

– sokgyermekes bérlőtárs családokkal szemben;

– vagy egyéb rosszalló megnyilvánulásaimban?

Felelősség terhel-e meg nem született életekért azáltal, hogy a magzatelhajtást helyesltem? Vagy talán elő is segítettem?

3. Konfliktusokkal súlyos élet

Kitérek-e fontos és hasznos viták elől az összeütközésektől való félelmem miatt?

Hogyan viselkedem saját konfliktusaimban vagy másokéban? Hozzájárulok-e ezek kiéléződéséhez? Vagy képes vagyok-e vetélkedésből együttműködésbe átváltani? Talán a béke kedvéért engedményeket is tenni?

Magatartásom már eleve olyan, hogy az összeütközéseket keresem?

Vajon hitvestársam, barátaim, munkatársaim iránti alapmagatartásom inkább a vetélkedés-e mint az egymást támogató őszinte együttműködés?

Töreksem-e azon hibáimnak, „árnyoldalaimnak” megismerésére, melyeknek talán nem is vagyok tudatában, de amelyek másoknak gyakran nehezen elviselhető megterhelést jelentenek?

Hogyan próbálok békességet teremteni családomban, községünkben, az egyházban, a társadalomban? Csak hangzatos kijelentésekkel, vagy pedig valós tettekkel is?

4. Felebaráti szeretet

Szerepet játszik-e életemben a hegyi beszéd arany szabálya: „Amit akartok, hogy veletek tegyenek az emberek, ti is tegyétek velük!” (Mt 7,12)? Vajon szociális magatartásomat saját kívánságaimmal, igényeimmel is mérem?

Rendelkezem-e azzal a lelki éberséggel, mely az életben fel is ismeri a „felebarátot” (az irgalmas samaritánusról szóló példabeszéd – Lk 10,25–37 – értelmében)? Vagy rólam is elmondható-e, ami arról az utánzásra nem méltó levitáról: „Látta és továbbment”?

Meg tudom-e különböztetni a jogos önszeretetet a hibás önzéstől? Van-e helyes önszeretetem?

Elfogadtam-e magamat olyannak, amilyen vagyok gyengeségeimmel, korlátaimmal, sajátosságaimmal? „Árnyoldalaimat” beleillesztettem-e életembe azzal, hogy számolok velük?

Ugyanakkor komolyan töreksem-e hibás magatartásom változtatására?

Képes vagyok-e embertársaimat egyéni sajátosságaikkal együtt önzetlenül elfogadni és szeretni? Vagy ez is csak személyes hiúságból, önérdekből történik?

Töreksem-e társadalmilag is felelős cselekedetre? Az embertársaimmal való kapcsolatteremtésre? Valódi dialógusra, amely a másik véleményét is meghallgatja, elfogadja és szükségleteit megérti?

5. Viszonyulásunk a halálhoz

Vajon környezetünk, beszédünk, cselekedeteinkből kiküszöbölni igyekszünk-e, tabunak tekintjük-e a halált?

Valóban megadjuk-e családjunkban, rokonainknak, barátainknak azt a „halál előtti segítséget”, mely nem hagyja cserben a súlyos beteget, hanem egyedüllétében, ínségében erősíti, vigasztalja, melléáll?

Vajon gondolataimban és cselekedeteimben ismerem-e az életnek azt a távlatát is, mely Istenre mint minden élet okára és céljára utal?

Hogyan állok a feltámadásba és az örök életbe vetett hitemmel?

Úgy értékelem-e az eukarisztiát, az áldozati lakoma közösségét, mint az „élet kenyérét”, amely megszilárdítja kapcsolatunkat Istennel és a hívők gyülekezetével?

Kitérek-e az alapvető életkérdések – így pl. a halálra való felkészülés – elől súlyos betegekkel beszélgetvén?

Vajon őszinte vagyok-e a betegágynál?

Hogyan válaszolok gyermekeimnek, ha a halálról kérdeznek?

Vajon családjunkban, egyházközségünkben haláleset alkalmával érezhető-e valamelyest a feltámadásba vetett hit, a Húsvét öröme?

6. A szellemi élet gondja

Élek-e tehetséggel, képességeimmel, vagy lustán, szellemi restségben tespedek?

Ha rendszeres szellemi munkát végzek, gondoskodom-e testgyakorlásról – vagy ha fizikai munkát végzek, szabadidőmben folytatok-e szellemi tevékenységet?

Vajon jómagam csupán kritikátlan „fogyasztója” vagyok-e mások véleményének, a tévéműsornak, újságnak, képes folyóiratoknak?

Mi a helyzet szellemi, kulturális és hitbeli továbbképzésem terén: teszek valamit ennek érdekében? Adok-e másoknak ösztönzést erre?

Vajon hajlamos vagyok-e durvaságra, keménységre? – Ha igen, erősítettem-e ezeket ilyen szellemű olvasmányokkal, filmekkel, tévéműsorról?

Hogyan viszonyulok a testi gyengeséghez, betegséghez, szenvedéshez? Ilyen esetben perbe szállok-e Istennel, sorsommal? Vagy meglátom-e abban is Isten ujját, mely az Úr követésének és az emberi érésnek útját mutatja?

Hetedik (Hatodik) parancsolat

„Ne törj házasságot!” (Kiv 20,14)

Ez a parancsolat az ember házasságra és szerelemre való képességét szolgálja. A házasság tiszteletére, értékelésére szólít, de arra is, hogy nemi ösztöneinket is szervesen beépítsük személyiségünkbe.

1. Viszonyunk nemiségünkhöz

Elfogadom-e önmagamat férfiként / nőként?

Fáradozom-e azon, hogy nemi erőmet helyesen alakítsam, vagy egyszerűen hagyom magam pillanatnyi kívánságaimtól, vágyaimtól sodortatni?

Vajon eléggé meg tudom-e indokolni ösztöneim megkövetelt és szükséges megfélemezését – vagy csak egyszerűen visszafojtom ösztönös testi vágyaimat?

Tudatában vagyok-e annak, hogy nemcsak a nemi ösztöneimmel, erőimmal való visszaélés, hanem szexualitásom elnyomása és megvetése is természetellenes és a szemérem ellen vét?

Amennyiben nem élek házasságban, vajon méltányos vagyok-e embertársam iránt, vagy olyan elvárásokat keltek benne, amelyeknek semmiképpen sem tudok megfelelni?

Vajon erotikus magatartásomban, a kölcsönös gyöngédségek során testileg-lelkileg őszinte vagyok-e – vagy pedig többet mutatok valódi szándékomnál?

Mi a helyzet egyéni gyöngédség igényemmel, a gyöngédség terén szerzett tapasztalataimmal? Esetleges egyoldalú neveltetésem következtében van-e ezen a téren utánpótlást sürgető hiányérzetem („Nachholbedarf”)? Vajon nem ez tükröződik bizonyos kompenzáló magatartásomban? Nem menekülök az önkielégítéshez?

2. Felelősségem a partner-kapcsolat terén

Léteznek-e életemben társas-baráti kapcsolatok, – vagy bezárkózom önző vágyálmaimba, elképzeléseimbe?

Vajon elfogulatlanul és fegyelmezetten viselkedem-e más-neműekkel? Vágyaim és elképzeléseim becsületesek-e?

Tudok-e együtt lenni, beszélgetni a másik nem képviselőivel anélkül, hogy azonnal ösztönös nemi kívánságomat jelezném?

Vajon egy adott erotikus illetve szexuális kapcsolat esetén valóban komolyan veszem-e a másik személyét – vagy csak játszom vele?

Mint partnerek vajon őszintén igyekszünk-e a kölcsönös szeretet elmélyítésére, mely az erotikus illetve szexuális kapcsolat nélkülözhetetlen előfeltétele?

Beszélek-e partneremmel egyéni érzelmeimről, reményeimről, vágyaimról is, valamint az ő szorongásairól, nehézségeiről?

3. Hitvestársi kapcsolat

Kész vagyok-e, hogy a hűség ígéretének értelmében merjek dönteni, de azután arra is, hogy adott szavam mellett kitartsak?

Mi a helyzet egyáltalán az én „kicsiben való hűségemmel”?

A szeretet hitvestársi kapcsolatunkban valóban szilárd kötelék-e még? Áttetszik-e rajta Jézus Krisztus szeretete egyháza iránt, melynek házasságunkban testet kell öltetnie?

Vajon házastársi viszonyunkban a versengés vagy az együttműködés a döntő tényező?

Van-e házasságunkban közös ima, közös szentséghez járulás is?

Elfogadjuk-e egymást kölcsönösen hibáinkkal, gyengeségeinkkel együtt – tekintettel vagyunk-e egymásra? Vagy mindegyikünk a maga útját járja?

Nem zavarja-e házassági közösségünket és hűségünket más személyekkel való infantilis-neurotikus viszony (szerelmi háromszög)? Vagy hisztérikus kapcsolat-zavarok vagy más (lélektani okokból eredő) hibás magatartás?

Van-e még házasságunkban időnk egymás számára – vagy mindegyikünk hivatási feladatához, egyéni munkájához, vagy a gyerekekhez menekül?

Vajon gyermekeink házassági kapcsolatunkban bizonyos fokig nem a még fel nem dolgozott konfliktusok kompenzációi?

Van-e közöttünk olyan beszélgetés, mely a másikat hozzásegíti „árnyoldalának” megvilágításához, ugyanakkor azonban arra is szolgál, hogy megerősítse és igazolja jó hajlamait?

Készek vagyunk-e arra is, hogy a saját erőnkől meg nem oldható konfliktusok esetén más emberek, lelkipásztorok vagy a házassági tanácsadók segítségét igénybe vegyük?

4. Felelősségünk a családi életért

Tanúságot tesz-e családjunk a keresztény családi élet mellett? Vagy minden csak kötelességszerűen, unalmasan folyik, mert nem vagyunk hajlandók a házasságért és a családjukért a szükséges „árat” megfizetni?

Vajon megvan-e a készség arra, hogy megvalósuljon az igazi hitvesi, szülői szeretet? Házastársunkkal, gyermekeinkkel szemben rendelkezünk-e ezzel a szeretettel: „Egy embert szeretni annyit jelent, hogy olyannak látjuk őt, amilyennek Isten elgondolta” (Dosztojevszkij)?

Törekszünk-e a házasságban a felelős apaság-anyaságra – bebizonyítottuk-e, hogy van bátorságunk gyermeket vállalni?

Gondunk van-e a felelősségteljes fogamzás-szabályozásra – mind az új élet igénylese, mind a nő és az egész család teherbíróképességének figyelembevételének értelmében?

Vajon mint szülők vagy nevelők megfelelünk-e annak a feladatnak, hogy gyermekeinket hozzásegítsük, hogy elfogadják magukat, mint férfit vagy nőt, és helyesen is viszonyuljanak saját nemiségükhöz?

Vajon prúd légkör uralkodik-e családjunkban, amennyiben egyáltalán nem beszélünk szexuális kérdésekről?

Tapasztalják-e gyermekeink általunk a gyöngédség pozitív értékét?

Élünk-e az alkalommal, hogy a serdülő fiatalok nehézségei iránt érdeklődjünk és nyíltan beszéljünk velük azokról?

Vajon magatartásunkból kiérezhetik-e a fiatalok, hogy megértjük őket, anélkül azonban, hogy hibás magatartásukat helyeselnénk?

5. A veszélyeztetett és széthullott házasságok gondja

Magunkévá tesszük-e a veszélyeztetett házasságok gondját?

A háromszögviszonyok a házasságban különböző megoldatlan problémákra, narcisztikus vagy infantilis-neurotikus kapcsolatformákra vezethetők vissza. Hatékony megoldásukhoz, feldolgozásukhoz adott esetben pszichológiai vagy pszichoanalitikai segítségre van szükség. Saját házasságunkban vagy jóismerőseink házasságában előfordul-e ilyen válságos helyzet? Ha igen, vajon komolyan törekedtem-e a nehézségek megoldására?

Nem járulok-e hozzá magatartásommal a házassági krízisek kiélézéséhez?

Vajon fölényes ítéletet mondok-e mások szétbomlott házasságáról, leegyszerűsítve, általánosítóan erkölcsi kudarcnak minősítve azt?

Mód van-e közösségünkben, egyházközségünkben arra, hogy az egyedülálló elváltaknak, gyermeküket egyedül nevelő anyáknak szomszédi gondoskodással, patronálással, gondozóhelyekkel vagy más megkönnyítéssel segítsünk?

Vajon adott esetben magam is kész vagyok-e ilyen szomszédi segítségre?

Nyolcadik (Hetedik) parancsolat

„*Ne lopj!*” (Kiv 20,15)

1. A személyes szabadság védelme

Tisztelem-e embertársaim szabadságát – vagy szívesen teszek másokat magamtól függővé szívességekkel, ajándékokkal, ígéretekkkel?

Fellépek-e mások szabadságjogaiért?

A szabadság ürügyén nem leplezem-e saját önzésemet?

2. A tulajdonnal való bánásmód

Vajon életvitelem túlságosan fényűző-e?

Élvezeti cikkekre és szórakozásokra fordított kiadásaim – éppen, mikor a harmadik világban milliók nyomorognak – nem lépik-e túl az ésszerű határokat?

Nem szeretek jól élni mások költségén?

A magántulajdonhoz való viszonyulásomban megfelelek-e az Újszövetség szavainak: „Nem szolgálhattok Istennek és a világi gazdagságnak” (Mt 6,24)?

Vajon vagyonom feleslegét szociális segélyekre is fordítom-e – nagyvonalúan, különösebb elismerést nem várva? Vagy úgy érezhetik-e mások, hogy adományom lealázó alamizsna csak?

Segítünk-e gyermekeinknek, a fiataloknak abban, hogy zsebpénzükkel, tulajdonukkal felelősen bánjanak, hogy azt másokkal is megosszák, és az önkéntes lemondást is gyakorolják?

Vajon a rászorulókat iránti segítőkészséget, együttérzést megkívánjuk-e gyermekeinktől és velük együtt gyakoroljuk azt? Vagy épp magunk mozdítjuk elő a családi önzést?

Hogyan bánok a pénzzel: pazarló vagyok-e vagy zsugori?

Vajon segítek-e lehetőségeimhez mérten gyűjtésekkor pénzadományokkal a szűkséget szenvedőkön?

A fogyasztói társadalom túlzásai közepette gyakoroltam-e aszkézist („Konsumaskese”)?

Magamat illetőleg hogyan viszonyulok a szegénységhez?

Ragaszkodom-e vagyonomhoz, tulajdonomhoz olyannyira, hogy Jézus rólam is elmondhatná: „Könnyebb a tevének átmenni a tű fokán, mint a gazdagnak Isten országába jutni” (Mt 19,24)?

3. Felebarátaink tulajdonának tiszteletben tartása

Vajon, mint munkaadó visszatartottam-e beosztottjaim megszolgált bérét? Önzően kihasználtam-e mások segítségét anélkül, hogy megfelelő fizetéssel viszonyítottam volna azt?

Vajon munkámért túl magas igényeket, bérkövetelést támasztok-e munkaadómnál?

Vajon rossz, lelkiismeretlen munkámmal megkárosítom-e munkaadóimat?

Vajon a társadalmi tulajdon „szalonképes tolvajai” közé tartozom-e azzal, hogy

– beteget jelentek munkahelyemen anélkül, hogy valami bajom lenne;

– autóm javításakor a biztosító társasággal nem csak egy adott baleset kárát fiztettem meg, hanem minden egyéb javítási költséget;

– hamis adóbevallással megkárosítom-e az államot és az egyházat?

Becsületes maradok-e az önkiszolgáló boltokban, nyilvános közlekedési eszközökön („a potyautazás nem bűn!”), a rámbízott idegen tulajdon használatakor (kölcsönbe kapott dolgok, bérautó stb.)?

A gamam okozta károkat megtérítettem-e?

Kilencedik (Nyolcadik) parancsolat

„Ne tégy hamis tanúságot embertársad ellen” (Kiv 20,16)

1. Szavaink megfontolása – Felelősségünk a valóságért

Komolyan veszem-e az igazságot: beszédeimben törekszem-e a valóság visszaadására?

Vagy az igazságot valamilyen érdek szolgálatába állítom? Manipulálok-e az igazsággal, kihasználom-e azt hatalmam gyakorlására?

Vajon beszédemet az üres pátoz, hamis retorika vagy taktikus kétértelműség jellemzi-e?

Rábeszélek-e másokra valamit – árut, érdeklődést, véleményt?

Óvatos vagyok-e szavaimmal: Megfontolom-e szavaimat

– élményeim elmondásakor;

– felebarátaimról és ezek hibáiról beszélve;

– történelmi események leírásakor?

Vagy szívesen túlzok-e az árnyalatok figyelembevétel nélkül?

Keresem-e az igazság sokoldalú arcát, vagy megelégszem a részletszemponatokkal és ezek alapján általánosítva meghamisítom a valóságot?

Vajon csak az egyoldalú sajtóközlemények alapján tájékozódok? Átveszem-e kritikátlanul a hírközlő eszközök véleményét?

Ártottam-e mások jóhírének, kárt tettem-e becsületükben?

2. Igazságot cselekedni szeretetben

Hazugságban élek-e azzal:

– hogy magam előtt is „megjárom magam”?

– hogy másoknak hivatásomban, munkahelyemen ígéreteket teszek, melyeket nem tudok betartani?

– hogy a kellemetlennek tűnő valós tényeket látatlanba veszem, nem akarom elfogadni?

Vajon farizeus-e a magatartásom?

Vajon szeretetből mondom-e meg másoknak az igazságot, vagy csak kínozni, megalázni akarom őket?

Behunyom-e szemem az igazság és a valóság előtt és megtagadom az igazságot kényelemből, hogy kitérjek a kellemetlenségek elől? Hogy félrevezessem magamat és másokat?

Vajon magamnak is hazudok-e ködös szándékokkal, ígéretekkel, vajon a valóságból az álmvilágba menekülök?

Mik magatartásom igazi indítékai: érvényesülési vágy, hiúság, hatalomra törekvés? Fölébe helyezem-e ezeket az igazságnak?

Töreksem-e a társadalmi és egyházi életben is, hogy az igazságot szeretetben szolgáljam, – vagy fanatikusan, részrehajlóan, másokra való tekintet nélkül a saját felfogásomat akarom érvényesíteni?

Vajon viták alkalmával olyan indulatos a beszédem, hogy már senki sem tud meghallgatni, sem beszélgetni velem?

Vajon egész magatartásom és beszédem polemikus-e?

Csak saját véleményemet akarom érvényesíteni?

Tudok-e még másokat igazán meghallgatni: komolyan töreksem-e arra, hogy a való tényeket lehetőleg pontosan megértsem, hogy azokra tárgyilagos választ adhassak?

Vajon megjátszom-e magam mások előtt, többnek akarok látszani, mint ami valójában vagyok?

Vajon szavamban, tanácsomban megbízhatnak-e még?

Tizedik (Kilencedik és Tizedik) parancsolat

„*Ne kívánd el...!*” (Kiv 20, 17)

1. Szenvedély és vágy

Mi körül forognak vágyaim? Csak a földi értékek bálványozása körül?

Talán nincs is már életemben alkalom arra, hogy azt a mély értelmet kutassam, ami miatt élni érdemes?

Van-e még értelme, értéke életemnek?

Hagyom-e magam mindenféle kétes „szenvedélynek és gyönyörnek” igájába hajtani (vö. Tit 3,3)?

Fontos helyet foglalnak-e el életemben az erkölcsi és szellemi értékek, vagy feláldozom ezeket testi és anyagi szükségletekért?

Fáradozom-e azon, hogy vágyaimat, törekvéseimet nemesítsem, vagy egyszerűen úszom csak a közvéleményben eluralkodó kívánságok, szükségletek árjával?

Tisztában vagyok-e legbensőbb vágyaimmal és alapvető beállítottságommal?

2. Az aszkézis mint a szabadság és felelősség begyakorlása

Létezik-e életemben, családom életében aszkézis, mint helyesen motivált gyakorlat, nem csak a lemondásban, de a felelősségteljes szabadságban is?

Vajon adunk-e a pénteknek – emlékeztetőül Krisztus halálára – vagy más ünnepnapoknak különös értéket valamiféle önkéntes „áldozattal”, vagy különleges jó cselekedettel?

Milyen indítékaim vannak a lemondásra?

Töreksem-e arra, hogy gyermekeim, a környezetemben élő emberek a lemondás szükségességét belássák?

Elvárok-e másoktól szükséges megterheléseket, vagy egyszerűen engedek óhajaiknak?

Mi a helyzet egyéni teherbírással: valóban nem terheltem túl magam?

Vajon az egyházi év nagy ünnepeire való előkészületi időt (advent és nagyböjt) családukban tényleg a személyes szellemi, lelki, vallási értékek elmélyítésére törekvés jellemzi?

Féken tartom-e ösztöneimet érzéseimet – vagy hagyom, hogy kíváncsiságomtól vezetettve mások legbensőbb énjét megsértsem?

Vajon helyet kap-e életem alakításában Jézus Krisztus keresztye is? Hagyom-e közvetlen vágyaimat „keresztyezni”, anélkül, hogy Isten ellen lázadoznék?

Hogyan tudom személyesen feldolgozni az ínséget, szenvedést és a rám váró halál tudatát?

Imádságom önvizsgálat után

Oh, Te, aki előtt mindenki szíve nyitva áll.
Segíts, hogy mindazt, amit ma gondoltam
és tettem, elrejtteni előled ne igyekezzem.
Hogy, ami mások előtt örökre titok marad,
Előtted őszintén kitárulkozhasson;
Hogy, amit megtenni nem szégyeltem,
őszinte szégyenkezéssel Néked bevallhassam.

Oh, Te, kinek határtalan irgalma
minden teremtményed fölött örködik:
alázatosan és bűnbánattal járulok Hozzád
és esedezve kérlek, bocsásd meg e napi vétkeimet.
Bocsáss meg, Atyám, gondolataimért,
amelyek beszennyeztek és gyöngítettek engem;
meggondolatlan vagy haragos szavaimért;
ha cselekedeteimmel, egész valómmal
másokat megbotránkoztattam,
ha elmulasztottam annak lehetőségét, hogy
másokkal szeretetben jót tegyek.
Bocsáss meg nekem!

Ajándékozz meg azzal, hogy a Te Szellemed
uralkodjék minden nap
egyre inkább szívemben
és győzelemre segítsen vétkeim fölött.

A Te hűségese oltalmadba
ajánlok mindenkit, aki kedves nekem.
Áldd meg azokat, akiket ma utamba vezettél,
és ajándékozd meg őket
léted és hatalmad biztos tudatával.
Légy a kétségbeesettekkel, veszélyben lévőkkel.
Vigasztald a megsebzett szíveket,

fordítsd arcodat az elárvult családok felé.
Légy a fájdalomok ágyánál
és áldj meg minket Békéd áldásával.

Néhány szentírási mondat, amely elgondolkozásra, bánatra, megtérésre indíthat bennünket

1.

„Ne gyűjtsetek magatoknak kincset a földön, ahol moly rágja, és rozsdá marja, s ahol betörnek, és ellopják a tolvajok. A mennyben gyűjtsetek kincset, ahol nem rágja moly, és nem marja rozsdá, s ahol nem törnek be, és nem lopják el a tolvajok. *Ahol a kincsed, ott a szíved is*” (Mt 6,19-21).

2.

„Senki se szolgálhat két úrnak: vagy gyűlöli az egyiket, a másikat pedig szereti, vagy ragaszkodik az egyikhez, a másikat pedig megveti. *Nem szolgálhattok az Istennek is, a Mammonnak is*” (Mt 6,24).

3.

„Ne aggódjatok életetek miatt, hogy mit esztek vagy mit isztek, sem testetek miatt, hogy mibe öltöztök. Nem több az élet az eledelnél, s a test a ruhánál?... *Ti elsősorban az Isten országát és annak igazságát keressétek, s ezeket mind megkapjátok hozzá*” (Mt 6,25–26.33).

4.

„Ha tökéletes akarsz lenni, add el, amid van, az árát oszd szét a szegények között, így kincsed lesz a mennyben. *Aztán gyere, és kövess engem!* – Ennek hallatára az ifjú szomorúan távozott, mert nagy vagyona volt. Jézus most tanítványaihoz fordult: *Bizony mondom nektek, a gazdagnak nehéz bejutnia a mennyek országába. Újra azt mondom: Könnyebb a tevének átmenni a tű fokán, mint a gazdagnak bejutni az Isten országába*” (Mt 19,21–24).

5.

„Aki lopott, ne lopjon többé, hanem dolgozzék, és keressen kenyeret keze munkájával, hogy legyen miből adnia a szűkölködőknek” (Ef 4,28).

6.

„Maga a természet sóvárogva várja Isten fiainak megnyilvánulását. A természet ugyanis mulandóságnak van alávetve... abban a reményben..., hogy a mulandóság szolgálai állapotából majd felszabadul az Isten fiainak dicsőséges szabadságára” (Róm 8,19–21).

7.

„Arra ügyeljete, hogy szabadságtokkal az aggályosokat meg ne botránkoztassátok” (1Kor 8,9). – „Miért vessem alá szabadságomat egy másik lelkiismeret ítéletének” (1Kor

10,29)? – „Ahol az Úr Lelke, ott a szabadság” (2Kor 3,17). – „A szabadságot Krisztus szerezte meg nekünk. Álljatok tehát szilárdan, és ne hagyjátok, hogy újra a szolgaság igájába hajtsanak benneteket” (Gal 5,1).

8.

„Testvérek, a meghívástok szabadságra szól, csak ne éljete vissza a szabadsággal a test javára, hanem *szereettel szolgáljatok egymásnak*. Mert az egész törvény ebben a mondatban teljeseedik be: Szeresd embertársadat, mint saját magadat”. (Gal 5,13 sk) – „Az az Isten akarata, hogy tetteitekkel némítsátok el az ostoba emberek tudatlanságát. Szabad emberek vagytok, de nem arra való a szabadságotok, hogy a gonoszság takarójának használjátok, hanem mint Isten szolgálói” (1Pt 2,15 sk).

9.

„Ha csak ebben az életben reménykedünk Krisztusban, minden embernél szálanomra méltóbbak vagyunk. De Krisztus feltámadt a halálból elsőként a halottak közül..., amint Ádámokban mindenki meghal, úgy *Krisztusban mindenki életre is kel*” (1Kor 15,19–22).

10.

„Örüljete az Úrban szüntelenül! Újra csak azt mondom, örüljete. *Jóságos emberségeteket ismerje meg mindenki. Az Úr közel van!* Ne aggódjatek semmi miatt, hanem minden imádságtokban és könyörgésteiben terjesszetek kérészeteke az Úr elé, hálaadástokkal együtt. Akkor Isten békéje, amely minden értelmet meghalad, megőrzi szíveteteke és értelmeteke Krisztus Jézusban” (Fil 4,4–7).

Ez indítások felhasználási lehetősége

Önvizsgálatra szükségünk van. Fent említett indításainkkal szolgálatára akarunk lenni mind az egyes keresztényeknek, mind az egyházközségnek hite és vallási élete elmélyítésében. Ne egészükben olvassuk át azokat, hanem minden alkalommal csak néhány gondolatot, mondjuk egy parancsolatot vegyünk elő, vagy annak csupán egyik-másik bekezdését, és dolgozzuk fel elmélkedve.

A füzet a következő módokon használható:

- Mindenegykes keresztény személyes elmélkedése során, lelkiismeretének művelésére és vizsgálatára;
- az egyházközség vallásos megbeszélésein, különösen házastársak körében;
- a közösségi istentisztelet kialakítására, a szentmise bűnbánati cselekményében, igeistentiszteletben vagy bűnbánati liturgia alkalmával;
- előkészületül a bűnbánat szentségéhez járuláskor.

Függelék

Általános lelkitükör

Ez a lelkitükör különösen alkalmas hosszú idő után történő gyónás előtt, vagy amikor életünknek nagyobb szakaszát akarjuk felülvizsgálni.

Mint kereszténynek nemcsak az a kötelességem, hogy kerüljem a rosszat, hanem mindenekelőtt az, hogy a jót tegyem. Egész életemmel kell egyre jobban kifejezésre juttatnom, hogy szeretem Istent és embertársaimat. Ezért nemcsak azt kérdezem meg magamtól, mi rosszat tettem, hanem rágondolok, mi az a jó, amit elmulasztottam.

Istenhez való kapcsolatam

Isten szeretetének köszönök mindent: hogy élek – hogy az általa teremtett dolgokat használhatom – hogy ő itt a földön jó- és balszerencse közt üdvösségem felé vezet – hogy Isten Fia megváltott és egyházába meghívott engem. Válaszom minderre csak az lehet, hogy hálás szeretettel fordulok Isten irányába, és szeretem mindazt, amit ő szeret.

Isten nagyobb és fönségesebb, mint ahogyan mi őt elgondolni tudjuk. De minél inkább hallgatunk rá, és minél készségesebb hittel fogadjuk a Jézusról szóló üzenetet, annál jobban megismerjük Istent.

Hálás vagyok-e azért, hogy eljuthattam a hitre, és az egyházhoz tartozom? Vállalok-e valami áldozatot hitem elmélyítése érdekében? Olvasom-e a Szentírást, vagy olvasok-e olyan könyveket, amelyek Isten mélyebb megismeréséhez vezetnek?

Vagy talán nagyon is egyéni vágyaim szerint alkotok külön Isten-képet magamnak?

Életem leszűkítésének érzem-e a hitet?

Vonakodom-e Isten hívásával szemben?

Veszélyeztetem-e hitemet hitellenes írások kritika nélküli olvasásával?

Tettem-e valami erőfeszítést, hogy tanúskodjam a hitemről, és megpróbáljak másokat is rávezetni a hitre?

Vagy pedig szégyelltem a hitemet? Talán megtagadtam a hitemet?

Keresem-e Isten közelségét? Töreksem-e Krisztus követésére? Vagy pedig kitérek előle? Vannak-e olyan területei az életemnek, ahonnan kizártam Őt?

Fordulok-e újra meg újra imádsággal az Istenhez? Reggeli és esti ima – asztali áldás – istentisztelet, főleg az eucharisztia megünneplése vasárnaponként? Köszönetet mondok-e Istennek minden jóért, amit kaptam tőle (élet, egészség, mindennapi kenyér stb.)? Tudom-e bizalommal kérni adományait?

Vagy pedig csak gondolat nélkül, esetleg ritkán, sőt egyáltalán nem imádkozom?

Középpontja-e Isten az életemnek? Azt akarom-e tenni, amit az Isten akar?

Vagy talán minden más fontosabb számomra Istennél: emberek, vagyon, kereset, előmenetel?

Megvan-e bennem az Isten iránti tisztelet, amely fél attól, hogy megbántsa őt („istenfélelem”)?

Vagy pedig talán meggondolatlanul veszem a nyelvemre Isten nevét, és indulatszó módjára használom azt?

Van-e bennem bizalom az Isten iránt – balsors idején is?

Vagy pedig babona, jövendőmondás, csillagjósolás, spiritizmus területén keresek eligazítást és segítséget?

Közösségi életem a hazában és a társadalomban

Nemcsak magamnak élek, hanem mindig közösség tagjaként is: családhoz, társadalomhoz, hazához, egyházhoz, az emberiséghez tartozom. Minden közösségen belül megvannak a jogaim és egyben kötelességeim, hiszen valamennyi közösségnek sokat köszönhetek.

Vállalok-e közösségi feladatot? Hajlandó vagyok-e rá, hogy lehetőségeim szerint együttműködjem például szociális téren? Igyekszem-e megvalósítani keresztény alapelveimet? Milyen a magatartásom a nagy állami közösséggel és szűkebb hazámmal (várossal, községgel) szemben? Felelősségem tudatában élek-e választói jogommal? Kész vagyok-e segíteni szükségállapot vagy természeti csapások idején? Vagy talán félrehúzódom, és biztosítani próbálom a magam egyéni nyugalomát? Talán minden közmunkából kihúzom magamat? Másokkal szemben csak követelnivalóról akarok tudni? Csupán a saját jogaim fölött öröködöm, és közben elfeledkezem a kötelezettségeimről? Építő vagy romboló kritikát üzök? Csupán feltűnést hajhászok-e vele? Nem vétek-e kritikámmal a felebaráti szeretet ellen? Hajlamos vagyok-e a megszólásra és a sértegető megjegyzésekre? Hajlandó vagyok-e másoktól elfogadni a kritikát?

Családi életem

Hogyan teljesítem kötelességeimet, mint családapa, családanya, házastárs, gyermek és testvér? Úgy próbálom-e nevelni a gyermekeket, hogy emberi és vallási érettségre jussanak? Vagy pedig sorsukra hagyom őket? Biztosítok-e kellő teret arra, hogy kifejlesszék az életüket, vagy pedig fölösleges sorompókat állítok eléjük? Igazságtalanul vagy pedig önuralmamot elveszítve büntettem-e őket? Szeretem-e őket – külön is mindegyiket? Kimutatom-e szüleim iránti hálám és szeretetemet? Tekintettel vagyok-e rájuk: mint gyermekük, aki engedelmeskedik és segíti őket munkájukban, illetve mint felnőtt udvariassággal és tisztelettel? Segítem-e őket tőlem telhetően betegségükben, öregségükben és bajukban?

Hitéletem az egyházban

Az egyház az Isten népe, amelyet Isten a megváltás művének erejével hoz össze, és abba meghívja az embereket a világ összes népeiből. Az egyházat sokszoros kegyelmi ajándékok erősítik a maga útján: elirányítást kap az Isten igéjéből, erőt merít a hit szerinti élethez a szentségekből. Krisztus Lelkében pedig világosságot talál, hogy tanúságot tegyen a világ előtt, és vállalja a szeretet szolgálatát.

Úgy tekintem-e az egyházat, mint Krisztus művét, amely Krisztus Lelkéből él? Vagy pedig merőben emberi közösségek mértéke szerint értékelem?

Tudatában vagyok-e, hogy a keresztények hibás magatartása következtében, sőt az én bűneim miatt homályosult el az egyházzal alkotott kép az emberek lelkében?

Vagy pedig az Istent teszem-e felelőssé az egyház tökéletlenségéért?

Együttműködöm-e lehetőségeim szerint az egyház küldetésében: az Isten dicsőítésében és az emberek lelki üdvösségének munkálásában? Milyen a részvételem a templomi istentiszteleteken? Tudatos és tevőleges? Vagy pedig érdektelen? Rendszertelen? Talán egészen elmarad? Van-e bennem Isten iránti mélységes tisztelet a templomban? Talán

minden ok nélkül túltettem magamat az egyház parancsain? Saját hibámból elmulasztom-e, hogy résztvegyek a vasárnapi és ünnepnap szentmisén? Talán már hosszabb ideje nem járulok a szentségekhez, és figyelmen kívül hagyom a pénteki önmegtagadást és a böjti napokat?

Vállalok-e liturgikus feladatokat, amelyekhez megvolna a tehetségem, mint előimádkozó, lektor, énekes?

Részt vállalok-e lehetőségeim szerint személyes munka formájában a plébánia életéből, hogy az egyházközség teljesíthesse feladatait (szegények és idősek felkarolása, rendezvények, önkéntes megajánlás, templomi gyűjtések, adományok)? Vagy bensőleg már szakítottam talán az egyházzal?

Viszonyom embertársaimhoz

Isten minden embert szeret. Amit Isten szeret, nekünk is szeretnünk kell: istenszeretet elválaszthatatlan az emberszeretettől. Ez a szeretet nem pusztán érzelem, hanem komoly akarat, mely a felebarát tiszteletét, az érte való gondoskodást szolgálja.

Felebarátom iránti magatartásomat tisztelet és figyelem irányítja-e?

Vagy önző vagyok, csak a saját jogaimhoz ragaszkodom, míg másoktól csak a kötelességteljesítést várom?

Kész vagyok-e minden szükséges és tőlem telhető segítség nyújtására, jótanácsra, személyes áldozatra?

Vagy nem törődöm más nyomorúságával?

Megbecsülöm-e más tulajdonát? Megkárosítottam-e azt?

Loptam? Visszaadtam-e a lopott vagy kölcsönzött dolgot? Talált, értékes dolgokat eltulajdonítottam-e?

Irigyeltem más vagyona vagy állása miatt?

Tiszteletben tartom-e más személyi sajátosságát, egyéniségét? Engedem-e érvényre jutni őt? Felelősnek érzem-e magam a másékért?

Töreksem-e környezetemben békét és egyetértést teremteni? Vagy veszélybe hoztam más üdvösségét azzal, hogy belevontam saját bűnömbe, pl. hitelenségre való csábítás, lopás, házasságtörés, szemérmertlenség, hamis eskü által?

Kizárom-e felebaráti szeretetemből azokat, akik ellenszenvesek nekem? Gyűlöltem-e mást?

Viszonyom a hivatáshoz, munkához és tulajdonhoz

Az igazi keresztény nem csak vagyonszerző eszköznek tekinti képességei kifejtését és a munkát. Tudja, hogy hivatásában és munkájával Isten küldetését is teljesíti: a felebarát szolgálatát és a világ tökéletesítését.

Kész vagyok-e Istennek engedelmeskedni, midőn felismerem, hogy bizonyos feladatra hív? Komolyan veszem hivatásomat? Mint Istentől kapott megbízást és a felebarát szolgálatát látom-e a munkában? Tisztelem-e munkatársaim személyét, teljesítményét, véleményét, és indításait? Vagy csak a pénzt hajszolom? Félretolom-e a kellemetlen munkákat? Áthárítom-e a munkámat másokra?

Isten előtt felelősségteljesen használom-e a saját tulajdonomat? Szorgalmas, adakozó, takarékos vagyok-e?

Vagy tán lusta, pazarló, fősvény vagyok-e? Meghaladja-e a családomtól felelőséggel vállalható mértéket – a világ nyomorát tekintve – költekezésem élvezeti cikkekre, szórakozásokra stb.?

Viszonyom az élethez

Isten az élet és halál Ura. Életet, egészséget, erőt, tehetséget, képességeket ajándékozott nekem.

Felelősségteljes életmódot folytatok-e? Helyesen gazdálkodom-e lelki és testi erőimmel? Gondoskodom-e okos életmóddal egészségemről? Betegséget, testi fogyatékosságokat igyekszem-e türelemmel elviselni? A szenvedést is Krisztus követésére és emberi érettségre vezető útnak tekintem?

Vagy veszélybe hoztam életemet és egészségemet: Mértéktelenséggel? Alkohol, nikotin, vagy más élvezeti cikkek által, kábítószerrel, gyógyszerekkel? Könnyelmű magatartással munkában vagy szabadidőben, túlhajtott sporttal? Áadtam magam a rezignáció, kétségbeesés, sőt talán az öngyilkosság gondolatának is? Kerestem-e a bűnre vezető alkalmat?

Felelősnek érzem magam felebarátaim életéért, egészségéért, a meg nem született gyermek életéért is?

Vagy veszélyeztettem, pusztítottam-e mások életét: hanyagsággal a munkában, utcán közlekedve, fenyegetéssel vagy erőszakos tettel, magzatelhajtással, ebben segédkezéssel, tanáccsal, bűnös hallgatással? Durvaságra, keménységre, ridegségre hajlamos vagyok-e? Fokoztam-e ily hajlamokat olvasmányokkal, durva filmek megtekintésével? Másokat bűnre vezettem-e?

A nemiséghez való viszonyom

Isten az embert férfivá és nővé teremtette. Lelkileg és testileg kiegészítik egymást. Egymásnak segítő társai az életúton, melynek Isten a központja és célja. Nemiségük megnyilvánul egész személyiségükben és társas, partnerré teszi őket. Egyenértékűen és egyenjogúan működjenek együtt a közös- és magánéletben: mint kollégák, barátok, házasok. Férfi vagy nő, akár házas, akár nem, – az a feladatuk, hogy helyes rendben éljék nemi életüket. Ezt a tisztelet, fegyelem, a másokra való tekintet és a tisztesség megköveteli. A teljes nemi közösség a házastársaknak van fenntartva, kizárólagos és mély összetartozásuk jeléül. Ezt az egységet erősíti és családdá teljesíti ki a gyermek.

Elfogódottság nélkül, fegyelmezetten viselkedem-e a másneműekkel szemben? Legyőzöm-e önzésemet, mely minden szeretetet lerombol? Töreksem-e gondolataim, képzeletem, kívánságaim tisztaságára? Megőrzöm a tisztességet olvasmányaim, a filmek és a szórakozóhelyek megválogatásában, ruházatomban, beszédemben, viselkedésemben? Vagy hagyom-e, hogy a nemi kívánság uraljon és hajtson?

Jegyesemben, házastársamban a személyt keresem-e? Vagy csak saját kielégülésem eszközét látom-e benne?

Önkielégülést kerestem-e? Vétettem-e a házasság előtt a szemérem ellen? Kellő tapintánál, felelőséggel, fegyelemmel viseltetem-e jegyesem iránt? Folytattam-e meg nem engedett viszonyt? Felbonthatatlannak tekintem-e a házasságot? Mint házas, akarom-e a gyermeket? Tiszteletben tartottam-e Isten teremtő akaratát? Házasságtörő voltam-e? Az istenalkotta rendet tiszteletben tartom-e hasonló nemű embertársaimmal szemben is?

Az igazsághoz való viszonyom

Isten az Igazság. Őbenne nincs se hazugság, se tévedés. Ha szeretem Őt, saját életemet is őszinteségre, igazságra, becsületességre, hűségre és megbízhatóságra kell építenem. Képmutatás, csalás szétrombolják az emberi együttélés alapjait.

Igyekszem-e az igazságot megismerni, a tévedést elkerülni, magamat és másokat téves utaktól megóvni, és az igazságra visszavezetni?

Vagy beképzelt vagyok? Többnek akarok-e látszani, mint ami vagyok?

Megbízható vagyok-e? Szavamra és tanácsomra rá lehet-e hagyatkozni? Vagy hazudtam, másokat tévútra vezettem-e? Kivonom-e magam a felelősség alól kifogásokkal, az igazság eltekerése által, és előző nyilatkozataim, cselekedeteim letagadásával? Ezáltal másoknak tényleg súlyos károkat okoztam? Vonakodom-e a kárt ismét jóvátenni?

Tiszteletben tartom-e embertársaim becsületét?

Vagy ártottam-e másnak igaztalan és fölösleges vádakkal? Talán még a bíróság előtt is, hamis esküvel? A más becsületében és jóhírnevében tett kárt lehetőség szerint ismét jóvá tettem-e?

Saint Séverin (Párizs) papi munkaközösség: Lelkiismeretvizsgálat

I. Alapvető kérdések

1. Megfelel-e életem Isten akaratának? Ismerem-e Isten rám vonatkozó akaratát, más szóval: tudom-e, mi az én egyéni hivatásom? Ha nem tudom, mit teszek annak érdekében, hogy megismerjem?

2. Töreksem-e arra, hogy Isten reám vonatkozó akaratát egyre jobban megismerjem az egyház irányításából, papok – lelkiatyám – tanácsából, felelősségteljes személyek vagy jószellemű, hozzáértő barátok figyelmeztetéséből?

3. Kiről vagy miről kell ma lemondanom, hogy Isten akaratát teljesíthessem? És megfordítva; kiről vagy miről nem szabad ma lemondanom, hogy Isten akaratát teljesíthessem?

4. Ha már elköteleztem magam valamilyen hivatásra, valamilyen életformára, szakítok-e rendszeresen időt (mikor és mennyit?) arra, hogy hivatásbeli hűségemet ellenőrizzem és haladásomat lemérjem? Mit kell még változtatnom életemen?

II. Általános kérdések

5. Isten azért kívánja, hogy akaratát teljesítsük, mert szeret minket; vajon én hogyan viszonylom Isten hozzám való szeretetét?

6. Hogyan töreksem Isten megismerésére, aki Jézus Krisztusban kinyilatkoztatta magát nekünk és Egyházán keresztül kapcsolatot létesített velünk?

7. Mit teszek azért, hogy hitbeli tudásomat fejlesszem? hogy megismerjem Isten szavát a Szentírásból és az egyház hagyományából? Olvasom-e rendszeresen a Szentírást? Olvasom-e a pápai enciklikákat? Fejlesztmem-e hitbeli tudásomat?

8. Milyen valójában az én „vallásgyakorlatom”? Minek tekintem: csak egyházi parancsot teljesítek vele, vagy Isten misztériumához járulok a hívők testvéri közösségében?

9. Vajon a szentmiseáldozat, az Úr oltára köré gyűlt testvéri közösségben való részvétel forrása és lényege-e életemnek? Milyen gyakorlati hatással van mindennapi életemre az Úr

Jézus áldozatában való részvételem? Az áldozati közösség révén növekszik-e bennem a testvéri szolidaritás érzése?

10. Mennyiben érdeklődöm a világegyház életének legfőbb időszerű problémái iránt? Hogyan vállalom részt az egyház mai belső, zsinat utáni megújulásában? Pozitív módon ítélem-e? Vagy azokhoz tartozom, akik a zsinati szellemet túllícitáló vagy egyéb túlzásaikkal zavart keltő személyekkel együtt magát a Zsinatot is elítélik? Részt veszek-e a liturgiában, az egyházközségi életben? Ha nem is tudok mindent megtenni, mi az, amit megtehetek és mi az, amit meg is kell tennem a magam helyén: az egyházközségben, családomban, barátaim között?

11. Mennyire érdeklődöm a keresztények egységének nagy fontosságú problémája iránt? az uniós hét (jan. 18–25) alatt? más időben? a nem-katolikusok iránt tanúsított magatartásomban? Tájékozott vagyok-e ebben a kérdésben?

12. Mennyire gondolok imádságaimban és életemben egyébként is az egyház mai missziós munkájára az úgynevezett keresztény országokban? a missziós területen?

13. Milyen a magatartásom a nemkeresztények irányában? a másvallásúak, hitközömbösök és ateisták felé, rokonságomban és egyebütt? Tájékozódott vagyok-e e téren, és tudom-e milyen a keresztény magatartás, amit a mai kor elvár tőlem? Szoktam-e azokért is imádkozni, akik nem hisznek Istenben?

14. Mennyire érdeklődöm a mai világproblémák iránt? Milyen véleményt alkottam és milyen magatartást tanúsítok a nacionalizmus, a kolonializmus, a faji megkülönböztetés kérdésében? Bizonyos vagyok-e benne, hogy felfogásom ezekben a kérdésekben megfelel az Evangélium szellemének, ahogyan azt az egyház ma értelmezi?

15. Tájékozódottam-e arról, hogy milyen körülmények között él az emberiség nagyobbik része a gazdaságilag elmaradt országokban? A gazdasági és társadalmi haladásnak megfelelően mérlegeltem-e, hogy ma mit követel meg az igazságosság és a szeretet? Vagy úgy gondolom-e, hogy ez a kérdés csak a szakemberekre és a jóléti intézményekre tartozik?

16. Mi a véleményem a világbéke nagyfontosságú kérdéséről? Mit tudok róla? Mi a pápák állásfoglalása ebben a kérdésben? Mi az álláspontjuk az atomfegyverkezést illetően? Ismerem-e a „Pax Christi” nemzetközi keresztény békemozgalmat?

III. Különleges kérdések

17. *Pénz.* Szegény vagyok-e evangéliumi értelemben? Vagy talán a pénzszerzés, a kényelem és a szórakozás lettek életcélommá?

18. Mennyi részt juttatok anyagi javaimból a szegényeknek, az egyháznak, a nagy segélyszerveknek, a misszióknak? Hogyan aránylanak ezek az adományok személyes kiadásaimhoz: a feltétlenül és a kevésbé szükségesekhez? Hogyan veszem ki a részemet országos érdekű beruházásokból?

19. *Idő.* Hogyan osztom be időmet? mennyi jut a pihenésre, szórakozásra, imádságra, munkára? családomra, barátaimra és másokra? Van-e napirendem, időbeosztásom? Nem volna-e szükségem rá? Tudom-e, hogy időt kell áldoznom az imára is, és hogy ez már maga is Istennek tetsző áldozat?

20. *Munka.* Részt alkotja-e a munka lelki életemnek, vagy merőben profán dolognak tekintem? Isten akaratát teljesítem-e általa? Felajánlom-e áldozatként Istennek? A testvéri szeretet gyakorlását látom-e benne, Isten gyermekeinek teljesített szolgálatot? Nem vagyok-e a munka megszállottja, aki minden másról megfeledkezve csak munkaszünetéből vagy érvényesülési vágyból dolgozik? Vajon nem hagyatkozom-e túlságosan másokra személyes dolgaiban, különösen az anyagiak terén? Tudok-e segíteni másoknak és szívesen elfogadom-e mások segítségét? Tudok-e közös munkában együttműködni másokkal?

Munkaközösségben? Családomban? Hogyan tanúsítom a szolidaritás szellemét ott, ahol éppen dolgozom?

21. *Egészség.* Gondolok-e testi egészségemre vagy pedig nem törődöm vele? Gondoskodom-e életkoromnak megfelelően egészségemnek ápolásáról és testi erőm megtartásáról? Engedelmes szolgálatra tudom-e fogni testemet? Nem kényeztetem-e? Nem félek-e a szenvedéstől és a betegségtől? Nem válok-e ilyenkor kiállhatatlanná? Kész vagyok rá, hogy akár ma is meghaljak?

IV. Életformával kapcsolatos kérdések

22. *Házasság.* Minek ítélem ezt az életállapotot: merőben világias életformának? vagy talán a szerzetességhez viszonyítva a „könnyebb útnak”? vagy az Istennek szenteltség egyik formájának tekintem, amelyben az ember hitvestársán és gyermekein keresztül adja oda magát mennyei Atyjának? – Ha házasságra készülök, hogyan gondolkodom a jegyességről? Szentelek-e annyi érdeklődést és időt házasságom előkészítésének, mint amennyit egyéb foglalatosságoknak? Tudom-e, hogyan kell helyesen felkészülni a házasságra a jegyesség alatt?

23. Hitvestársam elkényeztetett bálványom-e? Vagy szeszélyeimnek tárgya? Vagy Isten szeretetének jelenléte, megtestesítője, aki joggal vár el tőlem teljes odaadást? Ennek a hitbeli látásnak alapján mi a véleményem a házassági hűtlenségről, a különélésről, a válásról?

24. Szem előtt tartom-e házasságomban a természeti törvényt, az evangéliumi eszményt, az egyház tanítását?

25. Töreksem-e arra, hogy rosszrahajló akaratomat a keresztény lelkiismeret követelményeinek megfelelően neveljem és mindent hitvestársammal egyetértésben tegyek? Vajon tekintettel vagyok-e az ő gondolkodásának és magatartásának fejlődésére?

26. Belátom-e, hogy a gyermek nem csak Isten-áldás, hanem Isten jelenléte is otthonomban, és hitvestársammal való egységem záloga és bizonyítéka? A különélést vagy a hitvesemmel való egyenetlenséget gyermekeim ellen való bűnnek tekintem-e?

27. Gyermekeim nevelésében el tudom-e fogadni illetékes személyek (pedagógusok, orvosok, pszichológusok, papok) segítségét, sőt adott esetben irányítását? Elsőszámú kötelességemnek tartom-e gyermekeim vallásos nevelését? Hogyan hatok gyermekeimre: szavammal, példámmal, az otthonban teremtett légkörrel? Ha gyermekeim papságra vagy szerzetességre éreznek hivatást, támogatom vagy akadályozom-e? Nem vagyok-e téren esetleg tapintatlan, erőszakos? Vagy éppen felelőtlenül hanyag, közömbös?

*

Életem odaadott élet-e? akár így, akár úgy, de odaadott-e? milyen módon? minek? kinek? de bármiképpen is: a *Szeretetek, Istennek?* Vajon valóban kijelenthetem ma Isten előtt, hogy egész életemből nem tartok meg semmit magamnak, hanem szeretetből kész vagyok mindent odaadni?

Az Evangélium szellemében:

Azért jöttem, hogy tüzet gyújtsak a földön... (Lk 12,49)

Új parancsot adok nektek: Szeressétek egymást! Amint én szeretlek titeket, úgy szeressétek egymást ti is... (Jn 13,34)

Nagyobb szeretete senkinek sincs annál, aki életét adja barátaiért... (Jn 15,14)

Aki utánam akar jönni, tagadja meg magát, vegye föl keresztjét mindennap és kövessen engem... (Lk 9,28)

Lebret-Suavet: Önvizsgálat

Vétkes önmagunk ellen

Nagylelkűség hiánya

Elfogadjuk azt, hogy kisszerűek vagyunk. Kisujjunkat sem mozdítjuk, hogy a középszerűségből kiemelkedjünk.

Hibáinkat szokások vagy társadalmi kényszer rovására írjuk.

Csak kis hányadát teljesítjük annak, amire képesek volnánk.

Semmiféle szellemi erőfeszítést sem teszünk.

Szellemi, gyakorlati, politikai és lelki síkon infantilisek maradunk.

Nem ismerjük korunk nagy szellemi áramlatait és föladatait.

Csupán szeszélyből, csapongó kedvünk szerint cselekszünk.

Időnket rosszul osztjuk be,

vagy annyira lekötjük magunkat, hogy adódó alkalommal képtelenek leszünk önzetlenül segíteni.

Haszontalanságokra pazaroljuk időnkét.

Helytelen becsvágy

A pénzt imádjuk.

Sóvárgunk a gazdagság után.

Címért és rangért epedezünk.

Lényeges dolgoktól fosztjuk meg magunkat, családjunkat, csak hogy a hamis látszatot fenntartsuk.

Mások lehetőségeire, helyzetére irigykedünk.

Többnek szeretnénk látszani, mint amilyenek a valóságban vagyunk.

Ambíciónk nem kizárólag arra irányul, hogy másoknak szolgáljunk.

Gyengeségünk jelei

Nincs merszünk megvédeni az igazságot, síkra szállni az igazságosság mellett.

Akár túlzott óvatosságból, akár karrierért vagy pénzért készek vagyunk árulást is elkövetni.

A gazdagok és hatalmasok előtt hétrét görnyedünk.

A mértéktartás hiányára vall

Kényszerítő ok nélkül erőnkön felülire vállalkozunk, vagy játékból virtuskodunk.

Nincs elég önuralmunk.

Ok nélkül dühbe gurulunk, ha valami vagy valaki fölbosszant.

Rendetlenség és rendszertelenség

Még a jót is rosszul használjuk fel.

Csupa megszokásból henyén dolgozunk.

Megfontolás nélkül kötelezzük el magunkat.

Nem gondolunk hanyagságunk esetleges következményeire, sem hivatásbeli készségünk vagy tudásunk hiányainak következményeire.

Súlyos, esetleg halálos kimenetelű balesetet okozunk illetve megkockáztatunk.

Elszánásaink mellett nem tartunk ki szilárdan.

Nincs bennünk kellő kitartás.

Komoly ok nélkül abbahagyjuk a megkezdett munkát.

Előrelátás nélkül tervezgetünk.

Nem törődünk a határidőkkel s ez másoknak kudarcot vagy nagy kellemetlenséget okoz.
Nehézségek, balsiker esetén elveszítjük kedvünket.
Sohasem találunk időt magánybavonulásra, összeszedettségre, elmélkedésre.

Amikor gőg és hiúság vezet

Öntettek, dicsekvők és hivalkodóak vagyunk.
Magunknak tulajdonítjuk a hivatásunk, tevékenységünk iránt tanúsított tiszteletet.
Nem feledjük el azt, hogy érzékenységünket megsértették.
Csupán arra törekszünk, hogy becsvágyunkat kielégítsük, vagy hogy magasztaljanak.
Mindig azt hisszük, hogy csak nekünk lehet igazunk.
Nem akarjuk képességeink határait lemérni és hiányosságainkat belátni.
Fennhájzva ítélkezünk. Olyasmiről is beszélünk, amihez mit sem értünk.

Testünk ellen vétünk

A természetes testápolásnak nem teszünk eleget.
Orvosunk előírásait nem követjük.
Túl sokat törődünk testünkkel és így feleslegesen sok időt vesztegetünk reá.
Visszaélünk étellel, itallal, kábítószerekkel.
Nem alszunk eleget.
Durva mulatozásokban találjuk kedvünket.
A durvaság látszatától tartva finomkodásokban éljük ki magunkat.
Élvezetek keresésében merítjük ki magunkat munkánk rovására.
Elfogadjuk a szexualitással kapcsolatos divatos nézeteket: semmit sem tartunk bűnnek e téren.
Azt hisszük, hogy ily vonatkozásban szabadjára engedhetjük magunkat, mintha nem tehetnénk másképp és tagadjuk felelősségünket.
Zavaros légkörű környezetben tetszelgünk és ezt természetesnek találjuk.
A nemi élvezetet a házasságon kívül keressük.
A házasságon belül a nemi élvezetet önmagáért keressük a párunkra és felelősségünkre való tekintet nélkül.

Vétkes mások ellen

A felebaráti szeretet ellen vétünk

Nem mondhatjuk teljes őszinteséggel, hogy embertársainkat is úgy szeretjük, mint önmagunkat.
Felebarátunkat önzően szeretjük. Kisajátítjuk a mások szeretetét.
Féltékenyek vagyunk.
Önzőek vagyunk.
Nem kísérik lelkes figyelemmel az általános emberi haladást.
Hiányzik belőlünk a kezdeményező szellem, a közjó érdekében.
Nem érzünk komoly szorongást mások nyomorúsága miatt.
Közömbösen haladunk el a szerencsétlenek mellett;
Bárkit is tudatosan vagy akaratlanul lenézünk, azaz:
Embertársunkról, bárki legyen is az, nem úgy gondolkozunk, hogy ő is ember, nem is bánunk vele emberként;
Nem fogjuk fel kellőképpen, hogy valami módon segítenünk kellene őt emberibb-emberré válásának útján. Valamilyen módon elfojtottuk személyiségét.
Ténylegesen és megszokásból lenézzük a szegény embereket vagy általában a társadalmilag alattunk állókat, kisebb műveltségűeket.

Tiszteletet hajhászni, anélkül, hogy magunk tisztelnénk a másikat.
Gyakran megvárakoztatunk másokat.
Megbeszélt találkozásainkat elfelejtjük, vagy elmulasztjuk.
Ígéreteinket nem teljesítjük.
Nem vagyunk mások számára elég hozzáférhetőek, vagy nem állunk eléggé rendelkezésükre.
Nem figyelünk kellőképpen azokra, akik velünk beszélnek.
Csak önmagunkról beszélünk és nem hagyjuk, hogy a másik kellőképp kifejezhesse magát.
Nem törekszünk arra, hogy megértsük a másikat.
Mások megértéséből kiindulva, saját gyengeségeinkkel szemben elnézőkké válunk.
Önzésből vagy emberi tekintetből elmulasztjuk, hogy másoknak szolgáljunk.
Nem törekszünk eléggé arra, hogy alkalmasabbakká váljunk jobban szolgálni.
Lustaságból vagy gőgből kiszolgáltatjuk magunkat.
Elmulasztjuk, hogy mások szükségén enyhítsünk, bár módunk volna rá.
Veszélyben forgó felebarátunknak nem nyújtunk segítséget.
Csakis olyan emberekkel érintkezünk, akiknek barátsága hasznosnak ígérkezik.
Elhagyjuk barátainkat nehéz helyzetükben.
Beszédünkben sértőek vagyunk.
Másoknak ártunk rágalmazó, sértő beszéddel vagy egyszerűen fecsegésből.
A belénk vetett bizalommal visszaélünk: kibeszéljük más titkait. Indiszkréten beleavatkozunk – szavainkkal vagy magatartásunkkal – mások magánéletébe.
„Lehengereljük” a velünk ellenkezőket.
Másokat megbotránkoztatunk magatartásunkkal, szavainkkal.
Másokat megbotránkoztatunk, mert hangoztatott elveink és magatartásunk között ellentmondás van.

Az igazság ellen vétünk

Hazudunk.
Óvatosságból, félelemből, gőgből hallgatunk, amikor pedig az igazságért kellene síkra szállnunk.
Kereszténységünkre hivatkozunk, miközben semmi jelét sem adjuk, hogy az evangélium szerint igyekszünk élni.
A keresztény tanítással ellenkező álláspontot vallunk (pl. az eutanázia, az abnormálisok sterilizálása terén).
Mások előtt utólag igazolni kívánjuk megfontolatlan állásfoglalásainkat.

Az igazságosság ellen vétünk

Közvetve vagy közvetlenül emberhalál oka vagyunk. Idetartozik az is, ha célzásainkkal, tanácsunkkal vagy tevékeny segítségünkkel magzatelhajtásban működünk közre.
Nem foglalkozunk a társadalmi problémákkal.
Kifogásul a törvény mögé bújunk.
Nem kutatjuk az emberi nyomor okait, s így nem akadunk fenn az embertelen társadalmi berendezkedéseken.
Nevetségeseknek tüntetjük föl azokat, akik ilyesmivel foglalkoznak.
Csak a közvéleményre vagy a sajtóra támaszkodunk más emberek megítélésében.
Embertársaink szorult helyzetét, nyomorúságát saját javunkra használjuk.
Befolyásunkat arra használjuk fel, hogy mindent megengedjünk magunknak.
Hanyagságunkból vagy kapzsiságunkból eredő bajokat a „gazdasági törvények”-kel magyarázunk.

Késlekedünk visszafizetni tartozásunkat.

A kölcsönvett holmikát – különösképpen a könyveket – túl hosszú ideig tartjuk magunknál, sőt tán el is „felejtjük” visszaadni.

Végérvényesnek tekintjük minden megszerzett előnyünket. Ezeknek az előnyöknek megvédelmezését elébe helyezzük az igazságosságnak.

Nem beszélünk nyíltan a társaságunkban és eltűrjük, hogy önző érdekek diadalmaskodjanak ott.

Elfogadjuk, hogy könnyebb és kényelmesebb életmódot folytassunk, mint amihez jogunk volna teljesítményünk és szolgálataink alapján.

Önmagunknak tartjuk meg fölöslegünket.

Pénzt keresünk munka nélkül.

Kötelezettségeink családjunk iránt

Csak családjunkkal és a családi gondjainkkal törődünk.

Feláldozzuk családjunkat más feladatokért.

Nem vagyunk segítségére a család más tagjainak.

Saját céljainkra fordítjuk a családi jövedelem jelentékeny részét (dohányra, italtra, piperecikkekre).

Nem tartjuk tiszteletben a család többi tagjainak egyéniségét, a gyermekekét is beleértve.

Többet kívánunk a gyermekektől, mint amire magunk mernénk vállalkozni.

Természetesnek tartjuk, hogy a szülők fontos dolgokat is megvonnak maguktól, hogy amit így megtakarítanak, a gyermekeknek juttassák.

Kemények vagyunk szüleinkkel szemben; nem vagyunk hajlandóak szeretetet mutatni irántuk.

Semmibe vesszük élettapasztalatukat. Úgy érezzük, műveltebbek vagyunk náluk és megfeledekezünk róla, hogy mi magunk általában nekik köszönhetjük, hogy művelődhattünk.

Kíméletlenül beszélünk hozzátartozóink hibáiról.

Nem vagyunk elkötelezett család.

Vétkek az egyház ellen

Gondolattal

Szektának, vagy pártnak tekintjük az Egyházat, nem pedig Krisztus titokzatos testének.

Amikor az Egyházra gondolunk, csak a látható Egyházra vagyunk tekintettel, különösképpen pedig megfeledekezünk a tisztítóhelyen szenvedő Egyházzal.

Azt gondoljuk, hogy az Egyház szerepe a szentségek kiszolgáltatására korlátozódik; például nem veszünk tudomást az Egyház tanító szerepéről.

Az Egyház feladatát az erkölcs, vagy a fennálló rend őrzőjének szerepére korlátozzuk.

Sohasem olvastuk még el figyelmesen az Újszövetség könyveit.

Nem ismerjük a pápák tanításait XIII. Leó óta.

Bíráljuk e tanításokat anélkül, hogy olvastuk volna azokat.

E tanításokból csak a végső következtetéseket vesszük figyelembe, és nem a bennük megnyilvánuló evangéliumi sugallatot.

Csak azt akarjuk belőlük kiolvasni, ami alátámasztja már előzőleg elfoglalt álláspontunkat.

Összetévesztjük a megmerevedést a Hagymánnyal.

Kételkedünk benne, hogy az Egyház képes az evangéliumot úgy hirdetni, hogy az áthassa a mai világot.

Nem érzünk fájdalmat az Egyház elégtelenségein.

Nem érezzük önmagunkat is felelősnek a keresztények erőtlensége miatt.

Más nemzetek katolikus egyházaiban nem testvér egyházakat, hanem vetélytársakat látunk, vagy épp furcsaságnak tekintjük.

A nem katolikus keresztényekben ellenfeleket látunk, nem pedig tőlünk elváltan élő testvéreket.

Elvből, vagy szeszélyből antiklerikálisak vagyunk.

A szentáldozásban Krisztussal egyesülünk anélkül, hogy egyesülnénk az Egyházzal, annak alapvető szándékaiban.

Szóval

Az Egyházat a papsággal azonosítjuk és úgy beszélünk, hogy „ők”, nem pedig úgy, hogy „mi”.

Az Egyház nevében szólunk vagy cselekszünk anélkül, hogy erre felhatalmazást kaptunk volna.

Könnyelműen bíráljuk az egyházi hierarchiát vagy a papságot, vagy a különböző irányú keresztény törekvéseket.

Bíráljuk az egyházi tanítóhivatal döntéseit, mert csak azt látjuk, hogyan érintenek azok bennünket, vagy közvetlen környezetünket és megfélelkezünk róla, hogy a Szentatya az egész világot tartja szem előtt.

Cselekedettel

Egyéni vallásos meggyőződésünk, vagy különleges személyes helyzetünk ürügyén nem tartunk meg olyan szabályokat, amelyek minden hívőre egyaránt kötelezőek.

Alkalmazkodás ürügyén megszegjük a fegyelmet és elvetünk hitelesen keresztény értékeket.

Evangélium ellenes magatartással kompromittáljuk az Egyházat.

Keresztény voltunkat evilági előnyök elnyerésére használjuk fel.

Az Egyház belső nehézségeit kitergetjük a nyilvánosság előtt. Nem-keresztényekre akarjuk bízni a keresztények közt felmerülő ellentétek megoldását.

Fontosabb számunkra a saját tanúságtételünk, mint az Egyházé.

Mulasztással

Úgy tüntetjük fel magunkat, mintha az Egyház tevékeny tagjai volnánk, pedig sohasem tettünk érte semmit.

Nem törekszünk arra, hogy az Egyházat tisztábbá, elevenebbé, hatékonyabbá tegyük.

Nem gondolunk rá, hogy cselekedeteinknek milyen hatásuk van az Egyház életére.

Elvből, sznobizmusból vagy hanyagságból nem veszünk részt az Egyház mindennapi életében, sem rendkívüli megnyilvánulásaiban.

Nem veszünk részt megfelelő mértékben az Egyház anyagi terheinek viselésében.

Sohasem imádkozunk sem a pápáért, sem a papságért.

Semmit sem teszünk az Egyház egységének helyreállításáért – még csak nem is imádkozunk érte.

Vétkes Isten ellen

Csak a természetre és az emberekre gondolunk, és nem emelkedünk fel gondolatban Istenhez.

Arra várunk, hogy Isten megnyilatkozzék ahelyett, hogy az élet ellentmondásaiban mi magunk keressünk meg őt.

Nem törekszünk arra, hogy a lehetőség határain belül felismerjük Isten szándékait.

Nem törekszünk arra, hogy annyit, amennyi rajtunk múlik, megvalósítsunk belőlük – és ha már mindent megtettünk, ami tőlünk telik, nem bízunk abban, hogy Isten eredményessé teszi igyekezetünket.

Nem hiszünk abban, hogy végső soron Isten vezérli a világot.

Nem látjuk meg és nem szeretjük Istent testvéreinkben.

Sohasem gondolunk a Szentháromságra.

Jézus Krisztusban nem látjuk legközelebbi testvérünket és felhagyunk vele, hogy mintaképünként kövessük.

Nem törekszünk arra, hogy Vele együtt hordjuk a világnak és különösképpen saját társadalmi osztályunknak bűneit.

A kereszt csak szobánk falán van, de életünkben nem fogadjuk el.

Krisztusra hivatkozunk, de nem törekszünk arra, hogy valóban az evangélium szerint éljünk.

Nem hat át bennünket mindenestül Isten szeretete.

Nem tudunk időt szakítani az imádságra.

Szűkösen mérjük azt az időt, amelyet Istennek szánunk.

Csak engedelmességből, vagy szokásból imádkozunk.

Csupán ajkunkkal imádkozunk.

Nehézségeink közepette vagy amikor tehetetlennek érezzük magunkat, nem folyamodunk az imádsághoz.

Amikor már egész életünket Istenre tekintet nélkül rendeztük be, a bajban Hozzá fordulunk, hogy segítsen.

Csak azért imádkozunk, hogy kérjünk valamit – sohasem azért, hogy imádjuk Istent, hogy köszönetet mondjunk Neki, hogy ragaszkodásunkat és szeretetünket juttassuk kifejezésre.

Úgy tekintjük a lelki életet, mint oly kötelezettséget, amelyre csak akkor kerül sor, amikor már minden más kötelezettségünket teljesítettük.

Megelégszünk azzal, hogy eljutottunk a lelki élet egy bizonyos fokára és nem igyekszünk tovább jutni.

J. L. Lebre: Életstílus

Mottó: Legyen mondanivalónk a világ számára. Tudjunk nagy távlatot vázolni az emberek elé. Mert attól szenvednek, ha csak középszerűsége hívják őket.

Mindent az igazság szellemében vállalni és végre is hajtani.

*

Minden emberhez nagy tisztelettel és nagy szeretettel közeledni.

*

Szerető együttérzéssel lenni mindenki iránt.

Megértő segítőkészséggel lenni minden baj iránt.

Mindenkiben az értéket felfedezni és szeretni.

*

Áhítózni a munkára.

Megfelelő eszközöket alkalmazni.
Jól csinálni mindent, amit teszünk.
Hatékonyságra törekedni.
Eleget tenni az elvállalt kötelezettségnek.

*

Semmi jóakarató törekvést vissza nem utasítani.
Együtt dolgozni azokkal, akik elkötelezték magukat.
A közjó előmozdítására törekedni.
Vállalni az összjátékot munkatársainkkal.
Nagyvonalúan részt vállalni az anyagi terhekből.

*

Azzal kezdeni, hogy önmagunkat hibáztatjuk.
Kívánni, kihívni, elfogadni a kritikát.
Kissé mindig mosolyogni önmagunkon.
Természetesként elfogadni a nehézséget, a küzdelmet.
Nyugtalankodni, ha minden könnyen megy.
Javunkra kiaknázni a kudarcot is.
Megőrizni mindig optimizmusunkat.
Inkább cselekedni, mint beszélni.

*

Teljesen áthatva lenni az Evangéliumtól.
Az egyházzal együtt építeni.
Bízni az életben és a Lélekben, amely ott fú, ahol akar.

J. L. Lebre: Életelvek

Tevékenységünk alapelvei

A tényekből kell kiindulni az ész és a hit fényénél.

*

Elsőben a tárgynak szenteljük figyelmünket a szó legáltalánosabb értelmében: „Miről is van szó?”

*

Kizárólag a tárgyra irányulni,
kizárólag a jót ambicionálni.

*

Beleilleszkedni Isten tervébe. Mindent ebbe illeszteni. Teljesen áthatva lenni ettől a kívánságtól.

*

Lehetőleg teljesen a véghezviendő feladatnak szentelni magunkat és azt jól végrehajtani.

*

A véghezviendő mű számít. Aki erre törekszik, már nem rabja önmagának és nem lesz terhére másoknak. Az emberek pedig, akik látják életünket, önzetlen lelkesedésünket, barátainkká válnak.

Helyezzük ezt a munkánkat mindig Krisztus totális művébe, annak szerves részeként.

*

A végrehajtandó feladat: jószántunkból önként dolgozni az egyetemes emberi felemelkedésen.

*

Legyen mondanivalónk a világ számára.
Tudjunk nagy távlatot vázolni az emberek elé.
Mert attól szenvednek, ha csak középszerűsége hívják őket.

*

Keresztény kötelességünk, hogy az igazság mellett tegyünk tanúságot, hogy Krisztus mellett tegyünk tanúságot.

Tevékenységünk irányulásai

A természet helyes használata: erény; a visszaélés vele: a bűn.

*

Nagyság. Messzire tekinteni, nagyot akarni, nagyot gondolni. Ma minden küzdelem az ember, az egész világ méretére van szabva. Legyünk eleve készek mindent nagyszabásúan véghezvinni, mégha a tevékenység során legtöbbször csak kis szerepet is viszünk.

*

Ne azzal törődjünk, hogy karriert csináljunk, hanem hogy életünk gazdag legyen, mert minden tevékenységünk a lényegre irányul.

*

A lényegre sohasem bukkanunk rá keresés és a Szentlélek segítségével.

*

Ne vitatkozzunk: alkossunk.

*

Nem arról van szó, hogy egy szűk ösvényt fedezzünk fel magunknak és azt járjuk magányosan – széles utat kell kitervezni és megépíteni sokak számára.

*

Nagyobb képességűek számára a legjobb iskola a folyóban fürdeni. Bele kell ugrani és úszni, vagy az ár sodrásában, vagy a víz alatt ár ellen úszva. De nem szabad olyanokat a vízbe lökni, akik megfulladnának. Nem mindenki van oly fából faragva, hogy erejét meghaladó hősi kalandra vállalkozhassék.

*

Elkötelezettség: az együttérző ember tevékenysége, hajtva az igazságosságtól, lelkesítve a szeretettől.

*

Elkötelezettségünk területe: ott ahol a legtöbbet kell és tudunk is tenni; és ott, ahol az ínségre, a segélyhívásra a legkisebb a visszhang.

*

Helyes beállítottság: nem annyira a bajokkal, mint azok okaival foglalkozni. Azután keresni és felfedni még az okoknak okait is. Söhajtozni, minek? Üstökön fogni a bajt és legyőzni.

*

A cél: megmenteni és kibontakoztatni az embert. Az egész embert, és az egész emberiséget.

Megmenteni az embert annyi, mint mindent megmenteni benne, tehát szellemét is, sőt ezt legelőbb.

*

Tisztelet minden ember iránt; helyes – de tettekben megnyilvánuló tisztelet, segítség, hogy különbbé váljék.

Munkánk hatékonysága

Minden munkának megvan a maga technikája. Ezt nem tanulmányozni, nem alkalmazni, vakmerőség.

*

Aquinói Szent Tamás mondta a tudományos kutatásra: „Mindig rá gondolni!” Ez érvényes a munka emberére is.

*

A tevékenység kényszerű „megállóhelyei” – például a betegségek – igen alkalmasak arra, hogy mindent elhelyezzünk a maga helyére, hogy megtaláljuk a helyes távlatot. Gyakran így végezzük a legtermékenyebb munkát. Kiszakadva a világ zajából, az élet áramából, a dolgok fölé emelkedhetünk. Levonhatjuk a tanulságokat eddigi működésünkből, és szembeállíthatjuk az elvekkel gyakorlati tapasztalatainkat. Ezzel az elvek új életet nyernek.

*

Ha szert tettünk arra az érzékre, hogy figyelmünk minden téren a lényegre irányuljon, akkor egyhamar nem is lesz másra időnk, mint csak a lényegesre.

*

„Ha egy ember – még ha közepes tehetségű is – minden képességét egyetlen célra irányítja, ezt el kell érnie.” (Egy francia generális mondása.)
Egyetlen célra törekedni, magunkkal ragadni e cél felé a többieket, és mindig rágondolni!

*

Az élet túlságosan rövid ahhoz, hogy akár csak egy órát is intrikára vesztegessünk.

*

Ne foglaljunk állást, mielőtt ismernénk a kérdést.
Kerüljük az elhamarkodott és szenvedélyes ítélezést az emberek és események felett.
Ne kezdjünk meg gondolatlanul hozzá semmiféle vállalkozáshoz.

*

Kinek-kinek egészsége, vérmérséklete szerint csak meghatározott „harci potenciálja” van.
Ne aprózzuk el tehát erőnket szélmalomharcokban.

*

A nagy vállalkozás a világ szemében mindig oktalanság!