

## PAVYZDYS SAŽINĖS PATIKRINIMUI

- Nuodėmės Dievo atžvilgiu
  - Nesimeldžiau, neatlikau savo įsipareigojimų Dievui, neatgailavau Bažnyčios numatytu laiku.
  - Sekmadieniais ir Bažnyčios nustatytais dienomis nedalyvavau šv. Mišiose.
  - Nenorėjau melstis. Melsdamasis buvau sąmoningai išsiblaškęs.
  - Neskaitau šventojo Rašto. Mano dvasinis gyvenimas yra drungnas ir vangus.
  - šv. Komuniją priėmiau nepasirengęs arba padaręs sunkią nuodėmę.
  - Nenorėjau išpažinti sunkių nuodėmių. Ne visada išpažintį atlikdavau nuoširdžiai.
  - Abejojau tikėjimo tiesomis. Nesistengiau gilinti savo tikėjimo.
  - Ne visuomet pritariau Bažnyčios mokymui. Viešai kritikavau Bažnyčią.
  - Esu sektų arba slaptų bendrijų narys, pritariu tiesoms, prieštaraujančioms katalikų tikėjimui (pvz., tikiu reinkarnacija).
  - Gėdijausi pasisakyti esąs krikščionis ir elgtis, kaip dera krikščioniui.
  - Užsiiminėjau magija, spiritizmu arba burtininkavimu, naudoju talismanus arba tariamai sėkmę nešančius daiktus (pvz. amuletus), tikėjau horoskopais.
  - Savo jėgomis ir turtais pasitikėjau labiau nei Dievu. Pasidaviau nevilčiai, abejoju Dievo gailestingumu.
  - Rodžiau nepagarbą Dievui žodžiais (piktžodžiavau) arba elgesiu. Jaučiau neapykantą Dievui arba artimui.
- Nuodėmės artimo atžvilgiu
  - Tėvų ar vyresniųjų: elgiausi nepagarbiai, buvau nepaklusnus, neatidus, juos įžeidinėjau...
  - Vaikų: rodžiau blogą pavyzdį, pritrūkau meilės ir ištvermės žmogiškai bei krikščioniškai ugdydamas savo vaikus juos auklėjau įpykęs, priešinausi savo vaikų pašaukimui...
  - Sutuoktinio(-ės): bariausi, nevykdžiau sutuoktinio(-ės) įsipareigojimų, buvau neatidus savo sutuoktiniui(-ei), buvau neištikimas(-a), svetimavau, dėl mano kaltės įvyko skyrybos, buvau nepakankamai atviras naujai gyvybei, naudoju kontraceptines priemones (galbūt jos buvo abortatyvios)...
  - Artimųjų: nebuvo atidus ir kantrus, siekiau keršyti, pavydėjau, pykau, jaučiau pagiežą, blogai apie ką nors kalbėjau, šmeižiau, kritikavau, melavau, nenorėjau atleisti, pastūmėjau kitą į nuodėmę, nekenčiau, išviešinau kito padarytas nuodėmes; gyvenau nesusituokęs, turėjau nesantuokinių ar iki santuokinių lytinių santykių; buvau neapdairus vairuodamas automobilį arba sportuodamas; kaip nors prisidėjau prie aborto ar kieno nors žmogžudystės.
  - Aplinkinių: mokydamasis arba dirbdamas elgiausi nesąžiningai, tingėjau dirbti, vogiau, nemokėjau skolų arba mokesčių, atsisakiau padėti vargšams, buvau gobšus, be reikalo švaisčiau pinigais.
- Nuodėmės savo atžvilgiu
  - Buvau apimtas puikybės ir egoizmo, save laikiau pranašesniu už kitus.
  - Pykau be priežasties, pyktį nukreipdamas į save arba į artimą.
  - Tingėjau, neatlikau savo asmeninių pareigų.
  - Tuščiai leidau laiką.
  - Persivalgiau, be saiko gėriau alkoholį arba rūkiau, vartoju narkotikus ir kitokius kvaišalus.
  - Vienas ar drauge su kitais puoselėjau netyras mintis, nepadoriai kalbėjau ar elgiausi, skaičiau pornografinius žurnalus arba žiūrėjau filmus, vaizdus, provokuojančiai elgiausi arba norėjau ką nors suvilioti, savo poelgiais ką nors papiktinau.

- Koketavau arba pasidaviau tuštybei.