

## RACHUNEK SUMIENIA

### na podstawie ABC Społecznej Krucjaty Miłości

*ABC Społecznej Krucjaty Miłości kard. Stefan Wyszyński przedstawił w 1967 roku w liście pasterskim na Wielki Post. Te 10 punktów z powodzeniem można wykorzystać jako punkt wyjścia do rachunku sumienia, do znalezienia odpowiedzi na pytanie, czy potrafimy prawdziwie kochać.*

**1. Szanuj każdego człowieka, bo Chrystus w nim żyje. Bądź wrażliwy na drugiego człowieka, twój brata (siostrę).**

- Jak traktuję swoich bliskich? Czy widzę w nich Jezusa?
- Jak okazuję swoją wrażliwość i troskę?

**2. Myśl dobrze o wszystkich – nie myśl źle o nikim. Staraj się nawet w najgorszym znaleźć coś dobrego.**

- Kogo oceniałem zbyt szybko?
- Co myślę o osobach niewierzących, błędzących, żyjących bez Boga?

**3. Mów zawsze życzliwie o drugich – nie mów źle o bliźnich. Napraw krzywdę wyrządzoną słowem. Nie czyn rozdzwiewku między ludźmi.**

- Co mówię o innych osobach, czy daję się wciągnąć w plotkowanie?
- Jak często oczerniam kogoś w rozmowie z innymi?

**4. Rozmawiaj z każdym językiem miłości. Nie podnoś głosu. Nie przeklinaj. Nie rób przykrości. Nie wyciskaj łez. Uspokajaj i okazuj dobroć.**

- Co dobrego udało mi się ostatnio powiedzieć moim bliskim, przyjaciołom?
- Które z moich słów mogły kogoś – nawet niezamierzenie – zaboлеć, zranić?

**5. Przebacжай wszystko wszystkim. Nie chowaj w sercu urazy. Zawsze pierwszy wyciągnij rękę do zgody.**

- Jak często mam odwagę przyznać się do błędu?
- Czy pielęgnuję w sobie urazę do kogoś?

**6. Działaj zawsze na korzyść bliźniego. Czyn dobrze każdemu, jakbyś pragnął, aby tobie tak czyniono. Nie myśl o tym, co tobie jest kto winien, ale co Ty jesteś winien innym.**

- Kiedy ostatnio udało mi się zrobić coś dobrego z własnej inicjatywy?
- Czy zawsze dziękuję za miłe słowo, okazane wsparcie?

**7. Czynn timer współczuj w cierpieniu. Chętnie spiesz z pociechą, radą, pomocą, sercem.**

- Jak reaguję na cierpienie moich bliskich, przyjaciół, znajomych?
- Komu powinienem teraz pomóc najbardziej?

**8. Pracuj rzetelnie, bo z owoców twojej pracy korzystają inni, jak Ty korzystasz z pracy drugich.**

- Jak wygląda mój dzień? Jak wykorzystuję swój czas?
- Które z powierzonych mi zadań wykonuję sumiennie i uczciwie?

**9. Włącz się w społeczną pomoc bliźnim. Otwórz się ku ubogim i chorym. Użyczaj ze swego. Staraj się dostrzec potrzebujących wokół siebie.**

- Na co przeznaczam swoje pieniądze? Czy pamiętam o potrzebujących?
- Jak dzielę się swoimi talentami w służbie innym?

**10. Módl się za wszystkich, nawet za nieprzyjaciół.**

- O kim pamiętam w swoich modlitwach?
- O co modlę się dla osób, z którymi mam trudne relacje?