**ГРЕХИ ПРОТИВ БОГА**

Верю ли я в то, что Бог присутствует во всем, что случается в моей жизни?

Верю ли в то, что Бог любит и прощает меня?

Не обращался ли я к гороскопам, гаданию, не ношу ли амулеты, талисманы, не верю ли я в приметы?

Не забываю ли о молитве? Не читаю ли ее машинально, не пытаясь понять? Молюсь ли утром и вечером?

Всегда ли я благодарю Бога, или же я обращаюсь к Нему только когда мне что-нибудь нужно?

Не сомневаюсь ли я в существовании Бога?

Не отрекался ли я от Бога, не стеснялся ли признаться, что верю в Него?

Не обвинял ли Бога в неприятностях, произошедших со мной?

Не произносил ли я имени Бога попусту или даже в шутку?

Стараюсь ли узнавать что-то новое о Боге, читаю ли духовную литературу и Евангелие?

Не принимал ли я Причастия в состоянии тяжкого греха? Готовлюсь ли к принятию Тела Христова и благодарю ли Его за этот Дар?

Не стыжусь ли своей веры во Христа?

Не забываю ли я о Боге на время каникул, читаю ли молитвы, хожу ли в Храм?

Является ли моя жизнь свидетельством о Боге для других? Говорю ли я другим людям о Боге, защищаю ли свою веру?

Является ли воскресенье для меня особым днем? Не пропускаю ли воскресных и праздничных служб, не опаздываю ли на них? С верой ли участвую в Таинствах Исповеди и Причастия?

**ГРЕХИ ПРОТИВ ЦЕРКВИ**

Молюсь ли я за всех православных христиан?

Не критикую ли Церковь? Не отвергаю ли учения Церкви?

Не забываю ли о том, что если я живу в грехе, то Церковь от этого слабеет?

Не веду ли я себя во время совершения богослужения и Таинств только как зритель без благоговения, безразлично?

С уважением ли я отношусь к другим верующим?

Не бывает ли так, что я верующий только во время молитвы в храме, а когда выхожу из него, становлюсь "нормальным" человеком - и другие люди и их проблемы меня уже не касаются?

Всегда ли я соблюдаю пост? (это выражение нашей любви к Богу, через пост мы становимся причастны страданиям Христа) Умею ли я отказываться от удовольствий ради своей веры и любви к Богу?

**ГРЕХИ ПРОТИВ БЛИЖНЕГО**

Не хочу ли я все время быть в центре внимания? Не ревную ли я своих друзей? Признаю ли их свободу?

Отдаю ли я Богу своих друзей, "впускаю" ли Его в свои отношения со знакомыми? Всегда ли я замечаю других людей и их нужды, стараюсь ли им помочь или чаще не обращаю на них внимания?

Достаточно ли я молюсь за своих родных ( в т.ч. и усопших) и за других людей?

Благодарю ли людей за доброе, прощаю ли злое?

Как отношусь к калекам, больным и нищим? Не испытываю ли к ним отвращения?

Не обвиняю ли я других в своих проблемах?

Достаточно ли я уделяю времени тем, кто нуждается во мне, не отказываю ли в помощи?

Не говорю ли плохо о ближних?

Не завидую ли другим, не желаю ли, чтобы у них пропало то, что у них есть?

Нет ли в моем сердце ненависти к другим? Не желаю ли я зла кому-либо?

Не хочу ли я отомстить другим?

Не выдаю ли я чужих секретов, не использую ли доверенную мне информацию против других?

Люблю ли своих родителей и пытаюсь ли укрепить отношения с ними? Слушаюсь ли их?

Не брал ли я без спроса чужие вещи, не крал ли денег у родителей или кого-то еще?

Добросовестно ли я исполняю доверенную мне работу?

Не уничтожал ли бессмысленно природу? Не бил ли животных? Не сорил ли?

Люблю ли я свою страну?

Не было ли такого, что из-за моего бездействия и равнодушия кому-то было плохо?

Не толкал ли и не бил ли я других?

Не соблазнял ли других своим словом, поведением и внешним видом?

**ГРЕХИ ПРОТИВ СЕБЯ САМОГО**

Не отношусь ли к я Богу с равнодушием и легкомыслием? (это грех против Бога, но также и против себя самого, поскольку тем самым я отрезаю себя от источника Жизни и становлюсь духовно мертвым)

Не замыкаюсь ли я в собственных мечтах? Живу ли я сегодняшним днем, а не в прошлом или в будущем?

Принимаю ли я самого себя? Не сравниваю ли себя с другими? Не бунтую ли я против Бога из-за того, что Он сотворил меня таким?

Принимаю ли я свои слабости и отдаю ли их Богу, чтобы Он мог их исцелить? Молюсь ли об этом?

Не избегаю ли я правды о самом себе? Принимаю ли замечания в свой адрес и меняю ли свое поведение?

Исполняю ли я то, что обещал?

Хорошо ли я использую свободное время? Не теряю ли времени даром, впустую прожигая его только в играх и развлечениях?

Друзья, круг общения, который я избрал, - помогают ли они мне стремиться к добру?

Умею ли я сказать "нет", когда меня толкают на зло?

Не бывает ли так, что я склонен видеть в себе только плохое; молюсь ли я о том, чтобы Святой Дух открыл мне, какие у меня дары и помог развить их?

Делюсь ли я с другими теми талантами, которые дал мне Господь? Служу ли другим людям, помогаю ли?

Как я готовлюсь к своей будущей профессии? Думал ли серьезно о ее выборе так, чтобы она была полезна не только мне, но и другим людям?

Не замыкаюсь ли я в себе, перестав радоваться тому, что уже получил от Бога?

Человек - это душа и тело; достаточно ли я забочусь о развитии своего тела, о его физическом здоровье (теплая одежда, отдых, борьба с дурными привычками).

Целомудренно ли я отношусь к разным сферам моей жизни? Не растрачиваю ли я своего сердца понапрасну (флиртую, читаю и смотрю неприличные вещи, отношусь не серьезно к интимной сфере жизни, т.к. так делают многие), тем самым теряя возможность найти и принять свою настоящую любовь?

Не рассказываю ли я грязных шуток, не читаю ли неприличных журналов и книг, не смотрю ли неприличных роликов и фильмов?

Умею ли я отказаться от фильмов, журналов и книг, подталкивающих меня к нечистым мыслям?

Не вызываю ли своей манерой вызывающе одеваться или своим поведением соблазна, нечистых и скверных мыслей у других?

Не совершал ли еще чего-либо скверного в чем стыдно признаться?