فحص الضمير

الوصية الأولى

محبة الله فوق كل الأشياء *

١ ـ **هل نجَّسْت أشياء مقدسة أو مُكرَّسة لله ، أو إقترفت أي تدنيس آخر للمقدسات ؟**

٢ ـ هل كان ذلك مجرد قلة إحترام بسيط للأشياء المقدسة أو في أماكن مقدسة ؟

٣ ـ **هل إعترفت بدون ندامة أو بدون النية في الإصلاح ؟** (ليس نادمًا ولاينوي على الإصلاح مَن يتقرب إلى الإعتراف وهو **يريد** أن يعود إلى إقتراف الخطيئة ؛ إنما الذي **يخاف** أن يعود للوقوع بالرغم من أنه **لا يريد** أن يعود للخطيئة فذلك يكون لديه الندامة ونية الإصلاح) .

٤ ـ **هل أخفيت عن عَمْدٍ ذِكر إحدى الخطايا الجسيمة في الإعتراف ؟**

٥ ـ **ألم تكن صريحًا بالقدر الكافي فخدعت المُعَرِّف في شيءٍ مهم متعلق بالخطايا الجسيمة ؟**

٦ ـ **هل اِعترفت بالظروف المشدِّدة للخطايا ؟**

٧ ـ هل أنت مرتاح لاعترافك الأخير ؟

٨ ـ هل أنت أتممت الفرض الذي أعطاك اياه المُعرِّف ؟

٩ ـ **هل أخذت المناولة عارفًا بأنك في حالة خطيئة جسيمة ؟**

١٠ ـ **هل تلقيت سر التثبيت أو الزواج وأنت في حالة خطيئة جسيمة ؟**

١١ ـ **هل تؤمن بخرافة التفاؤل والتشاؤم ؟****

١٢ ـ **هل حضَّرت (إستشرت) الأرواح بطريقة جِدّية ؟**

١٣ ـ **هل تقرأ أو تقتني أو تُقْرِض كتبًا ممنوعة أو كتابات مناهضة للديانة ؟**

١٤ ـ هل أنت عازمٌ على إتلاف الكتب والمجلات والمطبوعات ، إلخ ... المناهضة للإيمان و الاخلاقيات ؟

١٥ ـ هل تصلي من وقتٍ لآخر؟ (لا يجب على أي شخص أن ينام دون أن يصلي ثلاث مرات " السلام عليكِ " للعذراء الكلية القداسة ، فهذا ضمان للخلاص الأبدي وكذلك تلاوة فعل الندامة طالبًا من الله المغفرة لجميع خطاياه) .

١٦ ـ هل تسرح شاردًا أثناء الصلاة عن عَمدٍ ؟ هل صلاتك هي حوار حقيقي ـ من العقل والقلب ـ مع الله ؟ أم هي مجرد رتبة خارجية فقط ؟ هل قدمت لله أعمالك وآلامك وأفراحك ؟ هل تلجأ لله في تجاربك ؟

١٧ ـ هل تسعى إلى إكمال تكوينك الديني بواسطة قراءات وإستشارات وعِظات ومؤتمرات دينية ، إلخ ... ؟

١٨ ـ **هل تؤمن بما تُعلّمهُ الكنيسة الكاثوليكية أم أنك تمسكت بافكار مخالفة لتعليمها ؟** هل تتجنب ما يمكن أن يضُرَّ إيمانَك ؟ هل أعلنت دائمًا ـ بقوة وبدون خوف ـ إيمانك بالله ؟ هل أظهرت كونك مسيحيًا في الحياة العامة والخاصة ؟

١٩ ـ **هل أنكرت أو شككت بطريقة واعية في واحدة من حقائق الإيمان ؟** (لا يتساوى الشكُّ الذي يتقبله المرء طواعية مع الخاطر اللإرادي) .

٢٠ ـ هل أظهرت ذلك لغيرك ؟

٢١ ـ هل اِستندت على رحمة الله لتسمح لنفسك بإقتراف خطايا أكثر ؟

٢٢ ـ هل تجرأت على اِقتراف الخطيئة مفكرًا أنك سوف تعترف لاحقًا ؟

٢٣ ـ هل لجأت لله في التجارب ؟

---

* في فحص الضمير هذا ـ الخاص بالإعتراف ـ الاسئلة المتعلقة بأمور خطيرة ستكون باللون الأسود الغامق .

** مثلاً : المرور تحت سِلّمٍ مفتوح ، أو الرقم ١٣ ، أو كَسْر مرآة ، إلخ ... .

٢٤ ـ **هل يأست أو هل تمرَّدت على العناية الإلهية ؟**

٢٥ ـ هل تحمَّلت بصبرٍ وصفاءِ نفسٍ آلامَ ومعاكسات الحياة ؟ هل تحيا مشغول البال بالأشياء المادية وناسيًا الله . هل تأخرت طويلاً في الإعتراف بعد اقترافك خطيئة جسيمة ؟ هل تقوم بافعالك بنية صالحة ؟

٢٦ ـ هل كان لديك احترام بشري للأشياء الخاصة بالديانة ؟

٢٧ ـ **هل تنتمي لهيئات غير دينية مثل الماسونية أو الحزب الشيوعي** ؟ : " إن المؤمنين الذين يعتنقون التعاليم الماركسية والمناهضة للمسيحية لدى الشيوعين ، خصوصًا أولئك الذين يدافعون عن هذه التعاليم ويروّجونها ، يعرضُّون أنفسَهم - عن استحقاقٍ تامٍ لكونهم جاحدين للإيمان الكاثوليكي - إلى الحرمان الذي يقتصر إقراره على الكرسي الرسولي* " . لذلك تقول اللجنة الدائمة لهيئة الأساقفة الإيطاليين : " لا يمكن لأحدٍ أن يكون مسيحيًا وماركسيًا في الوقت نفسه " . إذ أن " الإنضمام للشيوعية هو بالفعل جحد للإيمان " .

٢٨ ـ **هل إشتركت في بعض جلسات تحضير الأرواح** ؟ (إن الكنيسة تُحَرِّم الإشتراك في جلسات تحضير الأرواح حتى على سبيل الفضول) .

الوصية الثانية

لا تحلف باسمه القدوس بالباطل

١ ـ **هل حلفت بالباطل ؟**

٢ ـ **هل حلفت مع شكٍّ في حقيقة ما تحلف لأجله ؟**

٣ ـ هل حلفت بالحقيقة ولكن بدون ضرورة وعن عادة ؟

٤ ـ هل حلفت بأن تفعل سوءًا كالإنتقام مثلاً ، إلخ ... ؟

٥ ـ **هل جدّفت عن وعي ضد الله أو ضد القربان أو ضد العذراء أو ضد الأشياء المقدسة ؟**

٦ ـ هل تفوهت بكلام غير محترم عن الله أو عن العذراء أو عن القديسين ؟

٧ ـ هل ذكرت نكات غير موافقة للتديّن أو هزأت من الأشياء الخاصة بالديانة ؟

٨ ـ هل أظهرت شجاعة في دفاعك عن الكنيسة كلما أمكنك ذلك أم تحفَّظت في ذلك ؟

٩ ـ هل راعيت الإحترام البشري في إعلانك عن كاثوليكيتك ؟

١٠ ـ هل تكلمت بالسوء عن الكنيسة أو عن كهنتها أو عن الأشياء المقدسة ؟

١١ ـ هل هزأت من الأشخاص الطيبين لكونهم كذلك ؟

١٢ ـ هل أخللت بالإحترام الواجب لمكان العبادة ؟

١٣ ـ هل أتممت - على قدر إستطاعتك - نذورك ووعودك لله ؟ (إذا كان لديك أشياء مُعلّقة في هذا المجال ، اذكرها لأب إعترافك حتى إذا كان مناسبًا أعطاك إلزامًا أخر) .

الوصية الثالثة

تقديس الأعياد

١ ـ **هل أهملت الذهاب إلى قداس الأحد أو في أي من الأعياد الإلزامية في حين كان باستطاعتك الذهاب ؟**

٢ ـ **هل وصلت متأخرًا أو لم تستمع إلى كل أجزاء القداس بدون سبب كافٍ ؟** (يُعتبر حاضرًا للقداس مَن وصل إليه عند قانون الإيمان ؛ ولكن يجب الوصول قبل أن يتوجه الكاهن إلى المذبح) .

٣ ـ هل سرحت شاردًا بفكرك عن عمدٍ أثناء القداس أو إرتكبت أفعالاً غير لائقة ؟

* أعمال الكرسي الرسولي بتاريخ ٢/ ٧/ ١٩٤٩.

٤ ـ **هل اِعترفت وتناولت بمناسبة عيد القيامة ؟**

٥ ـ هل تسببت في عدم ذهاب البعض إلى القداس أو جعلتهم يعملون بدون ضرورة ؟

الوصية الرابعة

اكرم أباك وأمك

أولاً : البُعد العائلي .

أ ـ الأبناء :

١ ـ هل ساهمت في إدخال الخير والفرح داخل عائلتك بصبرك وحبك الحقيقي ؟

٢ ـ هل لم تُطِع والديك ؟

٣ ـ هل اِستهزأت بهما ؟

٤ ـ هل تحترمهما ؟

٥ ـ هل أجبتهما بجفاء ؟

٦ ـ هل اِمتنعت عن التحدث اليهما ؟

٧ ـ هل شتمتهما ؟

٨ ـ هل تمنيت لهما أيَّ شرٍ ؟

٩ ـ هل اِحتقرتهما ؟

١٠ـ هل عاملتهما معاملةً سيئةً ؟

١١ـ هل هدّدتهما ؟

١٢ـ هل أخذت بعين الاعتبار رغباتهما الخاصة المتعلقة بمستقبلك وباختيارك لحالتك المعيشية ؟

١٣ـ هل خجلت منهما علنًا لكونهما فقراء أو غير متعلمين أو متقدمين في العمر ؟

١٤ـ هل عاملتهما بقسوة أو جفاء ؟

١٥ـ هل تحزنهما ؟

١٦ـ هل أعنتهما في احتياجاتهما سواء المادية منها أم الروحية ؟ (تُعتبر واحدة من أعظم خطايا الأبناء عدم تسهيلهم حصول والديهم على الأسرار المقدسة الأخيرة في الوقت المناسب) .

١٧ـ هل تعول والديك كما يجب مما تكسبه ؟

١٨ـ إذا كانوا قد ماتوا فهل تتذكر أن تصلي من أجلهما وأن تقدم قداسات على نيتهما ؟

١٩ـ هل أطعت واحترمت رؤساءك ؟

٢٠ـ هل أنت متمرد وغير منضبط ؟

ب ـ الإخوة :

١ ـ هل عاملت إخوتك معاملة حسنة ؟

٢ ـ هل تشاجرت معهم ؟

٣ ـ هل أسأت معاملتهم ؟

٤ ـ هل تمتنع عن التحدث معهم لمدة طويلة ؟

٥ ـ هل تصالحهم بالفعل ؟

٦ ـ هل تغار منهم ؟

٧ ـ هل أعطيت لهم المثل السيء ؟

٨ ـ هل كنت السبب في أن يجادلوا أبويك أو في عدم طاعتهم لهما أو هل سببت لهم تشكّكًا في شيء ما ؟

٩ ـ هل كشفت أخطاءهم الخطيرة لأبويك حتى يصححانها ، إذا كنت لم تجد حلا ً آخر أكثر فاعليّة ؟

١٠ـ هل تساعد إخوتك ماديًا إذا كان لديهم احتياج وكنت أنت قادرًا على ذلك ؟

جـ ـ الأباء :

١ ـ هل تربي أبناءك بطريقة مناسبة في الأمور الدينية والعادات الصالحة ؟

٢ ـ هل تدبر لهم المأكل والملبس وتعلمهم في الأمور الدينية والثقافية ؟

٣ ـ هل تؤدبهم وتعاقبهم بحسب ما يستحق الخطأ ؟

٤ ـ هل لعنتهم وتمنيت لهم أي شرٍ ؟

٥ ـ هل تدللهم وتتساهل معهم ؟

٦ ـ هل تعرف كيف تتصدى لنزواتهم ؟

٧ ـ هل تسخر من أخطائهم ؟

٨ ـ هل تتركهم يهيمون كسالى وعاطلين ؟

٩ ـ هل تعطيهم المثل الصالح بالكلمات والأفعال ؟

١٠ـ هل تتكلم أمام أبنائك عن أشياء قد تضر بهم روحيًا ؟

١١ـ هل تعطيهم نصائح طيبة حتى لا يتهدد إيمانهم وأخلاقياتهم ؟

١٢ـ هل تُجنّبهم مخاطر الوقوع في الخطيئة ؟ (لايجب أن ينام الأولاد والبنات معًا إبتداءً من عمر خمس سنوات) .

١٣ـ هل تراقب وسائلهم الترفيهية وصداقاتهم وقراءاتهم وبرامج التلفزيون التي يشاهدونها ؟

١٤ـ هل تحرص على ألا تدخل بيتك مجلات قد تسبب ضررًا روحيًا لأبنائك ؟

١٥ـ هل تسمح لبناتك بارتداء ملابس غير محتشمة أو بالاشتراك في وسائل ترفيه خطرة مثل الحفلات الغير بريئة أو تمضية الوقت مع صديق ، إلخ ... ؟

١٦ـ إذا كان عندها خطيب رسمي هل تتخذ الإحتياطات اللازمة حتى تتصرف إبنتك في كل الأمور بحسب وصايا الله ؟

١٧ـ هل تساعد أبناءك حتى يتوصلوا إلى أن يعيشوا حياة مناسبة لمستواهم ؟

١٨ـ هل ترسخ في أبنائك قيمة التعامل باستقامة والوفاء بالواجبات وروح العمل ؟

١٩ـ هل أعددت وصيتك بحيث لا تحدث صراعات إذا مُتَّ فجأة ؟

٢٠ـ هل أسأت إلى أبنائك بظلمك لهم في حصّتهم من الميراث ؟

٢١ـ هل أجبرت أبناءك بعنف على اختيار الحالة الاجتماعية أو منعتهم من أن يكرّسوا أنفسهم لله ؟

د ـ الأزواج :

ـ بالنسبة للإثنين :

١ ـ هل هما لطيفان وطيبان ؟

٢ ـ هل يسيء أحدهما للآخر ؟

٣ ـ هل يتشاجران ويشتم أحدهما الآخر ؟

٤ ـ هل يسلب أحدهما حرية الآخر فيما يختص بالأشياء الصالحة أو الدينية ؟

٥ ـ هل يسلب أحدهما سلطة الآخر أمام الأبناء ؟

٦ ـ هل لديهما غيرة بدون أساس سليم ؟

٧ ـ هل يُعرِّض أحدهما الآخر لخطر عدم الأمانة ؟

٨ ـ في الفعل الزوجي هل يتصرفان بأنانية أم بتقدمة كل منهما ذاته للآخر ؟

٩ ـ هل يعيشان الزواج بحسب الأخلاقيات والآداب المسيحية ؟

١٠ـ هل يهتمان بعدم معيشة الزواج بطريقة تؤدي إلى تشكك الأبناء أو الآخرين ؟

١١ـ هل يخلان بالأمانة الزوجية بالأفعال أو بالرغبات ؟

ـ بالنسبة للزوجة :

١ ـ هل أنفقتِ النقود بتبذير في أشياء لا فائدة منها ؟

٢ ـ هل تنفقين أكثر مما هو متاح لكِ أو تتسببين في ديون كبيرة بدون علم زوجك ؟

٣ ـ هل تركت زوجك وحيدًا لمدة طويلة ؟

ـ بالنسبة للزوج :

١ ـ هل تكلفها أعمالاً غير ضرورية ؟

٢ ـ هل تساندها حتى تستطيع أن تؤدي دورها كزوجة وأم بطريقة مسيحية صالحة ؟

٣ ـ هل تعطيها مصروفًا كافيًا لتكاليف العائلة ؟

ثانيًا : البعد الإجتماعي .

أ ـ الرؤساء والموظفين :

١ ـ هل تعامل مرؤوسيك بعدل ومحبة ؟

٢ ـ هل تحرص على أن تُتْبَع القوانين العادلة ؟

٣ ـ هل تؤَمِّن على عُمَّالك وموظفيك بطريقة مناسبة ؟

٤ ـ هل حرصت على تقسيم المهام والوظائف والإمتيازات والجوائز والتكريم بعدلٍ ؟

٥ ـ هل كلّفتَ بمسؤوليات أشخاصًا قد يسببون ضررًا ؟

٦ ـ هل حَميت الفقراء والمعوقين ؟

٧ ـ هل تستجيب للوساطات بدون داعٍ ؟

٨ ـ هل تركت نفسك ترتشي بالمال ؟ (لا تُعْتَبر رشوة : الهدايا أو البقشيش الذي يُمنح ردًا على خدمات لا تتعارض مع العدالة) .

٩ ـ هل توصي وتأمر بما يجب عليك أن توصي به ؟

١٠ـ هل إرتكبت ظلمًا ما ؟

١١ـ إذا كنت في موقع مسؤولية وتمارس سلطة ما ، هل تستغل ذلك لمصلحتك الشخصية أم لخير الآخرين بروح الخدمة ؟

١٢- هل تتجنب الفضائح أو الإستغلال للآخرين أو تتغاضى عن ذلك خوفًا من ذوي النفوذ أو عن محاباة للوجوه أو لفائدتك الشخصية ؟

١٣- هل اتخذت قرارات ظالمة أو استخدمت ملفات مزيّفة ؟

١٤- هل تفعل كل ما في استطاعتك من الخير ؟

١٥- هل أدّيت بامانة كل واجباتك ؟

١٦- هل أنت مثال للالتزام بالمواعيد وللكد في عملك ؟

١٧- هل سببت ضررًا لأحد بسبب اهمالك في تأدية مهامك ؟

١٨- إذا كان لك تأثير في المكافآت والحوافز المعطاة لمرؤوسيك فهل تعطي بالفعل كل واحد ما يستحقه أم تفضل من تستلطفهم وتهضم حق من تعتبره ثقيل الظل ؟

١٩- هل إستغللتَ منصبك بدون وجه حق للحصول على مكسب شخصي ؟

٢٠- إذا كانت هناك نساء يعملْنَ معك فهل يجدْنَ فيك إنسانًا شهمًا أم يواجهْنَ الازعاج والتجربة ؟

٢١- هل أنت سريع الانجاز في تصريف أمور الآخرين ؟

٢٢- هل تؤجل أعمال الفقراء أكثر من الأغنياء مسببًا بتأخيرك هذا الضرر لهم ؟

٢٣- هل أنت ودود ولطيف مع الجميع ؟

٢٤- هل تهتم بمتابعة مرؤوسيك حتى لا يعامِلوا بطريقة سيئة من يلجأ اليهم ؟

٢٥- هل تكون تصرفاتك قاسية أو إستبدادية أو سيئة ؟

٢٦- هل تؤثر مضايقاتك العائلية أو ما تشعر به من ألم - مثلاً في المعدة - على معاملتك لمرؤوسيك ؟

٢٧- هل تعرف كيف تصدر الأوامر بطريقة لطيفة ؟

٢٨- عندما يكون لزامًا عليك التوبيخ ، هل تفعل ذلك بطريقة بناءة بدون إساءة أو شتيمة ؟

٢٩- هل تهنـّئ مروؤسيك عند إتمامهم عملاً يستحقون عليه ذلك حتى يشعروا بالرضى لكونهم مفيدين لغيرهم ؟

ب - أرباب العمال :

١ - هل تعطي مرتبًا عادلاً ومناسبًا في أوانه ؟

٢ - هل يوجد تناسق بين مايكسبه العمال المتعاقدين معك وبين الأرباح التي تحصل عليها من هذا العمل ؟

٣ - هل أنت مسؤول عن عَوَز عمالك بسبب اعطائك لهم مرتبات غير كافية ؟

٤ - هل تدفع لعمالك أجرًا ملائمًا لنوع العمل الذي يقومون به ؟

٥ - هل تدفع لهم أجرًا عادلاً نظير ساعات العمل الإضافية ونظير الأعمال الشاقة والخطرة ؟

٦ - هل تطبّق القوانين في تعاملك معهم ؟ هل تؤمّن عليهم تأمينًا مناسبًا ؟

٧ - هل أوفيت بوعودك بحسب تعاقدك معهم ؟

٨ - هل تمد عمالك بالأدوات اللازمة للتقليل قدر الإمكان من قسوة الأعمال ؟

٩ - هل توفر شروط نظافة وأمان في العمل كما لو كنت فاعلاً لبيتك الشخصي ؟

١٠- هل تحرص على استطلاع ظروف العمل التي يتعايش معها عُمالك وكذلك الصعوبات التي يواجهونها ؟ أم أن إهمالك في معرفة هذه الأمور يكون سببًا في معاناتهم ظلمًا ؟

١١- هل تجتهد في تلبية مطالب ورغبات عمالك المعقولة ؟

١٢- هل تعامل الذين يعملون لديك بمحبة مسيحية كأنهم إخوة لك ؟
١٣- هل تهتم بحياتهم وصحتهم وعائلتهم ... على قدر المستطاع ؟
١٤- هل تجنّبهم بقدر استطاعتك فساد الاخلاق والمخاطر على أرواحهم ؟
١٥- هل تتجنب بقدر المستطاع الإختلاط المُبالغ فيه بين الجنسين ؟
١٦- هل تحرص على ألا يُفسِد رؤساء الأقسام أو الورش أخلاق العاملين تحت سلطتهم ؟
١٧- هل تعطي المثل الصالح في معاملتك للسيدات اللواتي يعملن لديك من خلال سلوك لا لوم فيه ؟
١٨- هل تُسهّل لمرؤوسيك تأدية واجباتهم الدينية ؟
١٩- هل تكلفهم باعمالٍ تسيء إلى ضميرهم ؟
٢٠- هل تكلفهم أعمالاً تفوق قدرتهم ؟
٢١- هل تقدر المجهود المبذول وتعترف باستحقاقهم حتى يستطيع مرؤوسيك أن يسعدوا بهذا الرضى ؟
٢٢- هل تستغل المحتاجين ؟
٢٣- هل تحصل على مكاسب غير مناسبة ؟
٢٤- هل سببت ضررًا بطريقة ظالمة لأي شخص من خلال أعمالك ؟
٢٥- هل تهتم بالأخلاقيات في مجال الأعمال وبأن يكون ضميرُك المهنيّ مستقيمًا ؟
٢٦- هل تطبق العدالة الاجتماعية وتساهم في تحسين الظروف الصعبة للعمال ؟
٢٧- هل تساهم بقدر استطاعتك في معالجة عيوب المجتمع مستخدمًا رأسمالك بحيث توفر عملاً للعامل ؟
٢٨- هل تعطي لعمالك مثالاً لصاحب العمل الكاثوليكي من خلال تقواك وعدالتك وعاداتك ؟

جـ - العمال :

١ - هل تطيع وتحترم رؤساءك ؟
٢ - هل تتمم ما تعاقدت عليه ؟
٣ - هل تعتني بالأشياء الخاصة بصاحب العمل ؟
٤ - هل تسبب لهم ضررًا بدون داعٍ ؟
٥ - هل تُسرف بدون داعٍ في المواد أو الطاقة ؟
٦ - هل تعتني بأدوات العمل كما لو كانت ملكًا لك ؟
٧ - هل تعمل باجتهاد خلال الوقت المخصَّص للعمل ؟
٨ - إذا كان شخص آخر يعمل لديك ، فهل يكفيكَ إذا أنتج مثل ما تنتجه أنت في عملك ؟
٩ - هل تعطي مثالاً صالحًا للأمانة والوفاء ؟
١٠- هل تحافظ على أسرار الصناعة للمؤسسة التي تعمل أو كنت تعمل لديها ؟
١١- هل تمنع بدون وجه حق آخرين عن أداء عملٍ يحتاجون اليه ؟
١٢- هل تستخدم وسائل مشروعة للمطالبة بحقوقك ؟
١٣- هل تعطي مثالاً صالحًا لزملائك في العمل ؟
١٤- هل أنت مسؤول عن فساد الشباب الذين يعملون معك ؟
١٥- هل تجتهد في إصلاح المجال الذي يعملون فيه كما لو كانوا أبناءك ؟

١٦- هل تؤثر بتجديفك وكلماتك الخارجة وحواراتك الغير أخلاقية والصور الخليعة ، إلخ ... ، في تدهور جوّ العمل ؟

١٧- إذا كانت هناك نساء يعملنَ معك ، فهل تحترمهن كما تريد أن تُحترَم زوجتُك وبناتك ؟

١٨- هل تساعد زملاءك فيما يحتاجون اليه دائمًا بقدر استطاعتك ؟

١٩- هل تفعل كل ما بوسعك حتى تُقربهم إلى الله ؟

د - السيدات وربات البيوت :

١ - هل تُعطِين الأجرة في الوقت المناسب ؟

٢ - هل تطبقين القانون في معاملتك لموظفيك ؟

٣ - هل تُؤَمِّنين تأمينًا مناسبًا على من يعملون لديك ؟

٤ - هل تعاملين الخادمات العاملات لديك بمحبة مسيحية كما لو كُنَّ أخوات لك ؟

٥ - هل تهتمين براحتهن وصحتهن وعائلتهن ... بقدر الإمكان ؟

٦ - هل تتجنبين ما بوسعه أن يفسدهن أخلاقيًا وهل تتجنبين المخاطر التي قد تتعرض لها نفوسهن ؟

٧ - **إذا** كان لديك ِ منصب أو سلطة ما ، فهل تستخدمينها لمنفعتك الشخصية أم لخير الآخرين وذلك بروح الخدمة ؟ وهل وفيت بوعودك وعقودك ؟

٨ - هل تبالين بألا يُفسِد مستخدموك ِ آخرين ؟

٩ - هل تسهلين على الخادمات العاملات لديك تأدية واجباتهن الدينية ؟

١٠- هل تكلفينهن أعمالاً قد تسيء إلى ضميرهن ؟

١١- هل تجبرينهن على القيام بأعمال تفوق طاقتهن ؟

١٢- هل تحرصين على أن تنال الخادمات العاملات لديك تغذية ومسكنًا لائقَيْن ؟

١٣- هل تسهرين على ألا يواجه أبناؤك فرصة للخطيئة داخل محيط البيت ؟

١٤- هل تَقبلين في خدمتك نساءً ذوات سمعة مشبوهة ؟

١٥- هل تجعلينهن يعملن حتى ساعة متأخرة من الليل ؟

١٦- هل ترفضين منحهن وقتًا للراحة ؟

١٧- هل تشتمينهن وتعنفينهن أو تسيئين معاملتهن ؟

١٨- هل تعرفين كيف تصدرين الأوامر بلطفٍ ؟

هـ - العاملات والموظفات :

١ - هل تطيعين وتحترمين رؤساءك ؟

٢ - هل تتممين ما تعاقدت عليه ؟

٣ - هل تعتنين بالأشياء الخاصة بصاحب العمل ؟

٤ - هل تسببين لهم ضررًا بدون داعٍ ؟

٥ - هل تعملين باجتهاد خلال الوقت المخصّص للعمل ؟

٦ - إذا كان شخص آخر يعمل لديك فهل تكتفين إذا أنتج مثل ما تنتجينه أنتِ في عملك ؟

٧ - هل تعطين مثالاً صالحًا للأمانة والوفاء ؟

٨ ـ هل تحافظين على الأسرار التي تطّلعين عليها لكونك خادمة أو عاملة آلة كاتبة أو عاملة تليفون ، إلخ... سواء أسرار البيت الذي تعملين فيه أو البيوت التي عملت فيها في الماضي ؟

٩ ـ هل تُفتّشين في أدراج أو مراسلات أو أشياء سيدتك الخاصة ؟

١٠ـ هل تُفتِشين أسرار أو خصوصيات العائلة أو السيدة التي تعملين عندها ؟

١١ـ هل أنت مسؤولة عن فساد الشباب الذين يعملون معك ؟

١٢ـ هل تجتهدين في تحسين مجال العمل من أجلهم كما لو كانوا أبناءك ؟

١٣ـ هل تؤثرين بتجديفك وكلماتك الخارجة وحواراتك الغير أخلاقية ، إلخ ... في تدهور جوّ عملك ؟

١٤ـ إذا كان هناك رجال يعملون معكِ ، فهل تحترمينهم كما تريدين أن يحترم الناس زوجك ؟

و ـ بالنسبة للكل :

١ ـ هل كان باستطاعتك فعل الخير للآخرين ولم تفعله ؟

٢ ـ هل تُتمِم بأمانة واجباتك المهنية ؟

٣ ـ هل أنت أناني فيما يختص بحقوق واحتياجات قريبك إذا تداخلتْ مع مصالحك ؟

٤ ـ هل اِرتكبت ظلمًا ما ؟

٥ ـ هل قمت بعمل غير شريف ؟

٦ ـ هل تطيع القوانين العادلة ؟

٧ ـ هل تكلمت عن السلطات بالاِحترام الواجب آخذًا في الاِعتبار أن ممارسة السلطة هي شيء صعب وشاق وأن حتى الأشخاص الشرفاء قد يرتكبون أخطاءً ؛ أم أنك اِنجرفت في تيار الانتقادات الظالمة أو غير المناسبة التي تهدم بدلاً من أن تبني ؟

٨ ـ هل تتصرف في كل شيء كمواطن مثالي كما يليق بالمسيحي الكاثوليكي الصالح ؟

٩ ـ **هل احتقرت عن عمدٍ سلطة رئيس شرعي لك ؟**

الوصية الخامسة

لا تقتل

١ ـ **هل قتلت أحدًا ؟**

٢ ـ **هل سعيت إلى الإجهاض ؟**

٣ ـ هل تم بالفعل ؟

٤ ـ **هل شاركت في إتمامه ؟**

٥ ـ **هل حاولت الاِنتحار ؟**

٦ ـ **هل دفعت الآخرين بطريقة مباشرة إلى الاِنتحار أوإلى الإجهاض أو إلى أية جريمة أخرى ؟**

٧ ـ هل عرَّضْتَ حياتك للخطر بدون داعٍ ؟

٨ ـ هل عرَّضْتَ حياتك أو حياة الآخرين للخطر بإخلالِكَ بقوانين المرور ؛ مثلاً بأن تتقدم بدون رؤية جيدة أو بإبهارك الآخرين بأنوار السيارة أو بسيرك بالدراجة في الليل بدون أنوار أو بعبورك الشارع بدون أن تنظر قبلاً إذا كانت هناك سيارة آتية ؟

٩ ـ هل جرحت أو ضربت آخر بدون سبب معقول ؟

١٠ـ هل شتمت الآخرين ؟

١١- هل جدَّفت أو لعنت ؟

١٢- هل عندك كراهية أو حقد ضد شخص ما ؟

١٣- هل هي كراهية مميتة ؟

١٤- هل تمتنع عن تحية وعن الحديث إلى شخص ما بدون سبب معقول أو لمدة طويلة ؟

١٥- هل تتمنى بجدية شرورًا جسيمة لشخص آخر ؟

١٦- هل انتقمت أو رغبت في الانتقام ؟

١٧- هل حزنت لرخائه أو فرحت لمصيبته ؟

١٨- هل كنت سببًا للشجار أو العداوات ؟

١٩- هل تُشعل المخاصمات ؟

٢٠- هل عندك صبر إزاء ضعفات القريب ؟

٢١- هل تنجرف وراء المجد الباطل والكبرياء ؟

٢٢- هل فرحت لشرٍ أصاب القريب أو حزنت لخيره ؟

٢٣- هل إمتنعت عن المغفرة أو عن مصالحة الآخرين ؟

٢٤- إذا أسأت لشخص ما فهل أرضيته بعد ذلك بطريقة صريحة واضحة أم ضمنية ؟

٢٥- إذا شتمك أحدهم فهل يكون عندك استعداد للمصالحة ولمنحه المغفرة حبًا في المسيح ، أم أنك تتمسك بمشاعر الكراهية والإنتقام ؟

٢٦- هل أنت سيء الطبع ، وتُوبّخ الآخرين بدون داعٍ ؟

٢٧- هل تعامل قريبك بغطرسة ؟

٢٨- هل احتقرت القريبين منك وخصوصًا الفقراء والضعفاء والمسنين والغرباء والمنتمين لأجناس أخرى ؟ هل فرضت إرادتك على الآخرين ضد حريتهم وحقوقهم ؟ هل تستغل إخوتك مستخدمًا إياهم لخدمة مصالحك الشخصية ؟ أتتصرف معهم بطريقة تكره أن يتصرفوا بها معك ؟

٢٩- هل تكون مزعجًا من خلال مِزاحك الثقيل وسخريتك ؟

٣٠- هل أنت لطيف وخدوم ؟

٣١- هل تعامل الآخرين بمحبة مسيحية ؟

٣٢- هل سكرت إلى الحد الذي أفقدك عقلك ؟

٣٣- هل شربت الخمر إلى حد السّكْر فارتكبت خطايا لم تكن لترتكبها لو لم تسكر ؟

٣٤- هل قدَّمت الخمر لأحد بنية سيئة ؟

٣٥- هل أعطيت مثالاً سيئًا ؟

٣٦- هل قدت أحدًا إلى خطية جسيمة ؟

٣٧- هل سببت تشككًا للآخرين من خلال تعليمك أو دفعك إياهم إلى خطيئة جسيمة ؟

٣٨- هل كنت السبب - عن وعي ونية مبيتة - في أن يرتكب الآخرون خطايا جسيمة في حين كان بامكانك ومن واجبك أن تجنبهم ذلك ؟

٣٩- هل أعطيتهم صورًا أو كتبًا او مجلات أو جرائد سيئة ؟

٤٠- هل أهملت في السعي نحو خير القريب حين كان باستطاعتك تجنب الضرر ؟

٤١- هل سببت مضايقات بدون داعٍ ؟

٤٢ـ هل تساعد المحتاجين على قدر امكانياتك ؟

٤٣ـ هل تشارك في الأعمال الرسولية وأعمال المحبة في الكنيسة وهل تشارك في حياة رعيتك ؟

هل صليت من أجل وحدة الكنيسة ومن أجل البشارة للشعوب ومن أجل تحقيق السلام والعدالة ؟

الوصية السادسة والتاسعة

لا تزنِ ـ لا تشتهِ اِمرأة قريبك

١ ـ هل قمت بعمل يُخِلّ بالشرف ؟

٢ ـ بمفردك ؟

٣ ـ مع شخص آخر ؟

٤ ـ من أي جنس ؟

٥ ـ من أي فئة : أعزب ، متزوج ، من أقربائك ، إلخ ... ؟

٦ ـ هل كان ذلك باللمس فقط أم أتممت الفعل إلى النهاية ؟

٧ ـ هل وضعت نفسك بكامل إرادتك في خطر الوقوع في خطيئة جسيمة ، أو هل لم تتجنب ذلك حينما كان بإمكانك ومن واجبك تفاديه ؟

٨ ـ هل تلامست مع شيءٍ أو شخصٍ بنية غير شريفة ؟

٩ ـ هل رقصت بنية غير شريفة ؟

١٠ـ هل قمت بلمس غير شريف مدفوعًا من الشهوة ؟

١١ـ هل عانقت أو قبَّلت أو عانقت أحدًا برغبة غير شريفة ؟

١٢ـ هل بحثت عن عمد عن حصولك على إثارة جسدية ؟

١٣ـ هل وضعت نفسك في خطرٍ جسيمٍ عن عمد وبدون سبب له ما يبرره ـ للتعرض لاستثارة ناتجة عن حركات شهوانية وللوقوع فيها ؟

١٤ـ هل قمت بإشارات غير شريفة ؟

١٥ـ هل تفوهت بكلمات غير لائقة ؟

١٦ـ هل قمت بمحادثات بذيئة راويًا نكتًا خليعة أو مُنشدًا أغاني غير شريفة ؟

١٧ـ هل غذيت هذه المحادثات ؟

١٨ـ هل تستمع لأشياء غير شريفة بدرجة خطيرة ومتلذذًا بها عن عمد ؟

١٩ـ هل قرأت أو كتبت أو رسمت برغبتك أنت ـ بدون سبب له ما يبرره ـ أشياء غير شريفة على درجة كبيرة من الخطورة ؟

٢٠ـ هل تمتلك كتبًا أو مجلات أو صورًا غير أخلاقية ؟

٢١ـ هل أقرضتها لأحد ؟

٢٢ـ هل واصلت قراءة كتاب بعد أن تنبهت إلى خطورته على روحك ؟

٢٣ـ هل نظرت بنية غير شريفة ؟

٢٤ـ هل ذهبت لمشاهدة عروض غير شريفة لدرجة خطيرة ؟

٢٥ـ هل تساعد أو تتستر على أعمال غير شريفة ؟

٢٦ـ هل عندك علاقات عاطفية لمجرد تمضية الوقت ليس هدفها الزواج بعد ذلك ؟

٢٧- إذا كان عندك خطيبة (خطيب) هل تتصرف معها بجدية وهل تعرف كيف تحافظ على الاعتدال اللازم في مظاهر الحب متجنبًا خطر الوقوع في الخطيئة ؟

٢٨- هل عندك صداقات ذات خطورة ؟

٢٩- هل رافقت أشخاصًا خليعين ؟

٣٠- هل ذهبت بمفردك معهم ؟

٣١- هل تتجنب فرص الوقوع في الخطيئة ؟

٣٢- **هل تذهب إلى أماكن تقود إلى الضياع ؟**

٣٣- **هل تصطحب معك آخرين ؟**

٣٤- **هل فكرت في رغبات غير شريفة - عن عمد - حتى لو لم تتممها ؟**

٣٥- **هل كانت هذه الأفكار تختص بشخص متزوج مثلاً أو في حالة تـُمثل خطورة بالغة** (مثلاً أن يكون من أقاربك أو من نفس الجنس ، إلخ ...) ؟

٣٦- **هل تلذذت عن عمدٍ بأفكارٍ غير شريفة ؟** (لا يتساوى الشعور برغبات سيئة أو أن تخطر على البال أفكارٌ سيئة مع التلذذ الإرادي بهذه الأشياء) .

٣٧- **هل اِشتهيت أو طمعت في شخص عن عمد لا تربطك به صلة زواج ؟**

الوصية السابعة والعاشرة

لا تسرق - لا تشته ما لقريبك

١ - هل اِحتفظت بشيء لم يكن ملكك ؟

٢ - هل كان ذلك نتيجة عنف ، أو شيئًا خاصًا بفقير ، أو في أحد الأماكن المقدسة ، أو في ظرف يتسم بالخطورة ؟

٣ - هل حاولت أو رغبت في سرقة قريبك ، أو في إلحاق الضرر بممتلكاته أو نصحت أحدًا بذلك ؟

٤ - هل شاركت في سرقة بأيّ شكل من الأشكال : سواء بالنصيحة أو بالمساعدة أو التستّر ، إلخ ... ؟

٥ - هل أرجعت شيئًا وجدته إذا كنت تعرف صاحبه ؟

٦ - إذا كنت لا تعرف صاحب الشيء ، فهل سعيت لمعرفته باجتهاد يناسب أهمية هذا الشيء ؟

٧ - **هل سببت ضررًا جسيمًا عن عمدٍ للآخرين في ممتلكاتهم ؟**

٨ - هل شاركت عن معرفة في ضررٍ للقريب ؟

٩ - هل كنت شريكًا أو متستّرًا على ظلم ما ؟

١٠- هل رفضت - عن أنانية - إعطاء شهادتك على براءة أحدٍ ؟

١١- هل أتممت الوصية الخاصة بالميراث ؟

١٢- هل اِشتريت شيئًا عارفًا بأنه مسروق ؟

١٣- هل أرجعت الشيء المسروق لصاحبه وأصلحت الضرر اللاحق به بحسب امكانياتك ؟

١٤- إذا لم تكن قد فعلت ذلك حتى الآن ، فهل أنت مستعد لإرجاع هذا الشيء ؟

١٥- هل اِستغلـلْتَ حاجة القريب للحصول على المال ؟

١٦- هل قمت بالغش في حالة البيع أو الشراء . (حتى في حالة سرقة شيء زهيد في كل مرة فإنك قد تصل إلى حد **الخطيئة الجسيمة بالتراكم**)

١٧- **هل قامرت بقدر كبير من المال ؟**

١٨- هل غششت في لعب القمار ؟ (يجب عليك إرجاع ما كسبته عن غش للشخص المتضرر أو إعطاء هذا المال كصدقة . إذا كان عندك شك فاسأل أب الإعتراف) .

١٩- هل إستخدمت نقودًا مزيفة في الشراء ؟

٢٠- هل إحتفظت بمال الآخرين وهم في إحتياج اليه ؟

٢١- هل أقرضت مالاً بِرِبًا (بفائدة) ؟

٢٢- هل أَخْلَلْتَ بالعدالة في عقودك ومعاملاتك ؟

٢٣- هل أعطيت أجرًا أقل من اللازم ؟

٢٤- هل تقاضيت مالاً أكثر مما تستحق ؟

٢٥- هل تتطلب أجرًا عن مهمة مدفوع لها من قبل ؟ (شيء آخر أن يمنحك أحد هدية من تلقاء نفسه ليشكرك على خدمتك) .

٢٦- هل تحصل على أجرك عن الأعمال التي لم تُتممها أو التي أديتها بطريقة سيئة ؟

٢٧- هل تشارك على قدر استطاعتك في إرساء العدالة الإجتماعية ؟

٢٨- هل تعتبرها كمشكلة شخصية لك أن يكون أبواك بدون عملٍ أو أن يقع أحد إخوتك في مأساة وكذلك في حالة من لا يحصلون على مالٍ كافٍ لإعالة أبنائهم ؟

٢٩- هل تؤدي واجبك فيما يختص بإعطاء الصدقة ؟

٣٠- هل أنفقت المال الذي يفضُل عن حاجتك ببذخ من أجل رفاهية زائدة وباطلة بينما الآخرون في عوز ؟

٣١- هل أديت واجباتك المدنية ؟ هل دفعت الضرائب ؟ كيف إستخدمت وقتك وقدراتك التي منحها الله لك ؟ هل وضعتها في خدمة القريب عندما كان ذلك في استطاعتك ؟ هل استخدمتها من أجل تقدّمك وكمالك ؟ هل تعيش مجتهدًا أم كسولاً ؟

الوصية الثامنة

لا تشهد بالزور ولا تكذب

١ - **هل كذبت مسببًا ضررًا كبيرًا للقريب ؟**

٢ - هل كانت كذبة بسيطة بدون أهمية ؟

٣ - **هل إفتريت على أحد في شيء خطير ؟**

٤ - هل أصلحت الضرر الناتج عن الكذب أو الإفتراء ؟

٥ - هل كشفت أخطاء مختفية بدون داعٍ حتى لو كنت متأكدًا منها ؟

٦ - هل كشفت أسرارًا بدون سبب جادٍ ومناسب ؟

٧ - **هل قرأت رسائل خاصة بآخرين ضد رغبتهم ؟**

٨ - هل توقفت لسماع أشياء سرية ؟

٩ - هل إنتقدت الآخرين بدون داعٍ ؟

١٠- هل إستمعت بإعجاب إلى نميمة الآخرين ؟

١١- هل ساندت تلك النميمة ؟

١٢- هل زرعت المنازعات بواسطة ثرثرتك ونميمتك سواء الصحيحة أو الملفقة ؟

١٣- هل فضحت زملاءك أمام الآخرين ؟

١٤- هل بالغت في تقصّي أمور الآخرين ؟

١٥- هل أهملت في أن يستعيد الآخرون سمعتهم بينما كان ذلك في إستطاعتك ؟

١٦- هل أَدنْت أحدًا بسوءٍ بدون أساسٍ كافٍ ؟

١٧- هل سمحت بالنميمة بينما كان بإمكانك إيقافها ؟