

# Rugăciuni pentru Spovedanie

## Sfaturi pentru o Spovedanie cu folos

Spovedania sau Pocăința este Taina pe care Biserica ne-o dăruiește pentru a ne curăți de păcate, este Taina în care Dumnezeu iartă – prin preotul duhovnic – păcatele celor ce se căiesc și se mărturisesc. Mântuitorul Hristos a instituit această Taină în ziua Învierii Sale, când, apărând între Ucenicii Săi, a suflat asupra lor și a zis: „Luați Duh Sfânt; cărora veți ierta păcatele, le vor fi iertate și cărora le veți ține, ținute vor fi” (*Ioan* 20, 22-23). După cum ne învață Sfântul Ioan Teologul, dacă mărturisim păcatele noastre, Dumnezeu este credincios și drept, ca să ne ierte păcatele și să ne curățească pe noi de toată nedreptatea (*1 Ioan*, 1, 9). Spovedania trebuie să fie o mișcare a inimii de căință sinceră. De aceea, este bine ca, înainte de a merge la duhovnic, să avem câteva momente

de liniște, pentru a ne aduna gândurile. Iar după Spovedanie, trebuie să încercăm cu toată puterea și să cerem ajutorul Domnului Hristos pentru a nu mai cădea în aceleași păcate, căci altfel se întâmplă cu noi adevărul zicerii: „Câinele se întoarce la vărsătura sa și porcul scâldat în noroiul mocirlei lui” (2 Petru 2, 22).

Creștinii ar trebui să cunoască *Evanghelia* și învățătura *Noului Testament*, citind zilnic din *Sfânta Scriptură*. În pregătirea pentru mărturisire, Părinții Bisericii ne recomandă unele pasaje biblice care ne pot ajuta să vedem ceea ce suntem și ce suntem chemați să fim.

- a. Predica de pe Munte (*Evanghelia după Matei*, capitolele 5, 6, 7 și *Evanghelia după Luca*, capitolul 6);
- b. Câteva capitole din *Epistola Sfântului Apostol Pavel către Romani* (Romani 12, 13, 14);
- c. Al 13-lea capitol din *Epistola întâi a Sfântului Apostol Pavel către Corinteni*;
- d. Întâia *Epistolă Sobornicească a Sfântului Apostol și Evanghelist Ioan*.

Desigur, aceste secțiuni nu epuizează acest subiect, dar ele sunt de mare ajutor în cercetarea noastră de sine. Dacă le citim cu grijă, cu atenție și raportându-le la propriile atitudini și acțiuni, vom avea mai mult decât suficiente ocazii pentru a ne judeca după standardele pe care creștinii ar trebuie să și le însușească. În plus față de examinarea sinelui în funcție de idealurile creștine, trebuie să ne pregătim pentru mărturisire prin rugăciune și post. Ambele sunt necesare pentru a oferi limpezime perspectivei noastre, a învăța să ne controlăm gândurile și a ne pune într-o legătură vie cu Dumnezeu. În cărțile de rugăciuni există rugăciuni înainte de Spovedanie pe care le putem citi împreună cu „Psalmii de pocăință” (*Psalmii 31, 37, 50, 101, 129, 142*).

Taina Spovedaniei implică, pe lângă mărturisirea cu multă părere de rău a păcatelor, și dorința de îndreptare. Păcatul lasă urme adânci în sufletul nostru, mai cu seamă atunci când ne-am obișnuit cu el, pentru că păcatul repetat devine ca o a doua natură a omului. Așa ne pierdem libertatea. Mântuitorul zice: „Oricine săvârșește

păcatul este rob păcatului” (*Ioan 8, 24*). Pentru a ne recâștiga libertatea față de păcat, trebuie să ne luptăm din răsputeri pentru a nu-l mai repeta. Lupta împotriva păcatului se duce după reguli duhovnicești precise, pe care le învățăm îndeosebi de la preotul duhovnic. La Spovedanie primim deci, pe lângă dezlegarea de păcate, și povețe duhovnicești pentru a ne elibera de obișnuința cu păcatul. De aceea, rugăciunea pentru părintele duhovnic înainte de Spovedanie este foarte importantă.

**1. Duhovnicul îl preînchipuiește pe Mântuitorul Hristos**, pentru că numai Dumnezeu poate să ierte păcatele. Duhovnicul este doar martorul și împuțernicitul lui Dumnezeu. Trebuie să mergem să ne spovedim cu conștiința că ne prezentăm în fața lui Dumnezeu, și nu a unui om. Preotul ascultă Spovedania noastră, iar Dumnezeu o primește. Preotul consultă sufletul nostru, dar Dumnezeu îl tămăduiește. Duhovnicul prescrie canonul (medicamentul), iar Dumnezeu va săvârși minunea iertării și a renașterii sufletești.

## **2. Spovedania trebuie făcută fără rușine.**

În această lume, aproape fiecare dintre noi trăim într-o fățarnicie fariseică. Într-un fel suntem și în alt fel vrem să părem. Dorim ca lumea să aibă o părere bună despre noi și, de aceea, ascundem părțile rele și le arătăm numai pe cele bune. Există tentația de a face aceasta și în fața duhovnicului. Este adevărat, nu este ușor să descoperi în fața duhovnicului păcatele tale când în fața oamenilor te arăți bun. Ne este rușine să ne mărturisim păcatele. Dar cum să ne vindecăm, dacă ascundem boala? Este ca și cum am merge la doctor și nu i-am spune ce ne doare. Cum ne poate spune medicul ce să facem să ne vindecăm? Rușinea la Spovedanie ne pierde sufletul. Trebuie să ne fie rușine atunci când facem păcatul, dar să avem îndrăzneală atunci când îl mărturisim. Să nu-l ascultăm pe diavol, care vrea să facem invers. Păcatul nespovedit nu se iartă și ne îngreuiază sufletul.

**3. Să nu ne dezvinovățim.** Dacă atunci când ne spovedim încercăm să ne dezvinovățim, să căutăm scuze și circumstanțe atenuante, nu avem niciun folos la Spovedanie. Ce înseamnă

a te spovedi? A te pocăi. Iar omul care se căiește cu adevărat știe doar să plângă pentru păcatele sale și să ceară iertare. Dacă începem să ne îndreptăm, să viclenim, orice stare de pocăință sufletească va dispărea. Oamenii cred că judecățile cerești sunt precum cele pământești, unde apari mai puțin vinovat în fața judecătorului dacă te îndreptățești. În fața judecății lui Dumnezeu însă este cu totul altfel: cine se învinovățește mai mult pe sine capătă dreptate.

**4. Să nu ascundem nimic.** Dacă uităm fără voie vreun păcat, trebuie să îl mărturisim la viitoarea Spovedanie. Dar să nu ascundem nimic din cele ce ne mustră conștiința.

**5. Să nu spovedim păcate străine, ci numai pe ale noastre.** Nu este bine să învinovățim pe nimeni. Trebuie să ne învinovățim doar pe noi înșine. A învinovăți pe altul înseamnă a-l judeca, iar judecata este un păcat.

**6. Spovedania adevărată presupune hotărârea de a nu mai păcătui după mărturisire.** Sunt unii care se spovedesc fără a fi hotărâți să nu mai săvârșească păcatele pe care le mărturisesc. Aceștia nu se vor îndrepta. Ca să avem folos de Spovedanie, trebuie să luăm

## *Rugăciuni pentru Spovedanie*

cu tărie hotărârea de a nu mai greși. Să dorim din toată inima să ne schimbăm viața și să nu mai repetăm păcatele. Să avem această dorință mântuitoare, și atunci să fim siguri că Dumnezeu ne va ajuta.

### **Rugăciuni înainte de a merge la Sfânta Spovedanie**

*Începutul obișnuit (pag. 13).*

*Doamne, miluiește (de 12 ori),  
Veniți să ne închinăm... (de 3 ori) și îndată  
Psalmul 50 (pag. 17) și Crezul (pag. 19).*

### **Rugăciunea de pocăință a Regelui Manase**

Doamne, Atotțiitorule, Dumnezeul părinților noștri, al lui Avraam, al lui Isaac, al lui Iacob și al seminției celei drepte a lor; Cel Ce ai făcut cerul și pământul, cu toată podoba lor; Care ai legat marea prin cuvântul poruncii Tale; Care ai încuiat adâncul și l-ai pecetluit cu Numele Tău cel înfricoșat și slăvit, înaintea Căruia toate se tem și tremură din

pricina atotputerniciei Tale. Pentru că nimeni nu poate să stea înaintea strălucirii slavei Tale și nesuferită este mânia urgiei Tale asupra celor păcătoși, însă nemăsurată și neajunsă este și mila făgăduinței Tale, căci Tu ești Domnul cel Preaînalt, Bun, îndelung-Răbdător și mult-Milostiv, Căruia îi pare rău de răutățile oamenilor. Tu, Doamne, după mulțimea bunătății Tale, ai făgăduit pocăință și iertare celor ce Ți-au greșit și, după mulțimea îndurărilor Tale, ai hotărât pocăință păcătoșilor spre mântuire.

Așadar, Tu, Doamne, Dumnezeuul celor drepecți, n-ai pus pocăință pentru cei drepecți: pentru Avraam și Isaac, și Iacob, care nu Ți-au greșit Ție, ci ai pus pocăință mie, păcătosului, pentru că am păcătuit mai mult decât nisipul mării. Multe sunt fărădelegile mele și nu sunt vrednic a căuta și a privi cerul din pricina mulțimii nedreptăților mele. Strâns sunt eu cu multe cătușe de fier, încât nu pot să-mi ridic capul meu și nu am nici loc de odihnă, pentru că Te-am mâniat și am făcut rău înaintea Ta; n-am împlinit voia Ta, nici am păzit poruncile Tale, ci am pus urâciuni și am înmulțit smințelile. Dar, acum, îmi plec genunchii inimii mele, rugând bunătatea Ta.



## **Îndemnul Sfântului Ioan de Kronstadt**

Fie ca Dumnezeu cel Preaputernic, prin Sfântul Lui Duh, să inspire în inimile noastre, ale tuturor, pocăință sinceră, așa încât să cunoaștem poruncile Lui, să ne înfruntăm cu adevărat păcatele și să ne spovedim cu smerenie Lui, atât în rugăciunile noastre particulare, cât și la Taina Spovedaniei, astfel încât să scăpăm de greutatea păcatelor noastre, să simțim alinare și să ne eliberăm de vinovăția noastră și să ne unim din nou cu Trupul lui Hristos, care este Biserica. Ce mare dar este Taina Spovedaniei!

### **La scaunul Sfintei Spovedanii**

*După ce ne-am cercetat cugetul și ne-am însemnat pe o hârtie toate păcatele, mergem la duhovnic cu umilință și cu evlavie adâncă, ca și cum ne-am duce în fața judecății lui Dumnezeu, știind că Scaunul Sfânt al Spovedaniei este Scaunul Judecății pline de milă a lui Dumnezeu, aici, pe pământ. Apoi îngenunchem cu smerenie și ne rugăm în inimă, zicând:*

**„Doamne, pune în mintea și în gura părintelui meu duhovnicesc cuvântul care îmi este de folos”. Zi apoi cu glas:**

**„Binecuvântează, părinte, ca să-mi pot mărturisi deplin toate păcatele!”** Apoi începe să mărturisești fiecare păcat, ascultând cu atenție sfătuirea părintelui duhovnic.

### **Îndreptar de Spovedanie**

*„Că fărădelegea mea eu o voi vesti și mă voi îngriji pentru păcatul meu” (Psalmul 37, 18)*

**„Iată, fiule, Hristos stă nevăzut, primind mărturisirea ta cea cu umilință. Deci, nu te rușina, nici te teme să ascunzi de mine vreun păcat, ci fără sfială spune toate câte ai făcut, ca să iei iertare de la Domnul nostru Iisus Hristos. Și eu sunt numai un martor, ca să mărturisesc înaintea Lui toate câte îmi vei spune mie; iar de vei ascunde de mine ceva, să știi că toate păcatele îndoite le vei avea. Ia seama, dar, de vreme ce ai venit la doctor, să nu te întorci nevindecat!”** (Îndemnul părintelui duhovnic din Slujba Tainei Spovedaniei)

- ❖ M-am îndoit (și încă mă mai îndoiesc) de adevărurile creștine revelate (arătate) în Sfânta Scriptură sau Tradiția Sfinților Părinți.
- ❖ M-am rușinat a susține adevărul credinței ortodoxe înaintea oamenilor care aveau idei potrivnice sau erau indiferenți față de învățătura ortodoxă.
- ❖ M-am îndoit că prin sincera Spovedanie se pot ierta păcatele mărturisite.
- ❖ Am păcătuit cu încredere prea mare în Dumnezeu, zicând că El este milostiv și mă va ierta și pentru aceasta pot păcătui mereu.
- ❖ Am avut în viață momente de deznădejde, păcătuiind continuu, crezând că și așa Dumnezeu nu mă va ierta.
- ❖ Mi-am pus în gând, mi-am dorit sau am încercat să îmi pun capăt vieții.
- ❖ Am avut tendința de a asculta învățăturile eretice ale celor din afara Bisericii Ortodoxe, susținând că toate sunt bune.
- ❖ Am crezut în doctrine New Age, spiritism, yoga, reîncarnare, hipnoză, descântece, școli teosofice, raționaliste, participând la ritualuri și credințe oculte, demonice.

- ❖ Am cârtit împotriva lui Dumnezeu în încercări și ispite.
- ❖ Am apelat la vrăjitori, descântători și prezicători.
- ❖ Am făcut eu însumi farmece, vrăji; am ghicit, am descântat, am explicat visele, zodiacul, crezând în false vedenii și în superstiții.
- ❖ Am purtat talismane sau alte lucruri „ca să am noroc”.
- ❖ Îmi împodobesc trupul cu tot felul de deșertăciuni, călcând normele morale ale Sfintei Biserici.
- ❖ Nu m-am rugat cu credință; nu m-am străduit să țin mintea la rugăciune, purtând de bunăvoie gândul la tot felul de lucruri lumești.
- ❖ Nu mi-am făcut pravila de rugăciune și canonul rânduit de duhovnic.
- ❖ În rugăciune am cerut lui Dumnezeu ceea ce nu se cuvine sau numai lucruri materiale, ignorând dobândirea celor spirituale.
- ❖ Nu am mulțumit lui Dumnezeu după îndeplinirea unor cereri.
- ❖ Am vorbit de rău slujitorii Sfintei Biserici.

- ❖ Am ispitit pe Dumnezeu expunându-mă la diferite pericole, ca să văd dacă mă va păzi.
- ❖ În caz de boală, am refuzat ajutorul medical, sfidându-i pe medici, și nu am cerut ajutor Doctorului Celui Mare, Mântuitorului Hristos.
- ❖ Am crezut că mă voi mântui numai prin faptele mele bune și nu prin milostivirea și mila lui Dumnezeu.
- ❖ Am fost lacom după bani și avere.
- ❖ M-am purtat cu zgârcenie față de familie, lipsindu-o de cele trebuincioase.
- ❖ Am risipit și cheltuit banii la jocuri de noroc, în centre de distracție etc.
- ❖ Am fost indiferent și zgârcit față de cei săraci, evitând să fac milostenie.
- ❖ Obişnuiesc să mănânc cu nesocotință (peste măsură, fără de rânduială), făcându-mă rob pântecelui.
- ❖ M-am prefăcut a fi un bun creștin, în realitate trăind ca un păgân.
- ❖ Am crezut în vise.
- ❖ Am idolatrizat nebunește persoane sau grupuri de artiști, sportivi, oameni politici sau din alte domenii.

- ❖ M-am mândrit cu calitățile trupești sau sufletești, prin cuvinte sau acțiuni, nefiind recunoscător lui Dumnezeu, Care mi-a oferit acestea ca dar.
- ❖ M-am arătat plictisit față de cele duhovnicești și m-am ocupat în mod exagerat de cele lumești (glume, șuete, vorbire fără rost, pălăvrăgeală).
- ❖ M-am jurat pe Numele lui Dumnezeu, pe numele altor lucruri sau persoane sfinte.
- ❖ Am pus pe alții să se jure pentru a crede ceea ce spun.
- ❖ Nu mi-am împlinit promisiunile făcute lui Dumnezeu sau altor persoane.
- ❖ Am făcut glume despre credința creștină alături de cei necredincioși, profanând cuvintele Sfințelor Scripturi.
- ❖ Am hulit pe Dumnezeu (sau pe Maica Domnului și pe sfinți) și Sfintele Taine.
- ❖ Am înjurat, dând diavolului soția, copiii, animalele, lucrurile etc.
- ❖ Am blestemat pe copiii mei și alte persoane.
- ❖ Nu am mers la sfânta biserică duminică și în sărbători.

- ❖ Am pierdut timpul – acasă, la televizor sau în mediul virtual, prin baruri sau în plimbări – în timpul Sfintei Liturghii și nu numai.
- ❖ Am îndemnat pe alții să nu meargă la biserică.
- ❖ M-am dus prea târziu sau am plecat înainte de a se încheia slujba la biserică.
- ❖ Am mers la biserică doar de ochii lumii, nu din credință și dragoste față de Dumnezeu.
- ❖ În biserică fiind, nu am ascultat cu evlavie și luare aminte sfintele slujbe și predica: am vorbit, am râs, am făcut tulburare prin comportamentul meu (folosind telefonul mobil sau ispitind pe alții în diferite moduri).
- ❖ Am lucrat în duminici sau sărbători; am făcut curat, am fost la muncile câmpului, am făcut cumpărături, am făcut afaceri sau alte treburi pe care le puteam organiza în altă zi.
- ❖ Nu am postit (în lipsa unui motiv serios de sănătate) în zile rânduite de Sfânta Biserică: miercurea și vinerea sau în cele patru posturi de peste an.
- ❖ Nu m-am spovedit în posturi și atunci când am căzut în păcate grele sau atunci când m-am simțit împovărat de multele mele păcate.

- ❖ Nu m-am pregătit de Spovedanie prin cercetarea păcatelor și citirea sfintelor rugăciuni și Scripturi.
- ❖ Am ascuns păcate la Spovedanie din rușine față de părintele duhovnic și din dorința de a face o impresie bună.
- ❖ M-am dezvinovățit, dând vina pe altcineva sau pe diferite împrejurări în care am fost ispitit.
- ❖ Nu m-am împărtășit atunci când mi s-a dat dezlegare; m-am împărtășit fără dezlegare de la părintele duhovnic.
- ❖ După Sfânta Împărtășanie, am revenit imediat la păcate, întinând Sfintele Taine (scui-pat, băut, înjurat și alte păcate).
- ❖ Ca părinte, nu am avut grijă în egală măsură de fiecare dintre copiii mei.
- ❖ Am împiedicat pe copiii mei de a merge pe calea credinței (să se călugărească, să meargă la biserică etc.); i-am îndemnat la rău, i-am încurajat la păcate.
- ❖ Am hotărât și forțat pe copii să devină monahi sau preoți fără ca aceștia să simtă vreo chemare spre aceste înalte slujiri.
- ❖ Nu m-am îngrijit de mântuirea copiilor mei;



nu i-am dus la Spovedanie și Împărtășanie și nu le-am dat exemplu prin purtarea mea.

- ❖ Când copiii mei au greșit, nu i-am muștrat, nu i-am îndrumat și nu i-am oprit de la păcate.
- ❖ Uneori am fost prea aspru și i-am muștrat pe copiii mei pe nedrept.
- ❖ Am fost neascultător față de părinții mei, i-am urât când m-au îndemnat să nu fac păcate.
- ❖ Nu mi-am îndeplinit datoria față de părinții mei, am fost neascultător, i-am batjocorit, i-am vorbit de rău, blestemat, i-am părăsit la neputințe și greutăți.
- ❖ Nu am ascultat de cei mai mari ai mei (profesori, conducători, șefi) atunci când mă învățau de bine.
- ❖ Nu am ascultat de părinții mei duhovnicești (preotul duhovnic, naș), nu m-am rugat pentru ei, i-am vorbit de rău, i-am batjocorit.
- ❖ Ca naș, nu m-am îngrijit de fiii mei duhovnicești (fini).
- ❖ În viața de familie, ca soț (soție), nu m-am îngrijit de soția (soțul) meu: ne-am obișnuit a ne certa, ne-am lovit, am smintit copiii

prin purtarea noastră, nu am întreținut armonia în familie.

- ❖ Ca soț, nu m-am îngrijit de soția mea cum trebuia, am supărat-o, am întristat-o, am umilit-o, am considerat-o inferioară mie.
- ❖ Ca soție, nu mi-am ascultat bărbatul, nu am răbdat și nu m-am rugat pentru el când era ispășit, înfruntându-l fără discernământ.
- ❖ Am ucis de voie sau fără de voie.
- ❖ Am îndemnat (determinat) pe alții săucidă.
- ❖ Am provocat tulburare, vrajbă între semeni, făcându-i să sufere din pricina mea.
- ❖ M-am bucurat de paguba, nenorocirea, ne-cazul aproapelui.
- ❖ Nu am iertat pe cei ce mi-au greșit.
- ❖ Am umilit pe cei săraci, pe orbi, ologi sau alți nefericiți; i-am batjocorit, i-am alungat când au venit la mine să-mi ceară vreun ajutor.
- ❖ M-am păzit să nu fac copii, folosind diferite metode.
- ❖ Am avortat copii (cu voie sau fără de voie) sau am ajutat pe alții să facă acest păcat.
- ❖ Mi-au murit copiii (nebotezați sau botezați) din vina mea.

- ❖ Sunt scandalagiu și am pus pe alții să se certe sau să se bată chiar și numai pentru a mă distra.
- ❖ Sunt agresiv, mă mâni ușor, mă cert pentru lucruri mărunte.
- ❖ Am mâncat și băut peste măsură, m-am îmbuibat.
- ❖ Am patima fumatului, am îndemnat și pe alții să fumeze.
- ❖ Am comercializat și consumat droguri.
- ❖ Am patima beției sau a jocurilor de noroc (pariurilor), beau peste măsură, nu mă pot stăpâni, cheltuind bani și sănătate.
- ❖ Am avut cugete trupești necuviincioase; le-am păstrat în suflet și m-am îndulcit cu ele.
- ❖ Am privit fețe străine cu gânduri desfrânate.
- ❖ Am făcut malahie (masturbare) singur sau cu alții.
- ❖ Am desfrânat cu fecioare, văduve și alte persoane.
- ❖ Am păcătuit cu animale.
- ❖ Am întreținut relații sexuale cu persoane de același sex.

- ❖ M-am unit cu femeia mea peste fire, practicând perversiuni.
- ❖ Am săvârșit păcatul adulterului.
- ❖ Am trăit în concubinaj.
- ❖ Am avut legături trupești înainte de Cununie.
- ❖ Am trăit trupește cu soția în zilele de post, duminica și în sărbători, în timpul perioadei lunare a soției sau în cele patruzeci de zile după naștere.
- ❖ Am avut vise necurate în timpul somnului, pătimind și scurgere.
- ❖ Fiind copil, am jucat diferite jocuri pătimășe, desfrânate, necuviincioase cu alte fete sau băieți.
- ❖ Am privit la imagini pornografice, erotice (filme, pagini de internet, reviste, reprezentării în cluburi etc.).
- ❖ Mi-am pus în gând să fur, să înșel, să nu-mi plătesc datoriile.
- ❖ Am furat, înșelat statul, pe aproapele sau Biserica.
- ❖ Am vândut marfă falsificată, stricată; am luat un preț mai mare decât cel convenit.
- ❖ Am mutat hotarul, furând de la vecin.

- ❖ Am înșelat la cântar, nu am spus adevărul despre marfa vândută.
- ❖ Am găsit lucruri și, știind ale cui sunt, nu le-am înapoiat, păstrându-le pentru mine.
- ❖ Am împrumutat bani sau alte bunuri și nu le-am înapoiat.
- ❖ Am sfătuit pe alții să fure, să facă rău, ajutându-i și eu la aceasta (i-am ascuns în casă).
- ❖ Nu mi-am plătit datoriile față de stat; am făcut declarații false, înșelând statul.
- ❖ Am exploatat muncitorii din subordinea mea și nu le-am dat întreaga plată cuvenită lor.
- ❖ Având posibilitatea să înlătur pagubele aproapelui, nu l-am ajutat.
- ❖ Am tras cu urechea să folosesc cele auzite în scopuri rele (calomniere, înșelăciune, autojustificare etc.).
- ❖ Am participat la jocuri de noroc, nedreptățindu-mi familia și furând apoi și pe aproapele.
- ❖ Am mărturisit strâmb împotriva aproapelui în fața oamenilor, pricinuindu-i păgubire sufletească sau materială.
- ❖ Am grăit minciuni de tot felul.

- ❖ Am ezitat să spun adevărul.
- ❖ Am vorbit altfel decât am gândit (am vorbit cu două înțeleșuri).
- ❖ Am flatat pe aproapele cu laude mincinoase pentru a-mi asigura stima lui sau alte foloase.
- ❖ Am mințit la judecată ca pârât, ca inculpat sau ca martor.
- ❖ Am mințit la mărturisire, de rușine, din teama de a-mi dezvălui unele însușiri rele ale mele sau unele păcate rușinoase.
- ❖ Am obiceiul de a retransmite informațiile sau secretele aproapelui încredințate numai mie.
- ❖ Am dorit femeie străină (sau bărbat străin).
- ❖ Am invidiat pe aproapele meu.
- ❖ Am râvnit la averea aproapelui.
- ❖ Mi-am comparat viața cu cei mai bogați decât mine și am fost cuprins de tristețe pentru că nu am cât ei.
- ❖ M-am supărat pe aproapele din diferite motive și am căutat motive să-l micșorez sau să-l desconsider în fața celorlalți.
- ❖ M-am făcut părtaș la păcate străine.
- ❖ Nu am destulă credință, nădejde și dragoste.