

ÎNDREPTAR PENTRU SPOVEDANIE

Mai întâi de toate marturisesc înaintea lui Dumnezeu, Celui închinat în Sfânta Treime, Tatalui si Fiului si Sfântului Duh, înaintea Preasfintei Nascatoare de Dumnezeu si Pururea Fecioarei Maria, înaintea tuturor îngerilor, a tuturor sfintilor lui Dumnezeu si înaintea sfintiei voastre, parinte, ca eu, pacatosul, în toata clipa si în tot ceasul am suparat pe Preabunul Dumnezeu cu pacatele si rautatile mele cele fara de numar:

1. Am pacatuit cu încrederea prea mare si ne socotita împotriva lui Dumnezeu, zicând ca El este milostiv si ma va ierta si pentru aceea pot sa pacatuiesc mereu.

2. Mi-am pus în minte ca sa pacatuiesc cât voi putea, zicând ca ma voi pocai la anul, la batrânete, pe patul mortii. Am zis ca daca va voi Dumnezeu eu ma voi mântui, iar daca nu, ma va pierde.

3. M-am deznadajduit de mila lui Dumnezeu, ca tot nu ma va ierta, de aceea am pacatuit mereu. 4. Mi-am pus în minte sa ma sinucid si chiar am încercat sa fac aceasta. Am fost autor moral la sinuciderea cuiva.

5. Am stat împotriva adevarului aratat si dovedit al Bisericii cuprins în Sfânta Scriptura, Sfânta Traditie si istorie, motiv pentru care am întristat si alungat Duhul Sfânt de la mine (Caz concret).

6. Mi-am împietrit inima, neprimind si nepazind cuvântul lui Dumnezeu, socotind Dumnezeiestile Scripturi mincinoase. Am avut gânduri de hula împotriva lui Dumnezeu, a Maicii Domnului, a Sfintilor sau a altor

lucruri sfinte (Trebuie spuse gândurile de hula). 7. Am hulit faptele bune ale aproapelui; am invidiat pe aproapele pentru darul ce i l-a dat Dumnezeu. 8. Din rautate nu am dat învățatura despre credința (daca am stiut) celor nestiutori.

9. N-am vrut sa aud vorbindu-se despre Dumnezeu, credința, religie.

10. Am zis ca Dumnezeu e o nascocire a preotilor, ca El nu exista în realitate; ca nu exista suflet, nici îngeri, nici draci, nici judecata, nici înviere, nici rai si iad, nici viața viitoare; m-am lepadat de Dumnezeu cu cuvântul, cu gândul, chiar si în scris.

11. Am zis ca Dumnezeu ne-a dat uitarii, ca nu se mai ocupa de noi.

12. Am crezut mai mult în calendar decât în învățatura Bisericii, tinând sarbatorile si posturile dupa calendarul vechi.

13. Am tinut calendarul pe vechi, nesocotind hotărârea Sfântului Sinod al Bisericii. Am fost nas la Botez sau la Cununie la cei care au fost botezati sau cununati de catre preotii stilisti.

14. M-am lepadat de unica si dreapta credinta în Dumnezeu, cea ortodoxa, trecând la alte credinte eretice, sectare, schismatice sau filosofii (evrei, mu sulmani, budhisti, baptisti, penticostali, adventisti, iehovisti, stilisti, catolici, atei etc). Am practicat yoga, arte martiale, dianetica, bioenergie, parapsihologie, radiestezie, telepatie, hipnotism, spiritism, meditatie transcendentală, zen-budismul si alte asemenea aces - tora. Am îndemnat si pe altii la asa ceva.

15. Am luptat împreuna cu potrivnicii Ortodoxiei la discreditarea preotilor si a învataturilor Bisericii; am facut glume pe seama lor. Am participat la slujbe cu cei de alte credinte si m-am rugat împreuna cu ei, cazând sub afurisenia Bisericii.

16. Am ucis cu voia sau fara de voia mea.

17. Am asuprit pe cei saraci, pe vaduve si pe orfani; pe cei neputinciosi sau lipsiti. Am oprit plata celor ce mi-au lucrat.

18. Am defaimat, batjocorit, batut pe parintii mei trupesti sau duhovnicesti.

19. Am silit pe altii sa pacatuiasca sau i-am ajutat la pacat (la care anume); am luat apararea celui ce pacatuia.

20. Nu am mustrat pacatul altora, când a fost vremea a face acest lucru.

21. Am avut îndoiala, si mai am, de credinta întru Unul Dumnezeu Cel în Treimea cea de o fiinta si nedespartita - Tatal, Fiul si Duhul Sfânt.

22. Am avut îndoieli asupra credintei Ortodoxe si a celor 7 Sfinte Taine (Botezul, Mirungerea, Pocainta sau Spovedania, Împartasania, Preotia, Nunta si Sfântul Maslu).

23. N-am iubit pe Dumnezeu mai presus de orice. Am cautat sa plac mai întâi oamenilor si apoi lui Dumnezeu.

24. M-am rusinat a face fapte urâte înaintea oamenilor, dar am facut în ascuns fara a ma rusina de Dumnezeu.

25. Am purtat numele de crestin, dar cu viata am fost mai rau decât un pagân.

26. M-am unit cu atei, ereticii, sectarii, schismaticii, primindu-i în casa mea, mâncând, rugându-ma împreuna cu ei. Am fost în casa lor sau la adunarile lor încurajându-i în credinta lor, zicând ca si ei vorbesc tot din Scriptura si cred tot în acelasi Dumnezeu.

27. Am primit binecuvântare, daruri si ajutor de la eretici sau sectari. M-am casatorit cu eretic sau sectar. M-am casatorit prin cununie mixta (de exemplu: am primit Taina Cununii si la ortodocsi si la catolici); am îngaduit copiilor mei sa faca o astfel de casatorie. Am avut nasi la Botez sau Cununie persoane de alta credinta.

28. Am avut si mai am îndoieli asupra Sfintei Biserici, a cinstirii Maicii Domnului, a Sfintei Cruci, a Sfintelor Icoane, a Sfintelor Moaste sau a altor învataturi ortodoxe.

29. Am citit carti eretice sau sectare, care sunt pagubitoare pentru suflet si potrivnice Bisericii. Am vândut publicatii sectare, eretice, pornografice.

30. Am facut glume, ironii; am facut pe altii sa râda pe seama cuvintelor din Sfânta Scriptura, a Sfintilor, precum si a preotilor si a celorlalti slujitori ai Bisericii. Am profanat biserici, troite sau morminte.

31. Am trait anti-crestineste si prin mine s-a hulit numele lui Dumnezeu între oameni. M-am rugat lui Dumnezeu sa-mi ajute la pacat.

32. Am tinut ziua sâmbetei, la fel ca adventistii, în loc de Duminica.

33. Am crezut în spiritism; m-am dus la cei care vorbesc cu mortii, la cei care deschid cartile sfinte (chiar si la preoti); am crezut în vise si vedenii.

34. Am defaimat schiopii, ologii, ciungii, cocosatii, urâtii etc, nesocotind ca si ei sunt oameni si zidiri ale lui Dumnezeu. M-am automutilat. Am fost sau sunt de acord cu: schimbarea sexului, eutanasia, clonarea etc.

35. M-am rusinat a face semnul Sfintei Cruci la aratare, când am trecut pe lângă biserici sau troite. Am batjocorit semnul Crucii, făcându-l strâmb pe fata mea. Am facut semnul Crucii pe cusaturi, covoare, paturi pe care le-am asezat pe jos sau pe pat, calcând sau asezându-ma pe ele.

36. Am slujit fapturii mai mult decât lui Dumnezeu, iubind copiii, parintii, fratii, sotia (sotul), rudeniile, prietenii, sau: averea, luxul, desertaciunile lumesti, jocurile, cântecele, glumele etc. mai mult decât pe Dumnezeu.

37. M-am lasat amagit de pacat, de frica si rusinea oamenilor, pentru bunuri trecatoare, pacatoase si pentru placeri trupești.

38. Am slujit idolilor, adica: pântecelui, iubirii de arginti, precum si altor pacate idolești, jertfindu-le din agoniseala mea.

39. Am ocarât pe altii ca sunt blânzi, rabdatori, ca merg la biserica, ca postesc si se roaga. Am râs de cei ce se înfrânau de la jocuri, petreceri, glume si cântece desfrânate, fumat si bauturi ametoare; precum si de cei ce se spovedesc si împartasesc, pazind poruncile lui Dumnezeu.

40. Am oprit pe altii de la faptele cele bune.

41. Am fumat, bucurând pe diavol si mâniind pe Dumnezeu, cheltuind banii în loc sa ajut pe cei lipsiti. 42. Am ajutat pe cei ce fumeaza oferindu-le tigari si chibrite. Am oferit tigari în schimbul unor servicii, făcându-ma astfel partas la pacatul lor.

43. Am folosit droguri, stupefiante sau multa cafea, distrugându-mi sanatatea sau viata.

44. Mi-am ras barba si mustatile, m-am tuns dupa moda veacului de acum sau mi-am lasat plete.

45. M-am mascat dându-mi alta înfatisare, schimbându-ma din barbat în femeie sau invers, sau în capra, urs, strigoi, paiata sau alte chipuri urâcioase.

46. M-am rosit, vopsit, parfumat; mi-am taiat parul, am umblat cu capul descoperit, chiar si în biserica (ca femeie). Am purtat cercei (chiar si în semnul Sfintei Cruci), margele, inele; m-am ras pe partile ascunse ale trupului. Ca femeie am purtat pantaloni, devenind urâciune înaintea lui Dumnezeu (vezi: Deuteronomul 22,5; canoanele Sinodului din Gangra).

47. Am fost la stranduri, plaja; am facut nudism.

49. Am luat anafora dupa ce am mâncat sau baut, ori când am trait trupest cu sotia sau barbatul, sau când am avut scurgeri în vis.

50. Am hipnotizat, am adus oameni în transa, am prezis lucrurile viitoare.

51. M-am ocupat cu telepatia; am crezut ca este un lucru bun, folositor.

52. M-am dus la descântatori, ghicitori, la cei care deschid cartile sfinte (preoti, calugari sau la alt cineva) si mi s-a ghicit în ghioc, cafea, în palma etc.

53. Am facut si eu însumi farmece, vrajitorii, am ghicit, am descântat, am explicat visele, vedeniile, zodiacul; am dat copilul pe geam, am facut si alte lucruri vrajitoresti (se va spune ce anume).

54. Am crezut în noroc, destin (predestinatie), horoscop, astrologie etc.

55. Am crezut în superstitii sau ca este semn rau când îti tiuie urechea, se zbate ochiul; când îti iese cu galeata goala în fata; când îti trece pisica neagra prin fata sau preotul etc. Am folosit culoarea rosie împotriva deochiului; am purtat baiere, amulete, talismane crezând ca-mi pot fi de folos.

56. Am folosit numele lui Dumnezeu, al Maicii Domnului si al Sfintilor, precum si semnul Sfintei Cruci, pentru vrajitorie, descânțece...

57. Am crezut ca exista strigoi, vârcolaci, zmei si alte chipuri ale satanei si din aceste pricini am tinut unele datini sau zile ca sa nu mi se întâmple ceva rau.

58. Am legat barbat si femeie sa nu se împreune, sa nu se poata casatori; am luat mana de la animale, am turnat carbuni si am descântat la cei bolnavi.

59. În noaptea de Anul Nou m-am uitat în oglinda, verigheta, am pus busuioc sub cap si alte multe obiceiuri dracesti ca sa-mi visez soarta. Pentru a fi iubita de un anumit barbat, i-am pus spurcaciuni în mâncare sau bautura.

60. Am sfatuit pe altii sa mearga la vrajitori sau sa faca lucruri vrajitoresti. Am avut credinta mincinoasa ca sufletul dupa iesirea din trup se reîncarneaza în alt trup sau intra în animale, plante etc.

61. Am jurat strâmb la judecata sau în alte îm - prejurari (urmarile jurământului).

62. Am raul obicei de a folosi numele lui Dumnezeu si al sfintilor fara de rost, la toate nimicurile.

63. Nu am multumit lui Dumnezeu pentru binefaceri, pentru boli, necazuri, ispite, ci am cârtit, m-am blestemat pe mine, dorindu-mi chiar si moartea; am blestemat pe altii.

64. M-am jurat ca voi rasplati cu rau celor ce mi-au facut rau.
65. Am socotit ca trebuie sa împlinesc juramântul nelegiuit facut la mânie sau la betie si l-am împlinit.
66. În loc de a ma împaca, am dat în judecata pe aproapele meu.
67. M-am jurat sa mor, sa orbesc, sa ma arda focul, sa moara mama, tata, copilul meu etc.
68. Am silit pe altii cu bani, prin îngrozire sau viclesug ca sa jure pentru mine.
69. Am dracuit pe cei din casa, pe straini, dobitoace, lucruri, chiar si pe mine însumi.
70. Am jurat pe cele sfinte, fiind singur sau în fata copiilor, a oamenilor mari, îndemnând si pe altii la asa ceva.
71. Nu m-am luptat pentru a pazi poruncile lui Dumnezeu, ci pentru a le dispretui, a le huli.
72. M-am împartasit cu nevrednicie cu Sfintele Taine ale Domnului nostru Iisus Hristos.
73. Dupa spovedanie si împartasanie m-am întors din nou la pacate, facându-ma fur de cele sfinte.
74. Am scuipat dupa ce m-am împartasit.
75. Am luat particile.
76. Am luat Aghiasma Mare fara a fi spovedit.
77. Am trecut la pomelnicul mortilor pe cei vii care mi au facut rau; i-am scris pe toaca sau clopot pentru a fi pedepsiti de catre Dumnezeu.
78. Am crezut si am spus si altora ca nu trebuiesc botezati copiii când sunt mici, zicând ca ei nu au pacate.
79. Am facut fagaduinte bune lui Dumnezeu la vreme de strâmtoare, la grea cumpana, iar când mi-a fost bine le-am calcat.
80. Am fagaduit a da daruri la Biserica, la cei necajiti, saraci si nu am dat, calcându-mi fagaduinta.
81. Am lucrat Duminica si în sarbatorile bisericesti, la mine sau la altii. Am facut lucruri care as fi putut sa le fac si în alte zile: cumparaturi, mâncare, spalat etc.
82. Am cumparat si vândut în acele zile în loc sa merg la biserica.
83. Am facut claci cu povestiri necuviincioase, cu vorbe si glume murdare, cu lautari, cu betii si jocuri, ajungându-se la certuri si scandaluri.
84. Mergând la biserica mi-am ales un loc de cinste si nu am stat cu buna rânduiala, vorbind si tulburând pe cei din jur.
85. Nu am ascultat cu toata evlavia si credinta slujbele din biserica. În timpul slujbelor am dormit sau m-am gândit la lucruri desarte.
86. Nu m-am dus Duminica si în sarbatori la biserica, ci am stat acasa uitându-ma la slujba de la televizor sau ascultând la radio, fara a avea un motiv binecuvântat.
87. Am venit la biserica dupa ce a început slujba si am plecat înainte de a se termina, sau venind mai târziu la Sf Liturghie, am deranjat și i-am tulburat pe alți asemanându-ma cu Iuda, vânzatorul.
88. Duminica si în sarbatori nu am facut fapte bune potrivite vredniciei zilei.

89. Am lepadat Sfânta Tradiție a Bisericii, susținând că numai Sfânta Scriptură este izvorul de credință și mântuire.

90. M-am dus la biserică numai de ochii lumii, sau cu gânduri desarte, sau spre a mă ruga pentru osândă celor ce mi-au greșit.

91. Am îndemnat pe alți creștini să nu meargă la biserică.

92. Nu mi-am făcut pravila de rugăciune și canonul rânduit de către duhovnic, ocupându-mă cu cele lumesti.

94. Am stat la masă fără a face rugăciune și m-am ridicat fără a mulțumi lui Dumnezeu pentru toate câte mi-a dat.

95. Am mâncat și baut cu lăcomie, peste măsură, fiindu-mi rău; am vomitat după ce am stat la masă, din cauza multei mâncări sau bauturi.

96. Nu am postit cele patru posturi, nici luna, miercuri și vineri de peste an. Am postit numai o săptămână la început și alta la sfârșit.

97. Ca părinte, nu am avut grijă în egală măsură de fiecare din copiii mei.

98. Am împiedicat pe copiii mei de a merge pe calea credinței sau să se calugarească, să meargă la biserică, ba i-am și pedepsit pentru asta.

99. Nu m-am îngrijit de mântuirea copiilor mei; nu i-am dus la spovedanie și împărtășanie și nu le-am dat pilda prin viața și comportarea mea.

100. Când copiii mei au avut apucături rele nu i-am mustrat, nu i-am pedepsit și nu i-am oprit de la acestea. 101. Ca părinte m-am purtat prea aspru și am pedepsit pe nedrept pe copiii mei.

102. Am povățuit pe copiii mei sau pe cei din familie să calce peste sematurile oamenilor, sau să strice munca și avutul altora, să fure, să mintă sau să facă alt rău.

103. Am purtat ură împotriva părinților mei pentru că nu am fost lăsat în voia mea să fac ceea ce îmi plăcea mie.

104. Nu am ascultat părinții când mi-au dat sfaturi folositoare de suflet, când mi-au cerut să nu umblu prin locuri de petreceri și să nu mă întovărășesc cu cei care au apucături rele și desfrânate.

105. Nu mi-am îndeplinit datoria față de părinții mei; nu i-am cinstit cu lucrul și cu cuvântul, am fost neascultător și m-am purtat urât cu ei.

106. Mi-am blestemat părinții, i-am batjocorit, i-am batut, le-am spus cuvinte jignitoare; le-am dorit boala, necaz și chiar moartea. I-am parasit la nevoie, la boală și în neputință, neajutându-i.

107. Ca părinte nu m-am rusinat de copiii mei, dezbracându-mă în fața lor.

108. Am văzut goliciunea părinților mei.

109. Nu am ascultat de cei mai mari ai mei (profesori, conducători, sefi) atunci când m-au învățat de bine.

110. Nu am ascultat de părinții mei duhovnicești (duhovnic și nași), nu m-am rugat pentru ei; i-am batjocorit, i-am vorbit de rău, i-am urât.

111. Ca parinte duhovnicesc (nas) nu am purtat grija de fiii mei sufletesti, atât cât mi-a stat în putinta. 112. Nu mi-am ales sotie/sot tinând seama de învataturile Bisericii si binecuvântarea parintilor, ci dupa voia si placerea mea.

113. Ca barbat nu mi-am iubit sotia ca pe mine însami; am batjocorit-o, am certat-o, am batut-o, am socotit-o ca pe o roaba, nu am ajutat -o si nu m-am straduit sa caut si sa gasesc armonia si pacea în viata de familie.

114. Ca sotie nu am ascultat de sotul meu, ci l-am certat, l-am ocarât, încât am ajuns la cearta si scandal. 115. Am silit pe sotul meu, din pricina mândriei si a slavei desarte, sa cheltuiasca bani prea multi pe îmbracaminte luxoasa si la moda, pe placeri si deser taciuni lumesti.

116. Nu m-am supus sotului/sotiei la îndatoririle conjugale, motiv pentru care a pacatuit.

117. M-am despartit de sotie/sot fara motiv bine cuvântat si m-am recasatorit, despartind familie. 118. Am avut gând de razbunare si chiar m-am razbunat asupra vrajmasilor mei, dorindu-le necazuri, chiar si moartea; i-am pizmuit, i-am batut, i-am mutilat sau le-am facut alt rau.

119. Am facut rau aproapelui meu, l-am ocarât, defaimat, facându-i viata grea prin tot felul de insulte si ponegriri, spunând despre el multe neadevaruri, ucigându-l sufleteste. Am îndemnat si pe altii la batai si ucideri.

120. Am ucis pe aproapele cu arma, prin junghiere, sufocare, otravire..., cu voie sau fara de voie. 121. Am ucis pe aproapele meu pentru a-i rapi averea sau sotia (sotul).

122. Am luat diferite doctorii pentru a nu ramâne însarcinata sau pentru a ucide copiii în pântece; am îndemnat si pe alte femei sa faca la fel sau le-am ajutat într-un anumit fel.

123. Am îndemnat, obligat sau am fost de acord ca sotia sa faca avort. Am ajutat pe alta femeie (sau pe medic) sa faca avort, sau am dat bani pentru a face avort.

124. Am folosit diferite metode pentru a nu ramâne însarcinata si înca nu am renuntat la ele. 125. Am facut avort (cu voie sau fara voie).

126. Am nascut copil mort.

127. Am omorât copilul dupa nastere, nebotezat sau botezat.

128. Am avut copil care a murit nebotezat din vina mea sau a altcuiva.

129. Am botezat copiii nascuti morti sau avortati, la sarbatoarea Sfântului Ioan Botezatorul (7 ianuarie) sau cu alta ocazie.

130. Am fost neatent si am lasat copilul sa cada în apa, în foc, de la înaltime sau sa umble cu obiecte taioase ca astfel sa se schilodeasca, sa se raneasca sau chiar sa moara.

131. Am parasit de buna voie copiii, lasându-i în voia soartei.

132. Am pacatuit în înțelegere cu sotia/sotul sau cu cine am avut relatie sexuala ca sa nu avem copii prin diferite metode: pazire, anticonceptionale, leacuri, bai, calendar, sterilet, prezervativ etc.

133. Am pacatuit cu sotia/sotul sau cu altcineva prin împreunare împotriva firii (perversiuni sexuale: gomorie - relatii orale; sodomie - relatii între persoane de acelasi sex, între oameni si animale; pedofilie).

134. Mi-am distrus singur sanatatea, scurtându-mi viata, prin mâncare peste masura, bautura, fumat, petreceri nesabuite si altele asemanatoare.

135. Am facut pariuri dracesti, întrecându-ma cu altii la fumat, baut, la joc sau alte chipuri nastrus nice, stricându-mi sanatatea mea sau pe a altora, pricinuind chiar si moarte.

136. Am câstigat bani si averi cu viclesug, cu vraji si alte mijloace dracesti, ucigând sufletul meu si pe al altora.

137. M-am purtat crud cu animalele, pasarile si alte vietuitoare, ucigându-le. Am pus greutate mari pe animale si le-am batut fara de mila.

138. Am mâncat sânge de animale; am mâncat animale sugrumate, omorâte de fiare salbatice, în puscate fara a curge sângele din ele.

139. Am avut cugete si poftte trupesti necuviincioase (uneori si când am privit la icoane); am pas trat în suflet acele cugete si nu le-am alungat, îndulcindu-ma de ele.

140. Nu am savârsit pacatul cu lucrul dar cu gândul am pacatuit iar prin imaginatie îmi închipuiam si cum am sa-l savârsesc atunci când voi avea ocazia.

141. Am cautat prilej de a pacatui dar nu am avut ocazia.

142. În loc de a-mi stapâni poftele, am cautat sa le aprind mai tare.

143. Am cârtit împotriva lui Dumnezeu, cerând sa ma scuteasca de razboiul desfrânarii, dar eu nu m-am straduit sa ma înfrânez.

144. Am rostit cuvinte si am facut fapte necu viincioase în fata copiilor si a celor mai în vârstă. Am râs fara de socoteala, cu nerusinare; am facut cu ochiul, am jucat si atâtat poftele altora, am jucat, am batut din palme, am chiuut si am râs cu pofta la pe treceri si nunti.

145. Am platit cu bani sau am dat daruri cântaretilor sau celor care cântau cântece si spuneau glume necuviincioase, sau am scris eu însumi cântece; le-am cântat sau am facut alte mascariciuni si obscenitati.

146. Am pastrat în casa, am primit diferite tablouri sau poze cu desfrânari; le-am pus pe pereti. 147. Am cumparat, am citit, am dat si altora carti, reviste sau poze pornografice.

148. Am avut vise desfrânate în timpul somnului, patimind si scurgere; m-am întinat, fiind treaz, din dezmiardare sau prea multa îmbuibare.

149. Nu mi-am facut canonul dupa ce am patimit scurgere în timpul somnului sau chiar treaz fiind.

150. Mi-am stricat fecioria sau curatenia prin pacatul malahiei (masturbare).

151. Am facut pacatul malahiei cu altcineva.

152. Am privit fete straine cu gând de pofta trupestă; m-am unit și învoit cu mintea și cu inima spre a sta de vorba cu gândurile desfrânării celei trupesti. Am pacatuit, curvind cu mintea și cu inima, îndulcindu-mă prin închipuirea pacatelor trupesti. Am curvit prin imaginație, mai bine zis cu dracul curviei, ca și cu niste femei (barbati), înfierbântându-mă cu trupul. Am privit cu pofta la trupul și la fetele femeiei și am preacurvit cu ele în inima. Chiar în vremea sfintei rugăciuni, uneori, m-am aflat curvind și preacurvind cu mintea și inima. Am rapit sau violat cu forta.

153. Am desfrânat cu fecioara, vaduva, fete bi sericesti, cu rudeni și cu cei de alta credință.

154. Am trait cu sotia înainte de cununia religioasă.

155. Am pacatuit cu dobitoace, pasari. De multe ori voind să-mi rascolesc dezmiardările cele trupesti și să mă îndulcesc cu ele, mi-am închipuit cu mintea împreunări de oameni, de dobitoace, de pasari și alte feluri de închipuiri drăcești prin care mi-am spurcat mintea și inima, aprinzând în mine focul desfrânării, cel ce m-a facut vinovat de focul cel vesnic.

156. Fiind casătorit, am preacurvit cu altcineva, chiar și cu femeie maritată, despartind familia. 157. Am trait trupest cu sotia în zile de post, Duminică și sărbători, în timpul perioadei lunare a sotiei sau în cele patruzeci de zile după naștere. 158. Nu m-am înfrânat de la împreunare nicidecum sotia a rămas însărcinată.

159. Am mers la biserică (ca femeie) înainte de cele patruzeci de zile după naștere și fără a-mi face moliftă de dezlegare.

160. Ca părinte am culcat în pat cu mine fete sau băieți mai marișori, sau i-am pus să doarmă împreună. 161. Am pacatuit înainte de căsătorie și am mintit pe sot sau sotie, nespunând adevărul.

162. Fiind copil am jucat diferite jocuri patimase, desfrânate, necuviincioase, cu alte fete sau băieți. 163. Am fost la nunți cu lăutari, baluri, hore, discoteci și alte petreceri păgâne, necrestine. M-am uitat la televizor, video etc. la filme pornografice, întinându-mi mintea și sufletul; nu am purtat grija de copiii mei și le-am îngăduit să privească la filme imorale, chiar și în prezența mea.

164. Am jucat table, biliard, cărți sau alte jocuri de noroc, păgubindu-mă baneste pe mine sau pe alții. 165. Am fost la stadioane, săli de sport, teatre, pentru a urmări meciuri, spectacole, circuri, conferințe sau alte manifestări păgâne ori sectare.

166. Am frecventat case și locuri unde se spuneau cuvinte și fapte de sminteală, necuviincioase și nemernice: bar, bordel, sex-shop, strip-tease etc.

167. Am fost si am mâncat în casa la cei care traiau necununati la Biserica; nu i-am sfatuit sa se cunune; am primit daruri de la ei si i-am pomenit la slujbele Bisericii.

168. M-am casatoit cu rude de sânge, din cuscrie, din înfiere sau din botez.

169. Am avut de gând sau am furat averea aproapelui, a bisericii sau a manastirii. Nu mi-am platit datoriile cuvenite.

170. Am vândut marfa falsificata, stricata; am luat un pret mai mare decât cel cuvenit.

171. Am înșelat la cântar; am folosit vorbe mes tesugite la vânzare sau cumparare spre a înșela pe aproapele, nu am spus adevarul.

172. Am silit pe altii sa cumpere scump de la mine marfa proasta, sa-mi lucreze sau sa-mi vânda ieftin. Am facut afaceri necurate din care au ramas oameni înșelati, pe drumuri sau chiar în temnita. Am facut trafic cu droguri, femei, arme etc. Am rapit/sechestrat alte persoane.

173. Prin viclenia sau falsitatea mea am înșelat statul, pe aproapele sau Biserica.

174. Am luat dobânda (inclusiv cei de la casa de amanet), mita sau alte daruri.

175. Am nedreptatit pe aproapele, tinând seama de îmbracaminte, avere sau pozitia sa sociala, nesocotind dreptatea legala, cautând si folosul meu.

176. M-am mâhnit pentru saracia mea materiala, tulburându-ma foarte tare si am dorit sa ma îmbogatesc. 177. Am furat de la cei din familie, de la stat, de unde am lucrat si nu am întors cele furate.

178. M-am pornit cu ura împotriva celor ce m-au furat sau pagubit, dându-i în judecata, batându-i sau facându le alt rau.

179. Am pagubit pe aproapele de cinste, de merite, de functie si de locul sau mai bun.

180. Am gasit lucruri furate si stiind ale cui sunt nu le-am înapoiat, pastrându-le pentru mine.

181. Am tainuit lucruri împrumutate sau date spre pastrare, neîndurându-ma a le înapoia; am pas trat în casa lucruri furate, am cumparat lucruri care am stiut ca sunt furate.

182. Am jefuit averile mortilor, mormintele.

183. Nu am respectat fagaduinta data de a face parastase, liturghii sau praznice dupa moartea parintilor sau a celor care m-au rugat si le-am promis.

184. Am luat de la Biserica lucruri, bani, lumânari, untdelemn, icoane etc. si nu le-am înapoiat. Am fost cu rautate asupra Bisericii sau manastirii, zicând ca au prea mult.

185. Am rapit cu sila, cu minciuni, juraminte false sau prin judecata pamântul aproapelui meu.

186. Am sfatuit pe altii sa fure, sa faca rau, ajutându-i si eu la acestea; i-am ascuns în casa mea.

187. Nu mi-am respectat nici contractul, nici făgăduința făcută aproapelui.
188. Nu am lucrat după puterea mea la locul de muncă, nefăcându-mi datoria.
189. Nu mi-am plătit datoriile față de stat; am făcut declarații false, înșelând statul.
190. Având posibilitatea să înlătur pagubele aproapelui, nu l-am ajutat.
191. Am furat în grupuri, îngrozind lumea.
192. Am banuit, am napăstuit, am pedepsit pe alții, pentru pierderea avutului meu.
193. Am făcut vrajbă între mireni sau (și) clerici, provocând tulburare.
194. Am marturisit strâmb asupra aproapelui în fața oamenilor, aducându-i astfel necinste, înjosindu-l, pricinuiindu-i pagubire sufletească sau materială, necazuri și suferințe.
195. Nu am ținut seama de datoria de a fi sincer, ci am grațiat minciuni de tot felul.
196. Am mințit de frică să nu patimesc ceva rău, fiind amenințat.
197. La judecată am dat bani sau alte bunuri ca să-mi micsoreze pedeapsa.
198. Am stat la îndoială să spun adevărul.
199. Am fost nestatornic în cuvântul dat, în credință și făgăduință, mintind pe alții și pagubindu-mi sufletul.
200. Am vorbit cu două înțeleșuri; am vorbit altfel de cum am gândit, cazând în fatarnicie.
201. Am fost lingusitor cu fatarnicii, cu sarlatanii, cu oamenii mari și cu mincinosii.
202. Am mințit în fața judecătorilor ca pârât, ca inculpat sau ca martor.
203. Am mințit la marturisire, de rusine, din teama de a dezvălui unele însușiri rele ale mele sau unele păcate rușinoase.
204. M-am laudat, m-am înaltat cu gândul.
205. Am voie slobodă și din mândrie mi-o împlinesc. 206. Am obiceiuri rele și din mândrie nu le parasesc. 207. Sunt încapatânat, nesupus, ambițios și mândru în comportare.
208. Sunt orgolios, nu suport să mi se porun ceasca, să mi se arate adevărul sau să fiu criticat, deși recunosc că sunt vinovat.
209. Sunt încrezător, mă încred în bunurile lumesti, în oamenii mari și mă laud cu toate.
210. Sunt îndrăzneț, doritor de a face numai ce doresc eu, sunt batjocoritor, obraznic, fals și fără de sfială; mă super repede.
211. Sunt potrivnic, neascultător, împietrit, aspru și plin de mine însumi.
212. Mă mândresc cu podoabele hainelor și cu frumusețea lor.

213. Ma mândresc cu podoabele casei mele, pe care am dat sume mari de bani, si cu alte desertaciuni. 214. Ma mândresc cu avere straina, cu rude bogate, cu ranguri înalte în societate sau cu starea mea sociala.

215. Ma mândresc cu podoaba parului, cu chipul meu frumos, cu sanatatea, cu tineretea sau cu vârsta înaintata pe care am apucat-o, cu tot ce am frumos si bun, uitând ca toate sunt de la Dumnezeu.

216. Din mândrie si ca sa arat bine, îmi îngrijesc cu multa atentie parul, tenul, unghiile pe care le las sa creasca, le vopsesc, îmi rad parul de pe picioare, ma coafez, îmi vopsesc parul, buzele si ochii cu diferite vopsele, aratând prin aceasta lui Dumnezeu ca nu m-a facut asa cum trebuia.

217. Am purtat haine fine, scumpe, la moda si extravagante, facând sminteala celor ce ma priveau si cu dorinta de a place celor din jurul meu; m-am îmbracat necuviincios aratându-mi în felurite feluri goliciunea trupeiasca prin fuste scurte, rochii decoltate...

218. Am intrat în Sfânta Biserica împodobita ca la parada, facând sminteala celor ce ma priveau. 219. Am stat în fata ca sa fiu vazuta si admirata. 220. M-am împartasit îmbracata necuviincios, cu chipul si buzele vopsite, cu capul descoperit, cu pantaloni, atingând înfricosatele Taine ale lui Hristos, aratând lipsa de evlavie.

221. Am postit cu gândul sa slabesc, sa fac si lueta, nu din evlavie.

222. Mi-am cheltuit averea si chiar ultimul ban din casa pentru lux si desertaciuni lumesti.

223. Am purtat la gât margele, medalioane, cercei, inele si alte bijuterii ca sa atrag atentia si sa ma mândresc cu ele, fara a ma gândi ca sunt lucruri idolesti si mare urâciune înaintea lui Dumnezeu.

224. Din mândrie am defaimat portul calugaresc si preotesc, precum si saracia sau nevointele lor. 225. Din mândrie am râs de pacatele altuia, dispretuindu-l si vorbindu-l de rau, iar pe ale mele nu le am socotit.

226. Din mândrie am defaimat pe cei saraci, lipsiti, nestiutori, pe cei ce au gresit cu ceva, pe cei neputinciosi si pe cei ce au saracit din anumite motive sau necazuri, în loc sa ma rog lui Dumnezeu pentru ei.

227. Din mândrie m-am socotit destept, înțelept, talentat si cu multe calitati.

228. M-am mândrit si m-am socotit mai presus decât ceilalti cu frumusetea, cu stiinta, cu felul de a vorbi, cu glasul meu, nesocotind ca aceste daruri nu sunt ale mele, ci ale lui Dumnezeu, Care mi le-a dat, si pentru care trebuie sa-l multumesc.

229. M-am mândrit cu saracia, cu hainele modeste, cu postul, cu slabiciunea trupului, cu visele si vedeniile pe care pretind ca le-am avut.

230. M-am rugat cu glas tare sau am cântat mai tare decât altii ca sa fiu auzit si laudat.

231. Am dat milostenii la saraci, în vazul lumii, ca sa fiu laudat, mândrindu-ma prin aceasta.

232. Din mândrie si slava desarta am intrat în Sfântul Altar. Fiind paracliser, m-am atins de Sfânta Masa si de alte obiecte sfintite (de ce anume). Ca femeie, la îndemnul preotului, am intrat în Sfântul Altar si am facut curatenie; m-am atins de Sfânta Masa sau de alte obiecte sfintite.

233. Din mândrie am iscodit despre casa si bogatia altora; am ascultat pe la ferestre si am vrut sa stiu cum vietuiesc, pândind tot ce fac. Am vrut sa stiu starea duhovniceasca a fratelui meu, ispitindu-l prin tot felul de întrebări.

234. Am cautat sa ma tin dupa moda lumeasca, fara a tine seama de ce-mi este folositor si îngaduit. 235. M-am trufit si semetit; am fost mincinos si laudaros.

236. Am fost fatarnic si mi-a placut mult sa fiu cinstit si laudat de oameni.

237. Am pacatuit cu iubirea de sine, cu parerea de sine, cu simtirea de sine, cu bizuirea pe sine si cu trufasa încredere în sine.

238. Am pacatuit foarte mult cu rânduiala de sine, adica mi-a placut sa umblu dupa voia mea si am urât supunerea si taierea vocii.

239. Am fost stapânit în toata vremea de duhul multumirii de sine, adica am fost multumit cu starea si asezarea mea sufleteasca, socotind ca nu sunt ca ceilalti oameni.

240. N-am avut adevarata cunostinta de sine, adevarata mustrare de sine, fiind stapânit în toata vremea de îngâmfarea de sine si pretuirea de sine.

241. Am fost stapânit în minte si cuvânt de duhul îndreptarii de sine. Am vrut si mi-a placut sa am întotdeauna dreptat e, sa nu fiu contrazis, sa vorbesc mult si sa fiu ascultat de ceilalti.

242. Am fost stapânit de trâmbitarea de sine, adica am spus altora ispravile mele cele parute bune. 243. Am hranit în toata vremea pe fariseul meu cel dinlauntru cu închipuirea de sine si cu aratarea. 244. Fiind stapânit de mândrie si încapatânare, am vorbit împotriva fata de cei mai mari.

245. Fiind mândru si semet, am urât pe cei ce m-au mustrat si am iubit pe cei ce m-au laudat.

246. M-am mândrit si m-am laudat cu cele patru feluri de bunatati: cu cele firesti, cu cele câstigate, cu cele din întâmplare si cu cele câstigate prin nevointe (duhovnicesci).

247. Având unele bunatati duhovnicesci, n-am recunoscut ca le am de la Dumnezeu.

248. Am recunoscut ca am unele bunatati de la Dumnezeu, însa nu am recunoscut ca le am în dar, ci fiindca mi s-ar cuveni, socotindu-ma vrednic de ele.

249. Am socotit ca am unele bunatati duhovnicesci pe care niciodata nu le-am avut.

250. Am defaimat legile canonice si liturgice pe care le-au rânduit Sfinții Parinti în Biserica si nu am voit sa ma supun întru toate predaniilor Bisericii.

251. Am fost rob si stapânit de defaimarea ascultarii, de iscodire, de înselarea cu mintea, de trufie, de slava desarta, de lauda, de înaltarea cu mintea, de pregetarea cea fatarnica, de voia libera, de deprinderea pacatului.

252. Am pacatuit înaintea lui Dumnezeu cu gândul de hula, de necredinta, de încapățânare, de îngâmfare, de neînfrânare, de iubirea de stapânire si de altele asemenea acestora.

253. M-am mândrit ca eu as fi feciorelnic cu trupul, defaimând în mintea mea pe cei ce au pacatuit. 254. N-am iubit niciodata în viata mea de a fi ocarât, defaimat, necinstit de altii si nebagat în seama. 255. Nu m-am silit a curma din mintea mea viclesugurile cele gândite ale slavei desarte; nu m-am silit a face ceva înaintea oamenilor ca sa fiu defaimat de catre ei.

256. Am avut întotdeauna viata mea fatarnica, plina de prefacatorie, si fiind eu înlauntru plin de ranile constiintei si urâciunea pacatelor mele, pe dinafara m-am aratat mormânt varuit prin cuviosia si fatarnicia mea, prin care am vânat slava si lauda de la oamenii cei neiscusiti care nu au cunoscut vicleniile mele.

257. M-am lacomit la avutii.

258. Am fost zgârcit si împietrit cu inima.

259. Nu m-a interesat saracia si lipsurile altora. 260. Sunt nesatios, viclean si nedrept, însusindu-mi bunuri straine pentru a ma îmbogati.

261. Am strâns bani sau avere prin viclesug sau prin cersetorie, spre a ma îmbogati.

262. Am fost grabnic a lua si zabavnic a da. 263. Am dat milostenii cu îndoiala si cu zgârcenie, ocarând pe cei carora le-am dat.

264. Nu m-am gândit la viata vesnica, dându-mi milostenie pentru sufletul meu, ci am socotit ca o sa-mi dea altii, dupa plecarea mea din aceasta lume.

265. Pentru zgârcenia mea nu am dat slujbe la Biserica pentru raposatii mei si pentru usurarea pa catelor mele.

266. Am clevetit, am soptit la ureche cuvinte despre altii, sau am facut semn cu mâna, aratând pe altii si vorbindu-i de rau.

267. Am zavistuit (invidiat) pe altul pentru bunastarea lui si m-am bucurat pentru necazurile lui.

268. Nu mi-am reparat greseala, când am ne dreptatit pe aproapele, nici nu am cerut iertare. 269. Din pricina invidiei nu am raspuns la salut, nici nu am salutat pe cei ce erau mai capabili sau mai înzestrati cu darurile decât mine.

270. Din pricina zavistiei mi-am umplut sufletul de patimi si ciuda, întunecându-l cu multe pacate grele. 271. Sunt foarte dusmanos si rau; nu am recu nostinta fata de cei ce-mi fac bine; tin minte raul, batjocoresc pe aproapele si ma bucur când altii sunt batjocoriti.

272. Am povestit altora greseala aproapelui si am încarcat si mai mult pacatele lui.

273. M-am iutit si m-am mâniat de foarte multe ori în viata mea, cu motiv si fara motiv.

274. Din cauza mâniei care m-a stapânit mi-am pierdut rabdarea si pacea mintii si a inimii.

275. Nu am avut râvna sfânta si nu m-am împotrivit celor ce au calcat si batjocorit legile canonice ale Bisericii lui Hristos.

276. Din cauza mândriei si a lenevirii mele am devenit nesimtitor si îm pietrit la inima si n-am avut umilinta si lacrimi spre a stinge la vreme de nevoie focul mâniei si al iutimii.

277. De multe ori, în timpul rugaciunii, mi-am amintit cu ura si cu mânie fata celui care m-a suparat si am urzit în minte gândul de razbunare.

278. Fiind stapânit de mânie am tinut minte raul asupra altora.

279. Am dusmanie asupra aproapelui meu si nu vreau sa-l iert.

280. În toata vremea vietii mele am fost lacom la mâncare si bautura.

281. M-am sârguit în toata vremea de a-mi procura mâncaruri gustoase, scumpe si de multe feluri. 282. Mi-am facut pântecele dumnezeu, slujindu-i lui si facându-i totdeauna voia.

283. Mi-am îngrasat trupul cu mâncaruri si bauturi peste masura, din care cauza mi-am îndobitocit mintea si am devenit lenes, trândav si greoi la lucrarea tuturor faptelor bune.

284. Am fost stapânit de nesaturare, de cârtire si nemultumire în timpul mesei.

285. Am fost iubitor de dulceata si mi-a placut sa beau bauturi dulci si cu anumite condimente. 286. Fiind rob al pântecelui, am asteptat cu mare nerabdare sa vina Pastile, Craciunul sau alte praznice mari spre a face dezlegare la toate mâncarurile si bauturile.

287. Am mâncat carne în saptamâna brânzei. 288. Desi am postit posturile, totusi, am dat la altii mâncare de fruct.

289. Din cauza saturarii pântecelui, mi-am facut mintea groasa si molatica, scăzându-mi trezvia, atentie si memoria.

290. Fiind satul de tot felul de bucate, am avut nebunia de a ma face dascal si a tâlcui altora din Sfânta Scriptura, uitând ca: în pântecele plin, cunos tinta lui Dumnezeu nu locuieste.

291. Am postit cu scopul de a face rau vrajmasilor mei.
292. Am postit dupa a mea rânduiala si parere, încalcând postul rânduit de Biserica.
293. Am postit numai de mâncare dar nu si de pacate, fiind dusmanos si rau.
294. În post am mers la petreceri, ospete, zile onomastice.
295. M-am lenevit de a lucra toata fapta buna prin gând, cuvânt si lucru, dupa a mea putere.
296. M-am lenevit de a ma ruga lui Dumnezeu în toata vremea.
297. Am dormit prea mult si nu m-am sârguit de a priveghea dupa a mea putere.
298. M-am lenevit de a citi Sfânta Scriptura si învataturile Sfintilor Parinti.
299. M-am lenevit de a fi veghetor si treaz cu mintea în fiecare clipa, spre a nu fi luat prin surprindere de momelile cele subtiri ale dracilor.
300. M-am lenevit de lucrarea cea tainica a mintii, adica de a cugeta cât mai des la moarte, la Judecata de apoi, la Rai si iad, precum si la alte cugetari duhovnicesti si ziditoare de suflet.
301. Am fost stapânit de moleseala trupului, paruta neputinta a trupului si trândavie.
302. Din lenevie nu m-am ostenit a face metaniile si închinaciunile cum trebuie.
303. De multe ori lenea mea de a ma ruga lui Dumnezeu am acoperit-o cu unele pricini parute a fi folositoare.
304. M-am lenevit de a ajuta pe fratele meu cazut în îndoiala, deznadejde.
305. Seara, din pricina oboselii, m-am culcat fara rugaciune, iar dimineata, din pricina grabei, am plecat la activitatile mele fara a-mi face rugaciunea, socotind ca am aceasta îngaduinta din pricina împrejurarilor. M-am lenevit sa-l multumesc lui Dumnezeu pentru toate, asteptând sa-mi vina cele de trebuinta fara osteneala mea de a ma ruga si a multumi.
306. Din lene am lasat sa se strice icoanele si alte podoabe sfinte.
307. Mi-a fost lene sa-mi cercetez cu de-amanuntul pacatele mele, când a trebuit sa ma marturisesc, si din aceasta pricina m-am împartasit cu nevrednicie.
308. M-am lenevit sa-mi aprind candela sau lumânarea, sa îngenunchez cu amândoi genunchii în vremea rugaciunii.
309. Mi-am încurajat lenea zicând, ca m-as ruga mai mult daca as fi calugar, dar asa, fiind în lume, nu este cu putinta.
310. M-am lenevit a chema preotul sa faca aghiasma, Sfântul Maslu, sau alte slujbe, la vreme potrivita.
311. Nu am facut sfestanie în casa noua; n-am sfintit fântâna si vasele cele spurcate.

312. Din lene si nepasare m-am lenevit de a ma spovedi la vreme de ispita si când am facut pacate grele; am umblat din duhovnic în duhovnic, cautând pe cel mai îngaduitor, pentru a nu mi se da canon potrivit cu pacatele mele cele grele.

313. Din cauza lenevirii si a trândaviei nu am voit sa lucrez dupa a mea putere faptele cele bune pe care as fi putut sa le fac cu lucrul.

314. Am fost lenes, molatec si nepasator de a ajuta în orice chip pe altii care se aflau în primejdie trupeasca sau duhovniceasca.

315. Am putut dar nu am vrut sa împiedic pe aproapele de a pacatui (Caz concret).

316. Nu m-am rugat pentru aproapele si pentru toata lumea.

317. Nu am mângâiat pe cei întristati.

318. M-am împartasit fiind suparat si învrajbit. 319. Nu am pus cuvânt bun si de garantie pentru cei care îi stiam vrednici.

320. Nu am saturat pe cei flamânzi.

321. Nu am dat sa bea celui însetat.

322. Nu am îmbracat pe cel gol.

323. Nu am cercetat pe cel bolnav, pe cel din închisoare.

324. Nu am primit pe cel strain.

325. Nu am îngropat pe cel mort.

326. Nu m-am ostenit sa cunosc dogmele, în vataturile si rânduielile credintei.

327. Nu am avut dragoste sa-L cunosc pe Dumnezeu din frumusetile naturii si din tot ce ne înconjoara. 328. Nu m-am ostenit sa patrund mai adânc Crezul si credinta Ortodoxa.

329. În necaz, ispite, pagube, suferinte, mi-am pierdut nadejdea în Dumnezeu ca ma poate ajuta. 330. Când am pacatuit greu, mi-am pierdut nadejdea în Dumnezeu, zicând ca nu ma va ierta niciodat a si ca nu ma pot mântui niciodata, cazând în deznadejde si facând voia satanei.

331. Nu m-am ostenit sa aprind în sufletul meu focul sfintei dragoste.

332. Nu m-am silit sa câstig virtutile dragostei crestine în legatura cu Dumnezeu si cu aproapele. 333. Nu am tinut seama de smerenie si rab dare, prin care se învinge raul si se câstiga virtutea. 334. În toata vremea vietii mele am fost stapânit de nestiinta, de nesimtire si împietrirea inimii.

335. Din cauza nesimtirii mele, în toata vremea m-a stapânit uitarea, lenea, nepasarea, deznadejdea, neevlavia si nefrica de Dumnezeu.

336. Din cauza nesimtirii inimii mele am trait ca si cum nu as mai muri vreodata, ca si cum nu as avea de dat seama înaintea lui Dumnezeu pentru toate faptele mele.

337. Am fost stapânit de raceala si uscaciunea sufletului fata de toate lucrurile cele bune si am stat încremenit si lâncezit cu trupul si cu sufletul fata de tot lucrul duhovnicesc.

338. Fiind cuprins de nesimtire, de împietrirea inimii, am pierdut râvna, zdrobirea inimii si umilinta, precum si orice simtire a lui Dumnezeu din sufletul meu si astfel, viu fiind cu trupul, cu sufletul din mine sunt mort.

339. Fiind cuprins de nesimtire pentru pacatele mele, m-am apucat ca sa învăț pe alții.

340. Fiind stăpânit de nesimtire, am mâncat si baut prea mult, am dormit prea mult, am vorbit prea mult si fara de folos.

341. De multe ori, fiind în biserica, atâta nesimtire am avut fata de acest loc sfânt, încât am stat cu vorbe desarte, cu dormitare si chiar cu glume si râs, ca în mijlocul unui spectacol.

342. Din cauza nesimtirii si a împietririi inimii mele, niciodata nu am putut sa am adevarata deslusire a gândurilor mele, având mintea oarba la deslusirea celor bune si n-am priceput ca nesimtirea este moartea mintii si omorârea sufletului mai înainte de moartea trupului.

343. În toate lucrurile, cuvintele si gândurile mele nu m-am sârguit sa am rabdare si blândete.

344. Neavând rabdare si blândete, m-am stăpânit în toata vremea iutimea, nerabdarea, amaraciunea, necazul, tulburarea, nelinistea, nealinarea, neîngaduinta, rautatea si viclenia.

345. Fiind fara rabdare si blândete, am fost strain în toata vremea de nerautate, de simplitate si de nevinovatia cea cuvenita unui suflet curat.

346. Neavând rabdare si blândete, am fost ne multumitor si cârtitor la obligatiile pe care le aveam. 347. Nu am avut adevarata cunostinta de sine, adica nu am avut vedere clara si deslusita cu mintea despre toate slabiciunile si neputintele mele.

348. Având mintea întunecata de patimile mele si neavând dreapta socoteala, nu am putut înțelege când a fost cu mine ajutorul lui Dumnezeu, rămânând pururea nesimțitor si nerecunoscător fata de El.

349. Neavând dreapta socoteala, am început de multe ori a face lucruri mai presus de puterea si de priceperea mea si în loc de folos, m-am ales cu pa guba si primejdii.

350. Neavând smerenie si dreapta socoteala, m-am apucat uneori a face pe dascalul, tâlcuind altora, dupa capul meu, unele locuri grele din Sfânta Scriptura, înșelându-ma si pe mine si pe alții.

351. M-am lenevit de a ma ruga lui Dumnezeu neîncetat, ziua si noaptea.

352. M-am lenevit de multe ori a merge la biserica, lipsind mai mult de trei Duminici consecutiv, cazând sub mare afurisenie.

353. M-am lenevit de a ma ruga mai mult, uitând ca rugaciunea multa duce la rugaciunea curata.

354. În timpul rugaciunii m-am silit a bolborosi multe cuvinte dar nu m-am silit sa-mi concentrez atentia mintii spre a înțelege cele citite, spre simțirea lor cu inima, hrănind pe fariseul cel din mine.

355. Uneori stând la rugaciune am avut gânduri spurcate; alteori am pierdut rugaciunea prin raspândirea la lucrurile cele desarte si nefolositoare.

356. În vremea rugaciunii am avut uneori cereri nechibzuite catre Dumnezeu si, daca dupa o vreme nu le-am dobândit, m-am întristat si descurajat de a ma mai ruga, neînțelegând ca Dumnezeu are mare grija de mine, de cele ce sunt spre folosul meu.

357. Am fost batjocorit de draci în chip jalnic, caci, sosind vremea de rugaciune, m-am apucat de alte treburi, neînțelegând ca nici o treaba nu este mai de folos decât rugaciunea.

358. Stiind ca Dumnezeu cere de la om rugaciunea curata, fara imaginatie, în vremea rugaciunii am lasat mintea sa-si închipuiasca fel de fel de forme si închipuiri.

359. Când mila Domnului m-a cercetat în vremea rugaciunii si când sufletul a început a se ruga din inima cu cuvinte proprii, eu, pacatosul, am început a cauta cuvinte subtiri si cu mestesug spre a vorbi în acele momente sfinte cu Dumnezeu si prin aceasta mândrie si prostie am alungat darul si umilinta de la ticalosul meu suflet si am mâhnit pe Preabunul Dumnezeu, Care cere de la om cuvinte smerite, simplitate si nevinovatie.

360. În vremea rugaciunii am tinut cu toata taria de anumite forme, ca pozitia trupului, plecarea capului, tinerea respiratiei, iar de cele de mare nevoie, adica de atentia mintii si de simțirea inimii, prea putin m-am apropiat.

361. Am avut si aceasta mare nechibzuinta ca uneori, când m-a cercetat mila lui Dumnezeu în timpul rugaciunii, nu am încetat cititul pravilei, ci fiind înclinat spre rugaciunea cea citita, am citit mai departe psalmi si rugaciuni.

362. Uneori am stat la rugaciune având rautate sau tinere de minte de rau asupra celor ce m-au suparat sau nedreptatit.

363. Fiind lenes si stapânit de toata moleseala si nesimtirea, nu am putut ajunge la treapta cea mai de sus a rugaciunii, dar cu toate acestea, uneori, am început sa visez cu gândul ca parca tot am sporit oa recum si nu as fi cel mai de jos în asemenea privinta.

364. În vremea rugaciunii, de multe ori, m-am aflat dormitând cu mintea si chiar cu trupul, uneori stând de vorba cu gândurile si imaginile care veneau de la draci si luând aminte la ele, am râs si m-am tulburat de alte patimi; si asa, stând cu trupul la rugaciune înaintea Domnului, cu mintea si cu sufletul m-am aflat slujind dracilor si patimilor mele.

365. N-am avut chibzuinta si dreapta socoteala ca în vremea când am fost singur sa ma rog cu rugaciunea cea dinlauntru, ci m-am rugat cu glas tare.

366. Când cineva m-a rugat să mă rog pentru el, eu fiind lenes, am pus motivul că sunt nevrednic și nu am voie, ascunzându-mi lenevirea în spatele unei smerenii fatarnice.

367. Alteori m-am rugat pentru alții, și dacă Dumnezeu le-a împlinit cererea lor, pentru a lor credință, eu m-am mândrit că și cum pentru a mea rugăciune s-a făcut aceasta, laudându-mă cu lucru străin.

368. Auzind Dumnezeiasca Scriptură spunând că Împăratia lui Dumnezeu este înlauntrul nostru, nu m-am silit a căuta pe Dumnezeu înlauntrul inimii mele prin chemarea cât mai deasă a Preasfântului Sau Nume: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul”.

369. Am păcătuit foarte mult cu limba înaintea lui Dumnezeu, în tot felul, în tot locul și în toată vremea. 370. Am osândit pe alții și i-am judecat din ură și răutate.

371. Am clevetit și am pârât pe alții, din care cauză ei au suferit diferite necazuri (Ce necazuri).

372. Am omorât cinstea altora prin vorbirea de rău și prin defaimarea lor.

373. Am ocarât, am defaimat, am certat, am mustrat, am blestemat și am batjocorit pe alții. 374. De multe ori nu mi-am oprit limba de la multe vorbe desarte.

375. Prea de multe ori am avut obiceiul de a mă lauda și a spune minciuni.

376. De multe ori am vorbit cu viclenie și fatarnicie spre a fi laudat de oameni.

377. De multe ori am laudat pe cei răi și lucrurile lor cele rele și am vorbit de rău pe cei buni și lucrurile lor cele bune.

378. De multe ori am avut obiceiul de a spune povești, de a vorbi despre isprăvile cele rele ale oamenilor care au fost tâlhari, desfrânați, betivi.

379. Am vorbit (facut) de multe ori glume, chiar și cu cuvinte sfinte.

380. Am râs de multe ori în hohot și cu glas tare, până la lacrimi, prin care am dovedit că sunt om nebun și fără de minte.

381. De multe ori m-am laudat cu lucrurile mele, cu rudeniile și prietenii.

382. Am avut raul obicei de a lauda pe alții în față și am vorbit de multe ori cu viclenie și lingusire.

383. Nu m-am silit să opresc pe alții de la vorbirea de rău, de la clevetire, de la nedreptate și de la orice fel de păcat.

384. M-am rusinat și m-am temut de a spune adevărul și de a mostra pe față nedreptatea și hula împotriva lui Dumnezeu, pe care cei necredincioși și hulitori le-au vorbit la arătare.

385. N-am avut taria cea bună și cu dreaptă soartă, din care cauză am tăcut acolo unde era nevoie de a vorbi și am vorbit acolo unde era nevoie să tac.

386. Știind că multa vorbire este scaun al slavei desarte, totuși nu am încetat de la multa vorbire cea cu lauda de sine și de la vorbirea cea desartă.

387. Neavând dragoste fata de aproapele, nu m-am silit cu toata puterea de a mângâia pe cei întristati, de a învăța pe cei neștiutori și de a apăra pe cei nedreptățiți.

388. Din cauza nepăsării și a cutezantei de sine, nu m-am silit cu toata puterea de a fugi și de a mă feri de locurile acelea unde se râdea, se glumea și se spuneau desertăciuni.

389. Am fost stăpânit și de aceste patimi: uitarea, neevlavia, iutimea, amaraciunea, înfurierea, ura de oameni, pomenirea de rău, osândirea, întristarea de suflet, îndoiala, lasitatea, rivalitatea, împatimirea,

afecțiunea pentru cele pămânesti, nebarbatia, nemulțumirea față de Dumnezeu și de oameni, cârtirea, clevetirea, înfumurarea, părerea de sine, mila de sine, crutarea de sine, îndreptățirea de sine, trufia, îngâmfașeala, iubirea de stăpânire, iubirea de porunci, iubirea de arătare, dorința de a placea oamenilor, nerușinarea, înșelăciunea, ironia, duplicitatea, îndoiala, ratacirea gândurilor, iubirea de slava, iubirea de arginți,

iubirea de plăceri trupești, iubirea de sine, care este maica și rădăcina tuturor răutăților.

390. De asemenea, am fost stăpânit și de aceste patimi: hula, blasfemie, semetie, împietrirea inimii, nesupunere, bârfa, defaimare, amăgire, nebunie, neînfrânare, nepricepere, neștiința, ieseală din minte, aiureală, salbăcie, toropeală, negrija de cele bune, greșeala de fiecare clipă, risipa, zgârcenie, cunoscința mincinoasă, odihna trupească fără de trebuință, moleșeală, răutate, nepăsare, puțină credință, slujirea la multe patimi, înaltare, amăgire, cutezanță, întristare, grairea împotriva, fatarnicie, prefăcătorie, curiozitate, învoirea cu păcatele cele patimase ale sufletului și deasă cugetare la ele.

Pe lângă acestea mai am și alte păcate de care nu îmi aduc aminte sau nu îmi dau seama de ele ca sunt păcate. De toate acestea numai eu sunt vinovat, pentru care îmi pare rău și din toată inima mă căiesc și mă voi căi. Deci, iartă-mă, părinte, și canon să-mi rânduiesti, ca de aici înainte, cu ajutorul lui Dumnezeu, cu rugăciunile Maicii Domnului, cu ale tuturor Sfinților și cu rugăciunile sfintei voastre, vreau să pun început bun.