

### Spytovanie svedomia pre manželku a matku:

- Stala som sa manželovi opravdivou spoločníčkou života? Stále sa starám o vernú spoluprácu, úplnú oddanosť?
- Porozprávam sa s manželom bez toho, aby som ho zaťažovala maličkosťami? Nevšímam si dobré kritiky a škriepky?
- Znášam s ním starosti jeho zamestnania i rodiny z opravdivou potešujúcou účasťou keď príde domov, nachádza dôveru, domov a teplo? Starostlivo pripravujem jedlá?
- Zanedbávam lásku voči nemu v porovnaní s deťmi vo výdavkoch zásobovaní, opatere? Odstavila som ho pre deti?
- Som každodenne podľa jeho záľuby upravená a pôvabná a mám pre neho čas?
- Som starostlivá, alebo lenivá? Som šporovlivá, viem si všetko zadeliť? Som vždy nespokojná?
- Modlíme sa spoločne? Pristupujeme pravidelne k sviatostiam?
- Snažíme sa bez prehnaného hýrenia urobiť peknými rodinné sviatky?
- Postarám sa naozaj o manželových hostí? Je moje správanie čestné?
- Som taká svedomitá, že manžela nikdy neurazím, nezahanbím, pred inými neobhovorím?
- Som trpezlivá voči jeho chybám a slabostiam, hneď mu odpustím a som k nemu zasa taká aká som bola predtým?
- Vážim si svedomie svojho manžela? Múdro a z láskou sa o neho starám, aby to bolo v súlade s požiadavkami kresťanského svedomia?
- Všetmožne sa starám o dobrú kresťanskú výchovu svojich detí?
- Udržiavam kontakt s blízkymi, s jeho príbuznými a som dobrá k chudobným a k svokrovcom?
- Panuje v našom manželstve a v našej rodine radosť, veselosť, úplná vernosť a nezlomná láska?

### Spytovanie svedomia pre manžela a otca:

- Usiloval som sa od začiatku budovať našu lásku a naše manželstvo? Usilujem sa o to aj teraz?
- Starám sa o to, aby som spoločne s manželkou všetko prediskutoval?
- Poznám, uznám oprávnené manželkine želanie, snažím sa ju pochopiť a prijať jej názory?
- Hospodárim s peniazmi a s majetkom svedomite? Je manželka zaopatrená všetkým, čo potrebuje pre seba, pre deti? Alebo som na domácnosť držgrošom?
- Dôverujú mi manželka a deti, alebo sa ma boja?
- Som nemierny v pití, fajčení, v manželských nárokoch, alebo som sebec?
- Ovládam svoj hnev?
- Pochválim manželku, som voči nej uznanlivý? Oslávim jej narodeniny, meniny, manželské výročie?
- Myslím vždy na to, že manželka nachádza šťastie v oddanosti a chce sa spoločensky uplatniť?
- Hreším, urážam manželku pred deťmi a znevažujem ju pred cudzími?
- Bol som voči manželke vždy úprimný a spravodlivý? Vie o všetkom čo robím? Často jej píšem, keď som na cestách?
- Opravdivo s ňou spolucítim pri pôrodoch? Delím sa od začiatku vo výchove detí? Pomáham jej v domácich prácach?
- Nájdem si dostatočný čas na spoločnú zábavu, alebo žijem len svojej práci?
- Vyžaruje z nášho manželstva a z našej rodiny láska na ostatných ľudí, zvlášť na susedov a chudobných?
- Myslievam aj na manželkin odpočinok? Som ochotný pomôcť jej v nedostatkoch?
- Mám v úcte svedomie manželky, dávam dobrý príklad svojim deťom?