Questa lista offre una prospettiva contemporanea su come i Dieci Comandamenti possano essere violati in situazioni proprie della vita moderna e delle realtà di oggi. Sebbene il peccato sia intrinseco alla condizione umana, un’interpretazione contemporanea di ciascuno di questi comandamenti invita alla riflessione personale e spirituale sulla realtà di oggi.

1. **Amerai il Signore tuo Dio sopra ogni cosa**

- Dare priorità al successo materiale, al denaro o al prestigio a scapito della fede e dei valori spirituali.
- Praticare l’occultismo, l’astrologia, i tarocchi o consultare medium e indovini.
- Rifiutarsi di pregare, dubitare di Dio o vivere nell’indifferenza spirituale.
- Cercare il proprio benessere prima di servire e amare Dio o il prossimo.
- Fare del proprio “io” o del proprio stile di vita un idolo, concentrandosi più sull’ego e sull’immagine di sé.

2. **Non nominare il nome di Dio invano**

- Usare il nome di Dio o dei santi in modo irrispettoso o per insultare.
- Fare promesse a nome di Dio senza l’intenzione di mantenerle.
- Blasfemare nei momenti di frustrazione o rabbia.
- Usare il nome di Dio in discorsi o dichiarazioni manipolatori per scopi personali.
- Giurare falsamente o non mantenere le promesse fatte a Dio.

3. **Ricordati di santificare le feste**

- Lavorare o fare attività non necessarie la domenica o nei giorni festivi senza una reale necessità.
- Scegliere di non partecipare alla messa senza un motivo valido, soprattutto nei giorni di precetto.
- Non dedicare tempo al riposo, alla famiglia o alla riflessione su Dio.
- Ignorare intenzionalmente i tempi liturgici della Chiesa come l’Avvento, la Quaresima o la Settimana Santa.
- Trascurare la partecipazione ai sacramenti o alla vita della Chiesa.

4. **Onora tuo padre e tua madre**

- Trascurare la cura o il rispetto per i genitori anziani o malati.
- Mantenere atteggiamenti di rancore o mancanza di perdono verso i genitori o i familiari.
- Trattare duramente i figli, non ascoltarli o manipolarli emotivamente.

- Trascurare l’unità familiare per dare priorità alle ambizioni personali.
- Non trasmettere la fede o i valori ai figli, né educarli alla rettitudine e al rispetto.

5. **Non uccidere**

- Abortire o sostenere attivamente o passivamente la pratica o la lobby dell’aborto.
- Usare violenza fisica o emotiva in famiglia o sul lavoro.
- Rifiutarsi di perdonare o mantenere rancori prolungati.
- Partecipare o tollerare bullismo, razzismo o discriminazione.
- Promuovere o consumare costantemente violenza nell’intrattenimento.

6. **Non commettere atti impuri**

- Consumare, distribuire o promuovere l’uso di pornografia.
- Commettere infedeltà, sia fisica che emotiva.
- Praticare atti sessuali fuori dal matrimonio.
- Usare app o social media con l’obiettivo di incontri sessuali occasionali.
- Mantenere relazioni affettive contrarie alla morale cristiana.

7. **Non rubare**

- Scaricare o consumare contenuti digitali senza pagare (pirateria).
- Evadere le tasse, frodi fiscali o lavorative.
- Non pagare ai dipendenti o ai lavoratori un salario giusto.
- Usare i beni aziendali per scopi personali senza permesso.
- Sprecare risorse naturali o non prendersi cura dell’ambiente.

8. **Non dire falsa testimonianza**

- Mentire sui social media, creare o diffondere voci o calunnie.
- Diffamare intenzionalmente qualcuno o danneggiare la reputazione altrui.
- Partecipare alla manipolazione delle informazioni sui social media per ottenere vantaggi.
- Nascondere informazioni rilevanti sul lavoro o manipolare dati.
- Praticare l’ipocrisia o fingere di avere una vita online che non corrisponde alla realtà.

9. **Non desiderare la donna d’altri**

- Intrattenere volontariamente pensieri impuri o fantasie inappropriate.
- Ossessionarsi con l’aspetto o la vita degli altri sui social media.

- Usare lo sguardo per alimentare pensieri impuri o lussuriosi.
- Desiderare di avere relazioni affettive o sessuali con persone impegnate.
- Cercare relazioni inappropriate o romantiche su app solo per divertimento o capriccio.

10. **Non desiderare i beni altrui**

- Invidiare la posizione economica, il lavoro o i beni materiali degli altri.
- Confrontarsi ossessivamente con altri sui social media.
- Cercare costantemente approvazione o validazione sociale attraverso i beni materiali.
- Desiderare che agli altri vada male per ottenere una promozione o un’opportunità.
- Vivere in continua insoddisfazione per ciò che si ha, desiderando di più senza gratitudine.