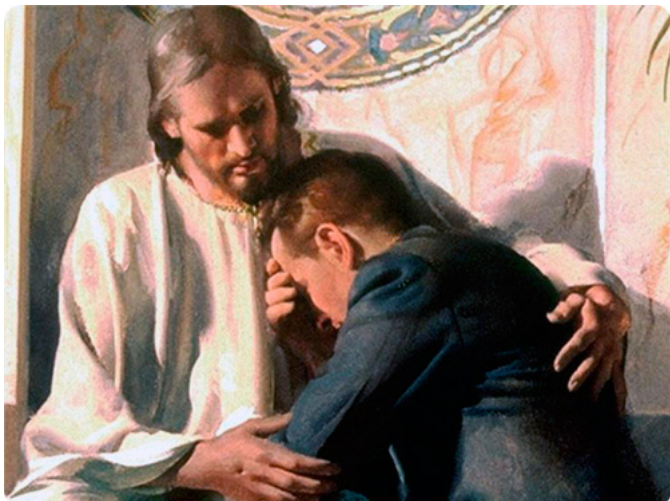




W poprzednich numerach „Słowa Życia” rozważaliśmy o ustanowieniu przez Chrystusa Sakramentu Pokuty i Pojednania oraz o wielkich łaskach jakie z tego sakramentu wypływają. Aby jednak dobrze i jak najowocniej skorzystać ze źródła Miłosierdzia Bożego konieczne jest ze strony człowieka odpowiednie przygotowanie. Wyobraźmy sobie takiego człowieka, który może po wielu latach swojego życia bez Boga, przychodzi do spowiedzi nieprzygotowany i mówi na wstępie takie na przykład słowa: „proszę księdza, ja nie byłem u spowiedzi już 25 lat i nie mam z czego się spowiadać bo nie mam żadnego grzechu”. Święty Jan Apostoł wyjaśnia, że „Jeśli mówimy, że nie mamy grzechu, to sami siebie oszukujemy i nie ma w nas prawdy”(1 J 1, 8). Przekonanie o tym, że nie posiada się grzechu jest znakiem deformacji sumienia i odejścia od Boga. Nie dziwmy się, że taka spowiedź nie przyniesie żadnych korzyści bez odpowiedniej pomocy kapłana, który przy krótkich konfesjonale musi poświęcić dużo czasu na przygotowanie takiego penitenta. W jaki sposób powinniśmy więc przygotować się do spowiedzi?

Na pewno przypominamy sobie z czasów przygotowywania się do pierwszej spowiedzi kiedy tak wiele nam mówiono o pięciu warunkach koniecznych do każdej dobrej spowiedzi. Wszyscy znamy je na pamięć. Są to: rachunek sumienia, żal za grzechy, mocne postanowienie poprawy, szczerą spowiedź, zadośćuczynienie Bogu i bliźnim. Bez wypełnienia powyższych warunków nasza spowiedź będzie bezowocna i co więcej nieważna. † Zastanówmy się dzisiaj nad pierwszym z tych warunków, to jest nad rachunkiem sumienia. Już samo pojęcie „rachunek sumienia” budzi u człowieka jakąś niechęć bo kojarzy się z matematycznym sposobem określania stanu swojej duszy. Tak jednak nie jest. Rachunek sumienia jest szczerą rewizją swojego postępowania w obecności i obliczu Boga w klimacie synowskiej miłości. Dlatego też przed rachunkiem sumienia należy się pomodlić, czyli zwrócić się z prośbą o pomoc do Ducha Świętego, do Matki Najświętszej. Samo tylko skoncentrowanie się na sobie, bez odniesienia się do Boga, do Jego miłości może doprowadzić do spotęgowania pretensji do siebie, do samozadęczenia się, do depresji i rozpacz, do zniechęcenia lub do łatwego usprawiedliwiania swojego grzesznego postępowania. Taki człowiek boi się głębiej wglądać w swoje życie, stanąć w całej prawdzie przed Bogiem, zobaczyć jak wielkie rany spowodowały popełnione przez niego grzechy. Wytwarza się u niego po prostu pewien opór przed trudem i bólem poznania siebie i niechęć do wewnętrznej przemiany. Wtedy dorosły człowiek powtarza z przyzwyczajenia z lat dziecinnych na przykład: nie słuchałem mamy (mama ma 95 lat a on 75); nie odmówiłem paciorka (zamiast powiedzieć coś więcej o swojej modlitwie o jej sposobie i o

motywach) itp.

Należy mieć także świadomość, że w czasie rachunku sumienia występują różne mechanizmy obronne, które nie chcą dopuścić do poznania całej prawdy o sobie. Jednym z nich jest mechanizm projekcji, czyli zrzucania swojej odpowiedzialności za grzechy na innych ludzi. Możemy ten mechanizm zauważyć w biblijnym opisie grzechu pierwszych rodziców to jest Adama i Ewy. Ewa oskarża węża że ją zwiódł, a Adam winę zrzuca na Ewę, a nawet na Boga: „kobieta, którą postawiłeś przy mnie, ona mi dała” (Rdz 3, 12). Rachunek sumienia należy więc przeprowadzać ze swoich grzechów. Nie mamy do tego żadnego prawa aby liczyć grzechy cudze, na przykład: brata, siostry, męża, synowej, teściowej itp.

Kolejnym jeszcze mechanizmem obronnym jest represja, czyli spychanie wszystkiego do podświadomości poczucia swojej winy, zamiast przyznać się z całą pokorą do popełnienia grzechu, do jego konsekwencji i stanąć w całej prawdzie przed Bogiem. Wówczas człowiek nie chce poprowadzić dogłębnej analizy swojego postępowania i mówi, na przykład: kradłem, a nie wymienia dokładnie, co ukradł: jabłko w ogrodzie, samochód, pieniądze czy inną rzecz. Może nawet powie, że ukradł łańcuch, ale już nie wspomni, że była do niego przywiązana krowa.

Konieczne jest także uwiadomienie sobie wszystkich innych okoliczności, które zmieniają ciężar grzechu. Teologowie moralisci wyróżniają siedem takich okoliczności: kto, co, gdzie, kiedy, w jaki sposób, dlaczego, jakimi środkami. Jest różnica w grzechu kradzieży 100 rubli a 100 tysięcy rubli. O wiele cięższy wymiar ma grzech popełniony w kościele niż w innym miejscu. Także większy stopień krzywdy jest wyrządzony przez ten sam grzech biednej babci niż bogatemu milionerowi itp. Podobna sytuacja występuje wtedy, gdy ktoś wyznaje tylko, że zgrzeszył przeciwko szóstemu przykazaniu a nie określa dokładnie jaki to był grzech, z jaką osobą, lub sam z sobą, czy też grzech myśli, pragnień lub pożądań. Należy także zastanowić się, jakie skutki wypłynęły z popełnionego grzechu, jaka krzywda została wyrządzona. To wszystko powinno się obowiązkowo wyznać na spowiedzi.

Inny mechanizm to racjonalizacja, czyli samousprawiedliwienie się, że popełniony grzech nie jest tak wielki jak na to wygląda. Wtedy ktoś przyzwyczaja się mówić, że na przykład nieregularnie uczęszczał na Mszę Świętą niedzielną, czy też ciężko pracował w niedzielę, a nie wyjaśnia z jakiego powodu i ile razy to się jemu przydarzyło. Samousprawiedliwienie sprawia, że tego grzechu nie wyznaje na spowiedzi, a powinien to uczynić.

Najprostszym sposobem przeprowadzania rachunku sumienia jest analizowanie swojego życia według dziesięciu przykazań Bożych, siedmiu grzechów głównych i przykazań kościelnych. Można w tym celu posłużyć się modlitewnikiem i zamieszczonymi tam odpowiednimi pytaniami. Rachunek sumienia będzie przebiegał łatwiej, gdy w nasze życie wejdzie zwyczaj częstej spowiedzi i codziennego rachunku sumienia, na przykład po modlitwie wieczornej.

Prawo kanoniczne (kan. 988) żąda, aby spowiedź odbywała się po dokładnym rachunku sumienia. Spowiedź bez rachunku sumienia jest nieważna, a nawet w pewnych okolicznościach świętokradzka. Zaś w przypadku zapomnienia jakiegoś grzechu ciężkiego powinno się go dołączyć i wyznać przy najbliższej spowiedzi. Od tej chwili idąc do spowiedzi zwracajmy już większą uwagę na rachunek sumienia.