

SPOWIEDŹ - SAKRAMENT POKUTY I POJEDNANIA

Coraz częściej czujemy się bezsilni wobec zła. Pan Bóg mając świadomość takiej bezsilności człowieka niesie mu pomoc w sakramencie pokuty i pojednania, który nazywany jest też *przebaczeniem, spowiedzią, nawróceniem*. Zrozumieć spowiedź św. to przyjęcie wiary Kościoła, że sakramentu tego, jak zresztą każdego innego, udziela zmartwychwstały Jezus Chrystus, spowiednik - kapłan udzielający rozgrzeszenia jest tylko znakiem i pośrednikiem Bożego działania.

Istotą Bożego działania w sakramencie pokuty i pojednania jest wyzwolenia człowieka z niemocy zła, które zamyka człowiekowi dostęp do Boga i życia z Nim przez całą wieczność. To zło nazywane jest *grzechem*. Grzech nie jest zwykłym błędnym postępowaniem, nieposłuszeństwem, sprawianiem zawodu, źle wykonaną pracą, złym zachowaniem wobec ludzi. Grzech zawsze zwraca się przeciw Bogu. Jest on wynikiem wolnego działania człowieka, któremu wydaje się, że wszystko wie, wszystkiemu potrafi zaradzić, wszystko potrafi właściwie ocenić. Z biblijnych tekstów opowiadających o grzechu człowieka wynika, że skierował on swą wolność przeciw Bogu, a w konsekwencji także przeciw sobie. Efektem tego działania jest zło, które go nieustannie dotyka. Jego istotą jest zgoda człowieka na to, by w jego sercu zamarło zaufanie do Stwórcy. Biblia wyjaśnia też, że człowiek, nadużywając swojej wolności, okazuje nieposłuszeństwo i brak zaufania Bogu. Co więcej, popełniając grzech stawia siebie ponad Bogiem. Kwestionuje w ten sposób swoje bycie stworzeniem oraz odrzuca dobro, którym Bóg pragnie go obdarować. Tym samym wyraźnie bądź też milcząco odrzucamy dobroć Boga. Ten, kto grzeszy, zachowuje się tak, jakby Bóg go nie kochał. Kto grzeszy, sprawia wrażenie jak gdyby wola Boga była dla niego bez znaczenia lub całkowicie była mu obca. Zapomina, że od momentu swego chrztu jest związany z Chrystusem.

Grzech nie jest sprawą „prywatną” ani jednorazową. Grzech obraża Boga. Ponadto człowiek przez grzech osłabia wspólnotę wierzących i sprawia, że Kościół jest mniej święty. Grzech przede wszystkim znieczula na zło. Kto zgrzeszył musi się nawrócić i zadośćuczynić: kto znieważył kogoś, musi wyrazić skruchę wobec Boga, ale musi także prosić o przebaczenie skrzywdzonego człowieka. Kto przywłaszcza sobie cudzy majątek, nie może powiedzieć, że wystarczy żałować. Musi naprawić wyrządzoną krzywdę.

USTANOWIENIE: Chrystus polecił Apostołom w Wieczerniku: „Weźmijcie Ducha Świętego! Którym odpuszcicie grzechy, są im odpuszczone, a którym zatrzymacie, są im zatrzymane” (J 20,22-23). „W ciągu wieków w sposób zasadniczy zmieniła się konkretna forma, w jakiej Kościół wykonywał tę władzę otrzymaną od swego Pana. W pierwszych wiekach pojednanie chrześcijan, którzy popełnili po chrzcie szczególnie ciężkie grzechy (na przykład bałwochwalstwo, zabójstwo czy cudzołóstwo), było związane z bardzo surową dyscypliną, wymagającą od penitentów odbycia publicznej pokuty za grzechy, często trwającej przez długie lata, zanim otrzymali dar pojednania. Do tego „stanu pokutników” (który obejmował jedynie popełniających pewne ciężkie grzechy) można było zostać dopuszczonym bardzo rzadko, a w niektórych regionach tylko raz w życiu. W VII wieku, pod wpływem tradycji monastycznej Wschodu, misjonarze irlandzcy przynieśli do Europy kontynentalnej „prywatną” praktykę pokuty, która nie wymagała publicznego ani długotrwałego pełnienia dzieł pokutnych przed uzyskaniem pojednania z Kościołem. Od tego czasu sakrament urzeczywistnia się w sposób bardziej dyskretny między penitentem a kapłanem. Nowa praktyka przewidywała możliwość powtarzania sakramentu pokuty i otwierała w ten sposób drogę do regularnego przystępowania do tego sakramentu. Umożliwiała - w tej samej celebracji sakramentalnej otrzymanie przebaczenia grzechów ciężkich i powszednich. Jest to zasadnicza forma pokuty, którą Kościół praktykuje do dzisiaj” (KKK 1447).

WARUNKI DOBREJ SPOWIEDZI ŚWIĘTEJ - Przyjmowanie Bożej miłości

Sakrament pokuty jest wyjściem Boga w stronę człowieka, jest przebaczeniem przede wszystkim grzechu ciężkiego. Kto odłączył się od wspólnoty eucharystycznej, ten znajduje w tym sakramencie pojednanie z Bogiem i z Kościołem. Może znowu uczestniczyć w ofierze Chrystusa - Mszy Świętej, i przystępować do Komunii Świętej. W sakramencie pokuty Pan Bóg nie tylko wielkodusznie przebacza człowiekowi winy, lecz przekreśla je raz na zawsze. Ewangelia św. Łukasza przekazuje nam słowa Jezusa: „W niebie większa będzie radość z jednego grzesznika, który się nawraca, niż z dziewięćdziesięciu dziewięciu sprawiedliwych” (Łk 15, 7).

1. **Rachunek sumienia** – nie jest to tylko „rachowanie” grzechów, przywołanie ich w pamięci. To konfrontacja swojego postępowania z Bogiem który jest miłością; ocena siebie według tego jak ocenia Bóg. Trzeba poznać siebie i uznać swój grzech oraz wierzyć w głębokie miłosierdzie Boga. Św. Ignacy polecał rachunek sumienia każdego wieczoru według kilku etapów: dziękować za dobrodziejstwa i dary Boże – prośba o światło i odkrycie grzechu – przegląd czynności całego dnia (wydarzenia, poruszenia wewnętrzne, grzechy i ich przyczyny oraz konsekwencje) – prośba o przebaczenie i żal za wszystkie grzechy – postanowienie poprawy i wytrwania w łasce Bożej.
2. **Żal za grzechy** – „*ból duszy i zniechęcenie popełnionego grzechu z postanowieniem niegrzeszenia w przyszłości*”. Gdy żal wypływa z miłości do Boga miłowanego nade wszystko, jest nazywany żalem doskonałym. Taki żal odpuszcza grzechy powszednie. Przynosi on także przebaczenie grzechów śmiertelnych, jeśli zawiera mocne postanowienie przystąpienia do spowiedzi sakramentalnej, gdy tylko będzie to możliwe. Drugi rodzaj to żal niedoskonały. Rodzi się on z rozważania brzydoty grzechu lub lęku przed wiecznym potępieniem i innymi karami, które grożą grzesznikowi (żal ze strachu). Takie poruszenie sumienia może zapoczątkować wewnętrzną ewolucję, która pod działaniem łaski może zakończyć się rozgrzeszeniem sakramentalnym. Żal niedoskonały nie przynosi jednak przebaczenia grzechów ciężkich, ale przygotowuje do niego w sakramencie pokuty.
3. **Mocne postanowienie poprawy** – „*zdecydowana wola niegrzeszenia więcej*”. Łączy się ze skruchą za grzechy i jest oznaką autentycznego żalu.
4. **Szczera spowiedź** – wyznanie grzechów. Przez spowiedź człowiek patrzy w prawdzie na popełnione grzechy, bierze za nie odpowiedzialność, a przez to na nowo otwiera się na Boga i na komunie Kościoła, by umożliwić nową przyszłość. Na spowiedzi penitenci powinni wyznać wszystkie grzechy śmiertelne co do liczby, których są świadomi po dokładnym zbadaniu siebie, chociaż byłyby najbardziej skryte. Wyznawanie codziennych win, tzw. grzechów powszednich nie jest ściśle konieczne, niemniej jest przez Kościół gorąco zalecane. Istotnie, regularne spowiadanie się z grzechów powszednich pomaga nam kształtować sumienie, walczyć ze złymi skłonnościami.
5. **Zadośćuczynienie** – wypełnienie pewnych aktów pokutnych, które spowiednik nakłada na penitenta, by naprawił szkody wyrządzone przez grzech. Do pokuty należy gotowość naprawienia wyrządzonej krzywdy. Należy uczynić wszystko, co możliwe, aby ją naprawić (na przykład oddać rzeczy ukradzione, przywrócić dobrą sławę temu, kto został oczerniony).

<http://www.spowiedz.pl/index1.html>

<http://www.spowiedz.pl/rach1.htm>

Przykład rachunku sumienia ministrantów:

OBOWIĄZKI WZGLĘDEM BOGA:

- Czy nie opuszczam modlitwy porannej i wieczornej?
- Czy nie odmawiam modlitw bez zastanowienia, mechanicznie?
- Czy nie zapomniałem, aby Boga wielbić i dziękować Mu?
- Czy modliłem się za innych, czy tylko we własnych intencjach?
- Czy starałem się pomyśleć o Bogu w ciągu dnia?
- Czy nie powątpiewam w jakąś z prawd wiary?
- Jak zachowywałem się w kościele? Czy nie przeszkadzałem innym?
- Czy nie wstydzilem się okazywać, że jestem chrześcijaninem, że wierzę w Boga?
- Czy wymawiam imię Boże z szacunkiem?
- Czy nie szydziłem z rzeczy świętych, spraw Bożych?
- Czy nie opuszczam w niedzielę i święta nakazane mszy św. z własnej winy?

OBOWIĄZKI WZGLĘDEM SIEBIE:

- Czy jestem zadowolony z siebie samego; ze swoich cech, wyglądu zewnętrznego, charakteru, zdolności?

- Czy umiem zaakceptować swoje wady i ułomności?
- Czy dobrze wypełniam swoje obowiązki w domu lub w szkole?
- Czy dbam o swoje zdrowie?
- Czy nie jestem leniwy?
- Czy nie grzeszę obżarstwem?
- Czy nie niszczę zdrowia przez narkotyki, alkohol, papierosy?
- Czy szukałem specjalnie myśli, wrażeń i widoków nieczystych?
- Czy nie czytałem nieprzyzwoitych książek, filmów?
- Czy nie dawałem ich innym?
- Czy nie popełniałem grzechów nieczystych? Sam? Z innymi?
- Czy nie przeklinałem?
- Czy jestem wierny postanowieniom?
- Czy nie traćłem bezowocnie czasu (np. na bezmyślne gry komputerowe)?
- Czy umiem dzielić się z potrzebującymi?
- Czy umiem znosić niewygody życia bez szemrania?
- Czy dotrzymywałem obietnic i przyrzeczeń?

OBOWIĄZKI WZGLĘDEM BLIŹNICH:

- Czy mówiłem prawdę? Czy kłamałem?
- Czy byłem dobry wobec ludzi?
- Czy szanowałem rodziców, nauczycieli?
- Czy umiem przebaczać uchybienia innych?
- Czy szanowałem cudzą własność?
- Czy nie namawiałem innych do złego?
- Czy nie kłóczę się z innymi?
- Czy nie biję młodszych, słabszych?
- Czy nie powinienem komuś konkretnemu przebaczyć, albo poprosić o przebaczenie, pogodzić się z kimś?

- Czy umiem przyznać się do popełnianych błędów?
- Czy stoję w obronie innych osób, kiedy są fałszywie oskarżani?
- Czy widzę w innych ludziach dobre strony, czy same wady?
- Czy nie obmawiam kolegów, koleżanek, nauczycieli?
- Czy nie pogardałem innymi ludźmi?
- Czy nie oszukiwałem innych ludzi?
- Czy byłem uczciwy?

Czy jest jakiś szczególny grzech, jaki wyrzuca mi sumienie, choć nie jest zawarty w tym rachunku sumienia?

Jakie są moje postanowienia? Co dobrego zrobię, czego dotychczas nie robiłem?

Nad czym będę konkretnie pracował do następnej spowiedzi?