

SAKRAMENT POKUTY I POJEDNANIA

- 1. Sakrament pokuty**
- 2. Rachunek sumienia**
- 3. Żal za grzechy**
- 4. Szczera spowiedź**
- 5. Zadośćuczynienie**

Dziś chcemy podjąć pierwszą część katechezy na temat sakramentu pokuty. Jak przy każdym sakramencie, sięgamy do Biblii i tam szukamy jego źródeł. W sakramentach chrztu, bierzmowania i Eucharystii otrzymujemy od Chrystusa, za pośrednictwem Kościoła, nowe życie. Na skutek grzechu to życie może ulec osłabieniu, a także całkowitemu zniszczeniu. Z tego powodu Chrystus ustanowił sakrament pokuty, poprzez który odnawia w nas życie dzieci Bożych. Ten sakrament został ustanowiony przez Chrystusa, który ukazał się Apostołom po swoim Zmartwychwstaniu i powiedział do nich: "Weźmijcie Ducha Świętego! Którym odpuście grzechy, są im odpuszczone, a którym zatrzymacie, są im zatrzymane" (J 20,21-23). Sakrament pokuty posiada kilka innych nazw, które nawzajem się dopełniają. I tak, mówimy o nim: sakrament pojednania. Słowo "pojednanie" wskazuje na fakt całkowitego, ponownego włączenia człowieka we wspólnotę Kościoła, która przez grzech została osłabiona lub nawet zniszczona. Nie możemy tutaj zapomnieć, że to pojednanie odbywa się przede wszystkim na płaszczyźnie Bóg - człowiek. Mówimy też o sakramencie spowiedzi - to określenie kładzie akcent na istotny moment przy sprawowaniu sakramentu, polegający na oskarżaniu się ze swoich grzechów. W Katechizmie Kościoła Katolickiego czytamy również: "Sakrament pojednania jest przede wszystkim sakramentem uzdrowienia. Grzech "odczłowiecza" nas, oddziela od Boga i innych ludzi. Wiele istnień ocienionych mrokiem grzechu potrzebuje

nawrócenia i przebaczenia. Sakrament pojednania daje nam okazję wyrażenia żalu za zło, które popełniliśmy, uleczenia zniszczonych więzi, przebaczenia sobie i innym, powrotu do pełnej jedności z Bogiem" (KKK, 1422 - 1498). I wreszcie sam termin: sakrament pokuty - w tej nazwie ukazana jest droga człowieka, który dzięki sakramentowi czyni wysiłek, aby pokonywać pokusy do złego o odrywać się od swoich popełnionych.

Podejźmy teraz do zagadnienia sakramentu pokuty bardziej twórczo. Jest pewna metoda, która pomaga opisać jakąś rzeczywistość nowymi słowami. Najciekawszą odmianą tej metody jest zabawa w metafory. Im bardziej skomplikowana jest rzeczywistość, tym trudniej ją tak po prostu opisać. Z metaforą jest inaczej. Liczba słów jest ograniczona. Ta metoda daje wielkie możliwości. W czasie spotkania grupy młodzieżowej prowadzący zachęcił, by wymyślać metafory opisujące spowiedź. "Spowiedź jest jak..." Na początku było trudno. Kiedy ktoś odważył się powiedzieć pierwszy, zrobiło się trochę łatwiej. I tak pojawiło się kilka oryginalnych metafor spowiedzi. Jednej z uczestniczek spowiedź skojarzyła się z "przedpokojem."

"Spowiedź jest jak przedpokój." Nie jest to najważniejsze miejsce w domu, ale jednak ważne. Kiedy zostaniemy zaproszeni na przyjęcie, przedpokój to miejsce, w którym powinniśmy wytrzeć lub zostawić zabłocone obuwie, mokry płaszcz, ociekający wodą parasol; powinniśmy poprawić ubranie. Spotykamy w przedpokoju służącą gospodarza, który może nam pomóc. Jeszcze ostatnie spojrzenie w lustro, a potem, odpowiednio przygotowani, pewniejsi siebie i odświeżeni, wchodzimy do salonu, gdzie oczekuje nas ten, który nas zaprosił.

Każda metafora ma swoje słabe strony, bo jest tylko metaforą, tylko przybliżeniem rzeczywistości. Ale to prawda, że raczej nie lubimy przedpokojów, i to prawda, że trudno przedpokoju uniknąć, musimy przez niego przejść. Jednak nie zatrzymujemy w nim zbyt długo, bo Ten, który nas zaprosił, czeka.

To jest właśnie podstawowa prawda, że w każdym sakramencie, także w sakramencie pokuty, czeka nas Jezus. Jeśli nie odkryjemy tej prawdy, to w życiu sakramentalnym zawsze czekać nas będzie rozczarowanie, potem zniechęcenie, aż w końcu rutyna i całkowite zaniechanie.

Jezus chce się ze mną spotkać w sakramencie pokuty, ponieważ istnieje pewna rzeczywistość,

która wywołuje - za przeproszeniem - duchowy smród, i od której powinniśmy uciekać jak najdalej. To grzech. Św. Augustyn analizuje opisane w Ewangeliach wskreszenia dokonane przez Jezusa i tłumaczy je w sensie duchowym. Każda śmierć: młodzieńca z Nain, córki Jaira czy Łazarza, symbolizuje grzech, śmierć duchową. Śmierć młodzieńca obrazuje grzech publiczny, taki, o którym wszyscy wiedzą, dlatego Jezus wskrzesza chłopca na drodze. Dziewczynka umarła w domu i tam Jezus przywraca ją do życia. Ta śmierć przedstawia grzech ukryty, znany popełniającej go osobie lub jej bliskim. Jest jeszcze trzecia rzeczywistość. To śmierć Łazarza - przyjaciela Jezusa. Umarły Łazarz od czterech dni spoczywa w grobie. Już cuchnie. Jest to obraz człowieka, który uważa się za kogoś, kto jest blisko Jezusa, kto w Niego wierzy i kto zaprasza Go często do siebie, ale gdzieś tam w sercu jest przywiązany do grzechu, którego nawet nie rozpoznaje. Nie widzi go. I to jest nieszczęście. Dlaczego? Pewna matka miała córeczkę, która straciła zdolność odczuwania bólu. z powodu uszkodzenia systemu nerwowego. Pewnego dnia matka słyszała, jak córeczka śmiała się i gaworzyła w sąsiednim pokoju. Sprawdziła co robi i zobaczyła, że dziecko żuje koniec swojego palca i z rozbawieniem obserwuje spadające krople krwi.

Utrata zdolności odczuwania bólu podobna jest do utraty poczucia grzechu. Dziś zanika świadomość grzechu. Wielu ludzi zachowuje się, jak ta mała dziewczynka. Grzeszą i jeszcze się z tego śmieją, nie przeczuwając, czym to może się skończyć. Gdyby matka nie przybyła na czas, dziewczynka mogłaby się wykrwawić. Potrzebna jest współczesnemu człowiekowi taka Matka. Jest nią Kościół, który przychodzi i podaje lekarstwo.

Pewien człowiek mówił do świątobliwego starca: "Kiedy popełnię grzech, moje myśli zadręczają mnie i oskarżają. Starzec mu odpowiedział: W chwili, w której człowiek popadając w grzech, powie: moja wina - grzech ustaje."

Skoro tak, to czy nie można by samemu spowiadać się przed Bogiem? Czy nie wystarczyłoby zrobić rachunek sumienia, wzbudzić żal za grzechy, odbyć swoją osobistą, wewnętrzną spowiedź i zadać sobie pokutę? Okazuje się, że to nie wystarczy. Jezus, ustanawiając sakrament pokuty, nie uczynił tego bez powodu. To sakramentalne pojednanie z Bogiem daje nam przede

wszystkim pewnością rozgrzeszenia. Żałując za grzechy poza konfesjonałem, nigdy nie bylibyśmy pewni, czy nasz żal był doskonały. Dla ludzi o chwiejnym sumieniu byłoby to źródłem skrupułów. A dla skłonnych do swobodnego stylu życia byłaby to pokusa do folgowania sobie. Świadomość, że mam swój grzech wyznać także przed człowiekiem, chroni mnie przed łatwym grzeszeniem, a jednocześnie daje poczucie bezpieczeństwa, że naprawdę w imieniu Boga mój grzech zostaje mi przebaczoney.

Dla wielu ludzi największą trudnością w spowiedzi jest osoba spowiednika. Jest taka anegdota o psie księdza proboszcza, który w poszukiwaniu swego pana wszedł do kościoła i usiadł na jego miejscu w konfesjonałe. Podchodzi kobieta, klęka, patrzy i, widząc pysk buldoga, powiada: "Sługa Boży, bo Sługa Boży, ale gęba nieludzka!" W tej anegdocie jest zawarta ważna myśl: ksiądz jest sługą Bożym. Św. Jan Maria Vianney mówił: "Aby przyjąć sakrament pojednania, potrzebne są nam trzy rzeczy. Wiara, która pozwala odkryć Boga w kapłanie. Nadzieja, która pozwala nam zaufać, że Bóg udziela nam łaski przebaczenia. Miłość, która kochać Boga i która rodzi w sercu żal za grzechy. Dobrze wiem, że warto przeżyć tę małą chwilę upokorzenia i wyznać swoje grzechy... Chociaż, czy wyznanie grzechów jest czymś upokarzającym? Kapłan przecież dobrze wie, do czego ludzie są zdolni." I sam jest człowiekiem grzesznym i słabym.

Na pewno kapłan ma tutaj wielkie pole do pracy nad sobą, do ciągłego nawracania się do Chrystusa i uczenia się od Niego postęgi *dobrego pasterza*. Dlatego módlmy się zawsze przed spowiedzią za spowiednika. Jeśli wierzymy, że sakrament pokuty jest doświadczeniem religijnym, to nie może tego elementu zabraknąć. Ten sakrament ma wysoką cenę. Najpierw zapłacił ją Jezus Chrystus - swoją Męką, Śmiercią i Zmartwychwstaniem. Reszta należy do mnie.

2. RACHUNEK SUMIENIA (fragmenty)

Rozpoczynamy omawianie warunków dobrej spowiedzi.

Jest ich pięć:

1. Rachunek sumienia.
2. Żal za grzechy.
1. Mocne postanowienie poprawy.
2. Szczera spowiedź.
3. Zadośćuczynienie Bogu i ludziom.

Dziś – pierwszy z warunków – rachunek sumienia. Budzi dosyć negatywne skojarzenia i niechęć, bo kojarzy się z grzechem, z wewnętrznym rozliczeniem. Należy jednak uświadomić sobie, że rachunek sumienia nie jest żadnym „rachowaniem się” niewolnika z panem, oskarżonego z sędzią, pracownika z pracodawcą, ale jest badaniem stanu swojego sumienia. Inaczej mówiąc, rachunek sumienia jest dialogiem o wzajemnej miłości człowieka do Boga i Boga do człowieka. Oczywiście dokonuje się to w najgłębszych pokładach naszego człowieczeństwa, gdzie Bóg rozmawia z człowiekiem, a to miejsce nazywamy sumieniem. Możemy zatem powiedzieć, że rachunek sumienia jest czasem, w którym słucham, co Bóg ma mi do powiedzenia; jak On widzi moje życie i postępowanie. My także stawiamy sobie to zasadnicze pytanie: jaka jest moja miłość do Boga, do człowieka i do siebie samego? Odpowiedź na to pytanie często łączy się z bólem, bo każdy brak miłości, każdy grzech to cierpienie i ból. Warto sobie przypomnieć czym jest grzech: jest to świadome i dobrowolne naruszenie przykazań Bożych i kościelnych. Są grzechy ciężkie (śmiertelne) i grzechy lekkie (powszednie), jednak nie zawsze potrafimy właściwie zaklasyfikować nasz czyn.

Z grzechem ciężkim mamy do czynienia wtedy, gdy jednocześnie występuje pełna świadomość i zgoda na złamanie przykazania Bożego lub kościelnego. Kiedy – na przykład - w pełni świadomie i bez żadnej presji coś ukradnę, lub na skutek lenistwa nie uczestniczę w niedzielnej Mszy św.

Natomiast grzech lekki popełniamy wtedy, gdy brakuje pełnej świadomości czynu, lub całkowitej zgody, albo nie obejmuje on przykazań Bożych i kościelnych. Przykładowo, przez zapomnienie zjem mięso w piątek, pod wpływem zdenerwowania przeklnę. Takie grzechy są przejawem naszego wewnętrznego nieuporządkowania i nie zrywają naszej przyjaźni z Bogiem, dlatego też możemy wówczas przystępować do Komunii św. Nie można jednak lekceważyć żadnego grzechu, bo częste powtarzanie jakiegoś grzechu prowadzi do powstania wady - grzechu głównego, który rodzi inne grzechy, a w konsekwencji człowiek nie wie co jest dobre, a co złe.

Zagadnienie grzechu jest pojęciem złożonym i wymaga od nas wielkiej czujności i troski o własne sumienie.

Rachunek sumienia przed spowiedzią możemy przeprowadzić według pewnego porządku:

1. Jakie przykazanie Boże lub kościelne zostało naruszone i w jakim stopniu?
2. Jak wypełniam swoje obowiązki rodzinne i zawodowe?
3. Czy jakaś wada główna nie dominuje w moim życiu?

Rachunek sumienia powinien być zrobiony rzetelnie, a nie w pośpiechu, czy połowicznie. Powinien on także zmieniać się tak, jaki zmienia się nasze życie. Tutaj służą nam pomocą choćby klasyczne modlitewniki. Mamy tam rachunek sumienia dla dzieci, dla młodzieży i dla dorosłych. Możemy także posługiwać się rachunkami stanowymi - dla ojców, matek, kapłanów, pracodawców. Możemy sięgać do różnych wydań książkowych rachunków sumienia, pisanych pod różnym kątem, przez różnych autorów. Możemy wreszcie korzystać z internetu, wystarczy wpisać w wyszukiwarkę termin: *rachunek sumienia*. Tylko wtedy będziemy mogli właściwie ocenić nasz duchowy rozwój, nasze uczestnictwo w życiu społecznym, zawodowym czy w innych dziedzinach życia.

Są też takie etapy w życiu człowieka, w które nazywamy przełomowymi. Wychodzenie z okresu dzieciństwa, zaangażowanie w miłość narzeczeńską, zawarcie związku małżeńskiego, przyjście na świat dziecka, śmierć bliskiej osoby, wstąpienie do seminarium czy zakonu, zmiana funkcji społecznej, choroba fizyczna - to tylko przykłady zmian, które winne znaleźć swoje odbicie w

rachunku sumienia, w spowiedzi, którą wówczas nazywamy spowiedzią z całego swego życia. Każda ważna zmiana niesie nowe zadania, jakie Bóg stawia przed człowiekiem. Z wypełnienia tego zadania człowiek powinien rozliczyć się z Bogiem w rachunku sumienia, w spowiedzi.

3. ŻAL ZA GRZECHY (fragmenty)

Żal za grzechy jest najważniejszym aktem ze strony penitenta, czyli osoby, która się spowiada. Katechizm Kościoła Katolickiego powtarza za Soborem Trydenckim, że żal za grzechy jest bólem duszy, i zniechęceniem popełnionego grzechu z postanowieniem niegrzeszenia w przyszłości (por. KKK nr 1451).

Mówiąc o żalu za grzechy musimy uwzględniać zawsze trzy zasadnicze elementy:

- dostrzeżenie i uznanie konkretnego grzesznego czynu,
- przyznanie się do popełnionego zła,
- podjęcie odpowiedzialności za zły czyn.

W poszczególnych Ewangeliach znajdziemy dwa rodzaje żalu, które pomogą nam lepiej zrozumieć naszą własną postawę. Są to: żal Judasza i żal Piotra.

Judasz po zdradzie przychodzi z wielką goryczą w sercu do faryzeuszów i rzucając srebrniki, mówi: „Zgrzeszyłem wydając krew niewinną. (...) Oddalił się, a potem poszedł i powiesił się” (Mt 27, 4-5) Judasz wpadł w rozpacz, a jego wyrzuty sumienia połączyły się z przeświadczeniem (fałszywym zresztą) bycia odrzuconym i potępionym. Dostrzegł błąd, który popełnił, ale nie widział możliwości przebaczenia, chociaż był świadkiem jak Jezus przebaczał grzesznikom. Możemy więc powiedzieć to sam Judasz, przez swój brak zaufania Jezusowi doprowadził się do samobójczej śmierci. Zwątpił w Boże miłosierdzie.

Drugim żalem jest żal Piotra - zupełnie inna postawa. Trzy razy mówi, że nie zna Jezusa i potwierdza to jeszcze przysięgą. Kiedy jednak uświadamia sobie swój grzech, wychodzi i płacze (Łk 22,62). Jego płacz nie łączy się z rozpaczą, ale doprowadza go do większego zaufania Jezusowi.

Poczucie winy Piotra prowadzi go do rzeczywistego nawrócenia. Zdaje sobie sprawę, że zerwał przyjaźń z Chrystusem, ale wie także, jaka jest wartość tej przyjaźni. Dlatego w poranek wielkanocny biegnie do pustego grobu Jezusa, bo chce ratować i odzyskać to, co stracił.

Z tych dwóch różnych postaw możemy wywnioskować, że dla człowieka nie grzech jest

najgorszym złem, ale związany z brakiem ufności w Boże miłosierdzie, który to brak zamyka go w grzechu.

Każdy z nas jest słaby i każdy popełnia grzechy i Bóg się temu nie dziwi. Natomiast oczekuje od nas wzięcia odpowiedzialności za zły czyn, za nieodpowiedzialne słowo, za błędną decyzję. Równocześnie oczekuje, abyśmy zaufali Jego miłosierdziu. Nic tak nie zasmuca Boga, jak brak ufności Jego słowu.

W momencie, w którym człowiek z całą odpowiedzialnością przychodzi do Boga i mówi: to moja wina; sam tego zła nie naprawię, proszę Cię Boże o pomoc, to wtedy uzyskuje przebaczenie.

W Katechizmie Kościoła Katolickiego znajdujemy rozróżnienie na żal doskonały i niedoskonały. Wyjaśnijmy te pojęcia.

Żal doskonały ma miejsce wtedy, gdy człowiek będzie żałował, ze względu na miłość do Boga. Natomiast żal niedoskonały występuje wtedy, gdy człowiek żałuje za swoje grzechy z obawy przed Bogiem, przed wiecznym potępieniem.

W praktyce ciężko jest jednoznacznie oddzielić jeden żal od drugiego. Często nie jest to konieczne, bo zarówno żal doskonały jak i niedoskonały wystarczy do otrzymania rozgrzeszenia. Często, myśląc o żalu za grzechy, kojarzymy go z uczuciami lub emocjami. Otóż żal za grzechy to nie emocje, ale postawa człowieka. Nieraz nie czujemy potrzeby spowiedzi, bo nie odczuwamy żalu, wyrzutów sumienia.

Czasem po przeprowadzonym rachunku sumienia, lub jeszcze w jego trakcie, sami się rozgrzeszamy: ten grzech jako • szczególnie mnie nie smuci, a ten grzech to nawet sprawiał mi przyjemność i nie czuję żadnego żalu z jego powodu. Wykreślamy jeden grzech, potem drugi i do konfesjonału przynosimy grzechy, powiedzmy sobie, z „czwartej ligi”.

Żal rozpoczyna się w naszej woli, a ma się zakończyć w głębi duszy. To nasza wola decyduje, że chcemy odwrócić się od grzechu. Aby żałować za grzech, wystarczy, gdy wolą zaakceptujemy to, co nasza wiara mówi nam o grzechu. Żal za grzechy to przyjęcie do wiadomości, że dany czyn jest grzechem. Nawet, jeśli na poziomie emocji czy wspomnień rodzi on same pozytywne

odczucia. Jeśli względem przykazań jest grzechem, to trzeba to uznać. Taki żal za grzechy nie musi więc rodzić łez, uczucia bólu, smutku.

Nieraz skupienie się na własnych uczuciach, czy myślach blokuje nas przed przystąpieniem do spowiedzi. Szatan szczególnie lubi bazować na strachu i poczuciu winy człowieka. Będzie straszył: co sobie ksiądz pomyśli, czy mnie rozgrzeszy? I podsunie tysiąc innych argumentów, byle nie iść do spowiedzi, zataić grzech lub spowiedź potraktować powierzchownie.

Jeszcze jedna rzecz: zawsze, kiedy człowiek autentycznie żałuje za swoje winy, to sam akt takiego żalu odpuszcza grzechy. Mówię o tym dlatego, że możemy znaleźć się w takiej sytuacji, kiedy nie będzie kapłana (np. wypadek drogowy i niebezpieczeństwo śmierci). Wtedy należy otworzyć przed Bogiem swoje serce, wziąć odpowiedzialność za popełnione zło i błagać o przebaczenie. Kościół przypomina, że w nadzwyczajnych sytuacjach, kiedy nie ma możliwości wyspowiadania się, należy wzbudzić w sobie autentyczny żal za grzechy i wtedy otrzymamy Boże przebaczenie.

4. SZCZERA SPOWIEDŹ

W ramach miesięcznych katechez o sakramentach rozważamy czwarty warunek sakramentu pokuty. Jest nim szczera spowiedź. W Kodeksie Prawa Kanonicznego czytamy: „Wierny jest obowiązany wyznać co do liczby i rodzaju wszelkie grzechy ciężkie popełnione po chrzcie, a jeszcze przez władzę kluczy Kościoła bezpośrednio nie odpuszczone i nie wyznane w indywidualnej spowiedzi, które sobie przypomina po dokładnym rachunku sumienia. Zaleca się wiernym, by wyznawali także grzechy powszednie” (KPK, kan. 988).

Szczera spowiedź zakłada ona dwa elementy: szczerłość i wyznanie grzechów. Szczerłość to zgodne z wcześniej przeprowadzonym rachunkiem sumienia wyznanie swoich grzechów, bez zatajania czegokolwiek. W wypadku zapomnienia któregoś grzechu, ze względu na stres lub pośpiech, jeśli przypomni się później, należy wymienić go na kolejnej spowiedzi. Ten grzech też zostaje odpuszczony gdy - podkreślam - było to rzeczywiste zapomnienie. Wtedy warunek szczerłości jest spełniony. Nie spełnia go jedynie umyślne zatajenie.

Drugi element, to wyznanie grzechów. Tu następuje spotkanie z kapłanem, który w imieniu Chrystusa i Kościoła został upoważniony do sprawowania sakramentu pokuty.

Każdy spowiada się najczęściej według formuły, której się kiedyś nauczył. Spowiedzi świętej uczyli nas różni księża i katecheci, stąd pojawiają się różne formuły i nie ma w tym nic dziwnego. Ksiądz jest w tym zakresie elastyczny. Zawsze powinny mieć miejsce: znak krzyża, przedstawienie się, wyznanie grzechów, wysłuchanie pouczenia i rozgrzeszenia. Zatrzymam się na chwilę nad przedstawieniem się, niestety często zaniedbywanym.

Nie chodzi tu o przedstawianie się z imienia i nazwiską, lecz o ogólne zarysowanie swojej sytuacji życiowej. Oczywiście, bez dyktowania całego CV. Krótko podać swój stan cywilny, czym się zajmuję na co dzień, jeśli trzeba, bardzo krótko opisać sytuację rodzinną - np. jestem ojcem, matką, wdową, studentem.... Jest to potrzebne, aby kapłan mógł udzielić adekwatnej nauki do naszego stanu i sytuacji. Następnie powiedzieć, kiedy miała miejsce ostatnie spowiedź, czy otrzymałem rozgrzeszenie oraz czy wypełniłem pokutę. Jeśli to jest spowiedź okolicznościowa,

rodzica chrzestnego, czy spowiedź przedślubna też należy o tym wspomnieć.

Po wyznaniu grzechów, obietnicy poprawy i poproszeniu o rozgrzeszenie następuje nauka, której udziela spowiednik. Zasadniczo rzecz biorąc, nauka kapłana podczas spowiedzi jest czymś dodatkowym. Nie należy do istoty sakramentu. Nie należy zatem dziwić się, gdy jej nie usłyszymy. Zawsze jednak kapłan stara się powiedzieć kilka słów, tym bardziej, gdy usłyszy w zakończeniu spowiedzi: „proszę o naukę.” Kapłan zwróci się do wiernego z jakimś słowem, jeśli uzna, że to konieczne lub pożyteczne. Konieczne jest wtedy, gdy według spowiednika penitent nie wyspowiadał się należycie lub nie jest duchowo dysponowany do rozgrzeszenia. Może się zdarzyć, że spowiednik o coś zapyta. Ze strony kapłana nie jest to nigdy ciekawość, ale troska, żeby spowiedź była ważna. Istnieje też możliwość, że kapłan dopyta o jakąś rzecz, jeśli czegoś nie dosłyszał, lub osoba spowiadająca się wyraziła się niejasno. Podobnie, jeśli osoba spowiadająca się nie zrozumiała pouczenia, nie usłyszała zadanej pokuty, albo widzi, że ksiądz jej nie rozumiał, zawsze może o tym powiedzieć.

Teraz rzecz, wielu powie - oczywista, chociaż warto ją pokazać od strony księdza. Chodzi o czas spowiedzi. Nie należy się rozwodzić nad rzeczami niezwiązanymi ze spowiedzią, gdyż konfesjonał nie jest miejscem na pogawędki. Jeśli ktoś potrzebuje rozmowy może poszukać księdza i umówić się indywidualnie. Tak samo, jeśli ktoś ma długą kolejkę osób za plecami to niech ma litość dla innych i nie opowiada historii całego życia. Jeśli ktoś spowiada się regularnie, krótkie pouczenie wystarcza. Czas zwykłej spowiedzi to najdłużej kilka minut, gdyż osoba klęczy i odczuwa dyskomfort. Jeśli natomiast jest to spowiedź podczas rekolekcji, szczególnie wyjazdowych,, wtedy ma ona formę rozmowy i trwa dłużej, lecz na co dzień taka forma nie jest potrzebna.

Przy wyznaniu grzechów najczęstszym uczuciem jest wstyd. I wbrew pozorom to bardzo dobry objaw. Aby uniknąć paraliżującego strachu można stosować formułę spowiedzi “Boże zgrzeszyłem przeciw Tobie...”, zupełnie tak jakby mówiło się do Boga; przecież kapłan jest tylko pośrednikiem. Powinno się także zacząć od „grubego kalibru” grzechów, wtedy łatwiej przejść przez spowiedź. W przypadku grzechów śmiertelnych należy podać ich liczbę i okoliczności. Dlaczego

jest to takie ważne? Nie wchodzi tu w grę ciekawość spowiednika, ale troska, jak dany grzech ocenić. Np. jeśli ktoś powie, że nie uczestniczył w niedzielę we Mszy św., to obiektywnie popełnił grzech ciężki. Ale teraz ważne jest pytanie o okoliczności; pytanie: dlaczego? Jeśli z powodu lenistwa, ta osoba ma grzech ciężki, a jeśli z powodu ciężkiej choroby, pracy, sytuacji, od niego niezależnej - to nie ma grzechu, albo tylko grzech lekki. Wtedy spowiednik już wie, jak taki grzech - bądź jego brak - ma ocenić. Stąd ważne jest podanie okoliczności.

Kolejna bardzo ważna rzecz: nazywajmy grzechy konkretnie i po imieniu. Bez „owijania w bawełnę.” Według ks. Jana Twardowskiego, pewien kapłan pouczał jak się spowiadać: *Nie mów, że zrzuciłeś ze strychu kozuch, gdy w tym kozuchu był wujek. Nie mów, że przejechałeś butelkę, gdy ta butelka była w kieszeni przechodnia. Nie mów, że tylko ukradłeś sznurek, jeżeli do tego sznurka przywiązany był koń.*

Oczywiście, kapłana da się oszukać. Nie jesteśmy wykrywaczami kłamstw, zresztą, nie przed kapłanem tu klęczymy... Boga oszukać się nie da. Sytuacją jasną jest, że zatajenie grzechu, powoduje że spowiedź jest świętokradzka. A jeśli nawet udałoby się komuś w takiej sytuacji, podstępem wyłudzić rozgrzeszenie, to i tak będzie ono nieważne.

Po wyznaniu grzechów następuje formuła również ważna: „Więcej grzechów nie pamiętam, za wszystkie serdecznie żałuję, postanawiam poprawę, proszę o pokutę i rozgrzeszenie.” Nie należy tych słów opuszczać. One są po to, aby spowiednik miał pewność, że spełniamy warunki potrzebne do rozgrzeszenia: żal za grzechy i postanowienie poprawy. Trzeba jednak pamiętać, że w konfesjonale także mamy swoje prawa tzn. kapłan może nas pytać o grzechy natomiast nie wolno mu wchodzić w szczegóły, które nie są konieczne do oceny moralnej. Następnie ma miejsce nałożenie pokuty. Tutaj także trzeba wszystko wyjaśnić ponieważ może się zdarzyć, że pokuta nie jest możliwa do wykonania. Wtedy trzeba spowiednikowi o tym powiedzieć. Następnie udzielane jest rozgrzeszenie, warto więc wsłuchać się w piękne słowa formuły rozgrzeszenia:

„Bóg, Ojciec miłosierdzia, który pojednał świat ze sobą przez śmierć i zmartwychwstanie swojego Syna i zesłał Ducha Świętego na odpuszczenie grzechów, niech ci udzieli przebaczenia i

pokoju przez posługę Kościoła. I JA ODPUSZCZAM TOBIE GRZECHY W IMIĘ OJCA I SYNA, + I DUCHA ŚWIĘTEGO.”

Po odejściu od konfesjonału, na znak czci, całujemy stulę.

Jedna uwaga techniczna. W naszym kościele zasadniczo spowiadamy podczas Mszy św. Dlatego mogą pojawiać się trudności z komunikacją przy konfesjonale: kapłan nie wszystko zrozumie bądź nie usłyszy, podobnie penitent. Dlatego dużym ułatwieniem będzie, jeśli osoba spowiadająca się będzie mówić wprost do kratki konfesjonału; nie w bok, w dół, czy w górę. To samo dotyczy i nas - spowiedników. Nie trzeba pośpiechu; wypowiadajmy słowa powoli i wyraźnie.

Niech szczerą spowiedź będzie naszym wyznaniem wiary w Miłosierdzie Boże, przyjęciem owoców śmierci Chrystusa i siłą do lepszego życia.

5. ZADOŚĆUCZYNIENIE

Chyba w każdym z nas jest wewnętrzna potrzeba wynagrodzenia za zło, które popełniliśmy. Może nie zawsze wiemy, jak to zrobić, może długo nosimy to w sercu. Jest taka stara zasada życia społecznego. Brzmi ona: **Oddaj każdemu, co mu się słusznie należy**. Z tą zasadą ściśle łączy się piąty warunek dobrej spowiedzi, który dziś omawiamy - **zadośćuczynienie Bogu i bliźniemu**. W Katechizmie Kościoła Katolickiego czytamy krótko i jasno, czym ono jest: **"Zadośćuczynienie Bogu jest to wynagrodzenie Bogu za popełnione grzechy przez odprawienie pokuty wyznaczonej przez kapłana na spowiedzi. Natomiast zadośćuczynienie bliźniemu jest to naprawienie wyrządzonej mu krzywdy i szkody"**.

W pierwotnym Kościele ten warunek dobrej spowiedzi wyprzedzał wszystkie inne - najpierw naprawiano zło, a potem otrzymywano rozgrzeszenie. Nieraz trwało wiele lat, zanim ktoś otrzymał rozgrzeszenie i mógł przystąpić do Komunii św. W Kościele istniały specjalne księgi pokutne, które jasno mówiły, jak długo ma trwać pokuta za konkretny grzech np. za krzywoprzysięstwo pokuta trwała 11 lat, za cudzołóstwo 4 lata, a za kradzież 7 lat. Każdy grzech popełniony publicznie musiał zostać publicznie odpokutowany. Każdy, kto odbywał pokutę nie mógł nawet wejść do środka kościoła, musiał stać na zewnątrz, dopiero po jakimś czasie mógł wejść do przedsionka.

Zadośćuczynienie ma nas doprowadzić do naprawienia wyrządzonego zła. Wyraża się to w konkretnych czynach, które mają nas formować w czynieniu dobra. Jeśli zadaną pokutą jest np. przeczytanie fragmentu Pisma św., to ma to na celu lepsze poznanie swojej wiary i poznania sumienia. Natomiast zrobienie konkretnego dobrego uczynku ma nauczyć mnie postawy miłości, życzliwości i otwarcia na innych. Trzeba mieć jednak zawsze świadomość, że Boże przebaczenie nie wynika nigdy z tego co ja zrobię, ile razy się pomodłę; przebaczenie wynika z wielkiej miłości Boga do człowieka. Boże przebaczenie jest zawsze darmowe, nie można sobie na nie zasłużyć, wypracować czy odrobić. Z naszej strony zadośćuczynienie Bogu to nie tylko taki ładny gest, bo to co „zadośćuczyniliśmy” jest zawsze za mało; myślę, że zadajemy sobie z tego sprawę. Zadośćuczynienie nie jest tylko naszym wysiłkiem, bo męka Jezusa jest

całkowitym wynagrodzeniem Bogu za nasze grzechy.

Zadośćuczynienie domaga się także uwzględnienia osoby lub instytucji, która została przez nas skrzywdzona. Stąd musi ono przybrać konkretną formę. Jeśli ukradłem, muszę oddać — niekoniecznie w sposób jawny, narażając się na kłopoty, ale muszę zwrócić to, co nieuczciwie zabrałem. Jeżeli zabrałem z zakładu pracy jakieś rzeczy, to odnoszę je z powrotem, jeśli ich nie mam, to np. przez efektywniejszą, dłuższą pracę naprawiam to zło. To samo dotyczy rzeczy znalezionych lub pożyczonych. Jest takie opowiadanie o pewnym szacownym księdzu prałacie, który zaprosił swego kolegę - księdza do siebie w odwiedzinach. Wchodzą do mieszkania i prałat pokazuje koledze swój ogromny zbiór książek. Ten pyta: - Czy mógłbym wypożyczyć kilka z nich? Odpowiedź prałata: - W żadnym wypadku, to wszystko są pożyczone książki!

Dalej, jeśli wypowiedziałem oszczerstwo, pomówiłem kogoś, muszę to odwołać. Jeśli opuszczam niedzielną Eucharystię to zadośćuczynieniem jest przyjście na Mszę św. w ciągu tygodnia. Jeśli nie mogę czegoś naprawić, oddać, to należy wtedy przynajmniej przyznać się, przeprosić, przyjąć jakąś postawę skruchy. To są konkretne czyny, które świadczą, że ja chcę naprawić krzywdę, przeprosić, szukam lekarstwa na zło.

Z zadośćuczynieniem mogą też być pewne problemy. Np. kiedy ktoś nie potrafi uwierzyć w Boże przebaczenie. Mógł już wiele razy spowiadać się z jakiegoś grzechu, ale ciągle do tego wraca w przekonaniu, że Bóg i tak mu nie przebaczy. Np. umarł ojciec, córka nie zdążyła pogodzić się z nim, a od kilku lat żyli w gniewie; albo kierowca w wyniku wypadku zabił dziecko - zadośćuczynienie w takich sytuacjach może mieć formę pewnych stałych czynności, które mają trwać przez jakiś określony czas, np. przez trzy pierwsze piątki miesiąca przyjąć Komunię św. za śp. ojca, zaś w sytuacji tego kierowcy przez pięć miesięcy wspomagać fundację broniącą życia. Tych możliwości jest bardzo wiele. Jako zadośćuczynienie za grzechy można też traktować służenie Bogu i ludziom posiadanymi talentami i charyzmatami.

Życzę nam wszystkim, abyśmy często korzystali z daru sakramentu pokuty, abyśmy przez ten dar wyprosili sobie u Boga, to ostateczne darowanie wszystkich naszych grzechów i jako zbawieni mogli wielbić Boga razem z wszystkimi świętymi w niebie.