



Spowiedź jest jednym z najtrudniejszych sakramentów. Często wiele jego elementów wydaje się niezrozumiałych lub niewykonalnych. O tym, jak przeżywać spowiedź lepiej - radzi Dariusz Piórkowski SJ. 1. Podczas spowiedzi Bóg przebacza nam wszystko

Ojciec z przypowieści o synu marnotrawnym przebaczył synowi wszystkie grzechy, chociaż on żadnego z nich nie nazwał w konkretny sposób. Także podczas spowiedzi przebaczone są wszystkie grzechy, nie tylko te wyznane, ale i te, o których jeszcze nie wiemy, nie widzimy ich, czy o nich mimowolnie zapomnieliśmy.

Chociaż wyznanie grzechów jest konieczne podczas spowiedzi, Boże przebaczenie nie jest uzależnione od tego, czy wszystko wypowiedzieliśmy, ale przede wszystkim od żalu i chęci zerwania z grzechem. Nie ma innych warunków. Podobnie jest z modlitwą. Jezus nie każe nam zdręzczać Ojca wielomówstwem i przypominać Mu bez końca o naszych potrzebach, bo On je zna. Najważniejsza jest szczerość, relacja, ufność, proste i krótkie wypowiedzenie tego, co leży nam na sercu.

2. Warto spowiadać się u tej samej osoby

Jeśli to możliwe, dobrze spowiadać się u jednego spowiednika. Taka praktyka pomaga w systematycznej pracy nad sobą, bo taki spowiednik z grubsza zna sytuację penitenta. I wbrew pozorom wcale nie dziwi się, że wierny zmagą się z tymi samymi trudnościami i grzechami. Przeciwnie, z czasem może pomóc nam dostrzec głębsze przyczyny i źródła grzechów, fałszywe postawy, rany, uwarunkowania, których się samemu nie zauważa. Ma też zazwyczaj większą wyrozumiałość niż „przypadkowy” spowiednik.

W ten sposób może być dużym wsparciem, zwłaszcza w sytuacji, gdy wierzący zmagają się z różnego rodzaju uzależnieniami. Wtedy przedmiotem spowiedzi nie powinny być tylko formalne grzechy wynikające z jawnego przekroczenia przykazań, lecz nasze głębsze postawy, powtarzające się trudności, frustracje, niespełnienia, pożądanía, niepokoje, co mnie drażni, blokuje, smuci, namiętności, nieuporządkowane przywiązania.

Spowiedź

Wpisany przez kryska

piątek, 11 listopada 2016 20:37 - Poprawiony piątek, 11 listopada 2016 20:43

To z nich bierze się większość naszych grzechów widocznych.

Spowiedź może się przerodzić w rodzaj duchowej rozmowy. Nie należy się skupiać wyłącznie na tym, co widać, ale bardziej na tym, czego z początku nie widzimy, czyli przyczyny naszych grzechów, różne tendencje i nawyki, w które ciągle wpadamy. Takie światło może nam dać tylko Słowo Boże i wytrwałe poddawanie się jego działaniu. Grzech, który widzimy, jest zazwyczaj skutkiem niewidocznych i oddziałujących na nas postaw wewnętrznych.

3. Bóg nie jest urzędnikiem, który nas "rozlicza";

Nie muszę też informować Boga, a także samego spowiednika, o wszystkich detalach i okolicznościach grzechów, chyba że czasem jest to konieczne dla jasności i pełniejszego obrazu. Zwykle spowiednik sam dopytuje, jeśli nie jest pewny. Wiele rzeczy można się domyślić.

Ludzie cierpiący na skrupuły sądzą, że jeśli nie wypowiedzą wszystkich możliwych grzechów, popełnionych i urojonych, wraz z barwnymi opisami, to nie otrzymają rozgrzeszenia. Dla nich Bóg jest urzędnikiem izby skarbowej, który rozlicza z każdego grosza. Jest to choroba duszy, spowodowana fałszywym i lękowym obrazem Boga.□

4. Grzechy mają hierarchię

Człowiek jest duchem, duszą i ciałem. Generalnie grzechy cielesne, zwłaszcza seksualne, najbardziej przyciągają uwagę i niepokoją. Nie należą one jednak do najcięższych, właśnie z powodu słabości naszego ciała dotkniętego grzechem. Gorsze są grzechy mniej widoczne, duchowe, chociaż zawsze wyrażają się na zewnątrz w naszych słowach i relacjach z Bogiem i ludźmi: nieufność, pycha, obmowa, nienawiść, niewdzięczność,

zazdrość, niewiara, różne formy bałwochwalstwa itd.

Grzechy wynikające z kościelnych przykazań są też "lżejsze" niż te wynikające z Ewangelii. Pewną pokusą bywa też skupianie się tylko na "jednym" grzechu, np. seksualnym, jakby tylko on istniał. Wtedy człowiek traci z oczu całą resztę. Wydaje mu się, że gdyby się pozbył tej "kuli u nogi", to już właściwie spowiedzi nie będzie potrzebował. I często dopóki to wewnętrzne przekonanie w nas nie umrze, będzie w pewnym sensie popełniał te same grzechy aż dotrze do niego, że zawsze pozostanie grzesznikiem potrzebującym miłosierdzia.□

5. Nie myśl, że nie masz "po co się spowiadać";

Często pewien opór może brać się stąd, że spowiadamy się zwykle z tych samych grzechów. Dotyczy to zwłaszcza osób bardziej gorliwych i postępujących na drodze wiary. No i jest nam wstyd, że nie idziemy do przodu, że nam ciągle coś nie wychodzi i uwiera: "Przecież powinna być poprawa, a nie ma, no to po co się spowiadać?" Takie uczucie nie pochodzi od Boga, lecz jest "pobożną" przeszkodą pochodzącą od złego ducha.

Z tego powodu niektórzy często zmieniają spowiedników albo, co gorsza, porzucają spowiedź pod pozorem braku jej owoców. Powtarzające się grzechy i ich wyznawanie uczą jednak pokory i cierpliwości, a także doświadczenia, że Bóg okazuje nam miłosierdzie nie za zasługi. Poza tym powtarzające się grzechy pokazują, że ich korzenie są głębsze i wymagają dłuższego czasu na uzdrowienie i przyjmowanie Bożej łaski.

6. Sam się z grzechu nie wyzwolisz

Z tą przeszkodą wiąże się innego rodzaju opór: po co się spowiadać, skoro znowu

Spowiedź

Wpisany przez kryska

piątek, 11 listopada 2016 20:37 - Poprawiony piątek, 11 listopada 2016 20:43

upadnę. Często takie przekonanie jest wynikiem długotrwałego zmagania z grzechami, zwłaszcza ze złymi nawykami i nałogami. Taki wniosek, że nic to nie da, penitent wyciąga na podstawie przeszłych doświadczeń, co często podszyte jest pewnym zniechęceniem, nieufnością i zapatrzeniem wyłącznie we własne możliwości. Człowiek poniekąd uważa wówczas, że ma pełną kontrolę nad swoim życiem, nad swoim sercem, nad swoją przyszłością: "I tak wiem, jak będzie. Po co więc fatygować spowiednika i naprzykrzać się Bogu".

I tutaj tkwi korzeń problemu, a nie w samych grzechach. Często sami chcielibyśmy się wyzwolić. To też jest "pobożna" pokusa, ocierająca się o pychę. Nikt z nas nie może z pewnością powiedzieć, że dożyje do jutra, a tym bardziej zapewnić, że "nigdy" już nie upadnie. Silna wola nie jest warunkiem rozgrzeszenia, lecz ufność Bogu i pokorne uznanie swoich granic. Liczy się nasza szczerza wola zerwania z grzechem. Jeśli z góry założymy, że w sumie spowiedź niewiele pomoże, bo jutro znowu upadniemy, to być może dlatego jest ona czasem nieskuteczna.

7. Jak często się spowiadać?

Jeśli chodzi o częstotliwość spowiedzi ważne, aby znaleźć swój rytm w porozumieniu ze spowiednikiem, oczywiście jeśli w grę nie wchodzi ciężkie grzechy, bo wtedy nie powinno się zwlekać ze spowiedzią. Im rzadsza spowiedź, tym trudniej się do niej przygotować - wychodzi się bowiem wtedy z pewnej duchowej wprawy, jak zresztą w przypadku wielu innych czynności w życiu, które ponawiamy z coraz większymi odstępami czasu. Spowiednik szybko zorientuje się, czy ktoś spowiada się częściej niż raz w roku.

Należy też uważać, aby spowiedź nie była za częsta, np. pod wpływem panicznego lęku, perfekcjonizmu i chęci bycia bez skazy. W Kościele grzechy codzienne (powszednie) gładzi spowiedź powszechna podczas mszy czy przyjęcie Komunii świętej. Istotne jest też rozeznanie, czy jestem na drodze postępu, czyli oczyszczenia z głębszych przyczyn grzechów i uzdrawiania, czy ciągle powracam do ciężkich grzechów, spowiadając się od wielkiego święta.

Jeśli człowiek przyjmuje sakramenty, modli się, można zakładać, że jest mniej podatny dzięki łasce Bożej na poważne grzechy. I wtedy zwykle zaczyna się etap spowiadania się z tych samych grzechów, co w pewnym sensie jest darem łaski (nie popełniamy nowych i ciężkich). Wtedy regularna spowiedź maksymalnie co miesiąc jest jak lekarstwo, poddawanie się szczególnemu działaniu Miłosierdzia Bożego. Czyni nas też bardziej czujnymi na działanie duchowe, na pokusy, które często przybierają postać pozorów dobra.

8. Właśnie dlatego do spowiedzi potrzebny jest kapłan

Pewną trudnością jest także opór wynikający z tego, że grzechy należy wyznać przed człowiekiem - prezbiterem. Niektórych to bardzo paraliżuje i ta blokada jest skrzętnie wykorzystywana przez złego ducha. Spowiednik wprawdzie nie jest źródłem miłosierdzia, ale działającym z mandatu Chrystusa i przedstawicielem wspólnoty Kościoła, która jest święta i grzeszna zarazem. Spowiedź jest bowiem pojednaniem nie tylko z Bogiem, ale także ze wspólnotą Kościoła.

Każdy grzech, nawet najbardziej osobisty i ukryty, dotyka też innych. Dlatego spowiedź, chociaż indywidualna i tajna, nie jest sprawą tylko między Bogiem a penitentem. Poza tym, nikt nie jest dobrym sędzią we własnych sprawach ani lekarzem swoich chorób. Można siebie zbyt surowo ocenić albo zbyt „łagodnie”. Czasem ktoś musi nas uspokoić, innym razem nieco potrząsnąć. Duch Święty działa przez nasze sumienie, przez Słowo Boże, ale też przez Kościół, który tworzą żywi, często niedoskonalali ludzie.

Nie zapominajmy, że w interesie szatana leży też to, by wszystko zrobić w celu odstręczenia nas od spowiedzi i utrzymania w grzechu, smutku, obojętności i niepokoju. Spowiednik działa mocą łaski Chrystusa, a nie tylko mocą swoich możliwości. Często wobec grzechów i skomplikowanych spraw w pierwszej chwili ogarnia go ludzka bezradność, ale też towarzyszy mu specjalna moc Ducha Świętego, która przychodzi zupełnie niespodziewanie jako światło, właściwe słowo, ufność.

9. Co z rachunkiem sumienia?

Istnieją różne formy rachunku sumienia - modlitwy. Można się posłużyć jakimś gotowym schematem z pytaniami. Ważne, aby nie sprowadzić tego przygotowania tylko do prawnej strony, gdzie i kiedy przekroczyłem jakieś normy, przepisy i przykazania. Dobrze jest oprzeć przygotowanie o fragment Pisma świętego, który w sposób szczególny mówi o Bożym miłosierdziu, ale też o naszym grzechu. I w jego świetle dokonać w pamięci krótkiego przeglądu moich relacji w następującej kolejności: ja - Bóg, ja w stosunku do siebie; ja - bliźni.

Zawsze powinno się zaczynać od wiary, jak ona wygląda, jaka jest moja ufność Bogu, modlitwa, przeżywanie Eucharystii, a potem dalej. Niektórzy rozważają czytania przeznaczone na konkretny dzień i w świetle tego Słowa oceniają swoje postępowanie. Istotne jest, aby Słowo nas poruszyło, aby wzbudziło szczery żal i chęć zmiany, a nie to, czy zauważymy wszystkie grzechy.□

10. A co po spowiedzi?

Przede wszystkim, spowiedź nie tylko jedna człowieka z Bogiem i wspólnotą Kościoła, ale także daje siłę i pomoc na dalszą drogę. O tym często zapominamy. Jeśli zależy nam na duchowym wzroście, dobrze czynić to małymi krokami. Nie chcemy zmieniać wszystkiego od razu, bo zazwyczaj niewiele z tego wychodzi.

Zapoznaliśmy nieco ideę systematycznej pracy nad sobą, oczekując po trosze, że spowiedź magicznie nas zmieni. Nawet wielcy święci, którzy nagle się nawrócili, przestali wprawdzie popełniać ciężkie grzechy, ale nie wyzbyli się od razu wszelkich grzechów i słabości. Jezus mówi o powolnym wzroście królestwa Bożego w nas, a nie o natychmiastowych zmianach.

Spowiedź

Wpisany przez kryska
piątek, 11 listopada 2016 20:37 - Poprawiony piątek, 11 listopada 2016 20:43

Po spowiedzi warto skupić się na jednym grzechu, który się powtarza i spróbować podjąć wysiłek, by nie ulec pokusie po raz kolejny. A jeśli się ulegnie, to znowu powstać. I tak do skutku. Jeśli, np. ktoś spędza nadmierny czas przed Internetem i telewizją, kosztem rodziny, modlitwy, to może zacząć od próby ograniczenia tego czasu i powolnego wypierania tego złego nawyku dobrym nawykiem.