

Wacław Królikowski S.I.

## **Spowiedź generalna - istota, cel, metoda, i jej miejsce w *Ćwiczeniach duchowych* św. Ignacego Loyoli**

*Artykuł ukazał się w: "Studia Bobolanum" 3 (2005) 95-116.*

Człowiek jest stworzony przez Boga i powołany do uczestnictwa w Jego życiu, które najpełniej objawił nam Jezus Chrystus. *W Nim bowiem [Bóg Ojciec] wybrał nas przed założeniem świata, abyśmy byli święci i nieskalani przed Jego obliczem* (Ef 1,4)<sup>1</sup>, abyśmy żyjąc dla Boga, chwalili Go, okazywali Mu cześć i służyli Mu i dzięki temu mieli żywy udział w zbawczym dziele Jezusa Chrystusa (por. *ĆD* [23])<sup>2</sup>. Jezus Chrystus, wzywając nas na drogę świętości: *Bądźcie więc wy doskonali, jak doskonały jest Ojciec wasz niebieski* (Mt 5,48), podaje nam swoją pomocną dłoń i ustanawia sakramenty Nowego Prawa, które *obejmują wszystkie etapy i wszystkie ważne momenty życia chrześcijanina: sprawiają narodzenie i rozwój chrześcijańskiego życia wiary, uzdrowienie i dar posłania*<sup>3</sup>.

Spośród siedmiu sakramentów świętych, trzy stanowią fundamenty całego życia chrześcijańskiego: chrzest, bierzmowanie i Eucharystia, przez które otrzymujemy nowe życie w Chrystusie. W sakramencie chrztu, który jest bramą życia w Duchu i otwiera nas na inne sakramenty, otrzymujemy wyzwolenie od grzechu i odrodzenie jako dzieci Boże, *stajemy się członkami Chrystusa oraz zostajemy wszczępieni w Kościół i stajemy się uczestnikami jego posłania*<sup>4</sup>. Dopełnieniem łaski chrztu jest sakrament bierzmowania, przez który wierni *jeszcze ściślej wiążą się z Kościołem, otrzymują szczególną moc Ducha Świętego i w ten sposób jeszcze mocniej zobowiązani są, jako prawdziwi świadkowie Chrystusa, do szerzenia wiary słowem i uczynkiem oraz do bronięcia jej*<sup>5</sup>. Zaś sakrament najświętszej Eucharystii dopełnia wtajemniczenie chrześcijańskie. *Przez dar swojego Ciała i Krwi, Chrystus pomnaża w nas dar swojego Ducha, wylanego już w Chrzcie św. i udzielonego jako „pieczęć” w sakramencie Bierzmowania*<sup>6</sup>.

### **1. Spowiedź**

Nowe życie, jakie otrzymujemy od Boga w sakramentach wtajemniczenia, przechowujemy jednak w *naczyniach glinianych* (2Kor 4,7). Wraz z całym Kościołem pielgrzymującym do domu Boga Ojca jesteśmy jeszcze w *naszym przybytku doczesnego zamieszkania* (2Kor 5,1) i doświadczamy cierpienia, choroby i śmierci, kruchości i słabości natury ludzkiej, oraz jej skłonności do grzechu. Dlatego nasze nowe życie jako dzieci Bożych, narażone jest na osłabienie, czy nawet na jego utratę przez grzech. Po przyjęciu chrztu możemy ponownie popaść w grzech, o czym przekonały się bardzo wcześnie pierwsze wspólnoty chrześcijańskie. Zły duch kusząc nas do grzechu chce nas powstrzymać na drodze do świętości, a nawet z niej zawrócić i ostatecznie doprowadzić do śmierci wiecznej. W tej sytuacji *pokuta jest znów konieczna, jeśli się chce, mimo wszystko, uczestniczyć w dobrach zbawienia*<sup>7</sup>.

Nasz Zbawiciela, Jezus Chrystus zmartwychwstały, zwycięzca piekła śmierci i szatana, *ma na ziemi władzę odpuszczania grzechów* (Mk 2,10), i wykonuje tę Boską władzę: *Odpuszczone są twoje grzechy* (Mk 2,5; Łk 2,48). Chce także, aby Kościół mocą Ducha Świętego *pełnił posługę pojednania* (2Kor 5,18), aby w sakramencie pojednania i pokuty, kontynuował Jego dzieło uzdrawiania i zbawiania każdego grzesznika: *Tobie dam klucze królestwa niebieskiego; cokolwiek zwiążesz na ziemi, będzie związane w niebie, a co rozwiążesz na ziemi, będzie rozwiązane w niebie* (Mt 16,19; por. Mt 18,18; 28,16-20). Grzesznik jest więc wezwany do nawrócenia z pomocą łaski Chrystusa do pojednania się z Bogiem i z Kościołem: *Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię* (Mk 1,15). Wszyscy bowiem, którzy przystępują do sakramentu pokuty *otrzymują od miłosierdzia Bożego przebaczenie zniewagi wyrządzonej Bogu i równocześnie dostępują pojednania z Kościołem, któremu grzesząc zadali ranę, a który przyczynia się do ich nawrócenia miłością, przykładem i modlitwą*<sup>8</sup>.

<sup>1</sup> Korzystam z Biblii Tysiąclecia: *Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, wydanie piąte, Wydawnictwo Pallotinum, Poznań-Warszawa 2002.

<sup>2</sup> Św. IGNACY LOYOLA, *Ćwiczenia Duchowne* (= *ĆD*), tł. M. Bednarz, Wydawnictwo WAM, Kraków 2002, nr 23.

<sup>3</sup> *Katechizm Kościoła Katolickiego* (=KKK), Pallotinum, Poznań 1994, nr 1210.

<sup>4</sup> KKK, 1213.

<sup>5</sup> SOBÓR WATYKAŃSKI II, *Konstytucja dogmatyczna o Kościele (Lumen Gentium)*, nr 11.

<sup>6</sup> JAN PAWEŁ II, *Encyklika Ecclesia de Eucharystia. O Eucharystii w życiu Kościoła*, Wydawnictwo „M”, Kraków 2003, nr 17.

<sup>7</sup> X. L. DUFOUR (red.), *Słownik teologii biblijnej*, tł. Bp K. Romaniuk, Pallotinum, Poznań 1990, hasło: *pokuta-nawrócenie*, 712.

<sup>8</sup> SOBÓR WATYKAŃSKI II, *Konstytucja dogmatyczna o Kościele*, nr 11.

W Kościele sakrament ten ma różne nazwy: *nazywa się go sakramentem nawrócenia, ponieważ urzeczywistnia w sposób sakramentalny wezwanie Jezusa do nawrócenia, drogę powrotu do Ojca, od którego człowiek oddalił się przez grzech. Nazywa się go sakramentem pokuty, ponieważ ukazuje osobistą i eklezjalną drogę nawrócenia, skruchy i zadośćuczynienia ze strony grzesznego chrześcijanina. Nazywa się go sakramentem spowiedzi, ponieważ oskarżenie – spowiedź z grzechów przed kapłanem jest istotnym elementem tego sakramentu. Sakrament ten jest również „wyznaniem”, uznaniem i uwielbieniem świętości Boga oraz Jego miłosierdzia wobec grzesznego człowieka. Nazywa się go sakramentem przebaczenia, ponieważ przez sakramentalne rozgrzeszenie wypowiedziane słowami kapłana Bóg udziela penitentowi przebaczenia i pokoju. Nazywa się go sakramentem pojednania, ponieważ udziela grzesznikowi miłości Boga przynoszącej pojednanie*<sup>9</sup>.

Pojednanie grzesznego człowieka z Bogiem dokonuje się zawsze z inicjatywy miłosiernego Boga, przez Jezusa Chrystusa - sprawcę pojednania, i przez posługę Kościoła, który kontynuuje misję Jezusa Chrystusa Miłosiernego. Jednak miłosierna inicjatywa Boga, pierwszego i głównego Autora procesu wewnętrznej przemiany i pojednania, przyzywa wolne i aktywne przyjęcie daru Bożego miłosierdzia ze strony grzesznika, jako odpowiedź na zbawiającą miłość Boga w Jezusie Chrystusie<sup>10</sup>. Jak podkreśla Jan Paweł II, w sakramencie pojednania i pokuty bierze udział Bóg i grzesznik. Ta niezwykła *tajemnica pobożności* jest wolną i upragnioną odpowiedzią grzesznika na ojcowską miłość Boga poprzez miłość synowską<sup>11</sup>. Tak piękne i życiodajne spotkanie człowieka z Bogiem powinno być przeżywane przez grzesznika nie w sposób jurydyczny, ale głęboko osobowy. Podejście osobowe do grzechu i sakramentu pokuty ma bowiem nie przecenione znaczenie, gdyż miłość jest Osobą<sup>12</sup>.

## 2. Istota spowiedzi generalnej

Spowiedź generalna, czyli spowiedź z całego życia, albo z dłuższego okresu życia, praktykowana była w Kościele od samego początku. Wielu świętych i błogosławionych zalecało korzystanie z Sakramentu pokuty i pojednania, który obejmowałby całe dotychczasowe życie penitenta. Św. Tomasz z Akwinu uważał, że dobrowolne spowiedzi generalne z dawnych, już odpuszczonych grzechów, są bardzo pożyteczne, przyczyniają się bowiem do odpuszczenia kar doczesnych za grzechy. Benedykt XI (1303-1304) konstytucją „*intern cunctas*” pochwalił i zalecił dobrowolną spowiedź generalną; równocześnie stwierdził, że grzechy już odpuszczone nie muszą być ponownie poddawane pod władzę kluczy, czyli wyznawane. Potwierdził to Sobór Trydencki. Tak też naucza Kościół i dzisiaj.

Św. Ignacy Loyola (1491-1556) odegrał szczególną rolę w propagowaniu spowiedzi generalnej, m.in. poprzez swoją książeczkę *Ćwiczeń duchowych*, która, choć *mała objętością lecz pełna niebieskiej mądrości*<sup>13</sup>, nabrała jeszcze większego znaczenia duszpasterskiego od momentu jej oficjalnego zatwierdzenia przez Papieża Pawła III w *breve Pastoralis officii cura*, 31 lipca 1548 roku. Ignacy osobiście doświadczył błogosławionych skutków spowiedzi generalnej, najpierw jako nawracający się grzesznik, odbywając spowiedź z całego życia w Montserracie 21 marca 1522 roku<sup>14</sup>, a po latach studiów i przyjęciu święceń kapłańskich<sup>15</sup>, jako gorliwym spowiednik i kierownik duchowy<sup>16</sup>. Również dzisiaj *Ćwiczenia duchowe są uprzywilejowanym miejscem wyraźnej i znaczącej odnowy chrześcijańskiego życia sakramentalnego*<sup>17</sup>.

<sup>9</sup> KKK, 1423.

<sup>10</sup> Por. J.-C. DHÔTEL, *La conversion à l'évangile*, Paris 1976, 64; S. WITEK, *Sakrament pojednania*, Pallotinum, Poznań-Warszawa 1979, 273-274.

<sup>11</sup> JAN PAWEŁ II, *Adhortacja apostolska o pojednaniu i pokucie w dzisiejszym posłannictwie Kościoła „Reconciliatio et poenitentia”*, Watykan 1984, nr 21. Por. J. ORZESZYNA, *Sakrament pojednania i pokuty*, „Regina Poloniae”, Kraków 1993, 67-108.

<sup>12</sup> Por. J. AUGUSTYN, *Sakrament pojednania*, Wydawnictwo „M”, Kraków 1996<sup>2</sup>, 11-23; A. SKOWRONEK, *Sakrament pokuty i pojednania w nauczaniu Kościoła*, „Ateneum Kapłańskie” 78 (1986) 61-74; S. WITEK, *Duszpasterstwo w konfesjonale*, Pallotinum, Poznań 1988, 13-26.

<sup>13</sup> PIUS XI, *Mens Nostra*, „Acta Apostolicae Sedis” 21 (1929) 703; por. Św. IGNACY LOYOLA, *Pisma Wybrane. Komentarze*, M. Bednarz (red.), Kraków 1968, II, 272.

<sup>14</sup> W *Autobiografii* św. Ignacego czytamy: *Przybywszy do Monsterratu (21.III.1522) po modlitwie porozumiał się ze spowiednikiem, następnie odbył spowiedź z całego życia, która przygotowana pisemnie trwała trzy dni*, IGNACY LOYOLA, *Autobiografia*, tł. M. Bednarz, Wydawnictwo WAM, Kraków 1993, nr 17. Dwa dni spowiedzi generalnej Ignacy poświęcił na rachunek sumienia i żal za grzechy, zapisując je według określonego porządku, zaś trzeci dzień poświęcił na wyznanie ich spowiednikowi w konfesjonale. Por. J. CALVERAS, *Los „confesionales” y los Ejercicios de San Ignacio*, „Archivum Historicum Societatis Iesu” 17 (1948) 51-101.

<sup>15</sup> Ignacy Loyola przyjął święcenia kapłańskie w Wenecji 24 czerwca 1537 roku, z rąk biskupa z Arbe Wincentego Negusanti; por. R. GARCÍA-VILLOSLADA, *Sant' Ignazio di Loyola. Una nuova biografia*, Ed. Paoline, Milano 1990, 483-486.

<sup>16</sup> Por. R. ALTHANN, *The mind of St. Ignatius on confession*, „The Way” 31 (1977) 88-92.

<sup>17</sup> G. CUSSON, *Sacrament du pardon et expérience des Exercices*, „Cahiers de Spiritualité Ignatienne” 33 (1985) 60.

Do podstawowych aktów pokutnych penitenta w sakramencie spowiedzi, także generalnej, należą: rachunek sumienia, żal za grzechy, postanowienie poprawy, wyznanie grzechów i zadośćuczynienie. Dwa pierwsze zwracają pokutującego do jego grzesznej przeszłości, aby mógł oderwać się od popełnionego grzechu; zaś trzy kolejne kierują go ku przyszłości rodzącej się z miłosiernej miłości Boga wobec człowieka. Istotne akty pokutne penitenta nabierają jeszcze głębszej wymowy w spowiedzi generalnej, gdyż obejmują, szczególnie w rachunku sumienia, nie tylko jakiś okres, ale zazwyczaj jego całe dotychczasowe życie, dają głębsze poznanie grzechów i boleść z ich powodu, a także usposabiają do lepszego wzrostu w łasce i gorliwszego kroczenia drogą świętości.

Rachunek sumienia jest ważnym elementem każdej spowiedzi świętej. W spowiedzi generalnej nabiera szczególnego znaczenia, gdyż obejmuje wszystkie grzechy ciężkie i lekkie jakie dana osoba popełniła w całym dotychczasowym życiu. Człowiek, który pragnie wyspowiadać się z całego życia chce zobaczyć z pomocą łaski Ducha Świętego wszystko, czym obraził nieskończonego dobrego Pana Boga, a przez to zranił siebie oraz siostry i braci w Kościele. Nie może to być mechaniczne rachowanie się z przeszłością, niemalże matematyczne wyliczanie wszystkich grzechów i uchybień, bez odniesienia do obecności Osoby miłosiernego Boga Ojca. W rachunku sumienia najistotniejsze jest żywe przekonanie, że Bóg patrzy na mnie jako grzesznika z miłością i właśnie dlatego chcę Mu powierzyć wszystko, co oddzielało mnie od Miłości.

W atmosferze uprzedzającej i darmowej miłości Boga Ojca wobec grzesznika, najpełniej objawionej w Jezusie Chrystusie, w obliczu nieskończonej dobroci Pana Boga i obrzydliwości każdego popełnionego grzechu, rodzi się w penitencie szczerze i głębokie uczucie żalu. Żal jest tym większy, im penitent bardziej wpatruje się w Miłość, którą obraził i w brzydotę swoich grzechów, tak licznie popełnionych w całym życiu. Z pomocą łaski Bożej widzi wyraźniej jak wielka przepaść istnieje pomiędzy Bożą dobrocią, a jego grzesznością. Jako grzeszne dziecko Boga Ojca postanawia zatem wrócić do Niego, aby powiedzieć: „Zgrzeszyłem przeciwko Tobie Boże i Kościołowi”, aby wyznać wszystkie swoje grzechy. W spowiedzi generalnej bodaj *najbardziej istotnym elementem jest samo wyznanie grzechów*<sup>18</sup>.

Wyznanie przed Bogiem Ojcem wszystkich grzechów, z pełnym zaufaniem i nadzieją, prowadzi penitenta do głębokiego przeżycia Bożego miłosierdzia, Jego miłości przebaczącej, która także uzdrawia. Penitent, otrzymując w przebaczeniu Bożym nowe zdrowie i siły duchowe, postanawia jako na nowo radosne dziecko Boże żyć odtąd tylko dla Boga i Jego Kościoła, kroczyć drogą nakreśloną przez Jezusa Chrystusa, naszego Zbawiciela.

### 3. Cel spowiedzi generalnej

Każda dobra spowiedź święta ma zazwyczaj na względzie potrójny cel: poznać siebie, dać poznać siebie oraz odmienić życie przez doświadczenie wewnętrznego uzdrowienia. Zasadniczym celem i skutkiem tego sakramentu jest pojednanie z Bogiem i Kościołem: *Sakrament pojednania z Bogiem daje prawdziwe «zmartwychwstanie duchowe», przywrócenie godności i dóbr życia dzieci Bożych. Najcenniejszym z tych dóbr jest przyjaźń z Bogiem*<sup>19</sup>. Jest też pojednaniem z Kościołem, jak podkreśla Jan Paweł II: *Owo pojednanie się z Bogiem rodzi – można powiedzieć – dalsze pojednanie, które naprawiają inne rozdarcia spowodowane przez grzech: penitent, który uzyskał przebaczenie, jedna się z samym sobą w głębi własnego ja, odzyskując wewnętrzną prawdę; jedna się z braćmi, w jakiś sposób przezeń skrzywdzonymi i znieważonymi; jedna się z Kościołem, jedna się z całym stworzeniem*<sup>20</sup>.

Mówiąc o celowości spowiedzi generalnej, obejmującej całe dotychczasowe życie penitenta należy zaznaczyć, iż dla jednych osób jest ona konieczna, dla innych szkodliwa, a jeszcze innym przynosi wielki pożytek<sup>21</sup>.

Spowiedź generalna jest konieczna dla tych, którzy w przeszłości poważnie zaniedbali jeden z istotnych warunków sakramentu pokuty. Na przykład źle wyznając grzechy, świadomie pomijając jakiś grzech ciężki, czy też przystąpili do sakramentu pokuty bez żalu za grzechy, albo bez postanowienia poprawy. W takim wypadku należałoby skorzystać ze spowiedzi generalnej, obejmującej ten okres życia penitenta, w którym odpowiadane spowiedzi de facto były nieważne, albo towarzyszył im wielki, paraliżujący lęk. Zatem, po odpowiednim przygotowaniu, należałoby jeszcze raz przystąpić do źródeł miłosierdzia Bożego, aby w przelanej za nas i odradzającej na życie wieczne Krwi Chrystusa, naszego Zbawiciela dostąpić odpuszczenia wszystkich dotychczasowych grzechów i otrzymać łaskę wewnętrznego uzdrowienia<sup>22</sup>.

<sup>18</sup> A. VON SPEYR, *Spowiedź*, tł. W. Szymona, W drodze, Poznań 1993, 100.

<sup>19</sup> KKK, 1468.

<sup>20</sup> JAN PAWEŁ II, *Adhortacja apostolska o pojednaniu i pokucie w dzisiejszym posłannictwie Kościoła „Reconciliatio et paenitentia”*, Watykan 1984, nr 31. Por. KKK, 1469-1470.

<sup>21</sup> Por. L. PUJADAS, *La „Confesión general con la Comunión, „Manresa”* 9 (1933) 45-53.

<sup>22</sup> Por. J. CALVERAS, *Notas exegéticas sobre el texto de los Ejercicios. Obligación y materia de la confesión general, „Manresa”* 23 (1951) 211-217.

Pewną koniecznością odbycia spowiedzi generalnej może być też życzenie spowiednika, jako kierownika duchowego danej osoby, który *doszedł do wniosku, że musi swym penitentem pokierować na nowy sposób (takie życzenie związane jest zawsze z jakimś kierownictwem), ale do tej pory miał możliwość poznać niektóre tylko wycinki jego życia i potrzebna mu jest większa jasność, głębszy wgląd*<sup>23</sup>. Spowiednik-kierownik duchowy musi jednak bardzo dobrze rozeznaczyć daną sytuację, aby większe dobro stało się udziałem zarówno penitenta, jak i jego samego.

Spowiedź generalna dla niektórych osób nie jest wskazana, a nawet może być szkodliwa. Dotyczy to osób o szczególnej wrażliwości uczuciowej i moralnej, mających skłonności do skrupułów, czy nękanych głębszymi lękami. Takie osoby wyznają na spowiedzi wszystkie grzechy i bardzo dokładnie, zarówno co do ilości, jak i jakości popełnionych grzechów; żałują za nie i mają mocne postanowienie poprawy, a jednak wciąż wątpią w ważność takiej spowiedzi. Zadręczają się pytaniami, czy rzeczywiście wyznali wszystkie grzechy, przypominają sobie jakieś nowe, najczęściej lekkie przewinienia, którymi się zadręczają i dochodzą do wniosku, że muszą wyspowiadać się jeszcze raz od samego początku, powtarzając jeszcze raz wyznawane już grzechy. Czynią to w nadziei, że tym razem uzyskają jakże upragniony pokój ducha. Dla takich osób spowiedź generalna jest szkodliwa. Racją, dla której osoby nękane skrupułami nie powinny korzystać ze spowiedzi generalnej jest to, że zadręczenia i lęki jakie przeżywają nie są uzasadnione, lecz wyrastają z fałszywych wyobrażeń, które stają się coraz większe w miarę przypominania sobie grzechów z przeszłości. Im bardziej takie osoby szukają pokoju serca na drodze powtarzanych samooskarżeń, tym bardziej oddalają się od upragnionego pokoju serca. Często jedynym rozwiązaniem wobec takich osób jest wyraźny zakaz spowiadania się z grzechów popełnionych w przeszłości.

Wreszcie spowiedź generalna jest pożyteczna. Może się okazać bardzo pożyteczna przed podjęciem ważnych decyzji życiowych, na przykład przed wstąpieniem do zakonu, czy seminarium, przed przyjęciem święceń kapłańskich, złożeniem wieczystych ślubów zakonnych, czy zawarciem sakramentu małżeństwa itp.<sup>24</sup>. Św. Ignacy Loyola, mówi o pożyteczności spowiedzi generalnej także przy okazji odprawianych rekolekcji, zwłaszcza pierwszego etapu *Ćwiczeń duchowych*<sup>25</sup>. Kiedy proponuje na zakończenie pierwszego tygodnia *Ćwiczeń* spowiedź generalną nie ma na myśli ani pierwszej, ani drugiej grupy osób. Mówi natomiast o pożyteczności spowiedzi z całego życia, która przynosi penitentowi (rekolektantowi) konkretne korzyści<sup>26</sup>.

Podstawowym warunkiem pożyteczności spowiedzi generalnej jest pragnienie jej dobrowolnego odprawienia: *Ten, co dobrowolnie chce odprawić spowiedź generalną (...) (ĆD [44])*. Św. Ignacy mówiąc o dobrowolności spowiedzi generalnej chce podkreślić, że penitent, który już raz wyznał swoje grzechy na spowiedzi i uczynił to w sposób właściwy nie ma potrzeby powtórnego ich wyznawania, gdyż sakrament był ważny. A nawet jeśli nie wyznał jakiegoś grzechu na spowiedzi przez zapomnienie, choć miał szczerą intencję wyznania wszystkich popełnionych grzechów, to taka spowiedź była ważna i nie ma potrzeby jej powtarzania. Dlatego Ignacy podkreśla aspekt dobrowolności spowiedzi z całego życia, aby penitent wiedział, że nie musi jej odbywać, chyba, że *dobrowolnie chce odprawić spowiedź generalną (ĆD [44])*.

Dobrowolnie, z pobożności, dla większej skruchy i pokory, ale bez popadnięcia w skrupuły, dobrze jest odprawić spowiedź generalną z całego życia, ponieważ *daje to większe poznanie siebie, swojej słabości i grzeszności, większą pokorę i wstręt do grzechów, szczerą chęć poprawy i wynagrodzenia za grzechy*

<sup>23</sup> A. VON SPEYR, *Spowiedź*, tł. W. Szymona, W drodze, Poznań 1993, 99.

<sup>24</sup> Ojciec Mieczysław Bednarz S.I. zauważa, że *gdy już ktoś odprawił spowiedź generalną z całego życia raz lub dwa razy, lepiej jest nie pozwalać penitentowi na dalsze odprawianie takiej spowiedzi. Natomiast pożyteczne są spowiedzi generalne z krótszego okresu życia, np. z roku*, M. BEDNARZ, *Rachunek sumienia i spowiedź generalna w pierwszym tygodniu Ćwiczeń*, w: *Droga wyzwolenia. Duchowość ignacjańska*, Kraków „Zaskale”, Kraków 1988, 251-252.

<sup>25</sup> *Ćwiczenia duchowe* św. Ignacego obejmują cztery etapy duchowego rozwoju, zwane potocznie tygodniami. «Tydzień» w *Ćwiczeniach duchowych*, nie musi odpowiadać długością zwykłemu tygodniowi. Zależnie od potrzeb i uzdolnień poszczególnych rekolektantów, można go odpowiednio skracać lub przedłużać. *Miarą trwania każdego tygodnia jest miara osiągniętych rezultatów, zamierzonych przez Ignacego na danym etapie Ćwiczeń, oraz zdolność rekolektanta i nadzieja, jaką rokuje na pełny owoc Ćwiczeń (por. ĆD [4, 16, 17, 19])*, Św. IGNACY LOYOLA, *Pisma Wybrane. Komentarze*, M. Bednarz (red.), WAM, Kraków 1968, II, 21. Cztery tygodnie *Ćwiczeń* są porównywane z trzema klasycznymi drogami duchowymi: z drogą oczyszczenia, oświecenia i zjednoczenia. Drodze oczyszczenia odpowiada tydzień pierwszy, drodze oświecenia – tydzień drugi, a drodze zjednoczenia – tydzień trzeci i czwarty; por. W. KRÓLIKOWSKI, *Duchowy rozwój. Dynamika Ćwiczeń duchowych św. Ignacego Loyoli*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2005; M. RUIZ JURADO, *Linee teologiche strutturali degli Esercizi ignaziani*, PUG, Roma 1998; C. SEKALSKI, *Misterium przemiany wewnętrznej. Droga duchowego rozwoju chrześcijanina w Ćwiczeniach ignacjańskich*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2003.

<sup>26</sup> Por. P. GERVAIS, *Ignacy de Loyola et la confession général*, „Communio” 8 (1983) 69-83.

dawne<sup>27</sup>. Poza tymi i wieloma innymi korzyściami spowiedzi generalnej św. Ignacy wymienia trzy następujące.

Pierwsza korzyść jaka płynie ze spowiedzi generalnej polega na tym, że penitent *odprawiając ją ma więcej pożytku i zasługi, a to z powodu większego w danej chwili żalu za grzechy i niegodziwości całego życia* (ĆD [44a]). Istota tej korzyści polega na dostrzeżeniu grzechów i niegodziwości całego dotychczasowego życia i żałowaniu za nie. W regularnej spowiedzi okresowej penitent zazwyczaj nie widzi tak wielu grzechów, jak to ma miejsce w spowiedzi generalnej, w której obejmuje grzechy całego życia. Widząc, jak wiele popełnił grzechów i niegodziwości w życiu, tym większy odczuwa wewnętrzny ból, zawstydenie i żal, że obraził nimi nieskończenie dobrego Pana Boga. Uświadomienie sobie pojedynczego grzechu nie wyzwała tak głębokiego żalu, bóleści duszy i łez skruchy, jak przywołanie na pamięć i odczucie sercem wielu grzechów dotychczasowego życia. Żal za grzechy i postanowienie poprawy są tym większe, im głębsze jest poznanie wielości popełnionych grzechów i niegodziwości. Dlatego spowiedź generalna jest bardzo pożyteczna przez to, że penitent widząc tak wiele grzechów i niegodziwości popełnionych w całym życiu, przeżywa tym głębsze zawstydenie, większy ból wewnętrzny i doskonalszy żal za grzechy, co w konsekwencji owocuje doświadczeniem pełniejszego oczyszczenia wewnętrznego, większej wolności serca i intymniejszego zjednoczenia z miłującym Bogiem w Jezusie Zmartwychwstałym<sup>28</sup>.

Wielki pożytek spowiedzi generalnej polega także na tym, że spowiednik może przez to lepiej poznać osobę spowiadającą się; jej przeszłą, ale i aktualną sytuację duchową; stopień zniewolenia w życiu duchowym; może poznać jakie zasadnicze potrzeby psychiczne dominują w życiu tej osoby; których cnót jej najbardziej brakuje, czy też w jakie grzechy najczęściej upada. Dzięki pełniejszemu, bardziej całościowemu wglądowi w życie penitenta będzie mógł mu lepiej pomóc na drodze duchowego rozwoju, dostosowując pewne sugestie w zależności od jego duchowych potrzeb, tak aby ostatecznie coraz pewniej postępował na drodze Chrystusa<sup>29</sup>.

Druga korzyść związana ze spowiedzią generalną wypływa z tego, że *w czasie Ćwiczeń duchowych poznaje się grzechy i ich złość bardziej dogłębnie niż w czasie, gdy człowiek nie oddaje się rzeczom wewnętrznym; uzyskując więc teraz większe ich poznanie i boleść z ich powodu, będzie się miało większy pożytek i większą zasługę, niż miało się przedtem* (ĆD [44b]). Pierwsza korzyść spowiedzi generalnej polegała na tym, że penitent widząc *grzechy i niegodziwości całego życia*, ich wielość, przeżywał tym głębszy żal i boleść serca. Zaś druga korzyść ma charakter bardziej jakościowy. Rekolektant, dzięki odprawionym *Ćwiczeniom* pierwszego tygodnia, odczuwa w swym sercu większe zawstydenie i zmieszanie, większy ból i łyż żalu, ponieważ bardziej dogłębnie poznał grzechy i ich złość, nie tylko ich wielość, ale ponadto ich wewnętrzną brzydotę i przewrotność. Nie ulega wątpliwości, że żal za grzechy jest tym głębszy i bardziej owocny w procesie duchowego oczyszczenia i pojednania z miłosiernym Bogiem, im głębiej i szczerzej poznana jest obrzydliwość popełnionych grzechów. Wewnętrzny żal i boleść duszy są owocem nie tylko dostrzeżenia, jak wiele popełniliśmy grzechów, ale także dogłębego poznania z pomocą łaski Bożej ich odrazy i diabelskiej przewrotności. Tak więc im głębsze jest poznanie złośliwości grzechów i niegodziwości, a nie tylko ich ilości, tym większy jest żal, boleść duszy i łyż z powodu ich popełnienia i tym mocniejsze jest postanowienie poprawy.

Trzecia korzyść jaka płynie ze spowiedzi generalnej polega na tym, że *lepiej się wypowiadawszy i mając lepsze usposobienie, staje się człowiek bardziej podatny i lepiej przygotowany na przyjęcie Najświętszego Sakramentu. Przyjęcie zaś tego Sakramentu nie tylko pomaga do tego, by nie upaść w grzech, lecz także do zachowania ustawicznego wzrostu w łasce* (ĆD [44c]). Według powszechnej opinii teologów Komunia święta działa *ex opere operato*, jednak nie ulega wątpliwości, że jej skuteczność działania w nas może być większa lub mniejsza, może przynosić większe lub mniejsze owoce dla naszego życia duchowego w zależności od usposobienia i przygotowania się do jej przyjęcia<sup>30</sup>.

Św. Ignacy podkreśla, że po odbyciu dobrej spowiedzi generalnej *staje się człowiek bardziej podatny i lepiej przygotowany na przyjęcie Najświętszego Sakramentu*. Określenie: *bardziej podatny* wskazuje na

<sup>27</sup> M. BEDNARZ, *Rachunek sumienia i spowiedź generalna w pierwszym tygodniu Ćwiczeń*, w: *Droga wyzwolenia. Duchowość ignacjańska*, Kraków „Zaskale”, Kraków 1988, 251.

<sup>28</sup> Por. W. STINISSEN, *Spowiedź. Sakrament pojednania*, tł. J. Iwaszkiewicz, Wydawnictwo W drodze, Poznań 2000, 26-34.

<sup>29</sup> Por. Z. SUJKOWSKI, *Służba spowiednika*, w: J. KANTY-PYTEL – S. SCHUDY, *Pokuta i sakrament pojednania we współczesnym Kościele*, Księgarnia św. Wojciecha, Poznań 1985, 31-43; J. SZARKOWSKI, *Postawa psychoterapeuty u kapłana w konfesjonale*, „Homo Dei” 3 (1976) 198-204; J. ORZESZYNA, *Sakrament pojednania i pokuty*, „Regina Poloniae”, Kraków 1993, 128-138.

<sup>30</sup> W *Katechizmie Kościoła Katolickiego* czytamy o wielkim znaczeniu jak najlepszego przygotowania się do przyjęcia Komunii świętej: *Musimy przygotować się do tej wielkiej i świętej chwili*”, KKK, 1385. *W tym kontekście czytamy także: „Jest rzeczą właściwą, by wierni, jeśli tylko są odpowiednio usposobieni, przyjmowali Komunię za każdym razem, gdy uczestniczą w Mszy świętej*, KKK, 1388.

pasywną dyspozycję penitenta, na jego gotowość przyjęcia Komunii świętej. Natomiast wyrażenie: *lepiej przygotowany* podkreśla dyspozycję pozytywną, pragnienie uczynienia czegoś więcej, aby tym godniej przyjąć Najświętszy Sakrament<sup>31</sup>. Serce penitenta im bardziej będzie oczyszczone łaską miłosierdzia Bożego, tym bardziej będzie otwarte, podatne na przyjęcie Ciała Zbawiciela, a zarazem tym większe będą owoce przyjętego Sakramentu Życia.

Lepsze przygotowanie (*lepiej przygotowany*) penitenta do przyjęcia Komunii świętej wyraża się w jego trzech podstawowych aktach duchowych: w żywej wierze, głębokiej pokorze i gorących pragnieniach. Św. Ignacy kiedy mówi o lepszym przygotowaniu się do przyjęcia Najświętszego Sakramentu, ma na myśli osobę, która odprawia *Ćwiczenia duchowe*. Zaś nadrzędnym celem *Ćwiczeń* jest właśnie jak najpełniejsze zjednoczenie z Bogiem i doświadczenie w Nim zbawienia (por. *ĆD* [1, 21, 23, 233]). *Ćwiczenia duchowe* wychowują rekolektanta do postaw pełnych żywej wiary w Boga Stworzyciela i Zbawiciela<sup>32</sup>. Rekolektant krocząc drogą *Ćwiczeń* dogłębnie uświadamia sobie jak wielka dzieli go przepaść od dobrego Boga, jak nie umie żyć w wewnętrznej równowadze duchowej, jak wiele popełnił grzechów i niegodziwości w całym swoim życiu i jak zasłużył przez to na potępienie i odrzucenie, a jednak żyje. Stojąc przed Chrystusem ukrzyżowanym za nasze grzechy, przed Jezusem miłującym za darmo aż po śmierć i pytając: *Jak to On, będąc Stwórcą, do tego doszedł, że stał się człowiekiem, a od życia wiecznego przeszedł do śmierci doczesnej i do konania za moje grzechy*; podobnie patrząc na siebie samego i pytając: *Com ja uczynił dla Chrystusa? Co czynię dla Chrystusa? Co powinienem uczynić dla Chrystusa?* (*ĆD* [53]) doświadcza najgłębszych uczuć pokory i gorących pragnień coraz większego zjednoczenia ze swoim Stwórcą i Zbawicielem.

Penitent dogłębnie przeżywając spowiedź generalną nie tylko jest bardziej podatny, ale także lepiej przygotowany do jak najowocniejszego przyjęcia Najświętszego Sakramentu. *Przyjęcie zaś tego Sakramentu, jak mówi św. Ignacy, nie tylko pomaga do tego, by nie upaść w grzech, lecz także do zachowania ustawicznego wzrostu w łasce* (*ĆD* [44c]).

#### 4. Metoda spowiedzi generalnej

Ponieważ istota i cel spowiedzi generalnej są tak bardzo doniosłe, dlatego też metoda jej przygotowania i odprawienia ma niezwykle znaczenie dla owocności tego Sakramentu. Wielką pomocą w przygotowaniu spowiedzi generalnej może być metoda, jaką proponuje św. Ignacy w *Ćwiczeniach duchowych*. Jest ona szczególnie skuteczna wówczas, gdy jest połączona z rekolekcjami ignacjańskimi, zwłaszcza z pierwszym tygodniem *Ćwiczeń*: *Spowiedź generalną najlepiej jest odprawić zaraz po ćwiczeniach pierwszego tygodnia* (*ĆD* 44c). Jednak można ją dostosować do spowiedzi z całego życia, także poza rekolekcjami.

*Rachunek sumienia* jest pierwszym warunkiem każdej spowiedzi, także generalnej. Jak go odprawić? Św. Ignacy zachęca, aby najpierw *dziękować Bogu, Panu naszemu, za otrzymane dobrodziejstwa* (*ĆD* [43.1])<sup>33</sup>. Jest to echo słów św. Pawła: *W każdym położeniu dziękujcie, taka jest bowiem wola Boża w Jezusie Chrystusie względem was* (1 Tes 5,18).

Pierwszą czynnością w rachunku sumienia przy przystępowaniu do spowiedzi, także generalnej, nie powinno być rachowanie popełnionych grzechów, często mechaniczne, przesycone lękiem i pod presją różnych podświadomych mechanizmów obronnych, ale najpierw i przede wszystkim przypominanie sobie i wewnętrzne smakowanie wielu otrzymanych dobrodziejstw od Boga, miłującego Ojca. Zazwyczaj podczas rachunku sumienia dość niechętnie i niespokojnie wracamy do przeszłości, i jakby odruchowo pytamy co było nie tak, przypominamy sobie grzechy, zwłaszcza ciężkie, którymi obraziliśmy Pana Boga i chcemy się ich pozbyć jak najszybciej, aby poczuć upragnioną ulgę. Najczęściej dochodzi wówczas do spowiedzi jurydycznej, a nie do osobistego, pełnego miłości spotkania z Bogiem, Ojcem miłosierdzia. Nie uświadamiamy sobie wówczas, że czymś absolutnie ważniejszym jest spojrzenie na przeszłość, czy to całego dotychczasowego życia, czy jakiegoś okresu, przez pryzmat otrzymanych łask, konkretnych prezentów Boga, który, będąc miłością (*Bóg jest miłością*, 1 J 4, 8), kocha bardziej czynem aniżeli słowem (por. 1J 3,18; *ĆD* [230]). Zdaniem św. Ignacego *wśród wszelkich niewyobrażalnych niegodziwości i grzechów niewdzięczność należy do najbardziej obrzydliwych rzeczy (...); jest ona zapomnieniem otrzymanych dóbr*,

<sup>31</sup> Por. L. PUJADAS, *La „Confesión general con la Comunión, „Manresa”* 9 (1933) 49.

<sup>32</sup> Por. S. RENDINA, *La pedagogia degli Esercizi. Aspetti più significativi*, Edizioni ADP, Roma 2002.

<sup>33</sup> Św. Ignacy w książeczce *Ćwiczeń duchownych* podaje metodę, sposób odprawiania rachunku sumienia ogólnego, który zawiera w sobie pięć punktów: *Punkt 1: Dziękować Bogu, Panu naszemu, za otrzymane dobrodziejstwa. Punkt 2: Prosić o łaskę poznania grzechów i odrzucenia ich precz. Punkt 3: Żądać od duszy swojej zdania sprawy [z popełnionych grzechów]. Punkt 4: Prosić Boga, Pana naszego o przebaczenie win. Punkt 5: Postanowić poprawę przy Jego łasce* (*ĆD* [43]). Szerszy komentarz do poszczególnych punktów ignacjańskiego rachunku sumienia ogólnego możemy znaleźć w: G. A. ASCHENBRENNER – M. BEDNARZ – B. SCHLINK, *Wyznaję nieprawość moją. Rachunki sumienia*, tł. M. Kożuch, D. Plaskacz, WAM, Kraków 1992, 25-52; K. OSUCH, *Rachunek sumienia szczegółowy i ogólny. Jak codziennie ulepszać siebie, relacje z Bogiem i drugim człowiekiem*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2004, 27-104; D. K. TOWNSEND, *The examen re-examined*, „Centrum Ignatianum Spiritualitatis” 18 (1987/2) 11-64.

łask i darów; przyczyną, początkiem i źródłem wszelkiego zła i grzechów<sup>34</sup>. Ostatecznie, to złemu duchowi zależy na tym, abyśmy nie widzieli faktów Bożej miłości w naszym dotychczasowym życiu, dlatego *trzeba czuć i uważać, bo każdym z nas może zawładnąć, i to niepostrzeżenie, demoniczny duch niewdzięczności*<sup>35</sup>.

W sytuacji osoby, która odprawia rekolekcje ignacjańskie i chce odbyć spowiedź generalną na zakończenie pierwszego tygodnia *Ćwiczeń*, dostrzeżenie darów Bożej miłości jest o tyle łatwiejsze, że ma już za sobą odprawione medytacje na temat tak zwanego Fundamentu *Ćwiczeń duchowych* (por. *CD* [23]), w którym rozważana jest prawda o stworzeniu człowieka przez Boga, o celu ludzkiego istnienia oraz o celu innych stworzeń, które Bóg uczynił z miłości do człowieka, i aby mu pomagały do zbawienia<sup>36</sup>. Rekolektant ma zatem głębokie doświadczenie miłości Boga Stwórcy, który powołał go do życia najpierw w swoim Najświętszym Sercu: *Zanim ukształtowałem cię w łonie matki, znałem cię* (Jr 1,5), i że zaistniał z miłości (por. Ef 1,4-5). Głęboko przeżył, iż Bóg jest miłością absolutną, obejmującą wszystkich ludzi: *Pociągnąłem ich ludzkimi więzami, a były to więzy miłości* (Oz 11, 4), i każdego człowieka z osobna, kiedy mówi: *moja gołąbka* (Pnp 6, 9); *drogi jesteś w moich oczach, nabrałeś wartości i Ja cię miłuję* (Iz 43,4); *ukochałem cię odwieczną miłością* (Jr 31,3). Rekolektant przywołuje więc na pamięć tamte i inne przeżycia Bożej miłości, raz jeszcze nasycy się nimi, gdyż widzi *jaką miłością obdarzył nas Ojciec: zostaliśmy nazwani dziećmi Bożymi i rzeczywiście nimi jesteśmy* (1J 3,1). Dziękczynienie, którym rozpoczynamy rachunek sumienia, także przy spowiedzi generalnej, *otwiera nasze oczy i serca na dary, które z woli Bożej stały się naszym udziałem*<sup>37</sup>.

Drugim krokiem w rachunku sumienia, według metody św. Ignacego, jest *prośba o łaskę poznania grzechów i odrzucenia ich precz* (*CD* [43.2]). Penitent przypominając sobie Boże dobrodziejstwa, wszystko, co uczynił dla niego Bóg Stwórca i Zbawca, ile mu dał z tego, co ma, oraz jak ten sam miłujący Bóg chce mu dać siebie samego, na ile to możliwe, odpowiednio do swojego Boskiego rozporządzenia (por. *CD* [234]), dziękując Mu przez Jezusa i wraz Matką Najświętszą za otrzymane dobrodziejstwa, tym jaśniej może dostrzec popełnione do tej pory grzechy i ich obrzydliwość, i mieć tym większe pragnienie odrzucenia ich z całą stanowczością. Wie jednak, że *jego własne oczy [zbyt] mu schlebiają, by znaleźć swą winę i ją zniechęcić* (Ps 36,3), dlatego całym sercem chce prosić miłosiernego Boga Ojca w Duchu Świętym o łaskę poznania grzechów i porzucenia ich. Współczesny chrześcijanin, żyjący w świecie wielkich osiągnięć nauki i techniki, narażony jest na zagubienie *sacrum*, tajemnicy. Najczęściej nie przystępuje do Sakramentu pojednania głównie dlatego, że nie czuje się aż tak wielkim grzesznikiem<sup>38</sup>. Tym bardziej więc potrzebuje właściwego spojrzenia na Boga, na świat i na siebie, spojrzenia otwartych oczu i czystego serca. Bez oświecającej łaski Boga ten rodzaj spojrzenia jest niemożliwy, dlatego należy prosić o Boże światło.

Prośba o łaskę poznania grzechów i odrzucenia ich dotyczy nie tylko ilości popełnionych grzechów, ale przede wszystkim ich wewnętrznej obrzydliwości i śmiertelnych skutków dla człowieka. Penitent, w ramach rachunku sumienia, powinien zatem prosić o światło Ducha Świętego, aby mógł poznać z pomocą łaski Bożej wewnętrzną złośliwość i brzydotę popełnionych grzechów. Podczas odprawiania rekolekcji ignacjańskich pierwszego tygodnia służą temu rozmyślenia o grzechu (por. *CD* [45-61]), które mogą być bardzo pomocne przy odprawianiu rachunku sumienia także poza rekolekcjami.

Pierwsze rozmyślenie dotyczy grzechu Aniołów (por. *CD* [50]), grzechu pierwszych rodziców (por. *CD* [51]; Rdz 3,1-19) i grzechu jakiegokolwiek człowieka, na przykład Dawida (por. *CD* [52]; 2Sm 11,1-12,13). Celem tego rozmyślenia jest poznanie obrzydliwości grzechu poprzez rozważenie jego skutków. Św. Ignacy chce, aby rekolektant patrząc najpierw na grzech i jego śmiertelne skutki u innych, tym obiektywniej go ocenił i zdecydowanie odrzucił. Drugie rozmyślenie, dotyczące grzechów własnych (por. *CD* [55-61]), uświadamia rekolektantowi, że ta sama rzeczywistość grzechu, którą rozważał u innych jest obecna także w nim samym. Spontanicznie rodzi się w nim refleksja, że *jeżeli oni (np. aniołowie) za jeden grzech zostali*

<sup>34</sup> List św. Ignacego Loyoli z 18 marca 1542 roku do jego współbrata Szymona Rodriguesa; cyt. za: W. LAMBERT, *Słownik duchowości ignacjańskiej*, tł. O. Fendrych, Wydawnictwo WAM, Kraków 2001, 47.

<sup>35</sup> K. OSUCH, *Rachunek sumienia szczegółowy i ogólny. Jak codziennie ulepszać siebie, relacje z Bogiem i drugim człowiekiem*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2004, 32.

<sup>36</sup> Por. W. KRÓLIKOWSKI, *Zasada i Fundament Ćwiczeń duchowych św. Ignacego Loyoli*, „Studia Bobolanum” 3 (2004) 99-114.

<sup>37</sup> G. A. ASCHENBRENNER, *Codzienny rachunek sumienia*, w: G. A. ASCHENBRENNER – M. BEDNARZ – B. SCHLINK, *Wyznaje nieprawość moją. Rachunki sumienia*, tł. M. Kozuch, D. Plaskacz, WAM, Kraków 1992, 37.

<sup>38</sup> Poza tym dzisiejszy człowiek widzi, że wciąż na nowo popełnia te same grzechy i to go zniechęca; nie wie, co ma mówić na spowiedzi; nie czuje potrzeby spowiadania się; twierdzi, że spowiadanie się jest zbyt upokarzające i wtedy wyznaje swoje grzechy bezpośrednio Bogu, jak to czynią protestanci; konfesjonał staje się jakby krępujący, a księża wydają się zbyt zajęci innymi sprawami, by mieli słuchać spowiedzi; woli wspólne nabożeństwa pokutne, uważając, że Bóg nie wymaga aż tyle, by udzielić przebaczenia. Wobec takich i innych trudności prośba o łaskę poznania grzechów i porzucenia ich, przy okazji spowiedzi generalnej, wydaje się tym bardziej pożyteczna; por. P. DESCOUVEMONT, *Dlaczego mam się spowiadać?*, tł. S. Pyszka, K. Korzyk, WAM, Kraków 1990, 3-11.

strąceni do piekła, to ileż razy ja na nie zasłużyłem tyloma moimi grzechami? (ĆD [50]). Takie myśli prowadzą do zawstydzenia i zmieszania i do utożsamienia się z rycerzem, który miał stanąć przed swoim królem i jego dworem zawstydzony i skruszony, że ciężko obraził tego, od którego najpierw otrzymał wiele darów i nagród” (ĆD [74]). Rekolektant poznaje więc w świetle Słowa Bożego<sup>39</sup>, że jest grzesznikiem.

Trzecim krokiem w rachunku sumienia, według metody św. Ignacego, jest *domaganie się od duszy zdania sprawy z popełnionych grzechów, najpierw co do myśli, potem co do słów, a wreszcie co do uczynków*” (ĆD [43.3])<sup>40</sup>. Należy więc zbadać grzechy popełnione przeciwko przykazaniom Bożym, przykazaniom Kościelnym, przeciwko aktualnej nauce Kościoła, przeciwko obowiązkom stanu, w którym żyjemy, przeciwko natchnieniom Ducha Świętego itp. Jednym słowem należy zbadać grzechy popełnione przeciwko Bogu, bliźniemu i samemu sobie.

Metodologiczną pomocą w objęciu grzechów popełnionych w przeszłości może być sugestia św. Ignacego z rozmyślania o grzechach własnych, gdzie czytamy: *Przywieść sobie na pamięć wszystkie grzechy swego życia, badając je rok po roku lub okres po okresie. Do tego trzy rzeczy są pomocne. Najpierw zbadać miejsce i dom, gdzie mieszkałem; po drugie zbadać sposób przystawiania z drugimi; po trzecie, zajęcia [obowiązki i prace], wśród których żyłem (ĆD 56). Należy też ważyć ciężkość grzechów, patrząc na ich szpetność i na złość, jaką ma w sobie każdy popełniony grzech śmiertelny, choćby nawet nie był zakazany (ĆD [57])*<sup>41</sup>.

*Żal za grzechy*, to drugi, bardzo ważny, warunek Sakramentu pokuty i pojednania: *Spowiedź dąży do swojego celu za pomocą dwóch czynników, jednego Boskiego, a drugiego ludzkiego: Krwi Chrystusowej i łez naszego żalu*<sup>42</sup>. W Katechizmie Kościoła Katolickiego czytamy: *Wśród aktów penitenta żal za grzechy zajmuje pierwsze miejsce. Jest to ból duszy i zniechęcenie popełnionego grzechu z postanowieniem niegrzeszenia w przyszłości*<sup>43</sup>. Owocem przypomnienia sobie grzechów popełnionych w dotychczasowym życiu i głębokiego odczucia ich brzydoty i przewrotności jest szczerzy żal za uczynione zło. W kontekście żalu za grzechy św. Ignacy zachęca penitenta, aby rozważył kim jest, umniejszając się przez następujące porównania. *Po pierwsze – jakież ja jestem w porównaniu ze wszystkimi ludźmi? Po drugie – czymże są ludzie w porównaniu ze wszystkimi aniołami i świętymi w raju? Po trzecie – rozważyć, czym są wszystkie stworzenia w porównaniu z Bogiem? A ja sam – czymże być mogę? Po czwarte – rozważyć całe swe zepsucie i szpetność cielesną. Po piąte – spojrzeć na siebie jak na jakąś ranę i wrzód, z którego wypłynęło tyle grzechów, tyle niegodziwości i cały ten jad tak bardzo wstrętny (ĆD [58]). Dalej, św. Ignacy zachęca penitenta, aby rozważył, kim jest Bóg przeciw któremu popełnił grzech: *Rozważyć przymioty Jego Boskie i porównać z tym, co jest im przeciwne we mnie: Jego mądrość z moją niewiedzą; Jego wszechmoc z moją słabością; Jego sprawiedliwość z moją niegodziwością; Jego dobroć z moją złością (ĆD [59]).**

Penitent, widząc to wszystko, wydaje jakby okrzyk pełen zdumienia i wstrząsu, że nadal żyje. Św. Ignacy zachęca go, aby *przechodził w myśli wszystkie stworzenia [i dziwił się], jak one zezwoliły mi żyć, owszem, przy życiu mię zachowały. Jak aniołowie, choć są mieczem Bożej sprawiedliwości, znosili mię i strzegli i modlili się za mną? Jak święci mogli wstawiać się za mną i modlić się za mną? A niebo, słońce, księżyc i gwiazdy? A ziemia sama – jak to się stało, że nie otworzyła się i nie pochłonęła mię, tworząc nowe piekło, abym na wieki doznawał w nim katuszy? (ĆD [60]).* Penitent rozpoznaje w ten sposób swoją wielką grzeszność, a zarazem doświadcza nieskończonej Miłości Miłosiernej. Stwierdza bowiem, że pomimo tylu grzechów wciąż żyje i wie, że zawdzięcza swoje życie miłości Boga Ojca przez naszego Zbawiciela Jezusa Chrystusa (por. ĆD [61]). Pragnie zatem porzucić grzech i służyć Bogu z miłości, pragnie Go kochać z całego serca, ze wszystkich sił, każdą cząstką swojego bytu i w każdej chwili swojego życia.

*Mocne postanowienie poprawy. Postanowić poprawę przy Jego łasce (ĆD [43.5]).* Przypominanie sobie grzechów popełnionych w dotychczasowym życiu, odczuwanie wstrętu i obrzydliwości wobec każdego grzechu, przeżywanie dogłębnego zawstydzenia i szczerego żalu za wszystkie grzechy powinno być przeżywane w obecności nieskończonej miłosiernej Boga Ojca, który najpełniej objawił swoją miłość miłosierną w Jezusie Chrystusie ukrzyżowanym i zmartwychwstałym. Tylko w obecności Jezusa Miłosiernego, w świetle łaski Ducha Świętego penitent może właściwie ocenić grzech, z prawdziwym bólem

<sup>39</sup> Por. Rz 12-15; 1Kor 12-13; Ga 5; Ef 4-6.

<sup>40</sup> Gdy przypominamy sobie grzechy popełnione w myślach, należy wiedzieć, że *są we mnie trzy rodzaje myśli, a mianowicie jedna myśl moja, tj. powstająca z mojej tylko wolności i woli, dwie zaś inne przychodzą do mnie z zewnątrz, jedna od ducha dobrego, druga od ducha złego, ĆD [32].*

<sup>41</sup> Por. P. GERVAIS, *Justice et miséricord. La méditation sur les péchés personnels dans les Exercices Spirituels d’Ignace de Loyola*, „Nouvelle Revue Théologique” 106 (1984) 335-359; TENZE, *Péché-Pécheur. Réflexion théologique et spirituelle*, w: *Dictionnaire de Spiritualité. Ascétique et mystique*, XII/1, 815-853.

<sup>42</sup> *Spowiedź. Przygotowanie do Sakramentu Pokuty według metody św. Ignacego Loyoli i w duchu św. Franciszka Salezego*, Oficyna Wydawnicza VIATOR, Warszawa 2002, 84.

<sup>43</sup> KKK, 1451.

serca żałować za każdy z nich oraz mocno pragnąć, aby z pomocą łaski Bożej nie popełniać ich w przyszłości, używając w tym celu pewnych konkretnych środków.

Od strony metody tego aktu św. Ignacy zachęca rekolektanta, aby stanął przed Chrystusem wiszącym na krzyżu: *Wyobrażając sobie Chrystusa, Pana naszego, obecnego i wiszącego na krzyżu, rozmawiać z Nim, [pytając Go] jak to On, będąc Stwórcą, do tego doszedł, że stał się człowiekiem, a od życia wiecznego przeszedł do śmierci doczesnej i do konania za moje grzechy. Podobnie, patrząc na siebie, pytać się siebie: Com ja uczynił dla Chrystusa? Co czynię dla Chrystusa? Com powinien uczynić dla Chrystusa? I tak, widząc Go w takim stanie przybitego do krzyża, rozważyć to, co mi się wtedy nasunie* (ĆD [53]). Bardzo ważne jest też rozważenie różnych fragmentów Pisma Świętego, które ukazują niezmiernie miłosierdzia Boże i budzą w sercu grzesznika głęboką nadzieję, na przykład przypowieść o miłosiernym ojcu (zob. Łk 15,11-32)<sup>44</sup>.

Penitent, postanawiając poprawę powinien zwrócić uwagę na to, do jakiej przemiany wzywa go Pan Bóg. W podjęciu takiego, czy innego postanowienia nie powinien kierować się stopniem trudności jego realizacji, lecz jedynie najświętszą wolą Pana Boga. Z jednej strony dane postanowienie nie może być podejmowane niejako na wyrost, zbyt ambitnie kształtowane przez wyobrażenia, że Pan Bóg wszystko w nas zdziała, co tylko zechcemy. Z drugiej strony przyzwyczajenia, lęk przed porażką, czy brak zaufania w moc Bożej łaski nie mogą odciągać penitenta od podjęcia postanowienia. Postanowienia nie mogą być wciąż zmieniane, ale należy też uważać, czy nie są wciąż takie same, czy już do nich zbyt nie przyzwyczailiśmy się<sup>45</sup>.

*Wyznanie grzechów. Ojcie, zgrzeszyłem* (Łk 15,18). *Tylko przeciwko Tobie zgrzeszyłem i uczynilem, co złe jest w Twoich oczach* (Ps 51,6). *Jeśli wyznajemy nasze grzechy (...) Bóg odpuści nam grzechy* (1J 1,9). Wyznanie grzechów wobec kapłana stanowi istotną część sakramentu pokuty i pojednania. *Wyznanie grzechów (spowiedź), nawet tylko z ludzkiego punktu widzenia, wyzwala nas i ułatwia nasze pojednanie z innymi. 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*<sup>46</sup>. Penitent, wyznając grzechy z całego życia, czy z jakiegoś okresu, może posłużyć się tą samą metodą, jaką św. Ignacy proponuje w rozmyślaniu o grzechach własnych, czyli rozpocząć od przeszłości i przechodzić rok za rokiem, albo okres za okresem (por. ĆD [56]).

Przy wyznawaniu grzechów należy pamiętać o tym, aby było ono zawsze upokarzające, to znaczy, aby penitent wyznając grzechy nie próbował siebie wybielać, usprawiedliwiać, czy tłumaczyć. Powinien raczej uderzać w to, co go najwięcej kosztuje; zaznaczyć rys przewrotny popełnionych grzechów, który wolałby ukryć; pokreślić drobną upokarzającą okoliczność, która go zawstydza. *Tym bardziej zaś strzeżmy się, by nie utopić upokarzającego oskarżenia w powodzi oskarżeń bezbarwnych, by się nie starać ukryć tej winy przez wyrażanie uczuć pokory i żalu, które nas podnoszą; by jej nie osłaniać zręcznymi wymówkami, nade wszystko zaś nie powiększać jej widocznie, ażeby ujść w oczach spowiednika za duszę pokorną, nie zaś nędzną i grzeszną (...). Nie oskarżajmy się nigdy z tego, do czego się nie poczuwamy; nie przedstawiamy się też gorszymi, niż jesteśmy. To wielkie niebezpieczeństwo dla pychy wewnętrznej, która lubuje się widokiem dobrowolnie znoszonych upokorzeń. Wynika stąd wielka szkoda dla duszy, gdyż przez to spowiednik nie zna jej dobrze i nie może nią z pożytkiem pokierować*<sup>47</sup>.

*Zadośćuczynienie. Każdy grzech wyrządza krzywdę bliźniemu, dlatego należy uczynić wszystko, co możliwe, aby ją naprawić (na przykład oddać rzeczy ukradzione, przywrócić dobrą sławę temu, kto został oczerniony, wynagrodzić krzywdy). Wymaga tego zwyczajna sprawiedliwość. Ponadto grzech rani i osłabia samego grzesznika, a także jego relację z Bogiem i z drugim człowiekiem (...). Powinien zatem zrobić coś więcej, by naprawić swoje winy: powinien «zadośćuczynić» w odpowiedni sposób lub «odpokutować» za swoje grzechy*<sup>48</sup>.

Zadośćuczynienie, pomimo iż jest bodaj najważniejszym warunkiem Sakramentu pokuty i pojednania z punktu widzenia praktycznego, jednak wydaje się być wyraźnie zaniedbany i złagodzony w naszych czasach. Ograniczony został jedynie do wypełnienia pokuty zadanej przez spowiednika, a poza tym nie przychodzi nam na myśl zadawać sobie samym jakichś umartwień, jako dopełnienie zadośćuczynienia. Istotę

<sup>44</sup> Por. J. AUGUSTYN, *Ojciec wzruszył się głęboko*, Wydawnictwo WAM, Kraków 1999, 90-101. Pomocne mogą być też inne teksty biblijne: Ps 30,6; 51; 103,8-13; 130,8; Iz 1,18; 53,4nn; Jr 33,8; Ez 18,21-23; 33,11; Mi 7,18-19; Mt 9,1-8; 18,21-35; Łk 7,36-50; 15,1-10; 18,9-14; 19,1-10; J 8,1-11; 13,1-21; 15,1-14; Kol 2,13-14).

<sup>45</sup> Por. G. A. ASCHENBRENNER, *Codzienny rachunek sumienia*, w: G. A. ASCHENBRENNER – M. BEDNARZ – B. SCHLINK, *Wyznając nieprawość moją. Rachunki sumienia*, tł. M. Kozuch, D. Plaskacz, WAM, Kraków 1992, 47-49.

<sup>46</sup> KKK, 1455. Por. H. CALDELARI, *Przebaczenie źródłem życia. Dlaczego i jak się spowiadać*, tł. A. Królikowska, Wydawnictwo WAM, Kraków 1997, 11-27.

<sup>47</sup> *Spowiedź. Przygotowanie do Sakramentu Pokuty*, dz. cyt., 89.

<sup>48</sup> KKK, 1459.

zadośćuczynienia wyrażają trzy słowa, które wskazują też na jego metodę: wynagrodzenie, które odnosi się do stosunków z bliźnimi i ma swoje źródło w cnocie sprawiedliwości; odpokutowanie, które odnosi się do Boga, jest owocem cnoty pokuty i wypływa z miłości dziecięcej; oraz poprawa, która dotyczy naszego życia wewnętrznego, a która wymaga zarówno roztropności, jak i żarliwości. Aby naprawić swoje dotychczasowe życie, *trzeba najpierw przez wyrzeczenie oddalić od (duszy) niebezpieczne okoliczności, następnie otoczyć ją warunkami sprzyjającymi jej rozwojowi, dając jej roztropnie ułożony regulamin życia; trzeba też nauczyć się panować nad sobą i pracować nad swoim wyrobieniem*<sup>49</sup>. Ogromną pomocą do dobrego przeżywaniu Sakramentu pokuty i pojednania, w tym także zadośćuczynienia jest spowiednik, czy kierownik duchowy.

Spowiedź generalna jest niezwykle pomocą na drodze poznania, miłowania i naśladowania Jezusa Chrystusa. Odprawiana z całego życia, lub z jakiegoś dłuższego okresu, na przykład przy okazji podejmowania ważnych decyzji życiowych, czy odprawianych rekolekcji, ma ogromny wpływ na pogłębienie naszego życia duchowego, gdyż otwieramy się w niej jakby szerzej, bo z całym dotychczasowym życiem, na nieskończenie miłosiernego Boga Ojca, przyjmując w Jezusie Chrystusie, naszym Zbawicielu dary przebaczenia grzechów i uzdrowienia ran, które one zadają. Bardzo ważne jest jednak właściwe i jak najlepsze przygotowanie się do takiej spowiedzi. Wielką pomocą w przygotowaniu spowiedzi generalnej mogą być rekolekcje odprawione według metody *Ćwiczeń duchowych* św. Ignacego, zwłaszcza pierwszego tygodnia *Ćwiczeń*, które od ponad 450 lat są wychwalane przez wszystkich Papieży, za jakże piękne owoce duchowe dla całego Kościoła. Niech zatem osobiste odprawienie całych rekolekcji ignacjańskich będzie skuteczną pomocą także w posługiwaniu Sakramentem pokuty i pojednania, czy kierownictwem duchowym, aby tym owocniej *kochać i służyć we wszystkim Jego Boskiemu Majestatowi* (ĆD [233]).

---

<sup>49</sup> *Spowiedź. Przygotowanie do Sakramentu Pokuty*, dz. cyt., 99.