

Rachunek sumienia dla dorosłych



Cały rachunek sumienia można sprowadzić do dwóch pytań: czy staram się odkryć moje talenty, i czy wykorzystuję te dary i możliwości, które otrzymałem od Pana Boga? I nie chodzi tu o owoce, efekty, ale o moje zaangażowanie. A ponieważ każdy dostał od Pana Boga inne talenty, od każdego Pan Bóg wymaga według innej, indywidualnej miary. Poniższe pytania mają pomóc sprecyzować, w jakich sprawach nie robię wszystkiego, co mogę, i gdzie moje działania nie opierają się na miłości.

GRZECHY PRZECIWKO BOGU:

1. Brak zaufania w Jego miłość do mnie; brak zaufania - uważam, że sam sobie poradzę; narzekanie na życie; mówienie, podejmując działanie: "Panie Boże, a teraz ja sam pokażę Ci, jak jestem godny bycia Dzieckiem Bożym, udowodnię Ci, że jestem już dobry."
2. Pycha: wiara w swoją moc, a nie moc Boga;
3. Zamiedbywanie modlitwy;
4. Zarzucanie Boga mnóstwem słów: niedopuszczanie Go do głosu, koncentrowanie się na sobie; nie uwielbiam, nie dziękuję, a ciągle o coś proszę; instrumentalne traktowanie Pana Boga, czyli świadome popełnianie grzechu z tłumaczeniem: "Pójdę do spowiedzi i wszystko będzie w porządku."
5. Powątpiewanie w istnienie Boga: "dokarmianie" wątpliwości i

trwanie w nich; wyrzeczenie się Pana Boga; świadome nadużywanie Imienia Bożego oraz brak refleksji nad moim sposobem mówienia.

GRZECHY PRZECIWKO KOŚCIOŁOWI:

1. Brak zaangażowania w Kościół; przychodzenie na wspólną modlitwę, Eucharystię z przekonaniem, że jest tylko Bóg i ja; brak modlitwy za Kościół; krytyka Kościoła bez poczucia współodpowiedzialności; odrzucenie oficjalnego nauczania Kościoła (Katechizm Kościoła Katolickiego i nauczanie papieskie); odrzucenie prawdy, że pozostawanie w grzechu osłabia wspólnotę; odrzucenie (brak uczestnictwa, lekceważenie) sakramentów; wprowadzanie podziałów, niszczenie jedności; jestem wspólnotą z chrześcijanami tylko na modlitwie, Eucharystii; gdy wychodzę, jestem "normalnym" człowiekiem - inni mnie nie obchodzą, bo przecież życie toczy się dalej;
2. Niezachowanie postu (post jest wspólnym wyrazem solidarności z Męką Chrystusa);
3. Nieposzanowanie dnia świętego.

GRZECHY PRZECIWKO BLIŹNIEMU:

1. Wykluczanie Boga z koleżeństwa, przyjaźni, miłości; niepowierzenie tych relacji Panu Bogu; rezygnacja z pracy nad zauważaniem innych ludzi; mało modłę się za innych; brak dziękczynienia za dobro i niereagowanie na zło;
2. Budowanie relacji na kłamstwach: jestem egoistą, nie daję siebie, tylko swoją maskę;
3. Cudzołóstwo: zabicie osoby w drugim, zauważanie tylko ciała;
4. Pogarda: odmawianie godności drugiemu człowiekowi;
5. Obmowa: krytyczne mówienie o bliźnim, które nie przynosi mu korzyści;
6. Oszczerstwo: mówienie nieprawdy o drugim człowieku;
7. Zawiść: zazdrośczenie komuś tego, co posiada, życzenie mu, żeby tego nie miał i (czasami) podejmowanie kroków w tym kierunku;
8. Postawa nienawiści: pragnienie zła dla drugiego;
9. Zemsta: wymierzanie sprawiedliwości na własną rękę.

GRZECHY PRZECIWKO SOBIE:

1. Obojętność wobec Boga, lekceważenie Go (grzech przeciwko Bogu, ale jednocześnie przeciw sobie, ponieważ w ten sposób odcinam się od Źródła Życia, staję się duchowo martwy);
2. Egoizm i egocentryzm: patrzenie na świat przez pryzmat samego siebie;
3. Samouwielbienie: nieustanne śpiewanie hymnu na swoją cześć; życie

marzeniami, czyli zamykanie się w świecie własnych marzeń; brak zatrzymania, refleksji;

4. Życie z przyzwyczajenia: brak modlitwy; brak pytania samego siebie o zgodność z wolą Bożą (czyli prawdziwość i słuszność) własnych decyzji i o to jak wykorzystuję czas ze względu na podjęte decyzje i obowiązki;
5. Brak akceptacji samego siebie: trwanie w postawie buntu wobec Pana Boga, że jestem taki, jaki jestem, i że moje życie jest takie, jakie jest; dostrzeganie jedynie swoich wad i brak modlitwy o to, aby Duch Święty odsłonił to, co we mnie jest darem, dobrem; niepowierzenie Panu Bogu tego, co przeszkadza w rozwijaniu talentów i nierozwijanie ich;
6. Zazdrość: nie cieszę się z tego, co mam i zamykam się w sobie;
7. Człowiek to dusza i ciało: brak dbałości o rozwój swojego ciała, o zdrowie fizyczne (ciepłe ubranie, odpoczynek, brak walki z nałogiem);
8. Nieczystość w odniesieniu do różnych sfer mojego życia, np. myśli:
 - a. decyzja na trwanie w erotycznych obrazach;
 - b. pornografia: sprowadzanie świata i jego przeżywania do seksu;
 9. Nieczystość w relacji z drugim człowiekiem:
 - a. współżycie przed ślubem (gest będący znakiem jedności ciała i dusz dwojga ludzi, zostaje podjęty bez wyrażenia decyzji na tą jedność; z punktu widzenia wiary, taką decyzję wyrażamy wobec Boga i Kościoła w sakramencie małżeństwa);
 - b. wchodzenie w przestrzeń seksualną z drugą osobą (podejmowanie działań mających na celu zwiększenie podniecenia seksualnego i osiągnięcie spełnienia, jakim jest przeżycie orgazmu);
 10. Nieczystość w odniesieniu do samego siebie: samogwałt, czyli wykorzystanie popędu seksualnego, który został nam dany, aby wyrazić miłość do drugiej osoby i przekazywać życie, w innym celu - sprawienia przyjemności sobie.

Ze względu na delikatność tego problemu, dobrze byłoby znaleźć stałego spowiednika, z którym można by o tym porozmawiać. Katechizm Kościoła Katolickiego wypowiada się w ten sposób: "W celu sformułowania wyważonej oceny odpowiedzialności moralnej konkretnych osób i ukierunkowania działań duszpasterskich należy wziąć pod uwagę niedojrzałość uczuciową, nabyte nawyki, stany lękowe lub inne czynniki psychiczne czy społeczne, które zmniejszają, a nawet redukują do minimum winę moralną." (KKK nr 2352c).

