

BYĆ CZŁOWIEKIEM SUMIENIA.

INTERDYSCYPLINARNY NAMYSŁ NAD FENOMENEM SUMIENIA,

RED. R. CEGLAREK, M. SZTABA, CZĘSTOCHOWA 2015.

S. DR GRAŻYNA WERONIKA DRYL OSU

Katechetyczne wychowanie do codziennej praktyki rachunku sumienia

Formacja moralna jest podstawowym zadaniem katechezy realizowanym na wszystkich etapach procesu katechetycznego. Jej celem jest ukształtowanie w katechizowanych ewangelicznych postaw „nowego życia” w Chrystusie (por. Rz 6, 1-4; KKK 1697; DOK 85). Biorąc pod uwagę zróżnicowaną i wieloaspektową rzeczywistość katechezy, jest rzeczą niezbędną, by formacja moralna pogłębiała formację ludzką i była harmonijnie łączona z poznaniem wiary, formacją liturgiczną, wychowaniem do modlitwy, do życia wspólnotowego i do misji, zmierzając w ten sposób do realizacji nadrzędnego celu, jakim jest pełny rozwój wiary i zjednoczenie z Jezusem Chrystusem.

Wychowanie moralne polega przede wszystkim na wspieraniu katechizowanych w kształtowaniu ich sumienia tak, by w sposób wolny i odpowiedzialny zdolni byli odpowiadać na Boże wezwania. Winno otwierać katechizowanych na łaskę i miłosierdzie, kształtując w ten sposób postawę pokuty i pojednania oraz ukazywać związek między wolnością i prawdą (por. PDK 26). Wśród wielu środków formujących sumienie i prowadzących do nawrócenia serca *Katechizm Kościoła Katolickiego* wymienia codzienny rachunek sumienia (nr 1435). „Jest ważne, by każdy wszedł w siebie, ażeby usłyszeć głos swojego sumienia i za nim pójść. To poszukiwanie głębi wewnętrznej jest tym bardziej 1886 konieczne, że życie często sprawia, iż uchylamy się od wszelkiej refleksji, zastanowienia się lub wejścia w siebie” (KKK 1779).

Celem artykułu jest ukazanie możliwości formowania sumienia w katechezie poprzez wprowadzenie katechizowanych w codzienną praktykę rachunku sumienia według propozycji św. Ignacego Loyoli.

S. GRAŻYNA WERONIKA DRYL - urszulanka Unii Rzymskiej, wykładowca katechetyki Wyższym Seminarium Duchownym Franciszkanów w Krakowie, współpracuje z Ignacjańskim Centrum Formacji Duchowej w Gdyni.

1. Fenomen ludzkiego sumienia

Punktem wyjścia dla pedagogii sumienia jest rozumienie, czym sumienie jest lub czym być powinno, jaką pełni funkcję i z czego wynika konieczność jego kształtowania. Nie eliminując filozoficznych czy psychologicznych koncepcji sumienia¹, podstawą naszych rozważań jest nauka wynikająca z Bożego objawienia. Stworzony na obraz i podobieństwo Boga człowiek uczestniczy w świetle Bożej myśli i mądrości (KDK 15). Posiada zdolność odkrywania prawa, które Bóg umieścił w głębi jego serca i jednocześnie stosowania poznanych zasad w konkretnych sytuacjach życiowych. Sprawność tę nazywamy sumieniem.

Sumienie moralne jest osądem rozumu, przez który człowiek rozpoznaje i osądza wartość moralną konkretnego czynu, który zamierza dokonać, którego właśnie dokonuje, czy też którego dokonał (por. KKK 1778). Przyjęte przez św. Tomasza z Akwinu rozumienie sumienia wyróżnia w jego strukturze dwa elementy: habitualny (sumienie ogólne) i aktualny (sumienie szczegółowe). Sumienie ogólne jest wrodzoną, naturalną sprawnością intelektu, która pozwala przekonać się o tym, co jest słuszne i prawdziwe w konkretnej sytuacji, pobudza człowieka do dobra a odwodzi od czynienia zła. Jednak samo nastawienie człowieka na dobro i unikanie zła nie wystarczy. Potrzeba aktualizacji poznanych norm i zastosowania do konkretnych decyzji i działań. I tu ujawnia się sumienie szczegółowe, które zobowiązuje, wzywa do zrealizowania rozpoznanej normy, co jest możliwe, gdy odkryte prawo jawi się człowiekowi jako prawda i dobro czyli jest wartością².

Sumienie jest rzeczywistością dynamiczną; z jednej strony jest motorem ludzkiego działania, z drugiej źródłem odpowiedzialności moralnej za słowa, myśli i czyny. Pełni funkcję zarówno doradcy i przyjaciela, jak też pana i sędziego. Działanie sumienia uwidacznia się w przeżywanych emocjach. Gdy sumienie ocenia czyn jako dobry,

¹ Wyczerpujące opracowanie kwestii sumienia, jego rozumienie i sposób funkcjonowania z punktu widzenia różnych koncepcji psychologicznych. Zob. D. BUKSIK, *Zagadnienie sumienia*, [w:] *Podstawowe zagadnienia psychologii religii*, red. S. Głaz, Kraków 2006, s. 293-316.

² A. KOKOSZKA, *Teologia moralna fundamentalna*, Tarnów 1999, s. 129; J. ZATOROWSKI, *Sumienie wyjściowym pryncypium postępowania. Teoria sumienia tomizmu konsekwentnego*: http://katedra.uksw.edu.pl/001wydarzenia/2010/filozofia_mistyka/refertat_30_maja_2010.pdf (13.02.2015).

przeżywamy radość, pokój, poczucie zadowolenia. Czyn zły natomiast obciąża poczuciem winy, zawstydzenia, smutku. Jednakże uczucia nie stanowią o istocie sumienia, a jedynie ujawniają jego istnienie i działanie. Istotą sumienia jest osąd rozumu i wola.

Soborowa *Konstytucja duszpasterska o Kościele w świecie współczesnym* określa sumienie mianem „sanktuarium człowieka, gdzie przebywa on sam na sam z Bogiem, którego głos w jego wnętrzu rozbrzmiewa” (nr 16). Jest zatem miejscem, w którym człowiek, otwierając się na Boga, może przekroczyć samego siebie i wejść w dialog ze Stwórcą. Ten dialogiczny charakter sumienia wskazuje, że samo w sobie nie stanowi ono ostatecznej normy dla ludzkiego działania. Wymaga odniesienia do normy najwyższej, jaką jest osoba Boga i Jego prawo.

Potoczne określenie „głos sumienia” kieruje naszą uwagę na powinność słuchania i bycia posłusznym sumieniu, jako Bożemu głosowi. Wewnętrzny głos sumienia zawsze wzywa człowieka tam, gdzie potrzeba: do miłowania i czynienia dobra, a unikania zła. Rozbrzmiewa w sercu nakazem (KKK 1776), stąd sumienie, chociaż może błędzić, zawsze jest czymś wiążącym, co oznacza, że człowiek zawsze winien czynić to, co uważa za obiektywnie słuszne³.

Tak rozumiane sumienie należy do istotnych elementów ludzkiej natury, stanowi podstawę osobowości człowieka i jest motorem jego dążenia do doskonałości.

2. Potrzeba formacji sumienia i jej wyznaczniki

Sumienie, jako sprawność rozumu może być zagłuszone lub ulec zdeformowaniu, dlatego konieczne jest jego kształtowanie. Chociaż nie może być całkowicie zniszczone, to nie jest ono czymś gotowym i ostatecznym. Nie jest też władzą nieomylną; zależy od wiedzy moralnej, a ta - w sposób zawiniony lub niezawiniony - może być błędna. Aby sumienie mogło rzeczywiście pełnić funkcję przewodnika w życiu człowieka, musi być dobrze uformowane.

Stała formacja sumienia jest koniecznością i, jak przypomina *Katechizm Kościoła Katolickiego*, zadaniem całego życia (por. nr 1783), ponieważ nieustannie doświadczamy negatywnych wpływów i pokusy przyjęcia w życiu ocen innych niż ewangeliczne, wybierania raczej własnego zdania i odrzucania wszelkich autorytetów⁴.

³ Por. K. WOJTYŁA, *Elementarz etyczny*, Lublin 1999, s. 54.

⁴ Por. A. KOKOSZKA, *Teologia moralna fundamentalna...*, s. 129.

Mając na uwadze fakt, że podstawowym zagrożeniem sumienia jest, będąca skutkiem grzechu pierworodnego, agresywna siła egoizmu, który dochodzi do głosu znacznie wcześniej niż sumienie, wychowawcza praca nad sumieniem winna rozpocząć się już od najmłodszych lat - w rodzinie, szkole, w katechezie. Dokonuje się przez wprowadzenie dziecka w poznawanie i praktykowanie prawa moralnego, rozpoznawanego przez sumienie. „Roztropne wychowanie kształtuje cnoty, chroni lub uwalnia od strachu, egoizmu i pychy, fałszywego poczucia winy i dążeń do upodobania w sobie, zrodzonego z ludzkich słabości i błędów. Wychowanie sumienia zapewnia wolność i prowadzi do pokoju serca” (KKK 1784).

Formacja sumienia winna obejmować jednocześnie działania w sferze intelektu, woli i emocji. Kształcenie intelektu zmierza do poznania prawdy, nabywania wiedzy dotyczącej norm moralnych i umiejętności wyboru tego, co prawdziwe i dobre. W katechezie dokonuje się ono na wszystkich etapach rozwoju, między innymi przez realizację zadania, jakim jest rozwijanie poznania wiary. Chodzi o takie przyswojenie i zinternalizowanie treści, aby miały one zdolność interpretacji życia katechizowanych według Bożego zamysłu (por. PDK 24)⁵. Kształtowanie woli, która niejako odpowiada za wierność wartościom i za decyzję ich konkretyzacji w życiu, polega na uzdolnieniu jej do wyboru dobra, poznanego przez rozum. W procesie doskonalenia woli można wyróżnić trzy ważne etapy: pierwszym jest przejście z „muszę” do „ja chcę”, następny można opisać jako: „wybieram i czynię tylko dobro”, kolejny zaś polega na uzgodnieniu swojej woli z wolą Boga⁶. Natomiast kształcenie sfery emocjonalnej to uwrażliwianie jej na piękno, rozeznawanie uczuć, refleksja nad nimi i rozwój⁷. Katecheza wspiera ten rozwój poprzez tworzenie klimatu i doświadczenie miłości, wychowanie do modlitwy, doświadczenie wspólnoty i wprowadzenie do misji, rozumianej jako służba bliźniemu.

Działania wychowawcze w tym zakresie zawsze winny być dostosowane do katechizowanych. Właściwa pedagogia sumienia zakłada

⁵ Zob. W. IREK, *Interioryzacja wartości w kształtowaniu postaw religijnych*, „Studia Salvatoriana Polonica”, 2009, t. 3, s. 282-308.

⁶ E. STANIEK, *Praca nad charakterem*, Kraków 2003, s. 21-27.

⁷ Zob. J. AUGUSTYN, *Pojęcie „uczucia” należy do dziedzictwa chrześcijańskiego*, [w:] *Kierownictwo duchowe według św. Ignacego Loyoli*, red. W. Królikowski, Kraków 2013, s. 137-158; M. KOZUCH, *Dojrzewanie i integracja osoby*, „Zeszyty Formacji Duchowej”, 2008, nr 38, s. 21-41.

uwzględnienie etapu rozwojowego i rozeznanie, w jakiej fazie rozwoju moralności znajduje się katechizowany⁸. Należy uszanować naturalną dynamikę i mieć wzgląd na etapowość procesu wewnętrznego rozwoju. W początkowej fazie dochodzenia sumienia do głosu mamy do czynienia z osądzaniem wszystkiego po czynach, czyli słuchaniem pouczeń sumienia pouczynkowego. Następnie stopniowo dochodzi świadomość sumienia uczynkowego, działającego w trakcie czynu. I wreszcie, pod wpływem pracy nad sumieniem, jego prawość, pewność i wrażliwość sprawia, że osąd i decyzja dokonują się przed uczynkiem⁹.

Trzeba jednak wyraźnie stwierdzić, że wychowanie sumienia jest w głównej mierze samowychowaniem¹⁰ i takim powinno się stać w odpowiednim etapie życia, do czego też winna prowadzić katecheza. Podstawową normą dla formacji sumienia jest przykazanie miłości (PDK 26). Miłość jest też ostatecznym celem świadomie pojmowanego rozwoju osoby we wszystkich wymiarach jej życia: fizycznym, emocjonalnym, intelektualnym, moralnym i religijnym¹¹.

Dojrzałość sumienia przejawia się w tym, że jego osąd jest pewny, prawdziwy i delikatny. Droga do takiej dojrzałości wiedzie przez troskę o umiłowanie prawdy, dobra i wolności, starania o rozwój duchowy oraz zdobywanie mądrości¹². Światłem na drodze formacji sumienia jest słowo Boże. Przyjęte z wiarą, rozważane na modlitwie i konsekwentnie wprowadzane w życie (por. KKK 1785), staje się słowem łaski i zbawienia. Słowo nie tylko informuje, ale formuje, ma moc przemieniać serce tego, kto je słucha, usłwięca i zbawia¹³.

⁸ Z punktu widzenia psychologii J. Piaget, rozwój moralny człowieka przebiega od fazy moralności heteronomicznej - dyktowanej przez osoby znaczące i autorytety z najbliższego otoczenia do fazy moralności autonomicznej - dojrzałej, niezależnej od czynników zewnętrznych, gdy osoba przyjmuje normy moralne za własne. Niektóre opracowania wymieniają trzecią, poprzedzającą autonomię, fazę socjononii moralnej - gdy osoba nie przyjęła jeszcze norm moralnych za własne, ale opiera się na normach przyjętych przez grupę, z którą się identyfikuje. Zob. Z. MAREK, *Podstawy wychowania moralnego*, Kraków 2005, s. 66-74; S. OLEJNIK, *Teologia moralna, cz. 3. Wartościowanie moralne*, Warszawa 1988, s. 129.

⁹ E. STANIEK, *Dostrzec blask prawdy. Komentarz do encykliki „Veritatis splendor”*, Kraków, 1994, s. 44.

¹⁰ W. CHUDY, *Charakter jako wartość antropologiczno - etyczna*, [w:] *Wychować charakter*, red. A. Piątkowska, K. Stępień, Lublin 2005, s. 40.

¹¹ M. M. GAJDOWIE, *Jak współpracować z łaską?*, Szczecin 2012, s. 15.

¹² T. SIKORSKI, *Sumienie* [w:] *Słownik teologiczny*, red. A. Zuberbier, Katowice 1998, s. 557.

¹³ J. KUDASIEWICZ, *Słowo Boże - żywe i skuteczne*, „Kieleckie Studia Teologiczne”, 2008, t. 7, s. 77.

Formacja sumienia jest procesem długotrwałym i wielowymiarowym, korzysta ze środków naturalnych i nadprzyrodzonych. Dokonuje się zarówno poprzez świadome, planowe i zorganizowane działania wychowawczo-katechetyczne, jak też w zwyczajnych wydarzeniach codziennego życia. Wśród form doskonalących sumienie należy wymienić: właściwe wychowanie w rodzinie, zwłaszcza świadectwo życia chrześcijańskiego (zob. DOK 255), poznanie siebie i pracę nad charakterem, przyjmowanie upomnienia braterskiego, przebaczenie i pojednanie z ludźmi, życie sakramentalne, zwłaszcza systematyczną praktykę sakramentu pokuty i pojednania oraz Eucharystię, modlitwę osobistą i kierownictwo duchowe¹⁴. Obok regularnego korzystania z sakramentu pokuty, szczególnym i jednocześnie najprostszym sposobem kształtowania sumienia jest codzienny rachunek sumienia.

Zazwyczaj o rachunku sumienia myślimy jako o warunku koniecznym, a więc obowiązku przed planowanym przystąpieniem do spowiedzi. W formacji katechetycznej poświęcamy mu więcej uwagi w związku z przygotowaniem do pierwszej spowiedzi i Komunii św. dziecka i zdarza się, że w pamięci dorosłych pozostaje jako infantylna praktyka sięgania po tzw. książeczkę do nabożeństwa. Rachunek sumienia, będący przygotowaniem do spowiedzi, można przeprowadzić na wiele sposobów. Tradycyjnie „gotowy” rachunek sumienia zawiera pytania dotyczące przykazań Bożych i kościelnych, grzechów głównych czy też uczynków miłosierdzia. Innym kluczem do rachunku sumienia jest badanie swojej relacji - słów, czynów i zaniezań - wobec Boga, bliźniego i samego siebie. W przekonaniu wielu katechizowanych przeprowadzenie rachunku sumienia polega na tym, aby odpowiedzieć sobie „tak” lub „nie” na owe pytania, niejako „policzyć” własne grzechy i „rozliczyć się z Bogiem”. Takie rozumienie jednak utrwala formalizm i prawnicze podejście do grzechu, rodzi przyzwyczajenie do schematu, a w efekcie negatywne podejście do praktyki rachunku sumienia.

3. Istota rachunku sumienia według propozycji św. Ignacego Loyoli

Sięgając do etymologii, warto zauważyć, że łaciński wyraz oznaczający sumienie (*conscientia*), w tłumaczeniu na język polski oznacza

¹⁴ Zob. A. KOKOSZKA, *Teologia moralna fundamentalna...*, s. 134; E STANIEK, *W trosce o sumienie*, Kraków 1987, s. 10-12; J. WILK, *Pedagogika rodziny*, Lublin 2002, s. 139-140.

wspólną wiadomość, określoną wiedzę. Można zatem nazwać sumienie patrzeniem na rzeczywistość razem z Bogiem, niejako Jego oczami. Szeroko rozumiany rachunek sumienia będzie oznaczać taki dialog z Bogiem, który pozwoli najpierw widzieć siebie oczami Stwórcy, a następnie usuwać wszystko, co zaciemnia właściwe widzenie czynów, postaw i całej rzeczywistości. Jest to czas uzgadniania swego widzenia z widzeniem Boga, do czego wzywa apostoł Paweł: „Nie bierzcie więc wzoru z tego świata, lecz przemieniajcie się przez odnawianie umysłu, abyście umieli rozpoznać, jaka jest wola Boża: co jest dobre, co Bogu przyjemne i co doskonałe” (Rz 12, 2).

Szczególne bliskie tej intuicji jest rozumienie rachunku sumienia, jakie znajdujemy w życiu i duchowym doświadczeniu św. Ignacego Loyoli - mistrza chrześcijańskiej duchowości. Rachunek sumienia był dla niego szczególnym i świętym spotkaniem z Bogiem, które pozwalało dobrze przeżyć każdy dzień. Zachęcał, aby rachunek sumienia uczynić codzienną praktyką¹⁵, nie tylko obowiązkiem przed przystąpieniem do spowiedzi. Sam wiernie praktykował go kilka razy w ciągu dnia, czuwając nad każdym poruszeniem duszy i do końca życia nie pozwalał sobie, ani współbraciom, na opuszczenie tego duchowego ćwiczenia.¹⁶ Niewątpliwie swoim doświadczeniem pogłębił rozumienie stosowanej od dawna praktyki chrześcijańskiej i nadał jej wymiar uniwersalny¹⁷.

Powstaje zatem pytanie: Jak w formacji katechetycznej zaczerpnąć z doświadczenia i mądrości pozostawionej Kościołowi przez św. Ignacego? Odpowiedź jest tym ważniejsza, że jak zauważa G. A. Aschenbrenner, rachunek sumienia jest pierwszą praktyką, która znika z życia modlitwy człowieka wierzącego¹⁸. Jedną z przyczyn takiego stanu rzeczy jest niewłaściwe rozumienie istoty rachunku sumienia, a więc i znaczenia tej praktyki dla jakości naszego życia. Często przyczyną porzucenia rachunku sumienia jest zniechęcenie wobec braku natychmiastowych efektów w staraniach o głębszą relację z Bogiem, z samym sobą i otaczającą rzeczywistością. Dla innych, zwłaszcza młodych ludzi, sens ma tylko życie spontaniczne, w komforcie niczym nie ograniczonej wolności, więc głębsze wnikanie w siebie i mierzenie się

¹⁵ I. LOYOLA, *Ćwiczenia duchowe*, Poznań 2000, s. 40-41.

¹⁶ W. LAMBERT, *Najważniejszy kwadrans Ignacego*, Kraków 1992, s. 5.

¹⁷ K. OSUCH, *Modlitwa w szkole świętego Ignacego Loyoli*, Kraków 2001, s. 62; tenże, *Rachunek sumienia szczegółowy i ogólny*, Kraków 2005, s. 7.

¹⁸ G. A. ASCHENBRENNER, *Codzienny rachunek sumienia*, [w:] *Co zabrać ze sobą*, red. J. Augustyn, Kraków 2002, s. 97.

z nie zawsze przyjemną prawdą o sobie, jawi się jako ograniczenie owej spontaniczności i utrata dobrego samopoczucia. Jeszcze inni być może nigdy nie byli wprowadzeni w taką codzienną analizę dnia wobec Boga lub kojarzą ją tylko z przykrym „rachowaniem” grzechów.

Rachunek sumienia nie jest tylko zorientowaniem się, czy nasze czyny były dobre czy złe, rachowaniem się i próbą naprawienia - często własnym wysiłkiem - tego, co nie wyszło. Wprawdzie jest to jedna z funkcji tej praktyki, jednak nie ma ona wyjątku wyłącznie moralnego, jak sugerowałaby sama nazwa¹⁹. Przy tylko takim rozumieniu codzienny rachunek sumienia łatwo staje się dręceniem siebie, wchodzeniem w smutek i chore poczucie winy.

W duchowości św. Ignacego Loyoli rachunek sumienia jest przede wszystkim formą codziennej modlitwy i miejscem duchowego wzrostu. Jest to spotkanie z miłującym Bogiem mieszkającym w głębi serca i z sobą samym, właśnie w atmosferze tej Miłości. To czas słuchania swego serca i budowania osobistej relacji z Bogiem. Polega na odkrywaniu Boga obecnego i działającego w codziennych wydarzeniach życia i uświadomienia sobie naszej odpowiedzi na Jego miłość. Główną troską w czasie rachunku sumienia nie jest moralna ocena swoich czynów, ale rozeznawanie, poznanie, jak Bóg mnie kocha, jak dziś doświadczam Jego miłości, w jaki sposób porusza On moje serce. Jest to ponowne, razem z Bogiem odczytanie dnia, którego celem jest wyrażenie dziękczynienia i nadanie kierunku przyszłości. W dialogu z Bogiem, jaki podejmujemy w rachunku sumienia, uczymy się odczytywać oraz interpretować naszą codzienność w Bożym świetle. Obserwujemy poruszenia serca i rozeznajemy je - jeżeli są od Boga - pozwalamy, by przerodziły się w pragnienie i czyn. W ten sposób odpowiadamy na miłość Boga, na Jego wezwania, zachęty i pouczenia, które do nas kieruje. Owocem codziennego rozeznawania będzie coraz większe otwarcie całej osoby na Boga i coraz większa wrażliwość na Jego głos i działanie²⁰. Zatem, według św. Ignacego, istotą rachunku sumienia jest osobiste spotkanie z miłującym Bogiem, a nie tylko ze swoim myśleniem

¹⁹ Aby uniknąć negatywnych skojarzeń, jakie może nieść sama nazwa „rachunek sumienia”, często dla podkreślenia innych jego aspektów, np. zalecanego czasu trwania rachunku sumienia, w literaturze z zakresu duchowości ignacjańskiej używa się określeń: „kwadrans szczerości” lub „modlitwa miłującej uwagi”, „badanie sumienia”, „ponowne odczytania dnia”, „modlitwa odpowiedzialności”. Zob. J. AUGUSTYN, *Kwadrans szczerości*, Kraków 1992, s. 25-30.

²⁰ G. A. ASCHENBRENNER, *Codzienny rachunek sumienia...*, s. 98.

o sobie²¹. W centrum modlitwy rachunku sumienia ma być Bóg, a nie moje „ja”.

Jest rzeczą oczywistą, że wchodząc głębiej w siebie, odkrywamy też siłę działającego w nas egoizmu, siłę zła i pokusy, której jesteśmy poddawani i której ulegamy, popadając w grzech. Poznanie mechanizmów zła i naszego ulegania złu, pozwala świadomie przeciwstawiać się mu i, współdziałając z mocą łaski Bożej, wybierać miłość i życie w Bogu, a nie grzech, który prowadzi do śmierci. Refleksja podejmowana każdego dnia pozwala poznać, w jaki sposób ja odpowiadam (lub nie) na miłość Boga, zobaczyć nie tylko konkretny czyn, ale dotrzeć do jego korzeni po to, by zacząć autentyczną pracę nad sobą i zaangażować się całym sercem w budowanie relacji z Jezusem, Panem i Zbawicielem.

Z czasem serce nabiera takiej sprawności, pewności i jasności widzenia Bożych spraw, że szybko, bez lęku i z pewną łatwością podejmuje mądre decyzje. Podobnie jak posługiwanie się precyzyjnym kompasem czy nawigacją daje pewność drogi, tak życie z dobrze uformowanym sumieniem staje się prostsze i łatwiejsze. Pewność sumienia rodzi odwagę do podejmowania również trudnych wyzwań i owocuje głębszą radością życia chrześcijańskiego. Tak rozumiany rachunek sumienia zmierza wprost do realizacji głównego celu katechezy, jakim jest dojrzałość wiary, spotkanie z żywą osobą Jezusa Chrystusa, zażyłość z Nim i zjednoczenie w miłości (por. DOK 80).

Wprowadzenie katechizowanych, zwłaszcza młodzieży, w istotę i codzienną praktykę rachunku sumienia może być ważnym doświadczeniem dla całego życia wiary. Pozwala odkryć sercem, że moralność chrześcijańska nie jest sprawą poddania się (lub nie) zewnętrznym prawom i nakazom - nawet, gdy pochodzą one od Boga, ale prostą konsekwencją miłości, troski Boga o nasze życie, szczęście i zbawienie. W katechezie z reguły więcej uwagi poświęca się poznaniu i rozumieniu prawa moralnego - wykład Dekalogu, ośmiu błogosławieństw, rozumienie przykazań kościelnych. Rzadziej zaś spotykamy katechetów wprowadzających młodych w umiejętność duchowego rozeznawania, towarzyszących im w kształtowaniu wrażliwości i wyrabianiu pewności sumienia. Wydaje się, że jest to słaby punkt wychowania moralnego w katechezie. Tymczasem do nabrania pewności sumienia, zwłaszcza na etapie adolescencji potrzebny jest mistrz, człowiek o dużym auto-

²¹ K. OSUCH, *Modlitwa w szkole świętego Ignacego Loyoli...*, s. 60-63.

rytecie, sam wrażliwy na piękno, mądry i odważny w podejmowaniu decyzji²².

Warto więc zauważyć, że właściwe rozumienie codziennego rachunku sumienia winno najpierw być przedmiotem duchowej formacji katechetów.

4. Sposób odprawienia rachunku sumienia

Proponowany przez św. Ignacego rachunek sumienia jest dość prosty w swojej metodzie. Zawiera pięć podstawowych kroków, które stanowią całość i kolejno podejmowane, wyznaczają kierunek działania, nadając modlitwie dynamikę właściwą żywej relacji²³.

Dziękować za otrzymane dobrodziejstwa

Modlitewne spotkanie należy zacząć od uświadomienia sobie, w jaki sposób dziś objawiła się miłość Boga do nas, czym zostaliśmy obdarowani i dziękować za Jego dobrodziejstwa. W naszym doczesnym życiu zasadniczo poznajemy Boga za pośrednictwem tego, co dla nas czyni. Miłość Boga wyraża się w konkretach. Chodzi o to, aby zobaczyć jasno i wyraźnie każde dobro: to, które dziś stało się naszym udziałem lub które dziś sobie uświadomiliśmy: rzeczy wielkie i małe, wydarzenia, sytuacje, osoby, radości, ale też problemy i słabości, sytuacje trudne, nie są poza zasięgiem Bożej mądrości, ale których nie umiemy od razu zrozumieć. Otrzymany dar w sposób naturalny rodzi radość i wdzięczność. Uznać, że dobro nie jest wynikiem tylko moich starań, ani tym bardziej dziełem przypadku, ale że zostaliśmy obdarowani przez Boga i ludzi. Taka postawa sprawia, że dziękczynienie może wypłynąć niejako spontanicznie, z serca. Postawa dziękczynienia kieruje serce człowieka ku Bogu, Dawcy wszelkiego dobra i sprawia, że nawiązuje on ze Stwórcą i Panem osobową relację. Jest pierwszym krokiem do przyjęcia siebie samego, wyzbycia się egoizmu i pychy, zgorzknienia i niezadowolenia z tego, kim i jacy jesteśmy. Wdzięczność pozwala rewidować nasz dotychczasowy obraz Boga, doświadczyć Go jako dobrego, kochającego Ojca²⁴. Dopiero w świetle Bożej miłości możemy prosić o łaskę poznania swoich słabości i grzechów.

²² E. STANIEK, *Praca nad charakterem...*, s. 25.

²³ I. LOYOLA, *Ćwiczenia duchowe...*, s. 46-47.

²⁴ Zob. D. MICHALSKI, *Ignacjański rachunek sumienia i obraz Boga*, [w:] http://www.wzch.org.pl/radiowe/pdf/2008/080406kon02_rachunek_sumienia_i_obraz_Boga.pdf (20.03.2015).

Prosić o łaskę poznania grzechów i odrzucenia ich

Tym, który przekonuje nas o grzechu jest Duch Święty, Duch Prawdy, który prowadzi do całej prawdy (por. J 16, 7-13). Tylko dzięki Jego światłu możemy prawdziwie poznać siebie, spojrzeć na swoje słabości i grzechy z miłością i miłosierdziem, tak, jak patrzy na nie Bóg. Prawda, którą w ten sposób odkrywamy, prowadzi do wyzwolenia i duchowego wzrostu, a nie poniżania siebie, przygnębienia i obciążania patologicznym poczuciem winy²⁵. Prosić o łaskę, znaczy uświadomić sobie, że przeciw złu i sile grzechu nie wystarcza tylko siła naszej woli, ani nasze ludzkie działania, potrzebujemy, aby nasze zranione grzechem serce było poddane Jezusowi, jednemu Zbawicielowi. Czyniąc ten krok uczymy się trudnej sztuki: potępienia i odrzucania zła, bez potępienia i odrzucenia siebie samego oraz równie trudnej nauki zdecydowanego wybierania dobra.

Refleksyjne spojrzeć na wydarzenia dnia: myśli, słowa i czyny

To czas, kiedy przed Bogiem, niejako czyniąc Go świadkiem, zdajemy sobie sprawę z minionego dnia. Uświadamiamy znaczące wydarzenia, konkretne czyny, ale też myśli i słowa oraz towarzyszące im emocje, to, co wzbudziło nasz smutek, radość, niepokój czy złość. Czynimy to w świetle wiary i bez pośpiesznego oceniania według schematu: dobro - zło, ale w postawie słuchania Boga mieszkającego w głębi serca²⁶. Ważne jest uświadomienie sobie, z jakiego sposobu myślenia wynikają nasze reakcje i czyny. Prawdziwe nawrócenie bowiem rozpoczyna się od zdolności zakwestionowania dotychczasowego sposobu myślenia o Bogu, drugim człowieku, o sobie samym. Celem takiego badania siebie i ponownego odczytywania dnia jest wejście w serdeczny dialog z Bogiem i otwarcie się na nawrócenie. W tym miejscu pomocne bywają odpowiednie pytania, zwłaszcza dla początkujących w praktyce rachunku sumienia.

Prosić o przebaczenie win

Samo poznanie grzechu i własnej słabości jest ważnym, ale niewystarczającym krokiem na drodze wewnętrznej przemiany. Trzeba jeszcze poznać o sobie prawdę uczynić przedmiotem serdecznej modlitwy tj. uznać swój grzech, wzbudzić skrucę i żal serca, szczerze

²⁵ J. AUGUSTYN, *Kwadranas szczerości...*, s. 30.

²⁶ G. A. ASCHENBRENNER, *Codzienny rachunek sumienia...*, s. 104.

prosić o przebaczenie win, przeproszać za myśli, słowa i czyny, wszystkie sytuacje, w których na Miłość Boga nie odpowiadaliśmy miłością i powierzać siebie w ramiona Miłosiernego Ojca. Prosić o przebaczenie to uświadomić sobie, że również z naszymi słabościami i grzechami, nadal mamy miejsce w sercu Boga, pozwolić, aby On kochał nas takich, jakimi teraz jesteśmy. Ważne jest, aby w tym punkcie rozważań nie wejść w poczucie winy, które zwykle uruchamia się przy zamęcie emocjonalnym. Dlatego trzeba mocno podkreślić: Bóg oczekuje od nas żalu za grzechy, a nie poczucia winy²⁷.

Tutaj formacja sumienia uzyskuje swój pełny wymiar, ponieważ kiedy człowiek z wiarą uznaje swoją winę przed sobą w sumieniu i przed Bogiem, dobro, które jest w nim, ma niejako podwójną ochronę (por. Łk 15, 21).

Postanowić poprawę z pomocą Bożej łaski

Postanowienie poprawy opiera się na zaufaniu Bogu. Chodzi o to, aby spojrzeć w przyszłość z nadzieją. Im bardziej autentyczna jest nasza skrucha, tym bardziej otwieramy się na przemianę serca i pomoc Bożej łaski w realizacji podjętego postanowienia. Postanowienie winno być konkretnym, a nie ogólnym stwierdzeniem typu: *jutro będę lepszy*. Wystarczy jedno, ale dotyczące ważnej rzeczy, którą danego dnia jasno zobaczyliśmy i usłyszeliśmy zaproszenie Boga do nawrócenia.

Nie ma dokładnie określonego czasu, jaki należy poświęcić na poszczególne etapy. Może być tak, że jednego dnia któryś z punktów zajmie mniej, innym razem więcej czasu. Ważne, aby nie pomijać żadnego z nich, jeżeli rachunek sumienia ma być owocny dla dojrzewania w wierze i budowania relacji z Bogiem.

Powyższe kroki rachunku sumienia obrazują pięć postaw modlitewnych człowieka stojącego przed Bogiem z doświadczeniem grzechu i własnej słabości. Są to:

- wdzięczność za miłość Boga, Jego obecność i działanie w naszym życiu, za Jego dary;
- otwartość na działanie Ducha Świętego, Ducha Prawdy i Miłości;
- gotowość na poznanie i przyjęcie prawdy o swoim sercu: myślach, słowach i czynach;
- skrucha serca i żal za grzechy;
- gotowość do poprawy.

²⁷ S. MORGALLA, *Ignacjański rachunek sumienia*, [w:] <http://www.opoka.org.pl/biblioteka/T/TS/ignacjanski.html> (20.02.2015).

W formacji do praktyki tak rozumianego rachunku sumienia wskazane jest sięgać do biblijnych obrazów, które ukazują kolejne postawy i są źródłem dla osobistej modlitwy. Pomocne mogą być następujące teksty Pisma świętego:

- W każdym położeniu dziękujcie (1 Tes 5, 18);
- Ojciec z nieba da Ducha Świętego tym, którzy Go proszą (Łk 11, 13b);
- Poznacie prawdę, a prawda was wyzwoli (J 8, 32);
- Ojcze, ...przebacz nam nasze grzechy, bo i my przebaczymy każdemu, kto nam zawinił; i nie dopuść, byśmy ulegli pokusie (Łk 11, 4);
- Zapominając o tym, co za mną, a wyętzając siły ku temu, co przede mną (Flp 3, 13).

5. Pedagogiczno-dydaktyczne aspekty wychowania do praktyki rachunku sumienia

Codzienna praktyka rachunku sumienia kształtuje umiejętność rozeznawania dobra i zła, pozwala głębiej poznać motywacje własnego działania, pomaga uwalniać się od nieuporządkowanych przywiązań, uczy jak łączyć modlitwę z życiem, odczytywać wolę Bożą i ją wypełniać. W ten sposób pomaga dojrzale reagować na codzienne wydarzenia, dokonywać mądrych wyborów, przede wszystkim koncentrować swoje życie na Bogu i Jego miłości oraz powierzać Mu siebie.

Dynamika procesu i zasada wzrostu

Wdrażanie katechizowanych w praktykę tak rozumianego rachunku sumienia zależy od wielu czynników i wymaga świadomych działań katechety, przede wszystkim zaznajomienia z tą formą modlitwy, ukazania jej sensu i znaczenia dla rozwoju dojrzałej wiary.

Podstawowym czynnikiem różnicującym sposoby działania jest wiek oraz etap rozwoju religijnego katechizowanych, który nie zawsze w sposób oczywisty odpowiada wiekowi. Dlatego winien on być dobrze rozpoznany przez katechetę tak, aby dokonywał się rzeczywisty rozwój wiary, jako osobowej relacji z Bogiem, a nie tylko poszerzenie wiedzy religijnej, w tym wypadku dotyczącej rachunku sumienia. Przede wszystkim należy uwzględnić podstawową zasadę życia duchowego, jaką jest zasada wzrostu. Kierowanie się tą zasadą polega na zaczynaniu od miejsca, w którym aktualnie znajduje się katechizowany. Nie chodzi o to, aby w sztuczny sposób przyspieszać proces moralnego

rozwoju, ale pobudzić i wspierać naturalny rytm oraz tempo właściwe danej osobie, dostosowując rachunek sumienia do aktualnej sytuacji życia²⁸.

Zarówno młodsze jak starsze dzieci można z powodzeniem wprowadzać w poszczególne elementy rachunku sumienia, dostosowując przekaz do możliwości percepcyjnych adresata. Dorastających zaś i młodzież należy wprowadzać w całą metodę w sposób systemowy. Natomiast na każdym etapie wiekowym możemy mówić o kształtowaniu postaw, przygotowujących lub pogłębiających praktykę rachunku sumienia.

Szczególnie ważne i sprzyjające rozwojowi są dwa etapy życia: okres późnego dzieciństwa (10-13 r. ż.) i okres późnej adolescencji (15-19 r. ż.). W tym bowiem czasie dokonuje się przejście do wyższego stadium rozwoju moralnego: od heteronomii przez socjonomię do autonomii²⁹. Aby katechizowani mogli otworzyć się na nowe rozwiązania, należy umiejętnie dać odczuć niewystarczalność dotychczasowego sposobu rozumowania moralnego i motywacji podejmowanych działań. Następnie wspólnie poszukiwać nowej wiedzy i praktycznych rozwiązań, dając uczniom możliwość świadomego i aktywnego udziału w tym procesie³⁰.

Podstawową zasadą wprowadzania w praktykę rachunku sumienia winno być jednoczesne oddziaływanie na intelekt oraz prowadzenie do przeżycia, do osobistego doświadczenia.

Dopiero w egzystencjalnym i religijnym doświadczeniu dokonuje się interioryzacja przekazanych treści (wiedzy). Przekazana prawda, ponieważ rozpoznana jest przez rozum jako dobro dzięki osobistemu doświadczeniu, jawi się jako wartość³¹. Następnie wartość, ponieważ jest cenna i godna, aby o nią zabiegać, uruchamia wolę i angażuje uczu-

²⁸ G. A. ASCHENBRENNER, *Codzienny rachunek sumienia...*, s. 99-102.

²⁹ Por. R. MURAWSKI, *Rozwój i wychowanie moralne dzieci i młodzieży*, „Seminare”, 1979, t. 4, s. 68-71; R. CEGLAREK, *Formacja sumienia małego dziecka w rodzinie chrześcijańskiej*, [w:] *Prawne, administracyjne i etyczne aspekty wychowania w rodzinie*, red. S. Bębas, E. Jasiuk, t. 1, Radom 2011, s. 524.

³⁰ Zob. G. W. DRYL, *Katecheza miejscem formowania do wspólnoty*, [w:] *Powołani do komunii z Bogiem i człowiekiem*, red. A. E. Klich, Kraków 2011, s. 189.

³¹ W pedagogice przez wartość rozumie się w szczególności wszystko to, co uchodzi za ważne i cenne dla jednostki i społeczeństwa oraz jest godne pożądania, stanowiąc jednocześnie cel dążeń ludzkich. Często utożsamiane jest z samym dobrem; zatem pojęcie wartości identyfikuje się z przedmiotem oceny uznawanym za dobro samo w sobie. Por. M. NOWAK, *Podstawy pedagogiki otwartej*, Lublin, s. 393.

cia, pobudza całą osobę do działania i owocuje konkretnym czynem³². W ten sposób wiara przekłada się na życie. Niezmiernie ważna w tym procesie jest osoba katechety jako autorytetu i świadka prawdy.

Kształtowanie prawdziwego obrazu Boga

Na właściwe podejście do rachunku sumienia wielki wpływ ma obraz Boga, jaki został ukształtowany w katechizowanych. Zasadniczo utrwała się on w pierwszych latach życia, na co największy wpływ ma wychowanie w rodzinie. W kolejnych etapach życia zależy między innymi od wysiłku włożonego w pracę nad sobą i troski o rozwój religijny.

Zgodnie z założeniami formacji katechetycznej już na etapie przedszkola zadaniem katechety jest towarzyszyć dziecku w nabywaniu antropologicznych podstaw przyszłego autonomicznego życia wiarą (por. DOK 178). Odkrywanie piękna przyrody i świata, codzienne doświadczenia interpretowane w świetle wiary, zwłaszcza doświadczenie miłości ludzkiej, pozwala dziecku odkryć Boga jako Dawcę życia i świata, jako Boga dobrego, bliskiego, troszczącego się o człowieka i pełnego miłości. Mając taki obraz Boga, dziecko z radością nawiązuje z Nim osobową relację, która wyraża się najpierw w modlitewnym dialogu, zwłaszcza spontanicznym dziękczynieniu. Bywa, że obraz dobrego, kochającego Boga zostaje zagubiony w okresie silnej heteronomii moralnej, przypadającej na okres szkoły podstawowej. W katechezie mocniej akcentuje się wówczas poznanie prawa moralnego, choćby w związku z przygotowaniem do sakramentu pokuty i pojednania. Jeżeli grzech ukazywany jest jedynie jako przekroczenie przykazań Bożych, w myśleniu dziecka konsekwentnie wiąże się on z karą, a Bóg jawi się jako surowy Stróż porządku prawa i Sędzia sprawiedliwy. Taki jednostronny obraz Boga utrudnia stawanie przed Nim w rachunku sumienia, a mówienie o swoich słabościach może stać się udręką, budzić lęk i chęć ucieczki. Całe wychowanie moralne nie może być oderwane od fundamentu, jakim jest biblijne orędzie zbawcze, inaczej stanie się zbiorem praw i wymagań, w których gubi się osobowe odniesienie do Boga.

Programowe założenia, zawarte w *Podstawie Programowej Katechezy Kościoła Katolickiego w Polsce*, proponowane treści i umiejętności stosowane rozwiązania metodyczne, zakładając współpracę środowisk katechetycznych, dają wielką szansę kształtowania właściwego obrazu Boga, począwszy od katechezy dzieci w wieku przedszkolnym.

³² Por. S. WITEK, *Chrześcijańska wizja moralności*, Poznań 1982, s. 147.

W kolejnych zaś etapach, korygowania przejawów niedojrzałej religijności, zwłaszcza antropomorfizmu i magizmu oraz prowadzenia do coraz większej odpowiedzialności za własny rozwój.

Kształtowanie postawy wdzięczności

Dziękczynienie podejmowane w rachunku sumienia jest odpowiedzią na bogactwo otrzymanych darów. Jednak w skutek grzechu pierworodnego zdolność człowieka do zauważania dobra jest znacznie osłabiona, a kwestionowanie i niedowierzanie miłości Boga jest pierwszą pokusą złego ducha jakiej on ulega (por. Rdz 3, 1-7). Koncentrowanie się na brakach i swoich krzywdach, realnych lub urojonych, narzekanie, zauważanie raczej zła wokół siebie i w sobie, przychodzi łatwiej niż dostrzeganie dobra. Dlatego potrzeba troski i wysiłku wychowania, a następnie samowychowania, aby rozwijać i umacniać umiejętność dostrzegania Bożych darów. Wdzięczność jest postawą serca szlachetnego i wielkodusznego, rodzi się z pokornego uznania, że zależę od wielu ludzi, coś im zawdzięczam. Nie jest prostym wyrównaniem rachunków, ale skutkiem doświadczenia bezinteresownej miłości. Wraz z wiekiem rozszerza się krąg osób obejmowanych wdzięcznością, aż dochodzi do Boga, który jest początkiem wszystkiego³³.

Kształtowanie postawy wdzięczności dziś nie jest rzeczą łatwą. W wielu rodzinach codzienny chleb na stole, dach nad głową, praca i zdrowie, miłość bliskich osób traktowane są jako coś oczywistego, co się należy. Wzrastanie w takim klimacie utrudnia wchodzenie w relacje z ludźmi, służbę i zdolność kochania. Dlatego wychowanie do wdzięczności w katechezie nie może być prostym nawoływaniem: „podziękuj”, „bądź wdzięczny”. Należy pomóc katechizowanym najpierw dostrześć dobro w sobie i wokół siebie, uczyć akceptacji prostego faktu bycia obdarowanym przez Boga, począwszy od przyjęcia życia jako daru. Drugim ważnym aspektem jest pomóc zobaczyć dar jako znak miłości; poprzez wielkość daru dostrzec jak ważnym się jest w oczach Dawcy. Następnym krokiem jest uczenie wyrażania wdzięczności słowem, np. w modlitwie dziękczynienia i uwielbienia oraz okazywania wdzięczności na różne sposoby, zarówno wobec ludzi jak i wobec Boga. Zaczynając od tego, co bliskie katechizowanym: troska rodziców o ubranie i jedzenie, piękno przyrody, dobra ocena w szkole, spotkanie z przyjacielem, należy prowadzić ich do tego, co głębsze i uwrażliwiać na

³³ Por. M. BRAUN-GAŁKOWSKA, *Sprawy drobne*, Lublin 2002, s. 39-41.

duchowe dary: łaskę wiary, przebaczenie i pojednanie, czystość serca, zbawienie w Jezusie Chrystusie. W kształtowaniu postawy dziękczynienia ważne jest, by stwarzać okazje doświadczenia radości z bycia dzieckiem Boga, uczniem i przyjacielem Jezusa Chrystusa. Sprzyja temu klimat, w jakim prowadzona jest katecheza: szacunek, wzajemna pomoc, serdeczność, przeproszenie i miłość, doświadczenie wspólnoty.

Wobec skłonności do narzekania i roszczeniowej postawy prezentowanej zwłaszcza przez ludzi młodych, wobec zadufania, pychy i przesadnego liczenia tylko na własne siły, wdzięczność staje się drogą wyzwolenia z egoizmu, uzdalnia do wzajemnego przebaczenia, pozwala doświadczyć autentycznej radości wiary.

Wprowadzanie w ciszę i umiejętność słuchania

Podjęmowana w czasie rachunku sumienia refleksja nad własnym postępowaniem domaga się nie tylko poświęcenia na nią czasu, ale umiejętności skupienia, wyciszenia i słuchania sercem. Są to kolejne postawy pozwalające podjąć praktykę rachunku sumienia. Wtajemniczenie w ciszę jest jednym z najtrudniejszych zadań w formacji katechetycznej i najważniejszych w procesie wprowadzania w modlitwę. Wymaga wysiłku, odwagi bycia ze sobą i cierpliwości. Cisza to nie tylko brak dźwięku czy hałasu, ale przestrzeń, w której katechizowany uczy się odkrywać obecność Boga w swoim sercu i nawiązywać z Nim bliską relację. Wejście w ciszę pozwala poznać siebie samego, podjąć głębszy namysł nad swoim życiem, mieć kontakt z własnymi przeżyciami, rozumieć motywacje i dokonywać bardziej świadomych wyborów, a przede wszystkim poznać prawdę o sobie uczynić przedmiotem modlitwy i pracy nad sobą. W formacji katechetycznej najważniejsze jest obudzenie, zwłaszcza w młodych ludziach, fascynacji wewnętrznym światem i pasji kształtowania go, bowiem jest on nam zarówno dany, jak i zadany. Wprawdzie rachunek sumienia zawiera w sobie wiele elementów psychologicznej introspekcji, ale nie jest on samą introspekcją³⁴. W ciszy, która otwiera na rzeczywistość większą niż nasza psychika, to jest na obecność Boga, możliwa jest pełna integracja osoby, doświadczenie pokoju i pojednania ze sobą, poczucia spełnienia życia i szczęścia³⁵.

³⁴ Por. M. KOZUCH, *Chrześcijańska formacja indywidualna. Kolokwia wzrostu*, Kraków 2001, s. 54.

³⁵ O niewłaściwych a także pozytywnych sposobach radzenia sobie z niepokojem

Wyciszenie wprowadza w kontemplację, która jest rodzajem oczarowania pięknem Boga. Do takiej kontemplacji, zwłaszcza przy zastosowaniu obrazu czy muzyki, zdolne są już dzieci w wieku przedszkolnym. Jak wdzięczność doskonali wewnętrzny wzrok, tak cisza doskonali wewnętrzny słuch, przygotowuje do usłyszenia słowa, czyni wrażliwym na głos Boga. Cisza, jako znaczące, wewnętrzne doświadczenie, jest podstawową zasadą i jednocześnie metodą wychowania religijnego i jako taka, ma znaczny wpływ na jego skuteczność, ponieważ warunkuje proces interioryzacji treści³⁶. W katechezie szczególnie pomocne w tym względzie są metody liturgiczne i przeżyciowe jak: medytacja słowa Bożego, adoracja, kontemplacja obrazu, celebrowanie czy drama. Nadto w toku każdej jednostki lekcyjnej katecheta winien stwarzać możliwość interioryzacji poprzez świadomie podejmowane działania, np.: proponując chwilę ciszy czy muzyki, kontemplację obrazu, wykonanie stosownego gestu np.: wzniesienie rąk w czasie modlitwy czy działania, jak zapalenie świecy czy ucałowanie krzyża, które będzie zewnętrznym znakiem przyjęcia zbawczego orędzia gotowości życia zgodnie z poznaną prawdą.

Odkrycie wartości ciszy i stosowanie jej w procesie pedagogiczno - katechetycznym sprawia, że katecheza nie jest tylko mniej lub bardziej udaną lekcją, ale wydarzeniem zbawczym.

Wychowanie w prawdzie i do prawdy

Codzienny rachunek sumienia jest szkołą odważnego stawania w prawdzie wobec Boga, bliźniego i samego siebie. Umiejętność dostrzegania swoich stron pozytywnych jak też negatywnych jest owocem wychowania od samego początku w prawdzie i umiłowania prawdy. Właściwa reakcja dorosłych, zwłaszcza, gdy chodzi o stosowanie kary i nagrody, wobec niewłaściwych zachowań dzieci, nie zakłóci ich sumienia, ale rozbudzi stosowną do czynu świadomość winy³⁷. Tym, co najbardziej blokuje poznanie prawdy o sobie i otaczającej rzeczywistości jest lęk. Zatem podstawową w tej kwestii zasadą działania ka-

i wewnętrzną dezintegracją oraz możliwości i sposobach wspierania wychowanków w procesie integracji. Zob. A. E. GAŁA, *Jedność osoby w aspekcie psychologicznym*, [w:] *Powołani do komunii z Bogiem i człowiekiem...*, s. 135-156.

³⁶ T. E. OLEARCZYK, *Pedagogiczny aspekt ciszy - rola i znaczenie ciszy w procesie wychowania*, [w:] *Usłyszeć słowo Boże - żywe i ostrzejsze niż miecz*, red. A. E. Klich, Kraków 2008, s. 193.

³⁷ A. Solak, *Człowiek i jego wychowanie*, Tarnów 2001, s. 87.

techety-wychowawcy jest zasada ewangeliczna: czynić prawdę w miłości. Wychowanie w prawdzie domaga się kształtowania umiejętności brania odpowiedzialności za słowo i czyny oraz przyznawania się do winy, co jest możliwe jedynie w klimacie miłości. Jest to umiejętność niezwykle ważna dla owocności rachunku sumienia, a w konsekwencji sakramentu pokuty. Jak cały proces formacji katechetycznej, tak i wychowanie do umiłowania prawdy, dokonuje się w relacji osoby do osoby. Stąd świadectwo katechety, jego umiłowanie prawdy, wrażliwość i jednoznaczność w dokonywaniu oceny moralnej, radykalizm życia ewangelicznego pociąga i pobudza do twórczego działania, a także bezpośrednio przyczynia się do samowychowania.

Codziennosc szkolna niesie wiele okazji, aby uwrażliwiać na prawdę i konsekwentnie jej wymagać, bez utraty wzajemnego zaufania. Szczególnie ważnym w tym względzie jest okres młodości, charakteryzujący się naturalnym pragnieniem poszukiwania prawdy, wolności i miłości. Zaciemnienie prawdy o Bogu, człowieku, o życiu i świecie lub rezygnacja z jej poszukiwania rodzi relatywizm, który pozbawia, trwałego moralnego punktu odniesienia (por. DOK 23). Dlatego powinnością każdego katechety winna być troska, by w centrum każdej katechezy była Jedyna Prawda, do której będzie prowadził, osoba Jezusa Chrystusa i Jego nauka. Poznanie Chrystusa, Słowa Prawdy i zaufanie Mu dają wolność i uzdalnia do miłości. Głównym motorem rozwoju wrażliwości sumienia nie jest dążenie do doskonałości według osobistych przekonań, często z silną tendencją do samousprawiedliwienia, ale miłość, która rozwija się i dojrzewa w kontakcie z kochającym Bogiem³⁸, co uwidacznia się w przyjęciu zasad moralnych.

Samowychowanie

Wychowaniu od samego początku winno towarzyszyć samowychowanie, rozumiane jako świadome, odpowiedzialne i coraz bardziej samodzielnie podejmowane działania w drodze do pełni człowieczeństwa i świętości. W sposób szczególny należy w nie wdrażać w okresie dorastania i młodości. Podjęcie przez młodzież samodzielnego wysiłku wychowawczego potrzebuje wsparcia katechety, mianowicie działań ukierunkowanych na samopoznanie, samoocenę i samokontrolę. Sposoby wspomagania katechizowanych w tym procesie mogą być różne. Podstawą jest jasno ukazany cel, następnie przekazanie czy

³⁸ Por. E. STANIEK, *Potęga ludzkiego ducha*, Kraków 1994, s. 23-37.

też pogłębienie wiedzy, zwłaszcza dotyczącej takich kwestii jak: emocjonalność, potrzeby psychiczne i hierarchia wartości, charakter, osobowość, seksualność i oceny moralne, grzech, wolność, przebaczenie. Nie bez znaczenia jest stosowanie właściwych metod i motywowanie, np. zachęta do osobistego wysiłku lub konkretnego postanowienia na zakończenie katechezy³⁹. Jednak tym, co najskuteczniej oddziałuje na rozwój jest doświadczenie wyniesione z przeżytych sytuacji życiowych i wyprowadzone z nich wnioski. Dlatego katecheta winien stwarzać sytuacje pobudzające do samodzielnego myślenia, planowania i oceniania, np. przez dopuszczenie katechizowanych do współtworzenia katechezy czy prowadzenia zajęć. Wielkie możliwości oddziaływania, a zatem i formacji sumienia stwarzają rozmowy indywidualne⁴⁰ i różne formy towarzyszenia młodemu w drodze ich duchowego wzrostu oraz prowadzenie do korzystania z kierownictwa duchowego, o którym *Dyrektorium ogólne o katechizacji* mówi, że jest niezwykle użyteczną pomocą dla skutecznej katechezy (nr 185). Prowadzenie indywidualnej rozmowy wspomagającej rozwój wymaga od katechety odpowiednich predyspozycji i umiejętności, między innymi: aktywnego słuchania, ukierunkowania rozmowy na osobistą refleksję, a nie dawanie gotowych odpowiedzi, umiejętności interpretacji, empatii i emocjonalnego dystansu, delikatność i dyskrecja.

6. Zakończenie

W świetle powyższych rozważań należy stwierdzić, że wprowadzanie uczniów na różnych etapach katechezy w praktykę rachunku

³⁹ S. KULPACZYŃSKI, *Samowychowanie w katechezie szkolnej*, „Roczniki Teologiczne”, 2014, t. 61, z. 11, s. 47.

⁴⁰ W adhortacji apostołskiej *Vita consecrata* Jan Paweł II zwraca uwagę na szczególnie ważny środek formacji, jakim są rozmowy indywidualne. Mowa tu wprawdzie o formacji zakonnej, ale z powodzeniem można tę prawdę odnieść do wszelkich działań wychowawczych, mianowicie: „Formatorzy i formatorki muszą być osobami doświadczonymi w poszukiwaniu Boga, aby mogły także innym towarzyszyć na tej drodze. Uważnie śledząc działanie łaski, winni oni wskazywać przeszkody, także te mniej widoczne, ale nade wszystko odkrywać piękno naśladowania Chrystusa (...). Ze światłem mądrości duchowej winni łączyć wiedzę uzyskaną dzięki ludzkim metodom, które mogą być pomocne zarówno w rozeznawaniu powołań, jak też w formacji nowego człowieka autentycznie wolnego. Głównym narzędziem formacji jest rozmowa osobista, którą należy odbywać regularnie i często, widząc w niej praktykę o niezrównanej i wypróbowanej skuteczności” (nr 66).

sumienia stanowi istotną pomoc w formacji sumienia, wpisując się w ten sposób w realizację podstawowych celów katechezy. Pomaga osiągać dojrzałość ludzką i chrześcijańską, szczególnie odkrywać Boga i Jego obecność w codziennym życiu, kształtować własne życie według Ewangelii, będąc w bliskiej relacji z Bogiem i w świadomym kontakcie z sobą samym.

Jednak wobec wielorakich trudności, z jakimi boryka się dziś katecheza w szkole, wobec kryzysu rodziny, coraz słabiej rozumianego i przyjmowanego orędzia chrześcijańskiego, wobec wzrastających tendencji do odrzucania nauczania Kościoła, zwłaszcza w dziedzinie moralności, w wielu przypadkach ograniczanie się w przekazie treści i wymaganiach do minimum, wobec potrzeby w wielu wypadkach raczej ewangelizacji niż właściwej katechezy, może zrodzić się pytanie o realizm wprowadzania w katechezie w codzienną praktykę rachunku sumienia.

Niewątpliwie dostosowanie katechezy do adresata nie może zagrażać integralności treści zbawczego orędzia ani oznaczać obniżania wymagań życia moralnego (por. DOK 111-113). Katecheza winna mieć charakter formacji integralnej, nie może redukować się do prostego nauczania, ale prowadzić do prawdziwego nawrócenia (por. DOK 29). Doprowadzenie katechizowanych do takiego poziomu życia chrześcijańskiego, kiedy praktyka rachunku sumienia będzie potrzebą i pragnieniem serca, być może będzie dotyczyło jednostek, ale nie może być zaniechane. Oprócz uczniów wymagających specjalnej uwagi i troski katechety są uczniowie zdolni, zaangażowani w życie religijne, poszukujący „czegoś więcej” niż tylko „minimum wiedzy”. Często tacy pozostawieni są sami sobie; nie sprawiają trudności wychowawczych, więc katecheta nie poświęca im uwagi. Tymczasem młodzi są bardzo ciekawi swego wewnętrznego świata i praw nim rządzących; dlatego właśnie katecheta nie miałby być osobą, która pomoże otworzyć im drzwi do ich własnego serca? W wielu wypadkach wymaga to zmiany myślenia samych katechetów. Dopóki przyświeca nam myślenie, które każe umieszczać znajomość np. dat z historii Kościoła przed znajomością własnego serca, nie podejmiemy trudu.

Wpisanie całej działalności katechetycznej bardziej w perspektywę świętości niż w standardy szkolne wymaga odwagi. Tymczasem świętość nie dotyczy tylko wybranych, ale każdego chrześcijanina, gdyż każdy wezwany jest do pełni życia i doskonałej miłości. Sprzeczną

z tym byłaby „postawa człowieka pogodzonego z własną małością, zadowolającego się minimalistyczną etyką i powierzchowną religijnością (...). Dzisiaj trzeba na nowo z przekonaniem zalecać wszystkim dążenie do tej «wysokiej miary» zwyczajnego życia chrześcijańskiego” (NMI 31).

Zatem między ideałem a realizmem katechezy nie koniecznie musi być krytyka i narzekanie, ale rzetelna i systematyczna praca katechety i katechizowanych, zawsze w granicach rozeznaczonych możliwości.