

KWADRANS SZCZEROŚCI

JÓZEF AUGUSTYN SJ

KWADRANS SZCZEROŚCI

**WPROWADZENIE
DO MODLITWY
CODZIENNEGO
RACHUNKU SUMIENIA**

WYDAWNICTWO WAM

© Wydawnictwo WAM, 2017

Redakcja i korekta: Katarzyna Stokłosa
Projekt okładki: ChapterOne
Skład: Edycja

ISBN 978-83-277-0695-0

Wydanie drugie, poszerzone

NIHIL OBSTAT

Prowincja Polski Południowej Towarzystwa Jezusowego
Ks. Jakub Kołacz SJ, prowincjał
Kraków, 2 grudnia 2016 r., l.dz. 66/2016

WYDAWNICTWO WAM

ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków
tel. 12 62 93 200 • faks 12 42 95 003
e-mail: wam@wydawnictwowam.pl
www.wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY

tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 62 93 496
e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA

tel. 12 62 93 260

e.wydawnictwowam.pl

druk: Ekodruk – Kraków

Mojej Matce Annie

„Człowiek w życiu dużo może przeżyć, ale siły do tego przeżycia czerpie tylko z Boga. Żeby nie pomoc Boża, niemożliwe byłoby przeżycie tego wszystkiego. [...] Doszłam do tego, że Pan Jezus nas doświadcza dlatego, żebyśmy Go bardziej kochali i grzechami nie obrażali, i ja w tym przeżyciu bardziej poznałam Boga i Jego przykazania. To już na zawsze pozostanie w moim sercu i pamięci” (Anna Augustyn, *Listy Matki*).

WSTĘP

Nosimy w sobie głębokie nieraz pragnienie modlitwy, którego nie umiemy jednak wcielić w życie. Przeszkodą w tym nie jest brak czasu, który nierzadko marnujemy na różne, mało użyteczne zajęcia, ale przede wszystkim brak wewnętrznego uporządkowania i ładu. Być może nawet poświęcamy modlitwie dużo czasu i sił. Podejmujemy nieraz wielkie „przedsięwzięcia” duchowe: wielodniowe pielgrzymki, regularny udział w życiu jakiejś wspólnoty religijnej, uczestnictwo w różnych rekolekcjach, oddajemy się lekturze duchowej, a mimo to zdarza się, że nie zostają zaspokojone nasze duchowe pragnienia.

Nasza frustracja nierzadko pogłębia się, gdy zauważamy, że nasze codzienne zachowanie odbiega od ideałów, które nosimy w sobie. Łudzimy się, że rozpoczęcie życia duchowego winno natychmiast usunąć z naszej codzienności wszelkie słabości i wady, zwłaszcza te, których nie akceptujemy.

W miarę upływu czasu pod wpływem frustracji wygasa zapał i duchowy entuzjazm. Znikają gdzieś dawne duchowe fascynacje. Zdarza się też,

że rozczarowani sobą i małą owocnością prowadzonego do tej pory życia religijnego na powrót stajemy się „normalnymi”, „trzeźwymi” ludźmi, dla których zaczyna się liczyć przede wszystkim to, co da się dotknąć, zobaczyć, usłyszeć, co da się zmierzyć, obliczyć, zarobić. Na nasze przeszłe doświadczenia duchowe zaczynamy patrzeć już inaczej, jako na okres młodzieńczego idealizmu, który jednak musi przegrać w codziennej trosce o rodzinę, pracę, zdrowie czy tym bardziej w twardej walce o pieniądź lub sukces zawodowy.

Pomimo różnych życiowych zagubień, chaosu i moralnego nieuporządkowania pozostaje w nas jednak ukryta tęsknota za utraconymi nadziejami i głębokimi pragnieniami duchowymi. W głębi serca marzymy, jak pasący świnie syn marnotrawny, by powrócić do Boga i znów doświadczać Jego intymnej bliskości.

Być może w chwilach większej szczerości podejmujemy wysiłki, aby powrócić do doświadczeń przeszłości i wskrzesić na nowo „coś”, co już dawno umarło. Mamy wówczas wrażenie, że naprawdę niewiele brakuje, by powrócić do życia, odzyskać dawne duchowe pragnienia i religijną żarliwość.

I mamy rację. Trzeba nam jednak pamiętać, że nie staniemy się ludźmi żarliwej modlitwy i głębokiej duchowości dzięki jednorazowemu tylko wysiłkowi. Konieczna jest pewna duchowa stałość i wierność połączone z wewnętrzną uczciwością. Właśnie uczciwość jest fundamentalną zasadą życia duchowego. Najmniejsze oszukiwanie siebie, w jakiegokolwiek

sprawie i na jakiegokolwiek płaszczyźnie, wpływa destruktywnie na całe życie duchowe. Wszelkie półprawdy, małe kompromisy, połowiczna szczerość wobec siebie, ludzi i Boga oraz brak „nazywania rzeczy po imieniu” sprawiają, że nie możemy poczuć się wyzwoleni z życiowego chaosu, nieporządku i zagubienia, z pewnej życiowej „miałkości”.

Prawda was wyzwoli (J 8, 32). Pierwszą rzeczą jest więc szczere i otwarte dążenie do całej prawdy o Bogu działającym w naszym życiu i do całej prawdy o nas samych. Z pewnością przeżycie sakramentu pojednania mogłoby stać się doświadczeniem prawdy, która nas wyzwala. Jednak bardzo często odprawiamy go formalnie i z pośpiechem, skoncentrowani nie tyle na „Prawdzie”, ile raczej na legalnej „czystości”. Ale nawet gdyby nasze spowiedzi były odprawiane z wielkim duchowym wysiłkiem, szczerością i otwartością, to taka chwila szczerości raz na miesiąc, czy może nawet raz na kilka miesięcy, nie może odkładać naszej codzienności.

Życie duchowe wymaga szczerości każdego dnia, ponieważ zakłamanie każdego dnia zakrada się w nasz sposób myślenia, przeżywania, reagowania. Człowiek po grzechu pierwotnym jest istotą skłoną do głębokich zakłamań. Istnieje w nim „niesamowita ludzka skłonność do fałszerstw moralnych” (Karl Rahner SJ).

Obok regularnego korzystania z sakramentu pojednania szczególnym „miejscem szczerości”, miejscem szukania pełnej prawdy o miłości Boga i o nas

samych winna stać się codzienna modlitwa, zwłaszcza ta odmawiana wieczorem.

Święty Ignacy Loyola, wielki mistrz w nauczaniu metod modlitwy dostosowanych do duchowych potrzeb człowieka, proponuje nam w *Ćwiczeniach duchownych* ogromną pomoc w dążeniu do „codziennej” prawdy o nas samych przez „codzienny rachunek sumienia”. Ignacjański rachunek sumienia jest najpierw nie tyle „rozliczaniem się” z własnych słabości, ile raczej dialogiem człowieka z Bogiem o wzajemnej miłości: Boga do człowieka i człowieka do Boga. W codziennym rachunku sumienia odkrywamy najpierw bezwarunkową miłość Boga, a następnie – naszą odpowiedź.

Rachunek sumienia, na który św. Ignacy każe przeznaczyć codziennie kwadrans, moglibyśmy nazwać codziennym „kwadransiem szczerości”, kwadransiem szukania „Prawdy” o Bogu i „prawdy” o człowieku.

A oto tekst codziennego rachunku sumienia zaczerpnięty z *Ćwiczeń duchownych* św. Ignacego Loyoli. Poszczególne punkty staną się kanwą naszych rozważań.

„Sposób odprawiania rachunku ogólnego.

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 od godziny wstania aż do chwili obecnego rachunku.

Czynić to, przechodząc godzinę po godzinie lub jedną porę dnia po drugiej, najpierw co do myśli, potem co do słów, a wreszcie co do uczynków.

Punkt 4. Prosić Boga, Pana naszego, o przebaczenie win.

Punkt 5. Postanowić poprawę przy Jego łasce¹.

Kwadrans szczerości zawiera dwa wstępne rozważania dotyczące tego, co znaczy wziąć na serio nasze pragnienie modlitwy, a także istoty ogólnego rachunku sumienia. Po nich następuje pięć rozważań opartych na pięciu punktach ignacjańskiego rachunku sumienia. Na zakończenie każdego rozważania proponujemy praktyczne „ćwiczenia”, które mogą być traktowane jako wprowadzenie do codziennej przedłużonej modlitwy osobistej. Niektóre z nich są rozbudowane, stąd też będzie rzeczą pożyteczną w codziennym praktykowaniu rachunku sumienia podzielenie ich na kilka części, w zależności od „duchowego smaku” oraz od tego, jak ważny wydaje się Czytelnikowi temat proponowanych ćwiczeń. Do obecnego drugiego wydania *Kwadransa szczerości* na zakończenie został dołączony rachunek sumienia będący bezpośrednim przygotowaniem do spowiedzi. Jest bowiem rzeczą oczywistą, że codzienna szczerza „modlitwa miłującej uwagi” znajduje swoje zwieńczenie w sakramentalnym spotkaniu grzesznika z miłosiernym Ojcem.

¹ Św. Ignacy Loyola, *Ćwiczenia duchowne*, Kraków 2002, 43. Dalej: *Ćd.*

SPIS TREŚCI

WSTĘP	9
WZIAĆ NA SERIO NASZE PRAGNIENIE MODLITWY. . .	15
Oczyścić pragnienie modlitwy	16
Modlitwa wymaga czasu	18
Modlitwa domaga się walki	21
Ćwiczenie 1	23
Ćwiczenie 2	24
Ćwiczenie 3	25
ISTOTA CODZIENNEGO RACHUNKU SUMIENIA	27
Badanie sumienia, a nie rachowanie grzechów . .	27
Modlitwa odpowiedzialności	29
Modlitwa miłującej uwagi.	31
Ćwiczenie 1	35
Ćwiczenie 2	36
Ćwiczenie 3	37
PUNKT 1	
„DZIĘKOWAĆ BOGU, PANU NASZEMU, ZA OTRZYMANE DOBRODZIEJSTWA”	39
Dziękczynienie wyrazem radości życia	39
Pozory dziękczynienia	42
Ćwiczenie 1	45
Ćwiczenie 2	46
Ćwiczenie 3	46
Ćwiczenie 4	47
Ćwiczenie 5	48

PUNKT 2

„PROSIĆ O ŁASKĘ POZNANIA GRZECHÓW

I ODRZUCENIA ICH PRECZ”	51
Poznanie siebie wynikające z zaufania Bogu	51
Grzech jest tajemnicą.	53
Łaska poznania własnych grzechów	56
Ćwiczenie 1	59
Ćwiczenie 2	60

PUNKT 3

„ŻĄDAĆ OD DUSZY SWOJEJ ZDANIA SPRAWY”

Wielkie pragnienie miłości	61
Miłość i czas.	62
Rachunek sumienia z myśli, słów i uczynków	66
Ćwiczenie 1	69
Ćwiczenie 2	71
Ćwiczenie 3	72
Ćwiczenie 4	73
Ćwiczenie 5	73

PUNKT 4

„PROSIĆ BOGA, PANA NASZEGO,

O PRZEBACZENIE WIN”	75
Zaufać miłości Boga	76
Udzielić przebaczenia bliźnim	77
Prosić Boga o przebaczenie.	79
Prosić o przebaczenie bliźnich	81
Przebaczenie istotą wewnętrznego uzdrowienia.	82
Przebaczyć sobie	84
Ćwiczenie 1	86
Ćwiczenie 2	87
Ćwiczenie 3	88

Ćwiczenie 4	89
Ćwiczenie 5	91
Ćwiczenie 6	92

PUNKT 5

„POSTANOWIĆ POPRAWĘ PRZY JEGO ŁASCE”	95
„Zgrzeszyłem przeciwko Bogu”	95
Postanowienie poprawy	98
Ćwiczenie 1	101
Ćwiczenie 2	103
Ćwiczenie 3	104

KRÓTKIE PRZYGOTOWANIE

DO SAKRAMENTU POKUTY	105
Dziękczynienie	109
Przygotowanie do wyznawania słabości, niewierności i grzechów	111
1. Uczucia i pragnienia związane z naszą pychą	112
2. Uczucia niezadowolenia z siebie, przygnębienia, smutku i apatii	112
3. Uczucia niepokoju i lęku o siebie	113
4. Uczucia względem naszych bliźnich	113
5. Miłuj siebie samego	114
Powierzenie się z zaufaniem Bogu	115