

Ignacjański codzienny rachunek sumienia

Postawa: wyciszyć się, stanąć w obecności Bożej. Czas: ok. 15.min

I. DZIĘKOWAĆ - Dziękuję Panu, który jest tu ze mną, wyrażam wdzięczność za otrzymane dobro, nie zapominając, że za nim zawsze stoi On - Dawca. Powiniennem również zwrócić uwagę na błahе sprawy z wiarą, że to też jest Bożym obdarowaniem. Zobaczę w nich miłość Dawcy. Istnieje coś takiego, jak demony niewdzięczności zabijające już w zarodku naszą wdzięczność i przeszkadzający szczerze dziękować Bogu za Jego dary. Te demony, to duma, która sprawia, że wierzymy we własną samowystarczalność oraz łatwość, z jaką wszystko przyjmujemy jako należne nam, a nawet więcej – żądamy zaspokojenia naszych zachcianek.

Cenną pomocą w dostrzeganiu Bożych dobrodziejstw są pytania: Co dobrego mnie dziś spotkało? Kto był dla mnie dobry? Ile osób dziś dla mnie trudziło? A dla kogo ja stałem się dobrodziejstwem? Kto mnie do tego uzdolnił?

II. POPROSIĆ - Teraz ,zanim jeszcze zacznę przywoływać z pamięci obrazy minionego dnia, poproszę o łaskę poznania grzechów, tego, co było złe, w jakich okolicznościach i z jakich przyczyn, odwracałem się od Boga. Proszę o łaskę duchowego odczytywania mojego życia i łaskę odkrywania prawdy o nim. Poproszę również o łaskę poznania, co mnie powstrzymywało od pójścia za Jezusem, oraz o łaskę odrzucenia moich grzechów.

III. DZISIAJ - (Przeglądanie albumu) Nie należy wychwytywać tylko tego, co było złe, czy trudne. Przyglądam się wszystkiemu, także temu, co znajduje się na dalszym planie fotografii. Zobaczę to, na co nie odpowiedziałem Bogu. Kiedy odkrywam na zdjęciach różne szczegóły, wtedy też uświadamiam sobie, jak bardzo Bóg mnie kocha, że moje życie, które On dla mnie zaplanował, jest piękne i bogate. Pozwalam obrazom i chwilom przepływać w mojej pamięci. Nie oceniam niczego, ale też nie cofam się przed tym, co wywołuje chęć pominięcia. Św. Ignacy pisze o zdaniu sprawy *najpierw co do myśli, potem co do słów, a wreszcie co do uczynków*. Przy czym wyrażenie „myśli” należy rozumieć nie jako proces intelektualny, lecz jako ukryte lub jawne pragnienia i motywacje, ponieważ one powodują działanie. Pomocne niech będą pytania o top listę moich pragnień. Czego chcę? Co Jezus powiedziałby na to? Które z moich natchnień pochodziło od Boga? Jak na nie odpowiedziałem? Zastanowić się na czym spędzałem wolny czas, bo to świadczy o tym, w czym ulokowałem swoje serce. Za co dziś chciałbym Bogu podziękować?

IV. PRZEPRASZAM – nie tylko dlatego, że źle postąpiłem, lecz że nie wykorzystałem szansy, by Bogu odpowiedzieć na Jego obecność. Przede wszystkim proszę o przebaczenie Boga, o uwolnienie mnie od rujnujących mnie skutków grzechu. Psalmista mówi: *Jeżeli zachowasz pamięć o grzechach, Panie, Panie, kłóż się ostoi? Ps130*. Grzech, mój grzech, obraża nie tylko Boga, on rani również bliźnich. Zło, które się stało rozlewa się na innych, kumuluje się ze złem świata. Tego, co występne i niemoralne nie da się zamknąć w prywatnej przestrzeni sprawcy. Dlatego w tym punkcie proszę o wybaczenie również bliźnich, oraz przebaczam sobie za zło, które wyrządzone przez mnie, również mnie okaleczyło. Przyjmuję odpowiedzialność za swoje czyny, jednak aby nie ugrzęznąć w samooskarżeniach muszę pamiętać, że stoję przed Jezusem, który wziął na siebie wszystkie moje grzechy. Opowiadając Jezusowi o moich winach wobec Boga, ludzi i siebie, powiniennem zatrzymać się dłużej nad tym, co sprawia mi największy ból i zawstydzenie. Wierząc, że jestem Jego najukochańszym dzieckiem, z wiarą w Jego miłosierdzie poproszę Boga o wybaczenie. Wierność upadającego człowieka nie jest wiernością anioła, to wierność powracania. Trzeba powiedzieć sobie, jak syn marnotrawny: „zabiorę się i pójdę i powiem”, ponieważ to, jak zostanie potraktowany przez Ojca uleczy mnie.

V. JUTRO - Postanowić poprawę przy Jego łasce. Spojrzeć z nadzieją w przyszłość, to być realistą. Tu jest wiele przestrzeni dla mnie, ale muszę pamiętać, że zanim jeszcze zaistnieje, jest On. Bóg jest zawsze inicjatorem dialogu. Najpierw przychodzi Jego łaska, a nie mój pomysł poprawy samego siebie. Mój pomysł i Jego łaska muszą stanowić jedno, nie ma tu miejsca na moją kreatywność, lecz jest wezwanie na otwarcie się. Celem rachunku sumienia jest poznanie woli Boga i odkrycie schematów działania złego. Uczy mnie to realistycznego spojrzenia na moje życie, bo grzech nie obejmuje nigdy całości życia człowieka. Refleksja nad wnioskami wypływającymi z codziennego rachunku sumienia jest ciągłym nawracaniem się i stanowi punkt wyjścia do dnia następnego.

Rachunek sumienia kończymy jednoczącą modlitwą **Ojciec nasz**. W słowie „Ojciec” jesteśmy wszyscy, którzy się spotykamy, czasem nawet w niezwykle trudnych relacjach między nami.

Oby mi Bóg dał słowo odpowiednie do myśli, i myślenie godne tego, co mi dano Mdr 7,15