

KS. DARIUSZ BUŚSIK SDB

SAKRAMENT PRZEBACZENIA I POJEDNANIA: ROLA SPOWIEDNIKA I PENITENTA NA DRODZE KU DOJRZAŁOŚCI RELIGIJNEJ I OSOBOWOŚCIOWEJ

WPROWADZENIE

Sakrament pojednania jest indywidualnym spotkaniem oraz intymnym dialogiem człowieka-grzesznika z Bogiem jako Ojcem. W sakramencie tym przenikają się wzajemnie elementy transcendentalne (tj. łaska) z ludzkimi (tj. psychologiczne, pedagogiczne). Spowiednik w tym akcie staje się „świadkiem” wspomagającym to spotkanie. Dla penitenta spotkanie to jest trudne i bolesne, ponieważ ukazuje jego osobiste porażki, ujawniające się w każdym grzechu, ale też uobecnia to, co najpiękniejsze, czyli radosne przeżycie przebaczenia i pojednania. W spowiedzi grzesznik odślania swoją ludzką słabość i ułomność. Grzechy są wyrazem życiowego niepowodzenia, upadku i ucieczki. Nie jest łatwo ukazywać przed drugim człowiekiem negatywne strony własnego życia, ale dopiero to otwarcie prowadzi do wewnętrznego spokoju i radości życia.

Sakrament pojednania, jako droga do dojrzałego rozwoju siebie oraz wiara w przebaczącą rolę Boga-Ojca, przechodzi w powszechnym przekonaniu jakiś kryzys. Współczesny człowiek zadaje sobie pytania, po co się spowiadać i w czym pomaga sakrament pojednania. Jaki sens ma wyznawanie ciągle tych samych grzechów, oskarżanie siebie, a często i innych, jeśli jest się przekonany, że w najbliższym czasie może zdarzyć się okazja do ich kolejnego popełnienia? Dlaczego spowiedź przynosi tyle bólu i wewnętrznych lęków?¹

Niniejsze opracowanie ukazuje sakrament pojednania w wymiarze teologicznym, psychologicznym oraz pedagogicznym. Prezentuje rolę i kompetencje spowiednika oraz trudności, które mogą pojawić się ze strony penitenta w całym

¹ Zob. Barry, W.A., Connolly, W.J. (1992). *Kierownictwo duchowe w praktyce*. Kraków: Wyd. MAM; Szentmartoni, M. (1995). *Psychologia pastoralna*. Kraków: Wyd. WAM; Rostworowski, P. (1997). *Kierownictwo duchowe*. Kraków: Wyd. Benedyktynów; Squarise, C. (2005). *Istota spowiedzi*, w: Augustyn, J., Cyran, S. (red.). *Sztuka spowiadania*. Kraków: Wyd. WAM, s. 73–84.

procesie pojednania. Artykuł sygnalizuje, że sakrament przebaczenia i pojednania może i powinien stać się drogą do dojrzałego przeżywania religijności i budowania dojrzałości osobowej.

1. SAKRAMENT PRZEBACZENIA I POJEDNANIA

Podejmując zagadnienie sakramentu pojednania, z całą pewnością musimy wyakcentować w nim wymiar teologiczny jako indywidualne spotkanie z Bogiem-Ojcem oraz wymiar psychologiczny, czy też pedagogiczny. Każdy z tych wymiarów jest istotny, gdyż każdy człowiek jako istota psychiczno-duchowa ma za zadanie wzrastać do pełni swego istnienia zarówno w sferze biologicznej i psychicznej, jak i duchowej.

A. Wymiar teologiczny sakramentu pojednania

Pokuta i pojednanie należą do istotnych zagadnień Kościoła katolickiego. Sakrament pokuty jest przekonaniem Kościoła, że Bóg w Jezusie Chrystusie pojednał grzeszną ludzkość ze sobą i to dzieło pojednania trwa i przedłuża się przez posługę Kościoła. Sam Jezus swoją publiczną działalność rozpoczął od wezwania do nawrócenia „Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię” (Mk 1, 15), a w licznych przypowieściach nauczał, że Bóg jest miłosierny i przebacza człowiekowi jego grzechy. Sakrament pojednania w nauczaniu Kościoła jest ukazany na tle dziejów zbawienia. Pojednanie grzesznego człowieka z Bogiem jest centralnym wydarzeniem w historii zbawienia.

Sakrament pojednania i pokuty jest dziełem Boga, który łączy ludzi między sobą i z Nim samym przez pośrednictwo Jezusa Chrystusa. Tę posługę pojednania zlecił Chrystus Kościołowi: „Wszystko zaś pochodzi od Boga, który pojednał nas ze sobą przez Chrystusa [...]. W Chrystusie Bóg pojednał świat ze sobą, nie poczytując ludziom ich grzechów, nam zaś przekazując naukę jednania” (2 Kor 5, 18–19). Wyrażenie pojednanie sugeruje istotę sakramentu przebaczenia grzechów, które jest darem miłosiernego Boga dla upadłego po chrzcie człowieka. Nazwa „pokuta” nawiązuje do czynów penitenta, które są nieodzowne, aby nastąpiło pojednanie z Bogiem i Kościołem. W Kościele podkreśla się pojednanie z Bogiem jako przywrócenie relacji z miłosiernym Ojcem oraz z Kościołem, czyli wspólnotą osób wierzących. Aby do tego doszło, potrzeba ze strony penitenta wiary w obecność łaski Bożej, która może przemienić wewnętrznie i umocnić człowieka do głębszego budowania więzi z Bogiem i z drugim człowiekiem. W tak rozumianym przebaczeniu i pojednaniu nie ma miejsca na wymiar psycholo-

giczny, społeczny, czy też tak dzisiaj narzucane spojrzenie „relatywnie indywidualistyczne” jako wydarzenia pomiędzy penitentem a spowiednikiem².

W teologicznym rozumieniu w sakramencie pojednania fundamentalnym elementem jest „grzech”. Grzech jest pojęciem religijnym, ponieważ u podstaw tego pojęcia leży relacja człowieka do Boga Stwórcy. Bez świadomości grzechu i jego zrozumienia trudno zrozumieć prawdę wiary. We współczesnym świecie jest małe zrozumienie grzechu, a nawet tworzy się atmosferę, w której ludzie mają nikłe poczucie grzechu. A zatem niewielką możliwość zrozumienia elementu transcendentalnego w sakramencie pojednania. Duży wpływ na to ma psychologia, której udało się nakłonić człowieka do tego, że powinien siebie akceptować. Nawet w rzeczywistości, kiedy nie jest z siebie zadowolony, to powinno być inaczej. Natomiast nawet wtedy, kiedy ludzie czują się winni, są przekonani, że to tylko jakieś neurotyczne poczucie winy: coś, co wymaga nie pokuty, przemiany, odcięcia się od tego, lecz wyjaśnienia³.

Takie spojrzenie wydaje się niebezpieczne dla człowieka, gdyż to nie pozwala mu rozwijać się, a jedynie zamyka lub oddala na później problemy, które męczą go wymiarze psychicznym. Wielu chce też widzieć w grzechu jedynie zjawisko społeczne, kiedy penitent usprawiedliwia się okolicznościami współczesnego życia albo że danym czynem nie szkodzi się drugiej osobie, czy też grupie społecznej. Takie ujmowanie kwestii grzechu świadczy, że człowiek przeżywa go jedynie bardzo powierzchownie bez odnajdywania jego głębi.

Innym elementem istotnym do sakramentu pojednania, a wykraczającym poza rozumienie psychologiczne, jest pojęcie „łaski”. Łaska jest rzeczywistością nadprzyrodzoną, pozaempiryczną i dlatego niedostępną do badań stosowanych w psychologii. Na temat łaski wymownie pisze Peck Scott: „Nie możemy jej dotknąć. Nie mamy sposobu, żeby ją zmierzyć. Jednak ona istnieje, jest realna”⁴. Łaska jest to wewnętrzny stan w człowieku przeciwstawny stanowi grzechu. Jest to dar Bożej rzeczywistości, dar Boga zniżającego się do człowieka. To rzeczywistość, przez którą człowiek dotyka świata nadprzyrodzonego⁵. W sakramencie przebaczenia i pojednania trzeba nieustannie przypominać sobie, że jest to spotkanie z przebaczącym Bogiem, który napelnienia swoją łaską i darem oczyszczenia z grzechów.

² Zob. Piegsa, J. (2002). *Człowiek – istota moralna. Teologia moralna fundamentalna*. Tom I. Opole: Wyd. Uniwersytetu Opolskiego; Płatek, J.S. (2001). *Sprawowanie sakramentu pokuty i pojednania*. Częstochowa: Wyd. Paulinianum; Olejnik, S. (1999). *Teologia moralna życia osobistego*. Włocławek: Wyd. Włocławskie Wydawnictwo Diecezjalne.

³ Zob. Kilpatrick, W.K. (1997). *Psychologiczne uwiedzenie*. Poznań: Wyd. „W drodze”.

⁴ Peck, S. (1994). *Bezlitosna łaska*. (s. 264). Warszawa: Wyd. SIAK.

⁵ Zob. Misiniec, S. (1998). *Dar nawrócenia*. Kraków: Wyd. św. Stanisława BM; Wolicki, M. (2006). *Psychologiczna interpretacja form życia religijnego. Doświadczenie Łaski*, w: Głaz, S. (red.). *Podstawowe zagadnienia psychologii religii*. Kraków: Wyd. WAM.

B. Wymiar psychologiczny sakramentu pojednania

Z psychologicznego punktu widzenia sakrament pojednania można określić jako uznanie własnej odpowiedzialności. Osoba (penitent), analizując swoje czyny, uświadamia sobie popełnione błędy i słabości i stara się wziąć za nie odpowiedzialność. Przystępując do psychologicznej analizy sakramentu pojednania (spowiedzi), lub też jakiegokolwiek innej rzeczywistości religijnej, psycholog staje przed dwojakim ryzykiem związanym z niewłaściwą interpretacją tego zjawiska. Pierwsze polega na założeniu, że wszystkie zjawiska religijne można po prostu sprowadzić do zjawisk psychologicznych. W przypadku spowiedzi będzie to przekonanie, że jest to metoda uwolnienia się od poczucia winy. Przejawia się to w rozumowaniu, że osoby niewierzące idą do psychologa, a wierzące do spowiednika. W takim rozumieniu może zrodzić się przekonanie, że nie ma różnicy między tymi zjawiskami. Jest to uproszczone i nieuprawnione myślenie. Drugim rodzajem niebezpieczeństwa jest przyjęcie, że spowiedź jest zjawiskiem transcendentnym i dlatego nie ma nic wspólnego z psychologią, a psychologowie nie powinni dokonywać analizy tego zjawiska. Należy zaznaczyć i zgodzić się z twierdzeniem, że spowiedź rzeczywiście zawiera element transcendentny, wymykający się wszelkim analizom psychologicznym, przykładowo jest nim rozgrzeszenie sakramentalne. Natomiast należy również przyjąć, że wiele elementów spowiedzi, jak: rachunek sumienia, uświadomienie sobie grzechów i ich wyznanie, żal za grzechy, oskarżanie siebie, powstałe poczucie winy w człowieku przychodzącym do sakramentu, autentyczne postanowienie o zmianie postępowania, może być przedmiotem analizy psychologicznej⁶.

Na rolę i znaczenie psychologii w budowaniu dojrzałej osobowości poprzez sakrament pojednania wskazał Jan Paweł II w przemówieniu do Penitencjarni Apostolskiej: *Sakrament pokuty nie jest i nie powinien stać się techniką psychoanalityczną czy psychoterapeutyczną. Tym niemniej, dobre przygotowanie psychologiczne i znajomość nauk o człowieku w ogóle z pewnością ułatwią spowiednikowi poznanie tajników sumienia oraz dokonywanie rozróżnień, – co nie zawsze jest łatwe – między czynami prawdziwie <ludzkimi>, (czyli takimi, za które ponosi się odpowiedzialność moralną) a czynami <człowieka>. Te ostatnie bywają uwarunkowane mechanizmami psychologicznymi (patologicznymi lub powstałymi wskutek zadawnionych przyzwyczajeń), które zwalniają z odpowiedzialności albo ją ograniczają. Sami penitenci często nie uświadamiają sobie różnic dzielących te dwie sytuacje wewnętrzne*⁷.

Sakrament pojednania jako wyznanie grzechów i win ma istotne znaczenie w rozwoju religijnym, duchowym i psychicznym człowieka. Psychologiczne spojrzenie na ten sakrament pozwala odkryć źródła i mechanizmy wewnętrznej prze-

⁶ Por. Szentmarioni, M. (1995). *Psychologia pastoralna*. Kraków: Wyd. WAM.

⁷ Jan Paweł II. (1993). „L'Osservatore Romano”, wyd. polskie, nr 5–6 (153), s. 44.

miany człowieka prowadzące do budowania dojrzałej religijności i osobowości. Przebaczenie i pojednanie jest pewnego rodzaju szansą rozwoju, szansą kształtowania swojej osobowości, drogą prowadzącą do równowagi psychicznej. Równowaga psychiczna jest bardzo delikatną i kruchą materią. Nikt z nas nie może powiedzieć ze stuprocentową pewnością: „mnie zaburzenia zdrowia psychicznego, utrata równowagi psychicznej nigdy dotyczyć nie będą”. Nie znamy własnej przyszłości, na wiele spraw po prostu nie mamy wpływu, a nawet jeśli mamy, to jest on często bardzo ograniczony przez warunki zewnętrzne oraz nasze możliwości. Aby jednak zwiększyć własne szanse na długotrwałe, oparte na solidnych podstawach zdrowie psychiczne, konieczne jest podejmowanie regularnych działań z zakresu ochrony własnej psychiki. Właściwa higiena psychiczna to działania zmierzające do ochrony zdrowia psychicznego, rozumianego jako wewnętrzna równowaga, brak zaburzeń emocjonalnych, harmonijne współżycie z otoczeniem, zdolność i umiejętność przystosowywania się do zmieniających się warunków życia. To z jednej strony profilaktyka, chroniąca nas przed obniżeniem nastroju, nadmiernym stresem, które mogą prowadzić do bardzo poważnych skutków, m.in. utraty sensu życia. Z drugiej strony to sprawne, efektywne radzenie sobie z występującymi w naszym życiu trudnościami⁸.

Dlatego też, aby nie doszło do zaburzenia psychicznej równowagi, konieczna jest umiejętność przebaczenia, nie tylko z racji teologicznych czy społecznych, ale także z racji psychologicznych. Jest to, jak się wydaje, warunek konieczny do prawidłowego i dojrzałego rozwoju osoby ludzkiej. „Jeżeli człowiek nie zdecyduje się na proces przebaczenia, utrwala się w nim postawy rozgoryczenia. Jego uczucia i myśli pozostają zafiksowane na doznanej krzywdzie i nie jest w stanie dokonać postępu na drodze rozwoju psychoduchowego”⁹. Człowiek nieumiejący przebaczyć nie tylko, że się nie rozwija, ale utrwała w swojej psychice przekonanie skrzywdzenia. Mellibruda wymienia trzy zasadnicze zjawiska utrwalające poczucie skrzywdzenia, są to: przede wszystkim znieczulenie i nadwrażliwość w sferze emocjonalnej, bezsilność oraz zburzenie porządku¹⁰. Dlatego też bardzo istotna jest umiejętność przebaczenia jako budowanie nowej rzeczywistości wewnętrznej. Pewnego rodzaju porządkowanie tych uczuć i odniesień, które zostały zaburzone doświadczeniem krzywdy. To nieustanne uwalnianie się od złych doświadczeń. Przebaczenie jest jednym z istotnych elementów uzdrowienia wewnętrznego¹¹. Bez umiejętności przebaczenia nie ma prawidłowego rozwoju i

⁸ Zob. Parusiński, K. *Depresja i stany obniżenia nastroju*, : www.zdrowie.com.pl.

⁹ Jaworski, R. (2002). *Przebaczenie szansa rozwoju*, s. 151–170, w: Jaworski, R. *Rozwój zintegrowany*. Płock. Wyd. Płocki Instytut Wydawniczy.

¹⁰ Zob. Mellibruda, J. (1977). *Pułapka nieprzebaczonej krzywdy w aspekcie psychologicznym*, s. 9–38, w: Huk, T., Foltńska, A. (red.). *Krzywda i przebaczenie*. Kraków: Wyd. „M”.

¹¹ Zob. Jaworski, R. (2002). *Przebaczenie szansa rozwoju*, s. 151–170, w: Jaworski, R. *Rozwój zintegrowany*. Płock. Wyd. Płocki Instytut Wydawniczy; Wolicki, M. (2006). *Psychologiczna*

kształtowania swojej osobowości. Dlatego też spowiednik powinien ukierunkować penitenta na umiejętność przebaczenia nie tylko samemu sobie, ale także na przebaczeniu osobie, przez którą mógł być skrzywdzony.

Doprowadzenie penitenta do psychicznej równowagi dokonuje się nie tylko poprzez przebaczenie, ale również przez pojednanie. Pojednanie z samym sobą, jakby z wewnętrznym przekonaniem siebie, jako osoby „dobrej”, ze światem oraz z drugim człowiekiem. Z punktu widzenia psychologii pojednanie określa się jako uznanie własnej odpowiedzialności. Człowiek, analizując siebie oraz swoje postępowanie, uświadamia sobie popełnione błędy i bierze za nie całkowitą odpowiedzialność. Pojednanie oparte na wyznaniu grzechów i win ma istotne znaczenie w rozwoju duchowym i psychicznym człowieka. Brak tej praktyki bardzo często może prowadzić do wewnętrznej pustki i moralnej izolacji¹². Psychologiczne spojrzenie na pojednanie może pokazać człowiekowi jego lęki, problemy religijne i moralne, a także odsłonić funkcjonowanie sumienia. Pokazuje konieczność kształtowania sumienia jako instancji regulującej jego prawidłowe funkcjonowanie zarówno w relacji do siebie, jak i innych oraz otaczającego świata. Psychologiczna wartość pojednania leży w przezwyciężaniu moralnej izolacji i osamotnienia, które zostało spowodowane popełnieniem niewłaściwych, a często bolesnych czynów. W pojednaniu odkrywamy dwa jego wymiary, wymiar indywidualny i społeczny. Indywidualny wymiar odnosi się do funkcjonowania osobowości na płaszczyźnie wewnętrznych konfliktów i win. Społeczny wymiar dotyczy sfery interakcji społecznych. W bardzo wielu wypadkach możemy zauważyć, że oba te wymiary wzajemnie się uzupełniają w procesie pojednania. Przykładowo uznanie własnych win i odkrycie prawdy o sobie samym prowadzi do odrzucenia negatywnych myśli i uczuć a w konsekwencji przyczynia się do bardziej dojrzałych i konstruktywnych relacji z innymi ludźmi¹³.

W psychologicznych publikacjach wyraźnie odnajdujemy przekonanie, że sakrament pojednania jest istotnym i ważnym czynnikiem w kształtowaniu osobowości i osobistym rozwoju człowieka. Badania psychologiczne ukazały, że osoby charakteryzujące się dojrzałą religijnością doświadczają większego poczucia winy, a co za tym idzie są bardziej skłonne do wyznania przewinień i wybaczenie sobie samym niż osoby o religijności niedojrzałej. Osoby o głębokim poczuciu winy są bardziej skłonne do wyznania swoich złych czynów, przystąpienia do spowiedzi i następnie osobistego wybaczenia. Czyli pojednanie w

interpretacja form życia religijnego. Doświadczenia przebaczenia, s. 322–326, w: Głaz, S. (red.). *Podstawowe zagadnienia psychologii religii*. Kraków: wyd. WAM.

¹² Zob. Todd, E. (1985). *The value of confession and forgiveness according to Jung*. „Journal of Religion and Health”, 24, 1, s. 39–48.

¹³ Por. Krok, D. (2006). *Psychologiczna interpretacja form życia religijnego. Pojednanie*, s. 327–333, w: Głaz, S. (red.). *Podstawowe zagadnienia psychologii religii*. Kraków: wyd. WAM.

sakramencie spowiedzi zależy z jednej strony od dojrzałej osobowości, a z drugiej prowadzi do jej ukształtowania¹⁴.

C. Aspekt pedagogiczny sakramentu pojednania

Sakrament pojednania może również stać się szansą rozwoju dojrzałej religijności, a co za tym idzie dojrzałej osobowości. Dojrzałą religijność, w ujęciu Z. Chlewińskiego¹⁵, można zasadniczo sprowadzić do pięciu kryteriów: 1) autonomii motywacji religijnej, 2) obrazu Boga, 3) umiejętności rozróżniania w religii elementów istotnych i związanych z nią przypadkowo, 4) umiejętności pozytywnego przezwycięzania kryzysów religijnych, 5) autentyczności przekonań religijnych.

Natomiast w ostatnich czasach szczególnego znaczenia nabrała typologia wyróżniająca religijność personalną i apersonalną. Te dwa typy religijności stanowią krańce tego samego kontinuum, a konkretna osoba może być określana jako mniej lub bardziej personalnie nastawiona w swych postawach religijnych. Religijność personalną charakteryzują następujące cechy: 1. Aktywność i zaangażowanie, które wynika z wewnętrznego poczucia więzi z Bogiem. 2. Spontaniczność i twórczość, dzięki czemu osoby szybko przyswajają sobie pozytywne wartości. 3. Otwartość, czyli gotowość do pozytywnego kontaktu z innymi prądami myślowymi i postawami. Ludzie tak wierzący nie izolują życia religijnego od pozostałych sfer egzystencji. Mamy tu do czynienia z podwójną otwartością, tj. otwartością samej religijności na inne dziedziny życia i samego życia na taki, a nie inny sposób funkcjonowania religii (integracja religii w osobowości). 4. Autonomiczność zachowania religijnego, co oznacza, że przekonania religijne osoba uważa za wynik wewnętrznego i wolnego wyboru, a nie za skutek narzucenia ich siłą. 5. Poczucie wolności i odpowiedzialności, czyli świadome otwarcie się na wartości, jakie niesie ze sobą religia (wolność „do”). 6. Świadomość celowości własnej egzystencji, tj. dostrzeganie w wydarzeniach życia jakiegoś celu i łączenie go z religią spełniającą wówczas rolę jednoczącej filozofii życia. 7. Allocentryzm, czyli stawianie w centrum nie siebie, lecz Boga i określone wskazania dotyczące życia człowieka. 8. Stabilność, tj. trwałość podstawowych przekonań, uczuć, motywów i zachowań religijnych. Przeżywane kryzysy nie rozbijają życia religijnego jednostki, lecz mogą je ubogacić. Paralelnie do wyżej wymienionych cech religijności personalnej można mówić o niektórych cechach obrazu Boga, jaki w niej funkcjonuje. Najogólniej rzecz ujmując,

¹⁴ Por. Krok, D. (2006). *Psychologiczna interpretacja form życia religijnego. Pojednanie*, s. 327–333, w: Głaz, S. (red.). *Podstawowe zagadnienia psychologii religii*. Kraków: wyd. WAM; Krzysteczko, H. (1998). *Psychologiczno-religijne korelaty postaw penitentów wobec spowiedzi*. Katowice: Wyd. „Powiernik Rodzin”; Buksik, D. (2003). *Wrażliwość sumienia. Studium psychologiczne*. Warszawa: Wyd. CMPPP.

¹⁵ Por. Chlewiński, Z. (1989). *Wybrane zagadnienia z psychologii pastoralnej*. Lublin: Wyd. KUL.

jest to Bóg osobowy, stanowiący wartość naczelną, a nie instrumentalną. Między Bogiem i człowiekiem istnieje dialog i obustronna bezpośrednia relacja. Przeciwnie cechy należy przypisywać typowej religijności apersonalnej¹⁶.

Wydaje się, że dojrzała religijność stwarza jednostce szansę aktualizacji możliwości twórczych, pełny rozwój osobowy oparty na wolności i odpowiedzialności, realizowania własnej osobowości w zakresie jej stosunku do Boga, do innych osób oraz do całego otaczającego świata. To w sakramencie pojednania można wskazać na istotne elementy dojrzałości religijnej, które, pogłębiane i urzeczywistniane w indywidualnym życiu, pozwalają penitentowi dorastać do dojrzałego funkcjonowania. Dojrzewanie i rozwój ma odbywać się na drodze odrzucania dawnych, niefunkcjonalnych już struktur myślenia, wartościowania, postępowania oraz na ich nowej organizacji. To dojrzewanie to również gotowość do przyjmowania nowych doświadczeń oraz gotowość do odczytywania znaków obecności i działania Boga w życiu penitenta. Sakrament pojednania może stać się także szansą na rozwój osoby w kierunku dojrzałego rozumienia miłości Boga i człowieka.

2. ROLA I KOMPETENCJE SPOWIEDNIKA

Spowiednik nieustannie musi sobie uświadamiać, że w sakramencie pojednania jest narzędziem samego Boga (wymiar teologiczny), ale również istotną rolę odgrywają jego cechy osobowe, umiejętność kontaktu, osobista przyjaźń z Chrystusem i kompetencje w kształtowaniu osobowości penitenta. Kościół zachęca spowiedników do pogłębiania swojej osobowości oraz do korzystania z dorobku różnych nauk o człowieku: „...winno się uznawać i w wystarczającym zakresie stosować nie tylko zasady teologii, lecz także zdobyte nauki świeckie, zwłaszcza psychologii czy socjologii...”¹⁷.

A. Osobowościowe cechy spowiednika

Spowiednika powinna cechować umiejętność budowania relacji, która powinna przyjąć formę „spotkania” między dwoma podmiotami (osobami), w której dzięki autentyczności i wzajemnej akceptacji dochodzi się do porozumienia. Dobrą formą takiej komunikacji jest umiejętne prowadzenie dialogu. J. Tarnowski uważa, iż „[...] dialog to sposób komunikacji, w którym podmioty dążą do wza-

¹⁶ Por. Jaworski, R. (1989). *Psychologiczne korelaty religijności personalnej*. Lublin: Wyd. KUL; Uchnast, Z. (1977). *Psychologiczne aspekty motywacji religijnego zachowania*. „Częstochowskie Studia Teologiczne”, 5, s. 328–331; Pastuszka, J. (1958). *Religijność zewnętrzna i wewnętrzna*. *Homo Dei*, 2, s. 195–199

¹⁷ Konstytucja duszpasterska o Kościele w świecie współczesnym – *Gaudium et spes*, nr 62, s. 577. (2002), w: *Sobór Watykański drugi. Konstytucje, Dekrety i Deklaracje*. Poznań: Wyd. Pallottinum.

jemnego zrozumienia, zbliżenia się i współdziałania”¹⁸. Dialog przybiera najczęściej postać rozmowy w toku, której osiągnięcie porozumienia ma zasadnicze znaczenie. Konstruktywnym atrybutem dialogu jest wzajemne otwarcie się spowiednika i penitenta na przekazywanie szczerych informacji o odczuciach, przeżyciach i myślach, dotyczących siebie i innych osób. Otwartość na wzajemne komunikowanie się uzależniona jest od wielu czynników. W grupie czynników wewnętrznych dialog zależy w dużej mierze od wiedzy i doświadczeń spowiedników, ich cech osobowościowych i postaw, wzajemnych nastawień emocjonalnych, a także sukcesów i porażek w życiu osobistym. Wśród czynników zewnętrznych istotny wpływ na komunikację mają wcześniejsze doświadczenia z osobami znaczącymi, szczególnie możliwość otwartej komunikacji lub jej brak w rodzinie, w wychowaniu i różnych grupach odniesień¹⁹.

Ważną cechą spowiednika, mogącą mieć pozytywny wpływ na relacje z penitentem, jest empatia, akceptacja, szacunek i autentyczność²⁰. Empatia – to zdolność wczucia się w przeżycia drugiej osoby, zdolność zrozumienia, jakie znaczenie mają te przeżycia dla niej. A są to często przeżycia lęku, zakłopotania, wstydu, czy też niezrozumienia swojego własnego zachowania w wielu sytuacjach życiowych. Autentyczność (kongruencja) – to szczerść w kontakcie, rzeczywiste przeżywanie tych uczuć, które manifestuje się na zewnątrz, zgodność głoszonych przekonań z rzeczywistym postępowaniem. Akceptacja każdego człowieka jako osoby i szacunek dla niego to kolejna ważna cecha, która sprzyja dobrej i otwartej relacji w sakramencie pojednania.

Istotną i jakże ważną cechą spowiednika powinna być miłość. Miłość jest pewnego rodzaju stanem szczególnego zaangażowania emocjonalnego i „uczestnictwa w egzystencji drugiego człowieka, o którego się troszczyć”²¹. Penitent jest osobą, o którą należy się troszczyć w tym krótkim, intensywnym i wymagającym dialogu. To spotkanie to relacja miłości, która pozwala na odkrycie w drugim człowieku tego, co w nim złożone, co potencjalne, co jest rzeczywistością, choć jeszcze nie zrealizowaną możliwością²². Miłość charakteryzuje się możliwością

¹⁸ Zob. Tarnowski, J. (1992). *Pedagogika dialogu*, w: Śliwerski, B. (red.). *Edukacja alternatywna. Dylematy teorii i praktyki*, s. 148. Kraków: Wyd. Oficyna Wydawnicza IMPULS.

¹⁹ Zob. Grzesiuk L., Trzebińska, E. (1978). *Jak ludzie porozumiewają się?* Warszawa: Wyd. Nasza Księgarnia

²⁰ Por. Łaguna, M. Gałkowska, A. (1994) *Umiejętności społeczne i ich znaczenie w pracy nauczyciela*, w: Gała, A. (red.), *Wybrane zagadnienie z psychologii wychowawczej*, Wrocław: Wyd. św. Antoniego; Krzysteczko, H. (1998). *Psychologiczno-religijne korelaty postaw penitentów wobec spowiedzi. Studium teologiczno-pastoralne*. Katowice: Wyd. „Powiernik Rodzin”.

²¹ Por. Luijpen W.A. (1972) *Fenomenologia egzystencjalna*. Warszawa: Wyd. PAX. s. 176–177.

²² Por. Buber M. (1992) *Ja i Ty. Wybór pism filozoficznych*. Warszawa: Wyd. s. 148; Luijpen W.A. (1972) *Fenomenologia egzystencjalna*. Warszawa: Wyd. PAX. s.176–178; Opoczyńska, M. (1999). *Psychologia egzystencjalna wobec pytań i możliwości i granice poznania drugiego człowieka*. s. 163–192W: Opoczyńska M. (red.). *Wprowadzenie do psychologii egzystencjalnej*. Kraków: Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego.

otwarcia się osób na siebie, pozwalając przez to na wzajemne poznanie. Drugi człowiek bowiem otworzy się przed kimś drugim, gdy doświadczy, że nie jest sam. Kiedy będzie w nim przekonanie, że jest przy nim ktoś mu bliski, życzliwy, ktoś, kto o niego się troszczy, kto daleki jest od uprzedmiotawiania i oceniania go ktoś, kto „pozwoli mu być”²³. Jednocześnie pozwala wejść w subiektywny świat przeżyć drugiego człowieka, odkrywając w nim to, co czyni go niepowtarzalnym i jedynym²⁴.

Spowiednik jest w pewnym zakresie nadawcą kształtującym i zmieniającym postawy osób przychodzących do spowiedzi. Stąd też powinien kształtować umiejętność wyrażania swoich myśli i zdolność słuchania tego, co mówi drugi człowiek. Stąd też komunikacja powinna być oparta na spokoju, rzetelności wypowiedzi i cieple, ale również, jak zaistnieje taka potrzeba, na konkretnym zwróceniu uwagi. Zdolność słuchania tego, co mówi drugi człowiek, to zdolność „usłyszenia”. Istnieje jednak kilka zjawisk ograniczających zdolność rozumienia tego, co mówi o sobie drugi człowiek. Są to zjawiska, od których spowiednik powinien się uwalniać, a przynajmniej zwrócić na nie baczniejszą uwagę. Do takich zjawisk należy tendencja do interpretowania z własnej perspektywy i według własnych potrzeb tego, o czym informuje nas rozmówca. Słyszymy i rozumiemy tylko tyle i w taki sposób, w jaki chcemy słyszeć i rozumieć. Z innej strony istnieje pokusa, by osądzać to, co słyszy się i zająć postawę wobec rozmówcy (np. wyrażając sprzeciw lub zdziwienie), zanim pozwolimy się do końca wypowiedzieć. W słuchaniu drugiej osoby bywa również tak, że nie jest się skupionym na rozmówcy, ale pozostaje się skupionym na własnych przeżyciach, doświadczeniach lub reakcjach. Wówczas bardziej jest się zainteresowanym sobą niż wnętrzem drugiej osoby²⁵.

Spowiednik powinien dystansować się od własnych sposobów myślenia i przeżywania oraz reagowania w określonych sytuacjach. Takie dystansowanie się jest trudne, ale możliwe. Może dokonać się wówczas, gdy słuchający jest dojrzały psychicznie, czyli umiejący rozróżnić świat rozmówcy od swojego świata myśli, pragnień i odniesień.

Istotną i jakże bardzo ważną cechą prawidłowej relacji jest równowaga i dojrzałość osobowa spowiednika. Przejawem braku równowagi i niedojrzałości jest niepewność oraz ciągłe wątpliwości w różnych dziedzinach życia. Ta niepewność może przejawiać się w wewnętrznym chaosie, który nie sprzyja kształtowaniu osobowości penitenta przez spowiednika. Niepewność może również przejawiać

²³ Zob. Luijpen, W.A. (1972). *Fenomenologia egzystencjalna*. Warszawa: Wyd. PAX. s. 177; Kępiński, A. (1989). *Poznanie chorego*. Warszawa: Wyd. PZWL; Maslow A.H. (1986). *W stronę psychologii istnienia*. Warszawa: Wyd. PAX; Marcel, G. (1986). *Być i mieć*. Warszawa: Wyd. PAX; May, R. (1989). *Psychologia i dylemat ludzki*. Warszawa: Wyd. PAX.

²⁴ Zob. Opoczyńska, M. (red.), *Wprowadzenie do psychologii egzystencjalnej*. Kraków 1999, s. 176.

²⁵ Por. Dziewiecki, M. (2000). *Psychologia porozumiewania się*. Kielce: Wyd. „Jedność”.

się w postaci niepodważalnych przekonań, bezkrytycznych uprzedzeń, fałszywych stereotypów myślenia, a także niebezpiecznych uproszczeń w spostrzeganiu siebie i świata. Takie zachowanie może zmierzać do zniekształcenia nie tylko relacji z penitentem, ale jego osobowości tego, co już jest w nim prawidłowo i dojrzałe ukształtowane.

Ostatecznie niebezpieczne jest patrzenie ze strony spowiednika na relacje z perspektywy niektórych tylko problemów penitenta. Opieranie się bardzo często na problemach natury psychoseksualnej czy komunikacji interpersonalnej. Taka relacja jest uboga i często nie prowadzi do rozwoju. Należy ubogacić relacje w sakramencie pojednania do bogatszego świata uczuć, pragnień, wrażliwości penitenta, poszukiwania odpowiedzialności za swoje życie i innych, czy też otwartości na nowe problemy społeczne. Uczyc penitenta zrozumienia siebie i swoich zachowań²⁶.

B. Umiejętność interpersonalnej komunikacji

Przyjmuje się dzisiaj, że większość zachowań ludzkich jest nabywana, w pewnym stopniu wyuczona. Oznacza to, że zachowania powstają jako konsekwencja interakcji osób z własnym środowiskiem społecznym. Uczymy się zachowań od innych, ale też innych uczymy zachowań, które sami nabyliśmy. To, jacy jesteśmy i jacy będziemy, zależy w dużym stopniu od osób, które spotkaliśmy i spotykać będziemy w naszym życiu²⁷. Każdy człowiek nieustannie tworzy „obraz siebie” poprzez kontakt z innymi osobami. Obraz, który wytwarzamy o nas samych, w szczególny sposób determinuje nasze zachowania i określa wszystkie nasze reakcje w kontaktach międzyosobowych. Ten obraz siebie poprzez kontakt z innymi może stawać się bogatszy, ale i też uboższy²⁸.

Wzajemna interakcja ma doprowadzić, lub bardziej wywołać określone skutki wychowawcze, poznawcze (lepiej zrozumienie problemów, z którymi penitent przychodzi do spowiednika), osobowościowe czy też społeczne (w rodzinie, w pracy). W interakcji zachodzi zjawisko postrzegania się osób i wzajemnie komunikowanie się. Postrzeganie oznacza sposób, w jaki jednostka za pomocą własnych receptorów zdobywa informacje o środowisku. Charakteryzuje się ono następującymi cechami: jest natychmiastowe, ma swoją strukturę, charakteryzuje się pewną stałością, jest zawsze związane z procesem wartościowania oraz jest selektywne²⁹.

²⁶ Por. Dziewiecki, M. (2000). *Psychologia porozumiewania się*. Kielce: Wyd. „Jedność”.

²⁷ Zob. Koziński, J. (1986). *Psychologiczna teoria samowiedzy*. Warszawa: Wyd. PWN.

²⁸ Zob. Pomianowski, R. (1989). *Interakcje międzyosobowe a wychowanie i rozwój człowieka*, w: Chlewiński, Z. (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii pastoralnej* (s. 41–67). Lublin: RW KUL.

²⁹ Zob. Jagiełło, A. (1990). *Człowiek w procesie poznania*, w: Makselon, J. (red.) *Psychologia dla teologów*, s. 109–146. Kraków: Wyd. PAT.

Porozumiewanie się, czyli komunikacja, to przesyłanie informacji. Termin „komunikacja” wywodzi się z łaciny od słowa *communicatio* i oznacza łączność, wymianę, rozmowę. W relacji między ludźmi komunikacja to przekaz pewnej informacji (komunikatu) i zdolność do odbioru i rozumienia tego przekazu. Często pojęcie to utożsamia się również ze sposobem przekazywania informacji (komunikatów) oraz z relacjami, jakie zachodzą podczas ich wymiany. Porozumiewanie się polega na słownym bądź bezsłownym przesyłaniu informacji i kształtuje relacje między ludźmi. Umiejętność porozumiewania się jest podstawą dobrych kontaktów koleżeńskich, małżeńskich, rodzinnych i innych. Brak takich umiejętności może prowadzić do samotności i poczucia bezsilności, niezadowolenia z pracy i rozczarowań w życiu osobistym. O doskonałym procesie komunikacji międzyludzkiej powiemy wówczas, gdy w efekcie tego procesu w umyśle odbiorcy powstanie identyczny obraz jak ten, który powstał w umyśle nadawcy lub gdy komunikat odebrany przez odbiorcę będzie miał takie samo znaczenie, jak komunikat wysłany przez nadawcę. To właśnie spowiednik ma doprowadzić do sytuacji, w której ma dojść do zrozumienia i zaakceptowania wysłanego komunikatu do penitenta. Potrzeba do tego nie tylko otwartego umysłu spowiednika umiającego słuchać, ale również czasu i wewnętrznego opanowania w trakcie kontaktu w sakramencie pojednania.

Każdy przekaz informacji zawiera w sobie pewne elementy, wspólne właściwości. Jest nadawca i odbiorca oraz treść wiadomości i forma przekazu. Każdy z tych elementów jest istotny w interakcji osobowej pomiędzy spowiednikiem a penitentem. Pierwszym nadawcą zawsze będzie penitent, który przychodzi do sakramentu pojednania w przekonaniu własnej słabości, ale również chęci budowania nowego obrazu siebie. Penitent przekazuje wiadomości, które nie zawsze są miłe dla niego samego. Dlatego też informacje, które przekazuje mogą być dla niego samego emocjonalnie trudne. W nim samym dokonuje się, już w samym akcie przyścia do tego sakramentu, walka strony emocjonalnej ze stroną racjonalną. Może pojawić się bunt, gniew, wstręt, niechęć do wyznania wszystkiego, czy też oburzenie, że ktoś inny (w tym wypadku spowiednik) chce wiedzieć coś więcej. Odbiorca to spowiednik, który najpierw wysłuchuje nadawcy, a dopiero potem staje się poniekąd nadawcą pragnącym wskazać drogi wyjścia z różnych sytuacji penitentowi. Spowiednik powinien odbierać przekaz penitenta nie tylko w płaszczyźnie racjonalnej, ale również emocjonalnej, a jakże często w płaszczyźnie gestów: m.in. płacz, cisza, smutek widoczny na twarzy, gestykulacja wyrażająca gniew, czy też emocjonalne zaangażowanie w element treściowy przekazu penitenta. Te wszystkie sygnały odbiorca (spowiednik) powinien zaakceptować, uszanować i zobaczyć. Oczywiście ma także prawo zwrócić uwagę, że niektóre reakcje są niewłaściwe, czy też w tym momencie nie adekwatne do sytuacji, w której się znaleźli partnerzy interakcji. Należy również uświadomić sobie, że nie zawsze odbiorca (spowiednik lub penitent) odczytują przekazany komunikat w takim samym znaczeniu, w jakim on został przekazany. Powiemy

wówczas, iż w procesie komunikacji wystąpiły pewne zakłócenia. Odebrany komunikat na wyjściu jest różny od podanego na wejściu. Przyczyny takiej sytuacji mogą być różne. Nadawca mógł swoje myśli, zamiary, uczucia wyrazić w sposób niezbyt jasny lub niezrozumiały dla odbiorcy i w ten sposób pełne porozumienie się oraz skomunikowanie stało się utrudnione, lub nawet niemożliwe. Taki stan rzeczy nie tylko utrudnia porozumienie między ludźmi, ale również powoduje znaczne zniekształcenie celów, których dany komunikat dotyczy. Należy poszukiwać jak najgłębszego zrozumienia przekazu z dozą delikatności, a nie nachalności i zdobycia niepotrzebnej wiedzy. Treść przekazu to krótka i jasna informacja, która w czasie rozmowy może być rozwinięta i ubogacona wspólnymi spostrzeżeniami. Natomiast forma przekazu jest już określona, czyli jest to przekaz ustny, dyskretny i otwarty na dialog z partnerem interakcji.

Bardzo ważna w kontakcie z penitentem jest dbałość o informację zwrotną. Spowiednik powinien umieć przysłuchiwać się temu, co mówi penitent, by odebrane informacje uwzględniać w swoim pouczeniu. W komunikacji spowiednik – penitent interesujące oraz ważne jest to, jak ją oceni sam penitent. Każdy człowiek wykazuje dużą wrażliwość w tym zakresie. Odczuwa potrzebę formułowania swoich poglądów, wątpliwości czy problemów. Ważne jest to, że jeżeli spowiednik ułatwi penitentowi możliwość sformułowania poglądów i konfrontacji ich z innymi, to zwiększy się motywacja do przemiany siebie, czy też ukształtowania zainteresowania poznawczego w tym, jak zmieniać siebie poprzez ten sakrament³⁰.

C. Świętość życia – autentyczność

Sakrament pojednania jest miejscem, w którym człowiek w największym stopniu otwiera się przed Bogiem, ale w konsekwencji również przed spowiednikiem. Czasem otwiera się bardziej niż przed samym sobą i to w sprawach dotyczących jego najbardziej intymnych przeżyć, czy też zachowań. Człowiek ukazuje przed kimś drugim swoje ograniczenia, słabości, zniewolenia, lęki, wszystko, co trudne w jego życiu, i co tak naprawdę chciałoby się zachować tylko dla siebie.

Stąd też ważnym elementem odgrywającym istotną rolę w płaszczyźnie spotkania penitenta ze spowiednikiem jest osobista wiara kapłana i jego ludzka postawa. Penitent w posłudze kapłana powinien doświadczyć nie tylko łaski samego sakramentu, ale również owoców osobistej świętości kapłana. Świętość spowiednika ma sprawić, że penitent poprzez jego gesty, słowa i całą osobowość dostrzeże miłosierdzie samego Boga.

³⁰ Por. Włodarski, Z. (1994). *Pożądane cechy nauczyciela i związane z nimi interakcje*, w: Przetacznik-Gierowska, M., Włodarski, Z. (red.). *Psychologia wychowawcza*. T. 1., s. 297–313. Warszawa: Wyd. PWN.

Zgodnie z teorią komunikacji należy również pamiętać, że spowiednik, jako nadawca informacji zwrotnej, powinien być przede wszystkim wiarygodny, czyli autentyczny. Nadawca wiarygodny to taki, którego penitent spostrzega jako kompetentnego w dziedzinie, której dotyczy dany przekaz jako człowieka, który umie przekazywać treści związane z daną kwestią, między innymi posługuje się językiem wskazującym na wysoki poziom kompetencji i wreszcie, którego intencje są spostrzegane pozytywnie. Intencje nadawcy, w tym wypadku spowiednika, są wtedy pozytywnie oceniane przez odbiorcę, gdy spostrzega on, że nadawca chce mu przyjść z pomocą, a nie uzyskać w przekonaniu odbiorcy jakiejś własnej korzyści. Nadawca niewiarygodny to ten, który nie jest spostrzegany jako znawca sprawy, której dotyczy przekaz, który nie ma odpowiednich umiejętności przekonywania, nie posługuje się właściwym językiem i którego intencje są podejrzane, a więc próbuje on coś uzyskać w wyniku przekazu, chce wiedzieć więcej niż penitent pragnie przekazać. Nadawca wiarygodny wywołuje w postawach odbiorcy zmiany w pożądanym przez siebie kierunku, natomiast nadawca niewiarygodny nie wywołuje takich zmian, lecz wywołuje zmiany w kierunku przeciwnym niż zamierzonym (efekt bumerangowy).

Spowiednik autentyczny to taki, który umiejętnie tworzy klimat bezpieczeństwa w sakramencie, pomaga w przeżyciu wstydu i bólu, jest otwarty na dialog z penitentem, a przede wszystkim jest delikatny, cierpliwy, szanujący wolność osoby i pełen wewnętrznej pogody ducha. Autentyczność przejawia się również w świadomości własnej grzeszności.

3. TRUDNOŚCI PŁYNĄCE OD PENITENTA

Każdy moment ukazania siebie w niewłaściwym świetle rodzi różnego rodzaju trudności i wewnętrzne rozterki. Nie inaczej jest w sakramencie pojednania, gdzie penitent, chcąc zostawić to, co bolesne poza sobą, musi się otworzyć i czasami przyjąć nawet trudne pouczenie spowiednika do pełniejszego rozwoju swojej religijności czy osobowości.

A. Motywy korzystania z sakramentu przebaczenia i pojednania

Przez motyw rozumiemy to, co pobudza organizm do działania lub podtrzymuje to działanie i nadaje mu kierunek. Istnieją dwa główne aspekty motywowania zachowania: aspekt pobudzenia (źródła energii) i aspekt kierunku działania. Przez pobudzenie rozumiemy przejście od snu do czuwania, od odprężenia do napięcia, od stanowiska, które możemy określić „jakoś to będzie”, do włożenia wszystkich swych sił w jakąś czynność. Pobudzenie motywacyjne stwarza stan gotowości do działania. Wzbudzony motyw nie tylko stwarza stan gotowości do działania, lecz na ogół wyznacza kierunek działania. Poszczególne jednostki

różnią się pod względem swych dyspozycji motywacyjnych, pomimo że należą do tego samego gatunku. Sprawność ludzkiego działania zależy od wielu czynników. Wśród nich możemy wymienić jasne sformułowanie celu, do którego chcemy dążyć, wystarczająco wysokie aspiracje, pewien zasób wiedzy o celu i sposobach dojścia do niego, pewien zasób sił fizycznych i psychicznych, aby dane działanie przeprowadzić, a ostatecznie musimy mieć silną motywację do działania. Motyw to racja, na podstawie której zapada decyzja o podjęciu działania³¹, to pragnienie powstałe pod wpływem wewnętrznych stanów lub zewnętrznych sytuacji, wyrażające się w czynnym dążeniu do wykonywania określonego działania do realizacji jakiegoś celu³². Najogólniej można powiedzieć, że motywem działania są wszystkie te czynniki, które je powodują oraz kształtują się one w zależności od celów i zadań, jakie człowiek pragnie realizować.

Motywacja korzystania z sakramentu pojednania jest istotnym elementem w prawidłowym jego przeżyciu. Wśród motywów przystąpienia do spowiedzi, z badań przeprowadzonych przez H. Krzysteczko³³ nad psychologiczno-religijnymi korelatami postaw penitentów wobec spowiedzi, wymienia się motywy natury religijnej, pedagogicznej oraz emocjonalnej. Wśród motywów religijnych odnajdujemy: odkrycie znaczenia sakramentu pojednania i pokuty dla indywidualnego rozwoju, pragnienie pozostawienia za sobą tego, co trudne (grzechów) oraz chęć wewnętrznej przemiany, pragnienie rozpoczęcia czegoś od nowa, chęć oraz potrzeba naśladowania Boga. Wśród motywacji pedagogicznej możemy wymienić: wychowanie w rodzinie, w której praktykowano sakrament pojednania, przyzwyczajenie, potrzebę wypowiedzenia się, potrzebę dążenia do doskonałości. Natomiast na motywy natury emocjonalnej wskazuje: strach przed karą piekła, doświadczenie winy, zaniepokojenie i nieprzyjemne uczucia w czasie spowiedzi, uczucia obowiązku, ulgi i wątpliwości po spowiedzi, reakcje fizjologiczne towarzyszące spowiedzi.

Motywacja rzeczywiście może być zróżnicowana i czasami trudna do uchwycenia. To jednak niezależnie od motywacji sakrament ten powinien stworzyć wewnętrzne bezpieczeństwo dla penitenta, aby ten otworzył się do końca i znalazł nie tylko ulgę w samym wyznaniu grzechów, ale również przyjął ten swój krok, jako dobry kierunek rozwoju swojej religijności i osobowości.

B. Poczucie winy i potrzeba przebaczenia sobie

Istotnym elementem sakramentu pojednania jest poczucie winy. Pojęcie poczucia winy kojarzy się z następującymi terminami: wina, sumienie, superego,

³¹ Por. Obuchowski, K. *Psychologia dążeń ludzkich*, Warszawa 1983, s. 26.

³² Por. Niebrzydowski, L. *Wpływ motywacji na uczenie się*, Warszawa 1972, s. 24.

³³ Zob. Krzysteczko, H. (1998). *Psychologiczno-religijne korelaty postaw penitentów wobec spowiedzi. Studium teologiczno-pastoralne*. Katowice: Wyd. „Powiernik Rodzin”.

odpowiedzialność, obowiązek, wolność, niepokój. Zwraca się także uwagę na związek między pojęciami „wina” i „dług”³⁴. Jeszcze inni mówią o poczuciu krzywdy³⁵. Poczucie winy najczęściej rozumiane jest jako zespół specyficznych reakcji obejmujących głównie wstyd, żal, złość na siebie, niepokój, negatywną samoocenę powstałą na skutek zachowań niezgodnych z regułami etycznymi, jakie jednostka uznaje. Zachowanie niezgodne z tymi regułami jest zazwyczaj rozumiane jako uleganie jakimś własnym popędom, które moralność jednostki nakazuje tłumić. Istnieją kontrowersje na temat tego, czy poczucie winy polega głównie na przeżywaniu reakcji lęku, gniewu na siebie i niskiej samooceny czy raczej żalu połączonego z niską samooceną³⁶.

W przeżywaniu poczucia winy wyróżnia się cztery komponenty: element emocjonalny, komponent treściowy, czynnik czasu oraz kontrolę woli. Jedną z najważniejszych ról w strukturze poczucia winy odgrywają *elementy emocjonalne*. Mc Kenzie zalicza do nich przede wszystkim poczucie, że robi się coś złego, potępienie samego siebie za pogwałcenie norm moralnych, a także wrażenie alienacji od samego siebie, od rodziny, od Boga, uświadomienie sobie odpowiedzialności za zakłócenie stosunków z Bogiem oraz świadomość zasłużenia na karę potępienia. Jako komponenty emocjonalne wymienia się też konflikt, napięcie, niepokój, depresję, wyrzuty sumienia. Często też spotykane jest odczucie niższości, małości i słabości. Bardzo ważne miejsce w strukturze poczucia winy odgrywa *komponent treściowy*. Jest on określany jako obecność w osobowości wartości i norm, które zostały zinternalizowane. Niezbędnym warunkiem racjonalnego poczucia winy jest ocena intelektualna oparta na analizie okoliczności czynu i intencji aktu, gdyż może wystąpić nie tylko świadome zafałszowanie, ale mogą zadziałać tu także mechanizmy obronne. Człowiek, który czuje się winny, może usprawiedliwiać się przed sobą, stosując mechanizmy racjonalizacji. Kolejnym komponentem istotnym w poruszanej problematyce jest *czynnik czasu*, który jest odpowiedzialny za synchronizację działania bodźca oraz zachowania podmiotu i związanego z tym zachowaniem osądu moralnego. *Kontrola woli*, jako czwarty element strukturalny poczucia winy, odpowiada za jego autentyczność. Aby zaistniał jakiś błąd moralny, konieczne jest poznanie prawa wraz z jego zakazami i sankcjami, wolny wybór jak również odpowiedzialność za dokonany wybór. W autentycznym poczuciu winy wolny wybór jest warunkiem koniecznym, a ele-

³⁴ Zob. Kuczkowski, S. (1974a). *Poczucie winy w literaturze psychologicznej*. „Collectanea Theologica”, 44(1), s. 65–75; Stern, K. (1954). *The Third Revolution. A Study of Psychiatry and Religion*. London.

³⁵ Zob. Poznaniak, W. (1982). *Zaburzenia w społecznieniu u przestępców. Analiza niektórych mechanizmów psychologicznych*. Poznań: Wyd. UAM; Schwartz, S. (1976). *Aktywizacja osobistych standardów normatywnych a zachowanie prospołeczne*. „Studia Psychologiczne”, 15, s. 5–32.

³⁶ Zob. Grochowska, A. (1993). *Wybrane metody badania poczucia winy, poczucia kontroli, poczucia sensu życia, sympatii, empatii*, : Siek, S. (red.). *Wybrane metody badania osobowości* (s. 423–464). Warszawa: Wyd. ATK.

menty wolitywne istotnym czynnikiem. W patologii poczucia winy mamy do czynienia z mało istotnymi elementami decyzji i wyboru³⁷.

Religijne poczucie winy pojawia się wówczas, kiedy przeżywane jest jako osobista wina przed Bogiem. Dzisiaj wielu niewierzących przejawia niechęć wobec religijnego poczucia winy. Zakłopotania natomiast doświadczają osoby wierzące wobec wyznawania na spowiedzi niemal tych samych grzechów. Religijne poczucie winy jest skierowane ze swej natury ku przyszłości. Spojrzenie w przyszłość ma na celu podjęcie problemów aż do ich przewyciężenia i ukształtowania nowych struktur swojej osobowości.

W procesie pojednania poczucie winy ma pozytywne znaczenie do wypracowania obiektywnego obrazu samego siebie i dostrzeżenia swoich zalet i wad. Czasami jednak, w niektórych przypadkach, może mieć charakter destrukcyjny, doświadczany boleśnie³⁸. Inaczej możemy powiedzieć, że normalne poczucie winy jest pozytywnym czynnikiem kształtującym życie moralne i religijne. Pozwala odkryć prawdziwy obraz „ja”, uzyskać prawidłowy wgląd w siebie i uświadomić sobie źródło konfliktów psychicznych. Biegunowo inny charakter ma patologiczne poczucie winy, które jest irracjonalne, niezdolne do wglądu w siebie, nieustannie przepełnione strachem³⁹.

Ciekawe i interesujące badania przeprowadzili K. Meek, K. Albright i M. McMinn nad związkami religijności, poczucia winy, spowiedzi i wybaczenia. Otrzymane rezultaty pokazały, że osoby charakteryzujące się dojrzałością religijną doświadczały większego poczucia winy, były bardziej skłonne do wyznawania win, wybaczenia sobie samym niż osoby o religijności niedojrzałej. Istotne znaczenie w procesie spowiedzi odgrywało poczucie winy. Osoby, które odczuwały winę, były bardziej skłonne do wyznania swoich nieuczciwych czynów, przystąpienia do spowiedzi i następnie osobistego wybaczenia⁴⁰.

C. Lęk przed karą i potrzeba bezpieczeństwa

Poczucie lęku należy do fundamentalnych doświadczeń ludzkiej egzystencji. Towarzyszy on człowiekowi przez całe jego życie. Łączy się on z troską o zaspokojenie potrzeb materialnych, może też dotyczyć najgłębszych pragnień psy-

³⁷ Zob. Kuczkowski, S. (1974c). *Poczucie winy w literaturze psychologicznej*. „Collectanea Theologica”, 44(1), s. 65–75; Kuczkowski, S. (1974b). *Struktura i dynamika poczucia winy*. „Collectanea Theologica”, 44(3), s. 41–52; Grochowska, A. (1993). *Wybrane metody badania poczucia winy, poczucia kontroli, poczucia sensu życia, sympatii, empatii*, w: Siek, S. (red.), *Wybrane metody badania osobowości* (s. 423–464). Warszawa: Wyd. ATK.

³⁸ Por. Kuczkowski, S. (1993). *Psychologia religii*. Kraków: Wyd. WF TJ.

³⁹ Por. Krok, D. (2006). *Psychologiczna interpretacja form życia religijnego. Pojednanie*, s. 327–333, w: Głaz, S. (red.). *Podstawowe zagadnienia psychologii religii*. Kraków: wyd. WAM.

⁴⁰ Zob. Meek, K., Albright, J., McMinn, M. (1995). *Religious orientation, guilt, confession, and forgiveness*. „Journal of Psychology and Theology”, 23, 3, s. 190–197.

chicznych i duchowych. Często mówi się o lęku przed śmiercią, alienacją, karą, odrzuceniem, odpowiedzialnością czy też zawierzeniem sobie lub innym. Lęk przybiera różne postacie i różne jest jego nasilenie. A. Kępiński, analizując zjawisko lęku, zwraca uwagę na genezę lęku: „wydaje się słuszne rozbić przeżyć lękowych pod względem genetycznym na cztery grupy: lęk biologiczny, lęk społeczny, lęk moralny i lęk dezintegracyjny. Wszystkie te cztery rodzaje lęku można sprowadzić do lęku zasadniczego, mianowicie do lęku przed śmiercią”⁴¹. Natomiast N.H. Wright uważa, że silniej niż strach przed śmiercią poraża lęk przed życiem. „Lęk przed życiem to obawa, że zostaniemy zranieni, że inni nas odrzucają, że popadniemy w błąd, że ujawnimy naszą niedoskonałość czy zawiedzimy jako ludzie”⁴².

Lęk może paraliżować, rodzić brak zaufania, uniemożliwiać wejście w głębokie relacje z innymi, a także rezygnację z własnego rozwoju. Stąd też sposób spowiadania powinien wyprowadzić penitenta z jego lęku, przez który to lęk człowiek (penitent) czuje się kruchy, niepewny i przez to nieufnie, a nawet wrogo nastawiony do otoczenia, w tym także do spowiednika. Człowiek żyjący w lęku, żyje w postawie obronnej, która niejednokrotnie przybiera postawę zachowania agresywnego. Im więcej lęku, tym więcej agresji. Człowiek zamyka się w sobie, widzi tylko swoje zranienia, błędy, upadki. Lęk w konsekwencji zamyka człowieka na Boga i na prawdę o sobie, czyli nie pozwala rozwijać się ku pełniejszej dojrzałości religijnej i osobowościowej. Należy pomóc zobaczyć penitentowi, że ukrywanie się za lękiem, przyjmowanie postawy obronnej, zrzucanie odpowiedzialności z siebie nie leczy, a wręcz przeciwnie pogłębia lęk i poczucie winy.

Dlatego też spowiednik powinien tworzyć w relacji z penitentem postawę bezpieczeństwa, klimat zrozumienia grzechu i własnej słabości. Poczucie bezpieczeństwa to więcej niż tylko poczucie dyskrecji ze strony spowiednika. Postawa bezpieczeństwa powinna opierać się na cierpliwości, życzliwości, zachowaniu wewnętrznego spokoju, tworzenia ze strony spowiednika klimatu przyjęcia Bożej miłości, która przebacza i przemienia. Taka postawa ze strony spowiednika i absolutna dyskrecja rodzi poczucie bezpieczeństwa i usuwa lęk o to, co ludzkie, o to, co sam spowiednik może sobie pomyśleć na jego temat. Dojrzały spowiednik to taki, który zrodzi taką postawę bezpieczeństwa, w której penitent będzie się czuł bezpieczniej niż z samym sobą. Dopiero wówczas, konsekwentnie do postawy pozbycia się lęku i zrodzenia postawy bezpieczeństwa, może nastąpić chęć budowania postawy przemiany i dojrzałości religijnej⁴³.

⁴¹ Kępiński, A. (1987). *Lęk*. Warszawa: Wyd. PZWL, s. 247.

⁴² Wright, N.H. (1989). *Jak pokonać lęk*. Warszawa: Wyd. „Rodzinny Krąg”, s. 36.

⁴³ Por. Dziewiecki, M. (2005). *Kompetencje spowiednika w rozumieniu penitenta*, w: Augustyn, J., Cyran, St. (red.). *Sztuka spowiadania*. Kraków: Wyd. WAM, s. 137–145; Wons, K. (2005). *Jak spotykać się z penitentem? Od przyjęcia prawdy o grzechu do przyjęcia przebaczenia i pokoju*, w: Augustyn, J., Cyran, St. (red.). *Sztuka spowiadania*, Kraków: Wyd. WAM, s. 147–170.

Konkludując całość rozważań, trzeba zaznaczyć, że w procesie rozwoju religijnego, zmierzania ku jego dojrzałości, istotną rolę odgrywają nie tylko motywy religijne czy doświadczenie religijne, ale również osobisty rozwój dokonujący się przez różne formy życia religijnego. Formami tymi z punktu widzenia rozwoju religijnego, a w których uczestniczy człowiek, są modlitwa, eucharystia, medytacja, kontemplacja, asceza oraz omawiany w tym opracowaniu w sposób szerszy sakrament pojednania.

THE SACRAMENT OF FORGIVENESS AND RECONCILIATION:
THE CONFESSOR'S AND THE PENITENT'S ROLE TOWARDS THE RELIGIOUS
AND INDIVIDUALISTIC MATURITY

Summary

The following study shows the sacrament of reconciliation in the theological, psychological and pedagogical dimension. It depicts the priest's role and his competences. According to the study a priest (confessor) should be endowed with the ability to the dialogue; empathy; acceptance of the penitent, respect, authenticity and the interpersonal communication skills. The article also indicates the possible difficulties which could arise on the penitent's part in the whole process of reconciliation such as: the feeling of guilt or fear of punishment. The aim sacrament of reconciliation is to enable the penitent himself to remit all the bad deeds committed and to regain the comfort. The whole of interaction between the penitent and the priest (confessor) in the sacrament of forgiveness and reconciliation aims at bringing the former to experience the religiosity maturely and achieving the inner personal accomplishment.

Nota o Autorze: ks. dr **DARIUSZ BUKSIK** SDB – adiunkt na Wydziale Filozofii Chrześcijańskiej Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie przy Katedrze Psychologii Religii. Wykładowca w WSD Towarzystwa Salezjańskiego. Członek Stowarzyszenia Psychologów Chrześcijańskich. W psychologii podejmuje zagadnienia osobowości, religii i moralności.

Kluczowe słowa: przebaczenie i pojednanie, poczucie winy, dojrzałość religijna i osobowościowa, lęk, poczucie bezpieczeństwa, motyw postępowania