

13 w 2025 (25)

Szansa na rachunek i ratunek

Data publikacji: 16.04.2025 / Autor: Weronika Maria Pawlak

Zdjęcie w tle wykonała Kinga Gorzkiewicz podczas HSL 2024.

To narzędzie do pracy nad sobą zostało opracowane przez phm. Weronikę Marię Pawlak HR (Mazowiecka Chorągiew Harcerzy ZHR) na podstawie Prawa Harcerskiego oraz dokumentu dot. rachunku sumienia stworzonego przez ZHP. Zostało ono wykorzystane podczas prac Zespołu Duszpasterskiego Okręgu Mazowieckiego ZHR oraz podczas Konferencji Małopolskiej Chorągwi Harcerzy ZHR. Wstęp pochodzi z rozważań na Pielgrzymkę ZHR na Jasną Górę z 2022 r.

Wielki Post powoli się kończy. Być może udasz się na rekolekcje tzw. ostatniej szansy, może poświęcisz czas przed Triduum, żeby się wyciszyć. Może w piątki przegapiłeś drogi krzyżowe, do gorzkich żali Cię nie ciągnie, nie możesz się w tym Wielkim Poście odnaleźć. A może potrzebujesz pomyśleć trochę nad sobą, tylko nie wiesz jak się do tego zabrać, od czego zacząć. Zapraszam Cię do medytacji nad tym, co siedzi w Tobie najgłębiej. To moment, by tam zajrzeć, bo już za kilka dni to Zmartwychwstały Pan będzie chciał zamieszkać w Tobie. Przygotuj Mu miejsce i...

Wstęp: medytacja

...Zatrzymaj się na chwilę.

Zamknij oczy.

Wycisz serce i weź głęboki oddech.

Wyobraź sobie, że siedzisz w łódce, która delikatnie kołysze się na falach spokojnego morza. Gdzieś pomiędzy brzegiem a bezkresnym horyzontem – czujesz się po prostu bezpieczny. Morska bryza orzeźwia Ci twarz. Widzisz plażę i myślisz, że zawsze możesz do niej wrócić, ale to, co za Twoimi plecami jest o wiele bardziej kuszące. Chcesz to poznać. Chcesz doświadczyć, od czego w końcu jest życie, jak nie od tego. Wszystkiego przecież trzeba spróbować, no nie?

Wyływasz, jesteś coraz dalej od brzegu. Woda staje się ciemniejsza, głębsza. Nie widzisz już dna, a plaża wydaje się taka malutka. Tracisz ją z oczu; to, co wokół Ciebie wygląda na o wiele ciekawsze. Chcesz się w tym zanurzyć. Plaża już cię nie obchodzi. Jest zbyt nudna. Zdaje ci się, że w jakiś sposób cię ogranicza, nie pozwala

się rozwijać. Nie chcesz tego.

Odpuwasz.

Cieszysz się widokami i nowymi doświadczeniami. Wszystko zdaje Ci się normalne, wszystko Ci się podoba, gdy nagle niebo ciemnieje. Zaczyna się burza, a fale nie są już tak spokojne. Teraz te, w których wcześniej mogłeś się przeglądać i po których wodziłeś dłonią, łapczywie wpadają do łodzi. Krople wody spadają Ci na rękę, dostajesz gęsiej skórki. Boisz się, nie widzisz już piasku i bezpiecznej przystani. Szaleje sztorm. Zwracasz oczy ku niebu i masz ochotę krzyknąć jak apostołowie:

Panie, ratuj!

Jego jednak nie ma w Twojej łodzi. Stoi na brzegu, widzisz Go na piasku. Zaczynasz panikować, bo nie wiesz, jak wrócić. Rozglądasz się, a wśród zalewających łódkę fal, miga Ci busola. Wskazuje na ląd. Choć to trudne, ze wszystkich sił starasz się dopłynąć do brzegu. Łódka przypomina bardziej rozklekotaną łajbę, a igła magnetyczna, jak gdyby traci orientację. Woda zalewa Ci usta. Nie możesz mówić. Ledwo widzisz, ale dostrzegasz Go na brzegu i ściskasz busolę, jedyne, co Ci zostało w tym sztormie. To prawdziwa łaska, że ją masz. Już coraz bliżej. Jeszcze tylko trochę...

W końcu upadasz na brzeg.

Nastaje głęboka cisza.

Refleksja: ja a sakrament pokuty.

W życiu każdego z nas zdarza się chwila, gdy coś wywodzi nas w głąb morza, w rejony, których nie znamy. To właśnie jest grzech. Im dalej jesteśmy od lądu, od sakramentu pokuty, tym trudniej jest nam w chwili, gdy nadchodzi burza. To samo przeżywają też harcerze i harcerki, Ci, dla których jesteśmy czasem kolegami czy koleżankami, innym razem też... busolą. Uczestnicząc w ich przygodzie jesteśmy w stanie wskazać im dobrą drogę. Czasami się zawahamy, czasami zbłądzimy – to ludzkie. Nawet najlepszym żeglarzom niekiedy trudno wrócić na ląd. *Ale wracają.*

Sakrament pokuty to powrót na plażę, gdzie czeka Chrystus, gotowy uciszyć każdą burzę i naprawić naszą łódkę-serce. Chrystus, który jest Panem Pokoju. Nawet jeśli wydaje się nam, że nasze serce jest samotne, puste i rozklekotane, że nie ma już dla nas nadziei, że to wszystko w nas jest tak lepkie, parszywe i brudne, że szkoda słów, by to opisać i nikt normalny by tego nie dotknął, to każdy z nas ma swoją „busolę”. Kogoś, coś, co pomaga wrócić na ląd. Za każdą taką osobę On oddał życie i zrobiłby to ponownie. On nie boi się dotknąć tego, co w nas.

Możesz się mylić.

Możesz się wahać.

Możesz się sam w sobie pogubić i powiedzieć, że nie masz pojęcia, co robić potem.

Ale wracaj.

Tam jest Bóg, który wszystko naprawi i uciszy każdą burzę. Tam czeka Bóg, który chce to rozklekotane serce podnieść, przytulić do swojego i napełnić miłością. Pomoże ci, *bylebyś chciał walczyć*, jak to powiedział do siostry Faustyny Kowalskiej. Zaproś teraz Ducha Świętego, by pomógł Ci powierzyć swoje serce Jemu. Bo powierzenie serca jest ogromnie trudne.

Powiedz na głos lub w myślach:

Panie, weź moje serce.

Modlitwa: zaproszenie Ducha Świętego

Wiem, że może też być teraz w Tobie opór lub lęk. Może nie lubisz spowiedzi i wzdrygasz się wewnątrz na samo brzmienie tego słowa. Ja też jej naprawdę nie lubiłam, ale bardzo dużo nad nią „kminiłam”. I w pewnym momencie doszłam do tego, że Bóg bardzo przemyślał podarowanie nam tego sakramentu. Dzięki niemu jesteśmy jacyś tacy prawdziwi. Bardziej odważni, no bo kto chciałby mówić o jakichś swoich największych ranach, bólach i wstydach? Trzeba być do tego odważnym! Jesteśmy wrażliwi na samych siebie i innych, na to jak z innymi i sobą funkcjonujemy.

Spowiedź to nie kara i okropny obowiązek od którego zależy zbawienie. To nie sytuacja oceny i sądu. Spowiedź to ogromna łaska i takie boskie narzędzie, podobne do próby na stopień. Jest po to, byśmy mogli stawać się lepszymi i byśmy widzieli to, co w nas jeszcze słabe, co wymaga zaopiekowania. Jest jak plaster, a każdy, kto się choć raz zranił wie, że niezaopiekowana rana broczy, brudzi się i może wdać się w nią zakażenie. Tak samo jest z zabrudzonym sercem. Spowiedź jest więc jak plaster. Owszem, może być niekomfortowa, ale chroni. Pozwala się zregenerować. Potrzebujemy jej, by nasze serce nabrało sił.

Może jest w Tobie lęk przed powiedzeniem na głos niektórych słów – to ludzkie. Zastanów się jednak: czy ten lęk towarzyszył Ci w chwili, gdy te rzeczy się działy? Może boisz się oceny księdza, jego niekiedy gorzkich werdyktów. Pamiętaj jednak, że ksiądz jest jak telefon przez który rozmawiasz z Jezusem. Telefony czasem tracą zasięg, szumią albo urywają słowa. Bywają różne. **Ale On po drugiej stronie zawsze czeka.** Zawsze czeka aż się z Nim znów połączysz. Zawsze czeka, aż znajdziesz czas na rozmowę. Opowiesz Mu o wszystkim. Jeśli brak Ci odwagi, a

spowiedź, tak jak dzwonięcie do kogoś, bywają dla nas trudne, prosz Ducha Świętego o ten wyjątkowy dar. Powtórz za mną:

*Duchu Święty – przyjdź z darem odwagi,
abym umiał stanąć w prawdzie przed Bogiem i sobą.
Przyjdź Duchu Święty i otul mnie, abym czuł się bezpieczny.
Abym czuł się zrozumiany.
Abym czuł się kochany – bo jestem!*
Przyjdź, Duchu Święty!

Może teraz jeszcze się boisz. Może na co dzień się modlisz, ale gdy przychodzi moment spowiedzi, Twoje serce przejmują strach. Widzisz, święty Piotr też się bał. Też był w łodzi podczas sztormu, zostawił Jezusa w chwili największej potrzeby. Ale potem Jego postawa i miłość dojrzała. Wrócił na ląd.

Ty też możesz być jak święty Piotr. Nawet jeśli w którymś momencie coś w Tobie zawiedzie, **wracaj do Jezusa!** Wracaj do Jezusa, bo nikt Ci tyle czasu i siebie nie poświęci. Nikt Cię tak nie zna. Nikt Cię nie kocha jak On.

I ta miłość objawia się w tym, że zamknął ją nie tylko w krzyżu, ale i w sakramencie spowiedzi. To nie jest moment linczu czy oceny. To moment miłosierdzia i tak go odczytuj. Bóg nam wybacza i to jego największa przyjemność, jak powiedział św. Jan Maria Vianney. **Bóg nie męczy się wybaczeniem!**

A Ty, gdy się spowiadasz, to tak jakbyś wyjmował gwoździe z krzyża. Zapraszam Cię do tego, by zrobić RACHUNEK SUMIENIA, takie spojrzenie w samego siebie i swoje upadki (**więc to NIE lista grzechów, a PODPOWIEDŹ, co może jest w Tobie do pracy, czym trzeba się zaopiekować (np. proszeniem o pomoc)! Rachunek sumienia na nas stawiać w prawdzie o nas samych, przede wszystkim tej o grzechach, ALE także o naszych słabościach, miejscach do pracy**), na podstawie czegoś, co Ty i ja dobrze znamy, czyli Prawa Harcerskiego. Będę używała prawa ZHR-u, ale możesz dostosować to do swojej organizacji. Gdy poczujesz w sercu, że coś dotyczy Ciebie, możesz poprosić Jezusa, by pomógł Ci to wyznać, pracować nad tym. Powiedz wtedy w ciszy:

Jezu, ty wiesz.

Bo On naprawdę wie. Już wie.

1. **Harcercz służy Bogu i Polsce, i sumiennie spełnia swoje obowiązki.**

Nie przestrzegałem Prawa.

Nie wywiązywałem się z moich obowiązków codziennych.

Nie zauważałem potrzeb innych lub ignorowałem je.

Nie obchodziły mnie sprawy mojej Ojczyzny.

Nie uczestniczyłem we wspólnocie Kościoła.

Nadużywałem imienia Boga.

Wątpiłem w Jego sprawczość w moim życiu oraz miłość.

Nie żyłem zgodnie ze złożonym przyrzeczeniem.

Nie byłem sumienny.

Wstydziałem się wiary i Boga.

Nie ufałem Bogu.

Swoim postępowaniem przeczyłem przyjętym przez siebie wartościom.

Nie poświęcałem czasu na Słowo Boże.

Nie szukałem pola służby i modlitwy indywidualnej.

2. Na słowie harcerza polegaj jak na Zawiszy.

Kłamałem.

Nie dotrzymałem danego słowa.

Nie można było na mnie polegać.

Nie komunikowałem odpowiednio swoich potrzeb.

Powiewałem plotki o innych.

Obgadywałem innych.

Unikałem przyznania się do winy.

Nie chciałem stanąć w prawdzie o sobie samym.

Marnowałem czas innych każąc na siebie czekać.

Nie byłem uczciwy.

3. Harcerz jest użyteczny i niesie chętną pomoc bliźnim.

Nie starałem się pomóc bliźnim.

Nie obchodziły mnie sprawy innych ludzi.

Nie słuchałem tego co mówili do mnie inni.

Nie budowałem w sobie postawy otwartości na innych.

Nie podejmowałem się żadnych obowiązków w domu.

Zaniedbywałem obszary, za które byłem odpowiedzialny.

Nie szanowałem sprzętu środowiska.

Byłem leniwy.

Wywyższałem się.

Zrzucałem zadania na innych, sam nie biorąc nic na siebie.

Nie kształtowałem w sobie asertywności i zdrowego odmawiania.

Nie umiałem/nie chciałem poprosić o pomoc.

4. Harcerz w każdym widzi bliźniego, a za brata uważa każdego innego harcerza.

Nie umiałem cieszyć się sukcesem innych z harcerstwa.

Byłem zazdrosny o czyjąś funkcję.

Uważałem się za lepszego przez np. funkcję.

Zbyt szybko oceniałem innych.

Pielęgnowałem w sobie złe zdanie o kimś.

Nie modliłem się za innych.

Byłem niecierpliwy w stosunku do innych.

Nie byłem uprzejmy dla drugiego człowieka.

Nie umiałem przeproszać.

Nie umiałem wybaczać.

Nie dbałem o relacje.

Nie byłem serdeczny dla członków innych organizacji harcerskich i skautowych, źle o nich mówiłem.

Uczucie gniewu względem kogoś zamieniłem w obojętność, plotki czy odtrącenie.

Nie starałem się kochać bliźnich.

5. Harcerz postępuje po rycersku.

Nie odnosiłem się z szacunkiem do innych ludzi.

Nie dbałem o własną moralność.

Nie panowałem nad gniewem, gdy przeradzał się w czyny.

Nie stawałem w obronie słabszych.

Nie starałem się rozwijać.

Służbę traktowałem jako okazję do pokazania się a nie bezinteresowny czyn serca.

Prawo Harcerskie było mi obojętne po zdjęciu munduru.

Patrzyłem na zło przez palce, żeby mieć spokój.

Gardziłem młodszymi w harcerstwie.

Źle wypowiadałem się o harcerkach/źle wypowiadałam się o harcerzach.

Nie szanowałem bratnich organizacji i środowisk.

Pewne moje czyny nie były dobrym przykładem dla innych.

6. Harcerz miłuje przyrodę i stara się ją poznać.

Nie widziałem w świecie Bożej ręki, nie

szukałem Jego obecności w tym, co mnie otacza.

Nie szanowałem przyrody.

Nie dbałem o środowisko wokół siebie.

Nie obchodziło mnie co się dzieje ze światem.

Nie dbałem o moją “małą Ojczyznę”.

Nie korzystałem odpowiednio z darów natury.

W mojej pracy w drużynie uciekałem od puszczalstwa.

7. Harcerz jest karny i posłuszny rodzicom i wszystkim swoim przełożonym.

Brakowało mi uprzejmości względem innych.

Nie szanowałem swoich przełożonych.

Źle mówiłem o moich przełożonych, gdy czułem się niedoceniany, pominięty, źle potraktowany.

Nie rozmawiałem z rodzicami i przełożonymi o swoich potrzebach.

Nie pielęgnowałem w sobie zdrowej pokory.

Grzeszyłem pychą.

Gdy miałem możliwość, nie starałem się budować i podtrzymywać relacji z rodzicami.

Nigdy sam z siebie nie służyłem moim rodzicom, mojemu domowi.

Nie poświęcałem czasu na kontakt z rodzeństwem.

Nigdy nie podziękowałem moim przełożonym za ich służbę, nie powiedziałem miłego słowa.

8. Harcerz jest zawsze pogodny.

Nie pielęgnowałem w sobie postawy nadziei.

Nie umiałem cieszyć się z małych rzeczy.

Często marudziłem i narzekałem bez umiaru i powodu.

Potęgowałem w sobie złość na przełożonych lub sytuację.

W trudnej sytuacji kierowałem się jedynie gniewem.

Nie umiałem przeproszać.

Nie budowałem w sobie postawy wdzięczności.

Dusiłem w sobie emocje zamiast o nich porozmawiać/poszukać takiej możliwości do rozmowy.

9. Harcerz jest oszczędny i ofiarny.

Nie rozliczyłem się w terminie.

Byłem nieoszczędny.

Oszukiwałem przy transakcjach, rozliczeniach.

Wydawałem pieniądze na niepotrzebne rzeczy.

Byłem skąpy.

Nie umiałem poświęcić czasu drugiemu człowiekowi.

Nie okazywałem wdzięczności, nie widzę powodów do dziękowania.

Nie poświęcałem czasu podopiecznym i lekceważyłem ich sprawy.

Nie angażowałem się w służbę, zarówno grupową jak i indywidualną.

Nie budowałem w sobie postawy ofiarności.

Jestem zbyt przywiązany do rzeczy materialnych.

10. Harcerz jest czysty w myśli, mowie i uczynkach, nie pali tytoniu i pije napojów alkoholowych.

Zażywałem używki i niszczyłem własne zdrowie.

Używałem wulgaryzmów.

Źle życzyłem innym.

Oglądałem lub słuchałem rzeczy wulgarnych, nieodpowiednich.

Nie przestrzegałem przepisów prawa.

Nie zachowywałem umiaru w korzystaniu z social mediów.

Szkodziłem sobie na zdrowiu.

Zraniłem kogoś słowem.

Nie potrafiłem chwalić innych.

Użyłem przemocy względem innych lub siebie.

Nie umiałem dostrzec dobra i piękna w sobie i innych.

Nienawidziłem siebie.

Nie próbowałem walczyć z tym, co mnie zniewala.

Marginalizowałem własny rozwój.

I przestałem czuwać.

Na koniec słów kilka

To już koniec naszego wspólnego rachunku sumienia, a może po prostu naszego zajrzenia w siebie i swoje serce trochę głębiej. Mam nadzieję, że, jeśli tego potrzebujesz, otworzy Cię to na spowiedź albo na pracę nad sobą. Jak mówił św. Augustyn: *początkiem dobrych czynów jest wyznanie złych.*

A Ty zostałeś stworzony do dobrych czynów!

Do tego, aby zostawić świat lepszym niż go zastałeś. Idź do spowiedzi i nie bój się. Jak powiedział św. Cyprian: *Bóg jest wierny i dochowuje obietnicy odpuszczenia grzechów.* Musisz tylko z niej skorzystać. On czeka na Ciebie i czuwa nad Tobą.

Wierzę w Ciebie i proszę Ducha Świętego o dar odwagi dla Ciebie. Idź w pokoju! Co więcej?

Czuwaj i amen!

Zdjęcie

[Weronika Maria Pawlak](#)

Hufcowa WHH-ek „Grochów-Venrosa” w Warszawie, szefowa zespołu duszpasterskiego i rzeczniczka prasowa w Okręgu Mazowieckim ZHR, ta Druhna od

Jezusa na Spotify. Gdy nie robi harcerstwa, to robi język polski – głównie na lekcjach, które prowadzi w liceum. Na HR napisała i wydała książkę i to jej największy flex (HR oczywiście, książka na II miejscu). Kocha herbatę, kwiatki, ludzi i Ducha Świętego. Nie kocha gramatyki, choć chyba powinna. Szefowa zespołu redakcyjnego „Pojutra” w latach 2024-2025.