

2517 Serce jest siedzibą moralnego wymiaru osobowości: „Z serca... pochodzą złe myśli, zabójstwa, cudzołóstwa, czyny nierządne” (Mt 15,19). Walka z pożądliwością cielesną domaga się oczyszczenia serca i praktykowania umiarkowania: „Zachowaj prostotę i niewinność, a będziesz jak małe dzieci, nie znające zła niszczącego życie ludzkie” (Hermas, *Mandata pastoris*, 2, 1).

2518 Szóste błogosławieństwo zapowiada: „Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą” (Mt 5,8). „Czyste serca” oznaczają tych, którzy dostosowali swój umysł i swoją wolę do Bożych wymagań świętości, zwłaszcza w trzech dziedzinach: miłości (por. 1Tm 4,3-9; 2Tm 2,22), Czystości, czyli prawości płciowej (por. 1Tes 4,7; Kol 3,5; Ef 4,19), umiłowania prawdy i prawowierności w wierze (por. Tt 1,15; 1Tm 1,3-4; 2Tm 2,23-26). Istnieje związek między czystością serca, ciała i wiary: Wierni powinni wyznawać prawdy Symbolu wiary, „ażeby wierząc, byli posłuszni; będąc posłuszni, uczciwie żyli; uczciwie żyjąc, oczyszczali swoje serca, a oczyszczając swoje serca, rozumieli to, w co wierzą” (św. Augustyn, *De fide et symbolo*, 10, 25: PL 40, 196. 158)

2519 „Sercom czystym” jest obiecanie widzenie Boga twarzą w twarz i upodobnienie do Niego (por. 1Kor 13,12; 1J 3,2). Czystość serca jest warunkiem wstępnym tego widzenia. Już dzisiaj uzdalnia nas ona do widzenia *tak, jak* widzi Bóg, przyjmowania drugiego człowieka jako „bliźniego”; uzdalnia nas do uznania ciała ludzkiego – naszego własnego i naszego bliźniego – za świątynię Ducha Świętego, przejaw Boskiego piękna.

Jerzy Szyran OFMConv

Jak się dokonuje oczyszczenie serca?

„Posłaniec św. Antoniego z Padwy” 17(2012) nr 5, s. 20-21.

Proces nawrócenia i przemiany swego życia, zawsze jest związany z oczyszczaniem swego serca i umysłu z wszelkiego rodzaju nawyków i przyzwyczajzeń. Szczególnie wymaga tego czystość, która swym zasięgiem obejmuje wszystkie zmysły człowieka oraz jego umysł i serce.

Błogosławieni czystego serca

W serii mów, objętych w Ewangelii wspólnym tytułem Kazanie *na górze*, Chrystus ukazuje nowe - bardziej pogłębione i zinterioryzowane - spojrzenie na przykazania Dekalogu. Ukazując wartość czystości, Jezus używa zwrotu: „Błogosławieni czystego serca...” (Mt 5,8) i obiecuje wszystkim czystego serca widzenie Boga. W języku Biblii „serce” jest nie tylko siedliskiem ludzkiej emocjonalności, ale stanowi całe jego wnętrze (intelekt, rozum, wola). Z ludzkiego bowiem serca pochodzą wszelkie nieprawości: „Z serca bowiem

pochodzą złe myśli, zabójstwa, cudzołóstwa, czyny nierządne, kradzieże, fałszywe świadectwa, przekleństwa” (Mt 15, 19); „Z wnętrza bowiem, z serca ludzkiego pochodzą złe myśli, nierząd, kradzieże, zabójstwa” (Mk 7,21; Mt15,18). Serce człowieka jest, zatem owym szczególnym miejscem, w którym rodzi się dobro albo zło, które następnie uwidacznia się w zewnętrznym działaniu.

Rola zmysłów

Człowiek z zewnętrznym światem kontaktuje się za pomocą zmysłów, dostarczających mu wrażeń, które w ludzkim umyśle w wyniku odpowiedniej analizy wszystkich bodźców, tworzą właściwy obraz otaczającej rzeczywistości.

Dostarczane do umysłu wrażenia nie są chwilowym bodźcem, który po pewnym czasie znika, lecz jest trwałym zapisem, często nie uświadomionym, ale gotowym do aktywności pod wpływem odpowiednich impulsów. Tak właśnie możemy „zaśmieci

” nasz umysł i serce tysiącami obrazów, wrażeń słuchowych czy niepotrzebnych wspomnień. Wszystko to zalega w głębokich pokładach naszego umysłu i stymuluje nasze dążenia i pragnienia.

Klarowanie serca

Dążenie do czystości wymaga od człowieka podjęcia procesu klarowania serca i umysłu.

Pierwszą fazą jest stanięcie przed samym sobą w prawdzie i uznanie siebie takim, jakim się jest w rzeczywistości, ze wszystkimi wadami, nałogami i grzechami, ale także cnotami i zaletami. Człowiek musi rozpoznać w sobie wszystko, co prowadzi go do nieczystości. Należy przede wszystkim zwrócić uwagę na spojrzenia, rozmowy i myśli, które są wstępem do grzechów przeciwko czystości.

Gdy człowiek zobaczy ten cały „kram”, może przystąpić do oczyszczania swego wnętrza, czyli pozbywania się tego wszystkiego, co zagraża, przysłania i obciąża.

Oczyszczanie polega przede wszystkim na uśmierzeniu i wyciszeniu rozbujanej pożądliwości. Przypomina to trochę sztorm na morzu, który trwa tak długo, jak długo wieje silny wiatr. Gdy wiatr się ucisza, po pewnym czasie morze także się uspokaja. Chrystus wielokrotnie przypominał swoim uczniom o czuwaniu: „Czuwajcie i módlcie się, abyście nie ulegli pokusie; duch wprawdzie ochoczy, ale ciało słabe” (Mt 26,41). Człowiek winien czuwać nad swoim wzrokiem poprzez:

- unikanie wpatrywania się w mijane na ulicy czy też podróżujące miejskimi środkami komunikacji kobiety lub mężczyźni, jakby były to tylko obiekty seksualne;
- odwracanie wzroku od nieskromnych zdjęć, obrazów, scen w filmach czy skąpo ubranych kobiet;

oraz językiem:

- unikanie dwuznaczności w wypowiedziach;
- unikanie pikantnych historii i żartów;

- zachowywanie skromności języka lub stosownie przysłowiowego „złotego milczenia”.

Istotą procesu klarowania jest przede wszystkim higiena umysłu, która prowadzi do wyciszenia pożądlności. Proces ten winien także obejmować dostarczanie wartościowych treści: dobre książki, filmy, muzyka, rozmowy, itd.

Po pewnym czasie proces oczyszczania zaczyna dawać sobie właściwe owoce. Brak bowiem nowych bodźców, które rozbudzały ludzką pożądlność, powoduje wyciszenie i daje człowiekowi możliwość zapanowania nad własną naturą.

Tak przygotowane wewnątrz człowiek oddaje Bogu, by On sam wykreował w nim cnotę czystości ewangelicznej, która będzie dostosowana do indywidualnych potrzeb i możliwości danej osoby. Bóg w swym działaniu jest zaskakujący i nie lubi posługiwać się stereotypami. Dlatego czystość, jaką On daje również jest dla każdego człowieka inna i zobowiązująca.