

## FORMACJA O ROZEZNAWANIU / Tydzień 4

### Poznanie samego siebie

#### Ef 3, 14-19

***W jakim stopniu historia mojego życia dostarcza mi wiedzy na swój temat? Czy potrafię czerpać z tej wiedzy mądrość dla mojego obecnego życia? Czy znam „hasła” swojego serca, które mnie napędzają w życiu? Jak odczytuję z Panem Bogiem swoje kolejne dni? Czy znam siebie coraz lepiej i rozumiem mechanizmy swojego działania?***

Dobre rozeznanie wymaga także znajomości samych siebie. To angażuje wszystkie nasze ludzkie władze: intelekt, wolę oraz uczucia. Często nie potrafimy rozeznaczyć, ponieważ nie znamy wystarczająco dobrze siebie i dlatego, że nie wiemy, czego naprawdę chcemy. To jest poważna przeszkoda w procesie rozeznania. Są ludzie, którzy nie tylko nie znają siebie, ale równie nie chcą poznać siebie, takimi jakimi są. Chowamy się za maskami i to nie tylko przed innymi, ale także wtedy, gdy patrzymy na siebie w lustrze. Mamy skłonność do maskowania się również przed samymi sobą. Często nieznajomość Boga idzie w parze z nieznajomością siebie, nieznajomością cech naszej osobowości i naszych najgłębszych pragnień. Poznanie siebie zakłada cierpliwe poznanie duszy. Wymaga umiejętności zatrzymania się, „wyłączenia autopilota”, aby zyskać świadomość dotyczącą naszego sposobu postępowania, uczuć, które są w nas, powtarzających się myśli, które nas warunkują, często bez naszej wiedzy. Wymaga to rozróżnienia emocji od władz duchowych. „Czuję” to nie to samo, co „jestem przekonany”; „czuję, że” to nie to samo, co „chcę”. W ten sposób dochodzimy do uznania, że pogląd, jaki mamy na siebie i rzeczywistość, jest czasami nieco zniekształcony. Uświadomienie sobie tego jest wielką łaską. Błędne przekonania na różne tematy, oparte na doświadczeniach z przeszłości silnie na nas wpływają, ograniczając naszą swobodę i wolność postawienia na to, co naprawdę liczy się w naszym życiu. Żyjąc w świecie technologii informatycznych, wiemy, jak ważna pozostaje znajomość haseł, dzięki którym dostajemy się do programów, w których znajdują się najbardziej osobiste i cenne informacje. Nasze życie duchowe ma też swoje „hasła”; są to słowa, które poruszają serca, ponieważ odnoszą się do tego, na co jesteśmy najbardziej wrażliwi. Kusiciel – nieprzyjaciel natury ludzkiej – dobrze zna te słowa klucze, ważne jest, abyśmy i my je znali. Pojawiają się na naszej drodze życia różne pokusy, które hipnotyzują nas atrakcyjnością, a w końcu pozostawiają nas z poczuciem pustki i smutku. To jest namacalnym znakiem, że poszliśmy drogą,

która nie była właściwa, która nas zmyliła. Mogą to być na przykład stopnie naukowe, kariery, związki – wszystkie te rzeczy, które same w sobie są godne pochwały, ale jeśli nie będziemy wobec nich wolni, to grozi nam, że będziemy mieli nierealne oczekiwania, takie na przykład, jak udowodnienie wszystkim swojej wartości. Wtedy górę bierze promowanie siebie, własne korzyści i wygody, a nie służba wspólnocie. Trzeba zobaczyć w szczerości przed Panem Bogiem, jakie intencje nami kierowały. Trzeba poznać „hasła” swojego serca, aby uchronić się przed manipulacją ze strony innych osób, ale także rozpoznać to, co jest naprawdę ważne, odróżniając to od chwilowych mód i krzykliwych sloganów. Nie dawajmy się ponieść zbyt łatwo uczuciom i prowokacjom chwili. Pomocą jest tutaj rachunek sumienia. Taki, o którym słyszeliśmy podczas rekolekcji ignacjańskich. Co się wydarzyło w moim sercu w tym dniu? Dlaczego? Jaki ślad to pozostawiło w moim sercu. Chodzi o nawyk spokojnego odczytania na nowo tego, co dzieje się w ciągu naszego dnia. Uczmy się rozpoznawania tego, co zaspokaja nasze serce. Ponieważ tylko Pan może dać nam potwierdzenie tego, ile jesteśmy warci. Rachunek sumienia pozwala zobaczyć drogę uczuć i wydarzeń w moim sercu, w ciągu dnia. Modlitwa i poznanie samych siebie pozwalają nam wzrastać w wolności. Są to podstawowe elementy życia chrześcijańskiego, cenne elementy do odnalezienia swojego miejsca w życiu.