S. Maria Kwiek

# RUCH CZYSTYCH SERC

*Orędzie o czystości serca dziś staje się bardzo aktualne. (...) Tylko czyste serce może w pełni miłować Boga! Tylko czyste serce może w pełni dokonać wielkiego dzieła miłości, jakim jest małżeństwo! Tylko czyste serce może w pełni służyć drugiemu. Nie pozwólcie, aby zniszczono waszą przyszłość. Nie pozwólcie odebrać sobie bogactwa miłości. Brońcie waszą wierność; wierność waszych przyszłych rodzin, które założycie w miłości Chrystusa.*

/Jan Paweł II, Asunción, 18.05.1988)/

Jakże często młodzi ludzie z bólem serca piszą tragiczne wyznania*: „Oglądałem pornografię, która mnie usidliła, ... nic dla mnie nie jest już czyste ..." Jacek. „Uzależniłem się od telewizora, gier komputerowych, samogwałtu i rozmów internetowych..." Paweł. „Jako studentka w klubach zgadzałam się na namiętne i wyuzdane pocałunki, nieczysty dotyk, ... z czasem poczułam się nikim, śmieciem, lalką do całowania i dotykania, ..." Ola. „Nie umiałam odnosić się z szacunkiem ani do mojego ciała ani do ciała mężczyzny, który mi jasno powiedział*: Ja ciebie za bardzo szanuję, żeby się z tobą przespać. Ja tego nie chcę. Twoje dziewictwo jest dla męża albo dla Boga*" Barbara. „Wydawało mi się, że współżycie z moim chłopakiem , to nic złego ... po przeszło dwudziestu latach małżeństwa zbieramy bardzo cierpkie owoce nieczystości przedmałżeńskiej" Matka.*

Wszyscy ci młodzi ludzie piszący powyższe wyznania znaleźli drogę przemiany wewnętrznej. Wstąpili do Ruchu Czystych Serc i odtąd należą do wspólnoty, która stara się o to, aby ofiarować swoje czyste serce w

małżeństwie lub Bogu w powołaniu zakonnym czy kapłańskim albo też wybierając życie samotne z miłości do tych, którym chcą służyć.

Ruch Czystych Serc jest wielotysięczną wspólnotą młodych ludzi, którzy są zdecydowani czekać do ślubu z rozpoczęciem współżycia płciowego, aby być dla współmałżonka pełnym bezinteresownym darem z siebie samej/samego. Wspólnota ta powstała przy redakcji czasopisma *Miłujcie się!* wydawanego przez Towarzystwo Chrystusowe w Poznaniu. Ruch Czystych Serc dokładnie promuje to, o czym nauczał Jezus Chrystus: „*Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą*" (Mt 5,8). Decydujący się wstąpić do RCS chcą spełnić w swoim życiu to, co Bóg powiedział już w Księdze Rodzaju: „*Dlatego to mężczyzna opuszcza ojca swego i matkę swoją, łączy się ze swą żoną tak ściśle, że stają się jednym ciałem*" (Rdz 2,24), a Jezus to potwierdził i dodał „*Co więc Bóg złączył człowiek niech nie rozdziela*" (Mt 19,6). Młodzi ludzie wybierają na swojego Przewodnika życiowego Jezusa Chrystusa, który staje się dla nich najważniejszym Nauczycielem. Jest dla nich Kimś najbliższym do Kogo przychodzą ze wszystkimi problemami swojej młodości. Z Jezusa czerpią siły na wytrwanie w czystości, a jeżeli się to im nie udaje, to poprzez sakrament pojednania zaraz po upadku powracają do Boga. Liczą zatem na Boże prowadzenie oraz na Boże miłosierdzie. Uczą się patrzeć czysto na siebie oraz innych, ponieważ Jezus sam powiedział: „*Każdy, kto pożądliwie patrzy na kobietę już się w swoim sercu dopuścił z nią cudzołóstwa*" (Mt 5,28). Przyjmują za prawdę to, że od chrztu św. stają się świątynią Boga i już nie należą do samych siebie (1Kor 6,19). Świadomie wypełniają prośbę Boga skierowaną przez św. Pawła „*wolą Bożą jest wasze uświęcenie powstrzymywanie się od rozpusty, aby każdy umiał utrzymywać ciało własne w świętości i we czci, a nie w pożądliwej namiętność, jak to*

*czynią nie znający Boga poganie*" (1Tes, 4,3-4). Pragną mieć we czci swoje małżeńskie łoże (por. Hbr 13,4)

Wstępujący do RCS rozumieją, że Bóg dając VI i IX przykazania pragnie uszczęśliwić oraz uchronić od zła i cierpień każdego człowieka. Jasne zatem jest, że to Bóg jako Stwórca staje w obronie każdego człowieka oraz wielkiego daru jakim jest płeć, ciało, miłość, małżeństwo, rodzina, wierność, uczciwość małżeńska. Młodzi zdecydowani są ofiarować w dniu ślubu współmałżonkowi nie tylko siebie w darze, ale zachowany lub wypracowany dar wstydliwości, intymności, czystości oraz jeśli posiadają to i dar dziewiczości. Chcą oni żyć wolni od zranień, podejrzliwości, zazdrości, zdrad i krzywd, które często mają swoje źródło w przedmałżeńskich kontaktach seksualnych. Są wśród nich tacy, którzy mają poza sobą bardzo bolesne doświadczenia seksualne, ale dzięki mocy Chrystusa zostali uzdrowieni z bagażu trudnych do udźwignięcia przeżyć. Przyjazna dłoń Chrystusa przeprowadza ich przez kolejne przeciwności, które niesie dzisiejszy świat oraz umacnia ich w dobrym.

Do RCS może wstąpić każdy, kto chce oddać swoje serce Jezusowi, aby On je kształtował, oczyszczał i leczył czyniąc je zdolnym do prawdziwej miłości.

Osoby wstępujące do RCS zobowiązują się wypełniać:

- *Przyrzeczenie niepodejmowania współżycia seksualnego do czasu przyjęcia sakramentu małżeństwa i ofiarowania siebie w darze współmałżonkowi.*
- *Postanowienie niekupowania i nieoglądania/nieczytania czasopism, programów ani filmów o treściach pornograficznych* – to zobowiązanie jest bardzo ważne szczególnie dla tych, którzy wcześniej mieli kontakt z wytworami pornograficznymi. Trzeba tu zdecydowanego, radykalnego zerwania z uzależnieniem. Każdy

kontakt z pornografią niszczy czystość wewnętrzną człowieka i utwierdza go w egoizmie seksualnym.

- *Codzienne spotykanie się z Jezusem na modlitwie i w lekturze Pisma św.* – zobowiązanie to jest koniecznością, poprzez którą Chrystus może kształtować czyste serce. Modlitwa jest mostem łączącym z Jezusem, jest liną, po której Jezus może wyciągnąć człowieka z największego bagna. W codziennej modlitwie należy powierzać Jezusowi swoje życie, wszystkie swoje sprawy, decyzje, radości, osiągnięcia, słabości, upadki czy uzależnienia. On – Lekarz pochyla się nad każdym człowiekiem, podnosi go, oczyszcza i czyni wolnym od uzależnień. Jezus bierze każdą i każdego z nas w swoje ramiona i uzdrawia. Na to potrzeba czasu i wielkiej cierpliwości. Tu ważne będzie ułożenie sobie planu dnia, tak aby mieć stały czas na spotykanie się z Panem swojego życia. Trzymanie się tego planu wymaga wewnętrznej samodyscypliny, co z kolei wpływa na kształtowanie charakteru. Czas spędzany z Jezusem prowadzi do pogłębiania życia duchowego i ubogacania wiary. Liczy się tu wytrwałość i zaufanie. Przez lekturę Pisma św. poznaje się coraz bardziej Jezusa, co ułatwia okazywanie Mu miłości i zbliżanie się do Niego. Realizowanie tego zobowiązania prowadzi do coraz ściślejszego zjednoczenia z Bogiem, którego ukoronowaniem będzie wieczność. Młodzi z RCS codziennie odmawiają *Modlitwę zawierzenia*, wypraszając w ten sposób pomoc Jezusa do przeżywania każdego kolejnego dnia.
- *Częste przystępowanie do Komunii św. oraz adoracja Najświętszego Sakramentu* – zanurzanie swojego serca w oceanie Boskiej miłości Jezusa jest nieodzowne do pogłębiania życia wewnętrznego. Nie można dojść do wieczności bez częstego karmienia się w pielgrzymce życia Ciałem Chrystusa. Przez

trwanie w Jego eucharystycznej obecności Jezus sam uczy kochać, uzdrawia i umacnia. To od Niego otrzymujemy ten niezwykle cenny dar czystego serca.

- *Regularne przystępowanie do sakramentu pojednania oraz natychmiastowa spowiedź św. po grzechu ciężkim* – daje doświadczać człowiekowi miłosiernej miłości Jezusa. On zawsze przebacza, kiedy z żalem powracamy do Niego. On każdą i każdego chce podnieść z grzechu oraz z różnych zniewoleń. Ważna będzie tu troska o stałe życie w łasce uświęcającej, którą traci się przez grzech śmiertelny, a osłabia się ją grzechami lekkimi. Przy popełnieniu grzechu ciężkiego nie wolno zwlekać i należy zaraz korzystać ze spowiedzi św., aby nie trwać w duchowej śmierci. Jezus czeka, aby nas podnieść z upadku i uwolnić od grzechu, uzdrowić z jego skutków oraz uleczyć z ran niewierności. Korzystanie z sakramentu pojednania może utrudniać doświadczenie zniechęcenia. Trzeba walczyć z tym odczuciem, bo uleganie mu spowoduje odsunięcie się od Boga i ponowne wejście na drogę zła. Zniechęcenie jest przeciwne czystemu sercu. Tu ważne będzie bezgraniczne zaufanie do Jezusa i ciągła współpraca z Jego łaską. Droga, która prowadzi do wieczności jest wąska i stroma.
- *Systematyczna praca nad sobą* - jest nieodzowna w walce o czyste serce. Żyjemy wśród ciągłych pokus, nieczystych reklam, propozycji hedonizmu i używania świata, które odrywają nas od drogi czystej miłości. W samowychowaniu ważne będzie codzienne robienie wieczornego rachunku sumienia, podejmowanie postanowień i rozliczanie się z nich przed Jezusem. Praca nad sobą pomaga spełniać dobre uczynki i rozwijać w sobie czystą miłość, uczy wierności i otwierania się na potrzebujących.

Kierowanie sobą to też nauka pokory i opanowania w różnych trudnych sytuacjach życiowych, poprzez które wprowadza się w swoje serce ład i porządek. Życie bez wewnętrznej dyscypliny powoduje uleganie egoizmowi i różnym pożądaniom, rozluźnienie więzi z Jezusem, coraz większe grzęźnięcie w grzechach czy nałogach, a w rezultacie – marnowanie skarbu wiary i miłości.

- *Umiejętność kontrolowania własnych pobudzeń seksualnych i emocji* – jest ważna w każdej sytuacji życiowej. Nauka wyciszania napięć seksualnych, unikania pożądania czy czuwanie nad emocjami – takimi jak gniew, niezdrowa ciekawość, agresja, niechęć, nienawiść czy zazdrość – daje wewnętrzną wolność serca.
- *Unikanie wszystkiego, co uzależnia, przede wszystkim narkotyków, alkoholu i nikotyny* – jest konieczne przy wyborze Chrystusa, który staje się jedynym Panem i najważniejszym Nauczycielem. Tylko On oraz Jego nauczanie czyni człowieka w pełni wolnym. Wybór Jezusa na Pana i Króla swojego życia wiąże się z pójściem pod prąd temu, co najczęściej oferuje młodzieży dzisiejszy świat. Umiejętność odmawiania na propozycje używek jest ważnym aktem woli. Dlatego nie można zrezygnować z kształtowania w sobie silnej woli.
- *Dziewczęta dodają postanowienie skromnego ubierania się i nieprowokowania u innych pożądliwych myśli czy pragnień* – nieskromność w ubiorze, brak wstydliwości skłania do nieczystych myśli i nieczystych pragnień. To natomiast powoduje, że patrzy się na dziewczynę jak na przedmiot użycia.

Do RCS w Polsce wstąpiło już wielu młodych ludzi. Tworzą wielką wspólnotę, która daje oparcie i wzajemne umocnienie w pokusach przeciwko czystości. Modlą się oni za siebie nawzajem, spotykają się na rekolekcjach, mają swoją Patronkę - Karolinę Kózkównę. Ona to oddała życie w obronie czystości oraz dziewiczości i jest na dzisiejsze czasy bardzo dobrym wzorem do naśladowania. Niektórzy ze wspólnoty RCS rozpoczęli już sakramentalne małżeństwo tworząc wspólnotę *Ruchu Czystych Serc Małżeństw* (RCSM), która również znajduje się przy redakcji *Miłujcie się!* Są i tacy, którzy poszli drogą kapłańską lub zakonną wychodząc z RCS. Dla wspólnot tych czasopismem formacyjnym jest każdy kolejny numer *Miłujcie się!* Młodzi mogą przeczytać różne świadectwa swoich rówieśników, w których opisują oni, jak uratował ich z różnych zniewoleń sam Jezus Chrystus. Każdy może znaleźć tam artykuły dla siebie. Ostatnie strony są poświęcone młodzieży z RCS, a wcześniejsze RCSM. Istotne dla rozwoju życia wewnętrznego są artykuły o zagrożeniach duchowych. Są też artykuły, które wiele wnoszą dla budowania wiary i osobowości czytelników. Czasopismo wychodzi w nakładzie 200.000 i rozchodzi się również poza granicami Polski. Jest tłumaczone na 10 języków, dlatego do RCS wstępują również młodzi spoza naszych granic.

Do RCS można wstąpić odmawiając po spowiedzi i po przyjęciu komunii św. *modlitwę zawierzenia* oraz powiadomić o tym redakcję (Redakcja Miłujcie się!, ul. Marii Panny 4, 60-962 Poznań; redakcja@milujciesie.org.pl; www.milujciesie.org.pl).

Treść *modlitwy zawierzenia* jest następująca:

*„Panie Jezu, dziękuję Ci, że ukochałeś mnie miłością bez granic, która chroni od zła, podnosi z największych upadków i leczy najboleśniejsze rany. Oddaję Ci, Panie, swoją pamięć, rozum, wolę, duszę i ciało wraz ze swoją płciowością. Przyrzekam nie podejmować współżycia seksualnego do czasu przyjęcia sakramentu małżeństwa. Postanawiam nie czytać, nie kupować i nie oglądać czasopism, programów ani filmów o treściach pornograficznych. (Dziewczęta mogą dodać: »Postanawiam ubierać się skromnie i w żaden sposób nie prowokować u innych pożądliwych myśli czy pragnień«.) Przyrzekam codziennie spotykać się z Tobą na modlitwie i w lekturze Pisma św., w częstym przyjmowaniu Komunii św. i adoracji Najświętszego Sakramentu. Postanawiam regularnie przystępować do sakramentu pojednania, nie ulegać zniechęceniu i natychmiast podnosić się z każdego grzechu.*

*Panie Jezu, ucz mnie systematycznej pracy nad sobą, a zwłaszcza umiejętności kontrolowania moich pobudzeń seksualnych i emocji. Proszę Cię o odwagę w codziennej walce ze złem, abym nigdy nie brał(a) narkotyków i unikał(a) wszystkiego, co uzależnia, a w szczególności alkoholu i nikotyny. Ucz mnie tak postępować, aby w moim życiu najważniejsza była miłość.*

*Maryjo, Matko moja, prowadź mnie drogami wiary do samego źródła Miłości - do Jezusa. Za sługą Bożym Janem Pawłem II pragnę całkowicie zwierzyć się Tobie: »Totus Tuus, Maryjo!«. W Twoim Niepokalanym Sercu składam całego (całą) siebie, wszystko, czym jestem, każdy swój krok, każdą chwilę swojego życia. Błogosławiona Karolino, wypraszaj mi dar czystego serca. Amen!*”

- - - - - - - - - -

Pomocą do formacji młodzieży jest ostatnio wydana książka *Droga czystej miłości*, z której mogą korzystać katecheci, kapłani, wychowawcy, nauczyciele wychowania do życia w rodzinie oraz animatorzy różnych grup parafialnych (takich jak KSM, oaza, ministranci, schole, Pomocnicy Matki Kościoła, ZHR, młodzież przygotowująca się do bierzmowania i inne). Podręcznik ten składa się z 8 rozdziałów szeroko obejmujących rozwój życia wewnętrznego młodego człowieka. Kolejne rozdziały to:

1. Wobec własnego ja,
2. Bóg i ja,
3. Więzi między ludźmi,
4. Ciało i płeć,
5. Więzi: chłopak – dziewczyna,
6. Moje małżeństwo,
7. Rodzina,
8. Ruch Czystych Serc.

Książka zawiera 80 scenariuszy spotkań z młodzieżą, gdzie treści każdej jednostki tematycznej wypływają z Pisma św. i na jego podstawie dokonywana jest formacja młodego człowieka. Podręcznik ten posiada płytę CD zawierającą ponad 200 pomocy dydaktycznych takich jak: mini karty pracy, rozsypanki, materiały do pracy w grupach oraz do refleksji, cytaty z Pisma św. i inne do rozlosowania, kilka prezentacji multimedialnych oraz linki do prezentacji ze strony adonai.pl (Pomoc duchowa). Książka wydana jest przez redakcję czasopisma *Miłujcie się!*