

Pokuta jest skutkiem przyjęcia Słowa Bożego i opamiętania się, tj. uświadomienia sobie swojej własnej grzeszności wobec ludzi i Boga ([Rzym. 3:12,23](#)). Ma związek z głębokim, wewnętrznym żalem z powodu popełnionych grzechów i jednoczesnym wyznaniem ich przed Bogiem, a niekiedy też przed ludźmi ([Mat. 3:5-8](#); [Dz.Ap. 19:18](#); [Jak. 5:16](#)). Jest aktem religijnym, duchowym, którym Bóg nie wzgardzi ([Ps. 51:19](#)). Wiąże się z potrzebą i koniecznością porzucenia dotychczasowego życia, postępowania, jak i niekiedy rzeczy mu towarzyszących ([Łuk. 19:8-10](#); [Dz.Ap. 8:7](#); [19:18-19](#)).

Pokuta (gr. *metanoia*) w biblijnym tego słowa znaczeniu jest w swej istocie zmianą usposobienia, oznacza przemianę umysłu, jest zmianą woli, powoduje żal za grzech i prowadzi do naprawy życia, wyraża ideę zawrócenia, zmiany kierunku, powrotu na właściwą drogę ([Łuk. 15:11-24](#); [19:1-9](#)). Jest bezkompromisowym zerwaniem z grzechem i dotychczasowym sposobem myślenia oraz życia ([1Kor. 6:14-18](#); [7:1](#)). Zatem pokuta to nie tylko porzucenie grzechu, ale i zwrócenie się w kierunku Boga ([1P. 2:1-5](#), [9-12](#)), bez którego to zwrócenia niemożliwe jest nasze życie z Chrystusem i Jego życie w nas ([Gal. 2:20](#); [Filip. 3:7-115](#)). Żal, smutek z powodu grzechu w pokucie, którego źródłem jest przede wszystkim Duch Święty przekonujący nas o grzechu, sprawiedliwości Bożej i sądzie ([Jan 16:8-14](#)). prowadzi do nowego życia, do wyzwolenia ([2Kor. 7:10](#)), zaś smutek pochodzący z nas samych, tj. światowy, z „pożądliwości ciała, oczu i pychy życia” ([1Jan 2:15-17](#)), będący skutkiem niespełnionych oczekiwań człowieka w starej naturze, prowadzi do śmierci.

Obrazem tych dwóch rodzajów smutku i postaw z nich wynikających było życie Judasza i Piotra. Judasz w kontekście swoich wyobrażeń i oczekiwań odnośnie do Jezusa ([Mat. 20:20-21](#); [Mar. 9:33-34](#)), nie chcąc przecież Jego śmierci, tak jak Piotr ([Mat. 16:21-23](#)), wydał Go ówczesnym władzom religijnym Izraela, gdy jednak uświadomił sobie chybienie tego celu i wyobrażeń, co wyraził w czynie i słowie, oddając zapłatę za zdradę Mistrza, powiedział starszyźnie Izraela, że „zgrzeszył wydając krew niewinną” ([Mat. 27:4](#)). Był zasmucony swoim czynem, ale nie był zdolny do pokuty. Słowem greckim określającym ten żal Judasza nie jest *metanoia*, ale *metamelomai*, które oznacza nie tyle zmianę umysłu, woli i zawrócenie, ile raczej uczucie żalu. Zupełnie inaczej było w przypadku Piotra, który podobnie jak Judasz zapierając się Chrystusa, zgrzeszył wobec Nauczyciela ([Mat. 26:69-75](#)). Uświadamiając sobie swój grzech, „gorzko zapłakał”, nie tyle nad rozczarowaniem co do swoich oczekiwań odnośnie do swojej pozycji w Jego Królestwie, ile przede wszystkim nad swoim tchórzostwem i zdradą

wobec tego, który był jego Mistrzem. Smutek Piotra przyniósł odnowę i życie, smutek Judasza – śmierć.

Tym samym prawdziwa pokuta jest wyrazem wewnętrznych pragnień jednostki, które Chrystus ujął w błogosławieństwach ([Mat. 5:3-9](#)). Tylko ludzie ubodzy w duchu, cisi, pokorni, mający świadomość swojej marności, łaknący sprawiedliwości, a zatem dostrzegający jej brak w swoim życiu i wokół siebie, jak i w tym kontekście też miłosierni, czystego serca i pokój czyniący, tak naprawdę zdolni są „zapłakać gorzko” i tym samym mogą wejść w tę głęboką relację z Tym, który jest tego wszystkiego źródłem. Bo też zerwanie z grzechem wymaga zrozumienia jego istoty w ogóle i swojego własnego grzechu, ma więc ścisły związek z uznaniem grzechu swojego otoczenia, w tym i swoich najbliższych oraz przodków, tj. ich bałwochwalstwa, nieprawości, jakich się dopuścili wobec bliźnich i Boga, a których skutki mogą nas dotyczyć w kontekście społeczno-politycznym, materialnym, mentalnym i duchowym ([2Moj. 20:5-6](#); [3Moj. 26:39-42](#); [1P. 1:18-19](#); [Mat. 10:34-37](#); [27:25](#); [Efez. 6:10-12](#)).

W pokucie nie ma miejsca na nienawiść, pogardę do ludzi za ich grzech, tj. trwanie w nim i popełnianie go, ale dokonuje się w niej przede wszystkim potępienie własnego grzechu wobec Boga i bliźniego. Pokuta to przyjęcie Jezusa jako swojego Zbawiciela od tego właśnie grzechu, ale i jako Pana nowego już życia. Pokuta jest zatem uznaniem Jego autorytetu w aspekcie prawd wiary, zasad moralnych i form kultu, jakie zostały określone w Słowie Bożym ([3Moj. 19:4-5](#), [31,11-18](#), [32-36](#); [5Moj. 29:15-17](#)).

### **Pokutę cechuje:**

- **Przyjęcie faktu, że się jest grzesznikiem** w swej naturze i istocie wobec Boga i ludzi ([Rzym. 3:10](#); [Oz. 14:1-2](#); [Ps. 51: 5-7](#); [Neh. 9:33](#)), głęboki żal, smutek z powodu grzechu, bezwzględne świadome i emocjonalne potępienie go w ciele na Krzyżu ([Mat. 10:38-39](#); [Łuk.23:41-43](#); [Rzym. 8:3](#)). Jest niedopuszczalne w pokucie jakiegokolwiek usprawiedliwianie swojego grzechu ([1Moj. 3:12](#); [1Sam. 15:24](#)). Osoba autentycznie uznająca swój grzech wobec Boga i bliźniego nie targuje się o słowa i czyny, za które przeprasza tych, których skrzywdziła i wobec których uznaje swój grzech. Pokutujący zatem powinien przyjąć postawę wyrażoną w słowach Chrystusa: „Nie sprzeciwiajcie się złemu, jeśli cię kto uderzy w prawy policzek, nadstaw mu i drugi” ([Mat. 5:39](#)). Innymi słowy, z pokorą przyjmuje wymówki ze strony osób, które skrzywdził, a które mogą mu robić jakieś zarzuty w kontekście niechlubnej przeszłości lub może nawet nie chcą przebaczyć jego czynów, nie rozumieją jego zmiany i postawy, nie ufają mu. Każdy autentycznie nawrócony człowiek gotowy jest ponieść wszelkie konsekwencje skutków

swojego grzechu, w myśl słów Chrystusa: „Temu, kto chce się z tobą procesować i zabrać ci szatę, zostaw i płaszcz” ([Mat. 5:40](#)), jak i w kontekście biblijnej zasady, jaką zaprezentował w swojej pokucie Zacheusz, mówiąc: „Panie, oto połowę majątku mojego daję ubogim, a jeśli na kim co wymusiłem, jestem gotów oddać w czwórnasób” ([Łuk. 19:8](#)), do czego też i Chrystus zachęca.

- **Wyznanie** wszystkich swoich grzechów szczegółowo „po imieniu” ([Ps. 32: 5-6](#); [Przyp. 28:13-14](#)). Wyznanie grzechu w obecności innych ma swoje uzasadnienie: po pierwsze wówczas, gdy czujemy, że nasze sumienie z powodu popełnionego grzechu, mimo wyznawania swojej nieprawości w komorze (na osobności), jest nadal obciążone i nie znajduje ono pokoju ([Jak. 5:16](#)); po drugie zawsze wtedy, gdy dopuściliśmy się grzechu np. oszczerstwa, pomówienia wobec swojego bliźniego, podważając w obecności innych jego dobre imię, lub gdy publicznie byliśmy dla postronnych i współbraci zgorszeniem poprzez swoje niemoralne zachowanie ([Mat. 5:23-24](#)). Innymi słowy, człowiek oczerniający bliźniego publicznie lub popełniający grzech wobec innych powinien przeprosić i wyznać grzech, tak by jego pokuta była równie jawna, jak jego upadek.
- **Zadośćuczynienie** i uregulowanie wszystkich złych rzeczy, jakich dopuściliśmy się wobec Boga i ludzi. I tak w kontekście religijnego bałwochwalstwa, tj. niewłaściwego oddawania Bogu czci ([Iz. 1:10-17](#)), należy usunąć niebiblijne formy i przedmioty kultu ([5Moj. 7:25-26](#); [Dz.Ap. 19:19](#)) oraz zmienić dotychczasowe niewłaściwe zachowanie się wobec Boga ([1Piotr 2:25](#); [Dz.Ap. 17:23-25, 29-31](#); [1Jan 3:23-24](#)). Wobec ludzi zaś uregulować różnego rodzaju krzywdy wyrządzone im na skutek niechęci do nich, nienawiści, zazdrości, chciwości i niewłaściwej postawy moralnej, tj. stosowania przemocy, kłamstwa, oszczerstwa, pomówienia czy nadużyć pieniężnych, poprzez: wyznanie tego Bogu, przeproszenie wszystkich, którym wyrządziliśmy tym krzywdę, zwrócenie im honoru i godności, którą nadwyrężyliśmy, zwrócenie własności tym, których okradliśmy lub jesteśmy im dłużni pieniądze ([Łuk. 19:1-10](#); [Rzym. 12:18](#); [13:8](#)), oraz przebaczenie wszystkim tym, którzy wyrządzili nam krzywdę ([Mat. 6:12](#); [Kol. 3:12-14](#)).

### **Skutki pokuty:**

Każdy szczerze wyznany grzech zostaje nam przebaczony ([1Jan 1:8-10](#)). Wybaczenie, odpuszczenie grzechów przez Boga oznacza nie tylko wymazanie naszego grzechu jako winy w Jego oczach ([1Jan 1:8-10](#)), ale i zwolnienie nas od kary, tj. potępienia za ten grzech, ponieważ wyznając swój grzech, sami się osądzamy i nie podlegamy już w tej

sprawie sądowi Bożemu ([Jan 3:19-21](#); [1Kor. 11:31](#)). Pokutujący w oparciu o tekst Pisma świętego i moc Krzyża musi wierzyć, że uzyskał przebaczenie przez i w Chrystusie. Usprawiedliwienie otrzymuje się tylko przez wiarę i jest ono nie tylko świadomością intelektualną „bo tak jest napisane”, ale stanem duchowej, wewnętrznej pewności wynikającej z faktu pojednania.