środa, 18.01.2023

Wielki Post

„Wędrująca Wielkanoc”

Wielkanoc, a w raz z nią Wielki Post stanowią tzw. Święto ruchome. Każdego roku Wielkanoc obchodzona jest w różną niedzielę. Skąd to się wzięło. Dlaczego Wielkanoc „wędruje” po kalendarzu? Otóż data najważniejszego chrześcijańskiego święta jest bezpośrednio związana z fazami Księżyca. Podczas Soboru Nicejskiego w 325 roku przyjęto zasadę, że Wielkanoc będzie się obchodzić w pierwszą niedzielę po pierwszej wiosennej pełni księżyca. Niedziela Wielkanocna może zatem wypadać od 22 marca do 25 kwietnia włącznie. Daty kościelnej pełni Księżyca zostały wyznaczone w czasie Soboru Nicejskiego i mogą różnić się od daty pełni astronomicznej. Data Wielkanocy uzależniona jest od tradycji i zjawisk astronomicznych. Data najważniejszego chrześcijańskiego świata odnosi się do daty ukrzyżowania Jezusa Chrystusa, które zależnie od Ewangelii miało miejsce w dniu żydowskiego święta Paschy lub przeddzień święta Paschy. Na terenie ówczesnej Jerozolimy obowiązywał kalendarz księżycowy i do według faz Księżyca wyznaczane były daty świąt. Święto Paschy obchodzone było w dniu pierwszej wiosennej pełni. Właśnie do tej tradycji odnoszą się ewangelie Św. Marka, Św. Mateusza i Św. Łukasza, które datę ukrzyżowania Chrystusa określają w dniu święta Paschy. Tradycja ta została przyjęta przez Kościół Katolicki.

Polacy również mają swój wkład w tworzenie kalendarza, od którego uzależnione są daty świąt ruchomych w Kościele Katolickim. Polski astronom, Mikołaj Kopernik, pracował nad wyznaczeniem dat równonocy wiosennej, a tym samym daty Męki Pańskiej oraz Wielkanocy. Zjawisko faz Księżyca wynika z ruchu obiegowego naturalnego satelity wokół Ziemi. Słońce oświetla zawsze połowę powierzchni Księżyca, a to jaką fazę obserwujemy, jest zależne od położenia Księżyca względem Ziemi. Ruch obiegowy Srebrnego Globu zajmuje około 28 dni, co prowadzi to tego, że pełnia nie wypada w każdym miesiącu tego samego dnia.

Historia

Środa Popielcowa rozpoczyna okres czterdziestodniowego przygotowania do największej chrześcijańskiej uroczystości - Świąt Paschalnych. Wielki Post, bo tak nazywa się ten okres, trwa do początku liturgii Mszy Wieczerzy Pańskiej sprawowanej w Wielki Czwartek. Już w II wieku, dla lepszego przygotowania do przeżycia Świąt Paschalnych, dodano dwa dni postu przed tym świętem. Wspomina o tym Tertulian (+ ok. 240). Św. Ireneusz (+ ok. 202) pisze, że za jego czasów zwyczaj ten istniał również w Galii: ku czci 40-dniowego postu Pana Jezusa był nakazany post 40-godzinny (obowiązywał zatem w Wielki Piątek i w Wielką Sobotę). W wieku III poszczono już cały tydzień. Wreszcie na początku wieku IV wprowadzono post 40-dniowy na pamiątkę postu Jezusa Chrystusa. Po raz pierwszy wspomina o tym św. Atanazy z Aleksandrii w liście pasterskim z okazji Wielkanocy z 334 r. Chodziło o to, aby jak najlepiej przygotować wiernych do świąt wielkanocnych.

Do obchodu tak wielkiego święta chrześcijanie przygotowywali się bardzo starannie. Rożny był jednak okres tego przygotowania w różnych czasach i regionach chrześcijańskiego świata. Najstarszą formą przygotowania do świętowania Paschy - Wielkanocy był post. Praktykowano go przez dwa dni poprzedzające Wielkanoc, to jest w Wielki Piątek i Wielką Sobotę. Post ten, trwający czterdzieści godzin, nazywano postem paschalnym, ponieważ wiązał się z przeżywaniem Paschy Chrystusa i godnym jej sprawowaniem. Z tego prawzoru przygotowania do świętowania Wielkanocy poprzez „post paschalny" zaczął się rozwijać okres długiego „postu paschalnego". Okres ten trwał najpierw jeden tydzień, bezpośrednio poprzedzający Wielkanoc (tak było w Egipcie w III wieku).

Sobór nicejski w 325 r. określił czas do czterdziestu dni postnych. Zasadniczy kształt, choć jeszcze nieostateczny, przygotowania do Wielkanocy, jako okres czterdziestodniowy, znany był w Kościele Zachodnim w IV wieku. Dni postne obliczano od Wielkiego Czwartku wstecz - tak więc początek postu przypadał na szóstą niedzielę przed Wielkanocą, czyli pierwszą niedzielę Wielkiego Postu. Liczbę czterdziestu dni postu przejął Rzym od Kościoła Wschodu. Ponieważ niedziele były wolne od postu jako tygodniowej Paschy, stąd dni postnych było tylko 34, a dodając Wielki Piątek i Wielką Sobotę - 36 dni rzeczywistego postu. Na przełomie VI i VII wieku dla uzyskania liczby czterdziestu dni rzeczywistego postu dodano brakujące cztery dni, przesuwając początek Wielkiego Postu z niedzieli na środę, zwaną Środą Popielcową. Liczba 40 występuje w Biblii i ma znaczenie symboliczne. Przywodzi na pamięć starodawne wydarzenia, takie jak 40 dni potopu, poprzedzającego zawarcie przymierza przez Boga z Noem; 40 lat wędrówki Izraela po pustyni ku ziemi obiecanej; 40 dni przebywania Mojżesza na górze Synaj, gdzie otrzymał on od Boga Jahwe tablice Prawa; 40 dni uciekał do góry Horeb prorok Eliasz przed mściwą Jezebel, żoną Achaza, króla Izraela. A nade wszystko symboliczna liczba czterdzieści dni postu wiąże się z okresem Chrystusowego przygotowania do swojej Paschy przez pobyt na pustyni, naznaczony samotnością, modlitwą i walką z szatanem (por. Mt 4, 1-11). Walka ta zakończyła się ostatecznym zwycięstwem Chrystusa nad szatanem, grzechem i śmiercią oraz chwalebnym zmartwychwstaniem.

Według świadectwa Aegerii (w. IV) post 40-dniowy był powszechnie znany. Potwierdza to także św. Cyryl Jerozolimski, kiedy pisze w swoich katechezach o 40 dniach pokuty. Na Wschodzie jednak Wielki Post obchodzono przez 8 tygodni, a to dlatego, że soboty i niedziele były wolne od postu. Chodziło więc o uzupełnienie pełnych 40 dni postu. W wieku VI w Rzymie post rozpoczynał się 6 tygodni przed Wielkanocą. Jednak po odliczeniu niedzieli, w które nigdy nie poszczono, post trwał właściwie tylko 36 dni. Dlatego w wieku VII dodano brakujące dni i wyznaczono jako początek Wielkiego Postu Środę Popielcową. Ostatecznie środa jako początek Wielkiego Postu weszła na stałe do tradycji rzymskiego kościoła w 1570 roku. Od św. Grzegorza I Wielkiego (+ 604) datuje się powstanie "przedpościa". Na trzy tygodnie przed Wielkim Postem wprowadzał Kościół fioletową, pokutną barwę szat liturgicznych, z modlitw i śpiewów usuwano radosne Alleluja, do roku zaś 1248 w tym czasie obowiązywał również post, chociaż w formie złagodzonej. We wspomnianym 1248 roku papież Innocenty IV skrócił Wielki Post, wyznaczając go od Środy Popielcowej. Przedpoście było więc rodzajem przedsionka, wprowadzającego w nastrój Wielkiego Postu. Reforma liturgiczna ostatnich lat Przedpoście zniosła. W Polsce Wielki Post zachowywano wraz z Przedpościem (łącznie 70 dni) jeszcze w niektórych stronach w wieku XVIII, a nawet XIX. W niedzielę post nie obowiązywał i dotąd nigdy nie obowiązuje - każda niedziela bowiem ma charakter uroczystości.

Sam zwyczaj posypywania głów popiołem na znak żałoby i pokuty, celebrowany w Środę Popielcową, znany jest w wielu kulturach i tradycjach, m.in. w starożytnym Egipcie, u Arabów i w Grecji. W liturgii pojawił się on w VIII w. Pierwsze świadectwa o święceniu popiołu pochodzą z X w. W 1091 r. papież Urban II wprowadził ten zwyczaj jako obowiązujący w całym Kościele. W tym też czasie ustalono, że popiół do posypywania głów wiernych ma pochodzić z palm poświęconych w Niedzielę Palmową poprzedniego roku. W Środę Popielcową - zgodnie z kanonami 1251-1252 Kodeksu Prawa Kanonicznego - obowiązuje wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych i post ścisły (trzy posiłki w ciągu dnia, w tym tylko jeden - do syta). Prawem o wstrzemięźliwości są związani wszyscy powyżej 14. roku życia, a prawem o poście - osoby pełnoletnie do rozpoczęcia 60. roku życia. Prawo kanoniczne nie nakłada na wiernych natomiast obowiązku uczestniczenia

w tym dniu w Kościele (chociaż jest to powszechną praktyką, z której nie powinno się rezygnować bez ważnej przyczyny). W całym Kościele w Wielkim Poście odbywały się nauki, które dawał kandydatom do przyjęcia Chrztu świętego sam miejscowy biskup. On także przeprowadzał końcowy egzamin i uroczyście udzielał tego sakramentu w noc wielkanocną przed świtem pamiątki Zmartwychwstania Pańskiego wobec całej wspólnoty kościelnej. Do dziś zaleca się, by chrzest osób dorosłych odbywał się właśnie w Wigilię Paschalną i był poprzedzony tzw. skrutyniami, odbywającymi się na przestrzeni Wielkiego Postu.

Liturgia

W okresie Wielkiego Postu, który jest czasem pokuty i nawrócenia, Kościół, przypominając słowa Jezusa, proponuje trzy drogi przybliżania się do Boga: post, jałmużnę i modlitwę. Liturgia tego okresu jest dość wyciszona. Dominującym kolorem szat liturgicznych jest fiolet. Z obrzędów Mszy świętej znika uroczysty hymn "Chwała na wysokości Bogu" (śpiewany jedynie w czasie przypadających w Wielkim Poście uroczystości, np. św. Józefa - 19 marca, czy Zwiastowania Pańskiego - 25 marca) oraz radosna aklamacja "Alleluja" (nawet w uroczystości i święta) śpiewana przed odczytaniem fragmentu Ewangelii (zastępuje ją aklamacja "Chwała Tobie, Królu wieków" albo "Chwała Tobie, Słowo Boże"). Zakazane jest przyozdabianie ołtarza kwiatami, zaś gra na instrumentach muzycznych dozwolona jest tylko w celu podtrzymania śpiewu. Z rzadka także odzywają się dzwony. Jedynym wyjątkiem od tych ostatnich zastrzeżeń jest IV Niedziela Wielkiego Postu, zwana Niedzielą Laetare (łac. "Wesel się" - od pierwszych słów introitu). W okresie Wielkiego Postu zabroniony jest udział w zabawach. Organizuje się także zwykle kilkudniowe rekolekcje, które mają pomóc w dobrym przeżyciu tego czasu. W wielu kościołach zachował się zwyczaj ustawiania krzyża, przy którym można klęknąć i ucałować rany Chrystusa. Zwykle stoją przy nim świece i kwiaty. Zmiany następują także w Liturgii Godzin. W Godzinie Czytań w niedziele nie odmawia się hymnu "Ciebie, Boga, wysławiamy". W formułach rozpoczynających każdą Godzinę oraz w kilku innych częściach (np. responsoriach) opuszcza się radosne "Alleluja". Zmieniają się także przepisy dotyczące wspomnień obowiązkowych i dowolnych. Obchodzi się je jako tzw. wspomnienie dodatkowe. Oznacza to, że w liturgii Mszy św. można odmówić kolektę z tego wspomnienia. W Liturgii Godzin natomiast w Godzinie Czytań, obok dwóch czytań z dnia bieżącego, dodaje się trzecie - ze wspomnienia i kończy Godzinę modlitwą o świętym. W Jutrzni i Nieszporach używa się tekstów z dnia bieżącego, po modlitwie końcowej dodaje się jeszcze antyfonę o świętym i drugą modlitwę ze wspomnienia. Zachowuje się fioletowy kolor szat liturgicznych. W soboty nie obchodzi się wspomnienia Najświętszej Maryi Panny.

Liturgia Wielkiego Postu koncentruje się wokół trzech tematów, które raz po raz przewijają się w modlitwach i czytaniach biblijnych tego okresu. Są nimi: chrzest, pokuta i Męka Pańska. Tematy te pojawiają się bardzo wcześnie. Mają też swoje uzasadnienie historyczne. Wielki Post był czasem bezpośredniego przygotowania katechumenów do przyjęcia chrztu w Wigilię Paschalną oraz czasem pojednania publicznych grzeszników z Kościołem przez „mozolny chrzest” pokuty (spowiedź św.), które miało miejsce w poranek Wielkiego Czwartku. W liturgii ich obecność podkreślono przez dobór odpowiednich czytań biblijnych i modlitw. Kiedy zaczęła powoli zanikać instytucja katechumenów i praktyka publicznej pokuty, wtedy zyskało na sile rozważanie cierpień i śmierci Chrystusa i stało się ono przedmiotem kazań pasyjnych głoszonych w XIII wieku. Szczególną rolę w podkreślaniu Męki Pańskiej przypisywać należy misjonarzom iroszkockim, którzy w XVII i XVIII wieku prowadzili misje ludowe. Okres Wielkiego Postu był wykorzystywany przez nich dla przygotowania wiernych do spowiedzi wielkanocnej. Obrazowe ukazywanie przez kaznodziejów Męki Chrystusa wsparte zostało powstałymi na początku XVIII wieku Gorzkimi Żalami oraz Drogą Krzyżową wprowadzoną do kościołów, najpierw przez Zakon Franciszkanów, również na początku XVIII wieku.

Rozwój liturgii wielkopostnej sprawił, że wszystkie dni powszednie miały własny formularz mszalny. Formularze te są w mszale do dziś. Ubogacają one liturgię w aspekcie teologicznym. Każdy z nich jest wspaniałą katechezą biblijną, zawierającą wiele wskazówek etycznych dla chrześcijanina. W przeszłości dla katechumenów były pomocą w przygotowaniu do przyjęcia chrztu. Równocześnie dla pokutników były pouczeniem, aby się nawracali oraz nie popadali na nowo w grzechy już odpokutowane. Dziś dla wszystkich wiernych teksty te są zachętą do życia łaską sakramentu chrztu i do przestrzegania zobowiązań z niego wynikających. Są też zachętą do życia łaską i duchem sakramentu pokuty i pojednania. Przypominają, że należy unikać grzechu, który obraża Boga, i tego wszystkiego, co do grzechu prowadzi.

Teologia

Popielec

Środa Popielcowa rozpoczyna okres Wielkiego Postu - czas rozważania Tajemnicy Męki i Śmierci Chrystusa. Jej data zależy od daty uroczystości Zmartwychwstania Pańskiego. W Popielec wierni przyjmują na swoje głowy popiół - znak podjęcia wielkopostnej pokuty, umartwienia i nawrócenia. Popiół jest przygotowywany z gałązek palm lub innych drzew poświęconych w poprzednim roku podczas Niedzieli Palmowej. Akt ten symbolizuje ułomność i przemijalność człowieka oraz jest znakiem żałoby i pokuty. Podczas Mszy św. kapłan posypuje głowy wiernych popiołem, wypowiadając ewangeliczną formułę: „Nawróć się i uwierz w Ewangelię" lub słowa z Księgi Rodzaju: „Prochem jesteś i w proch się obrócisz". W ten sposób Kościół wzywa indywidualnie każdego wiernego do nawrócenia i pokuty za siebie i za świat.

Czas modlitwy i umartwienia

Popielec wypada dokładnie 46 dni przed Wielką Niedzielą. Już od II w. chrześcijanie wyznaczali specjalny okres jako przygotowanie do świąt Wielkiej Nocy. Na początku było to zaledwie 40 godzin, czyli praktycznie tylko Wielki Piątek i Wielka Sobota. Później przygotowania zabierały cały tydzień, aż wreszcie ok. V w. czas przygotowania do Uroczystości Zmartwychwstania wydłużył się do 40 dni. Kościół nawiązuje tutaj do 40 dni postu Jezusa na pustyni, a także wspomina w ten sposób 40-letnią wędrówkę ludu wybranego z niewoli egipskiej do Ziemi Obiecanej. Post nie obejmował nigdy niedzieli - dnia, który zawsze jest radosną pamiątką Zmartwychwstania. Z tego powodu do 6 tygodni Wielkiego Postu dodano brakujące dni i początek tego okresu ustalono właśnie na środę, która później została nazwana Popielcem. Ostatnia niedziela Wielkiego Postu nazywana jest Niedzielą Palmową Męki Pańskiej. Rozpoczyna ona okres Wielkiego Tygodnia - czasu bezpośrednio poprzedzającego Święte Triduum Paschalne. Wielki Post - to czas intensywnego życia duchowego, zerwania z grzechem i nawrócenia do Boga. To czas pokuty, walki z własnymi słabościami i z mocami zła.

Do dobrego przeżycia czasu Wielkiego Postu pomagają nam: modlitwa, post i jałmużna oraz odprawiane w niedziele Wielkiego Postu - Gorzkie Żale, a w piątki - nabożeństwo Drogi Krzyżowej. To minimum praktyk pokutnych na Wielki Post zostało wyznaczone przez prawo kościelne. Jednak cały okres Wielkiego Postu jest wezwaniem do pełnienia dzieł miłosierdzia, jałmużny i wzmożonej modlitwy. Katechizm Kościoła Katolickiego przypomina, że bez nawrócenia serca, czyny pokutne pozostają bezowocne i kłamliwe. I odwrotnie - nawrócenie wewnętrzne skłania do uzewnętrznienia takiej postawy przez widzialne gesty i czyny pokutne (por. KKK 1430). Uczynki te są symbolami woli nawrócenia na trzech najważniejszych płaszczyznach życia ludzkiego: w relacji do Pana Boga, samego siebie i bliźnich. Z tej racji

zapraszamy do zapoznania się z tymi trzema podstawowymi obszarami-kierunkami pracy nad sobą w okresie Wielkiego Postu.

Sens postu religijnego i pokuty

Post religijny - jest wyrazem panowania ducha nad ciałem, oczekiwania, pragnienia spotkania z Chrystusem. Przy czym nie chodzi tu tylko o to, aby nie jeść potraw mięsnych, ale poprzez odmawianie ich sobie, rezygnowanie z nich – jesteśmy zachęcani, aby zaoszczędzone w ten sposób środki przeznaczyć na potrzeby ludzi najuboższych. W wielu kościołach można spotkać puszki z napisem: „Jałmużna postna". Jeżeli na przykład ktoś jest wegetarianinem i normalnie nie je mięsa, to jest zaproszony do tego, by w inny sposób narzucić sobie wstrzemięźliwość w jedzeniu i okazać swą łączność z Chrystusem, bo piątek to przecież dzień Jego męki i śmierci.

A zatem powstałe w skutek „postu" (tzn. uczynków pokutnych) tzw. rezerwy dobra, np. wolnego czasu - mogą przyczynić się do mojego zbliżenia się do Boga i bliźniego. Z tej racji rezygnując przykładowo z wielogodzinnego ślęczenia przed TV lub komputerem - mam więcej czasu dla Pana Boga (na modlitwę, czytanie Pisma św., prasy katolickiej) oraz dla moich najbliższych w domu (na wspólny spacer czy rozmowę itp.). Ograniczając używki takie jak papierosy, alkohol, słodycze itp. - mogę powstałą nadwyżką finansową łatwiej wesprzeć jako jałmużną – osoby w potrzebie. We wszystkie zatem piątki w ciągu całego roku, a tym bardziej w okresie Wielkiego Postu - należy uszanować charakter pokuty. Dlatego katolicy nie powinni w piątki i w czasie Wielkiego Postu uczestniczyć w zabawach, dyskotekach, przyjęciach, urządzanych np. w różnych świetlicach czy remizach strażackich. Bo jeśli piątek i czas Wielkiego Postu jest dniem solidarności z Chrystusem cierpiącym dla mojego zbawienia - to oczywiste jest, że w tym dniu i czasie - nie mogę się bawić. Podobnie, jeśli obchodzę rocznicę śmierci bliskiej mi osoby, to nie będę w tym dniu urządzał balu ani brał udziału w zabawie, bo to po prostu nie wypada.

Grzechem jest zatem spożywanie mięsa w piątki, oczywiście pod warunkiem, że czyni się to w postaci świadomego wyboru. Zasadniczo powstrzymanie się od pokarmów mięsnych w piątki obowiązuje katolików, którzy ukończyli 14. rok życia [ale należy - mimo tych oficjalnych zaleceń - nawet i młodsze osoby uwrażliwiać na sens postu religijnego, wyjaśniać im jego znaczenie]. Ścisły post w Środę Popielcową i Wielki Piątek, czyli jeden posiłek do syta w ciągu dnia – obowiązuje katolików pomiędzy 18. a 60. rokiem życia.

Wielkopostne wezwania i postanowienia

Każdemu człowiekowi znane są doświadczenia własnych niedoskonałości, upadków, wad i grzechów, oraz wewnętrzne niezadowolenie z ich powodu oraz próba szlachetnego podejmowania postanowień zmiany czy pokuty. Pokuta oznacza rzeczywiste pragnienie odwrócenia się od grzechu i ponownego ukierunkowania się ku Bogu. Postawa ta jest ofiarowana człowiekowi przez łaskę Bożą. Pokuta jest więc darem Pana Boga, znajdującym oddźwięk w czynie człowieka. Centralnym aktem pokuty jest żal za grzechy jako owoc nawrócenia. Odkrywanie wielkości Pana Boga (bojaźń Boża) i Jego miłości powoduje ów żal (skruchę) za popełnione czyny. Poprzez akt skruchy uświadamiam sobie, że źle postępowałem, obrażałem Boga i jest mi z tego powodu przykro. Pokuta zawiera dalej postanowienie poprawy, wolę przystąpienia do sakramentu pokuty, ufność w Boże Miłosierdzie i w pomoc Jego łaski, mimo słabości człowieka.

W czasie Wielkiego Postu chodzi o trwalsze przylgnięcie do Boga, o nawrócenie serca człowieka ku Niemu oraz pojednanie z bliźnimi, wyrażone w postaci:

- większej wstrzemięźliwości w jedzeniu i piciu;

- większego zaangażowania się w Słowie Bożym, w czym mają pomóc również organizowane rekolekcje parafialne, Msze Święte
- skorzystania z sakramentu pokuty i pojednania;
- postanowienia, by codziennie przeczytać chociaż parę wersów Pisma Świętego czy przeczytać codzienne czytania mszalne i je rozważyć;
- unikania zbytecznego rozproszenia w postaci hucznych zabaw;
- większego skupienia się na modlitwie, zarówno tej prywatnej, jak i wspólnotowej, w kościele;
- wykazania większej wrażliwości na potrzeby innych [np. ofiarą pieniężną pragnę wesprzeć ludzi potrzebujących - poprzez choćby Caritas Polska]; czy dzieła Papieskiego Stowarzyszenia Pomocy Kościołowi w Potrzebie
- uczestnictwa w różnych ćwiczeniach wielkopostnych, np. w nabożeństwach wielkopostnych (Gorzkie Żale, Droga Krzyżowa, Koronka do Miłosierdzia Bożego) czy je samemu odprawiać lub podejmowania pewnych szczególnych postanowień mających wykazać moją bezinteresowność, szlachetność serca, uśmiech i życzliwość w stosunku do innych;
- postanowienia, by odmawiać codziennie przynajmniej jeden dziesiątek Różańca świętego (samemu/z rodziną) lub modlitwy „Anioł Pański" o nawrócenie grzeszników;
- poświęcenia swojego czasu, aby każdego np. tygodnia odwiedzić osobę starszą, chorą;
- pragnienia zmiany jakiejś cechy mojego charakteru, mojej wady głównej, np. jeśli mam problemy z punktualnością, to będę się starał być bardziej punktualny.

Zwyczaje i nabożeństwa

Nabożeństwa: Droga Krzyżowa i Gorzkie Żale

W czasie Wielkiego Postu do popularnych Modlitw, zwłaszcza w Polsce należą Nabożeństwa Drogi Krzyżowej i Gorzkich Żali. O tych nabożeństwach jest już wiele informacji na naszej stronie, więc nie będziemy ich powtarzać. Zachęcamy jednak do zajrzenia do tych tekstów.

Rekolekcje

Kodeks prawa kanonicznego z 1983 (Kan. 770) zaleca, że „proboszczowie zgodnie z zarządzeniem biskupa diecezjalnego powinni w pewnych okresach organizować to przepowiadanie, które nazywa się rekolekcjami". Idea organizowania „ćwiczeń duchowych", które mogłyby, oprócz duchownych, gromadzić także wiernych w parafiach, pojawiła się dopiero w encyklice Piusa XI z 20 grudnia 1929 Mens Nostra o znaczeniu rekolekcji zamkniętych. Ideę rozszerzył Pius XII w encyklice Mediator Dei z 20 listopada 1947, zachęcając, by uczestniczyło w nich jak najwięcej świeckich. KPK z 1983 pozostawiał wiele zagadnień do uregulowania prawem partykularnym. W związku z tym, poszczególne diecezje normują obowiązki organizowania w parafiach corocznych rekolekcji podczas wielkiego postu (i adwentu). Rekolekcje takie mogą być organizowane dla poszczególnych grup, stanów i zawodów, ale także – w formie zamkniętej – dla maturzystów czy klas przedmaturalnych. Prawo kościelne nie określa „kerygmatu rekolekcyjnego". Nauki winny nawiązywać do Pisma Świętego, Tradycji Kościoła, liturgii Kościoła, zasad wiary i moralności podawanych do wierzenia przez Urząd Nauczycielski Kościoła (kan.

Pokarmy i zwyczaje wielkopostne na ziemiach polskich

Realizacja wyrzeczeń wielkopostnych wiernych miała konkretny wyraz w kształtowaniu zwyczajów kulinarnych. W przeszłości z menu polskich wyznawców na sześć tygodni znikało mięso, tłuszcze pochodzenia zwierzęcego, miód, cukier, a nawet nabiał. W wielu domach w dni powszednie żywiono się postnym żurem, który powstawał z zaczynu mąki żytniej i wody, ziemniakami, brukwią, burakami, gęstą zupą ze śliwek, chlebem, śledziami i innymi prostymi, skromnymi pokarmami. Na Lubelszczyźnie w czasie wielkiego postu spożywano także kisiel owsiany, przygotowywany z mąki owsianej z dodatkiem wody, soli, cukru i drożdży. Nieco lepsze potrawy mogły gościć na stołach w niedziele. Na czas wielkiego postu rezygnowano z palenia tytoniu i picia alkoholu. Unikano gry na instrumentach, śpiewu, zabaw, a hałasujące dzieci i młodzież były karcone. Zamiast baśni opowiadano im żywoty świętych.

Zgodnie z kanonami 1251-1252 aktualnego Kodeksu prawa kanonicznego w Środę Popielcową wiernych obowiązuje wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych i post ścisły. W praktyce oznacza to dopuszczenie spożycia trzech posiłków w ciągu dnia, ale tylko jeden - do syta. Nakaz wstrzemięźliwości dotyczy wszystkich wyznawców w wieku powyżej 14 lat, a nakaz postu osoby pełnoletnie do 60. roku życia.

Rubryki Mszału Rzymskiego zawierają powitanie wiernych przed procesją w Niedzielę Palmową słowami, które mogą sugerować zakończenie wielkiego postu już tego dnia: „Drodzy bracia i siostry, przez czterdzieści dni przygotowaliśmy nasze serca przez modlitwę, pokutę i uczynki chrześcijańskiej miłości. W dniu dzisiejszym gromadzimy się, aby z całym Kościołem rozpocząć obchód misterium paschalnego". Jednak zgodnie z „Listem okólnym o przygotowaniu i obchodzeniu świąt paschalnych «Paschalis sollemnitatis»" z 1988 roku okres wielkiego postu rozpoczyna się w Kościele katolickim w Środę Popielcową i trwa do Wielkiego Czwartku, do wieczornej Mszy św. Wieczerzy Pańskiej, która rozpoczyna obchody Triduum Paschalnego.

Wielki post w Kościele katolickim jest traktowany jako czas pokuty i nawrócenia. Jego zaleceniami są post, jałmużna i modlitwa. W okresie wielkiego postu z kościoła znikają kwiaty przy ołtarzu, nastrój pokuty podkreśla skromniejszy wystrój świątyni. Kolorem liturgicznym jest fiolet, w czwartą niedzielę (jeśli jest taki zwyczaj w danej parafii) róż, a w niedzielę Męki Pańskiej (Palmową) czerwień. Aktualna, watykańska lista Przykazań kościelnych zawiera wskazanie, by w dni wyznaczone przez Kościół powstrzymywać się od jedzenia mięsa i przestrzegać postu. Taki czas ascezy i pokuty, ma stanowić przygotowanie do świąt liturgicznych. Szczegóły precyzują lokalne episkopaty. W aktualnej wersji promulgowanej dla Polski w okresie wielkiego postu obowiązuje zakaz udziału w zabawach.

Święci okresu Wielkiego Postu

11 lutego - Najświętszej Maryi Panny z Lourdes, wspomnienie dowolne. 11 lutego 1858 roku, w 4 lata po ogłoszeniu dogmatu o Niepokalanym Poczęciu, Matka Boża zjawiła się ubogiej pasterce Bernadecie Soubirous w Grocie Massabielskiej w Lourdes. Podczas 18 zjawień, Maryja wzywała do modlitwy i pokuty oraz poleciła, by na miejscu objawień stanął kościół. Wkrótce Lourdes zasłynęło z licznych nawróceń i uzdrowień, stając się światowym centrum kultu maryjnego.

14 lutego - Świętych Cyryla, mnicha, i Metodego, biskupa, patronów Europy, święto. Bracia, Konstanty i Metody, pochodzili ze Salonik (Grecja). Po studiach w Konstantynopolu zostali wysłani jako misjonarze na Morawy. Dla ułatwienia głoszenia Ewangelii, Konstanty

przetłumaczył na język słowiański Pismo święte i księgi liturgiczne. Oskarżeni w Rzymie o zerwanie z tradycją Kościoła Zachodniego, uzyskali aprobatę papieża Hadriana II dla swej pracy misyjnej. Konstanty pozostał w Wiecznym Mieście, gdzie złożył profesję zakonną pod imieniem Cyryl, i zmarł 14 lutego 869 roku. Metody dalej pracował wśród Słowian, jako arcybiskup i legat papieski. Umarł 6 kwietnia 885 roku w Welehradzie na Morawach.

21 lutego - Św. Piotra Damiana, biskupa i doktora Kościoła, wspomnienie dowolne. Św. Piotr urodził się w Rawennie w roku 1007. Został uczniem św. Romualda i mnichem, a później przeorem w Fonte Avellana. Odnowił życie zakonne w Italii. Mianowany kardynałem biskupem Ostii stał się gorliwym współpracownikiem papieży w dziele reformy Kościoła. Jako legat papieski podróżował po Italii, Francji i Niemczech. Dziełu odnowy Kościoła służyły także jego pisma. Umarł 22 lutego 1072 roku.

23 lutego - Św. Polikarpa, biskupa i męczennika, wspomnienie obowiązkowe. Św. Polikarp, uczeń św. Jana Apostoła i biskup Smyrny, jest jedną z najczcigodniejszych postaci chrześcijańskiej starożytności. Był w Rzymie u papieża Aniceta dla rozstrzygnięcia spornej sprawy obchodzenia Wielkanocy. Długie życie zakończył chwalebnym męczeństwem, opisanym przez chrześcijan ze Smyrny. Prokonsulowi, domagającemu się od niego zaparcia się Chrystusa, św. Polikarp odpowiedział: "Osiemdziesiąt sześć lat służę Chrystusowi, nigdy nie wyrządził mi krzywdy, jakże bym mógł bluźnić memu Królowi i Zbawcy?" Został spalony na stadionie w Smyrnie 23 lutego 155 roku.

4 marca - Św. Kazimierza, królewicza, święto. Św. Kazimierz, syn Kazimierza Jagiellończyka, króla Polski, urodził się w Krakowie 3 października 1458 roku. Odznaczał się wybitnymi zdolnościami, silną wolą i szlachetnym charakterem. Już jako dwudziestokilkuletni młodzieniec sprawował rządy namiestnika Polski, pozostawiając po sobie pamięć roztropnego rządcy z dużym poczuciem sprawiedliwości. Niezwykle pobożny, gorliwy czciciel Matki Najświętszej, był prawdziwym ojcem ubogich. Zmarł 4 marca 1484 roku. Jego relikwie spoczywają w Wilnie.

19 marca - Św. Józefa, oblubieńca Najświętszej Maryi Panny, uroczystość. Św. Józef, oblubieniec Najśw. Maryi Panny, był opiekunem i wychowawcą Jezusa Chrystusa. Obecnie jest opiekunem Kościoła.

25 marca - Zwiastowanie Pańskie, uroczystość. Kościół czci tajemnice Wcielenia Syna Bożego osobnym świętem, 9 miesięcy przed Bożym Narodzeniem. Święto to obchodzono w Kościele Wschodnim 25 marca już w VI wieku. W Kościele Zachodnim wprowadzono je dopiero w VII wieku.

26 marca - Św. Dobrego Łotra, Wspomnienie dowolne. Ewangelia Łukasza podaje, że drugi łotr, ukrzyżowany z Panem Jezusem, nie tylko nie brał udziału w naigrawaniu się z Jezusa, ale jeszcze zganił współwiszącego towarzysza i zachęcał go do bojaźni Bożej. Wyznając wiarę w Chrystusa wysłużył sobie łaskę natychmiastowego zbawienia po śmierci. Nawrócenie Dobrego Łotra jest przykładem Bożego miłosierdzia oraz tajemniczej mocy krzyża, który dzięki śmierci Chrystusa stał się narzędziem naszego zbawienia.

21 kwietnia - Św. Anzelma, biskupa i doktora Kościoła, wspomnienie dowolne. Św. Anzelm z Canterbury urodził się w 1033 roku w Aoście (Północne Włochy). Wstąpił do benedyktynów w Le Bec w Normandii, gdzie został później opatem. Jako arcybiskup Canterbury walczył nieugięcie w obronie wolności Kościoła w Anglii, za co był dwukrotnie wypędzony. Całe życie gorliwie dążył do poznania Boga w świetle wiary i w świetle rozumu. Umarł 21 kwietnia 1109 roku.