

**Co wyróżnia liturgię Wielkiego Postu?**

Jest w niej wiele elementów wyciszenia. Nie śpiewa się Alleluja oraz hymnu „Chwała na wysokości Bogu”. W akłamacji przed Ewangelią stosuje się zwrot „Chwała Tobie, Słowo Boże” naprzemiennie z „Chwała Tobie, Królu wieków”. Ołtarzy nie przyozdabia się kwiatami, milkną kościelne dzwony. Gra na organach zostaje ograniczona do minimum.

Poza czwartą niedzielą Wielkiego Postu (niedziela Laetare) kapłani noszą fioletowe ornaty, które w liturgii wyrażają pokutę i powagę, będąc równocześnie symbolem nadziei i oczekiwania. W czasie wielkopostnym nie obchodzi się wspomnień Najświętszej Maryi Panny w sobotę. Środa Popielcowa i niedziele Wielkiego Postu mają pierwszeństwo liturgiczne przed wszelkimi uroczystościami.

Na czas Wielkiego Postu przewidziane jest specjalne wprowadzenie do modlitwy „Ojcze nasz”: „Prośmy ojca Niebieskiego, aby odpuścił nam grzechy i zachował nas od złego” oraz do modlitwy o pokój: „Panie Jezu Chryste, przez Twoją śmierć na krzyżu Bóg Ojciec wprowadził pokój między niebem i ziemią”. Na koniec Eucharystii kapłan może poprzedzić błogosławieństwo modlitwą nad wiernymi:



foto. Patryk Lubryczyński

# Wielkopostnym śladem

Z ks. prof. **Kazimierzem Ginterem**, wykładowcą historii liturgii na Papieskim Uniwersytecie Świętego Krzyża w Rzymie, rozmawia Patryk Lubryczyński

„Bóg, miłosierny Ojciec, który w męce swojego Syna dał wam przykład miłości, niech sprawi, abyście przez służbę Bogu i ludziom otrzymali niewysłowny dar Jego błogosławieństwa (wierni odpowiadają: Amen). Chrystus, który umierając na krzyżu wybawił was od śmierci wiecznej, niech was obdarzy życiem bez końca (Amen). Wszystkim, którzy Go naśladują w Jego uniznieniu, niech da udział w swoim zmartwychwstaniu (Amen)”.

W wielkopostnej liturgii godzin nie odmawia się w niedzielę uroczystego hymnu „Ciebie Boga wysławiamy”. W II niedzielnych nieszpórach zamiast pieśni z Apokalipsy lub z Listu do Efezjan Kościół modli się pieśnią z Pierwszego Listu św. Piotra Apostoła o męce Chrystusa.

**Tradycyjnie mówimy o 40 dniach Wielkiego Postu. Dlaczego?**

Liczba 40 oznacza w Słowie Bożym czas pokuty, postu, modlitwy, ale również kary. 40 lat wędrowali Izraelici przez pustynię z Egiptu do Ziemi Obiecanej. 40 dni i nocy znajdował się Mojżesz przed obliczem Boga na Synaju. 40 dni padał deszcz, który spowodował czterdziestodniowy potop. Eliasz mocą pokarmu siedł 40 dni i nocy do góry Horeb, aby tam w szmerze łagodnego powiewu spotkać się ze Stwórcą. Niniwici, usłyszawszy proroka Jonasza, pokutowali 40 dni, dzięki temu Niniwa uniknęła kary Bożej. Wreszcie Pan Jezus pościł 40 dni na pustyni i ukazywał się uczniom przez 40 dni po swoim zmartwychwstaniu.

Praktyka Wielkiego Postu, jaką dziś znamy, ukształtowała się dopiero

w IV w. Edykt mediolański z 313 r. dał swobodę wyznania chrześcijanom. Zapanował okres pokoju konstantyńskiego, od tej pory w sposób bardziej swobodny zaczęły kształtować się praktyki pobożne. W pierwszych wiekach chrześcijaństwa okres przygotowani

duchowych do świąt Wielkanocy obejmował zaledwie 40 godzin! Dopiero po obradach soboru w Nicei w 325 r., gdzie ustalono

uroczystość Zmartwychwstania Pańskiego dla całego Cesarstwa Rzymskiego, wprowadzono czterdziestodniowy post.

**Teraz trwa on jednak ponad 40 dni...**

Okres przygotowań do Wielkanocy obejmuje 40 dni zwykłych oraz 6 niedziel. Wcześniej chrześcijanie nie pościli

**Praktyka Wielkiego Postu, jaką dziś znamy, ukształtowała się dopiero w IV w.**

**Ks. prof. Kazimierz Ginter** – duchowny Pralatury Opus Dei, wykładowca historii liturgii na Papiejskim Uniwersytecie Świętego Krzyża w Rzymie, wcześniej doktor historii starożytnej na UJ. Pochodzi z Warszawy.

w niedzielę, zatem post rozpoczynający się pierwszą niedzielą Wielkiego Postu trwał 34 dni. W V w. do postu dołączono Wielki Piątek i Wielką Sobotę. Pozostałe cztery dni dodał papież Grzegorz Wielki (590–604), przesuwając początek Wielkiego Postu z niedzieli na środę. Obecnie Wielki Post trwa od Środy Popielcowej do Mszy Krzyżma w Wielki Czwartek.

### Zaczynamy od posypywania głów popiołem. Jakiej jest pochodzenie i znaczenie tego obrzędu?

Od połowy V w. w poniedziałek, a od VII w. w środę przed pierwszą niedzielą Wielkiego Postu odbywał się obrzęd wypędzania publicznych pokutników z kościoła. Po odbyciu sakramentu pokuty i pojednania penitenci pojawiali się przed świątynią. Biskup przy udziale kapłanów sypał pokutnikom na głowę popiół, wypowiadając słowa nawiązujące do Księgi Rodzaju: „Pamiętaj, człowiecze, że jesteś prochem i w proch się obrócisz; czynń pokutę, abyś miał życie wieczne”. Następnie kropił pokutników wodą święconą i poświęcał ich szaty pokutne. Penitenci leżeli na ziemi i śpiewali Litanię do wszystkich świętych, a na zakończenie byli wypędzani z kościoła niczym Adam z raju.

W X w. gwałtownie wzrosła liczba publicznych pokutników, którzy chcieli wziąć udział w tej pobożnej praktyce. Kościół, dostrzegając znak czasu, na synodzie w Benewencie w 1091 r. zalecił praktykować obrzęd posypania głów popiołem wszystkim wiernym w środę rozpoczynającą Wielki Post. Kilka lat później papież Urban II zatwierdził obrzęd dla całego Kościoła.

Popiół symbolizuje nicość i przemijalność człowieka, niesie przesłanie, że wszystkie ziemskie pragnienia, ambicje ostatecznie przemijają i ulegną zniszczeniu.

**W Rzymie pojawiła się również tradycja pielgrzymowania pomiędzy kościołami stacyjnymi. Jaki był jej początek?**

Najważniejsze z parafii rzymskich zaczęto nazywać kościołami tytularnymi. W nich gromadzono się w Wielkim

Poście na odmawianie modlitw i celebracje liturgiczne. Właśnie te świątynie stały się kościołami stacyjnymi. Do dziś w poszczególne dni Wielkiego Postu wierni spotykają się każdego dnia w innym kościele na specjalnej liturgii. W bazylice św. Sabiny papież odprawia Eucharystię w Środę Popielcową, rozpoczynając Wielki Post. Co roku organizowana jest procesja z bazyliki św. Anzelma do bazyliki św. Sabiny, która jest pierwszym kościołem stacyjnym. Na przełomie VI i VII w. papież ustalił kolejność nawiedzania rzymskich świątyń, a następnie praktykę tę przypisał do okresu Wielkiego Postu. Zwyczaj przetrwał do średniowiecza. Od niewoli awiniońskiej papież w 1309 r. do XX w. o tradycji kościołów stacyjnych zapomniano. Zwyczaj procesji świadomie odnowił w 1962 r. papież Jan XXIII.

### Jakie przesłanie niesie obecnie każda z niedziel Wielkiego Postu?

Pierwsza niedziela Wielkiego Postu ma uświadomić człowiekowi stan natury skażonej grzechem pierworodnym. Św. Paweł przypomina, że jesteśmy grzesznikami, ale dzięki męce Chrystusa zostaliśmy usprawiedliwieni. Druga niedziela Wielkiego Postu stawia wyzwanie przemiany duchowej, do czego zachęcają wielkopostne czytania liturgiczne, szczególnie Ewangelia o przemienieniu Pana Jezusa na górze Tabor. Trzecia niedziela Wielkiego Postu kładzie nacisk na żywą wodę, czyli łaskę chrztu i Ducha Świętego. Słowo Boże uświadamia, że mamy udział w nadprzyrodzonym życiu Chrystusa przez wiarę i sakramenty.

Czwarta niedziela Wielkiego Postu to niedziela Laetare (niedziela radości). Jest tak nazywana od pierwszych słów antyfony na wejście: „Laetare, Jeruzalem” (Raduj się, Jerozolimie). Kapłani na znak radości zakładają różowe ornaty. Tę koloru szat liturgicznych używa się jeszcze tylko raz w ciągu roku liturgicznego – w trzecią niedzielę Adwentu, zwaną niedzielą Gaudete. Niedziela wyzwała radosne, a zarazem pokutne oczekiwanie na Jezusa.

Piąta niedziela Wielkiego Postu dawniej otwierała okres męki Pańskiej. Ewangelia o Łazarzu wskazuje, że perspektywa

chrześcijanina nie kończy się w doczesności, ale sięga nieba i życia wiecznego. Szósta niedziela Wielkiego Postu (Palmowa) wydobywa aspekt zwycięstwa Chrystusa nad szatanem. Dlatego uczestniczymy w triumfalnym charakterze liturgii, procesji z palmami, a czerwone szaty kapłanów symbolizują władzę królewską Jezusa.

### Liczba 40 oznacza w Słowie Bożym czas pokuty, postu, modlitwy, ale również kary.

### W jaki sposób Wielki Post wiąże się z chrztem?

Ustanowiona na Soborze Watykańskim II Konstytucja o Liturgii Świętej „Sacrosanctum Concilium” podkreśla, że Wielki Post powinien opierać się na dwóch filarach. Z jednej strony na przygotowaniu do chrztu (w przypadku kandydatów – katechumenów), a z drugiej strony na przypomnieniu ochrzczonym znaczenia przyjętego sakramentu, wezwaniu do pokuty. Zanurzenie w wodzie symbolizuje pogrzebanie katechumena w śmierci Chrystusa i ponowne jego zmartwychwstanie z Jezusem, jako nowe stworzenie.

Od wieków Kościół widział w scenie potopu i ocaleniu arki Noego obraz zbawienia przez chrzest. Wody morskie symbolizują śmierć i są zapowiedzią misterium Krzyża. Od IV w. istniała tradycja przechodzenia katechumena przez sadzawkę chrzcielną, oznaczającego przejście z grzechu i śmierci do życia w Chrystusowej łasce. W Wielkim Poście podejmujemy zewnętrzne oraz wewnętrzne akty pokutne, aby doświadczyć tego obumarcia starego człowieka oraz narodzin nowego.

### O czym w związku z tym trzeba pamiętać, podejmując postanowienie wielkopostne?

Postanowienia powinny być motywowane miłością do Pana Jezusa. Mają być podejmowane z intencją, że powstrzymujemy się od czegoś dla Niego. Mogą to być małe zobowiązania, ale powinny być konkretne. Przykładowo: przestanę obgadywać innych, narzekać, codziennie powiem komuś coś miłego lub będę panować nad językiem. Wszystkie umartwienia, które nie zasmucają naszych najbliższych, ale sprawiają im radość, są dobre. Praktyki obejmujące ciało również mają znaczenie, ponieważ kształtują silną wolę i pomagają budować relację z Bogiem, sprawdzają wierność Jezusowi. Najgorsze postanowienie to takie, które w ogóle nie zostało podjęte.

