

Ks. Zbigniew SOBOLEWSKI\*

## **DUCH POKUTY I WEZWANIE DO NAWRÓCENIA**

**Treść:** Wstęp, 1. Wezwanie do nawrócenia i pokuty; 2. Duch pokuty chrześcijańskiej; 3. Pokutny charakter modlitwy, postu i jałmużny; 4. Pielgrzymki i procesje pokutne; 5. Nabożeństwa wielkopostne; 6. Nabożeństwa pokutno-wynagradzające; Zakończenie; Summary: The spirit of penance and call to repentance.

**Słowa kluczowe:** pokuta, sakrament pokuty, post, modlitwa przebłagalna, wynagrodzenie Bogu za grzechy, jałmużna, asceza, kryzys ducha pokuty.

**Key words:** penance, the Sacrament of Penance, fasting, prayer of propitiation, reparation to God for sins, almsgiving, ascetism, crisis of the penitential spirit.

### **Wstęp**

Pragnienie oczyszczenia się z grzechów, pojednania z Bogiem i naprawienia wyrządzonej krzywdy, jest stale obecne nie tylko w judaizmie i chrześcijaństwie, ale we wszystkich religiach. Stary Testament ukazuje

---

\* Autor, prezbiter diecezji siedleckiej, dr teologii, absolwent Akademii św. Alfonsa w Rzymie, wykładowca teologii moralnej w WSD diecezji siedleckiej, dyrektor Działu Pomocy „Ad Gentes” Komisji Episkopatu Polski ds. Misji, autor licznych pozycji książkowych i artykułów naukowych, publicysta katolicki.

grzeszność Narodu Wybranego, tajemnicę jego nieprawości ale także zdolność do pokuty i nawrócenia. Czyni to w świetle wiary w Boga, który się objawił. Wyrazem oczyszczenia są liczne praktyki pokutne, wśród których szczególne miejsce zajmował post, modlitwa i jałmużna. Mówi o Bogu pełnym miłosierdzia, który przebacza żałującym za grzechy i okazuje im swą miłość. Jezus rozpoczął swe nauczanie od wezwania do nawrócenia i pokuty. Chrześcijaństwo przejęło dziedzictwo pokutne Nowego Testamentu i pierwszych chrześcijan tworząc liczne praktyki pobożne i nabożeństwa służące odrodzeniu duchowemu. W ciągu wieków rozwijał się duch pokuty w Kościele, który w różnych formach ożywiał serca wiernych<sup>1</sup>.

W niniejszym artykule zajmujemy się duchem pokuty w Nowym Testamencie. Analizujemy liturgię pokutną i praktyki ascetyczne, które służyły odrodzeniu duchowemu. W ostatniej części wskażemy na współczesne, najpopularniejsze czyny pokutne oraz nabożeństwa o charakterze pokutno-wynagradzającym i przebłagalnym, które skłaniają wiernych do nawrócenia.

## 1. Wezwanie do nawrócenia i pokuty

Jan Chrzciciel, bezpośredni poprzednik Chrystusa, którego Nowy Testament uważa za Eliasza (zob. Ml 3,23; Łk 7,24-30; Mt 11,7-19), syn kapłana Zachariasza i Elżbiety, krewnej Maryi, był kontynuatorem prorockiej tradycji Izraela. Jan otrzymał specjalną misję już w chwili swego przyjścia na świat: *Będzie bowiem wielki w oczach Pana, wina i sycery pić nie będzie i już w łonie matki napelniony będzie Duchem Świętym. Wielu spośród dzieci Izraela nawróci do Pana, Boga ich; on sam pójdzie przed Nim w duchu i mocy Eliasza, żeby serca ojców nakłonić ku dzieciom, a nieposłusznych – do usposobienia sprawiedliwych, by przygotować Panu lud doskonały* (Łk 1,15-17). O zadaniach Jana mówił również Zachariasz, po nadaniu mu imienia: *A i ty, dziecie, prorokiem Najwyższego zwać się będziesz, gdyż pójdiesz przed Panem torując Mu drogi; Jego ludowi dasz poznać zbawienie, co się dokona przez odpuszczenie mu grzechów, dzięki litości serdecznej Boga naszego* (Łk 1,76-78).

Św. Łukasz umiejscowił działalność prorocką Jana w okolicach ujścia Jordanu, na terenie Judei. *Obchodził więc całą okolicę nad Jordanem i głosił chrzest nawrócenia na odpuszczenie grzechów* (Łk 3,3). Św. Marek natomiast mówił o początkach posłannictwa św. Jana na pustyni (zob. Mk 1,4-5), co nie wyklucza, że było to blisko Jordanu.

---

<sup>1</sup> Zob. Jan Paweł II, *Pojednanie i pokuta w posłannictwie Kościoła*, katecheza (29.09.1983), w: *Jubileuszowy Rok Odkupienia 25.III.1983-22.IV.1984*, Liberia Editrice Vaticana 1985, s. 195.

Jan torował drogę Mesjaszowi do serca ludzi. Dlatego podjął się osobistej pokuty i umartwienia (zob. Mk 1,6), a następnie wzywał lud do nawrócenia i poprawy życia. Uświadamiał przychodzącym do niego ich grzeszność oraz wskazywał na konieczność przemiany złego postępowania. W jego nauczaniu wybrzmiewa wezwanie do nawrócenia, które wierni mogli wyrazić poprzez rytualne obmycie w wodach Jordanu (zob. Mk 1,5).

Co było zasadniczą treścią nauczania Jana Chrzciciela? Jan wzywał swoich rodaków – *plemię żmijowe* (Łk 3,7) do zmiany złego postępowania. Nie bał się napiętnować niemoralnego postępowania króla, za co przypłacił życiem (zob. Mk 6,14-29). Demaskował fałszywą pobożność elit religijnych swego narodu, niesprawiedliwość i ucisk ubogich. Z surowością zwracał się także do przedstawicieli innych grup społecznych, wskazując na konkretne obowiązki, które mieli wypełnić (zob. Łk 3,10-14). Wołał: *Wydajcie owoce godne nawrócenia* (Łk 3,8). Jan Chrzciciel zwracał uwagę na jedność pomiędzy postępowaniem zewnętrznym a wewnętrzną postawą człowieka. By się zbawić, nie wystarczy zachowywać się poprawnie, deklamować swą wiarę, ale trzeba serce przyłgnąć do Boga i wyrazić wiarę poprzez miłość bliźniego.

Jednocześnie Jan zapowiadał, że przyjdzie po nim Mesjasz, który będzie wypełniony mocą Bożą (Mt 3,11-12), który dokona prawdziwego sądu nad nimi. Poprzez przykład umartwienia i dobrowolnej pokuty oraz wezwanie do przemiany serca, Jan Chrzciciel zachęcał do przygotowania się na dzień sądu Bożego. Wzywał do pogłębienia wiary, zmiany postępowania, które będzie wolne od obłudy i dwulicowości i uczył, że należy kierować się miłosierdziem<sup>2</sup>. W ten sposób wskazywał na nadejście Chrystusa, który będzie *przyjacielem celników i grzeszników, lekarzem dla chorych* i który nikomu nie zamknie drogi do nawrócenia i pojednania.

Podobnie jak Jan Chrzciciel, Chrystus rozpoczął swe publiczne nauczanie od obwieszczenia: „Czas się wypełnił i bliskie jest królestwo Boże. Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię” (Mk 1,15). Jezus obwieszcza, że wraz z Nim rozpoczęło się królowanie Boga i zapowiadane wcześniej zbawienie. *To wezwanie świadczy, że odwrócenie się od zła i zwrócenie się do dobra – w tej jego pełni, jaką jest Bóg – jest dla człowieka możliwe, Wola ludzka może przyjąć sobie zbawczy nurt łaski, przemieniającej jej najgłębsze dążenia. Jest w tym Chrystusowym wezwaniu zarazem pierwsze światło Dobrej Nowiny. Otwiera się w nim już perspektywa zwycięstwa dobra nad złem, świętości nad grzechem. Perspektywa – którą Chrystus potwierdzi do końca swoim krzyżem i zmartwychwstaniem<sup>3</sup>.*

<sup>2</sup> Zob. T. M. Dąbek, „Nawracajcie się!” *Metanoia w Nowym Testamencie*, Księgarnia Św. Jacka, Katowice 1996, s. 135.

<sup>3</sup> Jan Paweł II, dz. cyt., s. 195.

Konieczność nawrócenia polegającego na całkowitej zmianie nastawienia człowieka, jego myślenia i postępowania, w nauczaniu Jezusa znajduje swój wyraz zarówno w formie pozytywnego wezwania: *Nawracajcie się!* (zob. Mt 4,17; Mk 1,15), jak i ukazania negatywnych konsekwencji ztwardziałości i odrzucenia Chrystusowych przestróg.

Apel o nawrócenie Jezus kieruje wielokrotnie do swoich słuchaczy. Adresatem Jego ponagieł jest *plemię przewrotne i wiarołomne* (Mt 12,39), a na czele którego stali przełożeni religijni i przedstawiciele władzy politycznej. Jednak Jezus nie zawęzał swego apelu o nawrócenie do elit. Wezwanie do nawrócenia kierował do wszystkich członków ludu Bożego. Wykorzystując nieszczęścia, które były interpretowane jako kara za grzechy, ostrzegał: *Jeśli się nie nawrócicie wszyscy podobnie zginiecie* (Łk 13,3).

Chrystus smucił się tragicznym losem miast Korozain i Betsaidy (zob. Mt 11,20-24; Łk 10,13-15), które mimo dostrzegalnych znaków i cudów dokonanych przez Jezusa nie nawróciły się i pozostały zamknięte na Jego orędzie. Postawa mieszkańców tych miast świadczyła o ztwardziałości, obojętności i zarazem przewrotności. Ich los przeciwstawia Jezus losowi mieszkańców miast pogańskich – Tyru i Sydonu, które okazały się podatniejsze na siew słowa Bożego. W Ewangelii św. Mateusza Jezus przeciwstawia los Kafarnaum i Sodomy. Mimo wielu cudów i przejawów życzliwości Jezusa dla tego miasteczka, większość jego mieszkańców pozostała głucha na słowo proroka z Nazaretu. Mieszkańcom Kafarnaum mogło się wydawać, że samo nauczanie Jezusa w ich mieście powinno posłużyć za powód do ich wywyższenia i chwały. Wcielony Syn Boży przeciwstawia los niepokutującego miasta z losem Sodomy. Jest ona symbolem oporu wobec Boga, grzeszności tak powszechnej, że nie znalazła się w jej murach nawet minimalna liczba sprawiedliwych (zob. Rdz 18,23-33).

Ewangelista Łukasz ukazuje sugestywnie radość z nawrócenia grzesznika w przypowieściach o zabłąkanej owcy (Łk 15,1-7), zgubionej drachmie (Łk 15,8-10) i synu marnotrawnym (Łk 15,11-32). Te trzy przypowieści koncentrują się na trosce Boga o nawrócenie grzesznika, jego powrocie i radości, jaką to odnalezienie sprawia niebu. Przypowieści te należy odczytywać w kontekście wypowiedzi Jezusa o tym, że jest On Dobrym Pasterzem, który jest gotów oddać swe życie za owce (zob. J 10,11).

Słynne przypowieści św. Łukasza o miłosierdziu Bożym podkreślają nie tyle działanie grzesznika i to, co robi, by się nawrócić, ile zatroskanie i wysiłki Boga, który szuka, znajduje i przyprowadza do stada.

Autor uwypukla radość rodzącą się z *metanoi*. Jej cechą charakterystyczną jest gotowość dzielenia się z innymi. Zarówno pasterz, który odszukał zagubioną owcę, jak kobieta, starannie poszukująca drachmy oraz ojciec z przypowieści o dwóch synach nie zatrzymują radości z odnalezienia zguby dla siebie. Dzieli się swą radością z najbliższymi i sąsiadami. Przypowieści stanowią wezwanie do całej wspólnoty Kościoła: „*Cieszcie się ze mną, bo odnalazłem owcę, która mi zginęła*” (Łk 15,6).

Tę samą radość przeżywali uczniowie, których Chrystus posłał przed sobą, by przygotowywali mieszkańców wiosek i miasteczek na Jego przybycie (zob. Mk 6,7-13). Uczniowie *wzywali do nawrócenia* (Mk 6,12). Dokonywali wielu niezwykłych znaków w imię Jezusa. Ich nauczanie okazało się skuteczne: ludzie nawracali się, zostawiali uwolnienie od złych duchów i powracali do zdrowia. *Wróciło siedemdziesięciu dwóch z radością mówiąc: Panie, przez wzgląd na Twoje imię, nawet złe duchy nam się poddają. Wtedy rzekł do nich: Widziałem szatana, spadającego z nieba jak błyskawica. Oto dałem wam władzę stąpania po wężach i skorpionach, i po całej potędze przeciwnika, a nic wam nie zaszkodzi. Jednak nie z tego się ciescie, że duchy się wam poddają, lecz ciescie się, że wasze imiona zapisane są w niebie* (Łk 10,17-20).

Jezus jawi się jako lekarz, szukający chorych na duchu. Tak postrzega swą relację z grzesznikami: *Lecz Jezus im odpowiedział: Nie potrzebują lekarza zdrowi, ale ci, którzy się źle mają. Nie przyszedłem wezwać do nawrócenia sprawiedliwych, lecz grzeszników* (Łk 5,31-32; zob. Mt 9,12-14). Jezus przeżywa radość patrząc na nawrócenie celnika Lewiego (zob. Mk 2,14-17 oraz Łk 5,27-32).

Wezwanie do nawrócenia kierowali Apostołowie podczas swych pierwszych wystąpień publicznych. Jest ono szczególnie obecne w nauczaniu Apostołów Piotra i Pawła<sup>4</sup>. Na pytanie słuchaczy w Dniu Pięćdziesiątnicy: *Co mamy czynić, bracia?* (Dz 2,37), Apostoł odpowiedział: *Nawróćcie się* (gr. *metanoēstate* – Dz 2,38).

Św. Paweł w swoich listach podkreśla konieczność nawrócenia, widząc w nim odpowiedź na głoszoną Dobrą Nowinę o Chrystusie zmartwychwstałym. W imieniu Chrystusa nawoływał: *Dajcie się pojednać z Bogiem* (2 Kor 5,20).

---

<sup>4</sup> Zob. S. Haręzga, *Nawrócenie w świetle i mocy słowa Bożego*, w: Komisja Duszpasterstwa konferencji Episkopatu Polski, *Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię, Przez Chrystusa. Z Chrystusem. W Chrystusie. Przez wiarę i chrzest do świadectwa, program duszpasterski Kościoła w Polsce na lata 2013-2017*, s. 175.

## 2. Duch pokuty chrześcijańskiej

Od samego początku istnienia Kościoła zwracano w nim uwagę na *ducha pokuty* jako koniecznego nastawienia wewnętrznego chrześcijanina<sup>5</sup>. Pokuta jest definiowana jako cnota – czyli stałe wewnętrzne nastawienie do przepraszania Boga za grzechy, wynagradzania za nie poprzez czyny pokutne i umartwienia. Duch pokuty wyraża się w czynach pokutnych, które, mają prowadzić do przemiany życia chrześcijanina i pomóc mu w jego wzrastaniu w świętości.

Św. Jan Paweł II za jeden z owoców sakramentu pojednania uważał *ducha skruchy*. *Jest to dar, który w swej istocie upodabnia człowieka do Chrystusa, zwycięzcy grzechu, namiętności i pokus. Daje on jasną świadomość winy; świadomość ta nie jest jednak udręką wewnętrzną czy lękiem, ale źródłem wdzięcznej radości za odpuszczenie grzechów. Duch skruchy uzdalnia człowieka do poznania własnej słabości i ułomności; daje światło do lepszego pojmowania obowiązków życia chrześcijańskiego i do pełniejszego realizowania w «miłości, radości, pokoju, cierpliwości, uprzejmości, dobroci, wierności, łagodności, opanowaniu» (por. Ga 5,22).*

*Duch skruchy usposabia więc człowieka, aby delikatnością sumienia żarliwą miłością odpowiadał na doznane miłosierdzie Boże, w myśl słów św. Pawła: «mając życie od Ducha, do Ducha też się stosujemy» (Ga 5,25)<sup>6</sup>.*

W starożytności chrześcijańskiej pielęgnowano ducha pokuty niemal w stopniu heroicznym poprzez wysiłek ascetyczny, umartwienia i surowe posty. Biografie wielkich ascetów, którzy uciekali przed światem w miejsca odosobnione, by oddawać się wyłącznie modlitwom i postom oraz walczyć z pożądliwością i grzechem, ukazują ogrom ich ducha pokuty. W wiekach późniejszych Kościół pozostał wierny duchowi pokuty zachęcając wiernych do jej praktykowania poprzez ustanowienie specjalnych okresów pokuty i dzieł pokutnych. Duch pokuty ożywiał wspólnoty monastyczne oraz średniowieczne bractwa pobożne. *Najczęściej spotykane praktyki pokutne, a zarazem formy zadośćuczynienia są tradycyjne. Należą tutaj przede wszystkim posty, które stały się z czasem synonimem pokuty, a także: pielgrzymowanie do miejsc świętych, pobyt w miejscach odosobnienia, powstrzymanie się od noszenia miecza lub pożycia małżeńskiego<sup>7</sup>.*

<sup>5</sup> Zob. St. Olejnik, *Teologia moralna życia osobistego*, Włocławskie Wyd. Diecezjalne, Włocławek 1999, s. 174-175.

<sup>6</sup> Jan Paweł II, *Duch skruchy*, katecheza (4.04.1984)., w: *Jubileuszowy Rok Odkupienia*, dz. cyt., s. 452.

<sup>7</sup> P. Bortkiewicz, *Praktyki pokutne w Kościele. Zarys wybranych problemów*, w: *Odkrywanie drogi pokuty. Sympozjum o pokucie i pojednaniu, Lubiąż Śląski, 27-28.XI.1999*, red. P. Bortkiewicz, Wyd. UKSW, Warszawa 2000, s. 78.

Współcześnie wydaje się, że w Kościół przeżywa kryzys ducha pokutnego. Wielu chrześcijan, opanowanych przez materializm i wygodnictwo życiowe lekceważy sobie zachęty do czynienia pokuty, umartwienia ciała i pielęgnowania ducha umiarkowania i wstrzeźliwości. Powolnej ale systematycznej utracie ducha pokuty wśród wiernych sprzyja nie tylko *duch czasu*, ale także praktyka duszpasterska i stałe łagodzenie przepisów postnych oraz przykazań kościelnych odnoszących się do postu i pokuty. Zanik ducha pokuty jest pochodną zaniku poczucia sacrum Boga i osłabienia wrażliwości sumień. Jest charakterystyczny dla społeczeństw sekularyzujących się i konsumpcyjnych.

Wydaje się, że także nieporozumienia związane z wynaturzeniami ascezy w przeszłych wiekach sprzyjają deprecjacji wysiłku ascetycznego i dzieł pokutnych. Krążące mity o pokutach, umartwieniach i wynaturzeniach ascetycznych, z pewnością nie sprzyjają zaszczerpieniu ducha pokuty we współczesne pokolenia wiernych. Mimo tych trudności, Kościół współczesny nie zaniechał nawoływania do praktykowania pokuty w jej tradycyjnych formach.

Paweł VI, odwołując się do Starego i Nowego Testamentu zwrócił uwagę na zasadnicze motywy pokuty. Według papieża są nimi: a) pragnienie przebłagania Boga za grzechy oraz chęć uniknięcia kary Bożej; b) zabieganie o Boże dobrodziejstwa; c) oderwanie się od grzechu i zwrócenie ku Bogu; d) uniżenie się przez Bogiem, e) przygotowanie do modlitwy i zrozumienia spraw Bożych; f) przygotowanie na radosne spotkanie z Bogiem; g) zadośćuczynienie przez ludzi sprawiedliwych za grzechy całej społeczności. *Pokuta taka ma na celu ostatecznie to, byśmy Boga lepiej kochali i oddali się Mu zupełnie.* Przypomniał on, że w Chrystusie i Kościele, który przejął starotestamentalnego ducha pokuty za grzechy, nabrał on specjalnego znaczenia. *Człowiek postawiony w obliczu Chrystusa, zostaje oświecony nowym światłem, a to dlatego, że gdy poznaje świętość Boga, wtedy lepiej widzi zło grzechu; przez słowa bowiem Chrystusa zostało mu ogłoszone wezwanie, które zawiera zachętę powrotu do Boga, oraz zawiera zapewnienie odpuszczenia grzechów; dary te człowiek w pełni trzyma przez chrzest św., który formuje go na podobieństwo męki, śmierci i zmartwychwstania Chrystusa Pana, stad też całe życie człowieka wyróżnia się jakby pieczęcią tej tajemnicy naznaczone.*

*Wstępując w ślady Boskiego Nauczyciela, każdy szcycący się imieniem chrześcijanina, winien wyrzec się samego siebie, nieść swój krzyż, uczestniczyć w Jego cierpieniach, aby tak przemieniony na podobieństwo śmierci Chrystusa, mógł sobie zasłużyć na chwałę zmartwychwstania. Ponadto nie dla siebie, po rozważeniu tego, żyć winien, ale dla Boga, który*

*Go umiłował i za niego wydał samego siebie; żyć też winien dla braci, aby «dopełnić tego, czego nie dostaje cierpieniem Chrystusa w ciele swoim za ciało jego, którym jest Kościół». Dodać trzeba i to, że jak Kościół łączy się najściślej węzłem z Chrystusem, tak każdy wierny przez pokutę przynależy wewnętrznie do całej społeczności<sup>8</sup>.*

Także Jan Paweł II łączył wewnętrzną przemianę serca (gr. *metanoia*), zmianę myślenia i działania człowieka z czynami pokutnymi, które ją wyrażają. *Czynienie pokuty zatem jest czymś autentycznym i skutecznym jedynie wówczas, gdy wyraża się w aktach i czynach pokutnych. W tym sensie pokuta w chrześcijańskim słowniku teologicznym i duchowym oznacza ascezę, to jest konkretny i codzienny wysiłek człowieka wspartego łaską Bożą, aby stracić swe życie dla Chrystusa, co jest jedynym sposobem, by je zyskać; aby porzucić dawnego człowieka i przyoblec się w człowieka nowego; aby przewycięzać w sobie to, co cielesne, by zwyciężyło to, co jest duchowe; aby nieustannie wznosić się od rzeczy, które są na ziemi, do tych które są w górze, gdzie przebywa Chrystus. Pokuta jest zatem nawróceniem, które przechodzi z serca do czynów, a więc do całego chrześcijańskiego życia<sup>9</sup>.*

Katechizm Kościoła Katolickiego zwraca uwagę na to, że Kościół jako wspólnota do której przynależą grzesznicy, potrzebuje ustawicznej pokuty i oczyszczenia (KKK 827). Podkreśla charakter wspólnotowy pokuty. Wiele miejsca poświęca usposobieniu ducha tego, kto się nawraca i pokucie wewnętrznej. *Podobnie jak u proroków, wezwanie Jezusa do nawrócenia i pokuty nie ma na celu najpierw czynów zewnętrznych, «wora, pokutnego i popiołu», postów i umartwień, lecz nawrócenie serca, pokutę wewnętrzną. Bez niej czyny pokutne pozostają bezowocne i kłamliwe. Przeciwnie, nawrócenie wewnętrzne skłania do uzewnętrznienia tej postawy przez znaki widzialne, gesty i czyny pokutne (KKK 1429-1430).*

Katechizm poucza, że: *Pokuta wewnętrzna jest radykalną przemianą całego życia, powrotem, nawróceniem się do Boga całym sercem, zerwaniem z grzechem, odwróceniem się od zła z odrazą popełnionych przez nas złych czynów. Pokuta wewnętrzna zawiera równocześnie pragnienie i postanowienie zmiany życia oraz nadzieję na miłosierdzie Boże w i ufność w pomoc Jego łaski (KKK 1431).*

---

<sup>8</sup> Paweł VI, Konstytucja apostolska *Paenitemini*, w sprawie pewnych zmian w karności kościelnej, dotyczącej pokuty, I, [http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/pawel\\_vi/konstytucje/paenitemini\\_17021966.html#](http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/pawel_vi/konstytucje/paenitemini_17021966.html#) (20.12.2014).

<sup>9</sup> Jan Paweł II, Adhortacja apostolska, *Reconciliatio et paenitentia*, o pojednaniu i pokucie w dzisiejszym posłannictwie Kościoła, nr 4, [http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan\\_pawel\\_ii/adhortacje/reconciliatio.html](http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan_pawel_ii/adhortacje/reconciliatio.html) (12.10.2014).



Warto dostrzec motywy, które pomagają nawracającemu się grzesznikowi pielęgnować w sobie ducha pokuty. Katechizm w sposób syntetyczny zbiera mistyczne doświadczenie świętości Bożej i grzeszności człowieka, jakie było udziałem wielu świętych: *Odkrywając wielkość miłości Boga, nasze serce zostaje wstrząśnięte grozą i ciężarem grzechu; zaczyna obawiać się, by nie obrazić Boga grzechem i nie oddalić się od Niego. Serce ludzkie nawraca się, patrząc na Tego, którego zraniły nasze grzechy* (KKK 1432). Pamiętając o tym, można zrozumieć ogrom pragnienia pokuty i umartwień cielesnych, jakie spotykamy w życiu wielkich pokutnic i pokutników. Ich umiłowanie pokuty trzeba mierzyć nie spektakularnością praktyk pokutnych, ale siłą odczucia świętości Boga i miłości, zrodzonej w ich sercach pod wpływem łaski Bożej.

### **3. Pokutny charakter modlitwy, postu i jałmużny**

Wśród najprzedniejszych dobrych uczynków, jakie winien wypełniać chrześcijanin modlitwa zajmuje pierwsze miejsce. Pełni ważną rolę w życiu chrześcijanina, gdyż jest motorem napędowym jego życia duchowego i religijnego. Dzięki modlitwie chrześcijanin odkrywa Bożą obecność, Jego bliskość i miłość. Modlitwa jest dialogiem kształtującym duchowość człowieka, powalając mu wniknąć w samego siebie i odkryć świętość Boga oraz własną małość i grzeszność.

Kościół, pielęgnując ducha pokuty, zwłaszcza w okresie Wielkiego Postu, zachęca do modlitwy przebłagalnej za grzechy. Jej szczytnym przykładem jest modlitwa Święty Boże, Święty mocny, Święty a nieśmiertelny, śpiewana lub recytowana podczas nabożeństw pokutnych i wynagradzających, a także w czasie klęsk i nieszczęść. Modlitwa ta wyraża pokorną prośbę o zmiłowanie Boże dla skruszonych grzeszników.

Modlitwa przebłagalna rodzi się ze świadomości grzechu i poczucia winy wobec Boga jako prośba o przebaczenie (KKK nr 2631). Jest do niej zdolny ten, kto zdaje sobie sprawę z własnego grzeszności i świętości Boga, Jego miłosierdzia i cierpliwości. Modlitwa ta wyraża skruchę za popełnione zło i pragnienie nawrócenia. Modlący się grzesznik oczekuje, że Bóg przebaczy mu grzechy i pomoże w oczyszczeniu serca, wyraża swój żal i wolę poprawy życia.

Wzorem modlitwy przebłagalnej są psalmy pokutne, w których autor przyznaje się wobec Boga do grzechu i przeprasza zań błaga o litość i przebaczenie. Psalmi pokutne (6, 32, 38, 51, 102, 130 i 143) są wykorzystywane w nabożeństwach pokutnych oraz zalecane do prywatnego

odmawiania podczas przygotowania do spowiedzi św. Oprócz Psalmów znajdujemy w innych miejscach Pisma Świętego modlitwy pokutne, które można wykorzystać (np. Iz 63,7-64; 11; Tb 3,1-6; Dn 9,4-19).

Ducha pokuty i prośbę o przebaczenie popełnionego zła wyrażają akty strzeliste, nierzadko zaczerpnięte z Pisma Świętego, takie, jak: *Boże, bądź miłośliw mnie grzesznemu; Zmiłuj się nade mną Boże, grzesznikiem; Panie, przebacz mi; Ach żałuję za me złości.*

Modlitwą przebłagalną są także: Spowiedź powszechna, Droga krzyżowa, Gorzkie Żale, koronka do Miłosierdzia Bożego oraz inne litanie i koronki zawierające prośbę o przebaczenie grzechów.

*Nabożeństwa pokutne są zgromadzeniami ludu Bożego na słuchanie słowa Bożego, przez które otrzymuje wezwanie do nawrócenia i odnowy życia oraz wieść o naszym wyzwoleniu z grzechu przez śmierć i zmartwychwstanie Chrystusa*<sup>10</sup>. *Obrzędy pokuty* zawierają wzory takich nabożeństw do przeprowadzenia w różnych okresach liturgicznych, a także dla różnych grup wiernych<sup>11</sup>. Kościół zachęca do uczestnictwa w nabożeństwach pokutnych, które mogą być pomocne w przygotowaniu się do spowiedzi św.

Kościół uczy modlitwy przebłagalnej nie tylko za własne grzechy, ale także za grzechy innych, zwłaszcza zatwardziałyh grzeszników. Ufając w prawdę o świętyh obcowaniu, wspólnota wiary stale modli się o nawrócenie i poprawę dla tych, którzy z uporem trwają w swoich grzechach. Przywołuje ich do nawrócenia i pokuty nie tylko poprzez napomnienia i zachęty, ale poprzez modlitwę za nich oraz dzieła umartwienia i pokuty.

W tradycji chrześcijańskiej post podgrywa istotną rolę jako bardzo ważna praktyka wypływająca z wiary. Chrześcijaństwo zmodyfikowało wiele przepisów postnych, obowiązujących w judaizmie, zachowując jego istotny sens ascetyczno-pokutny.

Post pozwala panować i w sposób zgodny wolą Boga przyporządkować sferze ducha skażoną grzechem naturę ludzką i jej popędy. *Ciało do czego innego dąży niż duch, a duch do czego innego niż ciało i stąd nie ma między nimi zgody, tak że nie czynicie tego, co chcecie* (Ga 5,17; por. też Rz 8,5). *Tych, którzy żyją według ciała, czeka śmierć. Jeżeli zaś przy pomocy Ducha uśmiercać będziecie popędy ciała – będziecie żyli* (Rz 8,13).

Post jest jednym ze skutecznych środków poddania ciała panowaniu ducha i zadawania śmierci egoizmowi. Pomaga w okiełznaniu ludzkiej natury i skierowaniu człowieka ku Bogu. *Umartwienie ciała oznacza wyzwolenie*

---

<sup>10</sup> *Obrzędy pokuty dostosowane do zwyczajów diecezji polskich*, wyd. II, Księgarnia Świętego Jacka, Katowice 2009, nr 36.

<sup>11</sup> Tamże, s. 198-230.

człowieka z kajdan nieuporządkowanej pożądlivosti, by przez post ciała otrzymał on moc, a wreszcie, aby godność natury ludzkiej, zraniona przez nieumiarkowanie została przywrócona przez zachowanie uzdrawiającej wstrzeźliwości<sup>12</sup>. Na dobroczynne działanie postu zwraca uwagę prefacja wielkopostna: *Ty przez post cielesny uśmierzasz wady, podnosisz ducha, udzielasz cnoty i nagrody*<sup>13</sup>

Dobrowolna rezygnacja z pokarmu i samoograniczenie się, gdy chodzi o rozrywki i szukanie przyjemności z pobudek religijnych, świadczy o tym, kim jest Bóg i jakie miejsce w hierarchii ważności osób zajmuje.

W ciągu wieków widzimy ewolucję przepisów postnych idącą w kierunku złagodzenia podejścia do postu. Zachowanie postu było zwyczajem powszechnym w starożytnym Kościele. Pościł Chrystus, a za Jego przykładem Apostołowie i pierwsze pokolenie chrześcijan. Post miał charakter indywidualny lub wspólnotowy. Listy św. Pawła ukazują post jako praktykę religijną mocno zakorzenioną w świadomości wierzących, która służyła wzrostowi w wierze oraz otwarciu się na działanie Ducha Bożego (zob. 2 Kor 6-8).

Dniami wolnymi od postu była niedziela oraz inne święta i uroczystości kościelne<sup>14</sup>. Były to dni, w których chrześcijanie przeżywali obecność Chrystusa wśród nich w tajemnicy zmartwychwstania (zob. Mk 2,18-20; Mt 9,14-15 i Łk 5,33-35). Podobnie nie poszczono w czasie pięćdziesięciu dni od Wielkanocy do Zesłania Ducha Świętego.

Poszczono natomiast przez trzy dni w tygodniu: w środę, piątek i sobotę. Niektórzy uważają, że praktyka postu w środę i piątek sięga czasów apostoelskich. Według tradycji Apostołowie wybrali środę jako dzień postu na pamiątkę zdrady Judasza, a piątek by uczcić Mękę Chrystusa. Tak tłumaczy ten zwyczaj Apoloniusz Mnich<sup>15</sup>. Świadectwo praktykowania postu już w I wieku po Chr. w te dni znajdujemy w *Didache* (VIII, 1).

Stopniowo jednak zaniedbywano zachowanie postu w środy i piątki. W XI w. obowiązkowym postem pozostał tylko post w piątki całego roku i był praktykowany w złagodzonej formie. Post w sobotę, na pamiątkę złożenia Chrystusa do grobu i oczekiwania na Jego zmartwychwstanie wywodzi się również z czasów starożytnych Kościoła. Praktykowano go już

<sup>12</sup> Paweł VI, dz. cyt., II.

<sup>13</sup> Zob. *Czwarta prefacja wielkopostna*, w: *Mszal rzymski dla diecezji polskich*, Pallottinum, Poznań 1986, s. 28\*.

<sup>14</sup> D. Tessore, *Post*, Wyd. Księży Marianów, Warszawa 2008, s. 19.

<sup>15</sup> Tamże, s. 26.

w I w. by uczcić Chrystusa w grobie. W 416 r. papież Innocenty I ustanowił obowiązek postzczenia w sobotę. Ten nakaz był wielokrotnie podtrzymywany przez późniejszych papieży i synody lokalne.

Post w trzy dni tygodnia miał charakter pasyjny – nawiązywał do męki i śmierci Chrystusa, wiązał się z żałobą po odejściu Oblubieńca. *Natomiast w inne dni i okresy roku post obowiązywał z rozmaitych przyczyn. Jako że post jest aktem nawrócenia do Boga, oczyszczenia ciała i umysłu, a zatem pod każdym względem «dobrym dziełem», bardzo wcześnie uznano za rzecz naturalną, by dłuższe lub krótsze odstępu postu poprzedzały wielkie święta chrześcijańskie*<sup>16</sup>.

W Kościele łacińskim zarówno duchowni, jak i wierni świeccy pościli przez cały Wielki Post. Jedzono tylko raz dziennie po nonie lub nieszporach. Wierni powstrzymywali się od mięsa, mleka, nabiału, jak i jakichkolwiek wyrobów z użyciem tych produktów. Nie spożywano także ryb, wina i oliwy<sup>17</sup>. Echem tego surowego postu pozostawał zwyczaj praktykowany w Polsce na wsiach szorowania garnków popiołem w środę popielcową, aby nawet odrobina tłuszczu w nich nie pozostała.

Uprzywilejowanym dniem postnym był Wielki Piątek, dzień męki Chrystusa. Także Wielką Sobotę przenikniętą żałobą po stracie Chrystusa postrzegano w sposób naturalny jako dzień wyciszenia i postu. Obowiązywał w te dni post ścisły, który obowiązywał aż do północy. W pierwszych wiekach Kościoła zachowywano surowy post przez cały Wielki Tydzień<sup>18</sup>. Wtedy wierni mogli spożywać jedynie chleb, jarzyny, sól i pić wodę.

Poszczono w wigilie wielkich świąt kościelnych. Przed Bożym Narodzeniem obowiązywał post adwentowy, trwający czterdzieści dni. Obecnie ten post został całkowicie zarzucony. Post obowiązywał przed Wniebowzięciem i w inne wigilie (np. przed uroczystością Piotra i Pawła, w 3 dni na początku każdego kwartału (tzw. Suchedni, post Dni krzyżowych).

Ostatniej wielkiej modyfikacji przepisów postnych dokonał papież Paweł VI w 1966 r. Sformułował on następujące przepisy, które weszły do *Kodeksu Prawa Kanonicznego* z 1983 r. (KPK kan. 1251-1252). *Należy zachować wstrzymanie się od potraw mięsnych w poszczególne piątki, jeśli nie przypada w nie święto obowiązujące. Natomiast wstrzymanie się od potraw mięsnych i post ilościowy, należy zachować w Środę Popielcową, lub odpowiednio do przepisów innego obrządku, w pierwszy dzień Czterdziestodniowego Postu, oraz we Wielki Piątek.*

---

<sup>16</sup> Tamże, s. 29-30.

<sup>17</sup> Tamże, s. 27.

<sup>18</sup> Tamże, s. 21.

Abstynencja czyli wstrzymanie się od potraw mięsnych zabrania jeść mięso, ale nie zabrania spożywania jaj i nabiału, oraz przyprawiania potraw także zwierzęcymi tłuszczami. Prawo postu dopuszcza tylko jeden posiłek dziennie do syta, nie zakazuje jednak spożywać trochę pokarmu rano i wieczorem, zachowując w tym zatwierdzony zwyczaj miejscowy co do jakości i ilości pokarmu.

*Prawo abstynencji, czyli wstrzymania się od potraw mięsnych, obowiązuje tych, którzy ukończyli 14 rok życia, natomiast do zachowania postu ilościowego zobowiązani są wszyscy wierni, którzy ukończyli 21 rok życia a nie rozpoczęli sześćdziesiątego roku. Jeżeli chodzi o małoletnich, to duszpasterze i rodzice niech się starają w szczególniejszy sposób, by wychować ich do właściwego zrozumienia znaczenia pokuty (KPK 1253). W Kodeksie Prawa Kanonicznego wyrażono możliwość modyfikowania przez Konferencje Episkopatów przepisów postnych oraz zastępowania ich przez inne formy pokuty.*

Do dawania jałmużny zachęcał Chrystus (zob. Łk 6,55). Scena sądu ostatecznego jest przestrożą dla tych, którzy nie byli wrażliwi na potrzeby bliźnich. Jałmużna wobec głodnego, nagiego, podróżnego, chorego i więźnia ma swe odniesienie do Chrystusa (por. Mt 25,35-46). Również Apostołowie zachęcają do jałmużny i dają jej przykład. *Kto by miał majątność tego świata, a widziałby brata swego w potrzebie i zamknął przed nim serce swoje – jakże może w nim przebywać miłość Boża?* (1 J 3,17). Św. Jakub zaś ostrzega: *Sąd bowiem bez miłosierdzia spotka tego, który miłosierdzia nie czyni, a miłosierdzie przewyższa sąd* (Jk 2,13). Idąc za nauką i wzorem Starego i Nowego Testamentu, gdzie jałmużna jest jednym z najważniejszych dzieł pokutnych, poprzez które można uzyskać odpuszczenie grzechów, Kościół nakazywał swoim wiernym jej praktykowanie.

Jałmużna chrześcijańska posiada dwa wymiary. Z jednej strony jest dziełem miłości bliźniego – wielkodusznym dzieleniem się pożywieniem, odzieżą, pieniędzmi z ubogimi. Stanowi zatem konkretny wyraz solidarności ludzkiej i chrześcijańskiej z bliźnimi w potrzebie. Najczęściej przedmiot jałmużny, czyli braterskiego pochylenia się nad bliźnim potrzebującymi mi wsparcia ogranicza się do pomocy materialnej.

Jałmużna materialna ma moc wyzwalającą. Chroni przed zachłannością, która każe posiadać i gromadzić dobra materialne wyłącznie dla siebie. Gest oddania komuś naszej własności chroni przed chciwością i skąpstwem. Jałmużna czyni wolnym wobec posiadanych rzeczy. Pomaga ustanawiać właściwą relację nie tylko do pieniędzy. Zabezpiecza przed duchem materializmu i niewolniczego trzymania się dóbr doczesnych.

Oprócz jałmużny materialnej, potrzeba także pomocy duchowej, gdyż istnieją różnorakie formy ubóstwa, które wyrażają się w poczuciu samotności, odrzucenia i braku akceptacji. Istnieje ubóstwo spowodowane brakiem zaspokojenia potrzeb duchowych i religijnych. Wiele osób przeżywa swe życie w poczuciu pustki, niepotrzebności, izolacji od innych lub wprost odrzucenia. Dlatego Kościół zachęca do jałmużny w wymiarach duchowych. Jan Paweł II uczył o *nowej wyobraźni miłosierdzia*, która pozwala na odkrycie wielorakich postaci ludzkiej biedy i szukaniu zaradzenia im. Pisał: *W naszej epoce wiele jest bowiem potrzeb, które poruszają wrażliwość chrześcijan. Nasz świat wkracza w nowe tysiąclecie pełen sprzeczności, jakie niesie z sobą rozwój gospodarczy, kulturowy i techniczny, który niewielu wybranym udostępnia ogromne możliwości, natomiast miliony ludzi nie tylko pozostawia na uboczu postępu, ale każe się im zmagać z warunkami życia uwłaczającymi ludzkiej godności. Jak to możliwe, że w naszej epoce są jeszcze ludzie, którzy umierają z głodu, skazani na analfabetyzm, nie mający dostępu do najbardziej podstawowej opieki lekarskiej, pozbawieni domu, w którym mogliby znaleźć schronienie? Ten krajobraz ubóstwa może poszerzać się bez końca, jeśli do starych jego form dodamy nowe, dotyczące często także środowisk i grup ludzi materialnie zasobnych, którym wszakże zagraża rozpacz płynąca z poczucia bezsensu życia, niebezpieczeństwo narkomanii, opuszczenie w starości i chorobie, degradacja lub dyskryminacja społeczna*<sup>19</sup>. Istotą wyobraźni miłosierdzia jest miłość, z jaką służy się bliźnim.

Jałmużną mogą stać się uczynki miłosierdzia względem duszy i ciała, jeśli są dokonywane w duchu miłości i troski o bliźniego w potrzebie. *Pismo Święte zachęcając nas, abyśmy popatrzyli na jałmużnę w sposób głębszy, sięgając poza wymiar czysto materialny, poucza nas, że więcej radości jest w dawaniu aniżeli w braniu* (por. Dz 20,35). *Kiedy naszym postępowaniem powoduje miłość, wyrażamy prawdę naszego istnienia: zostaliśmy bowiem stworzeni nie dla samych siebie, lecz dla Boga i dla braci* (por. 2 Kor 5,15). *Ilekróć z miłości do Boga dzielimy się naszymi dobrami z potrzebującym bliźnim, zawsze doświadczamy, że pełnię życia rodzi miłość i ze wszystko zwraca się jako błogosławieństwo w postaci pokoju, wewnętrznego zadowolenia i radości. Ojciec niebieski wynagradza jałmużny swoją radością*<sup>20</sup>. Miłość bliźniego wyrażająca się w konkretnych czynach: obecności, jałmużnie, pomocy duchowej daje wiele satysfakcji i radości. Uskrzydla, pozwala cenić sobie życie, pomimo problemów,

---

<sup>19</sup> Jan Paweł II, List apostolski *Novo millennio ineunte*, na zakończenie wielkiego jubileuszu roku 2000, nr 50.

<sup>20</sup> Benedykt XVI, *Orędzie na Wielki Post 2008*, nr 4.

trudności, obecnego w nim cierpienia. Jałmużna jest także dziełem pokutnym. Poprzez nią chrześcijanin może wyrazić wole swego nawrócenia i nowego życia. Dlatego Kościół zachęca do jałmużny przypominając, że: *Jałmużna uwalnia od śmierci i oczyszcza z każdego grzechu* (Tb 12,9) i daje dostęp do Bożego miłosierdzia, według zapewnienia Chrystusa: *Błogosławieni miłosierni, albowiem oni miłosierdzia Bożego dostąpią* (Mt 5,7).

#### 4. Pielgrzymki i procesje pokutne

Wezwanie do pokuty rozumianej jako umartwienie i wysiłek ascetyczny mający na celu panowanie nad pożądliwością ciała i wyzwalanie się z grzesznych przyzwyczajeń znalazło w duchowości chrześcijańskiej swój wyraz w konkretnych czynach i postawach pokutnych. Jedną z praktyk pokutnych, rozwijającą się już we wczesnym chrześcijaństwie była zakorzeniona biblijnie pielgrzymka<sup>21</sup>.

Było to dzieło, poprzez które chrześcijanie wyrażali swą pobożność – udawali się do miejsc świętych, nieraz bardzo odległych od ich domów rodzinnych, by zaspokoić pragnienie bycia blisko Boga. *Duchowym celem pielgrzymki jest wypełnienie aktów kultu, poprzez które pielgrzym dziękuje Bogu za łaski, spełnia przyrzeczenie, pokutuje lub pragnie ubłagać łaskę*<sup>22</sup>. Pielgrzymka jest świadectwem wiary, *jest praktyką czynnej ascezy i pokuty za ludzkie słabości*, wyraża nieustanną czujność człowieka wobec własnej ułomności i przygotowuje go *wewnętrznie do przemiany serca*<sup>23</sup>.

Uprzywilejowanym miejscem pielgrzymek były miejsca związane z życiem ziemskim Jezusa. Pielgrzymi z Europy pokonywali trudy długiej i niebezpiecznej podróży, by dotrzeć do Betlejem, Jerozolimy, Nazaretu i innych miejscowości, które były świadkami wydarzeń ewangelicznych. Pielgrzymowano do miejsc związanych z kultem męki Pańskiej oraz grobów męczenników.

Miejscem pielgrzymek było również Wieczne Miasto, gdzie znajdowały się relikwie Apostołów Piotra i Pawła oraz pamiątki ich nauczania i męczeństwa. W średniowieczu szczególnie popularnym miejscem pielgrzymek było Santiago De Compostella w Hiszpanii, związane ze św. Jakubem Apostołem, do którego prowadziły pieszne szlaki niemalże ze wszystkich

<sup>21</sup> Zob. Kongregacja ds. Kultu Bożego i Dyscypliny Sakramentów, *Dyrektorium o pobożności ludowej i liturgii. Zasady i wskazania*, Pallottinum Poznań 2003, s. 197-198.

<sup>22</sup> M. Matusik, *Pielgrzymka*, w: *Ilustrowany leksykon wiedzy religijnej*, red. Z. Sobolewski, Wyd. „Adam”, Warszawa 2010, s. 450.

<sup>23</sup> Jan Paweł II, Bulla *Incarnationis misterium*, ogłaszająca Wielki Jubileusz roku 2000, nr 7.

zakątków Europy. Oprócz sanktuariów związanych z Męką Pańską i kultem maryjnym, które cieszyły się wielką popularnością zwłaszcza w epoce baroku i zdominowały pobożność ludową, rozwijały się także lokalne sanktuaria, gdzie byli czczeni święci i błogosławieni.

Ruch pielgrzymkowy wzmagala możliwość otrzymania odpustów i nadzieja wyproszenia specjalnych łask, w miejscach uznawanych powszechnie za łaskami słynące. *Dyrektorium o pobożności ludowej i liturgii* zwraca uwagę na eschatologiczny, świąteczny, kultyczny i wspólnototwórczy wymiar pielgrzymowania. Duży passus poświęca wymiarowi pokutnemu pielgrzymek: *pielgrzymka podobna jest do «drogi nawrócenia»*. *Idąc do sanktuarium pielgrzym przebywa drogę do uświadomienia sobie własnego grzechu i więzów narzucanych mu przez rzeczy złudne i bezużyteczne, do osiągnięcia wewnętrznej wolności i do głębokiego znaczenia życia.*

*Dla wielu wiernych nawiedzenie sanktuarium stanowi sprzyjająca okazję, czasem oczekiwaną, do skorzystania z sakramentu pokuty. Pielgrzymowanie, zarówno w przeszłości, jak i w naszych czasach było i jest rozumiane jako czyn pokutny. Ponadto, jeśli zakończona pielgrzymka miała prawdziwy charakter, wierny wraca z sanktuarium do domu z postanowieniem «przemiany życia», ukierunkowania go zdecydowanie na Boga i nadania mu wyraźnie perspektywy transcendentalnej<sup>24</sup>.*

Stolica Święta popierała praktykę pielgrzymowania poprzez ogłaszanie Jubileuszy. W latach jubileuszowych wierni za odbycie pielgrzymki do wyznaczonych sanktuariów i odbycie spowiedzi św. oraz przyjęcie Komunii świętej zyskiwali odpusty zupełne.

Po raz pierwszy obchody Roku Jubileuszowego odbyły się w Rzymie w 3000 r. z woli papieża Bonifacego VIII. Początkowo jubileusz miał być obchodzony co sto lat, ale czas ten ulegał skróceniu do pięćdziesięciu, a niekiedy do 25 lat, tak jest obchodzony od II poł. XV w., jeśli pozwalały na to okoliczności zewnętrzne. Ostatnim obchodzonym jubileuszem był Wielki Jubileusz Roku 2000. Uroczystościom jubileuszowym w Rzymie przewodniczył św. Jan Paweł II. W Rzymie odpust jubileuszowy można było uzyskać poprzez nawiedzenie czterech bazylik większych.

Obchody Roku Jubileuszowego zaczęto rozciągać na miejsca poza Rzymem, by ułatwić wiernym dostęp do odpustów i łask jubileuszowych. I tak wierni w Polsce, mogli uzyskać w 1450 r. odpusty nawiedzając kościoły katedralne w Gnieźnie, Krakowie, Lwowie i Wilnie. W latach

---

<sup>24</sup> Kongregacja ds. Kultu Bożego i Dyscypliny Sakramentów, *Dyrektorium o pobożności ludowej i liturgii*, dz. cyt., s. 201.



jubileuszowych 1983 i 2000 można było uzyskać odpusty zupełne nawiedzając kościoły katedralne i wyznaczone inne świątynie w miejscach pielgrzymek na całym świecie.

Pielgrzymowanie było uważane także za praktykę pokutną i zadawane jako surowa pokuta za najcięższe grzechy. Wiązało się z ryzykiem i wieloma niebezpieczeństwami, gdyż podróżowanie w średniowiecznej Europie nie było łatwe i bezpieczne. Wprawdzie istniała sieć schronisk dla pielgrzymów, ale na drogach grasowały bandy. Niebezpieczeństwo stanowili również saraceni. Na przykład pielgrzymka z polski do Ziemi Świętej mogła zająć nawet trzy lata. Pielgrzymowanie było także czasochłonne i wymagało poświęceń. Pielgrzymi nierzadko wędrowali *o żebraczym chlebie*.

We współczesnym chrześcijaństwie rozwija się ruch pielgrzymkowy, zarówno pieszy jak i za pomocą różnych środków transportu (kolej, autobusy, samochody prywatne). Pewien renesans, zwłaszcza wśród ludzi młodych, przeżywają piesze pielgrzymki do sanktuariów maryjnych. W Polsce dużą popularnością cieszą w okresie letnim piesze pielgrzymki na Jasną Górę. Pielgrzymki te służą pogłębieniu osobistej wiary. Nie brakuje w nich elementów pokutnych. Pątnicy podejmują post, umartwienia i modlitwę wynagradzającą za grzechy. Pielgrzymka stanowi okazję do pogłębionej spowiedzi świętej, do której pielgrzymi przygotowują się poprzez konferencje ascetyczne, rozważania i nabożeństwa pokutne.

Polacy pielgrzymują również do dwóch wielkich sanktuariów maryjnych w Wilnie i Lwowie oraz Licheniu, Gietrzwałdu i wielu innych miejsc związanych z objawieniami maryjnymi. Celem pielgrzymek zagranicznych są sanktuaria maryjne w Lourdes i Fatimie, a nawet odległa Guadalupe w Meksyku.

Rozwija się ruch pielgrzymkowy do sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Krakowie-Łagiewnikach oraz diecezjalnych sanktuariów miłosierdzia Bożego. Ruch pielgrzymkowy stanowi wielką szansę duszpasterską. Podczas pielgrzymki pątnicy otwierają się na działanie Boże, są skorzy do głębszej refleksji nad własnym życiem. Często dokonują jego rewizji w świetle Bożego słowa. Pielgrzymka uświadamia im peregrynacyjny charakter życia oraz uczy dokonywania wyborów tego, co jest w życiu najważniejsze. Pielgrzymki służą odrodzeniu ducha pokuty za grzechy, stanowią okazję do uświadomienia wiernym zarówno prawdy o grzechu, jak i jego przezwycięzeniu w Chrystusie.

O ile pielgrzymowanie nie zatraciło swego charakteru pokutnego i jest w potocznym rozumieniu łączy się z wysiłkiem ascetycznym, stając się sposobem oczyszczenia i odrodzenia duchowego, o tyle wydaje się, że aspekt pokutny procesji zszedł na dalszy plan, a niekiedy uległ bezpowrotnemu utraceniu.

*Dyrektorium o pobożności ludowej i liturgii* wymienia wiele rodzajów procesji liturgicznych<sup>25</sup>. Wśród nich przeważają procesje przypominające wydarzenia zbawcze (np. procesja 2 lutego, procesja w Niedzielę Palmową) lub procesje wotywno (np. procesja w Boże Ciało, procesje eucharystyczne). Pielęgnowane są procesje związane z obchodami świętych podczas uroczystości odpustowych, a także procesja za zmarłych na cmentarzu (1-2 listopada).

Zanikły natomiast procesje o charakterze pokutnym, jakie odbywały się w tzw. Dni Krzyżowe, gdy Kościół błagał o błogosławieństwo Boże dla pracujących. Poprzedzały one uroczystość Wniebowstąpienia Pańskiego. Od poniedziałku do środy błagano o urodzaj i zachowanie od klęsk żywiołowych. Tradycja tej modlitwy pochodzi z Galii, gdzie ok. roku 470 biskup św. Mamert diecezji Vienne ustanowił tę modlitwę w związku z klęską nieurodzaju, trzęsienia ziemi i wojen. Modlono się śpiewając „Litanię do wszystkich świętych”, idąc w procesji do kaplic i krzyży przydrożnych lub innego kościoła. Zwyczaj ten przyjął się w Rzymie za papieża Leona III (VIII/IX w.) i znalazł swe miejsce w księgach liturgicznych od XIII w. Mówi o nim Mszał Piusa V z 1570 r.

Ta procesja była bardzo popularna w średniowieczu. Uczestniczyli w niej w strojach pokutnych władcy, szlachta, a także lud. W procesji brały udział bractwa pokutne.

Obecnie Dni Krzyżowe są dniami modlitw o dobre urodzaje i za kraje głodujące, jednak coraz mniej parafii, nawet wiejskich, organizuje modlitwy w te dni. Mszał rzymski z 1970 r. zostawił decyzję co do obchodzenia tych dni poszczególnym konferencjom episkopatów. KEP zachowała odchody Dni krzyżowych w trzech dniach poprzedzających uroczystość Wniebowstąpienia Pańskiego.

W wielu krajach Europy Zachodniej przetrwały procesje pokutne organizowane w Niedzielę Palmową lub Wielkim Tygodniu, zwłaszcza w Wielki Piątek. Tradycję tę pielęgnują bractwa pokutne nadając jej widowiskowy i spektakularny charakter. Procesje te w sposób obrazowy ukazują misteria Męki Pańskiej, ludzkie cierpienie Chrystusa i Jego Matki. Nierzadko podczas takiej procesji odgrywane są sceny pasyjne. W średniowieczu brali w niej udział biczownicy.

W Polsce wydaje się, że miejsce procesji pokutnych zajmują nabożeństwa Drogi krzyżowej, odprawiane w plenerze. Do najsłynniejszych Dróg krzyżowych, w których uczestniczą tysiące wiernych należy nabożeństwo pasyjne w Kalwarii Zebrzydowskiej.

---

<sup>25</sup> Tamże, s. 172-173.

## 5. Nabożeństwa wielkopostne

Tak jak grzech posiada swój wymiar społeczny, podobnie i pokuta. Jest ona ważna nie tylko dla wiernego, który pielęgnuje w sobie ducha skruchy i nawrócenia, ale dla całej społeczności uczniów Chrystusa. Dlatego Kościół nie tylko wzywa wiernych do czynienia pokuty indywidualnie, ale również wspólnotowo. *Aby zaś wszyscy chrześcijanie wspólnie mogli pełnić pokutę, która by łączyła ich między sobą, Stolica Apostolska ustanowiła pewne dni i specjalny okres w ciągu roku liturgicznego, żeby w ten sposób lepiej uwypuklić Paschalne Misterium Chrystusa oraz wyprosić szczególną pomoc dla potrzeb Kościoła*<sup>26</sup>.

Oprócz dni pokutnych, jakimi w kalendarzu liturgicznym Kościoła są poszczególne piątki i Środa popielcowa, chrześcijanie winni zachować pokutny charakter czasu Wielkiego Postu. Okres ten, poprzedzający radość Wielkanocy, ma kilka zasadniczych wymiarów. Jest czasem odnowienia świadomości chrzcielnej, a dla katechumenów czasem bezpośredniego przygotowania do przyjęcia chrztu. W Wielkim Poście wierni są wezwani do czynienia pokuty, zachęceni do spowiedzi świętej oraz podejmowania dzieł miłosierdzia. Pomocą w zbudzeniu ducha pokuty i żalu za grzechy jest wspólnotowe rozważanie Męki Pańskiej. W Polsce wielką popularnością cieszy się nabożeństwo Drogi krzyżowej oraz Gorzkie Żale.

Nabożeństwo Drogi krzyżowej, tradycyjnie wspólnotowo odprawiane w czasie Wielkiego Postu ma swą długą tradycję. Nabożeństwo polega na pobożnym rozważaniu męki Chrystusa podczas wędrowania od stacji do stacji oraz modlitwie. Zwyczaj jego odprawiania narodził się w Jerozolimie, gdzie odtworzono trasę prowadzącą wąskimi uliczkami Jerozolimy do miejsca kaźni Chrystusa i poszczególne stacje upamiętniono kaplicami. To nabożeństwo pasyjne rozpowszechnili w średniowieczu franciszkanie. Powszechnym jest zwyczaj umieszczania stacji drogi krzyżowej na ścianach kościołów i kaplic, by wierni mogli przemieszczać się podczas odprawiania tego nabożeństwa od jednej stacji do drugiej.

Liczbę 14 stacji ustalono ostatecznie w XVII w. Są to: 1. Jezus skazany na śmierć; 2. Jezus bierze krzyż na swe ramiona; 3. Pierwszy upadek Jezusa; 4. Jezus spotyka swą Matkę; 5. Szymon Cyrenejczyk pomaga nieść krzyż Jezusowi; 6. Święta Weronika ociera twarz Jezusa; 7. Jezus upada pod krzyżem po raz drugi; 8. Jezus pociesza płaczące niewiasty; 9. Trzeci upadek Pana Jezusa; 10. Pan Jezus z szat obnażony; 11. Jezus przybity do krzyża; 12. Śmierć Jezusa; 13. Jezus zostaje zdjęty z krzyża; 14. Złożenie ciała Jezusa do grobu. Większość z tych stacji (1, 2, 5, 8, 10, 11, 12, 13 i 14) ma swe uzasadnienie w Ewangelii.

<sup>26</sup> Paweł VI, dz. cyt. III.

Współcześnie pojawiły się propozycje zmieniające kształt *Drogi krzyżowej*, mające na celu jest wierniejsze powiązanie z Pismem Świętym. W 1991 r. Jan Paweł II odprawił w Wielki Piątek biblijną *Drogę krzyżową*, która składała się wyłącznie ze stacji mających uzasadnienie w teście ewangelicznym. Papież Benedykt XVI zatwierdził nowy kształt nabożeństwa w 2007 r. i pozwolił na jego publiczne odprawianie. Alternatywna do tradycyjnej *Droga krzyżowa* składa się również z 14 stacji: 1. Jezus w Ogrodzie Oliwnym; 2. Jezus zdradzony przez Judasza; 3. Jezus skazany przez Sanhedryn; 4. Piotr wypiera się Jezusa; 5. Jezus sądzony przez Piłata; 6. Jezus biczowany i koronowany cierniem; 7. Jezus bierze krzyż na swe ramiona; 8. Szymon z Cyreny pomaga nieść krzyż Jezusowi; 9. Jezus spotyka niewiasty jerozolimskie; 10. Jezus przybity do krzyża; 11. Jezus obiecuje swoje Królestwo żałującemu łotrowi; 12. Matka i umiłowany uczeń pod krzyżem Jezusa; 13. Jezus umiera na krzyżu; 14. Jezus zdjęty z krzyża i złożony do grobu.

Pokutny charakter *Drogi krzyżowej* wyraża się zarówno w intencji, w jakiej jest odprawiana, jak i w pieśniach, rozważaniach i modlitwach, które ukazują zarówno wielkość ludzkiej nieprawości, będącej przyczyną męki Chrystusa, jak i Jego nieskończonej miłości, która dźwiga i przebacza. Za pobożne odprawienie Drogi krzyżowej można uzyskać odpust.

W Polsce w okresie Wielkiego Postu odprawiane są *Gorzkie Żale*. Podczas nabożeństwa głoszone jest kazanie pasyjne. Po raz pierwszy odprawiono Gorzkie Żale w 1707 r. w kościele św. Krzyża w Warszawie. Tekst nabożeństwa napisał ks. Wawrzyniec Stanisław Bonning (Benik), misjonarz, który opiekował się Bractwem Św. Rocha.

Nabożeństwo to szybko rozpowszechniło się ze względu na swój liryczny i głęboki charakter. W XIX wieku było śpiewane nie tylko w kościołach, ale w domach. Księża Misjonarze rozpowszechnili to nabożeństwo w innych krajach (Litwa, Czechy, Anglia, Niemcy, Ameryka Północna), choć nie zyskało tam takiej popularności, jak w Polsce.

## **6. Nabożeństwa pokutno-wynagradzające**

Paweł VI zwrócił uwagę na inne, niż post formy rozwijania ducha pokuty. *Przed wszystkim nalega Kościół, aby wszyscy praktykowali cnotę pokuty, wytrwale spełniając obowiązki swego wieku i stanu, oraz cierpliwie znosząc utrapienia, jakie towarzyszą codziennym potrzebom ich ziemskiego życia i niepewne warunki, które wnoszą do duszy udrękę. Niektórzy zaś członkowie Kościoła, złożeni niemocą, chorobą, dotknięci ubóstwem, lub innymi*

nieszczęściami, albo którzy «prześladowanie cierpią dla sprawiedliwości», są wezwani, by swoje boleści cierpliwie połączyli z Chrystusem, bo w ten sposób obowiązki pokuty nie tylko pełniej wykonują, ale także życiem, wspartym łaską Bożą, tak braciom, jak i sobie wysłużyć mogą szczęśliwość obiecaną w Ewangelii<sup>27</sup>.

Tenże papież, odwołując się do wielowiekowej tradycji ascetycznej Kościoła, wspomina również o cielesnych umartwieniach i wyrzeczeniach się przyjemności: *Kościół przeto do jednego zachęca wszystkich wiernych, aby oprócz niewygód i nieszczęść, jakie przynosi życie codzienne, również odpowiedzieli na Boże przykazanie pokuty i to poprzez jakieś czyny cielesnego umartwienia*<sup>28</sup>.

W ostatnich stuleciach rozwinęły się formy kultu o charakterze pokutno-wynagradzającym Bogu za grzechy całego świata, które wywodzą się z objawień prywatnych, akceptowanych przez Kościół. Szczególnie popularny jest kult wynagrodzenia Najświętszemu Sercu Jezusowemu, zrodzony pod wpływem objawień św. Małgorzaty Marii Alacoque.

Klasztor w Paray stał się miejscem nadzwyczajnych objawień Najświętszego Serca Jezusowego. Rozpoczęły się one 27.12.1673 r. Siostra Małgorzata modliła się przed Najświętszym Sakramentem, doświadczając szczególnej bliskości Boga. Zatopiona w głębokiej modlitwie usłyszała słowa Chrystusa: *Moje Boskie Serce goreje tak wielką miłością ku ludziom, a zwłaszcza ku tobie, że nie może już powstrzymać w sobie płomieni tej miłości. Musi je rozlać za twoim pośrednictwem i ukazać się ludziom, by ich ubogacić drogocennymi skarbami, które ci odsłaniam, a które zawierają łaski uświęcające i zbawienne, konieczne, by ich wydobyć z przepaści zatracenia. I dla wypełnienia tego zamiaru wybrałem ciebie jako przepaść niegodności i nieumiejętności, ażeby wszystko było wykonane przeze mnie*<sup>29</sup>. Małgorzacie z trudem przyszło opisać niewysłowioną radość i szczęście, jakie zrodziło w niej to mistyczne doznanie. *Potem zażądał mego serca; prosiłam Go, żeby je wziął; co też uczynił i zanurzył je w swoim uwielbienia godnym Sercu. I dał mi zobaczyć, jak w tym Sercu niby mała drobina trawiło się jako w gorejącym ognisku. Wyciągnąwszy je stamtąd, jako płomień gorejący w kształcie serca, wstawił je na to miejsce, z którego je wziął, mówiąc do mnie: „Patrz ukochana moja, oto kosztowny zadatek mojej miłości. (...) A jako znak, że wielka łaska, którą ci wyświadczyłem,*

<sup>27</sup> Tamże, III b.

<sup>28</sup> Tamże, III c.

<sup>29</sup> Św. Małgorzata Maria Alacoque, *Pamiętnik duchowy*, Klasztor Sióstr Wizytek, Kraków 2003, s. 76.

*nie jest bynajmniej urojeniem, i że jest ona fundamentem tych wszystkich, które ci mam jeszcze wyświadczyć, to chociaż zamknąłem ranę twego boku, ból pozostanie ci na zawsze. A jeśli dotychczas używałaś tylko nazwy tego mojej niewolnicy, odtąd daję ci nazwę umiłowanej uczennicy Najświętszego Serca mojego*<sup>30</sup>.

Objawienie dogłębnie poruszyło serce Małgorzaty. Nie potrafiła przez kilka dni dojść do siebie. W każdy pierwszy piątek miesiąca ponawiało się widzenie Serca Jezusowego. Tak o tym pisze święta: *Pewnego razu, gdy był wystawiony Najświętszy Sakrament uczułam, że jestem całkowicie zebrana w moim wnętrzu przez nadzwyczajne skupienie wszystkich moich zmysłów i władz; ukazał mi się wtedy Jezus Chrystus, mój słodki Mistrz. A ukazał mi się cały jaśniejący chwałą wraz z pięcioma ranami, które rozsiewały blask niby pięć słońc, a z Jego Świętego Człowieczeństwa dobywały się płomienie, ale przede wszystkim z Jego uwielbienia godnej piersi, podobnej do gorejącego ogniska. A kiedy pierś się rozwarła, ukazał mi Pan swoje serce, na wskroś kochające i godne kochania. Ono to było żywym źródłem tych płomieni. Wtedy odsłonił mi niewysłowione cuda swej czystej miłości i do jakiego nadmiaru posunął się w umiłowaniu ludzi, od których otrzymuje tylko niewdzięczność i zapomnienie*<sup>31</sup>.

Małgorzata Maria Alacoque usłyszała skargę Jezusa na obojętność i niewdzięczność ludzi oraz wezwanie do podjęcia dzieła wynagrodzenia Boskiemu Zbawicielowi za brak miłości ze strony tych, za których On cierpiał. *Ale ty przynajmniej spraw Mi tę radość i wynagradzaj mi ich niewdzięczność, o ile to uczynić zdołasz*<sup>32</sup>.

Małgorzata miała wynagradzać Jezusowi za obojętność i niewdzięczność ludzi poprzez komunie świętą przyjmowaną w pierwsze piątki miesiąca oraz Godzinę świętą. *Najpierw przyjmować mnie będziesz w Najświętszym Sakramencie tak często, jak ci na to posłuszeństwo pozwoli, chociaż miałyby cię spotkać przykrości i upokorzenia, które powinnaś przyjmować jako zadatki mojej miłości. Ponadto będziesz przyjmować Komunię św. w pierwsze piątki każdego miesiąca. A we wszystkie noce z czwartku na piątek dam ci uczestnictwo w tym śmiertelnym smutku, który odczuwałem w Ogrodzie Oliwnym. A smutek ten doprowadzi cię, chociaż nie będziesz mogła tego zrozumieć, do tego rodzaju konania, które będzie cięższe do przetrzymania, niż sama śmierć. I żeby mi towarzyszyć w tej pokornej modlitwie, którą zanosilem wówczas do mojego Ojca, wśród wszystkich moich udręczeń, wstawać będziesz między godziną jedenastą a północą,*

---

<sup>30</sup> Tamże, s. 76-77.

<sup>31</sup> Tamże, s. 78.

<sup>32</sup> Tamże, s. 79.

*by w ciągu godziny klęczeć wraz ze mną z twarzą pochyloną ku ziemi. A czynić to będziesz tak dla uśmierzenia boskiego gniewu, błagając o miłosierdzie dla grzeszników, jak dla złagodzenia w pewien sposób goryczy, którą czułem z powodu opuszczenia przez apostołów, iż musiałem czynić im wyrzuty, że nie mogli czuwać jednej godziny ze mną<sup>33</sup>.*

Wezwanie do pokuty i modlitwy za grzeszny świat zostało wyrażone usilnie w objawieniach fatimskich. Maryja 13.07.1917 r. ukazała dzieciom wizję piekła i zapowiedziała, że ratunkiem dla ginących grzeszników jest nabożeństwo do Niepokalanego Serca. Objawiła również, że ludzkość pogrążająca się w grzech czeka ją niewypowiedziane karty Boże. *Aby temu zapobiec, przybędę prosić o poświęcenie Rosji memu Niepokalanemu Sercu i o Komunię świętą wynagradzającą w pierwsze soboty<sup>34</sup>.* Dnia 10.12.1925 r. objawiła się s. Łucji Maryja z Dzieciątkiem, które powiedziało: *Miej współczucie z Sercem twej Najświętszej Matki, otoczonym cierniami, którymi niewdzięczni ludzie je wciąż na nowo ranią, a nie ma nikogo, kto by przez akt wynagrodzenia te ciernie powyciągał<sup>35</sup>.* Na bazie objawień fatimskich zrodziło się nabożeństwo pięciu sobót miesiąca. Wierni mają spowiadać się, przyjmować komunie święta oraz rozważać różaniec w intencji zadośćuczynienia za grzechy. Nabożeństwo to wyraża pragnienie wynagrodzenia Niepokalanemu Sercu Maryi za zniewagi i bluźnierstwa, którymi je ranią grzesznicy. Z objawieniami fatimskimi wiąże się zwyczaj dodawania do modlitwy różańcowej aktu strzelistego, który przekazała Maryja: *O mój Jezu, przebacz nam nasze grzechy, zachowaj nas od ognia piekielnego, zaprowadź wszystkie dusze do nieba i dopomóż szczególnie tym, którzy najbardziej potrzebują Twojego miłosierdzia.*

Rozwijający się dynamicznie kult miłosierdzia Bożego, który swój impuls otrzymał w objawieniach jakie miała polska mistyczka św. Faustyna Kowalska, również zawiera wezwanie do podejmowania czynów pokutnych i modlitwy wynagradzającej za grzechy.

Faustyna stała się apostołką Bożego miłosierdzia wzywając do ufności Bogu, nawrócenia i pokuty. Na aktualność orędzia o miłosiernej miłości Boga zwrócił uwagę Jan Paweł II podczas Mszy św. kanonizacyjnej. Mówił: *To krzepiące orędzie jest skierowane przede wszystkim do człowieka, który udręczony jakimś szczególnie bolesnym doświadczeniem albo przyniesiony ciężarem popełnionych grzechów utracił wszelką nadzieję w życiu i skłonny jest ulec pokusie rozpaczy. Takiemu człowiekowi ukazuje się*

<sup>33</sup> Tamże, s. 79-80.

<sup>34</sup> S. Przepierski, *Przy Niepokalanym Sercu Maryi*, Wyd. Sióstr Loretanek, Warszawa 2014, s. 8.

<sup>35</sup> Tamże, s. 9.

*łagodne oblicze Chrystusa, a promienie wychodzące z Jego Serca padają na niego, oświecają go i rozpalają, wskazują drogę i napędzają nadzieją. Jakże wielu sercom przyniosło otuchę wezwanie «Jezu, ufam Tobie», które wypowiedziała nam Opatrzność za pośrednictwem Siostry Faustyny! Ten prosty akt zawierzenia Jezusowi przebija najgęstsze chmury i sprawia, że promień światła przenika do życia każdego człowieka. «Jezu, ufam Tobie». (...) Ty zaś, Faustyno, darze Boga dla naszej epoki, darze polskiej ziemi dla całego Kościoła, wyjednaj nam, abyśmy mogli pojąć głębię Bożego Miłosierdzia, pomóż nam, abyśmy osobiście go doświadczyli i świadczyli o nim braciom. Twoje orędzie światłości i nadziei niech się rozprzestrzeni na całym świecie, niech przynagla grzeszników do nawrócenia, niech uśmierza spory i nienawiści, niech uzdalnia ludzi i narody do czynnego okazywania braterstwa. My dzisiaj, wpatrując się razem z tobą w oblicze zmartwychwstałego Chrystusa, powtarzamy twoją modlitwę ufnej zawierzenia i mówimy z niezłomną nadzieją: Jezu, ufam Tobie<sup>36</sup>.*

Charakter pokutny i wynagradzający mają liczne modlitwy, które Święta zapisała w swoim *Dzienniczku*<sup>37</sup>. Pozwalają one grzesznikom ufnie zbliżyć się do Bożego majestatu w nadziei otrzymania przebaczenia i pojednania.

## Zakończenie

Chrystusowe wezwanie do zmiany sposobu myślenia i działania oraz pokuty za grzechu stanowi trwały element orędzia chrześcijańskiego. W ciągu wieków Kościół wypracował całą gamę uczynków pokutnych, które wyrażają skruchę oraz wole poprawy grzesznika. Niektóre z nich przeżywają swój renesans współcześnie, inne zdaje się, że przeżywają kryzys i idą w zapomnienie. Chociaż zmienia się współczesny człowiek i jego podejście do grzechu i winy, niezmiennym zostaje duch, który ją ożywia. Wydaje się, że Kościół winien zachęcać do praktykowania różnorodnych form uczynków pokutnych, wśród których na pierwsze miejsce wysuwają się: modlitwa, post i jałmużna. Trzeba wyjaśniać wiernym ich ekspiacyjny charakter, by nie stały się magicznymi rytuałami. Należy wpajać wiernym umiłowanie ducha pokuty poczynając od katechezy szkolnej.

---

<sup>36</sup> Jan Paweł II, *Dar Boży dla naszych czasów*, homilia podczas Mszy św. kanonizacyjnej na Placu Św. Piotra w Rzymie, 30 IV 2000 r., nr 7, w: [http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan\\_pawel\\_ii/homilie/kanonizacja\\_30042000.html#](http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan_pawel_ii/homilie/kanonizacja_30042000.html#) (29.10.2014).

<sup>37</sup> Taki charakter ma *Koronka do Bożego miłosierdzia* oraz *Nowenna*, w której każdego dnia św. Faustyna przyprowadza do Boga poszczególne grupy grzeszników.



## Summary

### **The spirit of penance and call to repentance**

The need of being purified of sins, reconciled with God and willingness of having the wrongs committed repaired, has always been present not only in Judaism and Christianity but also in all other religions. The Old Testament shows the Chosen Nation's sinfulness, the mystery of its iniquity as well as the ability to do penance and be converted. Various penitential practices are its expression. Among them a distinctive place is given to fasting, prayer and almsgiving. The Old Testament speaks about God who is full of mercy and forgives those who repent and shows them His love. Jesus began his teaching with the call to repentance and penance. Christianity has accepted penitential legacy of the New Testament and that of the first Christians, creating numerous pious practices and devotions for the benefit of the spiritual revival. In the course of the ages the spirit of penance in the Church has developed and in various ways enlivened hearts of the faithful.

This article deals with the spirit of penance in the Old and New Testament. It also analyses penitential liturgy and ascetic practices that were in support of spiritual revival. The final part points to the most popular contemporary penitential acts and devotions that prompt repentance among the faithful.