

Pobożne praktyki wielkopostne

Kiedy mówimy o Wielkim Poście, w naszych uszach brzmią jeszcze słowa: *prochem jesteś i w proch się obrócisz* (Rdz 3, 19), *nawracajcie się i wiercie w Ewangelię* (Mt 1, 15), wypowiedane przez kapłana, posypującego nasze głowy popiołem w Środę Popielcową. Tego właśnie dnia rozpoczyna się Wielki Post (łac. *Quadragesima*), ustanowiony w II w., trwający czterdzieści dni aż do Mszy Wieczery Pańskiej w Wielki Czwartek. Jest to czas duchowego oczyszczenia, przygotowania do godnego uczestnictwa w święcie Zmartwychwstania Pańskiego, stąd już samo przyjęcie popiołu wyraża naszą gotowość wewnętrznego odrodzenia oraz uznanie swojej słabości. Wewnętrzna przemiana samych siebie ma opierać się przede wszystkim na wsłuchiwanie się w Słowo Boże, pojednaniu się z Bogiem i bliżnim czy wypełnianiu praktyk pokutnych – modlitwy, postu i jałmużny, które mają pogłębić naszą wiarę, a przecież *martwa jest wiara bez uczynków* (Jk 2, 26).

Modlitwa

W Ewangelii, według św. Mateusza, czytamy: *Na modlitwie nie bądźcie gadatliwi jak poganie. Oni myślą, że przez wzgląd na swe wielomówstwo będą wysłuchani! Nie bądźcie podobni do nich! Albowiem wie Ojciec wasz, czego wam potrzeba, wpraw zanim Go poprosicie* (Mt 6, 7-8). Tak więc modlitwa nie polega na bezmyślnym recytowaniu pacierzy, ale jest szczerym, osobistym zjednoczeniem z Bogiem. Jest pokarmem wiary. Powinna być zwięzła, ponieważ jest ona tak naprawdę tylko nam potrzebna. Bóg zna nasze potrzeby. Szczególnie systematyczna modlitwa wzmacnia nas, pozwala łatwiej pokonać pokusy i słabości, umożliwia pracę nad sobą. Modlitwa ożywia, pogłębia naszą wia-

rę, stąd też w Wielkim Poście bardzo ważne jest uczestnictwo w nabożeństwie Drogi Krzyżowej – upamiętniającej Chrystusa niosącego krzyż ulicami Jerozolimy, oraz w nabożeństwie Gorzkich Żali, które rozważają mękę i śmierć naszego Zbawiciela.

Post

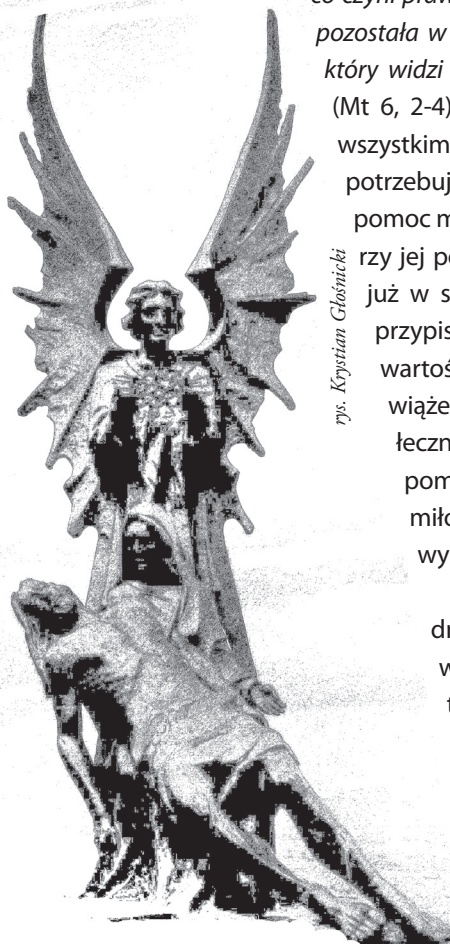
Na temat postu Pismo Święte mówi: *Kiedy pościecie, nie bądźcie posępni, jak obłudnicy. Przybierają oni wygląd ponury, aby pokazać ludziom, że poszczą. Zaprawdę, powiadam wam: już odebrali swoją nagrodę. Ty zaś, gdy pościsz, namaść sobie głowę i umyj twarz, aby nie ludziom pokazać, że pościsz, ale Ojcu twemu, który jest w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie* (Mt 6, 16-18). Zadaniem postu jest pomoc w lepszym uporządkowaniu własnego życia, przemianie serca, porzuceniu grzechu, a przede wszystkim ułatwia on spotkanie z łaską Boga. Uczy on dyscypliny wewnętrznej przez panowanie nad cielesnymi i innymi niestosownymi pragnieniami, a także – jak mówi prefacja wielkopostna – *uśmierza wady, podnosi ducha oraz udziela cnoty i nagrody*. Post i wszelkie umartwienia powinny wypływać z miłości do Boga i ludzi.

Jałmużna

Jałmużna jest ostatnią praktyką pokutną, na którą zwraca się szczególną uwagę w okresie Wielkiego Postu. Święty Mateusz – Ewangelista pisze: *Kiedy więc dajesz jałmużnę, nie trąb przed sobą, jak obłudnicy czynią w synagogach i na ulicach, aby ich ludzie chwalili. Zaprawdę, powiadam wam: ci otrzymali już swoją nagrodę. Kiedy zaś ty dajesz jałmużnę, niech nie wie lewa twoja ręka, co czyni prawa, aby twoja jałmużna pozostała w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie* (Mt 6, 2-4). Jałmużna to przede wszystkim otwartość serca na potrzebujących, a także szczerą pomoc materialną bliżnim, którzy jej potrzebują. Praktyce tej już w starożytnym judaizmie przypisywano bardzo wysoką wartość. Dziś bardzo często wiąże się ją z aspektem społecznym. Jej zadaniem jest pomoc w rozwijaniu cnoty miłości bliźniego poprzez wyniszczenie egoizmu.

Czas czterdziestodniowego przygotowania do święta Zmartwychwstania Pańskiego daje nam możliwość pracy nad sobą, nad naszym życiem wewnętrznym. Niech zachęta do czynienia praktyk pokutnych i owocnego przeżycia Wielkiego Postu będą słowa prefacji wielkopostnej: *Boże, Ty pozwalasz Twoim wiernym co roku z oczyszczoną duszą radośnie oczekiwać świąt wielkanocnych, aby gorliwie oddając się modlitwie i dziełom miłosierdzia przez uczestnictwo w sakramentach odrodzenia osiągnęli pełnię dziecięstwa Bożego...*

Grzegorz Kaczybura



rys. Krystian Głównicki