

KS. CZESŁAW KRAKOWIAK

DROGI POJEDNANIA GRZESZNIKÓW W KOŚCIELE: SAKRAMENTALNA I CODZIENNA POKUTA CHRZEŚCIJANINA

WPROWADZENIE

Jan Paweł II w Liście apostolskim *Tertio millennio adveniente* (TMA) napisał, że świętowanie i radość z wielkiego Jubileuszu „jest w szczególności sposób radością z odpuszczenia win, radością nawrócenia” (TMA 32). W obliczu nowego tysiąclecia Kościół jest świadomy ciężaru grzechów swoich dzieci, które oddaliły się od „ducha Chrystusa i Jego Ewangelii i zamiast dać świadectwo życia inspirowanego wartościami wiary, ukazały światu przykłady myślenia i działania, będące w istocie źródłem antyświadectwa i zgorzenia” (TMA 33). Dlatego cały Kościół i poszczególni jego członkowie potrzebują ciągłego oczyszczania oraz ustawicznej pokuty za popełnione błędy, niewierności, niekonsekwencje i zaniedbania. Uznanie swoich grzechów wymaga jednak odwagi, ale jednocześnie „pobudza czujność i gotowość do stawiania czoła dzisiejszym pokusom i trudnościom” (tamże).

W adhortacji *Reconciliatio et paenitentia*, odwołując się do Synodu Biskupów z 1984 r., który podjął zawsze aktualną sprawę nawrócenia (*metánoia*)¹ jako wstępnego warunku pojednania z Bogiem, tak pojedyn-

Ks. dr CZESŁAW KRAKOWIAK – starszy wykładowca Katedry Teologii Liturgii Instytutu Teologii Pastoralnej KUL; adres do korespondencji: ul. Bernardyńska 7D/5, 20-109 Lublin; e-mail: czeslaw.krakowiak@kul.lublin.pl.

¹ Zob. J. K o w a l s k i. *Metanoia jako istotny element postawy moralnej chrześcijanina*. RTK 28:1981 z. 3 s. 19-30. Autor omawia biblijne ujęcie *metanoi* (s. 20-24) i jej teologiczne rozumienie (s. 24-28); J. N a g ó r n y. *Nawrócenie w ujęciu proroków*. RTK 28:1981 z. 3 s. 5-17

czych osób jak i całych wspólnot, Papież stwierdza, że sakrament pokuty „sam w sobie nie wyczerpuje z pewnością całego zakresu pojęć nawrócenia i pojednania” Kościół od swoich początków zna także inne formy pokuty, różne od sakramentu, które mają duże znaczenie dla podtrzymywania i rozwoju życia chrześcijańskiego² Podobnie Rytuał *Obrzędy pokuty*, zawierający liturgię sakramentu pokuty i pojednania, wyraźnie mówi o jeszcze innych formach czynienia pokuty i gładzenia grzechów, zaliczając do nich: uczestnictwo w cierpieniach Chrystusa przez cierpliwość, spełnianie dzieł miłosierdzia i miłości, ustawiczne nawracanie się według Ewangelii Chrystusa, celebracje pokutne, głoszenie słowa Bożego, modlitwy i pokutne elementy w liturgii mszalnej³ Przypomina o tym także *Katechizm Kościoła Katolickiego* (KKK) w numerach 1434-1438.

Pojednanie człowieka z Bogiem, którego dokonał Jezus Chrystus głównie przez swoją śmierć na krzyżu, dokonuje się więc w Kościele i przez posługę Kościoła na różne sposoby. Można je podzielić na sakramentalne i pozasakramentalne, liturgiczne i Nieliturgiczne, wspólnotowe i indywidualne.

I. SAKRAMENTY POJEDNANIA CZŁOWIEKA Z BOGIEM

1 *Chrzest pierwszym sakramentem pojednania z Bogiem*

Pierwsze przyjęcie słowa Bożego przez wiarę u dorosłych osób prowadzi do chrztu. Udzielając tego sakramentu Kościół wypełnia posługę pojednania, ponieważ w tym sakramencie człowiek staje się uczestnikiem dzieła pojednania dokonanego przez Chrystusa, mocą Jego śmierci i zmartwychwstania (por. Rz 6, 4-10). „To zwycięstwo nad grzechem jaśnieje przede wszystkim w chrzcie, przez który dawny człowiek zostaje ukrzyżowany razem z Chrystusem dla zniszczenia skażonej grzechem natury po to, byśmy już więcej nie byli w niewoli grzechu, lecz zmartwychwstając z Chrystusem żyli odtąd

Reconciliatio et paenitentia nr 28; zob. Z. W i t. *Pozasakramentalne i sakramentalne praktyki pokuty i pojednania według adhortacji apostolskiej Jana Pawła II „Reconciliatio et Paenitentia”* CzST 14:1986 s. 139-156.

³ *Obrzędy pokuty*. Katowice 1996 nr 4 (dalej cyt. OP); por. Instrukcja *Eucharisticum mysterium* nr 35.

dla Boga”⁴ Człowiek w sakramencie chrztu otrzymuje wielki dar przybranego synostwa Bożego, zostaje wszczepiony w Chrystusa i włączony do Jego Kościoła. Chrzest, gładząc grzech pierworodny, a u dorosłych także grzechy osobiste, czyni człowieka „nowym stworzeniem” (2 Kor 5, 17) i „uczestnikiem Bożej natury” (2 P 1, 4) oraz „świątynią Ducha Świętego” (2 Kor 5, 15). Nie uwalnia jednak od pewnych doczesnych konsekwencji grzechu, takich jak cierpienie, choroby, skłonności do grzechu i słabości charakteru. Tradycja Kościoła nazywa je „pożądliwością” lub „zarzewiem grzechu” (por. KKK 1264). Dlatego otrzymany na chrzcie dar nowego życia powinien być pilnie strzeżony, rozwijany i doskonalony w czasie całego ziemskiego życia chrześcijanina. Pomaga mu w tym Kościół przez głoszenie słowa Bożego, modlitwę i sakramenty, które uzdolniają do praktykowania życia w miłości: „Przede wszystkim miejcie wytrwałą miłość jedni ku drugim, bo miłość zakrywa wiele grzechów” (1 P 4, 8). Z czynami miłości łączą się dzieła miłosierdzia, które oczyszczają z grzechów⁵

2. Sakrament pokuty i pojednania

Z ustanowienia Chrystusa Kościół wypełnia posługę pojednania przez sakrament pokuty: „Ponadto nasz Zbawiciel, Jezus Chrystus, powierzył swoim Apostołom oraz ich następcom władzę odpuszczania grzechów, ustanowił w swoim Kościele sakrament pokuty, by wierni, którzy po chrzcie świętym popełniają grzechy, mogli pojednać się z Bogiem przez odnowienie w łasce. Kościół bowiem ma «i wodę, i łzy: wodę chrztu i łzy pokuty»”⁶

Sakrament pokuty nie jest jednak jedyną formą gładzenia grzechów, zwłaszcza nie jest nią mechanicznie powtarzana spowiedź bez ducha pokuty i wewnętrznego nawrócenia. Wtedy sakrament pokuty i pojednania nie spełnia właściwej roli w życiu chrześcijanina z powodu rutyny, spowszednienia, braku przygotowania, prawdziwie szczerego żalu i woli zmiany dotychczasowego sposobu życia. Przystępowanie do sakramentalnej spowiedzi bez należytego wewnętrznego usposobienia, określanego pokutą wewnętrzną, jednych może prowadzić do powrotu do dawnych grzechów, innych zaś do odejścia od sakramentu pokuty. Są więc w Kościele tacy, którzy często

⁴ OP nr 2.

⁵ Cz. S. B a r t n i k. *Sakramentologia społeczna*. Lublin 2000 s. 311-312.

⁶ OP nr 2.

przystępują do spowiedzi, nie czyniąc prawie żadnych postępów w życiu religijnym, oraz tacy, którzy rzadko albo wcale nie proszą o sakrament pokuty i pojednania, gdyż nie widzą w nim skutecznej pomocy do wyzwolenia się z własnych grzechów.

Według nauczania Kościoła sakrament pokuty i pojednania *k o n i e c z n y* jest dla wszystkich grzeszników, ale przede wszystkim dla tych, „którzy po chrzcie popełnili grzech ciężki i w ten sposób utracili łaskę chrztu oraz zadali ranę komunii kościelnej” (KKK 1446). Natomiast *z a l e c a n y* jest wszystkim, którzy popełniają grzechy powszednie, aby dzięki łasce tego sakramentu nabierali duchowych sił i żyli w „pełnej wolności dzieci Bożych”⁷ Częsta i regularna spowiedź z grzechów powszednich jest wielką i skuteczną pomocą do ich zwalczania, jeśli jest dobrze przygotowana i należyście przeżywana. Dzieje się tak tylko wtedy, gdy nie staje się jedynie przyzwyczajeniem i rutynowym powtarzaniem obrzędów albo rodzajem zabiegu psychotherapeutycznego, lecz nieustanną troską o doskonalenie łaski chrztu. Penitentów oskarżających się często jedynie z grzechów powszednich Kościół zobowiązuje do tego, aby „w doskonalszy sposób upodobniali się do Chrystusa i wierniej ulegali głosowi Ducha Świętego” Zbawienne i widoczne dla innych skutki sakramentu pokuty wyrażają się w tym, że wywiera on wpływ na całe życie chrześcijanina i pobudza go do gorliwszej służby Bogu i braciom⁸

Papież Jan Paweł II zwraca ponadto uwagę, że korzystanie z sakramentu pokuty i pojednania także wtedy, gdy chodzi o grzechy powszednie, jest ważnym środkiem służącym formowaniu sumienia. Chociaż grzechy powszednie mogą być darowane także przez akt żalu, uczynki miłości, modlitwę i akty pokutne, to jednak Kościół zachęca do ich wyznawania w sakramentalnej spowiedzi. Praktyka ta „wzmacnia świadomość, że również mniejsze grzechy obrażają Boga i ranią Kościół” oraz „staje się pobudką i okazją do tego, by w doskonalszy sposób upodabniać się do Chrystusa i wierniej ulegać głosowi Ducha Świętego”, a łaska tego sakramentu ma „wielką moc leczniczą i przyczynia się do usunięcia samych korzeni grzechu”⁹

Zachęcając do korzystania z sakramentu pokuty i pojednania Jan Paweł II przypomina jednocześnie, że „czynić pokutę znaczy przede wszyst-

⁷ OP nr 7

⁸ OP nr 7b.

⁹ *Reconciliatio et paenitentia* nr 32.

kim przywrócić równowagę i harmonię zburzoną przez grzech, zmienić kierunek postępowania także kosztem ofiary”¹⁰ Papież podaje także opisową definicję chrześcijańskiej pokuty zaznaczając, że termin i pojęcie pokuty są bardzo złożone. Według synoptyków

*pokuta oznacza wewnętrzną przemianę serca pod wpływem słowa Bożego i w perspektywie królestwa Bożego (por. Mt 4, 17; Mk 1, 15). Ale pokuta oznacza również przemianę życia zgodnie z przemianą serca, i w tym znaczeniu czynienie pokuty dopełnia się w owocach pokuty godnych nawrócenia (por. Łk 3,8); całe życie staje się procesem nawrócenia, a zatem zmierza do stałego postępu ku lepszemu. 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 człowieka nowego (por. Ef 4,23); aby przewycięzać w sobie to, co cielesne, by zwyciężyło to, co jest duchowe (por. 1 Kor 3,1-10) [...] Pokuta jest zatem nawróceniem, które przechodzi z serca do czynów, a więc do całego chrześcijańskiego życia. W każdym z tych znaczeń pokuta jest ściśle połączona z pojednaniem, ponieważ pojednanie się z Bogiem, z sobą samym i z innymi zakłada pokonanie radykalnego rozdarcia, którym jest grzech, dokonuje się to jedynie poprzez wewnętrzną przemianę, czyli nawrócenie, które owocuje w życiu poprzez uczynki pokutne*¹¹

W Kościele pierwszych wieków sakramentalna pokuta obowiązywała jedynie za grzechy bardzo ciężkie (*crimina*). Od grzechów powszednich uwalniały chrześcijan głównie jałmużna, modlitwa i post (tzw. *paenitentia quotidiana*) jako podstawowe praktyki pokutne¹² Świadczy o tym m.in. Klemens Rzymski: „Jeśli chodzi o sposób pokutowania, to doskonałą rzeczą jest jałmużna; post jest lepszy od modlitwy, ale jałmużna przewyższa jedno i drugie”¹³ Żyjący w III wieku Orygenes († 254) wylicza siedem sposobów odpuszczenia grzechów: chrzest, męczeństwo, jałmużna, przebaczenie bliźnim, nawrócenie grzesznika, heroiczne formy miłości, sakrament pokuty (pokuta trudna, pracowita, we łzach – *paenitentia dura, laboriosa, in lacrimis*). Spośród tych siedmiu sposobów otrzymania odpuszczenia grzechów tylko dwa są sakramentalne (chrzest i pokuta), inne zaś mogą mieć

¹⁰ Tamże nr 26.

¹¹ Tamże nr 4.

¹² Zob. R. A n d r z e j e w s k i. *Pokuta w nauczaniu Ojców Kościoła*. AK 1977 t. 89 s. 33-46; W Z a w a d z k i. *Bernhard Poschmann – warmiński badacz wczesnochrześcijańskiej pokuty*. Olsztyn 1998 s. 76-173.

¹³ List 2 16.

miejsce poza sakramentami Kościoła (por. Łk 7, 47; 11, 41; Mt 6, 12). Św. Augustyn wymienia trzy sposoby odpuszczania grzechów w Kościele: „przez chrzest, przez modlitwę i przez pokorę większej pokuty”¹⁴

Według św. Tomasza z Akwinu grzechy gładzą: spowiedź powszechna, bicie się w piersi, Modlitwa Pańska, użycie wody święconej. Do pozasakramentalnych form gładzenia grzechów zaliczano ponadto: godne przyjęcie Komunii świętej, darowanie krzywdy, cierpliwe znoszenie urazów, jakkolwiek dobry czyn. Dopiero z czasem sakrament pokuty stał się praktycznie główną i często jedyną formą odpuszczenia już nie tylko grzechów ciężkich, ale także grzechów powszednich. W konsekwencji takiego traktowania sakramentu pokuty w praktyce zapominano o istniejącej w pierwszych wiekach pokucie codziennej, przejawiającej się w różnych uznanych i zalecanych przez Kościół formach.

3. *Eucharystia – „Ofiara naszego pojednania”*

W sposób szczególny i najpełniejszy Kościół wykonuje posługę pojednania przez ofiarę Mszy świętej, która jest szczytem i źródłem całej liturgii i całego życia chrześcijańskiego. W jaki sposób Kościół pełni posługę pojednania przez ofiarę i ucztę eucharystyczną? Odpowiedź znajdujemy w Rytuale *Obrzędy pokuty* nr 2:

W ofierze Mszy św. uobecnia się męka Chrystusa, a Kościół ofiaruje Bogu za zbawienie całego świata Ciało za nas wydane oraz Krew wylaną na odpuszczenie grzechów. W Eucharystii bowiem Chrystus jest obecny i złożony na ołtarzu jako „ofiara naszego pojednania” aby przez Ducha Świętego „zjednoczyć nas wszystkich” (por. II i III ME)¹⁵

Cała liturgia mszalna wyraża dążenie Kościoła do coraz ściślejszego pojednania i zjednoczenia z Bogiem, zwłaszcza przez głoszenie słowa Bożego i elementy pokutne Mszy świętej.

A k t p o k u t y jest przyznaniem się przed Bogiem i braćmi do grzechów i niewierności, które stanowią przeszkodę do szczerego otwarcia

¹⁴ *Kazanie 352 7*

¹⁵ Zob. W Ś w i e r z a w s k i. *Dialektyczny dynamizm sakramentów pokuty i Eucharystii*. RBL 29:1976 s. 106-116; J. D e c y k. *Sprawowanie pojednania w liturgii Mszy świętej*. STV 24:1986 nr 1 s. 99-144.

się na słowo Boże i na łaskę ofiary Chrystusa. Akt pokuty wyraża również skruchę i osobisty wysiłek każdego uczestnika, zmierzający do wewnętrznej przemiany, aby godnie uczestniczyć w ofierze, oraz oznacza gotowość pojednania się nie tylko z Bogiem, ale i z braćmi w perspektywie złożenia daru na ołtarzu. W tym sensie może to być duchowa ofiara, którą wierni łączą z ofiarą Chrystusa¹⁶

K y r i e e l e i s o n – jest także modlitwą błagalną o miłosierdzie, analogiczną do tej, z jaką zwracali się do Chrystusa chorzy albo doświadczeni jakimś nieszczęściem. Modlitwa ta wyraża naszą duchową nędzę, ale także wielką wiarę i ufność w miłosierdzie Boże przez pośrednictwo Jezusa Chrystusa zmartwychwstałego (*Kýrios*).

W hymnie *G l o r i a* zawarte są także wezwania o zgładzenie grzechów i prośby, aby Bóg okazał nam swoje miłosierdzie. W hymnie tym zwracamy się do Ojca przez Chrystusa, Jego Syna. On, jako Baranek Boży, gładzi grzechy całego świata. Uwielbiony zasiada po prawicy Ojca i wstawi się za nami u Swego i naszego Ojca. Dlatego prosimy Go, aby zmiłował się nad nami i przyjął łaskawie nasze błagania o miłosierdzie¹⁷

Prośba o przebaczenie grzechów występuje także niekiedy w modlitwie dnia Mszy świętej (k o l e k t a). W III Niedzielę Wielkiego Postu Kościół odwołuje się do dobroci i miłosierdzia Boga i wyznając przed nim przewinienia obciążające sumienia prosi o ich przebaczenie. Jeszcze wyraźniej prośba ta występuje np. w kolekcie 27 Niedzieli zwykłej:

Wszchemogący wieczny Boże, twoja hojność przewyższa zasługi modlących się do Ciebie, okaż nam swoje miłosierdzie, odpuść grzechy, które niepokoją nasze sumienia, i udziel nam również tego, o co nie ośmielamy się prosić.

Mszalna *l i t u r g i a* s ł o w a także pełni ważną rolę w procesie naszego pojednania z Bogiem. Czytania biblijne i homilia często zawierają wezwania do nawrócenia i odnowienia przymierza zawartego z Bogiem w sakramencie chrztu. Dla Kościoła słowo Boże jest zawsze „podporą i siłą żywotną”, dla ludzi zaś „utwierdzeniem wiary, pokarmem duszy oraz źródłem czystym i stałym życia duchowego” (KO 21). W czasie Mszy świętej chrześcijanin weryfikuje swoje życie ze słowem Bożym i czerpie z niego

¹⁶ D e c y k. *Sprawowanie pojednania* s. 101-103; zob. S. S o s n o w s k i. *Walentyn akt pokuty we Mszy św. jako aktu odpuszczenia grzechów* W: *Liturgia domus carissima*. Red. A. Durak. Warszawa 1998 s. 107-125.

¹⁷ D e c y k. *Sprawowanie pojednania* s. 104-106.

wskazania dla życia w przyjaźni z Bogiem i służbie bliźnim. Słuchanie słowa Bożego z żywą wiarą rodzi w sercach żal, że nasze postępowanie nie było w pełni zgodne z poznaną wolą Boga, a następnie rodzi postanowienie doskonalszego wypełniania jej w przyszłości. W tym sensie należy rozumieć formułę, którą mówi czytający Ewangelię: „Niech słowa Ewangelii zgładzą nasze grzechy”¹⁸

W najważniejszym momencie liturgii eucharystycznej – w słowach konsekracji, które kapłan wypowiada nad chlebem i winem, Kościół przypomina, że Chrystus za nas wydaje swoje Ciało, a Jego Krew jest wylana za nas i za wielu „na odpuszczenie grzechów”¹⁹

W modlitwie „O j c z e n a s z” prosimy: „odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy” Należy jednak pamiętać, że warunkiem otrzymania przebaczenia od Boga jest przebaczenie win naszym bliźnim (por. Mt 18, 23-35). Każdy, kto otrzymuje od Boga przebaczenie win, powinien także przebaczyć je innym. „Jeśli bowiem przebaczycie ludziom ich przewinienia, i wam przebaczy Ojciec wasz niebieski” (Mt 6, 14). Wymóg ten często występuje na kartach Ewangelii: „Odpuszczajcie, a będzie wam odpuszczone. Dawajcie, a będzie wam dane [...] odmierzają wam taką miarą, jaką wy mierzycie” (Łk 6, 37-38). Jeśli Bóg ciągle nam przebacza nasze grzechy, podobnie powinniśmy czynić wobec naszych bliźnich. Św Jan Kasjan († 435) pisze, że „tyle nam będzie przebaczone, ile myśmy odpuścili tym, którzy nam wyrządzili szkodę, choćby najmniejszą” Wymiar wertykalny pojednania (z Bogiem) związany jest zatem nierozdzielnie z wymiarem horyzontalnym (pojednanie z ludźmi). Według św. Augustyna modlitwa „Ojcze nasz” gładzi całkowicie grzechy powszednie. Prośbę o odpuszczenie grzechów i dar pokoju w imieniu wszystkich uczestników Mszy świętej znosi do Boga kapłan w modlitwie zwanej embolizmem, która następuje bezpośrednio po „Ojcze nasz” – „abyśmy zawsze wolni od grzechu” oczekiwali powtórnego przyjścia Jezusa Chrystusa²⁰

M o d l i t w a o p o k ó j zawiera prośbę skierowaną do Chrystusa, aby nie zważał na nasze grzechy, lecz na wiarę swojego Kościoła i obdarzył nas takim darem pokoju, jaki obiecał swoim uczniom. Jest to również prośba o przebaczenie grzechów, które osłabiają działanie Chry-

¹⁸ Tamże s. 108-127.

¹⁹ Tamże s. 127-137

²⁰ Tamże s. 138-142.

stusowych darów pokoju i jedności we wspólnocie Kościoła. Modlimy się także o pokój i jedność dla całego Kościoła i całej rodziny ludzkiej.

Przez znak pokoju uczestnicy Eucharystii wyrażają sobie wzajemną miłość, zanim będą uczestniczyć w jednym chlebie²¹. Znak pokoju wyraża również przebaczenie ofiarowane naszym bliźnim.

Pokutny charakter mają także modlitwy bezpośrednio poprzedzające Komunię świętą. W śpiewie „B a r a n k u B o ż y” raz jeszcze prosimy Chrystusa, aby zmiłował się nad nami, czyli okazał nam swoje miłosierdzie oraz obdarzył nas swoim pokojem. Formuła „O t o B a r a n e k B o ż y” przypomina przygotowującym się do Komunii świętej, że Chrystus przez swoją śmierć na krzyżu zgładził grzechy całego świata i teraz zaprasza nas na ucztę ofiarną. Chrystus w Eucharystii jest dla nas zawsze darem, na który nigdy w pełni nie zasługujemy, dlatego zanim przyjmimy Go w postaci chleba, wyznajemy z pokorą: „P a n i e, n i e j e s t e m g o d z i e n...”

Ofiara Chrystusa jako Ofiara pojednania uobecnia się we Mszy świętej, aby mogła stać się dla ludzi także ich ofiarą, tzn. aby mogli zjednoczyć się z Chrystusem w postawie miłości i gotowości wypełniania woli Ojca, aby uczyli się samych siebie składać w ofierze Ojcu na wzór Chrystusa. On pojednał nas z Ojcem dzięki temu, że swą miłością i posłuszeństwem aż do śmierci usunął stan nieposłuszeństwa i oddalenia od Boga zasługujący na Boży gniew i ciężący nad całą ludzkością wskutek buntu pierwszego człowieka. Swoją ofiarą z miłości i posłuszeństwa zapoczątkował nową relację ludzi do Boga. Tę postawę miłości i posłuszeństwa uobecnia każda Msza święta, a uczestniczący w niej mają sobie ciągle ją przypominać, aby przyswajać ją sobie w swoim życiu. Dlatego uczestnictwo we Mszy świętej jest kontynuacją dzieła pojednania dzięki mocy Ducha Świętego, który zespała nas z Chrystusem w miłości ku Ojcu i braciom. Natomiast Komunia święta jest zawsze zjednoczeniem z Chrystusem wydającym się na ofiarę i z braćmi, których On ma gromadzić w jedno. Owocem Komunii świętej jest pochodzący od Ducha Świętego dar jedności i miłości, wysłużony przez Chrystusową ofiarę pojednania.

W Eucharystii urzeczywistnia się więc Boża inicjatywa pojednania i jednoczenia ludzi z Ojcem: „Wejrzyj, prosimy, na Ofiarę Twojego Kościoła, uznaj, że jest to ta sama Ofiara, przez którą nas chciałeś pojednać

²¹ Por. OWMR 56b.

ze sobą [...] Prosimy Cię, Boże, aby ta Ofiara naszego pojednania z Tobą sprowadziła na cały świat pokój i zbawienie” (III ME).

Instrukcja *Eucharisticum mysterium*, powołując się na naukę Soboru Trydenckiego, przypomina, że Eucharystia jest „środkiem zaradczym uwalniającym nas od grzechów powszednich, a broniącym od grzechów śmiertelnych”, oraz poleca, aby wiernych o tym pouczać, zwracając im również uwagę na znaczenie pokutnych części Mszy świętej, którymi winni umieć się w odpowiedni sposób posługiwać (nr 35). Także *Katechizm Kościoła Katolickiego* zaznacza, że Eucharystia jest „źródłem i pokarmem codziennego nawrócenia i pokuty, ponieważ w niej uobecnia się ofiara Chrystusa, która pojednała nas z Bogiem” (nr 1436).

Tak więc posługa pojednania, jaką Bóg powierzył swojemu Kościołowi, ożywia wszystkie podstawowe dziedziny jego działalności: głoszenie słowa, liturgię i apostolską służbę miłości. Głównym nurtem tej posługi jest celebrowanie sakramentu pokuty i pojednania, którego skuteczność wypływa z tajemnicy śmierci i zmartwychwstania Chrystusa uobecnianej w Eucharystii. Eucharystia jest zatem szczytem i źródłem posługi pojednania²²

4. Sakrament namaszczenia chorych

W teologii sakramentu namaszczenia chorych, zwłaszcza po orzeczeniu Soboru Trydenckiego, który stwierdził, że jest on dopełnieniem pokuty i całego życia chrześcijańskiego, że „usuwa winy, jeśli są jeszcze do odpokutowania, oraz pozostałości grzechu”²³, akcentowano głównie jego znaczenie pokutne, na co wskazywała ponadto formuła sakramentalna²⁴ oraz namaszczenia zmysłów jako narzędzi grzechu. Powoływano się przy tym na List św. Jakuba 5, 15: „jeśli by popełnił grzechy, będą mu odpuszczone” Tymczasem z tego tekstu jedynie wynika, że zgładzenie grzechów chorego może być tylko skutkiem warunkowym, drugorzędnym, oraz

²² Por. OP nr 6d.

²³ BF VII 513; zob. Cz. K r a k o w i a k. *Sakrament namaszczenia chorych w aspekcie teologicznym i pastoralnym*. ŚSTH 12:1979 s. 82-84.

²⁴ Sobór Florencki w dekrecie dla Ormian podał następującą formułę namaszczenia chorych: „Przez to święte namaszczenie niech Pan w swoim nieskończonym miłosierdziu odpuści ci, cokolwiek zgrzeszyłeś wzrokiem... (BF VII 511). Powtórzył ją następnie Sobór Trydencki. Zob. BF VII 513.

że chory może nie potrzebować ich odpuszczenia, jeśli już wcześniej otrzymał przebaczenie i pojednanie z Bogiem w sakramencie pokuty

Już św. Tomasz z Akwinu twierdził, że sakrament namaszczenia nie ma na celu odpuszczania grzechów, lecz uzdrowienie ze słabości duchowej spowodowanej przez grzech. Jedynie wtedy, gdy w duszy chorego zostanie grzech, usuwa go, bo łaska nie może współistnieć razem z grzechem, byleby nie było przeszkody ze strony przyjmującego²⁵

Wśród teologów katolickich nie ma zgody co do tego, czy odpuszczenie grzechów przez sakrament namaszczenia chorych jest skutkiem głównym, czy też drugorzędny i jakby okazjonalny²⁶ Wielu współczesnych autorów zagadnienie to całkowicie pomija²⁷

W Rytuale *Sakramenty chorych*²⁸ można zauważyć pewne wyciszenie pokutnego charakteru sakramentu namaszczenia, co znalazło swój wyraz zarówno w zmianie dawnej formuły sakramentalnej o wyraźnym wydzźwięku pokutnym, jak i zaprzestaniu namaszczenia poszczególnych zmysłów. Odwołując się jednak do nauki Soboru Trydenckiego, Rytuał stwierdza, że „jeśli to potrzebne, namaszczenie odpuszcza grzechy i staje się dopełnieniem chrześcijańskiej pokuty”²⁹

Według *Katechizmu Kościoła Katolickiego* pierwszą łaską sakramentu namaszczenia chorych jest „łaska umocnienia, pokoju i odwagi, by przezwyciężyć trudności związane ze stanem ciężkiej choroby lub niedołęstwem starości” (nr 1520). Jako trzeci z kolei skutek namaszczenia *Katechizm* wylicza „przebaczenie grzechów, jeśli chory nie mógł go otrzymać przez sakrament pokuty” (nr 1532). W tym duchu wypowiadają się także niektórzy teologowie. B. Testa stwierdza, że sakrament namaszczenia chorych jest lekarstwem na skutki grzechu, ale chory otrzymuje także „wybaczenie samych grzechów, o ile nie mógł tego uzyskać przez sakrament pokuty”³⁰ A. Skowronek od-

²⁵ „Unde dicendum, quod principalis effectus huius sacramenti est remissio peccatorum quoad reliquias peccati, et ex consequenti etiam quoad culpam, si eam inveniat” (S.Th. Suppl. q. 30 a. 1).

²⁶ M. S c h m a u s. *Die Krankenölung*. W: *Katholische Dogmatik*. T. IV/1 München 1964⁶ s. 628 i 630; W G r a n a t. *Ku człowiekowi i Bogu w Chrystusie*. T. 2. Lublin 1974 s. 317; I. R ó ż y c k i. *Teologiczne następstwa soborowej Konstytucji o liturgii. Zmiany w pojęciu sakramentu namaszczenia*. STV 3:1965 s. 37

²⁷ Th. S c h n e i d e r. *Znaki bliskości Boga*. Wrocław 1995 s. 252-255; G. K o c h. *Sakramentologia – zbawienie przez sakramenty*. Kraków 1999 s. 294-296.

²⁸ Katowice 1995.

²⁹ Tamże nr 6.

³⁰ *Sakramenty Kościoła*. Poznań 1998 s. 282.

puszczenie grzechów przez sakrament namaszczenia chorych określa jako skutek „ewentualny”, gdyż głównym celem sakramentu namaszczenia jest „podźwignięcie chorego, ulżenie jego niedoli [...] tam, gdzie jednak grzechy są do wyznania (po myśli Jakuba nie ułomności powszednie, lecz także grzechy, które rodzą śmierć, por. Jk 1, 15; 5. 20), zostają odpuszczone w oparciu o modlitwę z namaszczeniem”³¹ Cz. S. Bartnik odpuszczenie wszelkich grzechów, także śmiertelnych i ciężkich, zalicza do skutków „drugorzędnych, choć *per se*, nie ubocznych”, ale tylko wtedy, gdy chory nie może ich wyznać w sakramentalnej spowiedzi oraz jeśli „ma w sobie lub miał przynajmniej ogólny żal za swoje grzechy”³² Według J. Stefańskiego sakrament pokuty i namaszczenia chorych wzajemnie się uzupełniają, zmierzając do przywrócenia wewnętrznej harmonii w człowieku: pojednania z Bogiem i bliźnimi oraz jedności między ciałem a duszą³³ W wyjątkowej sytuacji, gdy chory nie może wyznać swoich grzechów i wzbudzi za nie żal doskonały, sakrament namaszczenia chorych może także odpuszczać grzechy. W zwykłych warunkach jego przyjęcie poprzedza sakramentalna spowiedź lub akt pokuty³⁴ Dlatego uwolnienie od grzechów w sakramencie namaszczenia chorych nie jest zwyczajnym skutkiem, lecz jedynie okazjonalnym, warunkowym. Uwolnienie zaś od grzechów ciężkich może mieć miejsce tylko wtedy, gdy chory nie może ich wyznać w sakramentalnej spowiedzi, a ma lub miał szczerą wolę pojednania się z Bogiem³⁵ Wynika to stąd, że sakrament namaszczenia nie jest po to, aby gładzić grzechy, lecz ma na celu pomóc w przewyciężeniu i zbawczym wykorzystaniu choroby Przemawiają za tym również racje biblijne, historyczne i liturgiczne. Sakrament namaszczenia umacnia wiarę i miłość chorego i uzdolnia go do konstruktywnego przeżycia swej choroby i otwiera go na działanie łaski Bożej. Moc gładzenia grzechów ma również męzne i bez szemrania znoszone cierpienie (por. 1 P 4, 13), w czym pomaga sakrament namaszczenia, oraz słuchanie słowa Bożego, które stanowi integralną część liturgii sakramentu namaszczenia chorych. Cierpienie łączy chorego faktycznie z męką i śmiercią Chrystusa, czego widzialnym znakiem jest sakrament namaszczenia. Chrześcijanin dotknięty chorobą i cierpie-

³¹ *Chorzy i ich sakrament*. Włocławek 1997 s. 81.

Bartnik. *Sakramentologia społeczna* s. 384.

³³ *Sakrament namaszczenia chorych w reformie Soboru Watykańskiego II*. Poznań 1988 s. 190.

³⁴ Tamże s. 191.

³⁵ Tamże s. 193.

niem otrzymuje odpuszczenie swoich grzechów, jeśli świadomie i dobrowolnie akceptuje stan choroby w duchu zadośćuczynienia za swoje winy³⁶

II. POZASAKRAMENTALNE LITURGICZNE FORMY POKUTY

Mówiąc o konieczności i pożytku sakramentu pokuty Rytuał *Obrzędy pokuty* zawiera również ważne stwierdzenia dotyczące sposobów czynienia nieustannej pokuty i oczyszczania się z grzechów³⁷ Chodzi tu o pozasakramentalne formy przepraszania Boga za grzechy³⁸ Można je podzielić na dwie grupy: liturgiczne i nie związane bezpośrednio z liturgią. Do grupy pierwszej należą te wszystkie elementy celebracji liturgicznych, w których wierni wyznają, że są grzesznikami, i proszą Boga i braci o przebaczenie. Ma to miejsce głównie w czasie głoszenia i słuchania słowa Bożego, w specjalnych w celebracjach pokutnych, we wspólnej modlitwie i elementach pokutnych liturgii mszalnej.

Sakramentu pokuty i pojednania nie należy więc uważać za jedyną drogę prowadzącą do otrzymania przebaczenia grzechów, zwłaszcza gdy chodzi o grzechy powszednie. Z tych bowiem uwalnia sam udział w Eucharystii: istnieją też liczne, wyżej wymienione, już pozasakramentalne sposoby ich gładzenia. Wszystkie jednak winny być ożywione wiarą, nadzieją i miłością, mają one prowadzić do Eucharystii – ofiary naszego pojednania, złożonej przez Chrystusa raz na zawsze na odpuszczenie grzechów.

Obecnie dokumenty Kościoła zalecają zwłaszcza wspólnotowe celebracje słowa Bożego oraz celebracje pokutne³⁹

1. *Głoszenie słowa Bożego wezwaniem do pojednania z Bogiem*

Główną i czasowo pierwszą formą posługi Kościoła, która prowadzi do pojednania człowieka z Bogiem, jest głoszenie słowa Bożego. Chrystus powierzył Apostołom posłannictwo głoszenia w Jego imieniu pokuty i odpu-

³⁶ K r a k o w i a k. *Sakrament namaszczenia chorych* s. 84.

³⁷ OP nr 4.

³⁸ Zob. H. S o b e c z k o. *Sakramentalne i pozasakramentalne praktyki pokutne*. ŚSO 11 1985 s. 163-180.

³⁹ OP nr 36.

szczenie grzechów wszystkim narodom (por. Łk 24, 27). Już pierwsze wystąpienie Piotra w dzień Pięćdziesiątnicy zawiera wezwanie do nawrócenia i przyjęcia chrztu w imię Jezusa na odpuszczenie grzechów (Dz 2, 38). Od tego dnia Kościół nigdy nie zaprzestał wzywać ludzi do nawrócenia z grzechów i przez celebrowanie pokuty ukazywać zwycięstwo Chrystusa nad grzechem⁴⁰

Głoszenie słowa Bożego jako posługa jednania odnosi się nie tylko do niewierzących, aby uwierzyli i pojednali się z Bogiem, lecz skierowane jest także do ochrzczonych i wierzących jako orędzie wiary i wezwanie do pokuty, zachęta do czynów miłości, pobożności i apostołstwa, aby coraz bardziej stawali się światłością świata. Dlatego każda forma głoszenia słowa Bożego w Kościele jest przepowiadaniem „słowa jednania” (2 Kor 5, 19). „Słowo Boże oświeca wiernego, aby poznał swoje grzechy, wzywa go do nawrócenia i ufności w miłosierdzie Boże”⁴¹ oraz do coraz doskonalszego upodobnienia się do Chrystusa. Słowo Boże ukazuje także tajemnicę pojednania przez Misterium Paschalne Chrystusa i dar Ducha Świętego, określa, co jest dobre, a co złe w życiu ludzi, i przez to pomaga do zrobienia dobrego rachunku sumienia⁴² Uczestnicząc w celebrowaniu słowa Bożego wierni słyszą wezwanie do nawrócenia i odnowy życia oraz poznają prawdę o wyzwoleniu z grzechów przez śmierć i zmartwychwstanie Chrystusa⁴³

Św. Augustyn nazywa słowo Boże „sakramentem słownym” Odnosi się to głównie do opisanych w Piśmie świętym wydarzeń zbawczych oraz zawartych w Objawieniu Bożym prawd wiary i wskazań dotyczących życia moralnego. Dla wyrażenia podobieństwa i współzależności słowa i sakramentu nazywa się niekiedy słowo Boże „sakramentem słyszalnym” a sakrament „słowem widzialnym” Tak rozumiana rola słowa Bożego wskazuje na jego moc zbawczą w tym sensie, że uzdolnia ono człowieka do otwarcia się na Boże wezwanie do wiary i nawrócenia oraz do dania na nie pozytywnej i konsekwentnej odpowiedzi. Potwierdza to tekst Listu do Hebrajczyków: „Żywe bowiem jest słowo Boże, skuteczne i ostrzejsze niż wszelki miecz obosieczny, przenikające aż do rozdzielenia duszy i ducha.

⁴⁰ B. M o k r z y c k i. *Zagadnienie nabożeństw pokutnych*. CT 46:1976 z. 1 s. 132-136; t e n ż e. *Nabożeństwo pokutne na rozpoczęcie Wielkiego Postu*. Tamże s. 136-143; B. M a r g a ń s k i. *Pokutne nabożeństwa słowa Bożego*. W: *Odnowiona liturgia małżeństwa. Pokuta chrześcijańska*. Red. W Wojdecki. Warszawa 1980 s. 223-230.

⁴¹ OP nr 17.

⁴² Por. OP nr 24.

⁴³ Por. OP nr 36.

stawów i szpiku, zdolne osądzić pragnienia i myśli serca” (Hbr 4, 12). W proklamowanym w Kościele słowie Bożym sam Chrystus przemawia i jest w nim obecny (por. KL 7). Od słuchaczy oczekuje odpowiedzi wyrażającej się wiarą i kształtowaniem całego ich życia według usłyszanego i przyjętego słowa. Sobór stwierdza, że „w słowie Bożym tkwi tak wielka moc i potęga, że jest ono dla Kościoła podporą i siłą życiową, a dla synów Kościoła utwierdzeniem wiary, pokarmem duszy oraz źródłem czystym i stałym życia duchowego” (KO 21). Taka moc i działanie słowa Bożego nie odnosi się jedynie do słowa głoszonego w czasie liturgii, ale także czytanego i rozważanego w prywatnej lub wspólnotowej lekturze. Dzięki wierze słuchacz słowa Bożego przyjmuje je w ten sposób, jak czynili to współcześni Chrystusowi. Tak przyjmowane słowo Chrystusa prowadzi do nawrócenia serca, obdarza udręczonych pokojem i pozwala pokonać trudności związane z dochowaniem wierności Bogu.

2. Celebracje pokutne⁴⁴

Rytuał *Obrzędy pokuty* zalicza celebracje pokutne do „licznych i różnych” sposobów podejmowania przez Kościół pokuty⁴⁵ i zaznacza, że są one „bardzo pożyteczne w życiu jednostek i wspólnot”⁴⁶ Celebracje pokutne jako zgromadzenia wiernych na słuchanie słowa Bożego mają strukturę właściwą dla wspólnotowych celebracji słowa Bożego⁴⁷ Celem celebracji pokutnych jest: rozwijanie ducha pokuty we wspólnotach chrześcijańskich, przygotowanie do indywidualnej spowiedzi, wychowanie dzieci do właściwego rozumienia, czym jest grzech, i wyzwolenie z niego przez Chrystusa, pomoc katechumenom w ich procesie nawrócenia⁴⁸

Celebracje pokutne zawierają w swej strukturze wiele elementów będących pozasakramentalnymi formami pokuty. Wspólna modlitwa, żal za

⁴⁴ Zob. A. D u r a k. *Zbawcza pedagogia nawrócenia w celebracji nabożeństw pokutnych*. RBL 49:1996 s. 184-193; Cz. K r a k o w i a k. *Celebracje pokutne w świetle Rytuału „Obrzędy pokuty”* „Anamnesis” 6:1999/2000 nr 20 s. 81-101; M. K ę p a. *Celebracje pokutne z udziałem dzieci i młodzieży według Rytuału „Obrzędy pokuty”* WAL 72:1998 s. 757-763.

⁴⁵ OP nr 4.

⁴⁶ OP Dodatek II nr 1.

⁴⁷ OP nr 36; por. OP nr 49-60.

⁴⁸ OP nr 37.

grzechy, rachunek sumienia, które mają miejsce podczas tychże celebracji, a przede wszystkim słowo Boże, stanowią bardzo dobrą pomoc w autentycznym przeżywaniu nawrócenia. Wzbudzają one w sercach uczestników szczery żal za popełnione grzechy, a przez to prowadzą do darowania grzechów powszednich oraz usposabiają do oczyszczenia się także z grzechów śmiertelnych. Zawsze jednak pozostają jedynie pozasakramentalną formą pokuty. Ta zaś, chociaż jest wystarczająca do darowania grzechów powszednich, to jednak nie jest zwyczajnym sposobem pojednania z Bogiem i z Kościołem wiernych obciążonych grzechami śmiertelnymi. Jedynie w sytuacjach nadzwyczajnych, np. w przypadku braku kapłanów, niebezpieczeństwa śmierci, z czym wiąże się fizyczna niemożność skorzystania z sakramentalnego pojednania, przyczynia się do odzyskania łaski uświęcającej, przy uwzględnieniu także drugiego warunku: pragnienia przystąpienia do sakramentu pokuty przy najbliższej okazji⁴⁹

Nigdy jednak uczestnictwo w takich celebracjach pokutnych nie zastępuje sakramentu pokuty i pojednania, lecz do niego przygotowuje przez kształtowanie prawdziwego ducha pokuty chrześcijańskiej, dobrego rachunku sumienia i szczerego żalu za grzechy. Ponadto celebracje pokutne podkreślają społeczny charakter grzechu i pokuty chrześcijanina, ale także społeczny wymiar pojednania z Bogiem i Kościołem, który wstawia się za grzesznikiem i przyczynia się do jego nawrócenia przez modlitwę⁵⁰ Będąc jedną z pozasakramentalnych form gładzenia grzechów powszednich, w żadnym wypadku nie są łatwiejszą drogą pojednania z Bogiem i nie zastępują sakramentu pokuty i pojednania.

III. INNE FORMY POKUTY POZASAKRAMENTALNEJ

Do Nieliturgicznych form pokuty możemy zaliczyć wszelkiego rodzaju nabożeństwa przebłagalne, uczestnictwo w Drodze Krzyżowej i Gorzkich Żalach, odmawianie psalmów i modlitw pokutnych. Duże znaczenie w czynieniu pokuty i moc gładzenia grzechów mają również: cierpliwość (por. 1 P 4, 13), współuczestnictwo w cierpieniach Chrystusa, spełnianie dzieł miłosierdzia i miłości, gdyż „miłość zakrywa wiele grzechów” (1 P 4, 8),

⁴⁹ Tamże.

⁵⁰ J. O r z e s z y n a. *Spółeczno-eklezyjalny wymiar sakramentu pokuty*. Kraków 1996 s. 241-253.

codzienne nawracanie się według wskazań Ewangelii, połączone z wolą działania i postanowieniem porzucenia grzesznego sposobu życia⁵¹ Jako środki prowadzące do otrzymania przebaczenia grzechów *Katechizm Kościoła Katolickiego* wymienia ponadto „wysiłki podejmowane w celu pojednania się z bliźnim, łączy pokuty, troskę o zbawienie bliźniego (por. Jk 5, 20), wstawiennictwo świętych i praktykowanie miłości” (KKK 1434).

Po Soborze Watykańskim II zaczęto ponownie zwracać uwagę na integralne rozumienie pokuty chrześcijańskiej i w konsekwencji przypominać o pozasakramentalnych sposobach gładzenia grzechów powszednich.

Drogami wiodącymi do pojednania z Bogiem i braćmi są według papieża Jana Pawła II także: pokonywanie egoizmu, znoszenie niesprawiedliwości i dominacji nad drugim człowiekiem, znoszenie wyzysku innych, pokonywanie grzesznego przywiązania do dóbr materialnych, zwycięstwo nad niepohamowaną przyjemnością⁵²

Katechizm Kościoła Katolickiego do pozasakramentalnych form pokuty zalicza czyny i wysiłki podejmowane celem pojednania się z bliźnimi, łączy żalu, troskę o uświęcenie drugich, wstawiennictwo świętych i codzienną praktykę miłości bliźniego. Pokuta prowadząca do prawdziwego wewnętrznego nawrócenia dokonuje się również przez troskę o biednych, o sprawiedliwość i praworządność, unikanie własnych błędów, braterskie upomnienie, rachunek sumienia, kierownictwo duchowe, przyjęcie i cierpliwe znoszenie prześladowań (KKK 1435).

1. *Pokutny charakter życia chrześcijańskiego*

Papież Paweł VI w Konstytucji apostolskiej *Paenitemini* (17 lutego 1966) pisze, że do czynienia pokuty zobowiązani są wszyscy specjalnym przykazaniem (Mk 1, 15; Łk 13, 3-5). Zaznacza równocześnie, że nie należy dążyć do wyszukanych form pokuty, gdyż już samo życie codzienne chrześcijanina może być formą pokuty, która przejawia się w wytrwałym spełnianiu obowiązków swego wieku, stanu, powołania i na cierpliwym znoszeniu utrapień w życiu każdego dnia. Kościół „nalega, aby wszyscy praktykowali cnotę pokuty, wytrwale wypełniając obowiązki swego wieku i stanu oraz cierpliwe znosząc utrapienia, jakie towarzyszą codziennym po-

⁵¹ Por. OP nr 4.

⁵² *Reconciliatio et poenitentia* nr 8.

trzebom ich ziemskiego życia, i niepewne warunki, które wnoszą do duszy udrękę”⁵³ Pokutne znaczenie mogą mieć także choroba, ból, cierpienie, niedostatek, bieda, jeśli znoszone są z poddaniem się woli Bożej i połączone z intencją wynagrodzenia za własne lub innych grzechy⁵⁴ Nie oznacza to oczywiście biernego poddania się tym cierpieniom ani nie zwalnia innych do niesienia pomocy ludziom znajdującym się w takich sytuacjach.

Każdy chrześcijanin podejmując różne formy pokuty zewnętrznej nie może zapominać o istotnym znaczeniu pokuty wewnętrznej. To, co jest najbardziej istotne w chrześcijańskim rozumieniu pokuty, zawiera się w greckim słowie *metánoia*, które oznacza „wewnętrzną zmianę całego człowieka, dzięki której zaczyna on właściwie myśleć, sądzić i układać swe życie, przeniknięty tą świętością i miłością Boga, które w Jego Synu zostały nam na nowo objawione oraz w pełni udzielone”⁵⁵ W tym sensie nawrócenie obejmuje cztery etapy: poznanie i zrozumienie popełnionego zła; żal i skruchę z powodu grzechów; postanowienie czynienia dobra; ekspiację za popełnione grzechy. Tę samą myśl wyraża *Katechizm Kościoła Katolickiego* mówiąc o pokucie wewnętrznej jako warunku owocnego przyjmowania sakramentu pokuty i pojednania:

Pokuta wewnętrzna jest radykalną przemianą całego życia, powrotem, nawróceniem się do Boga całym sercem, zerwaniem z grzechem, odwróceniem się od zła z odrazą do popełnionych przez nas złych czynów. Pokuta wewnętrzna zawiera równocześnie pragnienie i postanowienie zmiany życia oraz nadzieję na miłosierdzie Boże i ufność w pomoc Jego łaski. Temu nawróceniu serca towarzyszy zbawienny ból i smutek, który Ojcowie Kościoła nazywali smutkiem duszy i skruchą serca (KKK 1431).

2. Uczynki pokutne: modlitwa, post i jałmużna

Pokuta, która obejmuje myśli i serce człowieka, powinna następnie przejawiać się na zewnątrz w sposób właściwy do warunków danego czasu: „Kościół uwzględniając znaki czasu, prócz postu i wstrzymania się od potraw mięsnych, szuka zawsze nowych form pokuty, które w tym celu dla poszczególnych czasów powinny być bardziej odpowiednie i lepiej dosto-

⁵³ *Paenitemini* III a; por. KK 34; 36;41; zob. J. P r y s z m o n t. *Pokuta chrześcijańska według Konstytucji „Paenitemini”* CT 37:1967 z. 1 s. 113-122.

⁵⁴ Zob. W S c h e n k. *Postawa pokuty w życiu codziennym*. WODO 37:1982 s. 92-99.

⁵⁵ *Paenitemini* I; por. Kol 1, 19; Ef 1, 23.

sowane”⁵⁶ Papież Paweł VI wskazuje następnie na konieczność „cielesnego umartwienia”, które jest „dalekie od poglądów stoickich i nie oznacza potępienia i pogardy ciała, gdyż ongiś przyjął je nawet Syn Boży” Oznacza ono wyzwolenie człowieka z kajdan nieuporządkowanej pożądlivości (por. Rz 7, 23), aby przez post ciała otrzymał on duchową moc, o której mówi prefacja: „przez post ciała uśmierzasz wady, podnosisz ducha, udzielasz cnoty i nagrody” Dlatego Kościół zachęca wszystkich wiernych, aby oprócz niewygód i nieszczęść, jakie przynosi życie codzienne, odpowiedzieli również na Boże przykazanie pokuty przez jakieś czyny cielesnego umartwienia (por. KK 42; KL 9; 12; 104).

Według Pawła VI są trzy „znakomite sposoby, przekazane z dawnych wieków, którymi można zadośćuczynić Bożemu przykazaniu pokuty, mianowicie: modlitwa, post i uczynki miłosierdzia, jakkolwiek wstrzymanie się od potraw mięsnych i post otaczane są szczególnym uznaniem. Te sposoby pełnienia pokuty były wspólne wszystkim okresom”⁵⁷ W III Niedzielę Wielkiego Postu liturgia (kolekta) przypomina, że sam Bóg wskazał swojemu ludowi, że lekarstwem na grzechy jest post, modlitwa i jałmużna.

Katechizm Kościoła Katolickiego, odwołując się do Pisma świętego i nauczania Ojców Kościoła, także dużą wagę przywiązuje do tych trzech tradycyjnych form pokuty, jakimi są post, modlitwa i jałmużna. Wyrażają one „nawrócenie w odniesieniu do samego siebie, do Boga i do innych ludzi” (KKK 1434). Praktyki te powinny towarzyszyć wiernym przez cały rok, ale mają specjalne znaczenie w piątki całego roku i w okresie Wielkiego Postu⁵⁸ Wielki Post jest bowiem czasem szczególnie odpowiednim dla „ćwiczeń duchowych, liturgii pokutnej, pielgrzymek o charakterze pokutnym, dobrowolnych wyrzeczeń, jak post i jałmużna, braterskiego dzielenia się z innymi” (KKK 1438). Podejmowanie codziennych praktyk pokutnych jest zwyczajną formą zadośćuczynienia za grzechy. Post wyraża nawrócenie do siebie samego, modlitwa – nawrócenie do Boga, a jałmużna – otwarcie się i zwrócenie do innych ludzi (por. KKK 1434; 1969).

Postawa pokutna nie może istnieć bez uczynków pokutnych. Papież Paweł VI obok ducha pokuty wymaga także pokuty zewnętrznej, uczynków

⁵⁶ *Paenitemini* II; por. KL 110.

⁵⁷ *Paenitemini* III.

⁵⁸ Zob. W G ł o w a. *Konieczność pokuty i wychowanie do niej*. „Liturgia Sacra” 2:1996 nr 1-2 s. 65-68; Z. W i t. *Kształtowanie postawy pokuty w parafii*. CzST 12-13:1985 s. 309-329.

pokutnych, panowania nad swoim ciałem przez post i wstrzemięźliwość, cierpliwość, naśladowanie Chrystusa cierpiącego i zaleca modlitwę, post i jałmużnę.

Według KPK kan. 1249 nakazane dni pokuty są po to, aby wierni jednoczyli się we wspólnym wypełnianiu czynów pokutnych, które ma polegać na bardziej intensywnej modlitwie, pełnieniu czynów miłości, umartwieniu siebie „przez wierniejsze wypełnianie własnych obowiązków, zwłaszcza zaś zachowanie postu i wstrzemięźliwości”

a) M o d l i t w a

W Ewangelii czytanej w liturgii Środy Popielcowej, rozpoczynającej okres Wielkiego Postu, Kościół zaleca swoim wiernym trzy główne praktyki pobożne, które winny być szczególnie przez nich pielęgnowane jako przygotowanie do świąt Paschy: jałmużnę, modlitwę i post (por. Mt 6, 1-6.16-18). Każda z nich ma wartość tylko wtedy, gdy nie jest wykonywana przed ludźmi, aby otrzymać od nich pochwałę, lecz znana jest jedynie Bogu, który „widzi w ukryciu” i nagrodzi każdy dobry czyn człowieka.

Modlitwa zawsze jest znakiem wiary i miłości do Boga Stwórcy i Zbawiciela. Wyrażać się może w niej Jego uwielbienie, dziękczynienie za otrzymane dobrodziejstwa, prośba o Jego błogosławieństwo i przebłaganie za popełnione grzechy. Ta ostatnia forma modlitwy ma ścisły związek z poznaniem Bożego miłosierdzia i poczuciem winy za popełnione grzechy. Wtedy rodzi się w sercu grzesznika pragnienie i potrzeba pojednania z Bogiem. Modlitwa prośby grzesznika jest już powrotem do Boga, gdyż uznaje on, że Bóg jest jego Stwórcą i Panem (por. KKK 2629). Z kolei prośba o przebaczenie jest pierwszym dążeniem modlitwy błagalnej (por. KKK 2631). Poznając z Pisma świętego ogrom Bożego miłosierdzia i doświadczać go we własnym życiu, człowiek wierzący kieruje z kolei do Boga modlitwą dziękczynienia za otrzymany dar łaski i uwielbia Go za okazane mu przebaczenie grzechów

Modlitwa przebłagalna za grzechy może być wspólnotowa lub prywatna. Jej treścią jest zwykle przyznanie się przed Bogiem do grzechu, odwołanie się do Bożego miłosierdzia i pokorna prośba o przebaczenie win. Wzorem takiej modlitwy o odpuszczenie grzechów jest modlitwa Dawida zawarta w Psalmie 51

Zmiłuj się nade mną, Boże, w łaskowości swojej,
 w ogromie swej litości zgładź moją nieprawość.
 Uznaję bowiem nieprawość swoją,
 a grzech mój jest zawsze przede mną.
 Przeciwno Tobie samemu zgrzeszyłem
 i uczyniłem, co złe jest przed Tobą.
 Odwróć swe oblicze od moich grzechów
 i zmaż wszystkie moje przewinienia.

Także inne Psalmy zawierają prośby o odpuszczenie grzechów i mogą być używane w modlitwie wspólnotowej lub indywidualnej, np. Psalmy pokutne (Ps 6; 32; 51; 102; 130; 143); formuły modlitw pokutnych ze Starego Testamentu (Iz 63, 7-64; 11; Tb 3, 1-6; Dn 9, 4-19). Formą krótkiej i częstej modlitwy zawierającej prośbę o przebaczenie grzechów mogą być krótkie wezwania zaczerpnięte z Pisma świętego, np.: „Boże, bądź miłosierny dla mnie grzesznemu” „Zmiłuj się nade mną, Boże, w swoim miłosierdziu” itp., lub modlitwy zawierające żal za grzechy zamieszczane w licznych książeczkach do nabożeństwa⁵⁹

Modlitwą przebłagalną za grzechy są również Droga Krzyżowa, Gorzkie Żale, Koronka do Miłosierdzia Bożego oraz inne modlitwy zawierające prośby o odpuszczenie grzechów. Występują one zwłaszcza we wspólnotowych nabożeństwach pokutnych, ale także w czasie modlitw indywidualnych. Modlitwą, która wyprasza u Boga przebaczenie grzechów, jest także indywidualnie lub wspólnotowo odmawiana po rachunku sumienia „Spowiedź powszechna”

Według św. Augustyna „trzema sposobami odpuszczają się grzechy w Kościele: przez chrzest, przez Modlitwę Pańską i przez pokorę większej pokuty”⁶⁰ Odmawianą przez chrześcijan modlitwę „Ojcze nasz” nazwał także „codziennym chrztem” Zachęcał do niej wiernych słowami: „Nie mogę wskazać nic lepszego nad codzienną modlitwę, w której pouczył nas Chrystus, pokazał, jak mamy mówić do Ojca, a wyraził to słowami. «I odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy naszym winowajcom»”⁶¹

Zawartą w Modlitwie Pańskiej prośbę o odpuszczenie win *Katechizm Kościoła Katolickiego* określa „zadziwiająca prośbą” gdyż jej wysłuchanie jest uwarunkowane spełnieniem przez proszącego określonych wymagań (KKK

⁵⁹ B a r t n i k. *Sakramentologia społeczna* s. 311

⁶⁰ *Kazanie do katechumenów o wyznaniu wiary* 8, 16.

⁶¹ *Kazanie* 352 7

2838). Sama prośba o odpuszczenie win jest już przyznaniem się do grzechów, ale jednocześnie wyznaniem wiary w Boże miłosierdzie i nadzieję, że Bóg udziela przebaczenia, ponieważ dzięki Jego Synowi „mamy odkupienie – odpuszczenie grzechów” (Kol 1, 14; Ef 1, 7). Jednocześnie proszący winien być świadomy, że otrzyma łaskę przebaczenia grzechów jedynie wtedy, gdy sam przebaczy swoim winowajcom. Odmowa odpuszczenia win bliźnim zamyka serce, czyniąc je zatwardziałym, i przez to „staje się ono niedostępne dla miłosiernej miłości Ojca” (KKK 2840). Staje się ono otwarte na Jego łaskę tylko wtedy, gdy człowiek przyznaje się przed Bogiem do własnego grzechu i udziela przebaczenia innym (tamże). W ten sposób należy rozumieć słowa: „jako i my odpuszczamy naszym winowajcom” Do takiego postępowania wzywa Chrystus w przypowieści o niełitościwym dłużniku i przestrzega, że „podobnie uczyni wam Ojciec mój niebieski, jeżeli każdy z was nie przebaczy z serca swemu bratu” (Mt 18, 23-35). Św. Paweł zaś pisze: „przebaczamy sobie tak, jak i Bóg nam przebaczył w Chrystusie” (Ef 4, 32). Przebaczenie chrześcijańskie winno obejmować bez wyjątku wszystkich ludzi, także nieprzyjaciół (por. Mt 5, 43-44). Staje się wtedy świadectwem, że miłość silniejsza jest od grzechu (por. KKK 2844).

b) P o s t

Modlitwa o odpuszczenie grzechów winna być złączona z postem i jałmużną. Post chrześcijański nie oznacza pogardy dla cielesnej natury człowieka, gdyż przyjął ją sam Chrystus, lecz jest jedynie środkiem do celu, czyli do panowania ducha nad ciałem i poddania się działaniu Ducha Świętego, który daje właściwe rozumienie wymagań Chrystusa zawartych w Ewangelii.

Kościół był i jest przeciw jedynie zewnętrznemu stosowaniu postu jako pokuty na wzór faryzejskiego postępowania⁶² Już św. Augustyn ostrzegał swych wiernych przed tego rodzaju postami w następujących słowach: „Posty chrześcijańskie należy więcej odnieść do sfery duchowej niż cielesnej. Przede wszystkim więc należy powstrzymywać się od grzechów, aby posty nasze nie zostały potępione przez Pana, jak to się stało z postami

⁶² *Paenitemini II.*

żydowskimi”⁶³ „Posty żydowskie” stały się synonimem postów cielesnych, obejmujących tylko sferę somatyczną człowieka. Św. Augustyn określił jako „nieużyteczny i próżny” ten post, który skłania nas tylko do odmówienia pożywienia brzuchowi, nie uwzględnia zaś potrzeby „usunięcia zła i nieprawości z naszego i serca, i umysłu”⁶⁴ Podobnie według św. Jana Chryzostoma zawężenie postu wyłącznie do sfery fizycznej jest jego największą dewaluacją, gdyż „istotna wartość postu nie zasadza się na abstynencji od pokarmów, lecz na odstąpieniu od grzechów. Kto by zatem zawęził posty do samej tylko wstrzemięźliwości od pokarmów, ten zarazem najbardziej by je deformował”⁶⁵ Nie należy więc skupiać całej uwagi na formie zewnętrznej postów, lecz na ich wartości wewnętrznej. „Z dobrymi zaś i świętymi postami nic tak zbawiennie nie idzie w parze jak uczynki miłosierdzia [...] Kto współczuje z serca jakiegokolwiek nędzy, cnotą życzliwości i dobrem pokoju uszczęśliwi siebie [...] Szeroki jest zakres uczynków miłosiernych”⁶⁶ Św. Leon Wielki pisze również, że „nie na samym ograniczeniu pokarmów polega istota naszych postów. Na nic się zda głodzenie ciała, jeżeli duch nie wyrzeknie się wszelkiej nieprawości i niepohamowany język nie zaprzestanie oszczerstw”⁶⁷ Według niego sam post bez jałmużny wprowadzi „karci ciało, lecz nie oczyszcza duszy”⁶⁸ Podobnie pisze św. Augustyn: „post bez miłosierdzia nic nie znaczy”⁶⁹ Według św. Cezarego z Arles „post bez jałmużny, to tyle co lampa bez oliwy”⁷⁰

Ojcowie Kościoła mówią o poście „miłym i doskonałym w oczach Bożych”, który obejmuje trzy elementy: wstrzemięźliwość od zła (w myśli, mowie i uczynkach), wstrzemięźliwość od pokarmów i napojów i dobre uczynki. Św. Jan Chryzostom pisze:

Pościsz? Udowodnij to czynami. Zapytasz jakimi? Gdy ujrzysz biednego – ulituj się nad nim; spotkasz nieprzyjaciela – pojednaj się z nim; zobaczysz przyjaciela, który coś

⁶³ *Mowa 175 1*; zob. F. D r ą c z k o w s k i. *Rewaloryzacja idei postów w nauczaniu Ojców Kościoła*. W: *Asceza odczłowieczenie czy uczyłowieczenie?* Red. W. Słomka. (Homo meditans III). Lublin 1985 s. 125-136.

⁶⁴ *Mowa 146 1*.

⁶⁵ *Do ludu antiocheńskiego. Homilia III 4*.

⁶⁶ L e o n W i e l k i. *Mowa 42 2*.

⁶⁷ Tamże.

⁶⁸ *Mowa 15 2*.

⁶⁹ *Mowa 25 7*.

⁷⁰ *Homilia 159 2*.

dobrego czyni – nie zazdrość mu; spotkasz piękną niewiastę – nie zatrzymuj się. Niech nie pości tylko podniebienie, lecz także oko, ucho, nogi, ręce i wszystkie członki naszego ciała”⁷¹

Chrześcijański post jest postawą wstrzemięźliwości całego człowieka, obejmuje jego sferę fizyczną i duchową. Nie można, jak to czyni się obecnie, sprowadzać postu jedynie do kategorii fizycznych i traktować jako powstrzymanie się od pokarmów mięsnych lub ograniczenie ich przyjmowania. Ma on objąć całego człowieka i dotyczyć jego życia we wszystkich wymiarach: indywidualnym, rodzinnym i społecznym. Według papieża Jana Pawła II post może być praktykowany „w sposób dawny i nowy, jako znak nawrócenia, skruchy i osobistego umartwienia, jednocześnie w łączności z Chrystusem Ukrzyżowanym i w solidarności z głodującymi i cierpiącymi”⁷² Współczesną formą postu mogą być przykładowo: ograniczenie oglądania telewizji (post dla oczu), słuchania radia czy muzyki, zwłaszcza typowo rozrywkowej (post dla uszu), rezygnacja lub ograniczenie korzystania z używek – kawa, alkohol, słodycze itp.

c) J a ł m u ż n a

Już w Starym Testamencie jałmużna oznaczała gest dobroci człowieka względem jego brata jako naśladowanie czynów Boga, który pierwszy okazał dobroć człowiekowi. Jako akt religijny prowadzi do przebaczenia grzechów: „Woda gasi płonący ogień, a jałmużna gładzi grzechy” (Syr 3, 30) oraz „Jałmużna uwalnia od śmierci i oczyszcza z każdego grzechu. Ci, którzy dają jałmużnę, nasyceni będą życiem” (Tb 12, 8-9). Do dawania jałmużny zachęca Chrystus: „Gdy ty dajesz jałmużnę, niech nie wie lewica twoja, co prawica twoja czyni” (Łk 6, 55). Czyn dobry w postaci jałmużny ma być całkowicie bezinteresowny i znany jedynie Bogu. Ważna jest także nie tyle ilość czy wielkość złożonego daru, ile raczej wewnętrzne nastawienie dającego, czyli jego intencja. Potwierdza to sam Chrystus, kiedy chwali grosz wrzucony do skarbonki przez ubogą wdowę (por. Łk 4, 25). Wartość jałmużny jest jeszcze większa, jeśli dawana jest nie z tego, co zbywa, lecz z tego, co niezbędne, oraz jeśli świadczona jest chętnie, gdyż „radosnego dawcę miłuje Bóg” (2 Kor 6, 10). Scena sądu ostatecznego jest

⁷¹ *Do ludu antiocheńskiego. Homilia III 4.*

⁷² *Reconciliatio et paenitentia* nr 26.

przestroga dla tych, którzy nie byli wrażliwi na potrzeby bliźnich. Biednego nakarmić, nagiego przyodziać, podróżnego ugościć, chorego i więźnia odwiedzić jest równoznaczne z uczynieniem tego samego Chrystusowi (por. Mt 25, 35-46). Podobnie w listach apostoelskich znajdujemy zachęty do dzielenia się dobrami z potrzebującymi. „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)⁷³ Jałmużna w każdej postaci powinna być wyrazem miłości Boga. Zwraca na to uwagę Jan Paweł II: „Dawanie i oddanie się nie zależy od ilości posiadanych rzeczy, lecz od żywionej w duszy miłości do Boga. Nasze pokorne oddanie się – samo w sobie może znikome, jak oliwa wdowy z Sarepty lub grosz ubogiej wdowy – staje się miłe w oczach Boga dzięki zjednoczeniu z ofiarą Jezusa”⁷⁴ Jałmużna nie tylko wyprasza Boże błogosławieństwo, ale także leczy rany grzechu oraz chroni przed nimi.

Ważne jest jednak właściwe rozumienie i praktykowanie jałmużny. Dzielić się można nie tylko dobrami materialnymi, ale także duchowymi. Jałmużna bowiem nie jest jedynie formą materialnej pomocy świadczonej potrzebującemu. Zwracał na to uwagę już św. Cezary z Arles: „Wiecie bowiem doskonale, że są dwa rodzaje jałmużny: pierwszy – dać głodnemu kęs chleba, drugi zaś posłużyć niewiedzącemu wiedzą. Jeżeli obfitujesz w coś, czym mógłbyś okazać pomoc ciału, Bogu niech będą dzięki! Jeżeli nie masz czym ciała nakarmić, wzmocnij duszę słowem Bożym”⁷⁵

Św. Augustyn wymienia następujące rodzaje jałmużny: „Nie tylko ten, kto daje łaknącemu pokarm, pragnącemu napój, nagiemu odzienie, podróżnemu gościnę, jeńcowi wykupienie, słabemu wspomóżenie, smutnemu pocieszenie, błądzącemu drogę, wątpiacemu radę i potrzebującemu, co jest mu konieczne, lecz także kto daje przebaczenie grzeszącemu – jałmużnę daje [...] ponieważ miłosierdzie wyświadcza”⁷⁶ Za największą jałmużnę uważano darowanie komuś wyrządzonej przez niego krzywdy.

⁷³ Zob. F. Greniuk. „Czynić miłosierdzie drugim” W: *Miłosierdzie w postawie ludzkiej*. Red. W. Słomka. (Homo meditans V). Lublin 1989 s. 53-64.

⁷⁴ Jan Paweł II. Homilia z 7 XI 1982 r.

⁷⁵ *Kazanie 1 8*.

⁷⁶ *Podręcznik dla Wawrzyńca 72*.

Według Jana Pawła II „jałmużna jest środkiem nadania konkretnego wyrazu miłości przez dzielenie się swoimi dobrami z tymi, którzy ponoszą skutki ubóstwa”⁷⁷

Wyrazem miłości, czyli formą duchowej jałmużny, będzie więc każde zainteresowanie się także wyższymi potrzebami człowieka i w miarę możliwości zaspokojenie ich własnym działaniem lub zorganizowanie skutecznej pomocy. Taką pomocą może być dobra rada, zachęcające i podtrzymujące na duchu słowo, porada prawna, pomoc w załatwieniu formalności i skierowanie do właściwego urzędu, wskazanie i polecenie przeczytania wartościowej książki lub artykułu, wyjaśnienie spraw dotyczących życia religijnego.

Katechizm Kościoła Katolickiego spośród uczynków miłosierdzia wylicza także jałmużnę dawaną ubogim i zalicza ją do „podstawowych świadectw miłości braterskiej” oraz „praktykowania sprawiedliwości, która podoba się Bogu” (KKK 2447; 2462; por. Mt 6, 2-4; Łk 3, 11; 11, 41; Jk 2, 15-16). Jałmużna chrześcijańska różni się od wszelkiego rodzaju działań filantropijnych czy nawet akcji humanitarnych ze względu na motywy, z których wynika. Nierzadko bowiem działania te związane są z bardziej lub mniej wyraźną intencją zdobycia rozgłosu (reklamy, wszelkiego typu tzw. sponsoring) lub zaspokojenia potrzeby publicznego uznania. Tymczasem głównym motywem dawania jałmużny powinna być miłość Boga i bliźniego w duchu słów samego Chrystusa: „Wszystko, co uczyniliście jednemu z tych braci moich najmniejszych, Mnieście uczynili” (Mt 25, 40).

Z licznych czynów miłosiernych co do duszy wylicza się zwykle następujące: *g r z e s z n y c h u p o m i n a ć*⁷⁸, aby odwrócili się od zła i pojednali się z Bogiem; *n i e u m i e j ę t n y c h p o u c z y ć*, aby na miarę swoich możliwości poznali zasady wiary i moralności chrześcijańskiej i według nich żyli; *w ą t p i ą c y m d o b r z e r a d z i ć*, aby mieli jasne rozeznanie dotyczące zwłaszcza oceny moralnej swego postępowania; *s t r a p i o n y c h p o c i e s z a ć*, gdyż smutek może prowadzić do rozpacz, pesymizmu i psychicznego załamania, którego konsekwencją jest niekiedy nawet utrata wiary i odejście od Boga; *k r z y w d y c i e r p l i w i e z n o s i ć*, mając świadomość, że sami nie jesteśmy bez winy i niekiedy również na różne sposoby krzyw-

⁷⁷ *Reconciliatio et paenitentia* nr 26.

⁷⁸ Zob. S. M o j e k. *Upomnienie braterskie wyrazem czynnej miłości bliźniego*. WAL 73:1999 s. 391-407

dzimy naszych bliźnich; u r a z y c h ę t n i e d a r o w a ć, gdyż Bóg zawsze przebacza nam popełnione grzechy i od tego, czy przebaczymy innym, zależy to, czy sami otrzymamy od Niego darowanie win; m o d l i ć s i ę z a ż y w y c h i u m a r ł y c h, aby uprosić u Boga dla żyjących łaskę pełnej i doskonałej realizacji ich życiowego powołania, a dla zmarłych łaskę miłosierdzia i wiecznego zbawienia.

Wydaje się, że łatwiejsza jest pomoc człowiekowi w zakresie potrzeb odnoszących się do jego ciała, co tradycyjnie określa się jako uczynki miłosierne względem ciała. Są one tak bardzo konkretne, że nie wymagają komentarza, a jedynie przypomnienia i zachęty, aby o nich pamiętać i w miarę swoich możliwości zaradzać tym potrzebom naszych bliźnich. Pomocą będą zawsze słowa napomnienia i przestrogi wypowiedziane przez Chrystusa w kontekście sądu ostatecznego: „Wszystko, czego nie uczyniliście jednemu z tych najmniejszych, tegoście i Mnie nie uczynili” (Mt 25, 45). Jednocześnie należy mieć świadomość, że obecnie w naszym kraju znacznie wzrosła liczba osób ubogich, a nawet żyjących w nędzy, osób życiowo niezaradnych, które oczekują wielorakiej pomocy, bez której sami nie są w stanie poprawić warunków swojej egzystencji. Pomoc okazana tym osobom wchodzi z całą pewnością w zakres uczynków miłosiernych względem ciała wyliczanych przez *Katechizm*: „łaknących nakarmić, pragnących napoić, nagich przyodziać, podróżnych w dom przyjąć, więźniów pocieszać, chorych nawiedzać, umarłych grzebać”

Jałmużną jest także dar przebaczenia temu, kto zgrzeszył względem nas. Przebacząc innym, sami otrzymujemy od Boga przebaczenie własnych grzechów. Jałmużna przyczynia się także do tego, że modlitwy zanoszone do Boga będą przez Niego przyjęte i wysłuchane. Św. Augustyn pisze: „Czyńcie jałmużnę, aby wasze modlitwy były wysłuchane przez Boga i aby wam pomógł poprawić wasze życie”⁷⁹ Wymienione wyżej uczynki miłosierne są przejawem zachowań chrześcijanina w obliczu elementarnych potrzeb człowieka, aby je zaspokoić w sposób przynajmniej podstawowy. Dzisiaj jednak należy mieć na uwadze nie tylko konkretnego człowieka, tego najbliższego żyjącego, ale także potrzeby całych społeczności narodowych i międzynarodowych, gdyż wszyscy tworzą jedną rodzinę ludzką⁸⁰ Zwraca na to uwagę Jan Paweł II, apelując często, zwłaszcza w związku z Jubileuszem, aby darować długi krajom biednym. Byłby to z pewnością czyn miłosierdzia

⁷⁹ *Mowa 39 6.*

⁸⁰ *B a r t n i k. Sakramentologia społeczna s. 313.*

chrześcijańskiego całych społeczności państwowych, ale przy aktywnym udziale także poszczególnych osób. Zresztą istnieją już w ramach organizacji międzynarodowych struktury, które w sposób instytucjonalny niosą pomoc będącym w potrzebie. W tych działaniach wyraża się solidarność międzyludzka i konkretna miłość. Nawet gdy nie są to organizacje chrześcijańskie, jeśli czynią dobrze i bezinteresownie pomagają biednym, chorym, więźniom, głodującym – realizują polecenie Chrystusa.

IV PIELGRZYMKI

Pielgrzymki mają uzasadnienie biblijne⁸¹ Misja publiczna Chrystusa związana była ściśle z jego pielgrzymowaniem do świętego miasta Jeruzalem (por. KKK 583)⁸² Cały Kościół jest także ludem pielgrzymującym do niebieskiej ojczyzny (por. KK 2; 48-49; KKK 671). Również życie każdego chrześcijanina jest pielgrzymką, „czasem łaski i miłosierdzia, jaki Bóg ofiaruje człowiekowi, by realizował swoje ziemskie życie według zamysłu Bożego i by decydował o swoim ostatecznym przeznaczeniu” (KKK 1013; por. 1344; 1392; 1469). Dlatego pielgrzymka może być symbolem życia chrześcijańskiego (por. Hbr 11, 13), gdyż jesteśmy jedynie przechodniami na tej ziemi (por. 1 P 2, 11). Pielgrzymka jest aktem religijnym należącym do pobożności ludowej i jako taka podejmowana jest w celu dziękczynienia, przebłagania i zadośćuczynienia za grzechy lub prośby (por. KKK 1674). Pielgrzymka zawsze związana jest z wysiłkiem i ofiarą. Jest czasem intensywnej modlitwy, słuchania słowa Bożego, umocnienia wiary, pełniejszego zjednoczenia z Bogiem i braćmi. Ma także aspekt eschatologiczny – jest obrazem pielgrzymowania do domu Ojca w niebie.

Papież Jan Paweł II w *Incarantionis mysterium* pisze, że pielgrzymki są świadectwem wiary i wspomagają religijność chrześcijańskiego ludu. uświadamiając mu, że życie ludzkie jest wędrówką, gdyż człowiek z natury swej jest *homo viator*. Pielgrzymka do sanktuarium jest zawsze ważnym wydarzeniem w życiu chrześcijan jako symbol indywidualnej wędrówki człowieka wierzącego śladami Odkupiciela, „jest praktyką czynnej ascezy i pokuty za

⁸¹ Zob. J. R i e s. *Panorama pielgrzymek. Aspekty religijne i kulturowe*. „Communio” 17:1997 nr 4 s. 3-12; G. R a v a s i. *Abraham i Boży lud pielgrzymi*. Tamże s. 13-21

⁸² Zob. H. L a n g k a m m e r. *Pielgrzym Jezus i Jego pierwsi naśladowcy*. Tamże s. 22-31.

ludzkie słabości, wyraża nieustanną czujność człowieka wobec własnej ułomności i przygotowuje go wewnątrz do przemiany serca. Przez czuwanie, post i modlitwę pielgrzym postępuje naprzód drogą chrześcijańskiej doskonałości...”⁸³

Pielgrzymka wtedy ma właściwe znaczenie i prowadzi do przebaczenia grzechów, jeśli podejmowana jest w motywów religijnych i połączona jest z uczestnictwem w praktykach pobożnych zarówno w czasie drogi, jak i w samym sanktuarium. Pielgrzymi winni mieć również należytą intencję ofiarowania wszystkich trudów pielgrzymowania za popełnione grzechy oraz pragnienie otrzymania od Boga ich przebaczenia, połączone ze szczerym żalem i mocnym postanowieniem poprawy.

ZAKOŃCZENIE

Obdarzony przez Boga darem nowego życia w sakramencie chrztu i wezwany do ustawicznego jego rozwoju oraz ciągłego doskonalenia naśladowania Chrystusa stosownie do swego powołania i stanu życia, każdy chrześcijanin powinien czynić pokutę. Jeśli popełni grzech ciężki, który zrywa jego więzi przyjaźni z Bogiem i Kościołem, powinien poddać się pokucie sakramentalnej, tzn. wyznać go w indywidualnej spowiedzi, przyjąć i wypełnić wyznaczone przez kapłana zadośćuczynienie (czyn pokutny). Sakrament pokuty i pojednania Kościół zaleca także tym wiernym, którzy nie popełnili żadnego grzechu wymagającego sakramentalnej pokuty, aby jego łaską umocnili się w dobrym i prowadzili coraz doskonalsze życie chrześcijańskie. Natomiast tak jedni, jak i drudzy powinni spełniać uznane i zalecane przez Kościół praktyki pokuty codziennej. Jej formy są bardzo różne i przez to dostępne dla każdego, kto świadom swych grzechów pragnie za nie przebłagać Boga i otrzymać od Niego łaskę przebaczenia. Zaniedbywanie i lekceważenie tych pozasakramentalnych dróg pojednania z Bogiem prowadzić może także do odejścia od sakramentalnej spowiedzi, wynikającego z przekonania o własnej doskonałości i braku grzechu. Natomiast podejmowanie z wiarą i miłością codziennej pokuty doskonale przygotowuje i usposabia do duchowo owocnego spotkania z miłosiernym Bogiem w sakramencie pokuty i pojednania. W życiu religijnym każdego chrześcijanina jest zatem miejsce i stosowny czas zarówno na sakrament

⁸³ *Incarantionis mysterium* nr 7.

pokuty i pojednania, jak i na wielorakie formy tzw. pokuty codziennej, która także gładzi grzechy powszednie i przez to doskonali miłość do Boga.

BIBLIOGRAFIA

- D r ą c z k o w s k i F.:** Patrologia. Pelplin–Lublin 1998.
- D u q u o c Ch.:** Pojednanie rzeczywiste i pojednanie sakramentalne. *ConcP* 1-10:1971 s.15-16.
- F u n k e F.:** Rzut oka na literaturę o spowiedzi. *ConcP* 1971 nr 1-10 s. 54-63.
- H a m m a n A.:** Życie codzienne pierwszych chrześcijan. Warszawa 1990.
- K a s p e r W** Spowiedź poza konfesjonalem? *ConcP* 1966/67 nr 1-10 s. 148-155.
- K a s p e r W** Kościół miejscem przebaczenia. „*Communio*” 10:1990 nr 1 s. 46-55.
- K r a k o w i a k Cz.:** Zarys teologii sakramentu pokuty w nowym „*Ordo Paenitentiae*” *CT* 45:1975 z. 3 s. 49-55.
- M a r g a ń s k i B.:** Nabożeństwo pokutne. „*Currenda*” 125:1975 s. 270-276.
- M e ß n e r R.:** Feiern der Umkehr und Versöhnung. *Gottesdienst der Kirche*. Teil 7, 2. Pustet–Regensburg 1992.
- M o k r z y c k i B.:** Kościół w oczyszczeniu. Warszawa 1986 s. 146-153.
- N a g e l E.:** Feier von Buße und Versöhnung in der Gemeinde. W: *Die Feier der Sakramente in der Gemeinde*. Hrsg. von M. Klöckener, W Glade. Kevelaer 1986 s. 220-241.
- P r z y b y l s k i B.:** Pokuta w magisterium posoborowym. *AK* 1977 t. 89 s. 92-99.
- R a m o s R e d i d o r J.:** Pojednanie w Kościele pierwotnym. *ConcP* 1971 nr 1-10 s. 17-26.
- R o m a n i u k K.:** Sakramentologia biblijna. Warszawa 1991.
- S ł o m k a W** Chrześcijański sens ascezy. W: *Asceza odczłowieczenie czy uczyłowieczenie?* Red. W Słomka. (*Homo meditans III*). Lublin 1985 s. 161-172.
- S ł o m k a W** Zanikanie wyczucia sacrum i grzechu. *RTK* 33:1986 z. 3 s. 41-53.
- S u s k i A.:** Wezwanie do pokuty w Nowym Testamencie. *AK* 1977 t. 89 s. 16-32.
- U r b a ń s k i S.:** Asceza dawniej i dziś. W: *Asceza odczłowieczenie czy uczyłowieczenie?* Red. W Słomka. (*Homo meditans III*). Lublin 1985 s. 137-150.

THE PATHS OF THE RECONCILIATION OF SINNERS IN THE CHURCH:
SACRAMENTAL AND EVERYDAY PENANCE OF THE CHRISTIAN

S u m m a r y

The reconciliation between man and God is carried out in the Church in many ways. It can be divided into sacramental and non-sacramental, liturgical and non-liturgical, individual and collective. The sacramental forms include baptism, the sacrament of penance and reconciliation, the Eucharist and anointing of the sick. Each of them, however, has its own specific character. The usual way of bringing a sinner back to God (we mean the cardinal sin), after baptism, is the sacrament of penance and reconciliation. In extraordinary cases cardinal sins are absolved through the sacrament of the anointing of the sick. The absolution of venial sins may be granted by non-sacramental means, devotions of a penance character, through everyday difficulties born with patience and love, and through the practice of the deeds of penance approved by the Church: prayer, fasting, alms giving and penance pilgrimages. All the existing forms of penance in the Church should be mutually complemented and should bring about a more perfect life every day with the Gospel of Christ.

Translated by Jan Kłós

Słowa kluczowe: chrzest, Eucharystia, pokuta i pojednanie, namaszczenie chorych, słowo Boże, celebracje pokutne, nabożeństwa, modlitwa, post, jałmużna, pielgrzymki, pokuta pozasakramentalna, liturgia.

Key words: baptism, the Eucharist, penance and reconciliation, the anointing of the sick, the Word of God, penitential celebrations, devotions, prayer, fasting, alms giving, pilgrimages, non-sacramental penance, the liturgy