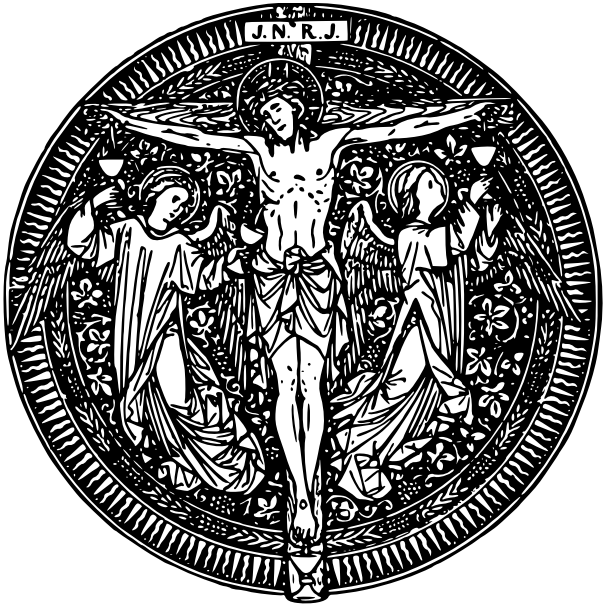
RYTUAŁ RODZINNY

Wielki Piątek
10 kwietnia 2020 r.



Domowa adoracja Krzyża

Diecezjalna
Komisja Liturgiczna

KOŁO
LITURGICZNE
WSD TARNÓW

Wraz z całym Kościołem przeżywamy drugi dzień Triduum Paschalnego – Wielki Piątek. W centrum stawiamy dzisiaj Krzyż Chrystusa i Jego Mękę podjętą za nasze grzechy. Na wzór poprzednich części ***Rytuału rodzinnego***, również i w tej książeczce znajdziecie na początku informacje dotyczące kształtowania się obchodów Wielkiego Piątku i opis niektórych znaków związanych z tym dniem. Jako przypomnienie podajemy też informacje dotyczące postu obowiązującego wierzących w ten wyjątkowy dzień.

Następnie, po wprowadzeniu do liturgii, która jest celebrowana w kościołach, dajemy wam propozycję pobożnego przeżycia Wielkiego Piątku w rodzinie. Zachęcamy was gorąco do celebrowania wspólnie **Domowej adoracji Krzyża**. Możecie także indywidualnie lub wspólnie odprawić Drogę Krzyżową albo Gorzkie Żale.

Dlaczego Wielki Piątek

Odrobina historii 4
Krzyż 7
Męka Pańska 10
Droga krzyżowa 13
Grób Pański 15

Dzień postu 18

Dzisiaj w kościele

Liturgia Męki Pańskiej 21

Dzisiaj w domu

Mała zachęta 24

DOMOWA ADORACJA KRZYŻA 27

Dodatek do osobistej modlitwy 42
Papież Franciszek, Audiencja generalna z 12 IV 2017 r. 42
Psalm 31 [30] 45

Droga krzyżowa 49
Gorzkie Żale 60

Dlaczego Wielki Piątek

Odrobina historii

Był to 14 dzień miesiąca Nisan, przeddzień żydowskiego święta Paschy. Podczas gdy w Świątyni Jerozolimskiej kapłani zabijali baranki na wieczerze w żydowskich domach, na Golgocie umierał na Krzyżu Jezus. Na pamiątkę tego wydarzenia w Azji Mniejszej już w II wieku ukształtował się doroczny obchód ku czci Chrystusa. Był to piątek, dzień postu, przygotowujący do Wielkanocy, celebrowanej następnego dnia. Wierni koncentrowali się na rozważaniu Męki i Śmierci Jezusa jako bramy do Jego Zmartwychwstania. W Rzymie początkowo ten dzień nie był szczególnie obchodzony.

Dopiero w IV wieku zaczął się rozwój liturgii wielkopiątkowej. W pewnym stopniu przyczyniła się do tego św. Helena, która odnalazła w Jerozolimie relikwie Krzyża świętego. Pątniczka Egeria, która niestrudzenie prowadzi nas po jerozolimskich początkach świąt paschalnych, opisuje z dużą dokładnością ten dzień. O świcie, w drodze powrotnej z Góry Oliwnej po nocnym czuwaniu, wierni nawiedzali miejsce biczowania Pana Jezusa. Zaś po krótkim odpoczynku w domu, od godziny ósmej rano, aż do południa mieli możliwość zobaczenia i uczczenia relikwii Krzyża. Następnie od południa aż do godziny piętnastej słuchali biblijnych proroctw o cierpieniu Mesjasza i opisu Męki Chrystusa. Na zakończenie chrześcijanie nabożnie wspominali pogrzebanie

Ciała Zbawiciela, a potem mogli odpocząć lub dalej czuwać i modlić się.

Nie wiemy jak w tym okresie wyglądało przeżywanie Wielkiego Piątku w Rzymie. Jedno pozostaje pewne: w Wielki Piątek przez wieki, ani w Jerozolimie, ani w Rzymie, nie odprawiano Mszy św. Na wyjątek od tej tradycji wyraził zgodę dopiero papież Benedykt XVI, gdy pozwolił aby we włoskiej Aquili, Sekretarz Stanu Tarcisio Bertone odprawił 10 kwietnia 2009 r. Mszę pogrzebową za ponad 300 ofiar trzęsienia ziemi, które nawiedziło to miasto na początku Wielkiego Tygodnia.

Więcej informacji dotyczących celebracji Wielkiego Piątku w Rzymie przynoszą zapisy z VII wieku. Papież udawał się w pielgrzymce do bazyliki Krzyża świętego, aby tam wysłuchać opisu Męki Pańskiej według św. Jana i odmówić uroczystą modlitwę powszechną. Podobna celebracja odbywała się w innych kościołach rzymskich, z tym że tam wierni mogli ponadto wpatrywać się Krzyż postawiony na ołtarzu oraz otrzymywać Komunię św. W pierwszej połowie VIII w. papieska procesja wielkopiątkowa stała się bardziej wymowna. O godz. 14.00 papież, wraz ze swoim orszakiem, szedł boso do bazyliki świętego Krzyża. Na czele było niesione kadzidło, diakon, poprzedzający papieża niósł relikwie Krzyża św. przechowywane w kaplicy papieskiej. Gdy dotarli do celu, relikwie umieszczano na ołtarzu, a papież padał na twarz i w geście prostracji modlił się. Mieszkańcy Rzymu, podobnie jak mieszkańcy Jerozolimy w IV wieku, tłumnie schodzili się do tego miejsca, aby zobaczyć i ucałować cenne relikwie Męki Pańskiej, słuchali również ewangelicznego opisu śmierci Chry-

stusa, a potem wracali do swoich parafii, aby przyjąć Komunię św.

Od końca VIII aż do XI wieku adoracja Krzyża (dwóch skrzyżowanych kawałków drewna bez wizerunku Chrystusa, a nie tylko relikwii Krzyża świętego), była rozbudowanym obrzędem, który miał podkreślać godność królewską Chrystusa. Na Zachodzie i Północy Europy Krzyż zakrywany płótnem był wnoszony, unoszony i okazywany ludowi. Na jego cześć śpiewano aklamacje i pieśni, a na zakończenie adoracji był ponownie zawijany w płótno i wynoszony poza ołtarz. Z tego zwyczaju zrodziło się organizowanie pogrzebu Jezusa, które dało początek dobrze znanej nam tradycji „Grobu Pańskiego". W tym też okresie wierni coraz rzadziej przystępują do Komunii św. i dlatego ostatecznie w XIII w. przyjęto praktykę, iż w Wielki Piątek Komunię św. przyjmował tylko sam kapłan, a wierni jedynie pocałunkiem adorowali Krzyż, słuchali Męki Pańskiej i asystowali przy uroczystej modlitwie powszechnej. Dopiero Pius XII w 1955 r. zezwolił, aby wierni, którzy w tej podniosłej liturgii adorują Umęczone Ciało Chrystusa na Krzyżu, mogli Go przyjąć także pod postacią Chleba Eucharystycznego.

Krzyż

Krzyż jest najważniejszym znakiem Wielkiego Piątku. Dla ludzi wierzących to znak zbawienia i pamiątka dobrowolnej ofiary Jezusa Chrystusa za zbawienie świata. To dlatego w IV wieku zrodził się zwyczaj adoracji jedynie prawdziwych relikwii Krzyża Zbawiciela. Z czasem coraz więcej kościołów pozyskiwało małe fragmenty z Krzyża Zbawiciela przygotowując dla nich relikwiarze w formie Krzyża. Były one przedmiotem czci i adoracji w Wielki Piątek. Obecnie w liturgii i w naszych nabożeństwach do adoracji są wystawiane Krzyże bardziej okazałe, na których umieszczany jest wizerunek Chrystusa cierpiącego. Ten zwyczaj – wraz z poleceniem ucałowania stóp Pana Jezusa – miał swój początek w 1570 r., kiedy uznano, że taki gest jeszcze bardziej pobudzi wiernych do pobożnego rozważania Męki Pańskiej.

Pozwólmy jednak Egerii, aby nam opowiedziała jak to było na początku w Jerozolimie.

> *Wtedy ustawia się tron biskupa na Golgocie, za Krzyżem. Biskup zasiada na tronie i ustawia się przed nim stół nakryty lnianą tkaniną. Diakoni stają dookoła. Przynoszą srebrną, pozłacaną skrzynkę, w której jest święte drzewo Krzyża, otwierają skrzynkę i kładą na nim tak drzewo, jak i tabliczkę.*
>
> *Kiedy już położą je na stole, biskup, siedząc, bierze w ręce oba końce świętego drzewa, diakoni zaś, którzy stoją wokół, pilnują. Pilnuje się tak*

dlatego, że zgodnie ze zwyczajem każdy z całego ludu – wierny czy katechumen – podchodząc, nachyla się nad stołem, całuje drzewa święte i odchodzi. A ponieważ kiedyś – nie wiem kiedy – jak mówią – ktoś odgryzł i skradł kawałek ze świętego drzewa, teraz diakoni, którzy stoją wokół, pilnują, by któryś z podchodzących nie ośmielił się znowu tak uczynić.

Tak więc przechodzi cały lud. Wszyscy jeden po drugim pochylają się i najpierw czołem, potem oczyma dotykają Krzyża oraz tabliczki, a pocałowawszy Krzyż, odchodzą – nikt jednak nie dotyka go rękoma.

(za Egeria. Pielgrzymka do miejsc świętych, [w:] *Do Ziemi Świętej. Najstarsze opisy pielgrzymek do Ziemi Świętej IV-VIII w.*, Kraków 2010*)*

W obecnej liturgii istnieje możliwość wyboru jednego z dwóch sposobów ukazania i adoracji Krzyża. Zakryty płótnem Krzyż, w asyście świec, może być wyniesiony do kościoła z zakrystii. Kapłan powoli odsłania najpierw górną cześć Krzyża, następnie prawe ramie, a na końcu ukazuje wiernym cały Krzyż. Tym czynnościom towarzyszy przejmujący śpiew aklamacji: *Oto drzewo krzyża, na którym zawisło Zbawienie świata*, a lud odpowiadając *Pójdźmy z pokłonem* pada na kolana i w ciszy adoruje Znak Zbawienia. Czasem jednak stosuje się drugą formę ukazania Krzyża. Jest on wnoszony procesyjnie od drzwi Kościoła do ołtarza, a niosący go, zatrzymują się trzy razy, między ludem: w pobliżu wejścia do Kościoła, na środku i przy prezbiterium, aby lud mógł go adorować. Potem następuje indywidualne

uczczenie Krzyża, przez złożenie na nim pocałunku. W IV wieku w Jerozolimie adorację Krzyża obserwowała Egeria: *„przechodzi tu cały lud, wchodząc przez jedne drzwi, przez inne wychodząc”*. A wszystko jedynie po to, aby oddać cześć Krzyżowi, a jeszcze bardziej Zbawicielowi. Śmierć Chrystusa staje się zwycięstwem nad śmiercią, dlatego Kościół i wierni uwielbiają swojego Oblubieńca za ten dar. Na ten jeden dzień Krzyż staje się centrum świata.

Męka Pańska

W bazylice Grobu Bożego w Jerozolimie można zobaczyć pęknięcie w skale, w którym został wbity Krzyż Jezusa. Podania przekazują, że poniżej tego miejsca znajduje się również grób Adama. Ma to podkreślić prawdę, że śmierć Chrystusa odkupiła grzech pierworodny, którego dopuścił się pierwszy człowiek w ogrodzie rajskim. Jest to ważne miejsce, w którym rozważa się Mękę Pańską. Nie inaczej tej moment przeżywała Egeria. Przez trzy godziny wraz z licznie zebranym tłumem innych pielgrzymów – „nie zważając, czy deszcz, czy upał" – od południa, aż do godziny piętnastej, stała na wielkim dziedzińcu pomiędzy dwoma kościołami: Krzyża (Golgota) i Zmartwychwstania (Grób Pański). Tak wspomina tamto wydarzenie:

> *Tron biskupa ustawia się przed Krzyżem i od szóstej (czyli od południa) aż do dziewiątej (czyli do piętnastej) nic innego się nie czyni prócz czytania lekcji w ten sposób: najpierw czyta się te psalmy, w których jest mowa o męce, czyta się i z Apostoła, albo z listów Apostołów lub z Dziejów, gdziekolwiek jest tam napisane o Męce Pańskiej. Także i z Ewangelii czyta się miejsca o Jego cierpieniu. Potem odczytuje się ustępy z Proroków, w których zapowiadają oni Mękę Pańską, a także to z Ewangelii, co jest powiedziane o Męce.*
>
> *I tak od godziny szóstej do dziewiątej ciągle czytają lekcje i odmawiają hymny, aby pokazać*

całemu ludowi, że cokolwiek powiedzieli kiedyś prorocy o Męce Pańskiej, wypełniło się, jak tego dowodzi Ewangelia i Pisma Apostołów; przez owe trzy godziny poucza się więc cały lud, że nic się nie stało, co wcześniej nie byłoby zapowiedziane, i że nic nie było zapowiedziane, co by się całkowicie nie wypełniło. Zawsze zaś przeplatane jest to modlitwami, a i te modlitwy są stosowne do dnia.

Przy poszczególnych lekcjach i modlitwach takie jest wzruszenie całego ludu i takie (słyszeć się dają) westchnienia, że aż podziw bierze. Nie ma nikogo, kto by – wielki czy mały – owego dnia, w owe trzy godziny tak gorzkie nie zapłakał – trudno sobie to nawet wyobrazić – że Pan za nas został umęczony. Potem, gdy nadchodzi godzina dziewiąta, czyta się ów ustęp z Ewangelii według Jana, jak (Pan) oddał ducha. Po jego odczytaniu jest modlitwa i następuje rozesłanie.

(za Egeria. Pielgrzymka do miejsc świętych, [w:] *Do Ziemi Świętej. Najstarsze opisy pielgrzymek do Ziemi Świętej IV-VIII w.*, Kraków 2010*)*

Wszystkie najstarsze źródła potwierdzają, że w Wielki Piątek w kościołach proklamowano (i nadal proklamuje się) opis Męki Pańskiej według św. Jana. W tradycji i pobożności ludowej ten moment znalazł swoje odzwierciedlenie w bogatym rozwoju pobożności pasyjnej. Od średniowiecza (XI wiek) za sprawą cystersów rozwinął się tzw. „dramat liturgiczny", czyli przedstawienie cierpienia, bólu i śmierci Chrystusa. Był to początek przygotowywanych przez kolejne wieki tzw. misteriów Męki Pańskiej, które do dnia dzisiejsze-

go są wystawiane w wielu parafiach. Jedne z najbardziej znanych misteriów Męki Pańskiej odbywają się w Kalwarii Zebrzydowskiej, gdzie w Wielkim Tygodniu rzesze ludzi łączą się z cierpieniem Jezusa Chrystusa. Celem tych misteriów pasyjnych jest nakłonienie do refleksji nad tym, co Jezus dla nas uczynił i wzbudzić w uczestnikach pragnienie nawrócenia oraz wdzięczności za Mękę Chrystusa. Te przeżycia wywołują również pragnienie współcierpienia z Chrystusem, gotowość przyjęcia krzyża naszej codzienności, trudności i cierpień, jakie nas spotykają.

Pobożność pasyjna zrodziła również wiele pieśni, nabożeństw czy obrzędów. Najbardziej znanym polskim nabożeństwem pasyjnym są „Gorzkie Żale", które powstały na początku XVIII wieku. To w nich lud „dziękuje Bogu Ojcu za wielką i niepojętą miłość ku rodzajowi ludzkiemu, iż raczył zesłać Syna swego, aby za nas wycierpiał okrutne męki i śmierć podjął krzyżową". W formie poetyckiej opisane są w każdej z trzech części poszczególne etapy męki Jezusa Chrystusa i bolesnego trwania Jego Matki. Od modlitwy w Ogrójcu, aż do śmierci na Golgocie. Warto zatem wsłuchiwać się w treść Gorzkich Żalów i innych pieśni pasyjnych, aby z większą uwagą rozważać opis Męki Pańskiej proponowany na Wielki Piątek.

Droga krzyżowa

Wśród misteriów pasyjnych prężnie rozwijało się również powszechniej znane nabożeństwo Drogi Krzyżowej. Po wyprawach krzyżowych, gdy coraz więcej osób odbywało pielgrzymki do Ziemi Świętej, w wielu miejscach Europy odtwarzano topografię Jerozolimy. Celem było wyjście naprzeciw pobożnym uczuciom tych osób, które nigdy nie będą mogły udać się w pielgrzymce do Ziemi Świętej. I tak od XV wieku zaczęto budować kościoły czy budowle na wzór tych w Jerozolimie. Ich rozmieszczenie miało odtworzyć drogę Jezusa na Kalwarię z uwzględnieniem poszczególnych miejsc (czyli stacji), na jakie w opisach Męki Pańskiej wskazywało zarówno Pismo Święte, jak i Apokryfy. W ten sposób powstały drogi, gdzie trud wędrówki i rozważanie Męki Pańskiej miało pomagać w zjednoczeniu z cierpiącym Chrystusem. Nazywano je kalwariami. Najstarszą i najbardziej znaną kalwarią w Polsce jest zbudowana w XVII wieku przez Zebrzydowskich koło Krakowa.

Samo nabożeństwo odprawiania Drogi Krzyżowej z rozważaniami zostało wprowadzone przez zakon franciszkanów, opiekujący się od XIV wieku miejscami świętymi w Jerozolimie. To oni zaczęli organizować uroczystą procesję przejścia Jezusa z pretorium Piłata na Golgotę (Kalwarię). Początkowo łączyli z tą procesją tzw. nabożeństwo „upadków Jezusa". Pierwotnie liczba stacji Drogi Krzyżowej nie była ściśle zdefiniowana i mogła wynosić od siedmiu aż do kilkudziesięciu. Obecnie tradycyjna Droga Krzyżowa ma 14 stacji,

których większość odpowiada opisom z Ewangelii. Ale są też i nie zanotowane w Biblii, jak choćby spotkanie Jezusa z Weroniką, która ociera twarz Jezusa. Liczba i treść stacji została ostatecznie zdefiniowana na początku XVII w. w Hiszpanii. Prawdziwy rozkwit tego nabożeństwa nastąpił od 1750 r., kiedy w rzymskim Koloseum została poświęcona Droga Krzyżowa, a jej odprawianie zostało wzbogacone możliwością zyskiwania odpustów.

Grób Pański

Ewangeliści dokładnie opisują, gdzie i w jaki sposób złożono Jezusa do Grobu (por. Mt 27,57-61; Mk 15,40.47; Łk 23,50-56; J 19,38-42). W pierwszej połowie I wieku cesarz Hadrian, zbudował nad tym miejscem pogańską świątynię ku czci bogini Wenus. Był to przejaw pogardy i niechęci wobec chrześcijan. Dopiero w IV wieku, dzięki św. Helenie, matce cesarza Konstantyna, zbudowano nad tym świętym miejscem bazylikę Grobu Bożego. Egeria wspomina, że w Wielki Piątek wieczorem po wszystkich modlitwach wierni:

> *Przybywszy tam, odczytują z Ewangelii owo miejsce, jak Józef prosi Piłata o ciało Pana i składa je w nowym grobie. Po czytaniu tego miejsca następuje modlitwa, a po niej błogosławieństwo katechumenów oraz wiernych i następuje rozesłanie.*
>
> *Tego dnia nie wzywa się do czuwania w Anastasis (kościele Zmartwychwstania czyli Grobu Bożego), ponieważ wiadomo, że lud jest zmęczony, jednak w zwyczaju jest, iż mimo to się czuwa. Ci z ludu, którzy chcą, a przynajmniej mogą, zostają tam do rana, ci którzy nie mogą – nie czuwają. Czuwają też silniejsi lub młodsi duchowni. Przez całą noc aż do rana odmawia się hymny i antyfony. Czuwa tu wielki tłum, jedni do wieczora, inni do północy – jak kto może.*

(za Egeria. Pielgrzymka do miejsc świętych, [w:] *Do Ziemi Świętej. Najstarsze opisy pielgrzymek do Ziemi Świętej IV-VIII w.*, Kraków 2010*)*

Do XII wieku to święte miejsce w Jerozolimie było wielokrotnie przebudowane i, niestety, także rabowane. Potrzeba obrony Ziemi Świętej wpłynęła na organizowanie wypraw krzyżowych (1096 – 1270) i powstanie Zakonu Rycerskiego Grobu Bożego w Jerozolimie (tzw. bożogrobcy). Ci ostatni rozpowszechnili zwyczaj przygotowywania w kościołach Europy „Grobu Bożego". Mimo iż taka tradycja pojawiła się w Bawarii w X wieku. Po liturgii Wielkiego Piątku dokonywano symbolicznego przeniesienia i złożenia ciała Chrystusa do grobu. Najpierw składano Krzyż owinięty w płótno, następnie również Hostię Świętą zawiniętą w płótno i złożoną w specjalnej skrzynce przykrytej kamieniem (*capsa*). Nieliczni wierni czuwali na modlitwie przy Chrystusie.

Pierwotnie Groby Pańskie były skromne, dopiero od XIII wieku stają się bardziej okazałe i przygotowywane w bocznych kaplicach kościołów. Pod koniec XV wieku rodzi się zwyczaj umieszczania w nich figury Chrystusa zdjętego z Krzyża i składania Hostii Świętej na korporale, co wiązało się z wprowadzeniem „straży przy grobie". Nie była ona ozdobą, lecz zapewniała bezpieczeństwo Najświętszemu Sakramentowi. Pod koniec XVI wieku zaczęto w Grobie Pańskim umieszczać Najświętszy Sakrament, wystawiony w monstrancji okrytej welonem. Był to sprzeciw wobec protestantów, którzy negowali prawdziwą obecność Chrystusa w Eucharystii. Epoka Baroku jeszcze bardziej rozbudowała dekorację Grobu Pańskiego, dając wielką swobodę ich aranżacji. Bogactwo kwiatów i świec podkreślało znaczenie i wartość wystawionego w monstrancji

Jezusa Chrystusa. Żałobne płótna, jako elementy wystroju Grobu Pańskiego, były zawieszane na Krzyżu lub owijały figurę Chrystusa w grobie.

W Wielki Piątek po zakończonej liturgii zmienia się po raz kolejny miejsce przechowywania Najświętszego Sakramentu w kościele. Organizuje się uroczystą procesję z Najświętszym Sakramentem w monstrancji okrytej welonem i wystawionej na widok publiczny. Wierni licznie nawiedzają Grób Pański, aby modlić się przed Najświętszym Sakramentem, a następnie adorują Krzyż Chrystusa, który często jest składany na katafalku okrytym fioletowym lub czerwonym płótnem. Przy tej okazji wierni składają również ofiary, które niegdyś były przeznaczone na utrzymanie parafii, a obecnie są przekazywanie do Ziemi Świętej na utrzymanie miejsc kultu związanych z życiem i Męką Jezusa Chrystusa.

Dzień postu

Wielki Piątek wraz ze Środą popielcową to dwa dni w roku o szczególnym charakterze pokutnym. Dlatego Kościół zaprasza wierzących do umartwienia przez post i wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych. Co to oznacza? I dlaczego takie wymagania są stawiane wierzącym?

Kodeks prawa kanonicznego, będący zbiorem norm i przepisów, które regulują życie Kościoła i pomagają wiernym w osiągnięciu zbawienia, przypomina, że czynienie pokuty jest obowiązkiem wszystkich wierzących. Z jednej strony jesteśmy zobowiązani do indywidualnej pokuty, ale też potrzebne jest nasze zaangażowanie w pokutę wspólnotową. Dlatego,

> *żeby wszyscy przez jakieś wspólne zachowanie pokuty złączyli się między sobą, zostają nakazane dni pokuty, w które wierni powinni modlić się w sposób szczególny, wykonywać uczynki pobożności i miłości, podejmować akty umartwienia siebie przez wierniejsze wypełnianie własnych obowiązków, zwłaszcza zaś zachowywać post i wstrzemięźliwość (…). W Kościele powszechnym dniami i okresami pokutnymi są poszczególne piątki całego roku i czas wielkiego postu (kan. 1249–1250).*

Duch wspólnej pokuty wyraża się miedzy innymi w dwóch podstawowych praktykach:

1. Wstrzemięźliwość od spożywania mięsa

Są do niej zobowiązani wszyscy, którzy ukończyli 14 lat aż do śmierci.

Obowiązuje ona w Środę popielcową oraz we wszystkie piątki w ciągu roku. Gdy jednak w jakiś piątek wypada uroczystość, wstrzemięźliwość ta zostaje zniesiona i nie obowiązuje, ponieważ każda uroczystość wzywa chrześcijanina do radości i świętowania, a takiemu zachowaniu przeciwne jest umartwienie i pokuta.

2. Post ścisły

Są do niego wezwane osoby między 18 a 60 rokiem życia.

Obowiązuje on tylko dwa razy w roku: Wielki Piątek oraz w Środę popielcową.

Papież Paweł VI w 1966 r., wprowadzając w Kościele nowe zasady dotyczące ducha pokuty, postanowił w stosunku do tego obowiązku: *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* (Konstytucja Apostolska *Paenitemini*).

Nie oznacza to jednak, że dzieci i młodzież poniżej 14 lat – w te dni wspólnej pokuty – nie są wezwane do żadnego umartwienia, bowiem trzeba się troszczyć, aby też i u nich wyrabiać autentycznego ducha pokuty (por. kan. 1252). Kościół nie zabrania również osobom powyżej 60. roku życia podejmowania postu ścisłego. Jeżeli tylko czują się na siłach i stan zdrowia im na to pozwala, mogą go nadal podejmować, w duchu wynagrodzenia i pokuty. Pokuta bowiem jest nie tylko wynagrodzeniem za zło i grzech. Jest ona również sposobem okazania wdzięczności Chrystusowi za jego cierpienie i śmierć na Krzyżu.

Dzisiaj w kościele

Liturgia Męki Pańskiej

Wielki Piątek i Wielka Sobota to dwa dni w roku, kiedy w kościele nie celebruje się Mszy św. (Wigilia Paschalna sprawowana w sobotę późnym wieczorem jest już Mszą św. niedzielną). Dzisiaj w kościele celebruje się Liturgię Męki Pańskiej, która ma pomóc Kościołowi zatrzymać się na rozważaniu cierpienia Chrystusa. Natomiast brak Mszy, która jest bezkrwawą pamiątką ofiary krzyżowej, kieruje wzrok wiernych na tę jedyną i krwawą ofiarę z Golgoty. Przebity bok Chrystusa na Krzyżu – z którego wypłynęły krew i woda – jest źródłem mocy dla Eucharystii i innych sakramentów.

Skupienie, cisza i surowy wystrój w prezbiterium kościoła mają zachęcać do osobistej rozmowy z Bogiem. Nie ma pieśni na wejście, tylko przejmująca cisza i kapłan leżący krzyżem, który wraz z ludem na klęczkach, zanosi gorące błagania przed Boży majestat. Ponieważ tego roku, kościoły będą puste, wszyscy uczestnicy tej liturgii zostali poproszeni o to, aby wraz z kapłanem upadli na twarz, błagając o odpuszczenie grzechów i o ustanie epidemii.

W liturgii słowa czytania wskazują na Jezusa wzgardzonego przez ludzi, fałszywie oskarżonego i biorącego na siebie nasze boleści. Jest to niejako wprowadzenie do kolejnej w tym tygodniu proklamacji opisu Męki Pańskiej, przekazanej nam przez umiłowanego ucznia – św. Jana. Po homilii rozpoczyna się uroczysta modlitwa

powszechna. Na wzór Chrystusa, Kościół obejmuje w niej symbolicznie cały świat, wszystkich ludzi i wszystkie ich strapienia. W tym roku, z woli papieża, do dziesięciu tradycyjnych intencji, zostanie dodana jeszcze jedna za wszystkich udręczonych trwającą epidemią, a szczególnie za chorych i tych, którzy się nimi opiekują oraz za zmarłych i tych, którzy opłakują ich śmierć. Podobnie jak na rozpoczęcie liturgii, również tutaj jest miejsce na ciszę i osobistą modlitwę do Boga w podanych intencjach.

Rozważanie Męki Pańskiej i modlitwa przygotowują serce do centralnego wydarzenia tej celebracji, czyli do adoracji Krzyża. Uroczyście wniesiony i stopniowo odsłaniany Krzyż objawia potęgę Bożej miłości, zdolnej do tak wielkiego poświecenia, w którym Bóg nie oszczędził nawet własnego Syna, lecz wydał Go za nas, abyśmy żyli na wieki (por. Rz 8, 32). I choć w każdym kościele, z powodu epidemii, tylko jeden kapłan ucałuje Krzyż, nie oznacza to, iż inni są pozbawieni możliwości uczczenia Ukrzyżowanego Ciała Chrystusa. Wpatrywanie się w Krzyż oraz śpiew pieśni pasyjnych i Suplikacji są wyrażeniem wiary i wezwaniem do pokornej adoracji Jezusa.

Miłość do Ukrzyżowanego i wdzięczność za jego ofiarę krzyżową przygotowują serce do przyjęcia Eucharystycznego Ciała Jezusa w Komunii św. Niestety , w tym roku, tylko nieliczni będą mogli uczynić to w sposób sakramentalny. Miliony wierzących rozproszonych w świecie przyjmą, tak jak i wy, Komunię duchową.

Polska tradycja przewiduje, że na zakończenie liturgii wielkopiątkowej, Ciało Chrystusa zanosi się do „Grobu Pańskiego”. Ze względu na epidemię i prośbę o pozostanie w domu w kościołach tego roku nie będą organizowane „Groby Pańskie”. Najświętszy Sakrament pozostanie w tabernakulum, a przed ołtarzem, na którym stoi krzyż, zostanie złożona figura Chrystusa pogrzebanego.

Dzisiaj w domu

Mała zachęta

Wielki Piątek to dzień, w którym codzienne życie zwalnia, a nasilają się ostatnie przygotowania do Świąt. Zazwyczaj to już w piątek rozpoczynało się przygotowanie wybranych potraw, które w sobotę rano trzeba było włożyć do koszyczka ze święconką. W tym roku nie ma potrzeby tak się spieszyć, bo koszyczek może być przygotowany dopiero jutro. Będziecie przecież mieli na to wystarczająco dużo czasu. Dlatego, w tym wyjątkowym roku, warto także dzisiaj w domu zatrzymać się nad istotą Wielkiego Piątku i doświadczyć spotkania z Chrystusem Ukrzyżowanym.

Dzisiaj Krzyż i Męka Pana naszego Jezusa Chrystusa są w centrum uwagi i modlitwy człowieka wierzącego. I choć z pewnością nie możecie zostawić wszystkiego, aby spędzić ten dzień na wdzięcznej modlitwie, to postarajcie się go przeżyć w duchu umartwienia przez świadomie podjęty post i powstrzymanie się od pokarmów mięsnych. Post nie musi ograniczać się wyłącznie do jedzenia. Może to być również post od Internetu, telewizji, radia czy muzyki rozrywkowej, aby w to miejsce posłuchać więcej pobożnych pieśni, rozważyć fragmenty Męki Pańskiej czy chociażby pomilczeć. Dzieciom można zaproponować post – wstrzymanie się – od jakiegoś rodzaju zabawy, aby i one w duchu umartwienia zrobiły dzisiaj coś więcej dla Pana Jezusa Ukrzyżowanego.

Znajdźcie również odpowiednią chwilę na modlitwę rodzinną i na waszą modlitwę osobistą. Jeżeli tylko jest to możliwe postarajcie się wysłuchać w skupieniu transmisji Liturgii Męki Pańskiej z kościoła albo nabożeństwa Drogi Krzyżowej.

Jako wspólną modlitwę proponujemy wam rodzinną adorację Krzyża. Możecie ją odprawić o godzinie 15:00, ale możecie również wybrać inną, bardziej dla was dogodna porę. **Centralnym momentem tej modlitwy jest odsłonięcie Krzyża i ucałowanie go w geście adoracji**. Ta adoracja zostaje przedłużona o śpiew pieśni i modlitwy wynagradzające. Podobnie jak w kościele, po ucałowaniu Krzyża można otrzymać Komunię św., tak również i w domu postarajcie się o przyjęcie komunii duchowej.

Wprowadzeniem do tej adoracji Krzyża i komunii duchowej jest medytacja i wasza rozmowa z domownikami oparta o krótki fragment z opisu Męki Pańskiej według św. Jana.

Na zakończenie, przed błogosławieństwem, możecie skorzystać z propozycji **Modlitwy powszechnej, czyli modlitwy za innych**. Jest to ważny element dnia dzisiejszego dnia. Tak jak Chrystus umarł za wszystkich, podobnie i my chcemy modlić się za wszystkich. Na zakończenie tej modlitwy znajdziecie zachętę do odmówienia Koronki do Miłosierdzia Bożego. Jeżeli uznacie to za stosowne, tę część nabożeństwa możecie odprawić o godzinie 15:00, a pozostałe modlitwy celebrować o innej porze.

Dla waszej osobistej modlitwy proponujemy wam również, jeżeli czas i obowiązki na to pozwolą, odprawienie indywidualnie lub ze współmałżonkiem Drogi Krzyżowej. Ponieważ w wielu naszych parafiach po zakończeniu Liturgii Męki Pańskiej i przeniesieniu Najświętszego Sakramentu do „Grobu Pańskiego", śpiewało się *Gorzkie żale* i inne pieśni pasyjne, możecie zamiast wieczornego pacierza zaśpiewać w waszym domu Gorzkie żale, lub wysłuchać ich, z nagrań jakie są dostępne na płytach albo na kanale YouTube. Możecie także zaśpiewać lub wysłuchać waszych ulubionych pieśni pasyjnych.

Domowa adoracja Krzyża

Kilka wskazówek jak przygotować się do modlitwy:

1. Ustalcie konkretną porę wspólnej modlitwy. Najlepiej będzie zorganizować nabożeństwo o godzinie 15.00. Jeśli obowiązki nie pozwalają można to uczynić wieczorem lub też o innej porze dnia i uwrażliwcie dzieci na punktualne rozpoczęcie modlitwy, aby nikt z domowników nie musiał dołączać do niej w biegu.
2. Znajdźcie na modlitwę dobre miejsce i pamiętajcie, aby to było miejsce godne, ale również wygodne. Jeżeli macie zrobiony w domu ołtarzyk, to zgromadźcie się przy nim, możecie też przygotować krzesła. Możecie również usiąść przy stole, przy którym wspólnie jecie posiłki (to podkreśli rodzinny charakter tej modlitwy).
3. Podczas dzisiejszego nabożeństwa szczególne miejsce zajmuje krzyż. Najlepiej jeśli to będzie ten, który wczoraj przykryliście materiałem na wieczorne czuwanie. Na krzyżu powinna znajdować się podobizna Jezusa ukrzyżowanego. Może to być krzyż, który wisi na ścianie, a przed którym modlicie się na co dzień albo ten, którego używacie podczas kolędowej wizyty duszpasterskiej.
4. Przed rozpoczęciem modlitwy dobrze byłoby przygotować również Pismo Święte i znaleźć w nim fragmenty z Ewangelii św. Jana: rozdział 19 wersety 16–34 (czyli J 19, 16–34) oraz Psalm 31 (Ps 31). Dobrze jest odczytać fragment Ewangelii z papiero-

wego egzemplarza Pisma Świętego (nie z telefonu komórkowego, tabletu czy komputera). Niech go odczyta osoba dorosła lub starsze dziecko.

5. Wspólną modlitwę niech poprowadzi ojciec lub matka rodziny. Niektóre modlitwy rodzice mogą dać dzieciom do odczytania. Można także dołożyć swoje modlitwy spontaniczne albo skrócić zaproponowany schemat (zwłaszcza gdy w modlitwie uczestniczą małe dzieci).
6. Jeżeli któryś z domowników (np. nastolatek) nie będzie chciał się dołączyć do wspólnej modlitwy, starajcie się go nie zmuszać, ale tylko delikatnie ponowić zaproszenie.
7. Jeżeli zauważycie, że modlitwa jest zbyt długa dla małych dzieci, nie bójcie się jej przerwać i przejść na jej koniec. Potem możecie sami w gronie dorosłych odmówić pozostałe modlitwy.

Oznaczenia skrótów:
P. = prowadzący modlitwę;
W. = wszyscy obecni.

O ustalonej porze wszyscy stoją wokół stołu lub przed domowym ołtarzykiem.

Można zapalić świecę, wówczas prowadzący modlitwę mówi:

P. **Światło Chrystusa**
W. **Bogu niech będą dzięki**

Na początek możecie zaśpiewać lub odtworzyć z płyty albo z kanału YouTube pieśni: np. Oto Jezus umiera albo Ludu, mój ludu.

Można uklęknąć albo usiąść przy stole.

Zaproście teraz Ducha Świętego własnymi słowami albo taką oto modlitwą:

P. **Duchu Święty, który wypełniasz miłością i skruchą serca ludzi, przyjdź do naszej rodziny. Napełnij nas swoim światłem, skrusz w nas kamienie grzechu i poprowadź do doświadczenia tej miłości, jaka objawiła się na krzyżu w Wielki Piątek 2000 lat temu.**

Potem wszyscy wykonują znak krzyża na sobie, mówiąc:

W. **W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego.**

Zgromadzeni mogą usiąść i wpatrując się w zasłonięty Krzyż umieszczony w centralnym miejscu wsłuchać się w słowa modlitwy wprowadzenia.

P. **Panie Jezu, i dziś trwamy przy Tobie razem, w gronie naszej rodziny. Chcemy wpatrywać się z wiarą w znak największej miłości i nadziei, jakim jest Krzyż. Chcemy wspólnie oddać mu cześć i adorować go. Jest to znak, który często nam towarzyszy. Wykonujemy go wiele razy w modlitwie. Zawiesiliśmy go w naszym domu (mieszkaniu). Spotykamy go w szkole, w pracy i w przydrożnych kapliczkach. Teraz spoglądamy na miejsce, gdzie jest ukryty krzyż, bo wczoraj schowaliśmy go przed naszymi oczami.**

Dzisiaj nasze serca kierujemy do Ciebie, Panie Jezu. Zostałeś umęczony, pobity, opluty. Byłeś tak bardzo cierpiący i tak bardzo kochający. Dlatego nasze spojrzenie wypełnia przede wszystkim nadzieja. W gronie naszej rodziny łączymy się z Twoim cierpieniem. Twoja Krew przyniosła nam łaskę pojednania. Zmazała nasze grzechy i otworzyła nam drogę do życia wiecznego. Dlatego chcemy okazać Ci wdzięczność za twoje cierpienie i Twoją śmierć na odpuszczenie grzechów wszystkich ludzi.

Bądź z naszą rodziną, która w Tobie szuka nadziei. Wiemy, że wiele razy, także i w ostatnim czasie, do naszych serc i wzajemnych relacjach wkradał się grzech. Chcemy Cię dziś, Jezu, przeprosić za wyrządzone zło. Każdy z nas chce Cię przeprosić za swoje zamknięte serce na Twoją miłość i zatkane uszy na Twoje słowo.

Razem z Maryją i św. Janem stajemy u stóp Twojego Krzyża i prosimy, abyś przez zdrój Twojej łaski przemienił nasze serca i wlał w nas nadzieję, której nie zakryje mrok cierpienia i śmierci.

Zaśpiewajcie teraz trzykrotnie:

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Teraz powstańcie i wysłuchajcie fragmentu Ewangelii według św. Jana.
Jest to fragment z relacji naocznego świadka i uczestnika tamtych wydarzeń.
Fragment może odczytać prowadzący, bądź też ktoś inny np. nastolatek. Można opuścić fragmenty w nawiasie albo opowiedzieć dzieciom ten fragment Ewangelii. Nie zapomnijcie uklęknąć na chwilę cichej modlitwy, gdy będzie mowa o śmierci Jezusa.

P. **Posłuchajmy słów Ewangelii według św. Jana**

J 19, 16 – 34

Zabrali zatem Jezusa. A On sam dźwigając krzyż wyszedł na miejsce zwane Miejscem Czaszki, które po hebrajsku nazywa się Golgota. Tam Go ukrzyżowano, a z Nim dwóch innych, z jednej i drugiej strony, pośrodku zaś Jezusa. Wypisał też Piłat tytuł winy i kazał go umieścić na krzyżu. A było napisane: «Jezus Nazarejczyk, Król Żydowski». Ten napis czytało wielu Żydów, ponieważ miejsce, gdzie ukrzyżowano Jezusa, było blisko miasta.

(*ten fragment można opuścić:* A było napisane w języku hebrajskim, łacińskim i greckim. Arcykapłani żydowscy mówili do Piłata: «Nie pisz: Król Żydowski, ale że On powiedział: Jestem Królem Żydowskim». Odparł Piłat: «Com napisał, napisałem». Żołnierze zaś, gdy ukrzyżowali Jezusa, wzięli Jego szaty i podzielili na cztery części, dla każdego żołnierza po części; wzięli także tunikę. Tunika zaś nie była szyta, ale cała tkana od góry do dołu. Mówili więc między sobą: «Nie rozdzierajmy jej, ale rzućmy o nią losy, do kogo ma należeć». Tak miały się wypełnić słowa Pisma: Podzielili między siebie szaty, a los rzucili o moją suknię. To właśnie uczynili żołnierze.)

A obok krzyża Jezusowego stały: Matka Jego i siostra Matki Jego, Maria, żona Kleofasa, i Maria Magdalena. Kiedy więc Jezus ujrzał Matkę i stojącego obok Niej ucznia, którego miłował, rzekł do Matki: «Niewiasto, oto syn Twój». Następnie rzekł do ucznia: «Oto Matka twoja». I od tej godziny uczeń wziął Ją do siebie.

Potem Jezus świadom, że już wszystko się dokonało, aby się wypełniło Pismo, rzekł: «Pragnę». Stało tam naczynie pełne octu. Nałożono więc na hizop gąbkę pełną octu i do ust Mu podano. A gdy Jezus skosztował octu, rzekł: «Wykonało się!»
I skłoniwszy głowę oddał ducha.

Teraz wszyscy klękają i pozostają chwilę w ciszy, potem wstajemy

Ponieważ był to dzień Przygotowania, aby zatem ciała nie pozostawały na krzyżu w szabat – ów bowiem dzień szabatu był wielkim świętem – Żydzi prosili Piłata, aby ukrzyżowanym połamano golenie i usunięto ich ciała. Przyszli więc żołnierze i połamali golenie tak pierwszemu, jak i drugiemu, którzy z Nim byli ukrzyżowani. Lecz gdy podeszli do Jezusa i zobaczyli, że już umarł, nie łamali Mu goleni, tylko jeden z żołnierzy włócznią przebił Mu bok i natychmiast wypłynęła krew i woda.

Teraz usiądźcie i rozważcie wspólnie ten fragment Ewangelii. Porozmawiajcie też z dziećmi o tym, co się wydarzyło na Golgocie. Nie bójcie się pytań ze strony dzieci. Możecie także sami postawić im pytania: O jakich wydarzeniach przed chwilą usłyszeli? Zapytajcie ich, czy wiedzą kim jest Pan Jezus? Dlaczego musiał tyle cierpieć? Co znaczy dla nas, że Jezus umarł, aby zgładzić nasze grzechy? Warto podjąć rozmowę na temat znaku krzyża. Można także w tym miejscu wspomnieć bliskich zmarłych, którzy oczekują na zmartwychwstanie. Pytania warto dostosować do wieku dzieci i dlatego bardzo małym dzieciom zadajcie proste pytania: Gdzie w naszym domu wisi krzyż? Kiedy na sobie wykonujemy ten znak i dlaczego? Powiedzcie dzieciom, że śmierć Jezusa to nie jest koniec, tylko potrzebny etap do nowego życia. Powiedzcie im, że każdy może zmienić swoje życie, może stawać się lepszy, ale tak jak Pan Jezus trzeba umierać dla tego, co jest złe.

Jeżeli chcecie, do medytacji możecie posłużyć się fragmentem przemówienia papieża Franciszka, który znajdziecie w dodatku. Potem możecie też odmówić zaproponowany Psalm.

ADORACJA KRZYŻA

Wszyscy wstają. Osoba, która przewodniczy modlitwie, odkrywa krzyż, bierze go do ręki i pokazuje pozostałym członkom rodziny, mówiąc:

P. **Oto drzewo krzyża, na którym zawisło Zbawienie świata, nasz Pan, Jezus Chrystus.**

Wszyscy pozostali klękają i śpiewają lub mówią:

W. **Kłaniamy Ci się Panie Jezu Chryste i błogosławimy Tobie; żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.**

Potem modlą się chwilę w ciszy, dziękując Jezusowi za Jego cierpienie.

Można powtórzyć jeszcze raz lub dwa razy to ukazanie krzyża i gest wspólnej adoracji.

Następnie osoba, która trzyma krzyż, całuje go jako pierwsza i podaje krzyż do ucałowania pozostałym członkom rodziny. Ten gest ucałowania można opuścić, jeżeli uznacie to za stosowne w zaistniałej sytuacji zagrożenia wirusem.
Krzyż należy odłożyć na miejsce, gdzie był wcześniej złożony. W postawie klęczącej adorujcie teraz krzyż.

P. **Oto ja, dobry i najsłodszy Jezu, upadam na kolana przed Twoim obliczem i z największą gorliwością ducha proszę Cię i błagam, abyś wszczepił w moje serce najżywsze uczucia wiary, nadziei i miłości oraz prawdziwą skruchę za moje grzechy i silną wolę poprawy.**

Oto z sercem przepełnionym wielkim uczuciem i z boleścią oglądam w duchu Twoje pięć ran i myślą się w nich zatapiam, pamiętając o tym, dobry Jezu, co już prorok Dawid włożył w Twoje usta: "Przebodli ręce moje i nogi, policzyli wszystkie kości moje" (Ps 22, 17).

Zaśpiewajcie teraz jedną z pieśni o krzyżu, np. *Wisi na krzyżu, Krzyżu Chrystusa, Zawitaj Ukrzyżowany, Krzyżu święty nade wszystko*. Oczywiście można te pieśni odtworzyć z płyty lub z kanału YouTube i rozważać słowa.

Teraz wszyscy klękają.

P. **Panie, wiemy, że w naszym życiu często obrażaliśmy Ciebie, schodziliśmy z właściwej drogi i ulegaliśmy pokusom. Przyczynialiśmy się w ten sposób do Twojego cierpienia. Dlatego teraz chcemy przeprosić Cię za brak miłości do Ciebie, do innych ludzi oraz za brak miłości w naszym domu. Dlatego wołamy:**

Przepraszamy Cię Panie Jezu

- **za to, że wstydziliśmy się znaku krzyża**
- **za to, że czasem czyniliśmy go w ukryciu, tak aby nikt nie widział**
- **za to, że robiliśmy to w pośpiechu i bez szacunku**
- **za to, że nie chcieliśmy go nosić przy sobie (zawieszonego na szyi) albo byle jak go rzucaliśmy**

- **za to, że wstydziliśmy się ucałować nasze krzyżyki i medaliki**
- **za to, że nie zawsze akceptowaliśmy codzienne krzyże, cierpienie i trudności w naszym życiu**
- **za to, że często stawialiśmy na pierwszym miejscu nasze przyjemności, nałogi i nas samych**
- **za to, że nasza mowa była pełna kłamstw, wulgaryzmów i plotek**
- **za brak szacunku, miłości i cierpliwości wzajemnej w naszym domu**
- **za lenistwo, zaniedbywanie obowiązków i brak wzajemnej pomocy**
- **za zaniedbanie dobrych natchnień i dobra które mogliśmy uczynić.**

W chwili ciszy pomyślcie, za co jeszcze chcecie przeprosić Pana Jezusa i własnymi słowami to wypowiedzcie.

Możecie wspólnie zaśpiewać także Suplikacje (czyli *Święty Boże, Święty Mocny…*). Oczywiście można także odtworzyć je z płyty lub z kanału YouTube i rozważać słowa.

KOMUNIA DUCHOWA

Pan Jezus na krzyżu ofiarował swoje życie dla nas. Pozostał z nami obecny w Eucharystii, która jest Jego Ciałem za nas wydanym, dlatego teraz jest najlepszy moment na przyjęcie komunii duchowej. Czyńcie to ze skupieniem.

P. **Panie Jezu, Ty nam zostawiłeś modlitwę i poleciłeś, abyśmy z niej korzystali, kiedy znajdziemy się w potrzebie. Dlatego prosimy Cię, módl się teraz wraz z nami i przygotuj nasze serce na przyjęcie komunii duchowej. W ten najprostszy sposób pragniemy Ci podziękować za Twoją śmierć na krzyżu.**

W. **Ojcze nasz...**

Czytajcie powoli modlitwy, myśląc z utęsknieniem o kościele i tabernakulum, w którym jest obecny Pan Jezus. Pamiętajcie też o chwili ciszy, aby każdy mógł doświadczyć osobistego spotkania z Jezusem.

Propozycja dla dzieci:

Panie Jezu, Ty zawsze jesteś przy mnie. I za to Ci dziękuję z całego serca. Kiedy patrzę na Twój Krzyż, to dziękuję Ci, że za mnie umarłeś i zostawiłeś mi swoje Ciało pod postacią chleba. Proszę Cię, naucz mnie kochać i postępować tak jak Ty. Pomóż mi pomagać innym, tak jak Ty, a będę szybko przemierzać drogę mojego życia. Będę znakiem twojej miłości i będę twoim uczniem wobec świata. Amen.

Propozycja dla dorosłych:

Panie Jezu, wierzę, że jesteś prawdziwie obecny w Najświętszym Sakramencie. Kocham Cię ponad wszystko i pragnę Ciebie całą moją duszą. Dziękuję Ci, że oddałeś swoje życie za mnie na Krzyżu. Naucz mnie miłości Twojego Krzyża, abym potrafił siebie ofiarować innym.

Ponieważ teraz nie mogę Cię przyjąć w Komunii sakramentalnej w moim kościele, dlatego proszę Cię, to Ty przyjdź duchowo do mojego serca. A kiedy już do niego wejdziesz, przygarnę Cię i cały zjednoczę się z Tobą. Nie pozwól zatem, abym kiedykolwiek oddalił się od Ciebie.

Przedwieczny Ojcze, ofiaruję Ci Przenajświętszą Krew Twojego Syna wylaną na Krzyżu jako wynagrodzenie za moje grzechy, jako pomoc duszom w czyśćcu cierpiącym i w intencjach Kościoła Świętego. Amen.

Możecie zaśpiewać jakąś pieśń eucharystyczną (np. *Oto święte Ciało Pana* lub *Duszo Chrystusowa*).

MODLITWA POWSZECHNA ZA INNYCH

Przy mniejszych dzieciach tę cześć można pominąć. Modlitwę powszechną możecie odmówić w postawie klęczącej albo w postawie stojącej.

P. **Dzisiaj we wszystkich kościołach na świecie wznosi się do Boga uroczystą modlitwę w wielu intencjach i potrzebach ludzi. My też w naszym domu chcemy dołączyć się do tego wspólnego wołania. Dlatego powtarzamy:**

Wysłuchaj nas Panie

- **Módlmy się za święty Kościół Boży; niech nasz Bóg i Pan obdarzy go pokojem i jednością i strzeże go na całej ziemi, a nam pozwoli wieść życie ciche i spokojne na chwałę Boga Ojca wszechmogącego.**
- **Módlmy się za naszego papieża Franciszka i papieża emeryta Benedykta; niech nasz Bóg i Pan, który wybrał ich do wykonywania władzy biskupiej, zachowa ich w zdrowiu i bezpieczeństwie dla swojego Kościoła świętego, aby papież Franciszek kierował świętym ludem Bożym.**
- **Módlmy się za naszego biskupa Edwarda, za wszystkich biskupów i kapłanów – za naszego księdza proboszcza (i księży pracujących w naszej parafii), za diakonów, za wszystkich, którzy służą Kościołowi i za cały lud wierny.**

- **Módlmy się za przygotowujących się do chrztu: niech nasz Bóg i Pan otworzy wnętrza ich serc i bramy swego miłosierdzia, aby otrzymawszy w tym sakramencie odpuszczenie wszystkich grzechów, złączyli się z nami w Chrystusie Jezusie, Panu naszym.**
- **Módlmy się za wszystkich braci wierzących w Chrystusa: niech nasz Bóg i Pan sprawi, aby dążyli do prawdy, niech ich zgromadzi i zachowa w swoim jednym Kościele.**
- **Módlmy się za tych, którzy nie wierzą w Chrystusa i w Boga, aby w szczerości serca postępowali za tym, co słuszne, i tak mogli odnaleźć samego Boga oraz wstąpili na drogę zbawienia.**
- **Módlmy się za wszystkich rządzących państwami: niech nasz Bóg i Pan kieruje ich umysłami i sercami według swojej woli, abyśmy wszyscy żyli w prawdziwej wolności i pokoju.**
- **Módlmy się za wszystkich udręczonych trwającą epidemią, aby nasz Bóg i Pan przywrócił chorym zdrowie, dał siły tym, którzy się nimi opiekują, pocieszył płaczące rodziny, a zmarłym dał pełnię odkupienia.**
- **Módlmy się, aby Bóg oczyścił świat z wszelkich błędów, odwrócił od nas choroby, oddalił głód, otworzył więzienia, rozerwał kajdany zła i niewoli, raczył dać bezpieczeństwo i szczęśliwy powrót podróżującym, zdrowie chorym, a umierających obdarzył zbawieniem.**

Jeżeli chcecie, może teraz odmówić Koronkę do Bożego Miłosierdzia albo jedną jej cząstkę.

BŁOGOSŁAWIEŃSTWO DZIECI

Rodzice mogą też pobłogosławić swoje dzieci. Ojciec i matka mogą czytać wspólnie następująca modlitwę:

P. **Panie Jezu, dziękujemy Ci za Twój Krzyż i za nasze dzieci. Niech ten znak, który kreślimy na ich czołach, będzie dla nich obroną przed złem, a Twoje błogosławieństwo niech wspiera ich w dobrych wyborach życiowych. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków.**

W. **Amen.**

Teraz rodzice kreślą znak krzyża na czole swoich dzieci.

ZAKOŃCZENIE

Następnie wszyscy wykonują znak krzyża na sobie. Można przy tym powiedzieć następujące słowa:

P. **Niech nas broni moc Chrystusa Zbawiciela, który dla na umarł i zmartwychwstał.**
W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego.

W. **Amen.**

Dodatek do osobistej modlitwy

Papież Franciszek, Audiencja generalna z 12 kwietnia 2017 r.

Nadzieja rodzi się z krzyża

W ubiegłą niedzielę wspominaliśmy wjazd Jezusa do Jerozolimy, któremu towarzyszyły okrzyki wiwatujących uczniów i wielkiego tłumu. Ci ludzie pokładali w Jezusie wiele nadziei: liczni oczekiwali od Niego cudów i wielkich znaków, demonstracji siły, a nawet uwolnienia od okupujących kraj wrogów. Któż z nich mógł sobie wyobrazić, że w krótkim czasie Jezus zostanie upokorzony, skazany i zabity na krzyżu? Ziemskie nadzieje tych ludzi rozpadły się w obliczu krzyża. Lecz my wierzymy, że właśnie w Ukrzyżowanym nasza nadzieja się odrodziła. Ziemskie nadzieje rozpadają się pod krzyżem, lecz rodzą się nadzieje nowe, trwające na zawsze. Z krzyża rodzi się inna nadzieja. Jest to nadzieja inna od tych, które się rozpadają, od nadziei światowych. Lecz o jaką nadzieję chodzi? Jaka nadzieja rodzi się z krzyża?

W zrozumieniu tego mogą nam pomóc słowa Jezusa, wypowiedziane zaraz po wjeździe do Jerozolimy: «*Jeśli ziarno pszenicy, wpadłszy w ziemię, nie obumrze, zostanie samo jedno, ale jeśli obumrze, przynosi plon obfity*» (*J* 12, 24). Spróbujmy pomyśleć o ziarnie lub małym nasieniu, które pada na ziemię. Jeśli pozostanie nienaruszone, nie dzieje się nic; lecz jeśli pęknie, otworzy się,

daje wówczas życie kłosom, kiełkom, a potem roślinie, i ta roślina wyda owoc.

Jezus przyniósł światu nową nadzieję, i zrobił to na podobieństwo ziarna: stał się mały, maleńki jak ziarno pszenicy; porzucił swoją chwałę niebieską, by przyjść do nas: «wpadł w ziemię». Lecz to jeszcze nie wystarczyło. Aby przynieść plon, Jezus żył miłością aż do końca, pozwalając, by śmierć Go dosięgła, tak jak ziarno daje się jej dosiąc pod ziemią. Właśnie tam, w skrajnym punkcie Jego uniżenia – który jest także najwyższym punktem miłości – zakiełkowała nadzieja. Jeśli ktoś z was zapyta: «Jak się rodzi nadzieja?». «Z krzyża. Patrz na krzyż, patrz na Jezusa ukrzyżowanego, stamtąd przyjdzie nadzieja, która nie przemija, która trwa aż po życie wieczne». I ta nadzieja zakiełkowała właśnie dzięki sile miłości: miłość bowiem, która «we wszystkim pokłada nadzieję, wszystko przetrzyma» (1 Kor 13, 7), miłość, która jest życiem Boga, odnowiła wszystko, czego dosięgła. I tak w dniu Paschy Jezus przemienił, biorąc go na siebie, nasz grzech w przebaczenie. Lecz posłuchajcie dobrze, na czym polega przemiana, której dokonuje Pascha: Jezus przemienił nasz grzech w przebaczenie, naszą śmierć w zmartwychwstanie, nasz strach w ufność. Dlatego właśnie tam, na krzyżu, narodziła się i wciąż na nowo się rodzi nasza nadzieja; oto, dlaczego z Jezusem każda nasza ciemność może zostać przemieniona w światło, każda porażka w zwycięstwo, każde rozczarowanie w nadzieję. Każde: tak, każde. Nadzieja pokonuje wszystko, ponieważ rodzi się z miłości Jezusa, który stał

się jak ziarno pszenicy w ziemi i umarł, by dać życie, i z tego życia pełnego miłości bierze się nadzieja (…).

Z pewnością drogą prawdziwej miłości jest krzyż, poświęcenie, jak w przypadku Jezusa. Krzyż jest etapem koniecznym, ale nie jest celem, jest etapem: celem jest chwała, jak nam pokazuje Pascha. I tu przychodzi nam z pomocą inny piękny obraz, który Jezus przedstawił uczniom podczas Ostatniej Wieczerzy. Mówi: «Kobieta, gdy rodzi, doznaje smutku, bo przyszła jej godzina. Gdy jednak urodzi dziecię, już nie pamięta o bólu – z powodu radości, że się człowiek na świat narodził» (J 16, 21). Właśnie to: dawanie życia, nie posiadanie go. To właśnie robią matki: dają życie, cierpią, ale potem są radosne, szczęśliwe, bo wydały na świat nowe życie. To daje radość; miłość wydaje na świat życie i nawet bólowi nadaje sens. Miłość jest motorem, który napędza naszą nadzieję. Powtarzam: miłość jest motorem, który napędza naszą nadzieję. A każdy z nas może się zapytać: «Czy kocham? Czy nauczyłem się kochać? Czy codziennie uczę się kochać bardziej?», bo miłość jest motorem, który napędza naszą nadzieję.

Psalm 31 (30)

Wszyscy mogą powtarzać jako refren słowa.

Ojcze w ręce Twoje oddaje ducha mego

Panie, do Ciebie się uciekam,
niech nigdy nie doznam zawodu;
wybaw mnie w Twojej sprawiedliwości!
Ref.

Zapomniano w sercach o mnie jak o zmarłym:
stałem się jak sprzęt wyrzucony.
Słyszę bowiem złorzeczenia wielu:
«Trwoga dokoła»,
gdy przeciw mnie się zbierają,
zamyślają odebrać mi życie.
Ref.

Ja zaś pokładam ufność w Tobie, Panie,
mówię: «Ty jesteś moim Bogiem».
Twoim ręku są moje losy: wyrwij mnie
z ręki mych wrogów i prześladowców!
Niech zajaśnieje Twoje oblicze nad Twym sługą:
wybaw mnie w swej łaskawości!
Ref.

Jakże jest wielka, o Panie, Twoja dobroć,
którą zachowujesz dla tych, co się boją Ciebie,
i okazujesz tym, co w Tobie szukają ucieczki
na oczach synów ludzkich.
Ref.

Ukrywasz ich pod osłoną Twojej obecności
od spisku mężów,
a w swoim namiocie ich kryjesz
przed sporem języków.
Ref.

Błogosławiony niech będzie Pan, który okazał
cuda swoje i łaski w mieście warownym.
Ja zaś powiedziałem przerażony:
«Odcięty jestem od Twoich oczu»,
lecz Tyś wysłuchał głos mego błagania,
gdy do Ciebie wołałem.
Ref.

Litania do Najdroższej Krwi Pana Jezusa

Kyrie, elejson. Chryste, elejson. Kyrie, elejson.
Chryste, usłysz nas. Chryste, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże, zmiłuj się nad nami.
Synu, Odkupicielu świata, Boże, zmiłuj się nad nami.
Duchu Święty, Boże, zmiłuj się nad nami.
Święta Trójco, Jedyny Boże, zmiłuj się nad nami.

po każdym wezwaniu powtarzamy: **wybaw nas**

Krwi Chrystusa, Jednorodzonego Syna Ojca Przedwiecznego
Krwi Chrystusa, wcielonego Słowa Bożego
Krwi Chrystusa, nowego i wiecznego Przymierza
Krwi Chrystusa, przy konaniu w Ogrójcu spływająca na ziemię
Krwi Chrystusa, tryskająca przy biczowaniu
Krwi Chrystusa, brocząca spod cierniowej korony
Krwi Chrystusa, przelana na krzyżu
Krwi Chrystusa, zapłato naszego zbawienia
Krwi Chrystusa, bez której nie ma przebaczenia
Krwi Chrystusa, która poisz i oczyszczasz dusze w Eucharystii
Krwi Chrystusa, zdroju miłosierdzia
Krwi Chrystusa, zwyciężająca złe duchy
Krwi Chrystusa, męstwo Męczenników
Krwi Chrystusa, mocy Wyznawców
Krwi Chrystusa, rodząca Dziewice
Krwi Chrystusa, ostojo zagrożonych

Krwi Chrystusa, ochłodo pracujących
Krwi Chrystusa, pociecho płaczących
Krwi Chrystusa, nadziejo pokutujących
Krwi Chrystusa, otucho umierających
Krwi Chrystusa, pokoju i słodyczy serc naszych
Krwi Chrystusa, zadatku życia wiecznego
Krwi Chrystusa, wybawienie dusz z otchłani czyśćcowej
Krwi Chrystusa, wszelkiej chwały i czci najgodniejsza

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata, przepuść nam, Panie.
Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata, wysłuchaj nas, Panie.
Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata, zmiłuj się nad nami.

P. Odkupiłeś nas, Panie, Krwią swoją.
W. I uczyniłeś nas królestwem Boga naszego.

P. **Módlmy się.** Wszechmogący, wieczny Boże, Ty Jednorodzonego Syna swego ustanowiłeś Odkupicielem świata i Krwią Jego dałeś się przebłagać, daj nam, prosimy, godnie czcić zapłatę naszego zbawienia i dzięki niej doznawać obrony od zła doczesnego na ziemi, abyśmy wiekuistym szczęściem radowali się w niebie. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Droga krzyżowa
(dla małżonków i rodziców)

WSTĘP

Dziękuję Ci, Jezu, że zaprosiłeś mnie na tę drogę krzyżową. Ciągle żyję w biegu i często brakuje mi nawet chwili, by zastanowić się nad sobą samym i swoim życiem. Dzisiaj pragnę przyjrzeć się swojemu małżeństwu i relacjom rodzinnym. Chcę na nie spojrzeć, idąc razem z Tobą drogą krzyżową. Wierzę, że to rozważanie pomoże mi zbliżyć się do Ciebie i bardziej kochać ludzi najbliższych memu sercu. Proszę Cię, Jezu, o łaskę spojrzenia na swoje życie w prawdzie.

I. Jezus na śmierć skazany

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Publiczna działalność Jezusa nie była łatwa. Wielokrotnie spotykał się z niezrozumieniem i próbami zamachu na Jego życie. Jednak Jego prawdziwa droga krzyżowa zaczęła się od niesprawiedliwego wyroku. Twoje życie też nie zawsze było usłane różami. Jakiś czas temu zdecydowałeś, że chcesz na zawsze połączyć się z tą drugą osobą. Dziś jesteś już żoną lub mężem. Pamiętasz dzień swojego ślubu? Wtedy na rzecz miłości postanowiłeś zrezygnować z części swojej wolności, by ofiarować się tej drugiej osobie. Byłeś wtedy szczęśliwy z dokonanego wyboru. Czy teraz po kilku, a może kilkunastu latach od tego dnia nie żyjesz tak, jak gdybyś wtedy podpisał

na siebie wyrok? Czy nie traktujesz swojego małżeństwa jako początku swojej drogi krzyżowej?

II. Jezus bierze krzyż na swoje ramiona

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Jezus bierze na swoje ramiona ciężki krzyż w imię miłości i odpowiedzialności za los każdego człowieka. Ty wypowiadając słowa przysięgi małżeńskiej wziąłeś odpowiedzialność za żonę, męża i dzieci, które miały się pojawić. To był twój wybór. A czy dzisiaj nie masz może pretensji, że Bóg obarczył cię ciężarem macierzyństwa lub ojcostwa? Czy każdego dnia przyjmujesz ciężar odpowiedzialności za życie swojej rodziny? Miłość to odpowiedzialność. Nie można ich rozdzielić. Czasem może być ciężko, ale kochać to znaczy poświęcać swoje życie dla drugiego człowieka. Ten ciężar miłości będzie lżejszy, jeśli o pomoc w jego udźwignięciu poprosisz samego Jezusa.

III. Jezus po raz pierwszy upada pod krzyżem

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Jezus upada na oczach swojej matki i uczniów. Wiele razy w ich obecności czynił cuda, odpuszczał grzechy i przekonywał o tym, że jest Synem Bożym. A teraz On - Wszechmocny Bóg upada i nie wstydzi się tego. Każdy

z nas jest człowiekiem słabym. Każdy z nas upada wielokrotnie. Tylko że my wstydzimy się naszych upadków, nie przyznajemy się do nich. Jak często nie masz odwagi powiedzieć do swojego męża - pomyliłam się? Jak często unosisz się honorem i nie powiesz swojej żonie - miałaś rację? Jak często w obecności twoich dzieci nie chcesz przyznać się do popełnionych błędów? Tymczasem wielkość człowieka nie polega na tym, że nigdy nie upada, ale że ma odwagę się podnieść.

IV. Jezus spotyka Matkę swoją

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Spotkanie z Maryją było spotkaniem bez słów. Ich wzajemna więź była tak głęboka, że żadne słowa nie były potrzebne. Wystarczyła wymiana spojrzeń. Jednak aby ludzie mogli porozumieć się bez słów, muszą się bardzo dobrze znać. A żeby się poznać, trzeba ze sobą rozmawiać. Często w naszych rodzinach rozmawiamy wiele o sprawach codziennych – zakupach, rachunkach, rzeczach, które trzeba załatwić. Brakuje jednak rozmów o tym, co ta druga osoba czuje, co myśli. Zastanów się czy patrząc na twarz swojego współmałżonka, potrafisz odczytać to, co kryje się w jego sercu? Czy potrafisz rozpoznać, kiedy twoje dzieci mają problemy, choć mówią, że wszystko jest w porządku? Uczmy się od Maryi i Jezusa budowania właściwych relacji rodzinnych.

V. Szymon z Cyreny pomaga nieść krzyż Jezusowi

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Często słychać narzekanie ludzi, że całe ich życie to dom i praca. Praca i dom, i tak w kółko. Może chciałbyś po pracy odpocząć, a tu żona mówi, że trzeba jeszcze odkurzyć albo zrobić zakupy. Może chciałabyś mieć wieczorem trochę czasu dla siebie, a tu jeszcze z dziećmi trzeba lekcje odrobić. Czy czujesz się czasem w swojej rodzinie przymuszony do wykonywania codziennych obowiązków, tak jak Cyrenejczyk został zmuszony do dźwigania krzyża Jezusa? A przecież miłość to także służba. O ileż łatwiej będzie ci wykonywać twoje codzienne rodzinne obowiązki, jeśli będziesz pamiętać, że „cokolwiek czyniąc jednemu z tych najmniejszych, czynisz to także Jezusowi".

VI. Weronika ociera twarz Jezusowi

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Gest Weroniki to taki drobiazg na drodze krzyżowej Jezusa. Ale nasze życie składa się właśnie z milionów drobnych i z pozoru nic nie znaczących gestów, słów i zachowań. W żadnej z Ewangelii nie ma ani słowa o Weronice. A jednak jej gest musiał być bardzo znaczący skoro przechowała go Tradycja. W małżeństwie, w rodzinie też ważne są te drobne gesty. Nie wystarczy,

że małżonkowie mówią sobie o swojej miłości tylko z okazji rocznic albo jubileuszy. Żona powinna przypominać mężowi, że jest dla niej ważny. Mąż powinien powtarzać żonie, że ciągle jest dla niego najpiękniejsza. Tak bardzo potrzebne jest, żeby codziennie rozmawiać ze swoimi dziećmi. Tak ważne jest, żeby się do siebie uśmiechać. Te drobiazgi są wytchnieniem pośród trudu codziennego życia.

VII. Jezus po raz drugi upada pod krzyżem

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Żaden upadek człowieka nie jest tylko jego sprawą. Nie ma prywatnych grzechów. Gdy ja upadam, to w pewnym sensie pociągam za sobą swoich najbliższych. Gdy człowiek grzeszy, to oddala się od Boga, a w konsekwencji w jego życie wkrada się smutek i trudniej mu panować nad negatywnymi emocjami. Jego sposób zachowania bardzo szybko przenosi się na relacje małżeńskie i rodzinne. Mąż nie ma ochoty rozmawiać z żoną. Żona nie ma cierpliwości do męża. Dzieci, które widzą smutnych rodziców, też zaczynają się smucić. Dlatego właśnie w imię odpowiedzialności za swoją rodzinę musisz ciągle na nowo powstawać z kolejnych upadków. Tak jak Jezus.

VIII. Jezus pociesza płaczące niewiasty

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

To jest stacja, przy której Jezus zachęca nas do spojrzenia na siebie, a nie na wszystkich innych wokoło. Może i dzisiaj, słuchając tych rozważań, pomyślałeś, że ciebie to nie dotyczy. Jest wiele rodzin z problemami, ale w twojej rodzinie nie jest tak źle. Właśnie teraz nadszedł ten moment, żeby dostrzec, co możesz poprawić w swojej relacji do najbliższych ci ludzi. Nigdy nie jest tak, żeby nie mogło być lepiej. Nie płacz nad rodzinami patologicznymi, nie użalaj się nad dziećmi alkoholików. Teraz zastanów się, co możesz zrobić, żeby w twoim domu było więcej miłości i żeby ta miłość promieniowała na wszystkich członków twojej rodziny.

IX. Jezus po raz trzeci upada pod krzyżem

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Małżeństwo jest takim sakramentem, który wiąże ludzi na całe życie. Mąż i żona powinni przeżywać wspólnie nie tylko te dobre chwile, ale także i te złe. Upadek człowieka w grzech jest bardzo często próbą małżeńskiej miłości. Są takie grzechy, które bardziej bolą – zdrada, kłamstwo, brak zaufania, chorobliwa zazdrość. Pomimo cierpienia, ta osoba, która została zraniona, nie może się wtedy odwrócić od współmałżonka. Skoro

małżonkowie są jednym ciałem to znaczy, że te dwie osoby są za siebie nawzajem odpowiedzialne. Czasem człowiek nie potrafi o własnych siłach powstać z grzechu. Wtedy właśnie miłość tej drugiej osoby powinna być siłą dźwigającą z upadku. Jezus dlatego się podniósł, bo miał w sobie tę Miłość.

X. Jezus z szat obnażony

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Nie wystarczyło, że Jezus został skatowany. Poza cierpieniem fizycznym zgotowano mu także psychiczne. Jego elementem miało być upokorzenie Jezusa przez odarcie Go z szat. My także doskonale wiemy, że ból psychiczny jest trudniejszy do zniesienia niż ten fizyczny. Jakże często wiedzę tę wykorzystujemy przeciwko osobom nam najbliższym. Małżonkowie doskonale znają swoje upadki i w chwilach nieporozumień tak łatwo wracają do tego, co wydawało się już zapomniane. Żona wypomina mężowi jego pomyłki, a mąż obnaża żonę z jej słabości. I nie tłumacz się, że to pod wpływem emocji i zdenerwowania, bo rana zadana drugiemu człowiekowi pozostaje.

XI. Jezus do krzyża przybity

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Nawet nie zdajemy sobie sprawy ileż razy codziennie przybijamy do krzyża Jezusa obecnego w drugim człowieku. Każde kłamstwo, obmowa, złośliwość, kłótnia jest przybiciem Chrystusa do krzyża. Nie mamy czasu dla współmałżonka i dziecka, nie interesujemy się życiem swojej rodziny, odnosimy się do siebie bez należnego szacunku, nie okazujemy sobie wzajemnej życzliwości, nie potrafimy sobie wybaczyć, uchylamy się od prac domowych, niszczymy swoje zdrowie przez nałogi, dajemy zły przykład naszym dzieciom, zaniedbujemy modlitwę, szukamy swoich własnych korzyści. Jakże często wbijamy gwoździe w serce drugiego człowieka, którego przecież kochamy.

XII. Jezus umiera na krzyżu

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Krzyż dla chrześcijan jest znakiem miłości. Bo na nim z miłości do człowieka umarł ten, który jest Miłością. Tyle krzyży spotykamy na co dzień. Stoją przy drogach, wiszą w szkołach i w naszych domach. Ale czy spojrzenie na krzyż wywołuje w tobie jakąkolwiek reakcję? Czy krzyż, który wisi u ciebie w domu pomaga ci w budowaniu relacji małżeńskich i rodzinnych? Nawet

w najlepszym małżeństwie zdarzają się spory i nieporozumienia. Ciężko jest wtedy pierwszemu wyciągnąć rękę do zgody. Jezus przed śmiercią przebaczył wszystkim, mimo że nikt go o to nie prosił. A czy ty patrząc na krzyż potrafisz zdobyć się na gest przebaczenia?

XIII. Jezus z krzyża zdjęty

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Matka tuli do siebie martwe ciało swego syna. Mimo że bardzo cierpi i nie rozumie tego co się wydarzyło, to nie złorzeczy na Boga i nie wpada w rozpacz. Słychać czasem, że rodzice muszą pochować swoje dziecko. Często wtedy obrażają się na Boga, bo przecież gdyby był Miłością, to nie dopuszczałby do takich sytuacji. A przecież to nie tak. Żadnego człowieka nawet męża, żony czy dziecka nie możemy kochać bardziej niż Boga. Żaden człowiek nie może stać się naszym całym światem, bo jeśli tak będzie, to po jego śmierci pogrążymy się w rozpaczy. To trudna prawda, ale sam Jezus uczył nas, że pierwszym przykazaniem jest miłość do Boga, a dopiero potem do bliźniego. Stojąc przy tej stacji uczmy się od Maryi tej właściwej hierarchii miłości.

XIV. Jezus do grobu złożony

V. Kłaniamy Ci się Panie Jezu i błogosławimy Tobie.
R. Żeś przez krzyż Twój święty świat odkupić raczył.

Ziemskie życie Jezusa zakończyło się. Wiemy, że po trzech dniach zmartwychwstał. Jak zapowiedział Jezus, my też zmartwychwstaniemy. I będzie to zmartwychwstanie do życia albo zmartwychwstanie do potępienia. Sakrament małżeństwa jest drogą, na której dwoje ludzi ma wspierać się wzajemnie w dążeniu do świętości. Ktoś kiedyś powiedział, że albo i mąż i żona trafią do nieba, albo żadne z nich tam nie trafi. W małżeństwie mąż i żona powinni uświęcać nie tylko siebie, ale także współmałżonka. Jeśli zaufacie Jezusowi, to On swoją miłością wypełni wasze braki i słabości, a kiedyś, gdy spotkacie się w tym lepszym świecie, to nie będzie już nieporozumień, problemów i różnicy zdań, lecz tylko czysta, wzajemna, bezinteresowna miłość.

ZAKOŃCZENIE

Skończyliśmy rozważanie małżeńskich i rodzicielskich relacji w oparciu o Twoją, Chryste, drogę krzyżową. W czasie tego nabożeństwa wiele razy była mowa o miłości. Prosimy Cię, Jezu, wspomagaj nasze rodziny, aby kwitła w nich miłość, która jest cierpliwa i łaskawa, która nie zazdrości i nie szuka poklasku, która nie unosi się pychą ani gniewem, która nie szuka swego i złego nie pamięta. Prosimy Cię o miłość, która wszystkiemu wierzy, we wszystkim pokłada nadzieje i wszystko przetrzyma. Niech miłość w naszych rodzinach nigdy nie ustanie.

(za *www.diecezja.sosnowiec.pl oraz www.fronda.pl*)

Gorzkie Żale

Gorzkie Żale to tradycyjne polskie nabożeństwo pasyjne. Śpiewa się je przed wystawionym Najświętszym Sakramentem, i towarzyszy im kazanie pasyjne, czyli rozważanie Męki Pańskiej w odniesieniu do codziennego życia. Nabożeństwo to pochodzi z początków XVIII w. i po dziś dzień zachowało oryginalne i staropolskie brzmienie językowe.

W swojej strukturze nabożeństwo Gorzkich Żali opiera się na Liturgii godzin (czyli Brewiarzu), a szczególnie na schemacie ówczesnej modlitwy porannej (Laudes), czyli obecnej Jutrzni. Mamy zatem Pobudkę czy też Zachętę jako wezwanie do modlitwy. Następnie jest Wzbudzenie intencji jako odpowiednik czytania. Każda zaś z trzech części ma po jednym hymnie i po dwie pieśni.

Możecie odtworzyć nagrania z kanału YouTube

Część 1
https://youtu.be/-RaIaSEVMc0

Część 2
https://youtu.be/AMNZELUrBjs

Część 3
https://youtu.be/FcwlFYagTWk