

*Zeszyt Nr 112*

*Marzec 2011 r.*

# **MÓDLMY SIĘ**

**OŚRODEK FORMACJI KATOLICKO SPOŁECZNEJ  
OKRĘGU PODKARPACKIEGO  
35 -064 Rzeszów ul. Targowa 11**

Opracowanie : Jerzy Łobos

***... pragnę zalecić, aby przez cały najbliższy rok wierni odmawiali pacierz katechizmowy... Chodzi bowiem o przypomnienie i stworzenie podstaw wiedzy religijnej, bez której nie ma właściwej formacji ”...***

*/ Z listu Pasterskiego Ks. Arcybiskupa. Michalika /*

W liście pasterskim na adwent 2010 r. w zaleceniach *na nowy rok duszpasterski Ks. Arcybiskup Józef Michalik zaznacza: „ Jako kolejne wskazanie oparte o potrzebę znajomości katechizmowych prawd wiary, pragnę zalecić, aby w każdym kościele naszej archidiecezji, przez cały najbliższy rok wierni odmawiali pacierz katechizmowy”...* Chodzi bowiem o przypomnienie i stworzenie podstaw wiedzy religijnej, bez której nie ma właściwej formacji ”...

Uchwała Rady Oddziału Okręgowego Katolickiego Stowarzyszenia „ Civitas Christiana ” w sprawie Formacji Katolicko Społecznej prowadzonej przez Oddziały na terenie Oddziału Okręgowego nawiązując do listu Pasterskiego Księdza Arcybiskupa Józefa Michalika na rozpoczęcie Adwentu, do fragmentu zawierającego, zalecenia na nowy rok duszpasterski, aby , przez cały najbliższy rok wierni odmawiali pacierz katechizmowy, jakkolwiek zalecenie to dotyczy parafii i Kościoła którego jesteśmy członkami, i będziemy w tym uczestniczyli, to jednak myślę, ten pacierz winniśmy również przenieść do naszej organizacji poszerzając go o fragmenty refleksji dotyczącej poszczególnych prawd wiary, sakramentów czy Dziesięciu Przykazań.

W tym celu Ośrodek Formacji Katolicko Społecznej przypominając o niniejszym apelu Księdza Arcybiskupa oraz podjętej uchwale przez Radę Oddziału Okręgowego wydaje niniejszy Zeszyt Ośrodka jako materiał pomocniczy w realizacji tego zadania.

***Módlmy się ...***

## Jan Paweł II o modlitwie

Kiedy wierni się modlą, zdobywają serce Boga, dla którego nie ma nic niemożliwego.

W zdominowanym przez technikę świecie, któremu grozi zapomnienie o sacrum, w społeczeństwie zadufanym w swoją samowystarczalność świadectwo modlącego się człowieka jest jak promień światła pośród mroków.

(...) pokorna i ufna modlitwa, umocniona przez post, pozwala przejść nawet najtrudniejsze próby i daje odwagę potrzebną, by zło zwyciężyć dobrem.

Wzywam was w szczególności do rozwijania modlitwy osobistej, małżeńskiej i rodzinnej, bez której chrześcijaninowi grozi osłabnięcie (...)

Sposobem na to, by stawić czoło nie tylko doraźnym trudnym sytuacjom, lecz także, dzień po dniu, trudom oraz problemom osobistym i społecznym, jest pełna wiary modlitwa. Kto się modli, nie traci ducha nawet w obliczu największych trudności, ponieważ czuje, że Bóg jest przy nim, i w Jego ojcowskich ramionach znajduje schronienie, pogodę i pokój ducha.

Bardzo ważne jest, aby każdego dnia modlić się indywidualnie i w rodzinie. Niech modlitwa, wspólna modlitwa, będzie codziennym oddechem rodzin, parafii i każdej wspólnoty.

Rodzina ma być świątynią, to znaczy domem modlitwy: modlitwy prostej, serdecznej i przepojonej codziennym trudem.

"Jezu ufam Tobie" - oto prosta modlitwa, której nauczyła nas Siostra Faustyna i którą w każdym momencie naszego życia możemy wypowiadać. Ile razy również i ja, jako robotnik i student, a następnie jako kapłan i biskup, w trudnych okresach dziejów Polski powtarzałem to proste i głębokie wezwanie, doświadczając jego skuteczności i mocy.

Wiemy, że modlitwa nabiera mocy, gdy towarzyszą jej post i jałmużna. Modlitwa prowadzi człowieka do nawrócenia, do chrześcijańskiej pełni człowieczeństwa, do nawrócenia w kierunku rodziny, solidarności i miłości, właściwych tej podstawowej komórce wszystkich relacji istniejących w świecie.

Jedynie dzięki intensywnemu życiu modlitwy świeccy mogą znaleźć natchnienie, energię, odwagę w obliczu trudności i przeszkód, wytrwałość i umiejętność podejmowania inicjatyw i odzyskiwania sił.

Niech ważne miejsce w waszym życiu zajmuje modlitwa, słuchanie słowa Bożego i formacja chrześcijańska. Znajdziecie w nich skuteczne wsparcie, aby stawiać czoło trudnościom życia codziennego i wielkim wyzwaniom dzisiejszego świata.

Życie modlitwy każdego z wiernych, a więc i świeckiego, wymaga uczestnictwa w liturgii, przystępowania do sakramentu pojednania, udziału w celebracji eucharystycznej.

Modlitwa służy ugruntowaniu duchowej spójności rodziny, przyczyniając się do tego, że rodzina staje się silna Bogiem.

Nieodzownym uzupełnieniem modlitwy jest ofiara, tym skuteczniejsza im bardziej wielkoduszna.

Modlitwa jest skuteczną pomocą, dzięki której wzbogacamy naszą wiarę i czynimy ją zdolną do wydawania owoców, posiadającą moc i zdolność do ciągłego udoskonalania naszego życia - osobistego, rodzinnego i społecznego.

### **MODLITWA PAŃSKA**

Ojciec nasz, któryś jest w niebie, święć się Imię Twoje, przyjdź Królestwo Twoje, bądź wola Twoja jako w niebie tak i na ziemi. Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj, i odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy naszym winowajcom, i nie wódz nas na pokuszenie, ale nas zbaw ode złego. Amen.

### **POZDROWIENIE ANIELSKIE**

Zdrowaś Maryjo, łaski pełna, Pan z Tobą, błogosławionaś Ty między niewiastami i błogosławiony owoc żywota Twojego, Jezus. Święta Maryjo, Matko Boża, módl się za nami grzesznymi teraz i w godzinę śmierci naszej. Amen

### **SKŁAD APOSTOLSKI**

Wierzę w Boga, Ojca Wszechmogącego, Stworzyciela nieba i ziemi. I w Jezusa Chrystusa, Syna Jego Jedyne, Pana naszego, który się począł z Ducha Świętego, narodził się z Maryi Panny; umęczon pod Ponckim Piłatem, ukrzyżowan, umarł i pogrzebion; zstąpił do piekieł, trzeciego dnia zmartwychwstał; wstąpił na niebiosa, siedzi po prawicy Boga Ojca wszechmogącego; stamtąd przyjdzie sądzić żywych i umarłych. Wierzę w Ducha Świętego; Święty Kościół powszechny, Świętych Obcowanie; grzechów odpuszczenie; ciała zmartwychwstanie; żywot wieczny. Amen

### **WYZNANIE WIARY**

**/Credo /**

Wierzę w jednego Boga, Ojca wszechmogącego, stworzyciela nieba i ziemi, wszystkich rzeczy widzialnych i niewidzialnych. I w jednego Pana Jezusa Chrystusa, Syna Bożego Jednorodzonego, który z Ojca jest zrodzony przed wszystkimi wiekami. Bóg z Boga, Światłość ze Światłości, Bóg prawdziwy z Boga prawdziwego. Zrodzony a nie stworzony, współistotny Ojcu, a przez Niego wszystko się stało. On to dla nas ludzi i dla naszego zbawienia zstąpił z nieba. I za sprawą Ducha Świętego przyjął ciało z Maryi Dziewicy i stał się człowiekiem. Ukrzyżowany również za nas, pod Poncjuszem Piłatem został umęczony i pogrzebany. I zmartwychwstał dnia trzeciego, jak oznajmia Pismo. I wstąpił do nieba; siedzi po prawicy Ojca. I powtórnie przyjdzie w chwale sądzić żywych i umarłych, a królestwu Jego nie będzie końca. Wierzę w Ducha Świętego, Pana i Ożywiciela, który od Ojca i Syna pochodzi. Który z Ojcem i Synem wspólnie odbiera uwielbienie i chwałę; który mówił przez proroków. Wierzę w jeden, święty, powszechny i apostołski Kościół. Wyznaje jeden chrzest na odpuszczenie grzechów. I oczekuje wskrzeszenia umarłych. I życia wiecznego w przysłym świecie. Amen.

## **ANIOŁ PAŃSKI**

Anioł Pański zwiastował Pannie Maryi  
I poczęła Z Ducha Świętego.  
Zdrowaś Maryjo...  
Oto ja służebnica Pańska,  
Niech mi się stanie według słowa Twego.  
Zdrowaś Maryjo...  
A Słowo Ciałem się stało  
I mieszkało między nami.  
Zdrowaś Maryjo...

Módl się za nami, święta Bożą Rodzicielko, Abyśmy się stali godnymi obietnic Chrystusowych.

Módlmy się: Łaskę Twoją prosimy Cię, Panie, racz wlać w serca nasze, abyśmy my, którzyśmy za zwiastowaniem anielskim wcielenie Chrystusa, Syna Twego, poznali, przez mękę Jego i krzyż do chwały zmartwychwstania byli doprowadzeni. Przez Chrystusa, Pana, naszego. Amen.

## **DEKALOG**

Jam jest Pan Bóg twój!

1. Nie będziesz miał bogów cudzych przede mną.
2. Nie będziesz brał imienia Pana Boga twego nadaremnie.
3. Pamiętaj, abyś dzień święty święcił.
4. Czczij ojca twego i matkę twoją, abyś długo żył i dobrze ci się powodziło na ziemi.
5. Nie zabijaj.
6. Nie cudzołóż.
7. Nie kradnij.
8. Nie mów fałszywego świadectwa przeciw bliźniemu twemu
9. Nie pożądaj żony bliźniego twego
10. Nie pożądaj żadnej rzeczy, która jego jest.

## **PRZYKAZANIA KOŚCIELNE**

1. W niedziele i święta nakazane uczestniczyć we Mszy Świętej i powstrzymać się od prac niekoniecznych.
2. Przynajmniej raz w roku przystąpić do Sakramentu Pokuty.
3. Przynajmniej raz w roku, w okresie wielkanocnym, przyjąć Komunię Świętą.
4. Zachowywać nakazane posty i wstrzeźliwość od pokarmów mięsnych, a w okresach pokuty powstrzymać się od udziału w zabawach.
5. Troszczyć się o potrzeby wspólnoty Kościoła.

### **SZEŚĆ PRAWD WIARY :**

1. Jest jeden Bóg;
2. Bóg jest sędzią sprawiedliwym, który za dobre wynagradza a za złe karze;
3. Są trzy Osoby boskie: Bóg Ojciec, Syn Boży i Duch Święty;
  4. Syn Boży stał się człowiekiem i umarł na krzyżu dla naszego zbawienia;
  5. Dusza Ludzka jest nieśmiertelna
6. Łaska Boska jest do zbawienia koniecznie potrzebna

### **SIEDEM SAKRAMENTÓW ŚWIĘTYCH**

1. Chrzest
2. Bierzmowanie
3. Eucharystia
4. Pokuta
5. Namaszczenie chorych
6. Kapłaństwo
7. Małżeństwo

### **GRZECHY GŁÓWNE**

1. Pycha
2. chciwość
3. nieczystość
4. zazdrość
5. nieumiarkowanie w jedzeniu i picciu
6. gniew
7. lenistwo

### **PIĘĆ WARUNKÓW SAKRAMENTU POKUTY**

1. Rachunek sumienia.
2. Żal za grzechy.
3. Mocne postanowienie poprawy.
4. Spowiedź szczerą.
5. Zadośćuczynienie.

## **CNOTY BOSKIE**

1. Wiara
2. Nadzieja
3. Miłość

## **GŁÓWNE CNOTY MORALNE**

1. Roztropność
2. Sprawiedliwość
3. Wstrzemięźliwość
4. Męstwo

## **DARY DUCHA ŚWIĘTEGO**

1. mądrość;
2. rozum;
3. rada;
4. męstwo;
5. umiejętność
6. pobożność
7. bojaźń Boża

## **PRZYKAZANIA MIŁOŚCI**

1. Będiesz miłował Pana Boga swego z całego serca swego  
i z całej duszy swojej i ze wszystkich sił swoich  
i ze wszystkiej myśli swojej.
2. Będiesz miłował bliźniego swego jak siebie samego

## **NAJWAŻNIEJSZE DOBRE UCZYNKI**

1. Modlitwa
2. Post
3. Jałmużna

## **UCZYNKI MIŁOSIERNE CO DO DUSZY**

1. Grzeszących upominać
2. nieumiejętnych pouczać
3. wąpiącym dobrze radzić
4. strapionych pocieszać
5. krzywdy cierpliwie znosić
6. urazy chętnie darować
7. za żywych i umarłych modlić się

## **UCZYNKI MIŁOSIERNE CO DO CIAŁA**

1. Łaknących nakarmić
2. spragnionych napoić
3. nagich przyodziać
4. podróżnych w dom przyjąć
5. chorych nawiedzać
6. więźniów wspierać
7. umarłych pogrzebać

## **RADY EWANGELICZNE**

1. Dobrowolne ubóstwo
2. dozgonna czystość
3. pełne posłuszeństwo dla miłości Jezusa Chrystusa

## **SPRAWIEDLIWOŚĆ CHRZEŚCIJAŃSKA**

1. Unikaj złego,
2. Czyń dobrze,
3. We wszystkim naśladowaj Chrystusa

## **AKTY WIARY**

Wierzę w Ciebie, Boże żywy, w Trójcy jedyny, prawdziwy.  
Wierzę, coś objawił, Boże, Tve słowo mylić nie może.

## **AKTY NADZIEI**

Ufam Tobie, boś Ty wierny, Wszechmogący i miłosierny.  
Dasz mi grzechów odpuszczenie, Łaskę i wieczne zbawienie.

## **AKTY MIŁOŚCI**

Boże, choć Cię nie pojmuje, jednak nad wszystko miłuje.  
Nad wszystko, co jest stworzone, boś Ty Dobro nieskończone.

## **AKTY ŻALU**

Ach, żałuję za me złości, jedynie dla Twojej miłości.  
Bądź miłości mnie grzesznemu, dla Ciebie odpuszczam bliźniemu. Amen.

## **SIEDEM CNÓT ŁÓWNYCH**

1. Pokora,
2. Szczerłość,
3. Czystość,
4. Życzliwość,
5. Umiarkowanie w jedzeniu i picciu,
6. Łagodność,
7. Pilność w pracy i służbie Bożej

## **OSIEM BŁOGOSŁAWIENSTW**

1. Błogosławieni ubodzy w duchu,  
albowiem do nich należy królestwo niebieskie.
2. Błogosławieni, którzy płaczą,  
albowiem oni będą pocieszeni.
3. Błogosławieni cisi,  
albowiem oni na własność posiadą ziemię.
4. Błogosławieni, którzy łakną i pragną sprawiedliwości,  
albowiem oni będą nasyceni.
5. Błogosławieni miłosierni,  
albowiem oni miłosierdzia dostąpią.
6. Błogosławieni czystego serca,  
albowiem oni Boga oglądać będą.
7. Błogosławieni, którzy wprowadzają pokój,  
albowiem oni synami Bożymi będą nazwani.
8. Błogosławieni, którzy cierpią prześladowanie dla sprawiedliwości, albowiem do nich  
należy królestwo niebieskie.

## **OBOWIĄZKI WOBEC BOGA**

1. Modlić się do Boga,
2. Cześć Bogu oddawać,
3. Świętować niedzielę



## **GRZECHY PRZECIW DUCHOWI ŚWIĘTEMU**

1. W nadziei miłosierdzia Bożego grzeszyć
2. Rozpaczać o swoim zbawieniu
3. Sprzeciwiać się uznanej prawdzie chrześcijańskiej
4. Bliźniemu łaski Bożej zazdrościć
5. Zbawienne napomnienia zuchwale odrzucać
6. Pokutę aż do śmierci odkładać

## **GRZECHY WOŁAJĄCE O POMSTĘ DO NIEBA**

1. Rozmyślne zabójstwo,
2. Grzech sodomski,
3. Uciskanie ubogich, wdów i sierot,
4. Zatrzymanie zapłaty

## **DZTEWIĘĆ GRZECHÓW CUDZYCH**

1. Komuś kazać grzeszyć,
2. Komuś radzić grzeszyć,
3. Komuś pozwalać grzeszyć,
4. Kogoś do grzechu pobudzać,
5. Komuś do grzechu pomagać,
6. W cudzym grzechu uczestniczyć,
7. Na cudzy grzech milczeć,
8. Cudzemu grzechu nie zapobiegać,
9. Cudzy grzech ukrywać.

## **TRZY CNOTY BOSKIE**

1. Wiara.
2. Nadzieja.
3. Miłość

## **OSTATECZNE RZECZY CZŁOWIEKA**

1. Śmierć,
2. Sąd Boży,
3. Niebo albo piekło

## **CZTERY CNOTY KARDYNALNE**

1. Roztropność
2. Sprawiedliwość
3. Umiarkowanie
4. Męstwo

## **O BOWIĄZKI WOBEC SIEBIE I BLIŹNICH**

1. Nie czynić nikomu źle,
2. Być czystym w myślach, słowach i czynach,
3. Nie kraść,
4. Nie mówić źle o innych,
5. Nie pragnąć rzeczy nieczystych,
6. Nie pożądać tego, co do innych należy.

## **O Dekalogu**

W Biblii znajdujemy nakazy i żądania. Zawierają one to, co wierzący nazywają wolą Bożą. Nabardziej znanym ich zbiorem jest „Dziesięć przykazań” (Wj 34, 28). Znajdujemy go w dwu miejscach Starego Testamentu: w Księdze Wyjścia (20, 2-17) oraz w Księdze Powtórzonego Prawa (5, 6-21). Nowy Testament wielokrotnie nawiązuje do nich, np. w Kazaniu na Górze (Mt 5, 21 i 5, 27), w opowiadaniu o bogatym młodzieńcu (Mk 10, 19) i w Liście do Rzymian (13, 9). Jednak nigdzie nie przytacza ich w pełnym brzmieniu.

Przykazania te mają szczególne znaczenie dla Żydów i chrześcijan, którzy uznają je za najważniejsze nakazy Boga. Dlatego od najdawniejszych czasów są one przekazywane w chrześcijańskim przepowiadaniu jako zasady życia wiarą.

Przykazania Boże wyszczególniają podstawowe warunki utrzymania żywej wspólnoty pomiędzy Bogiem i Jego ludem. Zapraszają wierzących do współuczestniczenia w rozpoczętym przez Boga wyzwaniu całej ludzkości po to, aby wszyscy zachowali w sobie obraz Boga i mogli żyć wolni.

Wyliczanie przykazań zaczyna się od tego, że Bóg przedstawia się ludowi jako Ten, który wyzwala. Ponieważ jest Bogiem narodu, którego wyprowadził z Egiptu, nie będzie ten naród - Izrael - czcił innych bogów. Ponieważ Izraelici zawdzięczają Bogu wyzwolenie - nie będą uciskać innych ludzi, będą walczyć o prawa słabych i uciśnionych. Słowa „masz tak postępować” względnie „nie masz tak postępować” znaczą właściwie: nie będziesz tak postępować, ponieważ spotkałeś się z Bogiem, który ci się takim okazał.

## **Dziesięć przykazań Bożych:**

*Ja jestem Pan, twój Bóg, który cię wywiódł z ziemi egipskiej, z domu niewoli.*

- I. *Nie będziesz miał bogów cudzych przede mną.*
- II. *Nie będziesz brał imienia Pana, Boga swego, nadaremnie.*
- III. *Pamiętaj, abyś dzień święty święcił.*
- IV. *Czczij ojca swego i matkę swoją.*
- V. *Nie zabijaj.*
- VI. *Nie cudzołóż.*
- VII. *Nie kradnij.*
- VIII. *Nie mów fałszywego świadectwa przeciw bliźniemu swemu.*
- IX. *Nie pożądaj żony bliźniego swego.*
- X. *Ani żadnej rzeczy, która jego jest.*

**Pierwsze przykazanie** zakazuje czci fałszywych bogów. Dla chrześcijanina oznacza to - wezwanie do niezachwianej wiary w prawdziwie wyzwalającego Boga i oddanie się Jemu. Fałszywymi i zniewalającymi nas bogami naszych czasów są: władza, dążenie do sukcesu i sławy, pieniądź.

**Drugie przykazanie** przestrzega, aby nie powoływać się fałszywie na Pana Boga, aby nie nadużywać imienia Bożego. Nadużycie imienia Bożego polega na tym, że ktoś powołuje się na Niego, by w „Jego imieniu” szkodzić życiu i wolności innych.

**Trzecie przykazanie** napomina ludzi, aby nie zagubili się w wirze pracy, aby w dążeniu do wypełnienia swych codziennych obowiązków nie zapomnieli o Bogu. Każdego siódmego dnia winni brać udział w „odpoczynku Boga” Stwórcy, mieć czas dla Niego i dla siebie, poddać się Jego odradzającemu działaniu.

**Czwarte przykazanie** jest przestrożą: Naród, w którym młode pokolenie nie oddaje rodzicom należnej im czci, nie może trwać w swoim istnieniu.

**Piąte przykazanie** chroni przede wszystkim tych, którzy nie mogą się bronić. Zawiera nie tylko zakaz zabijania, ale również wezwanie do obrony praw wszystkich ludzi i do stworzenia bardziej humanitarnych warunków życia.

**Szóste i dziewiąte przykazania** zmierzają do tego, aby chronić przed zniszczeniem przez egoizm wspólnotę mężczyzny i kobiety, miłość małżeńską, które winny być odbiciem wierności Boga

**Siódme i dziesiąte przykazania** wskazują, że uporządkowane i pewne stosunki własnościowe są bezwzględny warunkiem współżycia ludzi. Bóg pragnie, aby ludzie mogli żyć w wolności. Dlatego dał im „Ziemię Obiecaną” - jakąś własność. W przykazaniach tych nie chodzi tylko o ochronę własności. Kto posiada jakąś własność musi nią sumiennie zarządzać?. Wolno jej używać, ale nie nadużywać. Jest ona nie tylko dla niego samego, ale powinna służyć wszystkim ludziom.

**Ósme przykazanie** każe nam zrozumieć, że wszystko, co opiera się na fałszu i obłudzie, jest tymczasowe – nigdy nie stworzy trwałych wartości. A kłamstwo – potrafi przekreślić wolność i godność człowieka.

## 7 SAKRAMENTÓW

Według Katechizmu Kościoła Katolickiego "Sakramenty są skutecznymi znakami łaski, ustanowionymi przez Chrystusa i powierzonymi Kościołowi . Przez te znaki jest nam udzielane życie Boże. Obrzędy widzialne, w których celebrowane są sakramenty, oznaczają i urzeczywistniają łaski właściwe każdemu sakramentowi.

### Pojęcie Sakramentu

- Sakrament jest to znak widzialny i skuteczny, który z ustanowienia Chrystusa Pana sprawuje łaskę niewidzialną dla naszego uświęcenia. Pan Jezus przez śmierć Swoją na krzyżu wysłużył nam łaskę potrzebną do zbawienia. Otrzymać ją można w dwojaki sposób: albo w nadzwyczajny i bezpośredni (np. jak łotr na krzyżu), albo w zwyczajny przez Sakramenty święte. **Sakramenty święte są więc źródłami łask.**

**Liczba Sakramentów.** Chrystus Pan ustanowił siedem Sakramentów, mianowicie:

Chrzest,  
Bierzmowanie,  
Eucharystia - Sakrament Ołtarza,  
Pokutę, - ( Sakrament pojednania )  
Ostatnie Namaszczenie,- (Namaszczenie Chorych )  
Kapłaństwo  
Małżeństwo.

Ustanowienie siedem Sakramentów przez Jezusa Chrystusa stwierdzają:

Nieprzerwana Tradycja Kościoła od czasów apostoelskich, która znalazła swój wyraz w dziełach Ojców Kościoła i pisarzy kościelnych oraz w symbolicznych rysunkach, jakie spotykamy w katakumbach rzymskich. **Sakramenty święte odpowiadają duchowym potrzebom człowieka.** Przez **Chrzest** otrzymuje nadprzyrodzone życie duszy, **które się potęguje i umacnia w Sakramencie Bierzmowania.** Pokarmem dla duszy jest **Eucharystia - Sakrament Ołtarza.** Na choroby i śmierć duchową znajduje pomoc i lekarstwo skuteczne **w Sakramencie Pokuty.** W chwili śmierci pokrzepieniem i ratunkiem dla człowieka jest Sakrament **Ostatniego Namaszczenia.** **Sakrament Małżeństwa** udziela łaski, wzmacnia i uświęca rozrost i bytowanie rodzaju ludzkiego. Wreszcie **Sakrament Kapłaństwa** jest źródłem tej władzy, której zadaniem jest szerzenie Królestwa Bożego na ziemi.

Znakiem widzialnym Sakramentów Św. są przedmioty, rzeczy podpadające pod zmysły, których używa się przy udzielaniu Sakramentów oraz słowa, które się łączą z tymi czynnościami w jedną symboliczną całość i wyjaśniają ich znaczenie.

Rzeczy, jak np. woda przy Chrzcie św., lub krzyżmo przy Bierzmowaniu, nazywają się - **materią, a słowa - formą Sakramentów.** Te znaki widzialne ułatwiają nam zrozumienie sakramentalnej łaski, gdyż ludzie łatwiej pojmują rzeczy, które podpadają pod zmysły, a nadto upewniają się, że istotnie otrzymujemy łaskę uświęcającą. Kapłan, udzielając Sakramentów świętych, wykonuje pewne ceremonie (tj. obrzędy), które nie należą do istoty

Sakramentów i nie pochodzą z ustanowienia Chrystusa Pana. Ustanowił je Kościół, a to w tym celu, ażeby w duszy przystępującej do Sakramentów świętych wzbudzić odpowiedni nastrój i pobożne uczucie.

Wszystkie Sakramenty stanowią niewyczerpaną krynicę, z której wytryska woda łaski Bożej, obmywająca dusze z wszelkiej zmały grzechowej. Jedne z nich, jak **Chrzest i Pokuta** udzielają łaski uświęcającej, o ile jej dusza nie posiada (np. dzieci przed Chrztem lub grzesznicy, którzy ją utracili). Inne zaś, tj. **Bierzmowanie, Sakrament Ołtarza, Ostatnie Namaszczenie, Kapłaństwo i Małżeństwo** pomnażają łaskę uświęcającą.

**Łaska sakramentalna.** Oprócz tego każdy Sakrament daje jeszcze szczególną łaskę, tak zwaną sakramentalną, aby ci, którzy go przyjęli, mogli osiągnąć te cele, dla których dany Sakrament został ustanowiony.

Trzy Sakramenty święte: Chrzest, Bierzmowanie i Kapłaństwo wyciskają na duszy znak duchowy, czyli **znamię niezatarte**, które nadaje duszy szczególną godność, a nadto wyposaża ją w osobną władzę i łaskę. To znamię pozostaje w duszy na wieki ku jej chwale lub potępieniu. Jest to jakby godło, symbolizujące duchowy urząd, władzę i godność tego, który je nosi. Ten niezniszczalny charakter czyni, iż te trzy Sakramenty można przyjąć tylko raz w życiu.

### **Szafarstwo i ważność Sakramentów św.**

**Właściwy Szafarz Sakramentów.** Ponieważ łaski dostają się ludziom jedynie na mocy zasług Chrystusa, to nikt inny, tylko On jeden mógł określić formy ich rozdzielania i uzależnić przydział od przyjęcia pewnych znaków widzialnych. Kościół przeto nie może ustanowić, ani zmienić Sakramentów, bo to nie leży w obrębie jego uprawnień. Właściwym Szafarzem Sakramentów jest sam Pan Jezus i On udziela nam łask Bożych, ale rozdawnictwo ich powierzył Swemu Kościołowi i jego sługom. "Niech więc uważają nas ludzie za sługi Chrystusa i za szafarzy tajemnic Bożych" (I. Kor. 4, 1), A więc biskupi i kapłani sprawują i rozdają Sakramenty święte jedynie w Imieniu Chrystusa Pana.

**Ważność Sakramentów.** Do ważności Sakramentów nie jest konieczna świętość szafarza, tj. stan łaski uświęcającej, gdyż ich skuteczność zależy wyłącznie od przyjęcia tych widzialnych znaków, jakie ustanowił Jezus Chrystus. Nie mógł Zbawiciel uzależnić ważności Sakramentów od świętości szafarza, bo wówczas nikt by nie miał pewności, czy przyjął Sakrament ważnie i czy jest w stanie łaski. Podobna sytuacja byłaby męczarnią duchową dla człowieka. Św. Augustyn porównywa łaskę z nasieniem, którego siła kiełkowania i wydatność nie zależą od czystych rąk siewcy. Choćby ręce siewcy były brudne, nasienie samo przez się dobre i zdrowe wyda swój owoc.

Żeby Sakrament **ważnie i godnie przyjąć**, konieczna jest przede wszystkim szczerą chęć, zamiar przyjęcia danego Sakramentu, gdyż Kościół nie narzuca nikomu swych dobrodziejstw i ten tylko może być zbawiony, który ma wolę ku temu i w rzeczywistości pragnie uczynić wszystko, co do zbawienia jest konieczne potrzebne.

Tylko dzieci i umysłowo chorzy lub nierozwinięci, a więc niezdolni do wzbudzenia w sobie odpowiednich uczuć i postanowień, mogą bez tej wyraźnej chęci czy zamiaru przystąpić do Sakramentów św. Chrzest, który daje prawo do korzystania ze skarbnicy łask, warunkiem jest niezbędnym do ważnego przyjęcia wszystkich innych Sakramentów. Do godnego przyjęcia Sakramentów potrzebne jest odpowiednie przygotowanie. Podobnie jak ziemia należycie nie uprawiona nie wyda owocu, choć ziarno jest dobre, tak i Sakramenty wtedy udzielają łaski,

gdy dusza jest należycie przysposobiona. Przygotowanie powinno usunąć z duszy przeszkody, które tamują udzielanie łaski, a nadto wywołać w niej odpowiednie uczucia.

Sakramenty dzielą się na Sakramenty żywych i umarłych. Sakramentami umarłych są: Chrzest i Pokuta. Noszą one nazwę „Sakramentów umarłych”, ponieważ przyjmujemy je w stanie grzechu, a więc umarli na duszy, żeby dostąpić łaski uświęcającej. Wszystkie inne Sakramenty nazywają się Sakramentami żywych, gdyż przyjmujemy je w stanie łaski dla jej pomnożenia.

## PRZYKAZANIA KOŚCIELNE

Przez przykazania kościelne należy rozumieć pewne nakazy Kościoła, które określają religijno-moralne zobowiązania chrześcijan (w naszym wypadku — katolików) i mają na uwadze osiągnięcie przez nich życia wiecznego. Katalog przykazań kościelnych (najczęściej obejmuje pięć przykazań) nie jest zbyt stary i sięga późnego średniowiecza. Pierwszy o przykazaniach kościelnych mówił w swoim nauczaniu św. Antonin (Wenecja, 1477). Komentujący przykazania kościelne teologowie uważali, że są one dla nas poważnym zobowiązaniem. Wspomniany św. Antonin, w Polsce, np. bp Henryk Kossowski, podkreślali, że obowiązują nawet pod sankcją grzechu ciężkiego. W dotychczasowej, znanej nam formie, przykazania kościelne, w liczbie pięciu, zostały ustalone przez biskupów polskich w roku 1948. Do problematyki przykazań kościelnych nawiązano w *Katechizmie Kościoła Katolickiego* z 1992 r. (KKK). Czytamy w nim, że przykazania kościelne odnoszą się do życia moralnego, które łączy się z życiem liturgicznym i czerpie z niego swoją moc. W *Katechizmie* znajdujemy pouczenie, że charakter obowiązujący tych przykazań jest potrzebny w tym celu, abyśmy mieli „zagwarantowane minimum ducha modlitwy i wysiłku moralnego we wzrastaniu miłości Boga i bliźniego” (KKK 2041). *Katechizm* zamieszcza pięć przykazań kościelnych i krótko tłumaczy ich znaczenie dla nas. Poza katalogiem przykazań zamieszczono zdanie przypominające o obowiązku wiernych odnoszącym się do troski „o materialne potrzeby Kościoła” (KKK 2042-2043).

Polscy biskupi ustalili w oparciu o naukę *Katechizmu Kościoła Katolickiego* nową wersję przykazań kościelnych dla Kościoła w Polsce. Ks. Kardynał Józef Glemp, Prymas Polski, wysłał 18 VII 2001 r. do Kongregacji Nauki Wiary ustaloną wersję przykazań z prośbą o jej zatwierdzenie. Pozytywna odpowiedź nadeszła od Prefekta tejże Kongregacji, Kardynała Josepha Ratzingera 22 V 2002 r. Kardynał Ratzinger sugerował bardziej sprecyzować wykładnię IV przykazania dotyczącego postów i powstrzymania się od udziału w zabawach w okresach pokuty.

### Przyjrzyjmy się nowej wersji przykazań kościelnych

#### **I. W niedziele i święta nakazane uczestniczyć we Mszy Świętej i powstrzymać się do prac niekoniecznych.**

Przykazanie to domaga się od wiernych udziału w celebracji Eucharystii, na której gromadzi się wspólnota wierzących, aby upamiętnić zmartwychwstanie naszego Pana Jezusa Chrystusa. Kodeks Prawa Kanonicznego wyjaśnia, że nakazowi uczestniczenia we Mszy Świętej czyni zadość ten, kto bierze w niej udział, gdziekolwiek jest ona odprawiana w obrządku katolickim bądź w sam dzień świąteczny, bądź też wieczorem dnia poprzedzającego (KPK, kan. 1248 § 1). Oprócz niedzieli mamy obowiązek uczestniczyć w Eucharystii w następujące uroczystości: Świętej Bożej Rodzicielki Maryi (1 I), Objawienia Pańskiego (6 I), Wniebowstąpienia Pańskiego, Ciała i Krwi Chrystusa (Boże Ciało), św. Piotra i Pawła (29 VI), Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny (15 VIII), Wszystkich

Świątych (1 XI), Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny (8 XII) i Narodzenia Pańskiego (25 XII). Nie wszystkie te dni świąteczne są wolne od pracy lub zajęć szkolnych. Dlatego też jest dyspensa od uczestnictwa we Mszy św. dla tych osób w uroczystość Objawienia Pańskiego, Wniebowstąpienia Pańskiego, św. Piotra i Pawła oraz Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny. Drugim obowiązkiem dnia niedzielnego i świątecznego jest powstrzymanie się od wykonywania takich prac i zajęć, które utrudniają oddawanie czci Bogu, przeżywanie radości właściwej Dniowi Pańskiemu oraz korzystanie z należącego wypoczynku duchowego i fizycznego (KPK kan. 1247).

## **II. Przynajmniej raz w roku przystąpić do sakramentu pokuty.**

W tym przykazaniu chodzi o nasze przygotowanie się do pełnego udziału w Eucharystii przez przyjęcie sakramentu pojednania, czyli przystąpienia do spowiedzi świętej tzw. wielkanocnej, którą możemy odbyć od Środy Popielcowej do uroczystości Trójcy Przenajświętszej włącznie. Obecnie ta uroczystość jest już poza okresem wielkanocnym. Do roku 1970 kończyła oktawę uroczystości Zesłania Ducha Świętego należąca jeszcze do okresu wielkanocnego. U nas w Polsce z tej tradycji w dalszym ciągu jeszcze korzystamy.

## **III. Przynajmniej raz w roku, w okresie wielkanocnym, przyjąć Komunię Świętą.**

Obowiązek ten określono na Soborze Laterańskim IV w roku 1215. Wówczas wierni bardzo rzadko przystępowali do Komunii Świętej, najczęściej raz w roku. Papież Innocenty III, kierujący w/w soborem, chciał utrzymać to minimum i dlatego zobowiązał katolików, aby w okresie Paschy przystąpili do Komunii Świętej. Obowiązuje to nas również obecnie i zadość czynimy temu obowiązkowi w tym czasie, jaki jest przewidziany dla spowiedzi świętej wielkanocnej. Oczywiście jesteśmy zachęceni do częstego przystępowania do Stołu Pańskiego, bowiem pełne uczestnictwo we Mszy Świętej polega na przyjęciu Chrystusa w Eucharystii. Papież Jan Paweł II w odnowionym po Vaticanum II *Kodeksie Prawa Kanonicznego* (1982) pozwolił nawet na dwukrotne przystępowanie do Komunii Świętej każdego dnia. Przy ponownym przyjmowaniu Komunii Świętej zostaliśmy zobowiązani do uczestnictwa w całej Mszy Świętej.

## **IV. Zachowywać nakazane posty i wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych, a w okresach pokuty powstrzymać się od udziału w zabawach.**

W odniesieniu do tego przykazania Episkopat Polski wyjaśnia (12 VI 2002), że wszyscy wierni winni czynić pokutę. W celu wyrażenia tej pokutnej formy pobożności chrześcijańskiej Kościół ustanowił dni i okresy pokuty. W tym czasie każdy wierzący powinien szczególnie praktykować czyny pokutne służące nawróceniu jego serca, co należy do istoty pokuty w naszym Kościele. Powstrzymywanie się od zabaw, jak to podkreśla Kongregacja Nauki Wiary, sprzyja opanowaniu instynktów i wolności serca. Powstrzymanie się od zabaw obowiązuje we wszystkie piątki i w okresie Wielkiego Postu. Czynami pokutnymi są: modlitwa, jałmużna, czyli uczynki pobożności i miłości, umartwienie przez wierniejsze wykonywanie naszych obowiązków, wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych i post (raz jeden wolno nam najeść się do syta — pokarmy postne). Czasem pokuty w kościele są poszczególne piątki roku (z wyjątkiem tych piątków, kiedy w te dni przypadają uroczystości) i okres Wielkiego Postu. Wstrzemięźliwość (pokarmy bezmięsne) obowiązuje wszystkich, którzy ukończyli 14 rok życia we wszystkie piątki (z wyjątkiem uroczystości) i Środę Popielcową. Post natomiast obowiązuje w Środę Popielcową i Wielki Piątek wszystkich między 18. a 60. rokiem życia. W przypadku niemożności zachowania wstrzemięźliwości w piątek (np. zbiorowe żywienie) domaga się od nas podjęcia innych form pokuty (np. pomoc materialna, finansowa na rzecz ubogich).

## V. Troszczyć się o potrzeby Kościoła.

Wyjaśnienie zasadności tego przykazania znajdujemy w *Kodeksie Prawa Kanonicznego* (kan. 222). Nakazuje on wiernym dbać o zabezpieczenie kultu w ich wspólnocie, np. parafialnej (Msza Święta, sakramenty, pozamszalny kult eucharystyczny, np. czterdziestogodzinne nabożeństwo, uroczystości odpustowe), prowadzenie działalności charytatywnej, wychowawczej, misyjnej oraz godziwego utrzymania duszpasterzy.

**Przykazania kościelne zostały ustanowione po to, aby pomóc ludziom zbliżyć się do Boga; osiągnąć życie wieczne. Dzieje się tak od początku istnienia Kościoła.**

Pierwsze zapisy na ten temat znaleziono już w średniowieczu, w pismach św. Antonima, autora summy teologii moralnej, wydanej w Wenecji pod koniec piętnastego wieku. Wylicza on dziesięć przykazań kościelnych Zobowiązują one do:

1. świętowania dni świętych;
2. zachowania postów w dni nakazane przez Kościół, takie jak we wszystkie dni Wielkiego Postu; 3- powstrzymania się od spożywania potraw mięsnych we wszystkie piątki;
3. wysłuchania Mszy św. w niedzielę i święta;
4. spowiadania się przynajmniej raz w roku;
5. przyjmowania Komunii Świętej przynajmniej raz w roku, w dniu Wielkanocy i na czczo;
6. płacenia (Kościółowi) dziesięciny;
7. powstrzymywania się od wszystkich aktów, które są zakazane przez ekskomunikę *latae sententiae*;
8. unikania ekskomunikowanych w czasie spełniania obowiązków religijnych, a także w innych okolicznościach, w tym w rozmowach i przy stole;
9. nie uczestniczenia we mszy św. i kulcie Bożym sprawowanym przez duchownych żyjących w publicznym konkubincie.

W następnych latach ich liczba zmniejszyła się do pięciu. I tak już pozostało do dziś. Problem ustalenia obowiązującej dla polskich katolików wersji przykazań podjęli biskupi i na zebraniu Plenarnym Konferencji Episkopatu Polski zaproponowano następujące ich brzmienie.

**Nowe sformułowanie przykazań kościelnych jest następujące:**

1. W niedzielę i święta nakazane uczestniczyć we Mszy świętej i powstrzymać się od prac niekoniecznych.
2. Przynajmniej raz w roku przystąpić do sakramentu pokuty.
3. Przynajmniej raz w roku, w okresie wielkanocnym przyjąć Komunię Świętą.
4. Zachowywać nakazane posty i wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych, a w okresach pokuty powstrzymać się od udziału w zabawach.
5. Troszczyć się o potrzeby wspólnoty Kościoła.

Powyższe sformułowania przykazań kościelnych zatwierdzone zostały 22 maja 2002 r. przez watykańską Kongregację Nauki Wiary. Nowe przykazania kościelne wydają się łatwe, jednak czasem ich interpretacja wprowadza spore wątpliwości. Przypominam, iż mają one za zadanie zagwarantować wiernym niezbędne minimum ducha modlitwy i wysiłku moralnego we wzrastaniu miłości Boga i bliźniego (KKK 2041). Przykazania kościelne są nam podarowane, aby pomóc kroczyć drogą do Boga, wyznaczają jej kierunek. Nie są zbiorem zarządzeń usiłujących zgromadzić katolików w kościele i przy konfesjonale. Raczej dbają, by w tak szybko przeżywanej rzeczywistości nie zapomnieć o naszym Zbawicielu.



