

Ks. Józef W. Skorodiuk
Siedlce

O pokucie i nawróceniu w wielkopostnej modlitwie brewiarzowej. Studium na podstawie tekstów II tomu Liturgii godzin

1. Pokuta w nauczaniu Jana Pawła II

Pokuta w nauczaniu bł. Jana Pawła II ma potrójne znaczenie. Zasadnicze to nawrócenie (grec. *metanoia*), czyli przyzwolenie na przemianę ducha, która ma skierować człowieka ku Bogu. Przypowieść o zagubionym i odnalezionym synu ukazuje dwie niezbędne do tego postawy: zastanowienie się nad sobą (por. Łk 15,17) i decyzja powrotu do Ojca. Metanoię możemy określić „jako moralny i duchowy rozwój ku lepszemu”¹, radykalną odmianę, a więc wyzbycie się grzechów śmiertelnych i powszednich, autentyczną miłość i służbę Panu i naszym bliźnim oraz doskonalenie tej służby, a także pogłębienie modlitewnej bliskości z Trójcą Świętą².

Drugie znaczenie pokuty, również oparte na przesłankach biblijnych, Autor adhortacji *Reconciliatio et poenitentia* określa słowem „skrucha”. Chrystus powiedział: Jeśli brat twój żałuje, przebacz mu, zawsze mu przebacz (por. Łk 17,3-4). Żal odnoszący się do grzesznej przeszłości człowieka związany jest zarówno z uznaniem zła i w związku z tym ze zmianą dotychczasowego sposobu myślenia, jak i ze zmianą kierunku życia, czyli z powrotem do Boga. Grecki termin *metanoia* oddano w języku łacińskim przez *poenitentia*, czyli żal, ubolewanie

¹ Th. Dubay SJ, *Głębokie nawrócenie, głęboka modlitwa*, Bydgoszcz 2010, s. 17.

² Zob. tamże.

z racji zła, jakie miało miejsce w życiu – co miało oczywiście sens moralny. Ów żal i ubolewanie łączono również z pragnieniem dynamicznej zmiany życia, polegającej na odejściu, a nawet ciągłym odchodzeniu od popełnianego zła i skierowaniu myśli oraz działania ku dobru³. Skrucę, tak jak nawrócenie, rozumiemy nie jako chwilowe powierzchowne uczucie, ale prawdziwą przemianę duszy.

Trzecie znaczenie pokuty zapisane we wspomnianym dokumencie, to praktyka pokutna, czynienie pokuty, do której nawoływał św. Jan Chrzciciel (zob. Mt 3,2; Mk 1,2-6; Łk 3,1-6). Czynienie pokuty przywraca równowagę i harmonię zburzoną przez grzech. Praktyki pokutne niewątpliwie wymagają ofiary, wyrzeczenia i zaparcia się siebie. Współczesnemu człowiekowi przychodzi to niełatwo. Właśnie Wielki Post jest tym okresem, który mobilizuje do odpowiedniej refleksji i przyjęcia orędzia Chrystusa. Autentyczna pokuta chrześcijańska wypływa z miłości do Ukrzyżowanego i prowadzi przez ukrzyżowanie starego człowieka do tego, aby za sprawą Chrystusa mógł się narodzić nowy człowiek. W tym jest naśladowanie Jezusa, który wybrał drogę życia pokutnego⁴.

Chrystus sam pokutował, czterdzieści dni przebywał na pustyni (por. Mk 1,13), zanim rozpoczął publiczną działalność i wzywanie do pokuty. Właśnie na początku tej działalności wołał: „Czas się wypełnił i bliskie jest królestwo Boże. Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię!” (Mk 1,15).

Wezwanie do nawrócenia jest napomnieniem, a równocześnie wielkim darem Bożym. Pan Jezus powiedział: „Beze Mnie nic nie możecie uczynić” (J 15,5b). Usprawiedliwienie człowieka jest dziełem Boga: „Łaską bowiem jesteście zbawieni przez wiarę. A to pochodzi nie od was, lecz jest darem Boga: nie z uczynków, aby się nikt nie chlubił” (Ef 2,8-9). „Ten wysiłek nawrócenia nie jest jedynie dziełem ludzkim. Jest on poruszeniem «skruszonego serca» (Ps 51,19), pociągniętego i dotkniętego łaską, pobudzającą do odpowiedzi na miłosierną miłość Boga, który pierwszy nas umiłował” (KKK 1428). Bóg jednak oczekuje na współdziałanie człowieka, dlatego wzywa do nawrócenia: „Powróć do Mnie, bo cię odkupiłem” (Iz 44,22b). Udział człowieka w procesie duchowego odrodzenia z grzechu polega na świadomym i wolnym współdziałaniu z łaską Bożą, które można określić pokutą osobową. Ma tu zastosowanie polskie znaczenie greckiego słowa *metanoia*, czyli wspomniane wyżej przyzwolenie na przemianę ducha, która ma skierować człowieka ku Bogu⁵.

W pokucie osobowej należy widzieć przede wszystkim element duchowej przemiany człowieka – pokutę wewnętrzną, która tkwi głęboko w sercu

³ Zob. A. Rojewski, *Dlaczego sakramentalne pojednanie*, w: E. Mateja, R. Pierskała (red.), *Wezwani do nawrócenia*, Opole 2009, s. 249.

⁴ Zob. Jan Paweł II, *Reconciliatio et poenitentia*, 26.

⁵ Zob. Z. Perz SJ, *Nawrócenie i pokuta*, w: tenże (red.), *Grzech i nawrócenie a Sakrament Pokuty*, Warszawa 1999, s. 56-57.

człowieka. Dzięki niej zwraca się on do Boga w postawie żalu, postanowienia poprawy oraz zadośćuczynienia. Pokuta wewnętrzna ujawnia się przez konkretne akty skruchy i przez owoce nawrócenia⁶.

Zewnętrznym przejawem i dopełnieniem pokuty osobowej są uczynki pokutne (takie jak modlitwa, post i uczynki miłosierdzia), umartwienie i to wszystko, co określamy pojęciem „asceza chrześcijańska” lub inaczej „pokuta zewnętrzna”.

Wielki Post jest szczególnym okresem w roku liturgicznym, w którym lud Boży mobilizuje się do przemiany wewnętrznej. Rekolekcje, atmosfera wyciszenia, typowe dla tego okresu nabożeństwa, zalecane praktyki pokutne służą procesowi nawrócenia. Ten temat przewija się również w wielkopostnej Liturgii eucharystycznej oraz w charakterystycznych tekstach Liturgii godzin. Nasze refleksje dotyczyć będą tej szczególnej modlitwy Kościoła, która służy uświęceniu każdej godziny dnia. Poprzez analizę poszczególnych elementów tejże Liturgii zechcemy zaakcentować wezwanie do nawrócenia, przejawy skruszonego serca i różne aspekty pokuty chrześcijańskiej.

2. Temat pokuty i nawrócenia w hymnach Wielkiego Postu

Utwory zwane hymnami sięgają starożytności greckiej i rzymskiej. Śpiewano je ku czci bóstw i wielkich bohaterów czy też wspominając ważne wydarzenia historyczne. Pisarze kościelni terminem tym (grec. *hymnos*) oznaczali pieśni religijne⁷. W Liturgii przyjęły się one od IV wieku⁸. Św. Paweł wprowadził do swoich listów ten rodzaj literacki znany w tekstach Liturgii godzin jako pieśń, na przykład pieśń o uniżeniu i wywyższeniu Chrystusa (Flp 2,6-11), pieśń wdzięczności (Rz 8,31-39), pieśń o miłości (1Kor 13,1-13)⁹.

We współczesnej Liturgii godzin w dalszym ciągu występują hymny, poprzez które uwielbiamy Boga. Szczególnie przy śpiewie podnoszą one duszę do pobożnej celebracji. Dlatego umieszczono je na początku każdej godziny. W swojej treści są najbardziej dostosowanym elementem Liturgii godzin do poszczególnych obchodów liturgicznych i do kolejnych godzin¹⁰.

Hymny liturgiczne z Wielkiego Postu mają swoją specyfikę typową dla refleksji związanej z pokutą i nawróceniem.

Nawrócenie, jako odwrócenie się od grzechów, jest niemożliwe bez Bożego miłosierdzia. Dlatego już pierwsze strofy niedzielnego hymnu z Nieszporów na

⁶ Zob. Z. Perz SJ, *Nawrócenie i pokuta*, s. 58.

⁷ Zob. T. Karyłowski, *Hymny kościelne*, Kraków 1932, s. 10, cyt. za: S. Ropiak, *Teologia hymnów polskojęzycznej Liturgii godzin*, t. I: *Okres Bożego Narodzenia*, Olsztyn 2001, s. 5.

⁸ Zob. T. Sinka, *Zarys liturgiki*, Gościkowo-Paradyż 1985, s. 198.

⁹ Zob. J. Janicki, *Sens i rola hymnów*, Ateneum Kapłańskie 1983, z. 1, s. 34.

¹⁰ Zob. S. Ropiak, *Teologia*, s. 7.

ten okres mówią o łzach skruchy i błaganiu o przebaczenie tego, co się stało na skutek ludzkich słabości. Człowiek błaga o uleczenie duszy, której chorobą są własne grzechy. Treść tego hymnu wskazuje na to, że nawrócenie jest owocem pokuty zewnętrznej. Skrucha i wielkopostne umartwienie mają wypełniać ten zbawienny czas – czas szczególnej pracy nad sobą.

Hymn z tej samej wieczornej godziny, przewidziany na dni powszednie, również mówi o tym, co człowiek może dać z siebie (umartwienie, post, skrucha), aby dostąpić usprawiedliwienia z grzechów. Chrystus grzechu nie popełnił, a jako Syn Człowieczy dał nam przykład czterdziestu dni umartwienia. Tekst tego hymnu daje również do zrozumienia, że odrodzenie przychodzi od Boga, który daje łaskę. Odrodzenie ludzkiej duszy dysponuje ją do godnego przeżywania Nocy Paschalnej.

Kolejny hymn wieczorny na dni powszednie Wielkiego Postu porównuje naszą doczesną wędrówkę do ucieczki narodu wybranego z Egiptu, z krainy grzechu i śmierci. Tu widzimy nasz proces nawrócenia, prowadzący do prawdziwej wolności, w której nie będzie lęku przed karą anioła. Ufność w pomoc Bożą doprowadzi nas do prawdziwej niebieskiej ojczyzny. Ostatnia strofa tego hymnu podsumowuje nasze dotychczasowe refleksje:

W tym czasie pokuty, umartwień i postów
Zbliżamy się w skrusze do Nocy Paschalnej
I hymnem wieczornym wielbimy Cię, Ojczy, Ojczy,
W jedności z Synem i Duchem. Amen¹¹.

Niedzielny hymn z Godziny czytań w trzeciej zwrotce nawiązuje do okresu umartwień, szczerzej pokuty, zalecając konkretne jej przejawy:

Ten czas przeżyjmy w skupieniu,
Krótkie niech będą rozmowy,
Skromniejsze nasze posiłki,
Więcej czuwania nad sobą¹².

Następna strofa wyraźnie wzywa do nawrócenia:

Oddalmy zło, które może
Chwiejnych zagarnąć w niewolę.

Wzywa także do czujności, by nie ulec przemocy wroga naszej duszy. Końcowa zwrotka jest uwielbieniem Trójjedynego Boga i prośbą o pomnożenie owoców naszego postu i skruchy.

¹¹ *Liturgia godzin*, t. II, Poznań 1984, s. 36-37. (dalej: LG)

¹² LG, s. 37.

Czas Postu (hymn z Godziny czytań na dni powszednie) jest darem Bożym i szansą na nawrócenie przez stosowanie odpowiednich środków, takich jak post, umartwienie i wyrzeczenia:

Post [jako okres liturgiczny] nakłania do przemiany¹³.

Przemiana serca, powrót do Boga, wzmocni ducha oraz ciało. O ile grzech jest chorobą duszy i ma związek z kondycją fizyczną człowieka (por. KKK 1502 i 1505), o tyle odrodzenie łaską jest uzdrowieniem jednocześnie sfery duchowej i cielesnej.

W kolejnym hymnie na dni powszednie Godziny czytań patrzemy na pokorne i ufne wołanie grzesznych do Boga, którego miłosierdzie przywraca pokój, rozpala miłość i budzi tęsknotę w oczekiwaniu na dzień świętej Paschy. Uwielbienie ostatniej strofy hymnu kończy się prośbą:

A Ty nas prowadź do źródeł zbawienia
Drogą pokuty. Amen¹⁴.

Problem grzechu i przebaczenia pojawia się kolejno w niedzielnym hymnie z Jutrzni (czwarta zwrotka). Człowiek pełen skruchy pada przed Najwyższym Sędzią i błaga o Jego miłosierdzie:

Od zła nas wyzwól dawnego,
A dobro pomnóż swą łaską¹⁵.

Człowiek liczy na to, bo Jezus przebaczył łotrowi.

Przytoczone wersy wskazują, że nawrócenie nie jest tylko sprawą człowieka, tylko jego wysiłkiem. Stąd prośba w drugiej zwrotce hymnu z Jutrzni na dni powszednie:

Nawróć dobrocią grzesznych ludzi,
Znoszonych długo z cierpliwością¹⁶.

Wyzwolenie od zła to przede wszystkim Boża interwencja. Od Niego też zależą owoce naszej pokuty. Ze strony człowieka winna być przede wszystkim szczerza skrucha, o czym czytamy w trzeciej zwrotce hymnu z Jutrzni na dni powszednie:

Pomóż okupić szczerą skruchą
Bezmiernie winy wobec Ciebie¹⁷.

¹³ LG, s. 38.

¹⁴ LG, s. 39.

¹⁵ Tamże.

¹⁶ Tamże.

¹⁷ LG, s. 40.

Człowiek skruszony, ale obciążony winami, sam jest bezradny i szuka pomocy u Boga Ojca, dlatego w pierwszej zwrotce drugiego hymnu z Jutrzni na dni powszednie czytamy:

Przed Tobą, Ojcze, stajemy skruszeni
I obciążeni winami,
A niosąc w sobie bezsilną samotność,
Szukamy Twojej pomocy¹⁸.

Wiemy bowiem, że Bóg nie chce śmierci grzesznika (por. Ez 18,23), dlatego jak mówią następne zwrotki tegoż hymnu, zwracamy się w pokorze do troskliwego Pasterza, od którego pochodzi łaska pokuty.

Teraz zwróćmy uwagę na hymny Modlitwy w ciągu dnia. W modlitwie przedpołudniowej zaakcentowana jest męka Chrystusa na krzyżu. Dobry Pasterz podjął to cierpienie, aby zagubionych przyprowadzić do Ojca, aby zbawionych zachować od grzechu.

Modlitwa południowa (pierwsza zwrotka) to prośba, aby Bóg, który daje łaskę pokuty, dał również pragnienie świętości (sprawiedliwości):

Niech da chwalącym Go pieśnią
Pragnienie sprawiedliwości¹⁹.

A w następnej zwrotce:
By grzech odrazę w nich budził,

A cnota ich pociągała²⁰.

Podobnie w modlitwie popołudniowej (trzecia zwrotka):

Niech groza grzechu przeminie,
A dusze blaskiem jaśnieją²¹.

Hymny Wielkiego Tygodnia koncentrują naszą uwagę na Chrystusie ukrzyżowanym, na Jego męce i przelaniu Krwi dla naszego zbawienia. Syn Boży posłuszny woli Ojca podjął taką formę zbawczej ofiary. W drugiej strofie hymnu z Nieszporów czytamy:

Oczyścił z winy grzeszników
Strumieniem krwi oraz wody²².

¹⁸ LG, s. 40.

¹⁹ LG, s. 41.

²⁰ Tamże.

²¹ LG, s. 42.

²² LG, s. 317.

Krzyż stał się ołtarzem ofiary, źródłem łask niezbędnych dla duchowej przemiany człowieka. Na to wskazuje fragment czwartej strofy hymnu Modlitwy w ciągu dnia z Niedzieli Palmowej:

Niech Pan darami swej łaski
Ze złej nas drogi zawróci²³.

3. Aspekt pokuty i nawrócenia w psalmodii

Po hymnach następują antyfony i psalmy poszczególnych godzin liturgicznych. Psalmy, ze względu na przekonanie o ich świętości wynikającej z Bożego natchnienia, przez wieki były uznawane za najbardziej odpowiednie formuły modlitwy. Były dla wiernych pomocą w nawiązywaniu relacji z Bogiem. Z tej racji Psalterz jest najcenniejszą księgą modlitw Kościoła²⁴. W psalmach człowiek odnajduje różnorodne stany swej duszy: radość, uwielbienie, zachwyt, dziękczynienie i skrucę serca. Zbliżając się do Boga, coraz bardziej dostrzegamy naszą ułomność i grzech. Wówczas pragniemy naprawić zło i zacząć nowe życie.

Pokutę i nawrócenie prezentują przede wszystkim psalmy pokutne, których tradycja wymienia siedem: 6, 32, 38, 51, 102, 130 i 143²⁵. Spośród nich zwrócimy uwagę na dwa reprezentatywne: 6 i 51.

Szósty psalm²⁶ jest lamentacją jednostki, która wyraża swoją skargę, prośbę i ufność²⁷. Psalmista nie wyznaje swoich grzechów, doznaje jednak niemocy zarówno w sferze cielesnej, jak i duchowej. W tej dramatycznej sytuacji usilnie zwraca się do Boga:

Jak długo jeszcze będziesz zwlekał, Panie?
Powróć, o Panie, ocal moją duszę,
wybaw mnie przez Twe miłosierdzie²⁸.

Jego zatrwożenie wzrasta na skutek oddziaływania nieprzyjaciół. Do tego nawiązuje również w psalmie 102:

Co dzień mnie znieważają wrogowie,
srożąc się przeklinają mnie moim własnym imieniem²⁹.

²³ LG, s. 328.

²⁴ Zob. S. Łach, *Księga Psalmów*, Poznań 1990, s. 6.

²⁵ Zob. tamże, s.118.

²⁶ LG, s. 858.

²⁷ Zob. L.A. Shokel, *I Salmi*, Roma 1992, s. 218, cyt. za: A.S. Jasiński OFM, *Wezwani do nawrócenia*, Opole 2009, s. 205.

²⁸ Tłumaczenie psalmów według *Liturgii godzin*, t. II, Poznań 1984.

²⁹ LG, s. 1147.

W pewnym sensie sytuacja psalmisty przypomina sytuację Hioba – męża cierpienia, którego jednak nie obciążały ciężkie występki³⁰. Psalmista nie mówi o swojej sprawiedliwości. Prawdopodobnie uświadamia sobie grzechy, w których widzi przyczynę zaistniałych cierpień. O nich mówi w innym psalmie (38):

Bo winy moje przerosły moją głowę
i przygniatają mnie ciężkim brzemieniem³¹.

Jego wypowiedź świadczy o tym, że może liczyć tylko na Boga, którego szczególna interwencja przyniesie oczekiwane uzdrowienie i wewnętrzny pokój. Do Najwyższego więc kieruje lamentację w słowach pełnych ufności (Ps 6):

Pan usłyszał głos mojego płaczu.
Pan usłyszał me błaganie,
Pan przyjął moją modlitwę³².

Możemy to odczytać w następujący sposób (Ps 32):

Ty jesteś moją ucieczką, wyrwiesz mnie z ucisku
i dasz mi radość mego ocalenia³³.

W psalmie 51 psalmista pełen skruchy na początku błaga Boga o miłosierdzie, gdyż widzi w sobie wielką nieprawość, którą uświadamia sobie każdego dnia. To błaganie powtarza król Dawid:

Odwróć swe oblicze od moich grzechów
i zmaż wszystkie moje przewinienia³⁴.

Nieprawość dotknęła bezpośrednio samego Pana. To nie daje grzesznikowi spokoju, ponieważ uczynił to, co jest złe przed Najdoskonalszym. Pokutnik zdaje sprawę, że zło idzie za nim od samego początku, od poczęcia w łonie matki. Ufa jednak, że Ojciec niebieski może go oczyścić, a wtedy nad śnieg wybieleje, że może przywrócić mu pierwotną niewinność, serce czyste, a tym samym obdarzyć radością i pokojem.

Stwórz, Boże, we mnie serce czyste
i odnów we mnie moc ducha.
(...) i wzmocnij mnie duchem ofiarnym (Ps 51).

Grzesznik pragnie wewnętrznej przemiany, ale nie ufa sobie, dlatego prosi, aby Bóg tego dokonał. Nawracający się przyrzeka, że będzie innych prowadził ku Bogu, aby grzesznicy nawracali się ku Niemu. Źródło łaski przebaczenia i darowania kary widzi w przelanej Krwi. Dzięki zbawczej ofierze otrzymujemy

³⁰ Zob. G. Ravasi, *Il Libro dei Salmi. Commento e Attualizzazione I*, Bologna 1999, s. 149.

³¹ LG, s. 363.

³² LG, s. 859.

³³ LG, s. 906.

³⁴ LG, s. 368, także s. 912, 1007, 1098 i 1186.

z nieba każdy dar, także czyste serce, czyste wargi – aby Bogu oddawać chwałę. Najlepszym darem ze strony człowieka jest skruszone serce, inne mogą być nie przyjęte. Dawid prosi o łaskę nie tylko dla siebie, ale także dla całego narodu wybranego, którego symbolem jest góra Syjon i święte miasto Jeruzalem.

4. Pokuta i nawrócenie w czytaniach Godziny czytań

Przed czytaniem odmawiamy werset, który przeprowadza nas od modlitwy psalmami do słuchania słowa Bożego³⁵, nauki Kościoła, dzieł ojców i innych przedstawicieli literatury chrześcijańskiej.

Na początku Wielkiego Postu, w Środę Popielcową, brzmi on:

Nawracajcie się i czyńcie pokutę.

Uczyńcie sobie nowe serce i nowego ducha³⁶.

Nawrócenie ma swój związek z przejawami naszej osobistej pokuty. Poprzez praktyki religijne i ćwiczenia ascetyczne w okresie Wielkiego Postu wzmacnia się proces naszego nawrócenia, dzięki któremu mamy mieć nowe serce i nowego ducha, a tym samym stawać się nowym człowiekiem. Potwierdzeniem jest myśl wybranego fragmentu (pierwsze czytanie w Środę Popielcową) z prorocstwa Iza-jasza: 58,1-12³⁷. Natchniony autor zaczyna od uświadomienia ludowi wybranemu jego grzechów i formalnych praktyk (zwieszanie głowy jak sitowie, użycie woru z popiołem za posłanie), spełnianych bez duchowego podłoża. Post winien być związany z przemianą człowieka: ma rozerwać kajdany zła, rozwiązać więzy niewoli, pokutnik ma dzielić swój chleb z głodnym. Osobista przemiana ujawni się w zachowaniu najważniejszego przykazania.

W drugim czytaniu tegoż dnia św. Klemens I, papież, w liście skierowanym do Koryntian podkreśla, że Krew Chrystusa wylana dla naszego zbawienia przyniosła całemu światu łaskę skruchy³⁸. Następnie, powołując się na Noego, oświadcza, że Pan w każdym pokoleniu dawał sposobność do pokuty tym, którzy pragnęli nawrócenia. Pan pragnie, byśmy porzucili próżne uczynki, zwady i zawiści, a mieli pokornego ducha, byśmy byli posłuszni Jego woli, wyrzekając się pychy, zapamiętania i gniewu. Pamiętać trzeba o tym, co Pan Jezus mówił o sprawiedliwości i wyrozumiałości wobec innych (zob. Łk 6,36-38). Mamy chlubić się w Panu, a nie w swojej mądrości, sile czy bogactwie.

Następnego dnia po Popielcu św. Leon Wielki mówi o oczyszczeniu duszy przez post i uczynki miłosierdzia. To wewnętrzne oczyszczenie potrzebne jest każdemu, kto godnie pragnie przeżywać uroczystości paschalne. Okres

³⁵ Zob. LG, s. 822.

³⁶ LG, s. 43; także s. 92, 141, 190, 241 i 291; por. s. 106, 128, 155, 177, 205, 226, 256, 278 i 304.

³⁷ LG, s. 43-44.

³⁸ Zob. LG, s. 44.

przygotowania do uroczystości Zmartwychwstania Pańskiego szczególnie zobowiązuje nas, byśmy byli autentycznymi chrześcijanami³⁹, by każdy stał się nowym człowiekiem. Dlatego post to nie tylko ograniczenie w pokarmach, ale przede wszystkim walka z występkami.

W pierwszą niedzielę Wielkiego Postu św. Augustyn w swoim komentarzu do Ps 61 mówi o kuszeniu i zwycięstwie Chrystusa⁴⁰. Nie można wyobrazić sobie życia na ziemi bez pokus. One są i mogą przyczynić się do postępu i wzrostu duchowego. Wielki Post, na wzór Chrystusowego postu na pustkowiu, może być związany z kuszeniem. Zwycięstwo nad pokusą zakłada wyrzeczenie i hartuje człowieka, czyni go mocnym i niewątpliwie prowadzi do przemiany wewnętrznej, a tym samym zbliża do Boga.

W czwartek, po wspomnianej niedzieli, czytamy na interesujący nas temat w homilii św. Asteriusza następujące zdanie: „[Chrystus], który miał przyjść do ludzi jako człowiek, najpierw posłał Jana, herolda pokuty i przewodnika, a jeszcze przed Janem wszystkich proroków, którzy nawoływali ludzi do opamiętania i do powrotu na właściwą drogę, aby mogli osiągnąć godne owoce nawrócenia”⁴¹.

Św. Maksym Wyznawca, opat, w swoim 11. liście (środa czwartego tygodnia Wielkiego Postu) podkreśla, że „nie ma nic tak drogiego Panu i odpowiadającego miłości jak to, że ludzie nawracają się do Niego powodowani prawdziwą pokutą”⁴². W dalszej części listu przypomina słowa Chrystusa: Nie przyszedłem wzywać do pokuty sprawiedliwych, ale grzeszników (por. Łk 5,32). Miłość do tych ostatnich wyraża się w przypowieści o zagubionej owcy. Dobry Pasterz cieszy się z odnalezionej, bo i w niebie radość powstaje z jednego grzesznika, który się nawraca.

5. Wezwanie do pokuty i nawrócenia w czytaniach krótkich

Kolejne godziny liturgiczne, po psalmach, mają czytania krótkie. Bóg przemawia do nas nawet przez krótkie fragmenty natchnionego Słowa, daje w nich swoje przesłanie, objawia swoją wolę. Krótkie czytania większości godzin to teksty wyjątkowo skondensowane, a „ich odczytanie odciska za każdym razem w naszej duszy pewną świętą myśl”⁴³. W tekstach na Wielki Post mają one specyficzną treść.

³⁹ Zob. LG, s. 52.

⁴⁰ Zob. LG, s. 74.

⁴¹ LG, s. 101.

⁴² LG, s. 243.

⁴³ F.M. Arocena Solano, *Modlić się Liturgią godzin*, Kraków 2001, s. 31.

Temat pokuty i nawrócenia w czytaniach tego okresu rozważymy przez krótki komentarz i prezentację odpowiednich tekstów, poczynając od Środy Popielcowej do wtorku pierwszego tygodnia Wielkiego Postu. Nasze refleksje z omawianego tygodnia będą aktualne dla czterech tygodni tegoż okresu, ponieważ czytania krótkie powtarzają się cyklicznie w odpowiednich godzinach tych samych dni każdego z tych tygodni. Natomiast w piątym tygodniu i w Wielkim Tygodniu interesujący nas temat wyraźnie nie występuje.

Szczególne wezwanie do nawrócenia występuje w czytaniu z godziny przedpołudniowej ze Środy Popielcowej. Jest to fragment z księgi proroka Ezechiela (18,30b-32). Natchniony autor każe odstąpić od grzechów, odrzucić je i utworzyć sobie nowe serce i nowego ducha. Związany z tym czytaniem werset jest prośbą, aby Bóg to sprawił. Autentyczne nawrócenie jest początkiem prawdziwego życia⁴⁴. Modlitwa południowa tego dnia jest apelem proroka Zachariasza o podobnej treści (zob. Za 1,3b-4b).

W czwartek po Popielcu godzina przedpołudniowa podejmuje ten sam temat w czytaniu z proroka Izajasza: Niechaj bezbożny porzuci swą drogę i człowiek nieprawdy swoje knowania; niech się nawróci do Pana (por. Iz 55,7)⁴⁵. W Modlitwie południowej tego dnia autor Pwt (30, 2-3a) stwierdza, że powrót do Boga spowoduje powrót z wygnania⁴⁶. Św. Jakub w Nieszporach mówi o nawróceniu w słowach: Oczyszćcie ręce, grzesznicy, uświęćcie serca; przystąpcie bliżej do Boga, to i On zbliży się do was (por. Jk 4,8)⁴⁷.

Prorok Jeremiasz podejmuje tę samą myśl w Modlitwie południowej z piątku tegoż tygodnia, między innymi w słowach: Nawróćcie się do Mnie, wróćcie, synowie wiarołomni (por. Jr 3,12.14a)⁴⁸. Św. Jakub w Nieszporach tego dnia stwierdza, że nawracający bliźniego wybawia jego duszę od śmierci i zakrywa liczne własne grzechy (zob. Jk 5,19-20)⁴⁹.

Obmyjcie się, bądźcie czyści, usuńcie zło waszych uczynków sprzed moich oczu, przestańcie czynić zło, zaprawiajcie się w dobrym – woła prorok Izajasz w Jutrzni z soboty po Popielcu (por. Iz 1,16-17a)⁵⁰. Radykalna przemiana ujawni się w pełnieniu uczynków miłości bliźniego. Bóg czeka na to, jest przebogaty w swoim miłosierdziu a widząc zdecydowane oznaki nawrócenia, gotów jest przebaczyć każdy grzech. Podobną myśl widzimy w czytaniu Modlitwy południowej.

⁴⁴ Zob. LG, s. 48, także s. 97, 146, 195 i 246.

⁴⁵ LG, s. 54, także s. 104, 153, 202 i 253.

⁴⁶ Zob. LG, s. 55, także s. 104-105, 153, 203 i 254.

⁴⁷ LG, s. 55, także s. 105, 154, 203 i 254.

⁴⁸ LG, s. 61, także s. 111, 160, 209 i 261.

⁴⁹ Zob. LG, s. 62, także s. 111, 161, 210 i 261.

⁵⁰ LG, s. 67, także s. 116, 165, 214 i 266.

W Modlitwie przedpołudniowej autor Apokalipsy zachęca do otwartego serca dla Boga, do nawrócenia i gorliwości (zob. Ap 3,19-20)⁵¹.

Prorok Izajasz w Modlitwie południowej z pierwszej niedzieli Wielkiego Postu stwierdza, że nawrócenie jest niezbędne dla naszego zbawienia (ocalenia) (zob. Iz 30,15)⁵².

Prorok Joel w Jutrzni z wtorku pierwszego tygodnia Wielkiego Postu woła: Nawróćcie się do Mnie całym swym sercem przez post i płacz, i lament; rozdzierajcie jednak wasze serca, a nie szaty (por. Jl 2,12)⁵³. Chodzi więc przede wszystkim o prawdziwe poruszenie i przemianę wewnętrzną.

6. Pokuta i nawrócenie w prośbach

Liturgia godzin jest nieustanną modlitwą uwielbienia Boga za dzieło stworzenia i odkupienia dokonane przez Chrystusa⁵⁴. Ale wyraża też „życzenia i pragnienia wszystkich wiernych”⁵⁵. W Jutrzni i Nieszporach po powtórzonej antyfonie przy pieśniach Zachariasza i Maryi następują właśnie prośby. Historia wskazuje, że „w codziennej modlitwie Izraelitów znane było przejście od modlitwy uwielbienia i dziękczynienia do modlitwy błagalnej”⁵⁶. Taką praktykę przyjęli również chrześcijanie pierwszych wieków. Błagania wstawieniowe włączono wówczas do modlitw porannych i wieczornych. Dlatego znalazły się one w naszej Jutrzni i Nieszporach⁵⁷. Prośby znajdujące się po kantykach Zachariasza i Maryi dostosowane są do głównego tematu dnia czy okresu liturgicznego. Stąd też tak typowy dla Wielkiego Postu temat pokuty i nawrócenia znalazł się również w prośbach, obok innych wspomnianych elementów Liturgii godzin.

Nie ma nawrócenia bez oczyszczenia serca. O to prosimy na początku Wielkiego Postu w Jutrzni ze Środy Popielcowej (wprowadzenie do wezwań). Ostatnia prośba sugeruje czynną pokutę zewnętrzną: umartwienie ciała, które daje udział w śmierci Chrystusa⁵⁸. Konkluzją tych próśb jest modlitwa końcowa, wzywająca do wyrzeczeń, które umacniają w walce ze złym duchem.

Prośba z Jutrzni piątku po Popielcu, powołując się na łotra wiszącego obok Chrystusa, podkreśla, że Bóg przebacza pokutującemu. Ta prośba, obok innych

⁵¹ Zob. LG, s. 68, także s. 118, 166, 216 i 268.

⁵² Zob. LG, s. 77, także s. 125, 175 i 224.

⁵³ LG, s. 89, także s. 138, 187 i 237-238.

⁵⁴ Zob. *Institutio Generalis Liturgiae Horarum*, nr 15. [dalej: IGLH] Por. Cz. Krakowiak, *Modlitwy wstawieniowe i oracje*, „Ateneum Kapłańskie” T. 101, z. 1 (1983), s. 77.

⁵⁵ IGLH, nr 17.

⁵⁶ Cz. Krakowiak, *Modlitwy...*, s. 77.

⁵⁷ Zob. J. Skorodiuk, *Liturgia godzin modlitwą dziękczynną*, w: J. Misiurek, J.M. Popławski, K. Burski (red.), *Homo orans*, t. VI, Lublin 2005, s. 45.

⁵⁸ Zob. LG, s. 47, także s. 145 i 246.

weszań, powtarza się kilkakrotnie w omawianym okresie liturgicznym⁵⁹. Modlitwa tego dnia mówi o zewnętrznych wyrzeczeniach, którym powinna towarzyszyć prawdziwa odnowa ducha. Przy Nieszporach tego piątku jest prośba, abyśmy przez pokutę coraz ściślej jednoczyli się z męką Odkupiciela⁶⁰. Pokuta zewnętrzna ma sens o tyle, o ile tak jest rozumiana.

6.1. Pierwszy tydzień Wielkiego Postu

W pierwszych Nieszporach niedzieli mamy prośbę, aby grzesznicy nawrócili się przez wiarę i pokutę⁶¹. Natomiast w Jutrzni z tej niedzieli znajdujemy prośbę o pomoc Bożą, abyśmy postępowali w nowości życia⁶². Prośby z drugich Nieszporów zwracają naszą uwagę na odrodzenie do nieskazitelnego życia oraz nawrócenie grzeszników na wzór mieszkańców Niniwy⁶³.

Modlitwa z poniedziałku jest prośbą o łaskę nawrócenia, aby okres pokuty odnowił nasze życie⁶⁴.

Modlitwa z kolejnego dnia zwraca uwagę na umartwienie ciała, które jest środkiem do oczyszczenia duszy. Opanowanie ciała przez wstrzemięźliwość prowadzi do odnowy ducha. To myśl przewodnia modlitwy ze środy. Modlitwa z piątku zawiera podobną treść. Nieszpory tego dnia zawierają prośbę o Bożą pomoc wiernym w pokutnych czynach umartwienia, o podtrzymanie w walce ze złem⁶⁵.

W czwartek natomiast, w Jutrzni, prosimy Chrystusa, aby uleczył naszą naturę upadłą wskutek grzechu Adama⁶⁶ oraz o łaskę, aby szczerze nawrócenie pogłębiało naszą przyjaźń z Nim⁶⁷.

6.2. Drugi tydzień Wielkiego Postu

W pierwszych Nieszporach niedzieli prosimy Boga, abyśmy mogli zwlec z siebie starego człowieka i stali się nowym człowiekiem na wzór Chrystusa, abyśmy przez pokutę dostąpili odpuszczenia grzechów⁶⁸.

⁵⁹ Zob. LG, s. 61, także s. 159, 260, 336, 342, 350 i 356.

⁶⁰ Zob. LG, s. 63, także s. 161, 262, 331, 338, 345, 352 i 359.

⁶¹ Zob. LG, s. 71, także s. 169 i 270.

⁶² Zob. LG, s. 76, także s. 174, 275 i 392.

⁶³ Zob. LG, s. 78, także s. 177 i 278.

⁶⁴ Zob. LG, s. 83.

⁶⁵ Zob. LG, s. 112, także s. 210 i 310.

⁶⁶ Zob. LG, s. 103, także s. 202 i 300.

⁶⁷ Zob. LG, s. 104, także s. 202 i 301.

⁶⁸ Zob. LG, s. 120, także 218.

6.3. Trzeci tydzień Wielkiego Postu

W prośbach niedzielnej Jutrznii powtarza się charakterystyczna aklamacja: Stwórz w nas, o Panie, nowego ducha⁶⁹. Podobnie należy rozumieć aklamację z prośb Jutrznii soboty piątego tygodnia: Niech Twoja łaska odnowi nas, Panie⁷⁰. Nowość życia jest przede wszystkim dziełem Bożego miłosierdzia, Bożej łaski. Dlatego w najbliższy piątek podczas Jutrznii prosimy: Przemień naszą oporną wolę⁷¹. Natomiast w Jutrznii z poniedziałku drugiego tygodnia i analogicznie czwartego tygodnia omawianego okresu, wołamy: Udziel nam ducha modlitwy i pokuty⁷². Paralelny tekst łatwo zauważyć w prośbach z Nieszporów wtorku tego (czwartego) tygodnia: Porusz sumienia tych, którzy odeszli od Ciebie z powodu grzechów i zgorzeń; niechaj wrócą do Ciebie⁷³. Nieszpory z poniedziałku wskazują na to, że odnowienie i oczyszczenie Kościoła dokonuje się permanentnie przez pokutę⁷⁴.

6.4. Czwarty tydzień Wielkiego Postu

Wtorek tego tygodnia ma charakterystyczną modlitwę dnia: Miłosierny Boże, niech okres pokuty i modlitwy przygotuje serca Twoich wiernych, aby mogli godnie przeżyć misterium paschalne i przekazać światu radosną nowinę o zbawieniu⁷⁵.

Modlitwa dnia z czwartku wyraźnie wskazuje, że z jednej strony konieczna jest pokuta osobowa, a z drugiej – Boża łaska⁷⁶. Nawet przyjęcie z radością łaski odnowy nie jest tylko dziełem ludzkim. Do tego także potrzebujemy Bożego wsparcia, o które prosimy w modlitwie następnego dnia.

6.5. Piąty tydzień Wielkiego Postu

Charakterystyczna dla naszych refleksji jest modlitwa z poniedziałku, a szczególnie jej fragment: Boże, spraw, abyśmy porzuciwszy złe przyzwyczajenia, rozpoczęli nowe życie i w ten sposób przygotowali się do udziału w chwale niebieskiej⁷⁷.

Interesujący w naszym temacie jest również fragment modlitwy z czwartku: Wszechmogący Boże, spraw, aby wierni oczyszczeni ze zmały grzechów trwali w świętym życiu i otrzymali obiecane dziedzictwo⁷⁸.

⁶⁹ LG, s. 174.

⁷⁰ LG, s. 314.

⁷¹ LG, s. 209, także 308.

⁷² LG, s. 132, także 231.

⁷³ LG, s. 240.

⁷⁴ Zob. LG, s. 183, także 284.

⁷⁵ LG, s. 238.

⁷⁶ Zob. LG, s. 253.

⁷⁷ LG, s. 282.

⁷⁸ LG, s. 301.

6.6. Niedziela Palmowa

Godna uwagi jest prośba w pierwszych Nieszporach: Nawróć nas, a nawrócimy się do Ciebie, nasz Boże⁷⁹. Wskazuje ona, że pierwszy impuls w nawróceniu przychodzi od najlepszego Ojca. Potwierdzeniem tego jest jedna z kolejnych prośb z tej godziny: Chryste, spraw mocą swej męki, aby wierni żyli w duchu umartwienia, a przez to przygotowali się do uroczystości Twego zmartwychwstania⁸⁰, oraz fragment modlitwy z Wielkiego Poniedziałku: Wszechmogący Boże, z powodu własnej słabości upadamy w grzechy, daj nam nowe życie⁸¹.

Pokutę i nawrócenie w specyficzny sposób wyrażają wreszcie prośby z Jutrznii Wielkiej Soboty, kiedy to czuwamy przy grobie Zbawiciela: Chryste, spraw, abyśmy umierali dla grzechu, a żyli dla Boga; aby wszyscy, którzy leżą w grobie grzechów, usłyszeli Twój głos i powstali do życia⁸².

7. Zakończenie

Metanoia, jako wewnętrzna przemiana, z jednej strony jest dziełem Bożej łaski, a z drugiej – owocem współdziałania człowieka z tym szczególnym darem. W języku polskim określamy to słowem *pokuta* albo inaczej *nawrócenie*. Ludzki wkład niezbędny w tym procesie to: modlitwa, post, jałmużna, wyrzeczenie się grzechu i dodatkowe czyny pokutne. Nawrócenie ze strony człowieka można rozumieć jako owoc jego pokuty osobistej.

Wielki Post jest sprzyjającym okresem do podejmowania takiej refleksji i do mobilizacji, aby naśladować Chrystusa, który dał nam przykład szczególnej pokuty osobistej. Liturgia Kościoła podejmuje ten temat zarówno przy sprawowaniu Eucharystii, jak i w modlitwie brewiarzowej.

Przedmiotem naszego zainteresowania były teksty Liturgii godzin. Poszczególne jej elementy zaprezentowano w powyższym opracowaniu. Mogliśmy się przekonać, że temat pokuty i nawrócenia wyraźnie występuje w hymnach, psalmach, czytaniach, zarówno w tych dłuższych z Godziny czytań jak i w czytaniach krótkich innych godzin oraz w prośbach z Jutrznii i Nieszporów. Wnikliwa lektura tych tekstów i pogłębiona refleksja nad nimi, szczególnie w odpowiednim okresie liturgicznym, może skutecznie przyczynić się do naszej właściwej formacji w życiu duchowym.

⁷⁹ LG, s. 323.

⁸⁰ Tamże.

⁸¹ LG, s. 336.

⁸² LG, s. 392.

Summary

Metanoia is the inner transformation of the work of God's grace from one side, and on the other, the result of human interaction with this particular gift. In Polish define the word repentance or conversion otherwise. Human necessary contribution in this process-is: prayer, fasting, almsgiving, renunciation of sin, additional acts of penance. Conversion by man can be understood as the result of personal repentance.

Lent is a favorable period for making such a reflection and mobilization to follow Christ, who gave us example of such a special personal penance. The liturgy of the Church takes this issue both in the celebration of the Eucharist and Prayer of Breviary.

The subject of our interest were texts of Liturgy of the Hours. Individual elements are presented in this study. We have seen that the subject of repentance and conversion is clearly in breviary hymns, psalmody, readings, both with the Long Hours of readings and short another readings of Hours, and Requests of Lauds and Vespers. Close reading of these texts and in-depth reflection on them, can effectively contribute to our right formation in spiritual life.