

POZASAKRAMENTALNE FORMY ODPUSZCZENIA GRZECHÓW

EXTRA – SACRAMENTAL FORMS OF REMISSION OF SINS

Abstract

This article is devoted to non-sacramental forms of remission of sins. In addition to the sacraments that have been established by Christ, there are other forms of reconciliation with God and purification of sins. They can be divided into two groups: liturgical and not directly connected with the liturgy. The first group includes all the elements of the liturgical celebrations in which the faithful profess to be sinners and ask God and brothers for forgiveness. This takes place mainly during the proclamation and hearing of the word of God, in special at penitential celebrations, in common prayer and elements of penitential mass liturgy. It is wrong to treat the sacrament of penance and reconciliation as the only way to receive forgiveness of sins, especially when it comes to venial sins. These sins are set free through participation in the Eucharist. There are also extra-sacramental methods for their eliminating. All of them, however, should be revived by faith, hope and love, they are to lead to the Eucharist.

Key words: Extra-sacramental remission of sins, guilt, forgiveness, Word of God, penitential celebrations, prayer, fasting, charity, pilgrimages

Streszczenie

Niniejszy artykuł poświęcony jest pozasakramentalnym formom odpuszczenia grzechów. Poza sakramentami świętymi, które zostały ustanowione przez Chrystusa, istnieją inne formy pojednania z Bogiem i oczyszczania się z grzechów. Można je podzielić na dwie grupy: liturgiczne i niezwiązane bezpośrednio z liturgią. Do grupy pierwszej należą

te wszystkie elementy celebracji liturgicznych, w których wierni wyznają, że są grzesznikami, i proszą Boga i braci o przebaczenie. Ma to miejsce głównie w czasie głoszenia i słuchania słowa Bożego, w specjalnych celebracjach pokutnych, we wspólnej modlitwie i elementach pokutnych liturgii mszalnej. Czymś niewłaściwym jest traktowanie sakramentu pokuty i pojednania za jedyną drogę prowadzącą do otrzymania przebaczenia grzechów, zwłaszcza gdy chodzi o grzechy powszednie. Z tych bowiem uwalnia sam udział w Eucharystii. Istnieją też pozasakramentalne sposoby ich gładzenia. Wszystkie jednak winny być ożywione wiarą, nadzieją i miłością, mają one prowadzić do Eucharystii.

Słowa kluczowe: Pozasakramentalne odpuszczenie grzechów, wina, przebaczenie, Słowo Boże, celebracje pokutne, modlitwa, post, jałmużna, pielgrzymki

Oprócz sakramentalnego odpuszczenia grzechów istnieją w Kościele także pozasakramentalne formy, w których Bóg odpuszcza grzechy. Wśród nich najczęściej wymieniane są związane z liturgią: głoszenie Słowa Bożego i celebracje pokutne oraz formy pozaliturgiczne jak: modlitwa, post, jałmużna czy pielgrzymki. Celem niniejszego artykułu jest ukazanie możliwości uzyskania usprawiedliwienia poza ustanowionymi przez Chrystusa skutecznymi znakami łaski, jakimi są sakramenty święte.

1. Głoszenie Słowa Bożego

Pierwszą i najważniejszą posługą Kościoła jest głoszenie Słowa Bożego¹ To Chrystus nakazał Apostołom głoszenie pokuty i nawrócenia. Poprzez głoszenie Słowa Bożego rodzi się wiara człowieka. Dlatego też głoszenie Słowa Bożego w pierwszych wiekach było zasadniczą posługą, która prowadziła do pojednania człowieka z Bogiem². Jednakże to wezwanie musiało być przyjęte. „Jeśli grzesznik ze skruchą i pokorą słucha słów Biblii, zwłaszcza Ewangelii, to słowa te, sprawiając za przyczyną Ducha Świętego wszystkie swe skutki zbawcze, gładzą również jego

¹ J. Ratzinger, *Głosiciele słowa Bożego i studzy waszej radości. Teologia i duchowość sakramentu święceń*, Lublin 2012.

² Międzynarodowa Komisja Teologiczna, *Teologia dzisiaj: perspektywy, zasady i kryteria*, Kraków 2012, nr 3.

grzechy”³. W Ewangelii ma miejsce spotkanie z przebaczącym Chrystusem, żyjącym w Kościele, a także w słowach Ewangelii. Po przeczytanej Ewangelii kapłan lub diakon wypowiada słowa, które wyrażają nadzieję na zgładzenie grzechów przez Ewangelię. Głoszenie Słowa Bożego nie ma na celu doprowadzenie niewierzących do wiary, ale ma wzywać już wierzących do pokuty i nawrócenia. Słowo Boga ma wezwać nie tylko do pokuty, ale ma doprowadzić słuchacza do pełnienia uczynków miłości. Chryścijanin coraz bardziej poprzez słuchanie głoszonego Słowa może się stawać świadkiem Chrystusa. Słowo Boże oprócz wezwania do pokuty ma go uzdolnić do dawania świadectwa o Chrystusie. „Dlatego każda forma głoszenia Słowa Bożego w Kościele jest przepowiadaniem słowa jednania”⁴. O tym słowie jednania mówi św. Paweł w *Drugim Liście do Koryntian*: „Albowiem w Chrystusie Bóg jednał ze sobą świat, nie poczytując ludziom ich grzechów, nam zaś przekazuje słowo jednania” (2 Kor 5, 19).

W głoszeniu Słowa Bożego Bóg poprzez człowieka zwraca się do człowieka. Przez człowieka, który jest nosicielem Jego słowa, Bóg wzywa do nawrócenia i pojednania. To słowo gładzi w nas grzech powszedni tylko wtedy, gdy my je usłyszymy i przyjmimy je do swojego serca. Bo Słowo Boże może być skierowane do człowieka, ale człowiek może go nie przyjąć i Słowo Boże nie odniesie zamierzonego skutku. Poprzez Słowo Boże, głoszone i usłyszane, dochodzi do pierwszego nawrócenia, które jest pewnym etapem. „Nawrócenie to nie jest nagła, gwałtowna decyzja. Nawrócenie tam się rodzi, gdzie zaczyna się słuchanie Słowa Bożego”⁵. Poprzez przyjęcie tego słowa dokonuje się przemiana życia człowieka. Nawrócenie w pewnym sensie jest pozytywną odpowiedzią na głoszone Słowo Boże wzywające do pojednania, które będzie możliwe dzięki nawróceniu⁶.

³ C. Bartnik, *Dogmatyka katolicka*, t. II, Lublin 2003, s. 747.

⁴ C. Krakowiak, *Pozasakramentalne formy pokuty*, w: „Roczniki Teologiczne” 48(2001) 6, s.103–120, tutaj s. 104.

⁵ M. Czajkowski, *Słowo Boże w odnowionych obrzędach pokuty*, w: *Sakrament Pokuty teologia, liturgia, Pismo Świąte*, red. M. Czajkowski Katowice 1980, s. 233.

⁶ L. Szewczyk, *Głoszenie słowa Bożego w środowisku zsekularyzowanym według „Ewangelii gaudium”*, w: *Kazateľská činnosť ako integrálna súčasť novej evanjelizácie*, t. II, red. L. Petrik, Prešov 2014, s. 34–53.

„Grzech to przyjęcie słowa bez odpowiedzi, nieodpowiedzialność człowieka. Grzech to głuchota słyszającego”⁷. Chrystus poprzez swoje słowo daje człowiekowi łaskę nawrócenia. W całym Piśmie Świętym znajdziemy wiele potwierdzeń na to, że Słowo Boże ma moc. Tę moc Słowa Bożego, słów, które będą głoszone na nawrócenie, podkreśla Nowy Testament. W *Ewangelii według św. Łukasza*, w momencie ukazania się Apostołom Zmartwychwstałego Chrystusa czytamy takie słowa: „Rzekł do nich: Tak jest napisane: Mesjasz będzie cierpiał i trzeciego dnia zmartwychwstanie; w imię Jego będzie głoszone nawrócenie i odpuszczenie grzechów wszystkim narodom, począwszy od Jeruzalem. Wy jesteście świadkami Tego” (Łk 24, 46-48). Naukę mocy Słowa Bożego, które jest wezwaniem do pojednania i „ma władzę nad ludzkim grzechem”⁸, ukazują szerzej *Dzieje Apostolskie*, które przekazują nam wypowiedź św. Piotra w czasie powołania setnika Korneliusza. Św. Piotr wypowiada takie słowa: „On nam rozkazał ogłosić ludowi i dać świadectwo, że Bóg ustanowił Go sędzią żywych i umarłych. Wszyscy prorocy świadczą o tym, że każdy, kto w Niego wierzy, przez Jego imię otrzymuje odpuszczenie grzechów” (Dz 10, 42-44). Naukę tę podkreśla również św. Paweł, który mówi w dalszej części *Dziejów Apostolskich* w czasie swojej pierwszej podróży misyjnej: „Niech będzie wam wiadomo, bracia, że zwiastuje się wam odpuszczenie grzechów przez Niego” (Dz 13, 38). W dalszej części *Dziejów Apostolskich* spotykamy wiele odniesień do tej nauki głoszonej przez Apostołów.

Słowo Boże jest głoszone przede wszystkim w czasie Liturgii Świętej. A jak uczy Kościół, Chrystus nie jest obecny tylko w sakramentach, lecz także w swoim słowie i czynnościach liturgicznych. Dlatego to Słowo Boże, które „zwiastuje nawrócenie i odpuszczenie grzechów, dokonuje się nadal przede wszystkim w czasie Świętej Liturgii”⁹. Słowo Boże wzywa do nawrócenia i pojednania z Bogiem. Dzięki temu słowu możemy poznać Jego moc i miłosierdzie przejawiające się w nim. O mocy Słowa Bożego, które może zgładzić nasze grzechy, mówi św. Paweł w *Drugim*

⁷ M. Czajkowski, *Słowo Boże w odnowionych...*, s. 233.

⁸ Tamże.

⁹ Tamże.

Liście do Koryntian: „Albowiem w Chrystusie Bóg jednał ze sobą świat, nie poczytując ludziom ich grzechów, nam zaś przekazuje słowo jednania” (2 Kor 5,19). Słowo Boże kierowane do człowieka daje mu łaskę poznanie swoich grzechów oraz daje nadzieję i ufność w Boże miłosierdzie. Słowo to ukazuje również dar zbawienia, jakie dokonuje się w Misterium Paschalnym. Słowo Boże dzięki łasce Ducha Świętego może prowadzić do bogatego rachunku sumienia. Ale Słowo nie może być tylko wysłuchane, należy je przemyśleć, aby przyniosło owoce. „Uczestnicząc w celebracji Słowa Bożego, wierni słyszą wezwanie do nawrócenia i odnowy życia oraz poznają prawdę o wyzwoleniu z grzechów przez śmierć i zmartwychwstanie Chrystusa”¹⁰.

W proklamowanym Słowie Bożym w czasie liturgii lub poza nią, oraz w indywidualnej medytacji obecny jest żywy Chrystus, który kieruje do nas słowa w swojej świętej Ewangelii. Słowo Boże ma ogromną moc, dość często jest porównywane do sakramentu. Św. Augustyn mówił o tym, że Słowo Boże jest sakramentem słownym. Znaczenie Słowa Bożego w życiu człowieka dobrze rozumiał autor *Listu do Hebrajczyków*, który kieruje tam takie słowa: „Żywe bowiem jest Słowo Boże, skuteczne i ostrzejsze niż wszelki miecz obosieczny, przenikające aż do rozdzielenia duszy i ducha, stanów i szpiku zdolnego osądzić pragnienia i myśli serca” (Hbr 4, 12). Moc Słowa Bożego w poszczególnym człowieku jest możliwa dzięki wierze w to słowo każdego słuchacza. Tylko Słowo Boże słuchane z wiarą może doprowadzić do nawrócenia serca, do zastanowienia się nad swoim życiem, do przemiany swojego życia. Dzięki wierze w to Słowo obdarza ono wewnętrznym pokojem i pozwala pokonać wszelkie trudności w walce z własnymi słabościami i z oschłością duchową. Sam Chrystus wysyła uczniów, aby głosili Słowo Boże, które wzywa do pokuty. Dostrzegamy to w wystąpieniu św. Piotra, który wzywa do nawrócenia i przyjęcia chrztu na odpuszczenie grzechów: „Nawróćcie się – powiedział do nich Piotr – i niech każdy z was przyjmie chrzest w imię Jezusa Chrystusa na odpuszczenie grzechów waszych, a otrzymacie w darze Ducha Świętego” (Dz 2, 38). Zauważamy więc, że element głoszenia Słowa Bożego ma zasad-

¹⁰ *Obrzędy Pokuty dostosowane do zwyczajów diecezji polskich*, Katowice 1981, nr 36.

nicze znaczenie w nawracaniu niewierzących, ale i w prowadzeniu do większej wiary.

Słowo Boże kierowane do człowieka w szczególny sposób w czasie liturgii uzdalnia nas do tego, aby zmienić swoje życie i pojednać się z Bogiem. Bo w głoszonym Słowie Bożym ma miejsce spotkanie „z przebaczącym Chrystusem, żyjącym w tymże słowie”¹¹. Głoszenie słowa Bożego przede wszystkim jest spotkaniem z Chrystusem i wezwaniem do nawrócenia i pojednania.

2. Celebracje pokutne

Formą zaliczaną do pozasakramentalnych sposobów odpuszczenia grzechów są tzw. celebracje pokutne. Wśród celebracji pokutnych najczęstszą praktyką są nabożeństwa pokutne¹². Celem tych nabożeństw jest przygotowanie wiernego do pełnego i jak najlepszego przeżycia sakramentu pokuty i pojednania. Zatem celebrowanie nabożeństwa pokutnego nie jest zastępczą formą sakramentu pokuty¹³. Oprócz tego głównego celu sakramentu pokuty wprowadzenie teologiczne i pastoralne wymienia inne cele. Między innymi zaliczane jest do nich rozwijanie ducha pokuty oraz pomoc katechumenom w nawróceniu.

Celebracje pokutne, w tym nabożeństwa pokutne nie są nowością w Kościele. Wywodzą się one ze „[...] starochrześcijańskich celebracji pojednania, jak również publicznego wyznania grzechów, praktykowanego w średniowieczu”¹⁴. Szczególny sens nabożeństwom pokutnym nadają dziś duszpasterze. „Nabożeństwa te w różny sposób stosują od dawna niektórzy duszpasterze, zwłaszcza przed spowiedzią grup dzieci i młodzieży”¹⁵. Takie

¹¹ C. Bartnik, *Dogmatyka katolicka*, s. 747.

¹² A.M. Roguet, *Les célébrations communautaires de la pénitence*, «Vie Spirituelle» 116(1967), s.198–202.

¹³ J. Stefański, *Pobożność ludowa w świetle dokumentów liturgicznych*, STV 18(1980)2, s. 253–326; tenże. *Miejsce i rola pia exercitia w służbie Bożej*, STV 24(1986)2, s. 145–170.

¹⁴ B. Nadolski, *Leksykon Liturgii*, Poznań 2006, s. 219.

¹⁵ H. J. Sobeczko, *Sakramentalne i pozasakramentalne praktyki pokutne*, ŚŚO 11(1985), s. 163-180, tutaj s. 176.

praktykowanie celebracji pokuty wynika w sposób szczególny ze „[...] społeczno-eklezyjnego wymiaru sakramentu pokuty i pojednania”¹⁶. Ten wspólnotowy wymiar nabożeństwa pokutnego podkreśla fakt, że każdy grzech dotyka nie tylko grzesznika, lecz całej wspólnoty Kościoła. Celebacje pokutne mają za zadanie doprowadzić grzesznika do sakramentalnego wyznania grzechów. Jednakże dzięki sprawowaniu nabożeństwa pokutnego w nadzwyczajnych sytuacjach osoby w nim uczestniczące mogą otrzymać łaskę uświęcającą. Taka sytuacja będzie miała miejsce tylko i wyłącznie wtedy, gdy w danej wspólnotcie brak kapłana, który mógłby pojednać grzesznika w sposób sakramentalny z Bogiem. Dzięki tym nabożeństwom dochodzi do pierwszego nawrócenia, dzięki któremu grzesznik może wzbudzić w sobie akt żalu. Wzbudzony akt żalu prowadzi do obmycia człowieka z grzechów powszednich. To pierwsze nawrócenie i wzbudzony akt nie tylko obmywa z grzechów powszednich, lecz prowadzi do sakramentalnego pojednania się z Bogiem. W wyjątkowych sytuacjach, co już zostało zaznaczone, może dojść do uzyskania łaski uświęcającej. Uzyskanie łaski uświęcającej będzie mogło się dokonać w momencie wzbudzenia aktu żalu doskonałego, który gładzi grzechy. Jednakże przy wzbudzeniu aktu żalu doskonałego osoba ta winna wzbudzić w sobie pragnienie jak najszybszego pojednania się z Bogiem w sakramencie pokuty i pojednania. Dzięki nabożeństwom pokutnym grzesznik otrzymuje odpuszczenie grzechów lekkich.

Sakrament pokuty, który generalnie ma miejsce po sprawowaniu nabożeństwa pokutnego, różni się od niego znacząco. Różnica między nabożeństwem pokutnym a sakramentem pokuty wynika z faktu, jakim jest odpuszczenie grzechów. Sakrament pokuty gładzi grzechy ciężkie, a w nabożeństwie pokutnym dochodzi do obmycia z grzechów powszednich. Różnica ta wynika również z faktu, że nabożeństwo pokutne ma za zadanie przygotować grzesznika do lepszego przeżycia sakramentu pokuty. Nabożeństwa pokutne przeżywane i sprawowane w Kościele przynoszą nieocenioną pomoc w sprawowaniu pokuty. Jednak mimo tych licznych plusów, ze sprawowaniem nabożeństw pokutnych mogą się łączyć zagrożenia. Takim głównym zagrożeniem może

¹⁶ Tamże.

być błędne zrozumienie sensu tegoż nabożeństwa, co może doprowadzić do zastąpienia sakramentu pokuty nabożeństwem pokutnym¹⁷

Nabożeństwa pokutne niosą ze sobą wiele pozytywnych owoców. Jednym z tych owoców jest wspólnotowy wymiar przeżywania nabożeństwa. Grzech nie jest tylko indywidualnym grzechem człowieka. Grzech „znajduje się zawsze w sieci wzajemnych uwarunkowań społecznych i kulturowych. Pokuta musi zyskać swój wymiar społeczny”¹⁸. W tym zakresie nabożeństwa pokutne mogą mieć duże pole do działania. Wspólne przeżywanie nabożeństwa pokutnego „[...] sprzyja uwypukleniu społecznych i międzyludzkich implikacji grzechu i uczynieniu ich motywem dla zespolonego wysiłku pokutnego”¹⁹

Kościół jest wspólnotą miłości, która przyjmuje każdego grzesznika. Kościół jest też wspólnotą pojednanych. Ta prawda widoczna jest w sposób szczególny w sprawowaniu nabożeństw pokutnych. W przeżywanych szczerze nabożeństwach pokutnych dochodzi do zmniejszenia lęków wynikających z konieczności poniesienia odpowiedzialności za zło, którego się dopuścił człowiek. Człowiek szczerze przeżywający nabożeństwo pokutne nie czuje się samotny ze swoją grzesznością. Przeżywając to nabożeństwo we wspólnocie, odnosi zwycięstwo nad swoimi słabościami i grzechami. Dzięki wspólnocie może czuć się bezpieczny, bo wie że ta grupa służy mu pomocą w przewyciężaniu własnej grzeszności. Dlatego ważne jest, aby wspólnota umiała pomóc się podnieść grzesznikowi z upadków, które niszczą Jego i wspólnotę, do której należy. Oprócz psychologicznych owoców przeżywania nabożeństw pokutnych warto zauważyć i podkreślić fakt, że prowadzenie nabożeństw pokutnych przyniesie owoce na polu formacji grupy, która uczestniczy w tych nabożeństwach.

Sakrament pokuty i przeżywanie nabożeństwa pokutnego są ze sobą powiązane. Nabożeństwo pokutne powinno poprzedzać sakrament pokuty. W związku z tymi relacjami należy się za-

¹⁷ A. Ziegenaus, *Das Sakrament der Buße*, w: *Christusbegegnung in der Sakramenten*, H. Luthe (red.), Kevelaer 1982, s.402–403.

¹⁸ A. Skowronek, *Z teologicznej problematyki pokuty*, w: *Sakrament Pokuty*, red. A. Skowronek, Katowice 1980, s. 86.

¹⁹ Tamże.

stanowić nad sakramentalnością nabożeństw pokutnych. Nabożeństwa pokutne zdecydowanie nie są sakramentem, choć wśród teologów zdania na ten temat są podzielone. Wielu teologów pragnęłoby podnieść nabożeństwa pokutne do rangi sakramentu. Jednakże „[...] takie podniesienie rangi byłoby możliwe, oczywiście nie w miejsce spowiedzi indywidualnej, ale obok tego sakramentu jako druga równoważna postać”²⁰. Nabożeństwo pokutne, w którym dokonuje się odpuszczenie grzechów lekkich, nie może zastąpić spowiedzi indywidualnej. Celebracje pokutne mają za zadanie przygotować człowieka do spowiedzi i wyznania grzechów.

W celebracjach pokutnych oprócz odpuszczenia grzechów powszednich dostrzegamy jeszcze wiele innych form pokuty pozasakramentalnej. Wśród tych form uwydatnia się modlitwę i słuchanie Słowa Bożego oraz żal za grzechy i rachunek sumienia. Te wszystkie elementy występujące w celebracjach pokutnych podkreślają wspólnotowy wymiar grzechu. Poprzez te elementy grzesznik przygotowuje się we wspólnocie do indywidualnego wyznania grzechów w sakramencie pokuty i pojednania. Szczególnym elementem celebracji pokutnych jest głoszenie Słowa Bożego, które wzywa do nawrócenia i wzbudzenia żalu doskonałego. Te elementy prowadzą do obmycia z grzechów powszednich. Pomimo że w celebracjach pokutnych dochodzi do odpuszczenia grzechów powszednich, będą zaliczane do pozasakramentalnych form odpuszczenia grzechów przez Kościół.

Reasumując trzeba podkreślić, że odpuszczenie grzechów, jakie dokonuje się w celebracjach pokutnych, jest odpuszczeniem grzechów lekkich. W sposób nadzwyczajny może dojść do odpuszczenia grzechów śmiertelnych, będzie miało to miejsce wtedy, kiedy brak kapłana i osoba ta wzbudzi akt żalu doskonałego. Celebracje pokutne, będąc jedną z pozasakramentalnych form gładzenia grzechów powszednich, w żadnym wypadku nie są łatwiejszą drogą pojednania z Bogiem i nie zastępują sakramentu pokuty i pojednania²¹.

²⁰ Tamże.

²¹ C. Krakowiak, *Pozasakramentalne formy pokuty*, s. 108n.

3. Uczynki pokutne: modlitwa, post, jałmużna

Katechizm Kościoła Katolickiego mówi, że: „wewnętrzna pokuta chrześcijanina może się wyrażać w bardzo zróżnicowanych formach. Pismo Święte i Ojcowie Kościoła kładą szczególny nacisk na trzy formy: post, modlitwę i jałmużnę. Wyrażają one nawrócenie w odniesieniu do samego siebie, do Boga i do innych ludzi”²².

Pierwszym uczynkiem pokutnym jest post. „Post, czyli powstrzymanie się od jedzenia lub picia na jakiś czas lub w zakresie niektórych pokarmów czy napojów w celach religijnych, a bliżej pokutnych, błagalnych lub wynagradzających niekiedy też wyraźną myślą o duchowym umocnieniu człowieka”²³ Tak więc post nie jest pogardą dla natury ludzkiej, jak może być to pojmowane przez niektórych, lecz jest środkiem do tego, aby panować nad swoim ciałem. Jednak post nie może być tylko zewnętrznym przejawem bez wewnętrznego nastawienia pokutnego. Taki post nic człowiekowi nie daje, jest nieużyteczny. Dopiero post, który jest nastawiony na zerwanie ze złem, na odstąpienie od grzechu, przynosi owoce. „Chrześcijański post jest postawą wstrzemięźliwości całego człowieka, obejmuje jego sferę fizyczną i duchową. Nie można, jak to czyni się obecnie, sprowadzać postu jedynie do kategorii fizycznych i traktować jako powstrzymanie się od pokarmów [...] Ma on objąć całego człowieka i dotyczyć jego życia we wszystkich wymiarach: indywidualnym, społecznym i rodzinnym”²⁴. Post nie jest pogardą dla własnej cielesności, a elementy postne mają pomóc człowiekowi w przewyciężeniu swoich słabości. Mają pomóc w panowaniu ducha nad ciałem. Post musi być przeżywany jak znak nawrócenia i w łączności z Chrystusem, który sam podejmował post. Postawa poszczenia musi być pozbawiona faryzejskiej pozy. Przed taką faryzejską postawą przestrzegał już w pierwszych wiekach św. Augustyn. Mianowicie św. Augustyn rozumiał post, który jest uczynkiem pokutnym, w sferze powstrzymywania się

²² *Katechizm Kościoła Katolickiego*, Poznań 1994, nr 1434.

²³ S. Olejnik, *W odpowiedzi na dar i powołanie Boże*, Warszawa 1979, s. 436.

²⁴ C. Krakowiak, *Pozasakramentalne formy pokuty*, s. 113.

od swoich słabości, od swoich grzechów. Św. Augustyn w swojej nauce przestrzegał wiernych przed czynieniem tzw. *postów żydowskich*. Czym więc są te posty żydowskie? „Posty żydowskie stały się synonimem postów cielesnych, obejmujących tylko sferę somatyczną człowieka”²⁵. Zapewne św. Augustyn nie miał nic przeciwko postowi cielesnemu, jednak nacisk w głównej mierze kładł na post wewnętrzny. Post, który nam proponuje Kościół jako jedną z form uczynków pokutnych, był obecny na kartach Pisma Świętego. Na kartach Starego Testamentu widzimy post jako coś niestałego. Post był elementem „[...] nadzwyczajnym, podejmowanym z powodu klęsk publicznych”²⁶. Jednak oprócz tych postów nadzwyczajnych wynikających z jakiejś klęski publicznej, wśród narodu izraelskiego znane są posty stałe. Owe posty stałe również związane są z pamiętką klęski. Wśród narodu izraelskiego, który czynił post w momencie klęski lub na jej pamiętkę, znane były posty prywatne wynikające z prywatnej pobożności. Taki fakt można dostrzec w Ewangelii Łukasza, kiedy czytamy przypowieść o faryzeuszu i celniku. Ewangelista Łukasz przedstawia takie słowa faryzeusza: „Zachowuję post dwa razy w tygodniu, daję dziesięcinę ze wszystkiego co posiadam” (Łk 18, 12). Postawa faryzeusza, żyjącego w czasach Chrystusa, odnosi się do postu prywatnego. Jeżeli chodzi o czasy Nowego Testamentu to dostrzegamy tam Chrystusa, który „[...] podnosi wartość moralną postu własnym przykładem jak również słowami swojej nauki”²⁷. Przykład Chrystusa poszczącego widzimy między innymi w *Ewangelii wg św. Mateusza*. „Wtedy Duch wyprowadził Jezusa na pustynię, aby był kuszony przez diabła. A gdy pościł już czterdzieści dni i czterdzieści nocy, poczuł w końcu głód” (Mt 4, 1-2). Oprócz Chrystusa poszczącego widzimy Chrystusa pouczającego o poście. Również ewangelista Mateusz przedstawia Chrystusa uczącego, jak pościć. „Kiedy pościecie, nie bądźcie posępni jak obłudnicy. Przybierają oni wygląd ponury, aby pokazać ludziom, że poszczą. Zaprawdę powiadam wam, już odebrali swoją nagrodę. Ty zaś, gdy pościsz, namaść sobie głowę i obmyj twarz, aby nie ludziom pokazać, że pościsz, ale

²⁵ Tamże.

²⁶ S. Olejnik, *W odpowiedzi na dar...*, s. 436.

²⁷ Tamże.

Ojcu twemu, który jest w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie” (Mt 6, 16-18). Chrystus, wzywając do postu, nie pozostał tylko w sferze pouczenia, lecz sam dał przykład poszczenia. Od czasów Starego Testamentu poprzez Nowy Testament i chrześcijaństwa okresu Apostołów widoczny jest post. Apostołowie podobnie jak Chrystus wzywali do postu oraz sami czynili post. Przez wieki w chrześcijaństwie dostrzegamy różne elementy postu. Postu, który może być postem prywatnym wynikającym z wiary i pobożności, oraz postu o wymiarze wspólnotowy. Szczególnym czasem postu w Kościele jest i był okres czterdziestu dni tzw. Wielkiego Postu, i każdego piątku, który jest dniem pokutnym. Te formy pokuty nałożone są przez Kościół. Dlatego „wszyscy wierni zobowiązani są na mocy prawa do wspólnego i indywidualnego praktykowania formy pokutnej, jaką jest specjalny okres pokuty paschalnej, zwany u nas Wielkim Postem, oraz piątki całego roku”²⁸. To w tym czasie mamy szczególną okazję do nawrócenia swojego serca w stronę miłosiernego Ojca. Kościół w swojej tradycji przekazuje piątek jako szczególny dzień postu. Wiąże się to z tym, że w tym właśnie dniu umarł Pan Jezus. Obecnie znamy dwa rodzaje postów: post jakościowy (np. brak mięsa w posiłkach) lub post ilościowy. Szczególnymi dniami postu jest dzień Środy Popielcowej i Wielkiego Piątku. Post, który jest wymagany, musi być przyjęty przez człowieka z wiarą i pobożnością. Tylko wtedy post przyczyni się do zmiany życia i odwrócenia się od grzechu. Post ma pomóc człowiekowi w zwróceniu życia ku Bogu.

Kolejnym czynem pokutnym jest modlitwa, która jest szczególnym spotkaniem człowieka z Bogiem. Spotkanie człowieka z Bogiem na modlitwie przybiera różne formy ze względu na różne rodzaje modlitw. W modlitwie zanoszonej do Boga może się „[...] wyrażać Jego uwielbienie, dziękczynienie za otrzymane łaski, prośba o Jego błogosławieństwo i przebłaganie za popełnione grzechy”²⁹. Modlitwa z prośbą o przebaczenie popełnionych grzechów musi wyrażać przyznanie się do grzechu i jest szczególnym spotkaniem i odczuciem Bożej miłości. Modlitwa ta także wyraża zwrócenie się do Boga. Grzesznik, który w modlitwie prosi Boga

²⁸ H. J. Sobeczko, *Sakramentalne i pozasakramentalne...*, s. 178.

²⁹ C. Krakowiak, *Pozasakramentalne formy pokuty*, s. 115.

o przebaczenie grzechów, wyraża w sobie poczucie winy za dokonane zło. W modlitwie prośby, jak podaje *Katechizm Kościoła Katolickiego*: „[...] wyrażamy świadomość naszego związku z Bogiem: jako stworzenie nie decydujemy o naszym początku, nie jesteśmy panami naszego losu; nie stanowimy sami dla siebie celu; ponadto jako chrześcijanie wiemy, że – będąc ludźmi grzesznymi – odwracamy się od naszego Ojca. Prośba jest już powrotem do Niego”³⁰. Poprzez modlitwę prośby zwracamy się jako stworzenie do Stworzyciela. W modlitwie prośby zwracamy się do Boga o Jego opiekę, o potrzebne łaski. Szczególnym rodzajem modlitwy – prośby jest prośba o przebaczenie grzechów. W Piśmie Świętym znajdziemy wiele modlitw, które proszą Boga o przebaczenie grzechów. W sposób szczególny tę prośbę zawierają psalmy tzw. pokutne. Oprócz modlitw zaczerpniętych z Pisma Świętego Kościół podaje inne rodzaje modlitw przebłagalnych za grzechy. Między innymi tą modlitwą jest Droga Krzyżowa i Koronka do Bożego miłosierdzia oraz modlitwa Ojcze nasz.

Modlitwa Ojcze nasz jest szczególną modlitwą zawierającą prośbę o przebłaganie win. Jak mawiał św. Augustyn, ta modlitwa jest jakby „codziennym chrztem”

Katechizm Kościoła Katolickiego w taki sposób traktuje modlitwę Ojcze nasz i zawarte w niej prośby o przebaczenie win: „Jest to zadziwiająca prośba. Gdyby zawierała tylko pierwszą część zdania – odpuść nam nasze winy – pośrednio mogłaby być włączona w trzy pierwsze prośby Modlitwy Pańskiej, ponieważ Ofiara Chrystusa została złożona dla odpuszczenia grzechów. Jednak zgodnie z drugą częścią zdania nasza modlitwa nie będzie wysłuchana, jeśli najpierw nie odpowiemy na pewne wymagania”³¹. Tym wymaganiem jest to, abyśmy pierwsi odpuścili winy tym, którzy nas w pewien sposób skrzywdzili. Ta prośba zawarta w Modlitwie Pańskiej zawiera w sobie przyznanie się do swojego grzechu, a także zawiera zaufanie Bogu i Jego miłosierdziu. Człowiek podejmujący tę modlitwę „[...] musi być świadomy, że otrzyma łaskę przebaczenia grzechów jedynie wtedy, gdy sam przebaczy swoim winowajcom”³². Tak więc proszący nie może

³⁰ *Katechizm Kościoła Katolickiego*, nr 2629.

³¹ Tamże, nr 2838.

³² C. Krakowiak, *Pozasakramentalne formy pokuty*, s. 116.

zamknąć swojego serca na człowieka, bo to zamknięcie prowadzi do zamknięcia swojego serca na miłość Boga. Do postawy przebaczenia drugiemu człowiekowi zachęca nas św. Paweł w *Liście do Efezjan* „przebaczamy sobie tak, jak i Bóg nam przebaczył w Chrystusie” (Ef 4, 32).

Opisując pozasakramentalne formy odpuszczenia grzechów należy zatrzymać się nad jałmużną, która od dawien dawna jest uznawana jako akt dobroci i jest zaliczana do trzech czynów pokutnych. Jałmużna jest też rozumiana jako naśladowanie Boga, który okazuje człowiekowi bezgraniczną dobroć. Jałmużna „[...] oznacza gest dobroci człowieka względem jego brata”³³. Z kart Starego Testamentu dowiadujemy się, że jałmużna gładzi grzechy, ale wtedy, gdy jest aktem religijnym. Czytamy takie słowa: „Woda gasi płonący ogień, a jałmużna gładzi grzechy” (Syr 3, 20). Zatem można zauważyć, że jałmużna jest ważnym czynnikiem odpuszczenia grzechów. Jednakże ważne jest właściwe rozumienie jałmużny. Ważne jest to, aby nie czynić jej na pokaz, gdy nie przyniesie ona zamierzonych skutków. O takiej postawie mówi sam Chrystus w swojej Ewangelii. Chrystus zwraca uwagę na to, aby przy dawaniu jałmużny jedna ręka nie wiedziała, co czyni druga, a w innym miejscu mówi o tym, aby nie dawać jałmużny z tego, co nam zbywa, ale składać ofiarę płynącą prosto z serca. Warto zauważyć fakt, że można się dzielić różnorakimi darami. W Kościele znane są dwie formy jałmużny. Pierwszą formą jest jałmużna materialna, która polega między innymi na pomocy finansowej lub na nakarmieniu głodnego, lub innym miłosiernym uczynku. Drugą formą jałmużny jest jałmużna duchowa, która polega na przykład na pouczeniu lub na karmieniu człowieka Słowem Bożym. Jednakże Kościół uważa, że najwyższym wyrazem jałmużny jest przebaczenie winy swojemu winowajcy. Jak wcześniej zostało zaznaczone, jałmużna jest jednym z trzech uczynków pokutnych i jest tym uczynkiem który szczególnie „[] poprzez swoje czyny wyprasza Boże błogosławieństwo, ale w sposób konkretny leczy rany grzechu, które każdy grzech zostawia w człowieku, oraz w sposób szczególny ochrania człowieka przed grzechami”³⁴. Z powyższego tekstu jasno wynika,

³³ Tamże.

³⁴ S. Witek, *Sakrament Pojednania*, Poznań – Warszawa 1979, s. 259.

iż jałmużna jest uczynkiem miłosierdzia, które Kościół dzieli na dwie grupy. Uczynki miłosierdzia co do duszy i uczynki miłosierdzia co do ciała. *Katechizm Kościoła Katolickiego* również wśród tych czynów umieszcza jałmużnę. Można w nim znaleźć takie słowa: „Spośród tych czynów jałmużna dana ubogim jest jednym z podstawowych świadectw miłości braterskiej, jest ona także praktykowaniem sprawiedliwości, która podoba się Bogu”³⁵. Jałmużna musi być dobrze rozumiana. Często możemy jałmużnę porównywać z akcjami charytatywnymi inicjowanymi przez znane osoby. Jednak nie możemy stawiać znaku równości między jałmużną chrześcijańską a działaniami charytatywnymi. Jałmużna jest czymś innym i wynika z innych motywów. Bowiem jałmużna powinna wynikać z miłości, jaką każdy z nas powinien żywić do drugiego człowieka. Natomiast często zdarza się, że ludzie podejmujący działania charytatywne motywują swoje działanie chęcią zaistnienia lub chęcią zdobycia rozgłosu. Święty Jan Paweł II na temat jałmużny wypowiedział takie słowa: „Jałmużna jest środkiem nadania konkretnego wyrazu miłości przez dzielenie się swoimi dobrami z tymi, którzy ponoszą skutki ubóstwa”³⁶.

Szczególnym rodzajem jałmużny jest przebaczenie osobie, która w jakiś sposób wyrządziła nam krzywdę. Ta jałmużna ściśle wiąże się z Modlitwą Pańską, w której wyeksponowana jest ta prośba. Dzięki naszemu obdarowaniu przebaczeniem, Bóg przebacza nam nasze winy, nasze złe uczynki. W sposób szczególny jałmużna wywiera wpływ na modlitwy zanoszone do Boga.

Modlitwa, post i jałmużna są zaliczane do pozasakramentalnych form odpuszczenia grzechów. Możemy w pewien sposób o modlitwie, poście i jałmużnie mówić jako o uczynkach umartwienia. Te uczynki miłosierdzia winny przyczynić się do rozwoju siebie i drugiego człowieka. „Uczynki miłosierdzia, zwłaszcza post, powinny się stać okazją i pobudką do udzielenia innym tego, co zaczyna się posiadać w nadmiarze”³⁷. Tak więc post, modlitwa i jałmużna muszą być ze sobą związane, gdyż post bez modlitwy i jałmużny w pewien sposób może się przyczynić do pogłębienie-

³⁵ *Katechizm Kościoła Katolickiego*, nr 2447.

³⁶ Jan Paweł II, Adhortacja apostołska *Reconciliatio et Paenitentia*, Watykan 1984, nr 26.

³⁷ S. Witek, *Sakrament Pojednania*, s. 260.

nia postawy chciwości. „Kto się modli, niech pości, a kto pości, niech spełnia uczynki miłosierdzia, niech wysłucha proszącego. W ten sposób otwiera dla siebie uszy Boga, który się nie zamyka na głos błagającego”³⁸. Jednak w praktykowaniu tych uczynków należy pamiętać o słowach Pana Jezusa, który przypomina o tym aby nie czynić pokuty na pokaz.

4. Pielgrzymki

Do pozasakramentalnych i pozaliturgicznych form pokuty zalicza się również praktykowanie pielgrzymowania. Pielgrzymki są nam znane przede wszystkim z wyjazdów parafialnych do różnych sanktuariów lub pieszego pielgrzymowania na Jasną Górę czy do innego sanktuarium. Pojęcie „pielgrzymka” jest pojęciem „[...] pierwotnym, oznaczającym najbardziej uniwersalną i najmniej zrytualizowaną formę kultu. Konstytuują ją następujące czynniki: ruch, cel, intencja, działanie rytualne. Wszystkie one są zależne od woli człowieka”³⁹. W każdym podejmowaniu trudu pielgrzymki ważny jest cel, który człowiek chce osiągnąć, i wzbudzona intencja, w jakiej podejmuje się pielgrzymki. Pielgrzymowanie nie jest czymś nowym. „Ta praktyka pokutna ma swoje uzasadnienie biblijne i bardzo dawną tradycję”⁴⁰. Na kartach Pisma Świętego Starego i Nowego Testamentu można dostrzec wiele odniesień do pielgrzymowania. Obraz pielgrzymowania, jaki znajdujemy w Biblii, zmieniał swoje oblicze ze względu na poszczególne okresy dziejów Izraela. Naród wybrany w Starym Testamencie jako cel swoich pielgrzymek wybierał Sychem, Betel oraz Mamre. Te pielgrzymki Izraela miały miejsce w czasach patriarchów. „Sanktuarium na pustyni był Namiot Przymierza, a następnie Arka”⁴¹. Naród wybrany przed zbudowaniem świątyni Jerozolimskiej posiadał również swoje sanktuaria. Między innymi sanktuarium w Gilgal, czy Jerozolimie. Miejsce pielgrzymowania ówczesnego narodu było związane z „objawieniem

³⁸ H. J. Sobeczko, *Sakramentalne i pozasakramentalne...*, s. 179.

³⁹ B. Nadolski, *Leksykon Liturgii*, s. 1167.

⁴⁰ H. J. Sobeczko, *Sakramentalne i pozasakramentalne...*, s. 178.

⁴¹ B. Nadolski, *Leksykon Liturgii*, s. 1167.

się Boga czy Jego specjalnym działaniem”⁴². Izrael jako Naród wybrany nie miał wolnego wyboru celu pielgrzymowania. Poza tymi miejscami, w których dokonało się objawienie Boga, Izrael posiadał miejsca związane ze świętymi wodami oraz drzewami. Jeżeli chodzi o miejsca związane ze świętymi wodami, wymienia się w sposób szczególny studnię Beer-Szeby. Miejsca związane ze świętymi drzewami były mocno piętnowane przez proroków. Natomiast jeżeli chodzi o miejsca związane z wysokością, to element ten odnosi się do gór, na których Bóg się objawiał. Dla narodu izraelskiego szczególnymi górami były: Tabor, Synaj, Syjon, Horeb. Czasy Starego Testamentu były czasami, w których pielgrzymowanie było obecne i miało duże znaczenie dla Izraela. Nowy Testament również jest czasem, w którym pielgrzymowanie jest istotnym faktem ludzkiej egzystencji. Szczególny sens pielgrzymowaniu nadał sam Jezus Chrystus, który co roku udawał się na pielgrzymkę do Jerozolimy, poprzez którą realizował proroctwa. W *Ewangelii według św. Łukasza* widzimy dwunastoletniego Jezusa, który wraz z rodzicami udaje się na pielgrzymkę do Jerozolimy. Ewangelista fakt pielgrzymowania Jezusa i Jego rodziców ukazuje w następujący sposób: „Rodzice Jego chodzili co roku do Jeruzalem na Święto Paschy. Gdy miał lat dwanaście, udali się tam zwyczajem świątecznym. Kiedy wracali po skończonych uroczystościach, został młody Jezus w Jerozolimie, a tego nie zauważyli Jego rodzice. Przypuszczając, że jest wśród sąsiadów uszli dzień drogi i szukali Go między krewnymi i znajomymi. Gdy Go nie znaleźli, wrócili do Jerozolimy, szukając Go” (Łk 2, 41-45). Faktu pielgrzymowania Jezusa nie pomija *Katechizm Kościoła Katolickiego*, który podaje taką relację pielgrzymki Jezusa do Świątyni: „Podobnie jak wcześniej prorocy Jezus okazywał bardzo głęboki szacunek dla Świątyni Jerozolimskiej. Został w niej ofiarowany przez Maryję i Józefa w czterdziestym dniu po narodzeniu. [...] W czasie swojego życia ukrytego udawał się do niej co roku przynajmniej na święto Paschy; samą Jego misję publiczną wyznaczał rytm pielgrzymek do Jerozolimy na wielkie święta żydowskie”⁴³ Pielgrzymowanie, które miało miejsce w czasach Starego jak i Nowego Testamentu, nie zostało zi-

⁴² Tamże.

⁴³ *Katechizm Kościoła Katolickiego*, nr 583.

gnorowane czy zapomniane przez pierwszych chrześcijan. Mimo to pierwotne chrześcijaństwo z dość dużą rezerwą odnosiło się do praktykowania pielgrzymek. Jednak z upływem czasu zmieniło się nastawienie do pielgrzymowania. Po zmianie przekonania do tej praktyki pokutnej „chrześcijanie pielgrzymowali w przekonaniu, że Bóg i święci w niektórych miejscach słyszą lepiej niż w pozostałych, szukali głębszych przeżyć religijnych”⁴⁴. Od czasów biblijnych po dziś dzień obecna jest praktyka pielgrzymek do sanktuariów. Jednak Kościół uczy również, że nasze doczesne życie jest pielgrzymką do domu Ojca, a śmierć jest końcem tej pielgrzymki. Ta nasza życiowa pielgrzymka jest czasem wielkiej łaski i miłosierdzia Bożego. Kościół wśród pielgrzymek szczególnie miejsce przypisuje tzw. pielgrzymkom pokutnym.

Pielgrzymkami pokutnymi nazywamy te, które „[...] są podejmowane z nakazu spowiednika, stanowiące oddzielną instytucję pielgrzymowania za swoje winy”⁴⁵. Taki rodzaj pielgrzymowania nie był znany w pierwszych wiekach Kościoła. Pierwsze wzmianki o tym rodzaju pielgrzymki pojawiły się w Kościele aryjskim. Pielgrzymki pokutne najczęściej były nakładane przez penitencję. Owa penitencja za najcięższe przewinienia nakłada różne rodzaje pielgrzymek. Wśród nich można zauważyć opuszczenie kraju, wędrowkę na pustynię. Taki rodzaj pielgrzymowania nakładał „najstarszy znany penitencjarz – *Paenitentiale Vinniani* z VI w. Zmiana nakładania na grzesznika pielgrzymek pokutnych nastąpiła w wieku IX, kiedy zamiast wyżej wymienionych kar nakładano na grzesznika pokutę w formie pielgrzymki do świętego miejsca. „Starożytność chrześcijańska, a zwłaszcza wieki średnie, pielgrzymki pokutne traktowały jako formę pokuty publicznej w Kościele”⁴⁶. Takie formy pielgrzymowania rozwijały się przez wieki, jednak dziś zniknęły one z praktyki Kościoła w sposób widoczny. Zapewne są one obecne w prywatnych, wewnętrznych intencjach pielgrzymowania. Pielgrzymki należą do grona form pobożności. *Katechizm* oprócz pielgrzymek wymienia inne formy pobożności. Wśród nich można dostrzec procesje, cześć oddawaną relikwiom oraz różaniec.

⁴⁴ B. Nadolski, *Leksykon Liturgii*, s. 1169.

⁴⁵ Tamże.

⁴⁶ H. J. Sobeczko, *Sakramentalne i pozasakramentalne...*, s.179.

Pielgrzymki jako akty religijnej pobożności podejmowane są w różnych intencjach. Jednakże podstawowym celem podejmowania trudu pielgrzymkowego jest przebłaganie Boga za grzechy, dziękczynienie albo prośba. Pielgrzymka jest czasem intensywnej modlitwy, w którym człowiek podejmuje trud i ofiarę. Jest to czas w którym człowiek słucha Słowa Bożego i podejmuje umartwienie. Ten czas wędrówki dość często jest nazywany czasem rekollekcji w drodze.

Jan Paweł II wielokrotnie podkreślał, że pielgrzymki były i są obecne w życiu człowieka wierzącego. Według Jana Pawła II pielgrzymka „[...] jest symbolem indywidualnej wędrówki człowieka śladami Odkupiciela; jest praktyką czynnej ascezy i pokuty za ludzkie słabości”⁴⁷

Pielgrzymka oprócz aspektu indywidualnej wędrówki wierzącego, jak podkreśla Jan Paweł II „[...]} ma także aspekt eschatyczny – jest obrazem pielgrzymowania do domu Ojca”⁴⁸. Aby pielgrzymowanie przyniosło oczekiwane owoce, a szczególnie odpuszczenie grzechów, musi być podjęte z motywów ściśle religijnych. Uczestnictwo to musi być związane również z pobożnym odmawianiem praktyk w czasie drogi. Pielgrzym musi wzbudzić w swoim sercu intencje ofiarowanie wszelkiego cierpienia spowodowanego pielgrzymką za popełnione grzechy. Do otrzymania przebaczenia grzechów w pielgrzymce konieczne jest „pragnienie otrzymania od Boga ich przebaczenia, połączone ze szczerym żalem i mocnym postanowieniem poprawy”⁴⁹

Nota o autorze: Kamil Raczycki, urodzony w 1981 roku w Bystrzycy Kłodzkiej, prezbiter Diecezji Świdnickiej, wikariusz w parafii pw. Nawiedzenia NMP w Witoszowie Dolnym w Dekanacie Świdnica Zachód. Dekanalny duszpasterz Liturgicznej Służby Ołtarza. Katecheta w Gimnazjum i w Szkole Podstawowej w Witoszowie Dolnym.

⁴⁷ Jan Paweł II, List Apostolski *Incararnationis misterium*, Watykan 1998, nr 7.

⁴⁸ C. Krakowiak, *Pozasakramentalne formy pokuty*, s. 118.

⁴⁹ Tamże.

Bibliografia

- Bartnik C., *Dogmatyka katolicka*, t. II, Lublin 2003.
- Czajkowski M. (red.), *Sakrament Pokuty teologia, liturgia, Pismo Święte*, Katowice 1980.
- Czajkowski M., *Słowo Boże w odnowionych obrzędach pokuty*, w: *Sakrament Pokuty teologia, liturgia, Pismo Święte*, red. M. Czajkowski Katowice 1980.
- Jan Paweł II, Adhortacja apostolska *Reconciliatio et Paenitentia*, Watykan 1984.
- Jan Paweł II, List Apostolski *Incarnationis misterium*, Watykan 1998.
- Katechizm Kościoła Katolickiego*, Poznań 1994.
- Krakowiak C., *Pozasakramentalne formy pokuty*, w: „Roczniki Teologiczne” 48(2001) 6, s.103–120, tutaj s. 104.
- Luthe H. (red.), *Christusbegegnung in der Sakramenten*, Kevelaer 1982.
- Międzynarodowa Komisja Teologiczna, *Teologia dzisiaj: perspektywy, zasady i kryteria*, Kraków 2012.
- Nadolski B., *Leksykon Liturgii*, Poznań 2006.
- Obrzędy Pokuty dostosowane do zwyczajów diecezji polskich*, Katowice 1981.
- Olejniak S., *W odpowiedzi na dar i powołanie Boże*, Warszawa 1979.
- Petrík L. (red.), *Kazateľská činnosť ako integrálna súčasť novej evanjelizácie*, t. II, Prešov 2014.
- Ratzinger J., *Głosiciele słowa Bożego i słudzy waszej radości. Teologia i duchowość sakramentu święceń*, Lublin 2012.
- Roguet A.M., *Les célébrations communautaires de la pénitence*, «Vie Spirituelle» 116(1967), s.198–202.
- Skowronek A., *Z teologicznej problematyki pokuty*, w: *Sakrament Pokuty*, red. A. Skowronek, Katowice 1980, s. 86.
- Sobeczko H. J., *Sakramentalne i pozasakramentalne praktyki pokutne*, SŚO 11(1985), s. 163-180, tutaj s. 176.
- Stefański J., *Miejsce i rola pia exercitia w służbie Bożej*, STV 24(1986)2, s. 145–170.
- Stefański J., *Pobożność ludowa w świetle dokumentów liturgicznych*, STV 18(1980)2, s. 253–326.
- Szewczyk L., *Głoszenie słowa Bożego w środowisku zsekularyzowanym według „Evangelií gaudium”*, w: *Kazateľská činnosť ako integrálna súčasť novej evanjelizácie*, t. II, red. L. Petrík, Prešov 2014, s. 34–53.
- Witek S., *Sakrament Pojednania*, Poznań – Warszawa 1979.
- Ziegenaus A., *Das Sakrament der Buße*, w: *Christusbegegnung in der Sakramenten*, H. Luthe (red.), Kevelaer 1982, s.402–403.