

wtorek, 04.03.2025

Środa Popielcowa

W najbliższą środę, 5. marca rozpoczyna się okres Wielkiego Postu.

W Środę Popielcową obowiązuje post tak pod względem jakościowym jak i ilościowym. Jakościowy, czyli wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych dla osób, które ukończyły 14 rok życia oraz ilościowy to jest trzy posiłki tego dnia, w tym jeden do syta dla osób od 18 do 60 roku życia.

Już w II wieku, dla lepszego przygotowania do przeżycia Świąt Paschalnych, dodano dwa dni postu przed tym świętem. Wspomina o tym Tertulian (+ ok. 240). Św. Ireneusz (+ ok. 202) pisze, że za jego czasów zwyczaj ten istniał również w Galii: ku czci 40-dniowego postu Pana Jezusa był nakazany post 40-godzinny (obowiązywał zatem w Wielki Piątek i w Wielką Sobotę). W wieku III poszczono już cały tydzień. Wreszcie na początku wieku IV wprowadzono post 40-dniowy na pamiątkę postu Jezusa Chrystusa. Po raz pierwszy wspomina o tym św. Atanazy z Aleksandrii w liście pasterskim z okazji Wielkanocy z 334 r. Chodziło o to, aby jak najlepiej przygotować wiernych do świąt wielkanocnych.

Według świadectwa Ægerii (w. IV) post 40-dniowy był powszechnie znany. Potwierdza to także św. Cyryl Jerozolimski, kiedy pisze w swoich katechezach o 40 dniach pokuty. Na Wschodzie jednak Wielki Post obchodzono przez 8 tygodni, a to dlatego, że soboty i niedziele były wolne od postu. Chodziło więc o uzupełnienie pełnych 40 dni postu. W wieku VI w Rzymie post rozpoczynał się 6 tygodni przed Wielkanocą. Jednak po odliczeniu niedzieli, w które nigdy nie poszczono, post trwał właściwie tylko 36 dni. Dlatego w wieku VII dodano brakujące dni i wyznaczono jako początek Wielkiego Postu Środę Popielcową. Ostatecznie środa jako początek Wielkiego Postu weszła na stałe do tradycji rzymskiego kościoła w 1570 roku. Od św. Grzegorza I Wielkiego (+ 604) datuje się powstanie "przedpościa". Na trzy tygodnie przed Wielkim Postem wprowadzał Kościół fioletową, pokutną barwę szat liturgicznych, z modlitw i śpiewów usuwano radosne Alleluja, do roku zaś 1248 w tym czasie obowiązywał również post, chociaż w formie złagodzonej. We wspomnianym 1248 roku papież Innocenty IV skrócił Wielki Post, wyznaczając go od Środy Popielcowej. Przedpoście było więc rodzajem przedsiönka, wprowadzającego w nastrój Wielkiego Postu. Reforma liturgiczna ostatnich lat Przedpoście zniósła. W Polsce Wielki Post zachowywano wraz z Przedpościem (łącznie 70 dni) jeszcze w niektórych stronach w wieku XVIII, a nawet XIX. W niedzielę post nie obowiązywał i dotąd nigdy nie obowiązuje - każda niedziela bowiem ma charakter uroczystości. Sam zwyczaj posypywania głów popiołem na znak żałoby i pokuty, celebrowany w Środę Popielcową, znany jest w wielu kulturach i tradycjach, m.in. w starożytnym Egipcie, u Arabów i w Grecji. W liturgii pojawił się on w VIII w. Pierwsze świadectwa o święceniu popiołu pochodzą z X w. W 1091 r. papież Urban II wprowadził ten zwyczaj jako obowiązujący w całym Kościele. W tym też czasie ustalono, że popiół do posypywania głów wiernych ma pochodzić z palm poświęconych w Niedzielę Palmową poprzedniego roku.

W Środę Popielcową - zgodnie z Kodeksem Prawa Kanonicznego - obowiązuje wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych i post ścisły (trzy posiłki w ciągu dnia, w tym tylko jeden - do syta). Prawem o wstrzemięźliwości są związani wszyscy powyżej 14. roku życia, a prawem o poście - osoby pełnoletnie do rozpoczęcia 60. roku życia. Prawo kanoniczne nie nakłada na wiernych natomiast obowiązku uczestniczenia w tym dniu w Eucharystii (choć jest to powszechną praktyką, z której nie powinno się rezygnować bez ważnej przyczyny).

W całym Kościele w Wielkim Poście odbywały się nauki, które dawał kandydatom do przyjęcia Chrztu świętego sam miejscowy biskup. On także przeprowadzał końcowy egzamin i uroczystie udzielał tego sakramentu w noc wielkanocną przed świtem pamiętki Zmartwychwstania Pańskiego wobec całej wspólnoty kościelnej. Do dziś zaleca się, by chrzest osób dorosłych odbywał się właśnie w Wigilię Paschalną i był poprzedzony tzw. skrutykami, odbywanymi się na przestrzeni Wielkiego Postu.

W okresie Wielkiego Postu, który jest czasem pokuty i nawrócenia, Kościół, przypominając słowa Jezusa, proponuje trzy drogi przybliżania się do Boga: post, jałmużnę i modlitwę. Liturgia tego okresu jest dość wyciszona. Dominującym kolorem szat liturgicznych jest fiolet. Z obrzędów Mszy świętej znika uroczysty hymn "Chwała na wysokości Bogu" (śpiewany jedynie w czasie przypadających w Wielkim Poście uroczystości, np. św. Józefa - 19 marca, czy Zwiastowania Pańskiego - 25 marca) oraz radosna aklamacja "Alleluja" (nawet w uroczystości i święta) śpiewana przed odczytaniem fragmentu Ewangelii (zastępuje ją aklamacja "Chwała Tobie, Królu wieków" albo "Chwała Tobie, Słowo Boże"). Zakazane jest przyozdabianie ołtarza kwiatami, zaś gra na instrumentach muzycznych dozwolona jest tylko w celu podtrzymania śpiewu. Z rzadka także odzywają się dzwony. Jedynym wyjątkiem od tych ostatnich zastrzeżeń jest IV Niedziela Wielkiego Postu, zwana Niedzielą *Laetare* (łac. "Wesel się" - od pierwszych słów introitu). W okresie Wielkiego Postu zabroniony jest udział w zabawach. Organizuje się także zwykle kilkudniowe rekolekcje, które mają pomóc w dobrym przeżyciu tego czasu. W wielu kościołach zachował się zwyczaj ustawiania krzyża, przy którym można klęknąć i ucałować rany Chrystusa. Zwykle stoją przy nim świece i kwiaty.

Zmiany następują także w Liturgii Godzin. W Godzinie Czytań w niedziele nie odmawia się hymnu "Ciebie, Boga, wysławiamy". W formułach rozpoczynających każdą Godzinę oraz w kilku innych częściach (np. responsoriach) opuszcza się radosne "Alleluja".

Tekst za: breviarz.pl