PRZEWODNIK KATOLICKI

Przewodnik po świętowaniu w czasie pandemii

WIELKANOC W DOMU

Opracowanie: Monika Białkowska
Współpraca: Szymon Bojdo
Korekta: Anna Rajska

Opracowanie graficzne: Agnieszka Robakowska
Skład i łamanie: Agnieszka Robakowska
Zdjęcia: Adobe Stock, Unsplash, Mazur/cbcew.org.uk/Flickr, Wikipedia
Zdjęcie na okładce: udra11/Adobe Stock

© Święty Wojciech Dom Medialny sp. z o.o., Poznań 2020

Wydawca:
Święty Wojciech Dom Medialny sp. z o.o.
„Przewodnik Katolicki"
ul. Chartowo 5, 61–245 Poznań
www.przewodnik-katolicki.pl

Pomocnik *Wielkanoc w domu* jest bezpłatnym dodatkiem „Przewodnika Katolickiego" na Wielkanoc 2020.

WIELKANOC W DOMU

To e-book dla tych, którzy chcą, żeby Wielkanoc była wyjątkowa i świąteczna – choć wszyscy jesteśmy zmęczeni i w stresie, choć nie możemy wyjść do kościoła ani zrobić zakupów, choć nie przyjadą goście i nie będzie świątecznych spacerów.

Wielu z nas będzie brakowało pięknej liturgii Triduum Paschalnego – święta bez niej są puste.

Inni nie będą mieli pomysłu, co zrobić, żeby te dni różniły się jakoś od tych wszystkich, których doświadczamy w pandemii.

Jednym i drugim chcemy pomóc i razem z Wami przejść przez ten czas tak, żeby był święty i piękny.

„Przewodnik" nie podaje żadnego gotowego scenariusza na dzień. To Wy w rodzinie układacie swój scenariusz z elementów, jakie Wam podpowiadamy. Są wśród nich modlitwy i pomysły na domowe liturgie, podpowiedzi kulturalne, kulinarne i dekoracyjne, sposoby na pogłębianie (być może nadszarpniętych przez kwarantannę) więzi rodzinnych, zgodne z zaleceniami sanitarnymi drogi spotkania z bliskimi – wszystko, czego w tych dniach będziecie potrzebować. Na dodatek przygotowane tak, że rozwiązania dla siebie znajdą zarówno początkujący, jak i prawdziwi eksperci.

Niedziela Palmowa, uczta paschalna, ciemnica, Droga Krzyżowa, adoracja krzyża albo święconka w domu? Zajęcie dla dzieci na kilka godzin? Modlitwy, dzięki którym z domu łączyć się będziesz duchowo z całym Kościołem? Sposób na akt żalu doskonałego i na przyjęcie komunii duchowej? To wszystko jest możliwe.

Święta Wielkanocne będą w tym roku prostsze niż zwykle i skromniejsze. Ale będą również piękne, jeśli odkryjemy, że jako chrześcijanie jesteśmy przede wszystkim wspólnotą kochających się serc, a Bóg ze swoją łaską nie jest zamknięty wyłącznie z Kościele. W tym roku, gdy my nie możemy wyjść, On jak zawsze sam przychodzi do nas i zmartwychwstaje między nami – tam, gdzie jesteśmy.

I nie ma znaczenia, czy przeżyjesz ten czas w gronie najbliższych, czy samotnie, czy w kwarantannie: ty również możesz mieć świętą Wielkanoc.

Jeśli uznasz, że nasz przewodnik jest pożyteczny i chcesz z niego skorzystasz, zapraszamy również do odwiedzania naszej strony internetowej **www.przewodnik-katolicki.pl** oraz do polubienia naszego profilu na FB:
https://www.facebook.com/przewodnik.katolicki

Zachęcamy również do zapisania się na nasz newsletter.

Cyfrowe wydanie tygodnika „Przewodnik Katolicki" możesz zamówić tu: **http://e.przewodnik-katolicki.pl/**

Tygodnik „Przewodnik Katolicki" w wersji pdf (do samodzielnego wydruku) kupisz tu:
https://www.swietywojciech.pl/Czasopisma/Kategoria/PrzewodnikKatolicki

NIEDZIELA PALMOWA

Zakrycie krzyża

Zasłanianie krzyża jest tradycją pochodzącą ze średniowiecza, kiedy to krzyże były wysadzane drogimi kamieniami, Jezus ubrany był w królewskie szaty i złotą koronę, a na Jego ciele nie było żadnych śladów cierpienia. Chodziło o to, żeby ukazywany jako Zwycięski czy Triumfujący Jezus nie utrudniał wiernym skupienia się na tajemnicy męki. Dlatego przez cały Wielki Post takie krzyże były zakryte czarnymi lub fioletowymi zasłonami, często bogato zdobionymi.

Abp Antoni Nowowiejski tłumaczył, że zasłona ta była symbolem żalu i pokuty, jakim grzesznik poddać się powinien, aby mu wolno było znowu podnieść oczy na Majestat Boski, którego Oblicze nieprawościami swymi niejako sobie przysłonił; wyobraża sobie poniżenie Chrystusa, zakrywające chwałę Jego Bóstwa i czyniące Go Żydom zgorszeniem, a poganom głupstwem, aby w zmartwychwstaniu, na kształt zasłony przedarte, objawiły ukrytą za nimi jasność i moc Boga Wcielonego.

Dziś przepisy kościelne sugerują, żeby od tego zwyczaju odchodzić – inaczej pokazujemy dziś Jezusa na krzyżu i Jego zasłanianie straciło sens. Polscy biskupi postanowili zachować ten

zwyczaj od piątej niedzieli Wielkiego Postu do uczczenia krzyża w Wielki Piątek.

Jeśli chcesz, możesz również ten zwyczaj zachować i zasłonić krzyż w swoim domu. W ten sposób to, na co patrzysz codziennie, nie spowszednieje, a po odsłonięciu spojrzysz na swój stary krzyż zupełnie inaczej. Zasłonę z krzyża zdejmij w Wielki Piątek wieczorem.

Jeśli chcesz zachować ducha tego zwyczaju: żeby inne wizerunki Jezusa nie przysłaniały w tym czasie Jego Męki, możesz zakryć te, które masz w domu, na przykład Chrystusa Króla, Świętej Rodziny, Jezusa Miłosiernego. Pamiętaj – nie chodzi o to, że jest w nich coś złego. Chodzi o to, żebyś w tym czasie skupił się na tym jednym, jedynym wymiarze tajemnicy, w której dokonało się nasze zbawienie. Zasłonę z tych wizerunków zdejmij przed Wigilią Paschalną albo przed Rezurekcją.

Możesz również zakryć albo schować inne przedmioty, które są ważną dla ciebie ozdobą i sprawiają ci radość: kwiaty ze stołu, pamiątkową fotografię, ulubiony obrazek (również do Wigilii Paschalnej lub Rezurekcji).

Umów się z dziećmi, że na czas Wielkiego Tygodnia zrezygnują z jednej, ulubionej zabawki. Wytłumacz im sens tego gestu: że dziać się będą w tym tygodniu rzeczy tak niezwykłe, że nic nie powinno odwracać ich uwagi. Przed rozpoczęciem Mszy św. w Niedzielę Palmową mogą schować zabawki do specjalnie wykonanego pudełka albo oddać rodzicom na przechowanie. Oddaj je dzieciom przed Wigilią Paschalną lub Rezurekcją).

Modlitwy przy zasłonięciu krzyża

W nocy cierpienia i zabłąkania krzyż jest pochodnią, która podtrzymuje oczekiwanie na nowy dzień zmartwychwstania. Boski Królu ukrzyżowany, niech tajemnica Twojej chwalebnej śmierci zatriumfuje w świecie. Spraw, abyśmy nie tracili odwagi

i niezłomnej nadziei w obliczu dramatów ludzkości i wszelkich krzywd, które poniżają człowieka, odkupionego Twoją cenną krwią. Spraw, abyśmy tego wieczoru z jeszcze głębszym przekonaniem zawołali: Twój krzyż jest zwycięstwem i zbawieniem, «boś przez krzyż swój święty świat odkupić raczył». Amen.

Jan Paweł II

Razem z Chrystusem zostałem przybity do krzyża. Teraz zaś już nie ja żyję, lecz żyje we mnie Chrystus. Choć nadal prowadzę życie w ciele, jednak obecne życie moje jest życiem wiary w Syna Bożego, który umiłował mnie i samego siebie wydał za mnie/

List do Galatów

Krzyżu Święty, drzewo życia – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, mocy i mądrości Boża – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, zwycięski sztandarze chwały Chrystusa,
Krzyżu Święty, powszechny znaku zbawienia – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, zadośćuczynienie za nasze grzechy – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, narzędzie pojednania Boga z ludźmi – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, źródło wszelkich łask – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, drogowskazie chrześcijańskiego życia – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, znaku wyznawanej wiary – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, nauczycielu miłości i przebaczenia – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, pociecho smutnych i cierpiących – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, ucieczko skrzywdzonych i zrozpaczonych – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, pomocy na drodze nawrócenia – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, umocnienie pokutujących – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, wolności przed zniewoleniem zła – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, nadziejo umierających – ochraniaj nas
Krzyżu Święty, zwiastunie zmartwychwstania – ochraniaj nas
Boże, Ty w zgorszeniu krzyża objawiłeś swoją niewysławioną mądrość, spraw abyśmy do głębi przeniknęli chwałę męki Twojego Syna i z ufnością chlubili się Jego krzyżem. Który z Tobą żyje i króluje w jedności Ducha Świętego, Bóg przez wszystkie wieki wieków. Amen

Palma

Nawet jeśli nie możesz wyjść z domu, postaraj się zrobić wielkanocną palmę.

• jeśli masz przy domu ogród, wykorzystaj rosnące tam rośliny
• jeśli jesteś w mieszkaniu, wykorzystaj to, co masz – sztuczne gałązki, suszki, gałązkę z roślin domowych
• dzieci mogą wykonać palmę z listewek albo z kolorowego papieru, wycinając i naklejając kolejne listki
• możesz, jeśli nie ma nic innego, udekorować domowy kwiat wstążką czy bibułą.

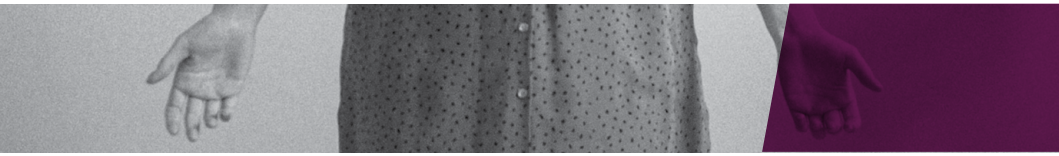
Chodzi o gotowość twojego serca: palmy mają upiększyć wjazd Jezusa do Jerozolimy, są znakiem oddania Mu królewskiego hołdu. Co rzuciłbyś pod stopy Jezusa, który przychodzi dziś w królewskiej procesji do twojego domu?

Pamiętaj: jesteśmy zamknięci w domach, ale śpiewamy radosne „Hosanna!".

Transmisja

Przed Mszą św. ustaw swoją „palmę" na stole albo w pobliżu telewizora / komputera, na którym będziesz oglądał transmisję. Możesz zapalić świecę.

Transmisja nie jest realnym uczestnictwem, ale łatwiej będzie ci ją przeżywać i duchowo łączyć się z modlącym Kościołem, jeśli usiądziesz na krześle, a nie będziesz leżał na kanapie, jeśli zamiast dresu włożysz porządną koszulę czy bluzkę, jeśli odpowiadać będziesz słowami i powtarzać będziesz liturgiczne gesty, jeśli nie będziesz w trakcie transmisji jeść czy rozmawiać.



Komunia św. duchowa

Jeśli jesteś w stanie łaski uświęcającej, możesz przyjąć **komunię św. duchową** (uwaga! Możesz ją przyjąć również poza transmisją, łączenie tych elementów pomaga nam je przeżyć, ale nie jest niezbędne).

Komunia św. duchowa polega na tym, że kiedy nie mamy możliwości przyjęcia Ciała Pańskiego przez fizyczne spożycie, możemy wzbudzić w sobie pragnienie, w dowolnej formie prosząc o sakramentalne zjednoczenie z Chrystusem. W ten sposób Bóg udziela nam łaski Najświętszego Sakramentu, choć bez widzialnego znaku.

Więcej wyjaśnień na ten temat znajdziesz tu:
http://mkolbe.pl/assets/files/Komunia_duchowa.pdf

Akt komunii św. duchowej (papież Franciszek)

Kładę się u Twych stóp, o mój Jezu, i ofiarowuję Ci moje skruszone serce, uniżone w swojej nicości i Twojej świętej obecności. Adoruję Cię w sakramencie Twej miłości, niewysłowionej Eucharystii. Pragnę przyjąć Ciebie w tym ubogim przybytku, jaki oferuje Ci mój umysł. Czekając na radość z sakramentalnej komunii, pragnę przyjąć Cię w duchu. Przyjdź do mnie, O mój Jezu, kiedy ja, ze swojej strony, przychodzę do Ciebie! Niech Twoja miłość ogarnie moje całe

jestestwo w życiu i śmierci. Wierzę w Ciebie, Tobie ufam, Ciebie miłuję.

Wierzę, Jezu, że jesteś rzeczywiście obecny w Eucharystii. Kocham Cię! Żałuję za grzechy, którymi Cię obraziłem. Przyjdź do mojego serca, oddaję Ci się cały! Nie pozwól mi nigdy odłączyć się od Ciebie!

Ty, Panie, stworzyłeś mnie dla siebie i moje serce tak długo będzie niespokojne, dopóki nie spocznie w Tobie. Pragnę i łaknę Ciebie, mój Panie. Nie odsyłaj mnie głodnego. Nakarm mnie Chlebem, który zstąpił z nieba. Wejdź znów w moje życie. Rozlej łaskę tam, gdzie jest najtrudniej. Naucz mnie słuchać Ciebie i wypełniać Twoją świętą wolę. Przyjdź, o mój Panie, a ja Cię przyjmę z miłością Matki Najświętszej i z gorliwością świętych.

Wierzę o słodki Jezu, że jesteś rzeczywiście obecny pod postaciami chleba i wina. Kocham Cię z całego serca! Żałuję za grzechy, którymi Cię obraziłem. Przyjdź do serca mojego, o Ty jedyne pragnienie moje! Rzucam się w Twoje objęcia, oddaję Ci się cały, o jedyny przedmiocie mej miłości. Nie dopuść, abym się kiedy miał oderwać od Ciebie!

Panie Jezu, ponieważ nie mogę w tej chwili przyjąć Ciebie w Świętym Sakramencie Eucharystii, błagam Cię, abyś przyszedł duchowo do mojego serca w duchu Twojej świętości, w prawdzie Twojej dobroci, w pełni Twojej władzy, w łączności z Twoimi tajemnicami i w doskonałości Twoich dróg. O Panie, wierzę, zawierzam, wychwalam Ciebie. Żałuję za wszystkie moje grzechy. O najświętszy sakramencie, o Boski sakramencie, zawsze niech będzie Twoja chwała i dziękczynienie.

Muzyka

W ramach przygotowania do Mszy św. możesz włączyć muzykę: https://www.youtube.com/watch?v=m-soejis2us
To „Gloria Laus", utwór skomponowany w IX wieku przez Teodulfa z Orleanu na procesję z palmami właśnie w Niedzielę Palmową. Utwór ten jest starszy niż chrześcijaństwo w Polsce, a legenda głosi, że kiedy Teodulf go komponował, przebywał w więzieniu. Kiedy cesarz usłyszał ten śpiew, natychmiast uwolnił z więzienia jego autora.

Czytanie Męki Pańskiej

Mękę Pańską usłyszmy podczas transmisji Mszy św.
Możesz ją również przeczytać w rodzinie z podziałem na role. Tekst z podziałem na role (oznaczenia literami) znajdziesz tu:
https://niezbednik.niedziela.pl/liturgia/2020-04-05/Ewangelia
Słowa Jezusa czyta ojciec rodziny albo jej głowa (kiedy nie ma ojca).

Misterium

Jeśli w domu jest więcej dzieci, można zaproponować im, żeby wcześniej przygotowały misterium – teatr, w którym na swój dziecięcy sposób opowiedzą o tym, co wydarzyło się na Kalwarii. Takie misteria przygotowywane są od wieków w różnych miejscach i różnych społecznościach. Niedziela Palmowa jest dobrym momentem, żeby takie misterium wykonać również w rodzinie. Można je również nagrać i przesłać do rodziny, która nie może z nami w tym roku świętować.

Rodzice powinni wcześniej zapoznać dzieci z treścią Męki Pańskiej i pomóc w napisaniu scenariusza, przygotowaniu dekoracji i kostiumów.

Popatrz na obraz Pietro Giovanni d`Ambrogio „Wjazd Chrystusa do Jerozolimy"

Zwróć w tej scenie uwagę na trzy detale i spróbuj je odnieść do swojego życia.

Płaszcze – 3 osoby składają właśnie płaszcz przed zwierzęciem, na którym jedzie Jezus, 2 pozostałe szykują się do tego gestu – dlatego że ścieżka jest wąska i jest na niej spory tłum – nie mogą robić niczego innego, ani trzymać palm, ani obserwować, co dzieje się dookoła. Pomyśl, co powinnaś / powinieneś złożyć dziś przed Jezusem, by w pełni przeżyć tajemnice Wielkiego Tygodnia

Człowiek wchodzący przez furtkę – po lewej stronie obrazu widzimy człowieka, który przypadkiem – ni to z pola, ni z ogrodu wchodzi na drogę, na której odbywa się procesja – my widzimy jego plecy – ty zobacz jego twarz. Może to twoja twarz? Koniec Wielkiego Postu dopadł Cię znienacka, pośród zabiegania? Czy dołączysz do Chrystusa?

Robotnicy na drzewach – po prawej stronie dwie osoby siedzą w koronach drzew, najprawdopodobniej nie wdrapały się tam jak Zacheusz z ciekawości, tylko orszak zastał je, gdy tam pracowały. Może patrzą na zbiegowisko z czystej ciekawości. Ale ciekawość może być początkiem niezwykłej przygody – czy jestem ciekawy tego, co przygotował dla mnie Bóg?

Słuchowisko Zyty i Zuzanny Malard „Bóg żywy”
https://www.youtube.com/watch?v=jI3kxsqrfCg

Słuchowisko na podstawie dramatu z 1937 roku może wydawać się nam dzisiaj nieco przestarzałe, ale warto się w nie dobrze słuchać. Rozpoczyna się ono w Niedzielę Palmową i po kolei wyjaśnia tajemnice Wielkiego Tygodnia. Podążamy razem z narratorem szukającym odpowiedzi na pytanie „Kim jest Jezus?”. Czasami jest tak, że wszystko, co przeżywamy, kolejne święta i uroczystości wydają się nam oczywiste, powtarzają się przecież w pewnych cyklach. Spróbujmy jednak wczuć się w rolę osoby, która bądź nigdy o tym nie słyszała, bądź nigdy nie miała doświadczenia wiary.

Film „Gran Torino”, reż. Clint Eastwood

Ten obraz nie ma konotacji religijnej: opowiada historię weterana wojennego z Korei – Walta Kowalskiego. Schorowany i u kresu swojego życia, mający swoje przyzwyczajenia i ewidentne wady – jest rasistą, zamkniętym na ludzi. Poznajemy jego hi-

storię, gdy mierzy się z nieoczekiwanym wyzwaniem – w jego sąsiedztwie zamieszkuje rodzina koreańskich imigrantów. Wtedy bohaterem filmu staje się też jego piękne auto – legendarne Gran Torino.

Warto obejrzeć ten film i pomyśleć o naszych przyzwyczajeniach, nawykach, a nawet tych sferach w naszym życiu, których NA PEWNO nie da się zmienić. Bo właśnie teraz zaczynamy czas, w którym możemy się przekonać, że Bóg ma moc, by zmienić WSZYSTKO.

Jak często wydawało ci się, że na coś już jest za późno? Nie nam dane jest znać czasy i chwile, a Wielkanoc pokazuje jak bardzo ponad czasem jest Bóg. Dla Niego nie ma „za późno" – jest tylko „jeszcze nie".

WIELKI CZWARTEK

Modlitwa poranna

Jeśli nie mieszkasz sam, usiądźcie lub klęknijcie do niej całą rodziną. Opowiedz dzieciom, że właśnie zaczynają się najbardziej niezwykłe dni w całym roku życia Kościoła – że to, co będziemy wspominać, sprawiło, że będziemy żyć wiecznie.

Największe uroczystości rozpoczną się dopiero wieczorem, ale już teraz wejdźcie razem w ten niezwykły czas wspólną modlitwą.

Jeśli jesteś sam, powierz w tej modlitwie Bogu wszystkich, których kochasz, od których jesteś oddzielony, za którymi tęsknisz – i cały świat, który zmaga się z pandemią.

Psalm 80

Usłysz, Pasterzu Izraela,
Ty, który jak trzodę prowadzisz ród Józefa,
Ty, który zasiadasz nad cherubami!
Ukaż się przed Efraimem, Beniaminem i Manassesem,
wzbudź swą potęgę i przyjdź nam z pomocą.
Odnów nas, Boże,
i rozjaśnij nad nami swoje oblicze,
a będziemy zbawieni.

Panie, Boże Zastępów, jak długo gniewać się będziesz
pomimo modłów Twojego ludu?
Nakarmiłeś go chlebem płaczu,
obficie napoiłeś łzami.
Uczyniłeś nas przyczyną zwady sąsiadów,
a wrogowie nasi z nas szydzą.
Odnów nas, Boże Zastępów,
i rozjaśnij nad nami swoje oblicze,
a będziemy zbawieni.
Przeniosłeś winorośl z Egiptu
i zasadziłeś ją wygnawszy pogan.
Przygotowałeś dla niej glebę,
a ona zapuściła korzenie i napełniła ziemię.
W jej cieniu skryły się góry,
jej gałęzie okryły potężne cedry.
Rozpostarła swe pędy aż do Morza,
aż do Rzeki swoje latorośle.
Dlaczego zburzyłeś jej ogrodzenie
i każdy przechodzień zrywa jej grona?
Niszczy ją dzik leśny
i obgryzają polne zwierzęta.
Powróć, Boże Zastępów,
wejrzyj z nieba, spójrz i nawiedź tę winorośl.
Chroń to, co zasadziła Twoja prawica,
latorośl, którą umocniłeś dla siebie.
A ci, którzy ją spalili i wycięli,
niech zginą od grozy Twojego oblicza.
Wyciągnij rękę nad mężem Twej prawicy,
nad synem człowieczym, którego umocniłeś w swej służbie.
Już więcej nie odwrócimy się od Ciebie,
daj nam nowe życie, a będziemy Cię chwalili.
Odnów nas, Panie, Boże Zastępów,
i rozjaśnij nad nami swoje oblicze,
a będziemy zbawieni.
Chwała Ojcu i Synowi,
i Duchowi Świętemu.
Jak była na początku, teraz i zawsze,
i na wieki wieków. Amen.

Ojcze nasz...

*Boże, Ty jesteś zbawieniem tych, którzy Ciebie miłują, Ty przez śmierć swojego Syna dałeś nam nadzieję osiągnięcia tego, w co wierzymy, † pomnóż w nas dary swojej łaski, * abyśmy mieli udział w chwale Jego zmartwychwstania. Który z Tobą żyje i króluje w jedności Ducha Świętego, * Bóg, przez wszystkie wieki wieków. Amen.*

Księża

W Wielki Czwartek rano księża zwykle spotykają się w katedrze na Mszy Krzyżma, gdzie nie tylko święcone są oleje święte, używane potem przez cały rok, ale również księża odnawiają swoje przyrzeczenia, złożone w czasie święceń kapłańskich. To jest dla nich ważny dzień, który traktują jak święto. W tym roku, kiedy nie mogą się spotkać ze swoim biskupem, będą odczuwali pustkę i ból.

Pomódl się za swoich biskupów. Pomódl się za swoich księży – tych z parafii, tych zaprzyjaźnionych i tych, z których posługi korzystałeś w swoim życiu.
Możesz to zrobić, parafrazując słowa tych modlitw, które oni sami zanoszą za siebie w Wielki Czwartek:
„Boże, udzielaj kapłanom swoich darów, aby jako wierni słudzy Chrystusa, Najwyższego Kapłana, prowadzili nas do Niego, bo On jest źródłem zbawienia. Chryste, usłysz nas. Chryste, wysłuchaj nas!
Boże, wspomagaj biskupa, aby wiernie wypełniał urząd apostolski, który został mu powierzony i aby był żywym wizerunkiem Chrystusa-Kapłana, Dobrego Pasterza, Nauczyciela i sługi wszystkich. Chryste, usłysz nas. Chryste, wysłuchaj nas.

Zachowaj ich Panie w swojej miłości i doprowadź ich i nas do życia wiecznego. Amen".

Do księdza z parafii czy księdza zaprzyjaźnionego zadzwoń dziś albo napisz do niego choć kilka słów. Nie chodzi tu o składanie życzeń – Wielki Czwartek to nie jest „dzień księdza". Chodzi o to, żeby w tym trudnym również dla nich czasie księża wiedzieli, że jesteśmy z nimi, pamiętamy, modlimy się za nich i jesteśmy wdzięczni za ich posługę.

Wieczerza

Wieczerza, którą Jezus zjadł z Apostołami w dzień przed swoją męką, była Paschą. Wieczerza paschalna, spożywana co roku przez Żydów, była wielkim świętem obchodzonym na pamiątkę wyzwolenia i wyjścia z Egiptu do Ziemi Obiecanej. Miała ona swój określony porządek i potrawy, z których każda miała znaczenie symboliczne.

W roku, w którym nie możemy iść na liturgię do Kościoła i oglądać będziemy tylko transmisję, można zjeść uroczystą kolację, nawiązującą swoją formą do żydowskiej wieczerzy paschalnej i do wydarzeń w Wieczerniku.
Dobrze byłoby taką wieczerzę zjeść przed transmisją – żeby potem wejść już w czas ciszy i pokuty razem z Jezusem, idącym do Ogrójca.
Stół powinien być uroczyście nakryty, a uczestnicy kolacji ubrani odświętnie. Jeśli jesteś sam lub w domu kogoś brakuje, ustaw na stole jego zdjęcie. Zadzwoń do niego, żeby powiedzieć, że o nim pamiętasz.

Na stole w czasie żydowskiej Paschy pojawiało się wiele potraw i nie jesteśmy w stanie ich odtworzyć, zwłaszcza w warunkach kwarantanny.

Możemy jednak próbować do nich nawiązać – w czasie kiedy sami jesteśmy trochę „na wygnaniu". To będzie prostsze, jeśli zrozumiemy ich symbolikę.

Maca: niekwaszony chleb. Żydzi tak szybko wychodzili z Egiptu, że chleby nie zdążyły im wyrosnąć. Niekwaszony chleb łatwo przygotować, piekąc cienkie placki z samej tylko mąki i wody z odrobiną soli. Wyrabianiem takich placków z łatwością zająć się mogą nawet dzieci: wyrobione ciasto wałkujemy na placek i dzielimy na kawałki jak pizzę. Takie kawałki macy (albo po prostu naszych swojskich podpłomyków) kładziemy na 2-3 minuty na rozgrzanej patelni bez tłuszczu, pilnując, żeby upiekły się z obu stron (jeśli patelnię natłuścimy, będą robiły się bąble, które trzeba przekłuć widelcem).

Maca żydowska była bez dodatków, ale można – w zależności od rodzinnych upodobań – dodać do niej zioła, czarnuszkę albo inne przyprawy.

Mięso baranka jest dla nas raczej nie do zdobycia, ale było istotnym elementem uczty paschalnej – na pamiątkę krwi baranka, którą w Egipcie Żydzi mieli pomazać drzwi swoich domów, by ocalić życie swoich pierworodnych synów.

Jeśli chcemy do tego nawiązać, możemy przygotować na naszą kolację mięso, najlepiej z kością (może być nawet udko z kurczaka). Jako że na żydowskiej Passze musiały być również obecne gorzkie zioła i warzywa, takie jak chrzan czy por (dla upamiętnienia trudnego, gorzkiego życia w Egipcie), można je podać oddzielnie albo przyrządzić w nich mięso (w internecie jest mnóstwo przepisów na kurczaka w chrzanie czy pieczonego w ziołach).

Obowiązkowym elementem na stole był symbol ciężkiej pracy w Egipcie, czyli **mus** w kolorze cegły, zrobiony z owoców. Jeśli mamy do nich dostęp w kwarantannie, mogą posłużyć nam jako deser.

Na stole wieczerzy paschalnej znajdował się również **talerz ze słoną wodą**, w której moczono warzywa (choćby rzodkiewkę, symbol ubogiego życia) – sama woda była pamiątką wylanych w niewoli egipskiej łez.

Do kolacji można podać **wino**, które również było obowiązkowe w czasie Paschy.

Jeśli chcemy w ten uroczysty i nietypowy sposób świętować Wielki Czwartek, pozostańmy wierni jeszcze jednej tradycji, czyli hagadzie.

Hagada to opowieść. W żydowskich rodzinach najmłodszy członek rodziny przed rozpoczęciem posiłku pytał ojca, co będą świętować – a ojciec opowiadał wówczas historię o tym, jak Bóg wyzwolił naród wybrany z domu niewoli.

Po zmartwychwstaniu Jezusa to właśnie wydarzenie stało się dla chrześcijan najważniejszą opowieścią, którą powtarzają w każdej Eucharystii.

Opowiedz dzieciom o tym, co się wydarzyło w Wielki Czwartek: o Wieczerniku, ostatniej wieczerzy, łamaniu chleba, zdradzie Judasza, modlitwie w Ogrójcu i o pojmaniu Jezusa.

Opowiedz dzieciom – ale również swojej żonie / mężowi / rodzicom – o tym, jak Bóg działał w twoim życiu. Gdybyś miał dziś znaleźć wydarzenie, w którym cię ocalił, dał jakieś dobro, sprawił coś, co po ludzku nie miało prawa się stać – co by to było?

Jeśli spędzasz ten czas sam: spróbuj pomyśleć i udowodnić w liście do samego siebie, ile dobra od Boga doznałeś i kiedy doświadczałeś Jego obecności. Jeśli ci trudno pisać listy, spróbuj wynotować przynajmniej punkty. Kiedy skończysz, podziękuj Bogu za to wszystko.

Dziecięcą tradycją było, że dzieci podczas wieczerzy ukrywały gdzieś w domu kawałek macy. Ojciec rodziny próbuje ją znaleźć – a kiedy nie może, musi wykupić ją od dzieci drobnymi prezentami (słodyczami). Dopiero wtedy wieczerza może się zakończyć.

Pamiętaj, żeby zakończyć świętowanie przed rozpoczęciem transmisji wielkoczwartkowej liturgii.

Nie będziemy widzieli w tym roku obrzędu umywania nóg – praktykowanego od starożytności gestu pokory, służby i miłości. Jezus obmywał nogi swoim uczniom, ale też robili to gospodarze, witając swoich gości, albo kapłani tym, którzy po chrzcie wychodzili z basenów chrzcielnych.

Zamiast tego po kolacji ojciec może przeczytać fragment z Ewangelii św. Jana:

„Było to przed Świętem Paschy. Jezus wiedząc, że nadeszła Jego godzina przejścia z tego świata do Ojca, umiłowawszy swoich na świecie, do końca ich umiłował. W czasie wieczerzy, gdy diabeł już nakłonił serce Judasza Iskarioty syna Szymona, aby Go wydać, wiedząc, że Ojciec dał Mu wszystko w ręce oraz że od Boga wyszedł i do Boga idzie, wstał od wieczerzy i złożył szaty. A wziąwszy prześcieradło nim się przepasał. Potem nalał wody do miednicy. I zaczął umywać uczniom nogi i ocierać prześcieradłem, którym był przepasany. Podszedł więc do Szymona Piotra, a on rzekł do Niego: «Panie, Ty chcesz mi umyć nogi?». Jezus mu odpowiedział: «Tego, co Ja czynię, ty teraz nie rozumiesz, ale później będziesz to wiedział». Rzekł do Niego Piotr: «Nie, nigdy mi nie będziesz nóg umywał». Odpowiedział mu Jezus: «Jeśli cię nie umyję, nie będziesz miał udziału ze Mną». Rzekł do Niego Szymon Piotr: «Panie, nie tylko nogi moje, ale i ręce, i głowę!». Powiedział do niego Jezus: «Wykąpany potrzebuje tylko nogi sobie umyć, bo cały jest czysty. I wy jesteście czyści, ale nie wszyscy». Wiedział bowiem, kto Go wyda, dlatego powiedział: «Nie wszyscy jesteście czyści»”.

Potem w przygotowanej specjalnie misce obmywa stopy swojej żony i dzieci, wyciera je i całuje.

W trakcie można zaśpiewać kanon lub wysłuchać śpiewu „Ubi caritas”: **https://www.youtube.com/watch?v=wTUfVJ-TyNQ8**

Na koniec obmywający nogi odmawia krótką modlitwę:

Prosimy Cię Panie, bądź obecny przy naszym posługiwaniu: Tyś przecież raczył umyć nogi swych uczniów, a zwyczaj ten nakazałeś zachowywać, nie gardź dziełami Twych rąk, ale tak obmyj z grze-

chów wnętrza naszych dusz jak my sami z brudów obmywamy nasze ciała. Ty sam racz to sprawić Boże! Amen.

Umywanie nóg jest jednym z gestów pokory i miłości, które można wyrazić na wiele różnych sposobów.
Umówcie się w rodzinie, że ten dzień jest dniem wzajemnego świadczenia sobie dobra i usługiwania. Znajdźcie sposób, żeby każdemu w domu usłużyć tego wieczoru przynajmniej w jednej rzeczy.

Po obejrzeniu transmisji sprzątnij stół. Zdejmij z niego obrus, kwiaty, ewentualne ozdoby. Niech pozostanie nagi i pusty, jako domowy symbol ciemnicy. Jeśli masz z czego ją upleść, możesz położyć na nim koronę cierniową.

Postaraj się, żeby wieczór po wielkoczwartkowej liturgii był czasem ciszy. Nie włączaj radia ani telewizora.

Jezus noc po Wieczerzy Pańskiej spędził w Ogrójcu i aresztowany w ciemnicy, w samotności i opuszczeniu – na modlitwie za swoich uczniów.

Rodzice mogą spędzić tę noc na modlitwie za swoje dzieci, powierzając Bogu całą ich przyszłość: zdrowie, bezpieczeństwo, rozwój duchowy i intelektualny, ich przyszłe wybory życiowe. Mogą to zrobić razem lub na zmianę.

Warto zrobić to w ciszy, przy zapalonej świecy, przy pustym stole, symbolizującym domową ciemnicę.

Dla osób spędzających kwarantannę w samotności ta noc jest szczególna – to właśnie oni najbardziej doświadczają tego, co przeżywał Jezus.

Przeczytaj powoli 17. rozdział Ewangelii św. Jana.

Spędź z Jezusem tej nocy tyle czasu, ile tylko zdołasz – w ciemności, w ciszy, przy płomyku świecy. Włącz się w Jego modlitwę za cały Kościół. Jesteśmy rozdzieleni, musimy być fizycznie daleko, ale w Nim i dzięki Niemu stanowimy jedno.

Żal doskonały

Jeśli nie zdołałeś wcześniej wyspowiadać się, to dobry czas, żeby wzbudzić w sobie żal doskonały. W sytuacji, w której nie mamy dostępu do kapłana, Bóg działa również na inne sposoby i chce odpuszczać nam winy. Warunkiem jest żal nie ze strachu przed karą, ale z samej tylko miłości.

Więcej o żalu doskonałym przeczytasz tu: **http://mkolbe.pl/assets/files/al-doskonay.pdf**

Znajdź czas i miejsce, kiedy nikt nie będzie ci przeszkadzać. Jeśli będzie ci łatwiej się skupić, możesz ustawić sobie święty obrazek i zapalić świecę, poczytać przez chwilę Pismo Święte.

Zrób rachunek sumienia, pytając się przede wszystkim o miłość. Jak wyglądasz w oczach Boga, który kocha cię ponad wszystko? Kiedy się tobą cieszył, a kiedy patrzył zaniepokojony? O których momentach wiesz, że zdradziłeś Jego miłość, że robiłeś nie to, czego dla ciebie pragnął?

Postanów poprawę. Niech to będzie tylko jedno postanowienie, ale za to konkretne.

Postanów również, że przy najbliższej okazji, jak to tylko będzie możliwe, przystąpisz do sakramentu spowiedzi, żeby wyznać swoje grzechy w konfesjonale.

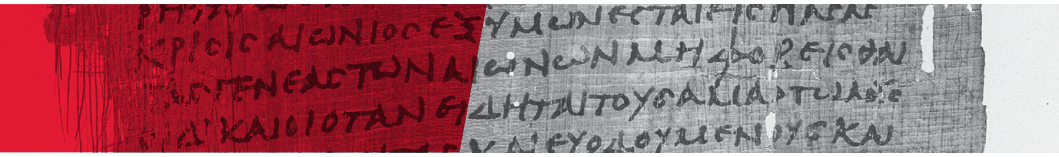
Odmów akt żalu doskonałego.

Możesz wyrazić go własnymi słowami.

Możesz użyć również jednej z formuł – pamiętając, że najważniejsze jest tu nastawienie twojego serca. Ono musi podążać za wypowiadanymi słowami.

Ach, żałuję za me złości, jedynie dla Twej miłości. Bądź miłościw mnie grzesznemu, całym sercem skruszonemu.

Boże mój, z całego serca żałuję za wszystkie moje grzechy i wyrzekam się ich, ponieważ grzesząc nie tylko zasłużyłem na kary sprawiedliwie przez Ciebie ustanowione, ale szczególnie dlatego, że obraziłem Ciebie, najwyższe dobro i jedynie godnego, aby być ponad wszystko kochanym. Dlatego z całą mocą przyrzekam, z pomocą łaski Twojej, już więcej nie grzeszyć i na przyszłość unikać bliskich okazji do grzechu. Amen.



Lektura duchowa

Homilia paschalna Melitona z Sardes, biskupa

Liczne były wypowiedzi proroków dotyczące misterium paschalnego, którym jest Chrystus. „Jemu niech będzie chwała na wieki wieków, amen". On przyszedł z niebios na ziemię dla człowieka pogrążonego w niedoli. Wziął ludzką naturę w łonie Dziewicy i stał się człowiekiem. Dzięki ciału podlegającemu cierpieniom wziął na siebie wszystkie ludzkie słabości i zniweczył w sobie jego pożądliwość, a mocą ducha, do którego śmierć nie miała dostępu, zgładził śmierć ludobójczą.

Powiedli Go na zagładę jak baranka i jak owcę wydali na stracenie, ale On, tak jak niegdyś z Egiptu, wykupił nas z poddaństwa świata, i tak jak z ręki faraona, tak też wyzwolił nas z przemocy szatana; nasze dusze naznaczył swoim Duchem Świętym, a nasze ciała krwią swoją.

On to pozostawił śmierć bezradną i diabła napełnił żalem tak, jak niegdyś Mojżesz faraona. On obalił przewrotnych wrogów razem z ich nieprawością i obezwładnił ich tak, jak Mojżesz całą potęgę Egiptu.

On jest tym, który nas przeprowadził z niewoli do wolności, z mroków do światła, ze śmierci do życia, z ucisku tyrana do wiecznego królestwa, i uczynił nas nowymi kapłanami, ludem wybranym i wiecznym. On jest Paschą naszego zbawienia.

To On w wielu wycierpiał wiele: zabity w Ablu, spętany w Izaaku, tułający się w Jakubie, sprzedany w Józefie, wystawiony na zgubę w Mojżeszu, zabity w baranku, prześladowany w Dawidzie i znieważony w prorokach.

To On przyjął ciało z Dziewicy, zawisł na krzyżu, złożony był w grobie, a powstawszy z martwych wstąpił na wysokości niebios.

To On jest barankiem, który nie wydał głosu i został zabity. Przyszedł na świat z Maryi, owieczki bez zmazy; wybrany spośród owczarni i powiedziony na zagładę, ku wieczorowi został złożony w ofierze i pogrzebany wśród nocy. Ale na krzyżu nie połamano Jego kości, a Jego ciało złożone w ziemi nie doznało skażenia. On to powstał z martwych i wskrzesił człowieka z grobu, w którym pozostawał.

Popatrz na obraz Tintoretta „Ostatnia wieczerza" (ok. 1570)
Zwróć uwagę na szeroki gest ramion Jezusa, który chce podać Apostołom kawałki chleba – swojego Ciała. Robi to całą rozpiętością ramion, tak jak następnego dnia rozepnie je na krzyżu. Popatrz też na Jego zdecydowanie: w tym geście widać, że chce dzielić się tym chlebem, by ludzie Go przyjęli. Czy ty też odczuwasz pragnienie Jezusa, który przez Eucharystię chce być obecny w Twoim życiu?

Spójrz na osobę leżącą na ziemi i dziecko – uczestnicy wieczerzy dzielą się z nimi jedzeniem. W tym dniu pomyślmy o ubogich: nie tylko tych, którym brakuje chleba powszedniego, ale też o tych, z którymi może powinniśmy podzielić się doświadczeniem Kościoła.
Smutek Judasza – który już powoli opuszcza wieczerzę, jeszcze krok, a praktycznie znajdzie się za ramą obrazu – zestaw z radością stołu, przy którym Jezus ucztuje z uczniami.

Wydarzenia dzisiejszego dnia kończą się w Ogrodzie Oliwnym. Zazwyczaj ten moment Triduum Paschalnego przeżywaliśmy, adorując obecność Jezusa w Najświętszym Sakramencie. Spróbujmy w tym roku udać się tam dzięki poezji **ks. Janusza Stanisława Pasierba**:

OGRÓJEC

już objawiłem im Boga
w blasku i mocy
jeszcze objawię im człowieka
dzisiejszej nocy

ujrzą obojętność oliwek
nieruchomość świateł i cieni
doświadczą ile można nabrać sił
leżąc z twarzą przytuloną do ziemi

dam im posłuchać milczenia Boga
gdy się Go woła
zobaczą zimny blask kielicha
w ręku anioła

objawię im ostatnią prawdę
najwstydliwszą z tajemnic człowieka
nie umie być sam póki żyje
i gdy umiera

trzy razy obudzę śpiących
sercem bijącym o żebra
człowiek wzywający człowieka
żebrak

Film „Uczta Babette", reż. Gabriel Axel

To ulubiony film papieża Franciszka, a jego tytułowym tematem jest uczta, wieczerza, która łączy się też symbolem dzisiejszego dnia – ostatnią wieczerzą. Dzieło to mówi także o wspólnocie i służbie, o tym jak nawzajem jesteśmy za siebie odpowiedzialni. Tajemnica Wielkiego Czwartku to także nasze myślenie o Ciele Chrystusa, które wszyscy tworzymy – w tym roku nie spotkamy się na wspólnej celebracji, ale czy będziemy za tą wspólnotą tęsknić? Czy nie zamknęliśmy się tylko w rytuałach i obrzędach, zapominając o miłości?

WIELKI PIĄTEK

Modlitwa poranna

Liturgia w Wielki Czwartek, którą wczoraj oglądaliśmy, nie skończyła się – trwa nadal.

W Wielki Piątek w Kościele nie odprawia się Mszy. Księża i zakonnicy spotykają się o świcie na tak zwanej „Ciemnej Jutrzni", czyli modlitwie brewiarzowej odmawianej przy pustym ołtarzu. Brewiarz jest ich modlitwą codzienną, ale te dwa dni w roku, w Wielki Piątek i Wielką Sobotę, od średniowiecza praktykowany jest zwyczaj gaszenia kolejnych świec w trakcie modlitwy, tak że na jej koniec w kościele zapada ciemność. Ciemność ta jest zewnętrznym znakiem tego, o czym jednocześnie mówią recytowane kolejno psalmy.

Wszystkie teksty Ciemnej Jutrzni znaleźć można na stronie **https://brewiarz.pl/** (zakładka „Teksty ILG – Dzisiaj).

Modlitwę możesz odmówić sam albo z rodziną przy pustym, ogołoconym wczoraj stole.

Na stole możesz położyć krzyż, zapalić obok świecę. Możesz też krzyż ucałować.

Zatrzymaj się przy nim, ile razy będziesz obok niego przechodził.

Znajdź swój znak uczczenia krzyża – możesz pochylać przed nim głowę, przechodząc obok.
Możesz każdorazowo patrząc na niego, westchnąć krótkie „Amen!".
Możesz go ucałować.
Możesz żydowskim zwyczajem dotknąć go palcami, potem je całując.
Jeśli nie jesteś w domu sam, pamiętaj o zachowaniu zasad higieny w czasie pandemii.

Psalm 51

Zmiłuj się nade mną, Boże, w łaskawości swojej,
w ogromie swej litości zgładź nieprawość moją.
Obmyj mnie zupełnie z mojej winy
i oczyść mnie z grzechu mojego.
Uznaję bowiem nieprawość moją,
a grzech mój jest zawsze przede mną.
Przeciwko Tobie samemu zgrzeszyłem
i uczyniłem, co złe jest przed Tobą,
Abyś okazał się sprawiedliwy w swym wyroku
i prawy w swoim sądzie.
Oto urodziłem się obciążony winą
i jako grzesznika poczęła mnie matka.
A Ty masz upodobanie w ukrytej prawdzie,
naucz mnie tajemnic mądrości.
Pokrop mnie hizopem, a stanę się czysty,
obmyj mnie, a nad śnieg wybieleję.
Spraw, abym usłyszał radość i wesele,
niech się radują kości, które skruszyłeś.
Odwróć swe oblicze od moich grzechów
i zmaż wszystkie moje przewinienia.
Stwórz, Boże, we mnie serce czyste
i odnów we mnie moc ducha.
Nie odrzucaj mnie od swego oblicza
i nie odbieraj mi świętego ducha swego.
Przywróć mi radość Twojego zbawienia
i wzmocnij mnie duchem ofiarnym.

Będę nieprawych nauczał dróg Twoich
i wrócą do Ciebie grzesznicy.
Uwolnij mnie, Boże, od kary za krew przelaną,
Boże, mój Zbawco,
niech sławi mój język sprawiedliwość Twoją.
Panie, otwórz wargi moje,
a usta moje będą głosić Twoją chwałę.
Ofiarą bowiem Ty się nie radujesz,
a całopalenia, choćbym dał, nie przyjmiesz.
Boże, moją ofiarą jest duch skruszony,
pokornym i skruszonym sercem Ty, Boże, nie gardzisz.
Panie, okaż Syjonowi łaskę w Twej dobroci,
odbuduj mury Jeruzalem.
Wtedy przyjmiesz prawe ofiary: dary i całopalenia,
wtedy składać będą cielce na Twoim ołtarzu.
Chwała Ojcu i Synowi,
i Duchowi Świętemu.
Jak była na początku, teraz i zawsze,
i na wieki wieków. Amen.

Ojcze nasz...

*Boże, nasz Ojcze, wejrzyj łaskawie na Twoją rodzinę, † za którą nasz Pan, Jezus Chrystus, dobrowolnie oddał się w ręce prześladowców * i poniósł mękę na krzyżu. Który z Tobą żyje i króluje w jedności Ducha Świętego, * Bóg, przez wszystkie wieki wieków. Amen.*

Pamiętaj, że Wielki Piątek jest dniem postu ścisłego. W warunkach kwarantanny jego zachowanie będzie szczególnie wymagające. Post ścisły łączy w sobie post jakościowy i ilościowy.
Post jakościowy – nie jemy mięsa – dotyczy wszystkich, którzy ukończyli 14 lat, do końca życia.
Post ilościowy – jemy trzy razy dziennie, w tym raz do syta – dotyczy osób między 18. a 60. rokiem życia.
Ze względu na kwarantannę możemy się liczyć z ewentualnymi dyspensami, jeśli takowe zostaną wydane przez biskupów miejsca.

Jeśli jesteś zdrowy i w pełni sił (nie jesteś osobą starszą ani dzieckiem), możesz podjąć szczególny rodzaj postu, na przykład o chlebie i wodzie.
Pamiętaj, że post można ofiarować w konkretnej intencji.

Nie traktuj postu jako wyzwania albo powodu do pychy – jego jedyną motywacją powinna być miłość.

Zegar Męki Pańskiej

Do przeżywania tajemnicy Wielkiego Czwartku i Wielkiego Piątku możesz wykorzystać elementy nabożeństwa zwanego „Zegarem Męki Pańskiej". Nabożeństwo napisane na początku XVII wieku przez św. Józefa Kalasancjusza polega na rozważaniu Męki Jezusa przez 24 godziny, od wieczora w Wielki Czwartek do wieczora w Wielki Piątek – w każdej godzinie inną tajemnicę. Wersje zegara różnią się nieco od siebie: niech to będzie dla Ciebie inspiracja w przeżywaniu tego czasu. O poszczególnych godzinach możesz rozważać tajemnicę, odmówić dziesiątkę różańca albo koronkę do Miłosierdzia Bożego. Możesz modlić się własnymi słowami albo po prostu trwać chwilę w ciszy, duchowo uczestnicząc w tym, co przeżywał Jezus. Możesz zapalać świecę podczas modlitwy.

19.00 – Jezus umywa nogi Apostołom
20.00 – Ostatnia Wieczerza i ustanowienie Eucharystii
21.00 – Modlitwa w Ogrójcu
22.00 – Jezus poci się krwią
23.00 – Jezus zdradzony pocałunkiem przez Judasza
24.00 – Jezus staje przez kapłanami żydowskimi

1.00 – Jezus fałszywie oskarżony
2.00 – Jezus wyszydzony i spoliczkowany
3.00 – Jezus zdradzony przez św. Piotra
4.00 – Jezus uwięziony w ciemnicy
5.00 – Jezus przed sądem Piłata
6.00 – Jezus wydany na wyszydzenie przez Heroda
7.00 – Jezus zestawiony z Barabaszem
8.00 – Biczowanie Jezusa
9.00 – Ukoronowanie cierniem
10.00 – Skazanie na śmierć
11.00 – Droga z krzyżem na Golgotę
12.00 – Obnażenie z szat i przybicie do krzyża
13.00 – Jezus przebacza dobremu łotrowi
14.00 – Jezus daje nam Maryję za Matkę
15.00 – Jezus umiera na krzyżu
16.00 – Jezus włócznią przebity
17.00 – Jezus zdjęty z krzyża w ramionach Matki
18.00 – Złożenie do grobu

Godzina śmierci

O godzinie 15.00, w godzinie Męki Jezusa wyłącz telewizor, radio, komputer.
Zatrzymaj swój dzień, cokolwiek robisz.
Klęknij przed krzyżem i odmów Koronkę do Miłosierdzia Bożego.
Możesz też przez kilka minut po prostu trwać w ciszy.

Dzień przebaczenia
Jezus na krzyżu wołał: „Ojcze, przebacz im, bo nie wiedzą, co czynią".
Jeśli nie uczyniłeś jeszcze aktu żalu doskonałego, zrób to dzisiaj.
Zastanów się dziś, komu ty możesz wybaczyć – albo kogo przeprosić?
Może z kimś nie rozmawiasz od lat?
Napisz, zadzwoń. Paradoksalnie czas pandemii sprzyja takim gestom, wszyscy potrzebujemy bliskości i wszyscy rozumiemy, jak blisko śmierci jesteśmy.

Kwadrans z krzyżem

Usiądźcie z rodziną albo samotnie przy krzyżu. Jeśli jesteście w rodzinie, niech każdy będzie sam, żeby się nie dotykać, nie rozpraszać się i sobie nie przeszkadzać.

Możecie też klęknąć.

Nic nie mówcie. O nic się nie starajcie. Po prostu na Niego patrzcie – On sam zacznie do was mówić.

Żeby było łatwiej, żebyście nie patrzyli na zegarek, ustawcie sobie stoper na 10 czy 15 minut, żeby nie liczyć w głowie, czy „już wystarczy".

Łatwiej wam będzie taką adorację przeżyć w półmroku, po zachodzie słońca, przy małej lampce albo świecy.

Kiedy minie czas, sami będziecie wiedzieli, czy chcecie adorację skończyć, czy jeszcze nie.

Zakończcie ją odmówionym wspólnie głośno „Ojcze nasz" i fizyczną adoracją krzyża – przez jego pocałowanie, dotknięcie, przytulenie czy skłonienie głowy.

Możesz tego dnia adorować krzyż tak, jak robi to kapłan w czasie wielkopiątkowej liturgii – leżąc krzyżem.

Wieczór ciszy

Jeśli w domu nie ma małych dzieci, dla których to będzie za trudne, możecie przeżyć wielkopiątkowy wieczór w milczeniu i ciszy. Osoby samotne mogą ofiarować swoją codzienną ciszę w intencji chorych, lekarzy i świata.

Małżonkowie i rodziny, które chcą podjąć takie wyzwanie, po wieczornej transmisji / domowej adoracji krzyża mogą się uściskać, przytulić i pożegnać do rana tak, by było jasne, że cisza i milczenie nie oznaczają wzajemnej obojętności. Potem już zachowują milczenie – aż do rana. Czas milczenia i ciszy poświęcają na modlitwę za siebie wzajemnie i duchowe trwanie przy Jezusie w ciemnicy.

Droga Krzyżowa na czas pandemii koronawirusa

(na podstawie tekstu Komisji Katechetycznej diecezji San Felipe de Aconcagua w Chile)

Wprowadzenie

Pandemia koronawirusa stawia nas wobec krzyża choroby i cierpienia. To również krzyż, który może doprowadzić do zmian w naszym życiu osobistym, rodzinnym i społecznym, do zmian w całym świecie, który znaliśmy.

Stojąc przy krzyżu Jezusa, módlmy się, aby Pan pomógł nam w tych nadzwyczajnych okolicznościach, które wymagają od nas współodpowiedzialności. Niech pomaga nam wyjść z tego doświadczenia zwycięsko, abyśmy odnaleźli światło i pokój, płynące z krzyża Jezusa Chrystusa.

Stacja I – Jezus skazany na śmierć

Módlmy się za wszystkich ludzi świata. Jesteśmy słabi, narażeni na działanie wirusa. Ulegamy chorobom i grzechom, jesteśmy wystawieni na niebezpieczeństwa i „skazywani na śmierć" przez naszą skończoność i słabość. Módlmy się, żebyśmy potrafili tę słabość ludzkiej natury przyjąć, żebyśmy rozumieli, że nie jesteśmy bogami.

Ojcze nasz...

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

Stacja II – Jezus bierze krzyż na swe ramiona

Módlmy się za rządzących i za tych wszystkich na których spoczywa odpowiedzialność za życie i zdrowie obywateli. Oni muszą w tym czasie podejmować ważne decyzje, by zatrzymać pande-

mię. Dźwigają ciężar odpowiedzialności za nasze życie. Niech Bóg oświeca ich umysły, serca i sumienia, by służyli wyłącznie dobru społecznemu.
Ojcze nasz...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja III – Jezus upada po raz pierwszy
Módlmy się, abyśmy nie ulegli pokusie bezmyślności i lekceważenia zaleceń i rozporządzeń sanitarnych. Abyśmy ze zmęczenia czy lekkomyślności nie wystawiali na niebezpieczeństwo życia własnego i życia i zdrowia naszych braci.
Ojcze nasz...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja IV – Jezus spotyka Matkę swoją
Prośmy o wstawiennictwo Matki Najświętszej dla naszych rodziców i starszych, którzy najbardziej narażeni są na chorobę, a z konieczności pozbawieni są naszej obecności i fizycznego wsparcia. Niech Maryja zatroszczy się o nich tam, gdzie my być z nimi nie możemy, aby nie byli samotni.
Ojcze nasz...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja V – Szymon z Cyreny pomaga nieść krzyż Jezusowi
Módlmy się za wszystkich pracowników służby zdrowia: za lekarzy, pielęgniarki, pomoc medyczną, za pracowników szpitali. Oni jak Szymon Cyrenejczyk pomagają chorym w przezwyciężeniu choroby. Niech Bóg ich strzeże, niech ich prowadzi, niech wspomaga ich w tej trudnej godzinie.
Ojcze nasz...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja VI – Weronika ociera twarz Jezusowi
Módlmy się za wszystkie osoby, które w sposób całkowicie bezinteresowny pomagają, współdziałają, solidaryzują się, ofiarują swój czas i dzielą się tym co mają, aby nieść ulgę i pomoc innym w tych ciężkich chwilach. Abyśmy nauczyli się być zawsze blisko

tych, którzy cierpią, nikogo nigdy przy tym nie oceniając ani nie stygmatyzując.
Ojcze nasz...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja VII – Jezus upada po raz drugi
Módlmy się przy tej stacji, abyśmy nie ulegli panice, histerii czy zwątpieniu, które do niczego dobrego nas nie prowadzą. Prośmy Pana o spokój, abyśmy właściwie mogli się zmierzyć z trudną sytuacją, jaką obecnie przeżywamy.
Ojcze nasze...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja VIII – Jezus pociesza płaczące niewiasty
Prośmy za tych wszystkich wierzących, którzy w tych dniach – tak jak my teraz – modlą się, aby Pan oddalił niebezpieczeństwo choroby. Niech Pan przyjmie i wysłucha nasze modlitwy, niech nas pocieszy i otrze łzy z naszych oczu.
Ojcze nasze...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja IX – Jezus upada po raz trzeci
Módlmy się za wszystkich, którzy ponoszą szkody, wynikające z trwającego właśnie kryzysu. W sposób szczególny módlmy się za przedsiębiorców, których firmy znalazły się w niebezpieczeństwie oraz za pracowników, którzy znaleźli się bez pracy. Błagajmy Boga, by wszystko jak najszybciej mogło wrócić do normalności.
Ojcze nasze...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja X – Jezus z szat obnażony
Módlmy się za naukowców, którzy poszukują skutecznego leku i szczepionki przeciwko wirusowi. Niech ich wysiłki jak najszybciej doprowadzą do wypracowania skutecznego ratunku.
Ojcze nasze...
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja XI – Jezus przybity do krzyża
Módlmy się za wszystkich tych, którzy objęci zostali kwarantanną, za nosicieli wirusa i za tych, którzy mieli kontakt z zarażonymi. Niech Pan obdarzy ich darem cierpliwości. Niech dany im trudny czas pomaga im w refleksji nad wielkim darem życia, który otrzymaliśmy od Boga.
Ojcze nasze…
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja XII – Jezus umiera na krzyżu
Módlmy się za wszystkich zmarłych w wyniku zarażenia koronawirusem. Niech Pan przyjmie ich w swoim Królestwie, gdzie nie ma już choroby, cierpienia i śmierci.
Ojcze nasze…
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja XIII – Jezus zdjęty z krzyża
Módlmy się za krewnych i bliskich osób, które chorują na skutek zarażenia koronawirusem. Prośmy dla nich o siłę w godzinie próby w jakiej się znaleźli.
Ojcze nasze…
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja XIV – Jezus złożony do grobu
Módlmy się, abyśmy potrafili przyjąć wszystkie trudne doświadczenia, z jakimi przychodzi nam się zmierzyć w ciągu całego życia, w tym również obecne doświadczenie pandemii. Prośmy Boga, żebyśmy umieli przyjmować je umocnieni światłem wiary, z nadzieją, że wszystko jest przejściowe i że to do Boga zawsze należy ostatnie słowo.
Ojcze nasze…
Któryś za nas cierpiał rany – Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Zakończenie
O Boże, który dobrze wiesz, jak jesteśmy słabi i jak pełni lęków wobec niebezpieczeństw, które nam zagrażają. Nasze życie znalazło się teraz w niebezpieczeństwie. Daj nam zdrowie duszy

i ciała, abyśmy z Twoją pomocą mogli to niebezpieczeństwo przezwyciężyć. Daj zdrowie chorym i obdarz nas darem pokoju. Przez Chrystusa Pana naszego.
Amen

Droga Krzyżowa dla dzieci

Ta Droga Krzyżowa nie jest jednym nabożeństwem, ale sposobem na przeżywanie całego Wielkiego Piątku w cieniu wydarzeń na Golgocie.

Złożona jest z kolejnych zadań głównie dla dzieci (część z nich skutecznie zajmie ich czas), ale i rozmów, w których potrzebna będzie współpraca rodziców.

Jeśli chcecie w ten sposób przeżyć dzień, przeznaczcie na to odpowiednią ilość czasu. Oczywiście tę swoistą Drogę Krzyżową można rozbudowywać o własne zadania i ich interpretacje, również o włączanie w zadania starszych dzieci, nastolatków i rodziców.

Drogę Krzyżową w takiej formie – inspirując w ten sposób własne przemyślenia i posługując się własnymi znakami – mogą przeżyć również osoby dorosłe.

Wprowadzenie
Panie Jezu, dziś jest Wielki Piątek. To dzień, w którym pójdziemy za Tobą Drogą Krzyżową. Ty bardzo nas kochasz, a my chcemy być dziś cały czas blisko Ciebie! Amen.

Stacja I – Jezus skazany na śmierć
Pamiętasz, jak ktoś cię kiedyś niesprawiedliwie potraktował? Nakrzyczał, choć byłeś niewinny? Ukarał, choć nie zrobiłeś nic

złego? Posądził o coś, poskarżył na ciebie w szkole? A może po prostu ocenił, że cię nie lubi, choć nie zrobiłeś mu nic złego?

Opowiedz o tym rodzicom: jak się wtedy czułeś. Posłuchaj, co oni czuli, kiedy ich ktoś niesprawiedliwie o coś złego posądzał.

Porozmawiajcie o tym, co zrobić w takich sytuacjach.

Pamiętaj, że Jezus cię kocha i jest z tobą niezależnie od tego, jak ocenią cię ludzie.

Odmówcie z rodzicami Ojcze nasz.

Stacja II – Jezus bierze krzyż na swe ramiona

Co jest dla ciebie trudnym wyzwaniem? Czego nie dajesz rady się nauczyć? Co próbujesz zrobić i wciąż się nie udaje? A może już wiesz, co jest twoją największą słabością?

Wytnij z papieru krzyż – może być duży, będzie ci towarzyszył dziś przez cały dzień. Narysuj na nim to wszystko, co jest krzyżem dla ciebie. Możesz zrobić wyklejankę, przykleić zdjęcia albo doczepić do niego symbole, oznaczające twoje problemy.

Poproś rodziców, żeby również dorysowali albo dopisali swoje trudności.

Powieście ten krzyż w widocznym miejscu, niech wisi przez cały dzień. Możecie też położyć go na stole, w centralnym miejscu domu.

Odmówcie przy nim krótką modlitwę:

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

Stacja III – Jezus upada po raz pierwszy

Jezus upadł pod krzyżem. To znaczy, że nie dawał rady, że krzyż był dla Niego za ciężki, że wszystko Go bolało. Ale się nie skarżył. Nie narzekał. Nie biegł po pomoc. Zebrał siły, wstał i szedł dalej.

Postanów sobie dzisiaj, że dziś nie będziesz narzekać: na nudę, na zmęczenie, na to, że nie ma kto się z tobą bawić, że jesteś głodny albo że rodzeństwo źle się zachowało. To, że cię boli, jest normalne, to nic złego. Bądź dziś dzielny: Jezus daje ci siłę, żebyś dziś zniósł wszystkie trudności – jak On.

Powiedz rodzicom o swoim postanowieniu! Jeśli potrzebujesz, przytul się do mamy, ale po to, żeby dostać od niej siłę, a nie żeby się skarżyć.

Wspólnie odmówcie modlitwę:
Jezu, ufam Tobie!

Stacja IV – Jezus spotyka Matkę swoją
Na Drodze Krzyżowej Jezusa stała Jego Mama. Nie mogła w niczym Mu pomóc – stała, patrzyła i płakała, bo widziała, jak jej dziecko cierpi. Twoja mama również przez całe życie będzie patrzyła jak rośniesz i jak zaczynasz iść swoją drogą. Ją również będzie bolało, jeśli kiedyś będziesz wybierać coś, co może cię skrzywdzić.

Wymyśl, w jaki sposób chcesz jej dziś podziękować. Narysuj dla niej laurkę, ułóż dla niej piosenkę, zrób jej niespodziankę, wyręczając ją w jakiejś pracy, przynieś kwiaty z ogrodu albo zrób plakat z waszymi wspólnymi zdjęciami.

Koniecznie powiedz dziś mamie, że ją kochasz!
Zaproś rodziców i rodzeństwo do modlitwy, razem odmówcie „Zdrowaś Mario"

Stacja V – Szymon z Cyreny pomaga nieść krzyż Jezusowi
Szymon Cyrenejczyk na Drodze Krzyżowej Jezusa znalazł się przypadkiem. Wcale nie chciał pomagać, żołnierze go do tego zmusili. Ale dla Jezusa była to ogromna pomoc, przez krótką chwilę ciężar, który dźwigał, stał się mniejszy. Tak jest zawsze, kiedy z trudnościami nie musimy sobie radzić sami, kiedy ktoś jest obok nas.

Czy pamiętasz, kto ci ostatnio pomógł w trudnej chwili? Podał rękę, powiedział dobre słowo, którego potrzebowałeś albo dał prezent, który sprawił ci wielką radość? Ktoś z rodziców? Dziadków? Kolega, pani ze szkoły? To właśnie jest Szymon Cyrenejczyk twojego życia. Zadzwoń do niego – choćby na chwilkę, żeby powiedzieć „dziękuję". W tym trudnym czasie, kiedy żyjemy od siebie daleko, te słowa są nam bardzo potrzebne. Może w ten sposób ty dla niego również będziesz Szymonem Cyrenejczykiem – bo dobre słowo, proste „dziękuję" bardzo mu pomoże?
Odmówcie krótką modlitwę:
Panie, Ty wiesz wszystko, Ty wiesz, że Cię kocham.

Stacja VI – Weronika ociera twarz Jezusowi

Weronika nie była jak Szymon zmuszona do pomocy. Czekała na Jezusa. Wiedziała, że będzie spocony, zakrwawiony. Przyszła z gotową chustą, na pewno bardzo delikatną, żeby otrzeć mu twarz i choćby w ten sposób pomóc.

Uszyj dziś swoją chustę św. Weroniki. Może być z białego materiału, ale może być też białą kartką papieru. Chustą stanie się, gdy wypiszesz albo narysujesz na niej wszystkie sposoby, jakimi możesz pomagać innym.

Zaproś rodziców, żeby pomogli ci szukać pomysłów. Pamiętaj, że nie chodzi tylko o czyny, ale też o słowa, o gesty, o modlitwy.

Zapełnij chustę takimi pomysłami na bycie św. Weroniką każdego dnia. Kiedy skończysz, połóż ją albo powieś na krzyżu, przygotowanym w pierwszej stacji.

Odmówcie krótką modlitwę:

Uwielbiam Cię Jezu za Twe Miłosierdzie.

Stacja VII – Jezus upada po raz drugi

Przy drugim upadku przychodzi zniechęcenie. Jezus tak samo jak my musiał czuć się bezradny: bo przecież nie da rady.

My dzisiaj też wiemy, że nic nie możemy. Wokół nas szaleje pandemia, nie wolno nam wyjść z domu, nie wiemy, kiedy to się skończy i nie możemy nic poradzić. Nie mogą nam pomóc rodzice ani przyjaciele. Żaden człowiek nie zna recepty.

Ale Jezus po drugim upadku wstał, bo zaufał Bogu. To Jego moc Go podniosła, Jego miłość.

Klęknij przed krzyżem albo przed obrazem Jezusa.

Poproś rodziców, żeby do ciebie dołączyli.

Pomyśl, że sam nic nie zrobisz, że nie uratujesz świata.

Powtórzcie kilka razy powoli i z wiarą: Jezu, Ty się tym zajmij! Jezu, Ty się tym zajmij!

Stacja VIII – Jezus pociesza płaczące niewiasty

Płaczące niewiasty wcale nie musiały kochać Jezusa. Były wynajętymi płaczkami, które rozpaczały, ile razy ktoś szedł na śmierć. Nie rozumiały, że cierpienie może mieć sens.

Czemu służy cierpienie i znoszenie takiego trudu?

Pomyśl, ile cię kosztowało nauczenie się nowych umiejętności. Porozmawiaj z rodzicami o tym, jak uczyłeś się chodzić i ile razy nabiłeś sobie guza. Z jakim trudem i jak śmiesznie wymawiałeś pierwsze słowa. Ile razy przewróciłeś się, ucząc się jazdy na rolkach czy na rowerze. Ile czasu musiałeś spędzić nad wkuwaniem słówek, żeby móc w czasie wakacji kupić sobie samodzielnie lody.

Powspominajcie wszystko to, co było trudne, a co sprawiło, że jesteś dziś mądrzejszy i silniejszy. Napisz list (albo narysuj laurkę) dla rodziców, dla nauczyciela, dla trenera, który był wymagający, ale widzisz, że dzięki temu umiesz dziś więcej.

Jezus cierpiał, żeby dać nam życie wieczne – żebyśmy mieli szansę dorastać do świętości.

Pomódlcie się razem:

O Jezu, uczyń mnie godnym wielbienia Ciebie.

Stacja IX – Jezus upada po raz trzeci

Zobacz, jak dużo Bóg jest w stanie zrobić z miłości do nas. Nie wstał, nie otrzepał kolan i nie wrócił do nieba, gdzie nic by Go już nie bolało. Chciał pokazać nam, że zrobi dla nas wszystko: choćby miał po raz trzeci leżeć na ziemi, choćby miał spływać krwią, choćby miał umrzeć – żebyśmy tylko my żyli wiecznie.

Jak wyglądamy przed Nim ze swoimi grzechami? On zrobił dla nas wszystko – a my dla Niego? Czy na taką miłość Boga możemy odpowiadać obojętnością?

Przy tej stacji zrób rachunek sumienia, jak to robisz zwykle przy spowiedzi. Poproś rodziców, żeby pomogli ci zrobić akt żalu doskonałego.

Jeśli jesteś za mały na spowiedź, porozmawiaj z rodzicami o tym, kiedy Jezus może być z ciebie dumny i dlaczego? A kiedy martwi się, że nie kochasz Go tak bardzo, jak On kocha ciebie?

Pomódlcie się razem:

Panie Jezu Chryste, synu Boga żywego, zmiłuj się nade mną grzesznikiem.

Stacja X – Jezus z szat obnażony

Masz swoją tajemnicę? Taką, o której nie mówisz nikomu?

Są tajemnice, które są złe – jeśli o jej zachowanie prosi ktoś obcy, jeśli ktoś robi rzeczy, z którymi się nie zgadzasz, które spra-

wiają ci przykrość. Nie wolno zachowywać tajemnic, przez które jesteś smutny albo nieszczęśliwy.

Ale są też tajemnice dobre. To wszystko to, co dzieje się w twoim sercu, rzeczy dla ciebie ważne, piękne, które chronisz, bo nie chcesz, żeby ktoś to wyśmiał albo zniszczył.

Porozmawiaj z rodzicami o tym, jakie tajemnice wolno ci mieć, z kim wolno je mieć, a jakie są dla ciebie niebezpieczne.

Przypomnij sobie, jak bolało, kiedy ktoś zdradził twoją tajemnicę, kiedy powtórzył to, co powiedziałeś mu w sekrecie. Jezus czuł się tak samo, obnażony, zawstydzony, odarty z tajemnicy na krzyżu. Jest z tobą i wybacza tym, którzy zdradzają. Ty też im wybacz.

Pomódl się za tych, którzy skrzywdzili cię zdradą twojego sekretu:
Ojcze Przedwieczny, ofiaruję Ci Ciało i Krew, Duszę i Bóstwo najmilszego Syna Twojego, a Pana naszego Jezusa Chrystusa, na przebłaganie za grzechy nasze i całego świata.
Dla Jego bolesnej męki, miej miłosierdzie dla nas i całego świata.

Stacja XI – Jezus przybity do krzyża

Krzyż to nie była zabawa. Przybicie do krzyża bardzo bolało. Jezus nie miał już możliwości żadnego ruchu.

Znajdź w domu młotek i gwoździe – największe, jakie będą. Połóż je przy zrobionym w pierwszej stacji krzyżu.

Pomyśl – jak często traktujesz innych tak, jakbyś uderzał w nich młotkiem? Odpowiadasz szybko, bez zastanowienia, niegrzecznie. Uderzysz kogoś. Obrażasz się. Krzyczysz. Człowiek tak potraktowany nie ma możliwości obrony: sam wiesz, jak się czujesz, kiedy ktoś na ciebie się obraża. Jesteś wtedy jak Jezus przez ciebie przybity do krzyża, bez możliwości reakcji, obrony, rozmowy.

Porozmawiaj z rodzicami o tym, jak rozwiązywać konflikty – nie żeby w nich wygrywać, uderzając młotkiem, ale żeby wspólnie dochodzić do porozumienia. Wypiszcie zasady takich rozmów i powieście je w kuchni, niech odtąd obowiązują w waszym domu.

Pomódlcie się razem:
Panie Jezu Chryste, Synu Boga żywego, zmiłuj się nade mną grzesznikiem

Stacja XII – Jezus umiera na krzyżu

Jezus umarł na krzyżu. To nie jest czas, żeby coś mówić albo śpiewać.

Usiądź albo klęknij przy zrobionym przez siebie krzyżu.

Możesz położyć przy nim również krzyż ze ściany.

Patrz na Jezusa. Dotykaj Go – Jego twarzy, rąk, stóp, rany w boku – tak mama cię dotyka, żeby przestało boleć.

Jezus chce tylko tego: żebyś Go kochał.

Pomódlcie się:

Jezu, kocham Ciebie.

Stacja XIII – Jezus zdjęty z krzyża

Każde cierpienie się kiedyś kończy. Jezusa zdjętego z krzyża już nic nie boli. Jeszcze nie zwyciężył, ale już nie czuje żadnej z ran. My też kiedyś wyjdziemy z domu. My też przestaniemy się bać. My też bez obawy przytulimy się do przyjaciół. Każdy krzyż się kiedyś kończy.

Porozmawiaj z rodzicami – albo z rodzeństwem – albo sam zrób listę tego, co będziesz chciał zrobić, kiedy już skończy się czas kwarantanny i pandemii, kiedy już przestaniemy cierpieć.

Jezus jest z nami. Jezus chce, żebyśmy w końcu też odetchnęli.

Pomódlcie się:

Jezu cichy i pokornego serca uczyń serca nasze według serca Twego.

Stacja XIV – Jezus złożony do grobu

Grób Jezusa był grotą, której wejście zasłonięto wielkim kamieniem. Ten kamień miał gwarantować wrogom Jezusa, że to koniec Jego historii, że już nic więcej się nie wydarzy. Co się może wydarzyć, kiedy ktoś umarł?

Jeśli masz ogród przy domu, znajdź kamień i połóż go przy swoim krzyżu. Jeśli nie możesz wyjść z mieszkania, zrób własny „kamień" z modeliny, masy solnej albo zwiniętego, pomalowanego papieru. To symbol tego, co wydawało ci się skończone albo już niemożliwe. Bliskich – dziadków albo innych członków rodziny, którzy umarli. Pradziadków, których nigdy nie spotkałeś.

Zapytaj o nich rodziców. Zobaczcie razem zdjęcia. Posłuchaj, jacy byli, co lubili. Może jesteś w czymś do nich podobny?

Oni umarli. Nie wrócą na ziemię. Umarli jak Jezus – ale jak On zmartwychwstaną. Wierzysz, że jeszcze się z nimi spotkamy?
Pomódlcie się w ich intencji:
Wieczny odpoczynek racz im dać Panie, a światłość wiekuista niechaj im świeci.

Zakończenie
Na zakończenie Drogi Krzyżowej odmówcie przy narysowanym w pierwszej stacji krzyżu Koronkę do Miłosierdzia Bożego.

Droga Krzyżowa dla przeżywających kwarantannę w samotności

Nie odprawiaj tej Drogi Krzyżowej jako jednego nabożeństwa: będzie za długa i za trudna, za bardzo się zmęczysz. Zacznij od rana i potraktuj jej stacje jako kolejne małe medytacje w ciągu dnia. Wracaj do kolejnej po przerwie na kawę, na obiad, na ostatnie porządki. Pozwól jej sączyć się przez twój dzień.

Wprowadzenie
Panie – Ty byłeś sam i ja jestem sam. Przeżyjmy ten dzień razem...

Stacja I – Jezus skazany na śmierć
Nam, dorosłym, wszystkie niesprawiedliwe osądy długo zostają w głowie. Sprawiają, że czujemy się gorsi, jakby to, jak widzą nas ludzie, miało znaczenie przed Bogiem.

Ustaw albo połóż w centralnym punkcie mieszkania krzyż, tak, żeby go widzieć jak najczęściej.

Spisz na kartce to wszystko, co w tobie jest dobre i piękne. Zobacz siebie oczami Boga, nie innych ludzi. Wypisz swoje talenty, swoje umiejętności, swoje dobre cechy. Podziękuj Bogu za każdą z nich. Połóż tę kartkę pod krzyżem.

Jezus też był niesprawiedliwie osądzony, ale nie taka była prawda o Nim. Prawdę o Nim znał sam Bóg. Nie bój się ludzkich sądów. Tylko to jest ważne, jak widzi cię Bóg – to w Jego oczach masz być piękny.

To w Twoich oczach, Panie, mam być piękny.

Stacja II – Jezus bierze krzyż na swe ramiona

Wiele rzeczy nazywaliśmy jeszcze niedawno swoimi krzyżami. To mógł być brak pieniędzy, trudna teściowa, kłopoty z mężem, dojrzewające dziecko, nadmiar pracy, brak życiowego partnera – sam potrafisz w to miejsce wpisać to, o czym tak mówiłeś.

A dziś? Życie zmieniło nam priorytety. To, co wtedy wydawało się nie do udźwignięcia, dziś wygląda zupełnie inaczej. Co było za trudne – dziś jest marzeniem. Co wydawało się oczywiste – dziś zaczyna być ciężarem. A może na tym polega życie, że krzyże się zmieniają?

Pomyśl, co dziś, tu i teraz, jest dla ciebie najtrudniejsze. Co jest dziś, tu i teraz twoim krzyżem? Co boli najbardziej? Wybierz tylko jedną rzecz i pomyśl: nie chcę uciekać. Uciec się nie da. Chcę to przejść z godnością. Chcę to przejść z Jezusem. I dam radę: bo kto dźwiga krzyż z Jezusem, jest zwycięzcą.

Razem, Panie Jezu, damy radę.

Stacja III – Jezus upada po raz pierwszy

Pierwszy upadek wydaje się niewinny. Nasz też. Przypomnij sobie sytuacje, których w życiu żałujesz. Wybierz tylko jedną, żeby się nie zadręczać. Przyjrzyj się jej uważnie, od samego początku. Czy znajdziesz ten jeden moment, za którym nie było już odwrotu? Ten jeden błąd, który wydawał się niewielki, a uruchomił lawinę?

Pomyśl. Poszukaj. Każde zło zaczyna się od drobnego błędu, od pozornie niewinnego drobiazgu.

Ktoś napisał kiedyś: „Uważaj, gdzie krok masz postawić, a wszystkie te drogi będą pewne".

Jezus też upadł po raz pierwszy. Jest z nami wtedy, kiedy lekceważymy drobiazgi. Trzyma nas za rękę i mówi: uważaj, bo upadniesz. A potem, kiedy trzeba – podnosi nas.

Strzeż Panie moich oczu, strzeż moich myśli Panie.

Stacja IV – Jezus spotyka Matkę swoją

O Matce do każdego trzeba mówić inaczej: inaczej do tego, kto matkę już stracił. Inaczej, jeśli ktoś jest matką. Jeszcze inaczej, kiedy nigdy matką zostać nie może.

Jezus spotkał swoją Matkę – a Ona nic nie musiała mówić. Ona tylko na Niego patrzyła.

Przypomnij sobie oczy swojej mamy. Przypomnij sobie zwłaszcza teraz, kiedy jesteś w odosobnieniu, kiedy cierpisz. Kiedy podrzucasz jej może zakupy pod drzwi, ale nie możesz jej zobaczyć ani przytulić. Kiedy nie wiesz, kiedy to w końcu będzie możliwe. Jesteś z Jezusem w tej samej sytuacji: wy w drodze cierpienia i Ona, która nie może pomóc, ale patrzy z miłością. I ta miłość daje siłę.

Usiądź i pooglądaj zdjęcia z mamą – te z dzieciństwa i te najmłodsze. Odmów dziesiątkę różańca w intencji swojej mamy – niezależnie od tego, czy żyjącej, czy nie.

Panie Jezu, dziękuję ci za to, że w oczach matek udowadniasz nam istnienie miłości.

Stacja V – Szymon z Cyreny pomaga nieść krzyż Jezusowi

Przypadkowi ludzie, przypadkowe wydarzenia… Mało w naszym życiu ostatnio przypadków. Musimy się przed nimi chronić – przypadkowe spotkanie z przypadkowym człowiekiem nieść może dziś śmiertelne zagrożenie.

Wierzysz, że w przypadkach też działa Bóg?

Szymon nie był uczniem Jezusa. Nie przyszedł nawet popatrzeć na ostatnią drogę skazańca. Wracał z pracy. Może był wysoki i silny, więc rzucił się w oczy żołnierzom? Zmusili go, żeby Mu pomógł. Ten przypadek wpisał się w historię ich obu.

Poszukaj w swoim życiu ludzi, którzy pojawili się przypadkiem – a zostali w nim na dłużej. Zadzwoń teraz do nich. Porozmawiaj. Może podziękuj.

Przejrzyj stare fotografie. Poszukaj ludzi, którzy pojawili się w twoim życiu przypadkiem, zmienili coś ważnego i zniknęli. Może już zdążyłeś o nich zapomnieć? Podziękuj za nich Bogu.

Czy ty też dla kogoś jesteś Szymonem Cyrenejczykiem? Czy dziś, mimo izolacji, ktoś nie potrzebuje właśnie twojego głosu, sms'a, dobrego słowa? Nie odkładaj tego na później. Zrób to teraz.

Panie Jezu, bądź miłością między nami.

Stacja VI – Weronika ociera twarz Jezusowi

Znajdź w domu białą chustkę albo choćby kawałek czystej ściereczki. Usiądź przy krzyżu. Popatrz: na tym polega miłość. Na tym, żeby przewidzieć, że ktoś potrzebować będzie twojej obecności. Na tym, żeby być w odpowiednim miejscu i czasie. Na tym, żeby nie żałować ani wysiłku, ani cennej tkaniny, żeby przynieść mu ulgę.

Pomyśl o ludziach, których kochasz. O tych, którym chcesz dziś usłużyć, pomóc, być obok, a nie możesz, samemu przebywając w koniecznej izolacji.

Ale – czujesz tę tkaninę w rękach? To jest konkret. Nie wystarczy, że o nich myślisz. Zadzwoń jeszcze dziś. Napisz dzisiaj. Zrób sobie zdjęcie i im wyślij, nawet takie śmieszne i zupełnie nie z Wielkiego Piątku – takie, które nie będzie dokładać im ciężaru, a przyniesie chwilę ulgi i radość. Na odległość też można kochać!

Mów za mnie, Jezu, tam gdzie ja mówić nie mogę.

Stacja VII – Jezus upada po raz drugi

Drugi upadek to upadek nadziei. Wydawało się, że nie będzie źle, że damy radę, że po tym pierwszym upadku będzie tylko lepiej. Tymczasem to trwa i trwa. Krzyż nijak nie chce minąć. Coraz mniej wyraźnie pamiętamy czas, kiedy było normalnie. Już nie wiadomo, czy walczyć, czy się buntować, już nawet gadać się nie chce, bo po co, skoro nic nie zależy ode mnie?

Nie rozpamiętuj swojej bezsilności. To nic, że nie zmienisz dziś nic wielkiego. Weź głęboki oddech i cierpliwie szukaj kolejnych drobiazgów, które pomogą przetrwać ten czas: choćby to miała być nauka obcego języka albo bezwzrokowego pisania na klawiaturze. Tak, to brzmi śmiesznie w Drodze Krzyżowej.

Ale w sytuacji, w której jesteśmy, to mogą być kroki do powstawania z upadku.

A reszta? Reszta jest w ręku Boga. Wszyscy w Jego ręku jesteśmy. I trzymani przez Niego – przetrwamy.

Jezu, Ty się tym zajmij.

Stacja VIII – Jezus pociesza płaczące niewiasty

To nie były znajome, uczennice, które przyszły się z nim pożegnać. To były kobiety z ulicy, które niewiele z tego rozumiały, ale wiedziały, że jak ktoś idzie na śmierć, trzeba głośno zawodzić. Budowały atmosferę napięcia i grozy. Sprawiały, że w ludziach rodził się lęk.

Pomyśl, ile dziś takich płaczek dookoła. Ile plotek, niesprawdzonych opinii. Ile budowania lęku.

Zrób rachunek sumienia. Po której stronie jesteś? Ostrzegasz innych przed Bożym sądem, czy sam wybierasz to, co nie przemija? Krzyczysz, że giniemy – czy przestawiasz swój kurs życia? Zarażasz innych lękiem – czy spokojem? Chrześcijanin niesie ziemi pokój.

I ja sam, i cały świat jesteśmy w Twoich rękach, Panie.

Stacja IX – Jezus upada po raz trzeci

Przywykliśmy, żeby się w Drodze Krzyżowej biczować kolejnymi Jezusowymi upadkami. Ale On nie po to przeszedł Drogę Krzyżową, nie po to umarł, żebyśmy się biczowali. Przeszedł nią, żebyśmy żyli wiecznie. Przeszedł nią, żebyśmy uwierzyli w Jego miłość, która przed niczym się nie zatrzyma.

Dlatego nie – nie rozważaj teraz swoich kolejnych upadków. Weź znów kartkę, jak na początku tej drogi, i wypisz wszystkie cuda, jakich doświadczyłeś od Boga. Nie odpuszczaj po trzech punktach. Szukaj dalej. Szukaj tak długo, aż poczujesz się otoczony miłością i w tej miłości bezpieczny.

Trzeci upadek Jezusa to nie jest taplanie się w błocie. Trzeci upadek Jezusa to wyznanie: kocham cię aż tak.

Nie większego słowa, Jezu, niż to: dziękuję.

Stacja X – Jezus z szat obnażony

Jest w tej scenie dramat nie tylko fizycznego obnażenia. Jest w niej dramat odarcia z tajemnicy. Jest dramat totalnego wydania na łaskę i niełaskę innych, kiedy już nic nie zostaje dla mnie samego.

To dlatego boimy się choroby. To dlatego bronimy się przed szpitalem. Bo tam ratować będą nasze ciało, potraktowane jak setki, tysiące identycznych ciał. Bo nic nam nie zostanie z intymności. Bo tylko w głowie, bo tylko w sercu będziemy jeszcze zachowywać swoją odrębność.

Nie wiesz, co się stanie za chwilę. Zbuduj dziś sanktuarium swojego serca. Pomyśl: jeśli i ty zostaniesz z szat obnażony, jakimi słowami chcesz się wtedy modlić? O kim chcesz myśleć? Niech to będzie twój plan duchowego życia. Zbuduj to swoje sanktuarium już dziś, żebyś – jeśli przyjdzie czas – nie wprowadzał się do niego nagle, ale czuł się w nim już bezpiecznie. Może nigdy nie przyjdzie, ale przygotuj się na swoje obnażenie: żebyś żył wewnątrz.

Jezu, tylko z Tobą mogę to przetrwać.

Stacja XI – Jezus przybity do krzyża

Moment ostateczny. Już wiesz, że nie uciekniesz. Już wiesz, że nie można się wycofać. Już wiesz, że dopadło i ciebie. Wiesz, że jesteś w tym sam i nikt nie może przejść tego ani za ciebie, ani nawet z tobą. Że ci, którzy by chcieli, z pękającymi z bólu sercami są daleko.

Do krzyża każdy przybity jest pojedynczo, choć mało kto mówi o samotności krzyża.

Ta samotność boli.

Ale pomyśl – przecież nie chcesz, żeby ktoś cierpiał razem z tobą. Przecież mimo że boli, nie chcesz, by twoi bliscy ryzykowali życie, by ocierać Twoje łzy.

Samotność na krzyżu boli, ale jest ofiarą, kiedy chcesz ocalić tych, których kochasz. Wiesz o tym, bo przez to przechodzisz. To również twój wybór.

Jezus zrobił to samo: dlatego dziś nie jesteś sam.

On jest z Tobą sam, żeby ocalić świat.

Za Twoją miłością Panie pójdę wszędzie.

Stacja XII – Jezus umiera na krzyżu

To nie jest stacja do rozważania. To stacja do kontemplacji. Weź do ręki krzyż. Dotykaj go. Patrz. I tak trwaj, jak długo będziesz tego potrzebował.

Z Jego śmierci, z tego krzyża, płynie twoja siła.

Jeśli chcesz, módl się Koronką do Miłosierdzia Bożego.

Jezu, ufam Tobie.

Stacja XIII – Jezus zdjęty z krzyża

Wierzysz, że to się kiedyś skończy? Że drzwi się otworzą, że ludzie się przytulą, że uśmiechać się będą do siebie w autobusach, że będą się całować i rzucać sobie na szyję?

Zdjęcie z krzyża to jeszcze nie jest zbawienie, ale ten moment, kiedy już przestaje boleć. Kiedy już nie ma cierpienia. Kiedy całe to napięcie, ta nerwowa szarpanina wygasa. To jeszcze nie jest euforia zmartwychwstania – ale nieśmiałe przeczucie, że tam, po drugiej stronie, znów będzie życie.

Nie udawaj, że nie wiesz, że Pan zmartwychwstanie. Odważ się na to czekać. Odważ się marzyć. Zrób listę tego, co zrobisz, gdy opuścimy nasze pandemiczne groby. Błagaj Boga, by stało się to jak najprędzej, by nas wyzwolił.

Jezu cichy i pokornego serca, uczyń serca nasze według serca Twego.

Stacja XIV – Jezus złożony do grobu

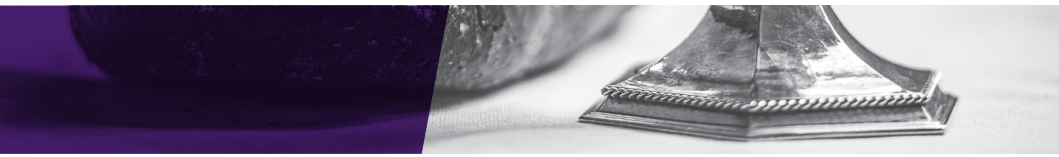
W swoim życiu widzieliśmy dziesiątki grobów. Kamienne płyty przykrywały trumny z ciałami ludzi, których kochaliśmy. Kamienne płyty przykrywają dziś kolejne ofiary.

Zrób listę – nawet jeśli będzie długa. Wypisz wszystkich tych, których znałeś i byli dla ciebie ważni, a są dziś po drugiej stronie życia. Przypominaj sobie ich twarze. Przypominaj sobie, co razem przeżyliście, czego się przy nich nauczyłeś, co cię w nich cieszyło, co po sobie pozostawili.

Jezus złożony do grobu odsunie kamień nie po to tylko, żeby samemu zmartwychwstać – ale żeby ich wszystkich wyprowadzić spod kamiennych płyt. Oni w Nim żyją. Oni na nas czekają. Popatrz: śmierć nie jest smutna. Po jej drugiej stronie nadal jest miłość.

Wszystkie troski przerzucamy na Ciebie, Panie, gdyż Tobie zależy na nas.

Zakończenie
Panie Jezu, nie ma takiego cierpienia, w którym nie byłbyś ze mną. Chroń mnie, prowadź, ocalaj i zbawiaj. Amen.



Lektura duchowa

Katecheza chrzcielna św. Jana Złotoustego, biskupa
Chcesz poznać moc krwi Chrystusa? Przypomnijmy jej obraz zawarty w Starym Testamencie.
„Zabijcie baranka, poleca Mojżesz, i jego krwią pokropcie próg i odrzwia waszych domów". Cóż to za polecenie? Czyż krew nierozumnego zwierzęcia może ocalić rozumne istoty, jakimi są ludzie? Owszem, może, lecz nie dlatego, że chodzi tu tylko o krew; ale dlatego, że jest ona obrazem krwi Zbawiciela. Dlatego też obecnie prędzej ucieka szatan, gdy dojrzy już nie odrzwia skropione krwią, która była tylko obrazem, lecz krew Jezusa, zwilżającą wargi wiernych i strzegącą tych, którzy się stali świątynią Chrystusa.
Przyjrzyjmy się jeszcze mocy tej krwi. Przypatrzmy się, skąd płynie i gdzie jest jej źródło. Spływa ona z krzyża i z boku Zbawiciela. Czytamy bowiem w Ewangelii, że po śmierci Jezusa jeden z żołnierzy włócznią przebił Mu bok i natychmiast wypłynęła krew i woda. Woda była obrazem chrztu, a krew obrazem tajemnicy eucharystycznej. Żołnierz więc przebił Mu bok i otworzył przejście do świątyni ciała Chrystusowego, a ja tam znalazłem mój skarb, który jest moim bogactwem. To więc się stało z Barankiem Bożym: Żydzi powiedli go na śmierć, ja zaś zebrałem jej owoc, to znaczy moje zbawienie.

„Z przebitego boku wypłynęła woda i krew". Nie bądźmy więc obojętni wobec tak wielkich tajemnic, gdyż odnajdziemy w nich jeszcze inną głębię. Woda i krew to obraz chrztu i Eucharystii. Z tych dwóch sakramentów bierze swój początek Kościół „przez obmycie odradzające i odnawiające w Duchu Świętym", to znaczy przez chrzest i tajemnice Ciała i Krwi Chrystusa. Te zaś znaki, czyli woda i krew, wywodzą się z boku Zbawiciela. Kościół więc powstał z boku Chrystusa, podobnie jak Ewa z boku Adama.

Wspomina o tym również św. Paweł, kiedy mówi: „Jesteśmy z Jego ciała i z Jego kości", a ma on tu na myśli bok Chrystusa. Albowiem jak z boku Adama Bóg stworzył kobietę, tak też Chrystus dał nam ze swego boku wodę i krew, z których utworzył Kościół. I tak, jak Bóg wyprowadził Ewę z głęboko uśpionego Adama, tak też Chrystus pogrążony we śnie śmierci dał nam tę wodę i tę krew.

Taką oto Chrystus zgotował sobie oblubienicę, takim oto żywi nas wybranym pokarmem. On sam jest naszym pokarmem i życiem. Matka powodowana miłością do dziecka, które poczęła i zrodziła, karmi je własną krwią i własną piersią; Chrystus zaś wciąż poi swoją krwią tych, których odrodził.

Znajdź obraz Jerzego Dudy-Gracza „Golgota Jasnogórska" – Stacja II Jezus bierze krzyż na swoje ramiona

W tym roku w rozważaniach Drogi Krzyżowej pomyślmy szczególnie o chorych, cierpiących, pracownikach służby zdrowia, ratownikach, policjantach, strażakach, wolontariuszach – wszystkich ludziach, których na całym świecie dotknęła epidemia choroby. Sam Jezus bierze wraz z nimi krzyż cierpienia. Towarzyszy on także nam, w drodze niepewności i lęku o naszą przyszłość

Pasja według św. Łukasza – Krzysztof Penderecki

https://ninateka.pl/kolekcje/trzej-kompozytorzy/penderecki/audio/pasja-wedlug-sw-lukasza

Polska tradycja ludowa zaleca, by Wielki Piątek był czasem spędzonym w ciszy. Co naturalne, nie odbywały się w tym dniu zabawy, przestrzegano bardzo surowego postu, a gdy pojawiały się

kolejne nowinki techniczne jak gramofon, radio, telewizor, zalecano by z nich w ten jeden dzień w roku nie korzystać. W ten sposób ukazujemy też zawieszenie czasu i świata: w tym jedynym dniu w roku, w którym Kościół nie celebruje Mszy św. Jeśli jednak koniecznie mielibyśmy dziś czegoś posłuchać, to niech będzie to utwór zmarłego niedawno Krzysztofa Pendereckiego, skomponowany na 700-lecie powstania katedry w Münster. Możemy słuchać go, trzymając Ewangelię w dłoni i śledząc kolejne 27 części męki i śmierci Jezusa. Utwory są wprawdzie wykonywane po łacinie, ale mając przed oczami tytuły poszczególnych części, zorientujemy się, w którym momencie obecnie się znajdujemy. Gdy dobrze się wsłuchamy i uruchomimy wyobraźnię, rzeczywiście poczujemy się, jakbyśmy pojawili się w centrum tych zbawczych wydarzeń.

WIELKA SOBOTA

Modlitwa poranna

Pieśń z Księgi Izajasza
Rzekłem: W połowie dni moich
odejść muszę.
W bramach Otchłani mnie opuści
lat moich reszta.
Mówiłem: Nie ujrzę już Boga
na ziemi żyjących,
Nie zobaczę już nikogo
spośród mieszkańców tego świata.
Rozbiorą moje mieszkanie i przeniosą ode mnie
jak namiot pasterski.
Jak tkacz zwinąłem me życie,
a Pan jego nić przeciął.
Od świtu do nocy kres mi położysz.
Krzyczę do rana.
On jak lew miażdży wszystkie me kości.
Kwilę jak pisklę jaskółcze,
wzdycham jak gołębica.

Zmęczone są me oczy od patrzenia w górę;
Panie, stań przy mnie, bo jestem w ucisku.
I oto ustrzegłeś moją duszę
od czeluści zagłady,
Gdyż odrzuciłeś za siebie
wszystkie moje grzechy.
Ojciec głosi dzieciom wierność Twoją.
Pan mi przychodzi z pomocą.
Więc grać Mu będziemy pieśni na strunach
przez wszystkie dni naszego życia
w świątyni Pańskiej.
Chwała Ojcu i Synowi,
i Duchowi Świętemu.
Jak była na początku, teraz i zawsze,
i na wieki wieków. Amen.

Ojcze nasz...

*Wszechmogący, wieczny Boże, Twój Syn Jednorodzony został złożony w grobie i wyszedł z niego pełen chwały; † spraw łaskawie, by wierni, którzy przez chrzest uczestniczą w Jego śmierci, * dzięki Jego zmartwychwstaniu osiągnęli radość życia wiecznego. Który z Tobą żyje i króluje w jedności Ducha Świętego, * Bóg, przez wszystkie wieki wieków. Amen.*

Czytanie duchowe

Starożytna homilia na Świętą i Wielką Sobotę

Co się stało? Wielka cisza spowiła ziemię; wielka na niej cisza i pustka. Cisza wielka, bo Król zasnął. Ziemia się przelękła i zamilkła, bo Bóg

zasnął w ludzkim ciele, a wzbudził tych, którzy spali od wieków. Bóg umarł w ciele, a poruszył Otchłań. Idzie, aby odnaleźć pierwszego człowieka, jak zgubioną owieczkę.

Pragnie nawiedzić tych, którzy siedzą zupełnie pogrążeni w cieniu śmierci; aby wyzwolić z bólów niewolnika Adama, a wraz z nim niewolnicę Ewę, idzie On, który jest ich Bogiem i synem Ewy.

Przyszedł więc do nich Pan, trzymając w ręku zwycięski oręż krzyża. Ujrzawszy Go praojciec Adam, pełen zdumienia, uderzył się w piersi i zawołał do wszystkich: „Pan mój z nami wszystkimi!". I odrzekł Chrystus Adamowi: „I z duchem twoim!". A pochwyciwszy go za rękę, podniósł go mówiąc: „Zbudź się, o śpiący, i powstań z martwych, a zajaśnieje ci Chrystus.

Oto Ja, twój Bóg, który dla ciebie stałem się twoim synem. Oto teraz mówię tobie i wszystkim, którzy będą twoimi synami, i moją władzą rozkazuję wszystkim, którzy są w okowach: Wyjdźcie! A tym, którzy są w ciemnościach, powiadam: Niech zajaśnieje wam światło! Tym zaś, którzy zasnęli, rozkazuję: Powstańcie!

Tobie, Adamie, rozkazuję: Zbudź się, który śpisz! Nie po to bowiem cię stworzyłem, abyś pozostawał spętany w Otchłani. Powstań z martwych, albowiem jestem życiem umarłych. Powstań ty, który jesteś dziełem rąk moich. Powstań ty, który jesteś moim obrazem uczynionym na moje podobieństwo. Powstań, wyjdźmy stąd! Ty bowiem jesteś we Mnie, a Ja w tobie, jako jedna i niepodzielna osoba.

Dla ciebie Ja, twój Bóg, stałem się twoim synem. Dla ciebie Ja, Pan, przybrałem postać sługi. Dla ciebie Ja, który jestem ponad niebiosami, przyszedłem na ziemię i zstąpiłem w jej głębiny. Dla ciebie, człowieka, stałem się jako człowiek bezsilny, lecz wolny pośród umarłych. Dla ciebie, który porzuciłeś ogród rajski, Ja w ogrodzie oliwnym zostałem wydany Żydom i ukrzyżowany w ogrodzie.

Przypatrz się mojej twarzy dla ciebie oplutej, bym mógł ci przywrócić ducha, którego niegdyś tchnąłem w ciebie. Zobacz na moim obliczu ślady uderzeń, które zniosłem, aby na twoim zeszpeconym obliczu przywrócić mój obraz.

Spójrz na moje plecy przeorane razami, które wycierpiałem, aby z twoich ramion zdjąć ciężar grzechów przytłaczających ciebie. Obejrzyj moje ręce tak mocno przybite do drzewa za ciebie, który niegdyś przewrotnie wyciągnąłeś swą rękę do drzewa.

Snem śmierci zasnąłem na krzyżu i włócznia przebiła mój bok za ciebie, który usnąłeś w raju i z twojego boku wydałeś Ewę, a ta moja rana uzdrowiła twoje zranienie. Sen mej śmierci wywiedzie cię ze snu Otchłani. Cios zadany Mi włócznią złamał włócznię skierowaną przeciw tobie.
Powstań, pójdźmy stąd! Niegdyś szatan wywiódł cię z rajskiej ziemi, Ja zaś wprowadzę ciebie już nie do raju, lecz na tron niebiański. Zakazano ci dostępu do drzewa będącego obrazem życia, ale Ja, który jestem życiem, oddaję się tobie.
Przykazałem aniołom, aby cię strzegli tak, jak słudzy, teraz zaś sprawię, że będą ci oddawać cześć taką, jaka należy się Bogu.
Gotowy już jest niebiański tron, w pogotowiu czekają słudzy, już wzniesiono salę godową, jedzenie zastawione, przyozdobione wieczne mieszkanie, skarby dóbr wiekuistych są otwarte, a królestwo niebieskie, przygotowane od założenia świata, już otwarte".

Przygotowanie święconki

Nie możemy iść do kościoła poświęcić pokarmów, ale jeśli masz możliwość i potrzebne produkty, możesz przygotować koszyczek – zwłaszcza jeśli w domu są dzieci, którym brakować będzie tego zwyczaju.

Wykorzystaj ten czas, żeby przy okazji „oczyścić" go z tego, co w nim zbędne i pozbawione symboliki. Umieść w koszyku to, co naprawdę ma znaczenie. Wytłumacz dzieciom, co oznaczają poszczególne potrawy.

Baranek (z masła, cukru albo ciasta): symbol Jezusa Zmartwychwstałego, Baranka Bożego, który odkupił nas swoją krwią.

Jajko: symbol nowego życia, zwycięstwa życia nad śmiercią. Dawniej nie jedzono jaj przez cały Wielki Post, dopiero w Wielkanoc wracały one na stoły.
Chleb: Jezus mówił o sobie, że jest Chlebem Życia. To również przypomnienie Eucharystii. W tym roku mamy czas, więc łatwo można upiec z dziećmi minichlebki, gotowe do włożenia do koszyka. Przepisy na chlebki znajdziecie w internecie, na przykład tu: http://www.mirabelkowy.pl/2015/04/mini-chlebki-do-swieconki.html
Wędlina: to symbol baranka, którego Izraelici zabijali na Paschę.
Chrzan: symbol goryczy Męki Pańskiej.
Ciasto (najlepiej domowe, babka albo mazurek): symbol słodyczy, która jest nagrodą dla wytrwałych i zapowiedzią królestwa niebieskiego.
Sól: przypomnienie, że chrześcijanie mają być „solą świata".

W niektórych regionach w koszyku umieszcza się również ser, pieprz, naczynie z wodą, symbolizujące Ducha Świętego, zajączka albo kurczaczka.

Pamiętaj: święcenie potraw jest pobożnym obyczajem, ale nie jest ani sakramentem, ani prawdą wiary. Nic się nie stanie, jeśli w tym roku wyjątkowo koszyczka nie będzie albo będzie uboższy. Nie biegaj po sklepach tylko po to, żeby zdobyć niezbędne produkty! W tym roku świętować będziemy przy tym, co mamy w domu – na tradycyjne dania możemy poczekać jeszcze rok.

Koszyczek ze święconką przygotowujemy i odstawiamy w chłodne miejsce, żeby czekał na nasze wielkanocne śniadanie.

Jeśli nie masz niezbędnych produktów do przygotowania święconki, zaproponuj dzieciom, żeby przygotowały plakat, na którym narysują albo zrobią wyklejankę koszyczka swoich marzeń.

W sobotnie przedpołudnie możecie również więcej czasu niż zwykle poświęcić na zdobienie pisanek. Można to robić w taki sposób, w jaki robiliście to dotychczas – ale warto wykorzy-

stać czas i poszukać w internecie nowych sposobów. Może odkryjecie nowe talenty – a dzieci będą miały zajęcie na pół dnia?

Wielka Sobota jest w Kościele dniem ciszy. Jeśli to możliwe, postaraj się nie włączać jeszcze telewizora czy muzyki. Stół nadal niech pozostaje bez nakrycia i ozdób. Jeśli położyłeś na nim krzyż – niech nadal tam pozostaje.

Wigilia Paschalna w domu

Wieczorem, po zachodzie słońca, rozpoczynają się w kościele celebracje Wigilii Paschalnej, czyli najważniejszej nocy w całym roku liturgicznym.

Przed zapadnięciem zmroku sprzątnij ze stołu krzyż. Możesz już nakryć go obrusem, postawić kwiaty, możesz nakryć do wielkanocnego śniadania.

Jeśli nie będziecie oglądać transmisji, możecie przeżyć tę noc na liturgii rodzinnej – czytając czytania z liturgii słowa, przeżywając obrzęd odnowienia przyrzeczeń chrzcielnych, przyjmując komunię św. duchową.

Czytania na liturgię słowa znajdziesz w sobotę na stronie **www.brewiarz.pl** – zakładka Teksty ILG – Dzisiaj, Czytania Liturgii Wigilii Paschalnej (teksty na stronie są dostępne tylko na bieżący dzień)

Jednym z najważniejszych elementów liturgii paschalnej jest odnowienie przyrzeczeń chrzcielnych. Jeśli spędza-

cie ten czas w rodzinie, porozmawiajcie o swoich chrztach: o tym, co dorosłym opowiadali ich rodzice, o rodzicach chrzestnych, o tym, jak wyglądał chrzest dzieci, co kierowało nimi przy wyborze chrzestnych, dlaczego dali dzieciom takie, a nie inne imiona.

Jeśli nie wiecie, możecie poszukać w książce czy internecie, kim są wasi święci patronowie.

Zapalcie świecę.

Opowiedzcie dzieciom, co oznacza chrzest i dlaczego jest tak ważny w życiu chrześcijanina.

Odmówcie Litanię do wszystkich świętych, Wyznanie wiary i odnówcie przyrzeczenia chrzcielne.

Odnowienia przyrzeczeń chrzcielnych można dokonać również indywidualnie – łącząc to z modlitwą za swoich rodziców i chrzestnych, za kapłana udzielającego chrztu.

Ryt odnowienia przyrzeczeń chrzcielnych
(w miejscu K – Kapłana liturgię prowadzi ojciec rodziny, a gdy go nie ma – inna dorosła osoba)

K: Wpatrzeni w światło Chrystusa, odnówcie teraz przymierze chrztu św., w którym niegdyś przyrzekaliście służyć Bogu w świętym Kościele. A zatem pytam każdego z was:
K: Czy wyrzekasz się grzechu, aby żyć w wolności dzieci Bożych?
W: *Wyrzekam się.*
K: Czy wyrzekasz się wszystkiego, co prowadzi do zła, aby cię grzech nie opanował?
W: *Wyrzekam się.*
K: Czy wyrzekasz się szatana, który jest głównym sprawcą grzechu?
W: *Wyrzekam się.*
K: Czy wierzysz w Boga, Ojca wszechmogącego, Stworzyciela nieba i ziemi?
W: *Wierzę.*
K: Czy wierzysz w Jezusa Chrystusa, Jego Syna jedynego, Pana naszego, narodzonego z Maryi Dziewicy, umęczonego i pogrzebanego, który powstał z martwych i zasiada po prawicy Ojca?

W: *Wierzę.*
K: Czy wierzysz w Ducha Świętego, święty Kościół powszechny, obcowanie świętych, odpuszczenie grzechów, zmartwychwstanie ciała i życie wieczne?
W: *Wierzę.*
K: Wyznajcie teraz, że chcecie praktykować przymierze chrzcielne w waszym codziennym życiu. Pytam zatem każdego z was:
K: Czy przyrzekasz z całych sił dążyć do świętości, do której zostałeś powołany łaską chrztu świętego?
W: *Przyrzekam.*
K: Czy przyrzekasz z pomocą łaski Bożej zachowywać wiernie przykazania Boskie i kościelne, i pogłębiać swoją wiarę?
W: *Przyrzekam.*
K: Czy przyrzekasz wiernie wypełniać wolę Bożą na drodze życiowego powołania – kapłańskiego, małżeńskiego, na drodze rad ewangelicznych – które wyrasta z sakramentu chrztu?
W: *Przyrzekam.*
K: Czy przyrzekasz dawać godne świadectwo wiary w swoim otoczeniu?
W: *Przyrzekam.*
K: Taka jest nasza wiara. Taka jest wiara Kościoła, której wyznawanie jest naszą chlubą w Chrystusie Jezusie, Panu naszym.
W: *Amen.*
W tym momencie powinniśmy zrobić znak krzyża – jeśli to możliwe i mamy w domu – maczając palce w wodzie święconej.

Po odnowieniu przyrzeczeń chrzcielnych możecie odmówić „Ojcze nasz", a następnie przyjąć komunię św. duchową.

Na zakończenie odśpiewajcie albo odmówcie najstarszy znany hymn chrześcijański:
https://www.youtube.com/watch?v=x5JrwdL1FZM

Dziękujemy Ci, Ojcze nasz za święty winny szczep Dawida, którą nam poznać dałeś przez Jezusa Syna Twego.

Tobie chwała na wieki.

Dziękujemy Ci, Ojcze nasz za życie i za wiarę,
Którą nam poznać dałeś przez Jezusa Syna Twego.
Tobie chwała na wieki.

Dziękujemy Ci, Ojcze nasz za święte Imię Twoje,
Któremu zgotowałeś mieszkanie w sercach naszych.
Tobie chwała na wieki.

Dziękujemy Ci, Ojcze nasz za wiarę i za nieśmiertelność,
którą nam poznać dałeś przez Jezusa Syna Twego.
Tobie chwała na wieki.

Ty, o Panie Wszechmocny stworzyłeś wszystko dla Imienia Swego,
pokarm i napój dałeś ludziom na pożywienie.
Tobie chwała na wieki.

Nam zaś darowałeś pokarm duchowy oraz napój,
I żywot wieczny przez Jezusa Syna Twego.
Tobie chwała na wieki.

Pomnij, Panie na swój Kościół i wybaw go od wszelkiego złego,
I doprowadź go do miłości swojej do Królestwa Twego.
Tobie chwała na wieki.

Niechaj przyjdzie twa łaska i niech przeminie ten świat,
Kto święty niech przystąpi, kto nim nie jest niech czyni pokutę.

Jeśli będziecie oglądali transmisję liturgii Wigilii Paschalnej, ubierzcie się odświętnie, zapalcie świecę, starajcie się jak najuważniej śledzić wszystko, co się w jej trakcie dzieje. Przyjmijcie komunię św. duchową.

Po zakończeniu liturgii – skoro nie możemy wyjść na procesję rezurekcyjną – włączcie głośno „Alleluja" Haendla i złóżcie sobie świąteczne życzenia.

https://www.youtube.com/watch?v=rMDRopXHfaY
Chrystus zmartwychwstał! Prawdziwie zmartwychwstał!

Tradycyjne śniadanie wielkanocne je się rano – ale, jeśli to możliwe w rytmie życia rodziny – możesz spróbować również przeżyć inaczej.

To rozwiązanie dla nocnych marków i porannych śpiochów!

Jeśli liturgia kończy się w nocy radosnym „Alleluja" – to równie dobrze właśnie wtedy można spożyć świąteczny posiłek, żeby był domową kontynuacją tego, co właśnie zakończyło się w kościele.

WIELKANOC

Śniadanie wielkanocne przeżywamy jak zwykle, w domu. Jeśli mieszkacie w bloku, zainteresujcie się sąsiadami. Nie możemy wyjść i się spotkać, ale nawet krótka wymiana zdań przez uchylone drzwi i złożenie życzeń może komuś poprawić nastrój. Wykorzystajmy okna, wykorzystajmy balkony, rozmawiajmy ze sobą. Są święta, Jezus zmartwychwstał! Nawet w trudnych warunkach izolacji nikt nie musi być do końca sam!

Przed rozpoczęciem śniadania wielkanocnego – w związku z tym, że nie mogliśmy zanieść pokarmów do poświęcenia do kościoła – modlitwę błogosławieństwa należy odmówić w domu.
Na stole ustawiamy świecę.
Ojciec rodziny: – Chrystus zmartwychwstał, alleluja!
Odpowiadamy: – *Prawdziwie zmartwychwstał, alleluja!*
Czytanie z Listu do Tesaloniczan: „Zawsze się radujcie, nieustannie się módlcie. W Każdym położeniu dziękujcie, taka jest bowiem wola Boża w Jezusie Chrystusie względem was".
Ojciec rodziny: – Módlmy się. Z radością wysławiamy Ciebie, Panie Jezu Chryste, który po swoim zmartwychwstaniu ukazałeś się uczniom przy łamaniu chleba. Bądź z nami, kiedy z wdzięcz-

nością spożywać będziemy te dary, i jak dzisiaj w braciach przyjmujemy Ciebie w gościnę, przyjmij nas jako biesiadników w Twoim królestwie. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków.
Odpowiadamy: Amen.

Zadbaj o świąteczny nastrój w domu. Ubierzcie się elegancko. Przeżyjcie w skupieniu transmisję. Przyjmijcie komunię św. duchową.

Żeby lepiej rozumieć Wielkanoc, poczytajcie w Piśmie Świętym dwa ostatnie rozdziały z Ewangelii św. Jana i ostatni rozdział z Ewangelii św. Łukasza. To opisy tego, jak zmartwychwstały Jezus objawiał się swoim uczniom.

Napiszcie listy albo kartki świąteczne do rodziny. Nawet jeśli wyślecie je później albo wręczycie później osobiście, będą pamiątką tego czasu, który jest pełen cierpienia i lęku, ale bez wątpienia przejdzie do historii.

Zróbcie sobie zdjęcia. Stwórzcie małą kronikę domowych wydarzeń z fotografiami, wspomnieniami, miejscem na wyładowanie złości, ale też na małe radości. Pamiętajcie: o tej trudnej Wielkanocy będziecie opowiadali kiedyś dzieciom i wnukom.

Jezus Zmartwychwstał i żyje! Przekroczył granicę śmierci, odsunął kamień, wyprowadził z grobu umarłych: dlaczego i nas ma nie wyprowadzić na wolność? W Nim już jesteśmy wolni, w Nim żyjemy i będziemy żyć wiecznie!

To jest treść tego święta i ono w nas trwa. Choć w tym roku wyjątkowo nie możemy przeżywać tego czasu na modlitwie w kościele, nie przeżywamy go bez Boga – Bóg jest z nami w Kościele, którym my wszyscy jesteśmy, zjednoczeni w Jezusie.

„O nic się już zbytnio nie troskajcie,
ale w każdej sprawie wasze prośby przedstawiajcie Bogu
w modlitwie i błaganiu z dziękczynieniem!
A pokój Boży, który przewyższa wszelki umysł,
będzie strzegł waszych serc i myśli w Chrystusie Jezusie”.

Flp 4, 6–7