



O postanowieniach wielkopostnych, ograniczeniu w jedzeniu i pożyteczności okresu pokuty w wywiadzie z księdzem Antonim Gremzą. Co jest głównym celem Wielkiego Postu?

Wszystko w liturgii Wielkiego Postu ma swój głęboki sens, mający na celu duchowe przygotowanie wiernych do wielkanocnej radości Zmartwychwstania Chrystusa. W rzeczywistości, Wielki Post jest potrzebny, aby razem z Jezusem w naszym szarym życiu codziennym poczuć smak prawdziwego życia. Powiedziałbym nawet: poczuć pragnienie wieczności ze Zmartwychwstałym Chrystusem.

W jaki sposób Kościół radzi przeżywać ten czas?

Przede wszystkim, przed oczami wiernych powinien być przykład samego Jezusa, w Nim trzeba szukać prawdziwego wzoru przeżycia okresu Wielkiego Postu: post Jezusa na pustyni, oddalanie pokus szatana, modlitwa osobista i ofiarna miłość do tych, którzy są w potrzebie. Wielowiekowa tradycja i mądrość nauki Kościoła ma pewne wypracowane praktyki: post, modlitwę i jałmużnę. Ponadto, w większym stopniu bardziej ściśle łączyć się z Jezusem pomagają rozważania Drogi Krzyżowej, nabożeństwo Gorzkich Żali oraz udział w rekolekcjach wielkopostnych i sakrament spowiedzi. †

Jakie postanowienia można i trzeba robić podczas Wielkiego Postu?

Zależy to od osobistego życia każdego człowieka, od zrozumienia tego, co mu przeszkadza w prawdziwym byciu z Bogiem. Wierzący podejmuje decyzję, aby uzyskać bogate duchowe owoce. Dlatego wybierać postanowienie powinniśmy rozsądnie, żeby ono rzeczywiście doprowadziło do wzrostu chrześcijańskiej miłości ku Bogu i bliźniemu. Wiele osób odmawiają sobie jedzenia, które najbardziej im się podoba, oglądania telewizji, Internetu; obiecują walczyć

ze skłonnością do palenia i picia alkoholu. Są to postanowienia zewnętrzne, ale warto również pamiętać o postanowieniach dotyczących życia wewnętrznego: codzienna modlitwa, czytanie Pisma Świętego i innej literatury chrześcijańskiej, wypełnienie czynów miłosierdzia. Szczególnie do pełnienia uczynków miłosierdzia dla ciała i duszy w Jubileuszowym Roku Miłosierdzia wzywa wiernych papież Franciszek.

Po co w czymś siebie ograniczać?

Ograniczenia w rzeczach przyjemnych (w jedzeniu, zabawach i innych sprawach) ludzie często interpretują jako formę zakazu. Jednak w rzeczywistości konkretny uczynek wielkopostny jest wybierany jako dobrowolna decyzja. Przez niego chrześcijanin się samodoskonali. Ogólna praktyka życia duchowego potwierdza fakt, że aby dostać czegoś więcej, trzeba nauczyć się dawać. W czasie Wielkiego Postu człowiek uczy się oddawać swoją słabość, przywiązanie do rzeczy przyjemnych i nałogów.

Jaka jest różnica między postem a wstrzemięźliwością?

Post ma swoją religijną intencję i powiązany jest z momentem rezygnacji z czegoś w imię miłości Boga i bliźniego. Bardzo często postanowieniom wielkopostnym towarzyszy modlitwa, która pomaga w nich przetrwać. Z kolei praktykując wstrzemięźliwość ludzie stawiają na pierwsze miejsce własną korzyść, na przykład, dbanie o własne ciało i zdrowie w postaci różnych diet. Jeżeli zaś osoba chce otrzymać owoce duchowe przez odmówienie sobie jakiegoś jedzenia, powinna ona wzbudzić przede wszystkim intencję duchową.

Jak jest ograniczony post w jedzeniu?

Post od mięsa nazywa się jakościowym i zachowuje się w każdy piątek w ciągu roku (z wyjątkiem uroczystości przypadających w tym dniu), a także w Środę Popielcową. W Środę Popielcową i Wielki Piątek obowiązuje zarówno post jakościowy, jak i ilościowy, gdy dopuszcza się tylko jeden posiłek do syta. Przy okazji, rezygnacja z mięsa raz w tygodniu jest korzystna tak dla ciała, jak i dla duszy. Dzisiaj post ma charakter lżejszy, niż przed reformą dyscypliny postnej, którą wprowadził błogosławiony papież Paweł VI w 1966 roku (Konstytucja Soborowa Paenitemini). Starsi wierni pamiętają, że nie można było spożywać produktów mlecznych, jaj i tłuszczu. Dzisiaj nauka Kościoła tego nie zakazuje, a coraz większą uwagę zwraca się na duchowy wymiar postu i walkę z grzesznymi skłonnościami.

Kto może nie zachowywać postu?

Kościół zachęca do kształtowania ducha pokutnego od najmłodszych lat życia (por. kan. 1252 KPK). Wraz z tym od postu jakościowego w piątki są zwolnione dzieci w wieku do 14 lat. Starsi wierni są zobowiązani do przestrzegania piątkowego postu przez cały rok. Post ilościowy w Środę Popielcową i Wielki Piątek obowiązuje wiernych w wieku od 18 do 60 lat życia. Podczas postu jakościowego (za wyjątkiem Środy Popielcowej i Wielkiego Piątku) Kościół pozwala spożywać produkty mięsne wierzącym, którzy wykonują pracę fizyczną, znajdują się w dalekiej podróży lub przeżywają chorobę. Ulgę mają również osoby starsze i kobiety w ciąży. Konstytucja Soborowa Paenitemini pozwala konferencji biskupów danego kraju wprowadzać zmiany dotyczące wieku wiernych i charakteru postu, nie zmieniając pokutnego charakteru każdego piątku.

Jak ważny jest udział w rekolekcjach w czasie Wielkiego Postu?

Istotą rekolekcji wielkopostnych jest przyjęcie wezwania Pana Jezusa do nawrócenia. Słyszemy ten apel na początku Wielkiego Postu w czasie posypywania naszych głów popiołem – „nawracajcie się i wiercie w Ewangelię”. Nauki, konferencje, nabożeństwa przyczyniają się do tej odpowiedzi na wezwanie Chrystusa. Dzieje się to poprzez nawrócenie się w sakramencie spowiedzi i szczere pragnienie trwania w łasce Bożej. Rekolekcje są również czasem, aby przez naukę księdza i modlitwy pojednać się z bliźnimi i zadbać o zbawienie każdego człowieka. Biorąc udział w rekolekcjach, na nowo uświadamiamy sobie prawdę o tym, że Jezus umarł za nas na krzyżu i umiłował wszystkich jednakową miłością.

Jaki pożytek ma ten okres dla prawdziwego wierzącego?

Jest to pożytek duchowy, aby wśród ziemskich dążeń ludzie nie zapominali dbać o wiecznym i duchowym odkupieniu, które każdemu na krzyżu zdobył Chrystus. Jeśli w czasie Wielkiego Postu będziemy o tym pamiętać i do tego dążyć, to chyba nie zepsujemy tego pokutnego okresu i poznamy prawdziwą radość Zmartwychwstania Chrystusa, aby żyć z Nim wiecznie. To jest właśnie główny cel, do którego dążymy podczas Wielkiego Postu i całego naszego życia.