Krótki przewodnik po Świętym Triduum Paschalnym

Dostosowany dla parafii św. Gerarda w Gliwicach,
w aktualnej sytuacji epidemiologicznej.

9 – 12 kwietnia 2020

WSTĘP

Święte Triduum Paschalne, czyli najważniejszy okres w roku liturgicznym, rozpoczyna się w Wielki Czwartek wieczorem Mszą Wieczerzy Pańskiej, a kończy nieszporami w Niedzielę Zmartwychwstania. Różne obrzędy, które składają się na kolejne dni Triduum stanowią tak naprawdę jedną całość; są pamiątką jednej tajemnicy, w której Męki i Krzyża nie można oddzielić od Zmartwychwstania, w której Chwała przychodzi przez Krzyż, a Życie rodzi się ze śmierci. W tych dniach nie tylko wspominamy zbawczą Mękę, Śmierć i Zmartwychwstanie Chrystusa, ale je uobecniamy tzn. dzieją się one rzeczywiście, a celebrując je stajemy się ich uczestnikami.

Mimo że nasze tegoroczne uczestnictwo w liturgii Triduum Paschalnego nie będzie takie jak zawsze, to jednak wciąż możemy przeżyć ten Święty Czas pobożnie i owocnie w naszych domach. W tym celu przygotowany został niniejszy krótki przewodnik.

Wszystkie transmisje, które zostały wymienione w tekście dostępne będą na platformie YouTube pod adresem:

https://www.youtube.com/channel/UCImHoX_4XtDvsA0l_ibvKAA

WIELKI CZWARTEK

To dzień zakończenia Wielkiego Postu, ale jednocześnie rozpoczęcia celebracji Triduum Paschalnego. Uobecniamy w nim Ostatnią Wieczerzę Chrystusa i Jego uczniów, podczas której ustanowione zostały: Sakrament Eucharystii i Kapłaństwa.

O godzinie 18:00 w kościele będzie miała miejsce Uroczysta Liturgia Mszy Wieczerzy Pańskiej, w którą możemy się włączyć za pośrednictwem transmisji online.

W czasie liturgii, choć nie będziemy mogli przyjąć w fizyczny sposób Ciała i Krwi Chrystusa, to jednak możemy to uczynić na sposób duchowy. Jest to forma jedności z Chrystusem Panem, z Jego Kościołem, która jest możliwa dzięki Łasce Chrystusowej i dzięki wielkiej tęsknocie, która jest w wierzącym. Aby przyjąć Chrystusa na sposób duchowy, należy wzbudzić w sobie pragnienie komunii w czym pomóc może poniższa modlitwa:

> *Jezu mój, wierzę, że jesteś obecny w Najświętszym Sakramencie. Miłuję Cię nade wszystko i pragnę zjednoczyć się z Tobą w mojej duszy. Ponieważ teraz nie mogę Cię przyjąć sakramentalnie, przyjdź przynajmniej duchowo do mego serca. Jednoczę się z Tobą jakbyś rzeczywiście był we mnie obecny, oddaję Ci się zupełnie i proszę gorąco: nie dozwól, abym kiedykolwiek oddalił się od Ciebie. Amen.*

Po zakończeniu liturgii ważne jest, by w naszych rodzinach zapanował nastrój powagi i skupienia. Warto ograniczyć oglądanie telewizji i korzystanie z internetu oraz zrezygnować ze słuchania głośnej muzyki. Mimo że nie będzie możliwości czuwania przy Najświętszym Sakramencie w ciemnicy, możemy w osobistej bądź rodzinnej modlitwie dziękować Panu Jezusowi za dar Eucharystii i Kapłaństwa oraz rozważać jego ostatnie chwile przed Męką i Śmiercią poprzez lekturę Pisma Świętego (Mk 14, 26-72; Mt 26, 36-75; Łk 22, 39-71) albo pierwszą część Gorzkich Żali.

Gorzkie Żale część I: https://brewiarz.pl/czytelnia/wielki_post_gz_1.php3

WIELKI PIĄTEK

W Wielki Piątek Kościół mimo iż nie sprawuje Eucharystii, to jednak rozmyśla nad Męką swego Pana, adoruje Krzyż i modli się do Boga o Zbawienie całego świata. W tym dniu wypełniają się słowa Chrystusa z Ostatniej Wieczerzy: „Nikt nie ma większej miłości od tej, gdy ktoś życie swoje oddaje za przyjaciół swoich" (J 15, 13), a godzina Śmierci Jezusa sprawowana jest przez Kościół nie jako godzina smutku i rozpaczy, ale jako godzina triumfu i zwycięstwa.

Wielki Piątek w Kościele katolickim jest dniem postu ścisłego. Oznacza to, że zdrowe osoby w wieku od 18. do 60. roku życia mogą spożyć tylko jeden posiłek do syta oraz dwa posiłki lekkie. Wszystkich natomiast wiernych w wieku od 14 lat wzwyż, jak w każdy piątek, obowiązuje post jakościowy, czyli wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych.

W czasie Triduum Paschalnego Kościół w sposób szczególny zachęca nas do trwania na modlitwie m. in. poprzez włączenie się w treści Liturgii Godzin. Możemy zatem rozpocząć przeżywanie dnia Męki i Śmierci Pana Jezusa od modlitwy brewiarzowej – Wezwania, Godziny Czytań i Jutrzni. Poszczególne teksty znajdziemy na stronie brewiarz.pl:

Wezwanie: https://brewiarz.pl/iv_20/1004/wezw.php3

Godzina Czytań: https://brewiarz.pl/iv_20/1004/godzczyt.php3

Jutrznia: https://brewiarz.pl/iv_20/1004/jutrznia.php3

Wielkopostne piątki kojarzą się nam zwłaszcza z nabożeństwami Drogi Krzyżowej, stąd i w Wielki Piątek warto znaleźć czas na rozważania poszczególnych stacji (np. z pomocą tekstów, które można znaleźć w modlitewniku Droga do Nieba). **Transmisja z nabożeństwa w naszej parafii o godzinie 10:00.**

W godzinę Śmierci Pana Jezusa, tj. o 15:00, możemy w gronie rodziny bądź indywidualnie odmówić Koronkę do Miłosierdzia Bożego, tym samym rozpoczynając Nowennę przed Świętem Miłosierdzia Bożego

w II Niedzielę Wielkanocną. Teksty nowenny można znaleźć na stronie Sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Łagiewnikach:

https://faustyna.pl/zmbm/nowenna-do-milosierdzia-bozego/

O godzinie 18:00 rozpocznie się transmisja Uroczystej Liturgii Męki Pańskiej z naszego parafialnego kościoła, w której rozważać będziemy biblijny opis Męki Pańskiej. Tak jak w czasie Mszy Wieczerzy Pańskiej, możemy przyjąć w czasie liturgii komunię na sposób duchowy.

Ponieważ nie będziemy mogli w fizyczny sposób oddać czci Krzyżowi w trakcie transmisji, możemy to uczynić w naszych domach. Po zakończeniu Liturgii Męki Pańskiej warto zatem wyeksponować w naszych domach krzyż, stawiając go w widocznym, centralnym miejscu. Zgodnie z dekretem biskupa gliwickiego:

„Nie zaleca się jednak oddawania czci Krzyżowi przez ucałowanie. Zamiast tego gestu należy zaproponować uklęknięcie całej rodziny przed krzyżem i wspólne, trzykrotne odmówienie następującej modlitwy”:

> *Kłaniamy Ci się Panie Jezus Chryste i błogosławimy Ciebie.*
> *Żeś przez Krzyż i Mękę swoja odkupił świat.*

Na zakończenie dnia, trwając na adoracji krzyża, można modlić się słowami drugiej i trzeciej części Gorzkich Żali:

Gorzkie Żale część II: https://brewiarz.pl/czytelnia/wielki_post_gz_2.php3

Gorzkie Żale część III: https://brewiarz.pl/czytelnia/wielki_post_gz_3.php3

słowami pieśni: „Krzyżu święty, nade wszystko”, „Odszedł Pasterz od nas” (teksty w dodatku na końcu przewodnika), jak również rozważać słowa Chrystusa wypowiedziane na Krzyżu:

- ✠ Ojcze, przebacz im, bo nie wiedzą, co czynią (Łk 23, 33-34)
- ✠ Dziś ze mną będziesz w raju (Łk 23, 39-43)
- ✠ Oto matka Twoja (J 19, 25-27a)
- ✠ Boże mój, Boże mój, czemuś Mnie opuścił? (Mt 27, 45-46)
- ✠ Pragnę! (J 19, 28-29)
- ✠ Wykonało się (J 19, 30)
- ✠ Ojcze, w Twoje ręce powierzam ducha mojego (Łk 23, 44-46)

WIELKA SOBOTA

Nastał dzień, o którym sam Pan Jezus powiedział: „przyjdzie czas, kiedy zabiorą im pana młodego, i wtedy, w owe dni, będą pościli" (Łk 5, 35). Dlatego Kościół zachęca, by również w Wielką Sobotę zachować wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych.

Choć ciało naszego Pana spoczywa w grobie, to jednak Chrystus zstępuje w tym dniu do otchłani, by wyrwać ludzkość z niewoli śmierci i przywrócić nam wszystkim Życie. My natomiast w ciszy i na modlitwie oczekujemy na Jego Zmartwychwstanie. Pomocą w zrozumieniu tajemnicy Wielkiej Soboty są teksty Liturgii Godzin, dlatego możemy podobnie jak w Wielki Piątek, rozpocząć ten dzień modlitwą brewiarzową:

Wezwanie: https://brewiarz.pl/iv_20/1104-1/wezw.php3

Godzina czytań: https://brewiarz.pl/iv_20/1104-1/godzczyt.php3

Jutrznia: https://brewiarz.pl/iv_20/1104-1/jutrznia.php3

Zgodnie z dekretem biskupa gliwickiego „W Wielką Sobotę nie zezwala się na adorację Pana Jezusa w Bożym Grobie oraz na adorację Krzyża w kościele. Zachęca się natomiast wiernych, by w swoich domach wspólnie odczytali Mękę Pana Naszego Jezusa Chrystusa według Św. Jana rozdziały: J 18, 1 - 19, 42." Możemy to uczynić przy wciąż wyeksponowanym Krzyżu.

Większość wiernych Wielką Sobotę kojarzy z tzw. Święconką. Jednakże w obecnej sytuacji, zgodnie z dekretem biskupim: „Duszpasterzom zabrania się organizowania i celebrowania tradycyjnego błogosławienia pokarmów na stół wielkanocny. Wiernym należy natomiast zaproponować obrzęd Błogosławieństwa posiłku w domu przed śniadaniem wielkanocnym". Tekst tego błogosławieństwa znajduje się poniżej, w części rozważań na Niedzielę Zmartwychwstania.

W Wielki Piątek rozpoczęliśmy nowennę przed Świętem Miłosierdzia Bożego, dlatego możemy o godzinie 15:00 odmówić Koronkę rozważając jej drugi dzień.

NIEDZIELA ZMARTWYCHWSTANIA PAŃSKIEGO

Wigilia Paschalna rozpoczyna świętowanie najważniejszej tajemnicy naszej wiary, czyli Uroczystości Zmartwychwstania Pańskiego. Jest centralnym obrzędem Triduum Paschalnego, najważniejszą i najpiękniejszą celebracją w całym roku liturgicznym, choć w zaistniałej sytuacji będzie ona w nieco innej formie, niż do tego przywykliśmy. **Transmisja Uroczystej Liturgii Wigilii Paschalnej w naszym kościele rozpocznie się o godzinie 20:00.**

Radość ze Zmartwychwstania Chrystusa będziemy mogli przeżywać już od najwcześniejszych godzin porannych, bowiem, **o godzinie 7:00 będziemy mogli uczestniczyć w transmisji Mszy Świętej Rezurekcyjnej w naszym kościele parafialnym**.

Od wieków chrześcijanie dzielili się radością Zmartwychwstania ze swoimi bliskimi, dlatego w poranek wielkanocny Kościół zachęca nas do wspólnego zgromadzenia się na uroczystym śniadaniu, przed którym zachęcamy do odmówienia modlitwy Błogosławieństwa:

Błogosławieństwo stołu przed uroczystym posiłkiem w Niedzielę Zmartwychwstania Pańskiego

Źródło: „Obrzędy błogosławieństw dostosowane do zwyczajów diecezji polskich", t. 2, Katowice 2001, nry 1347-1350

> Ojciec rodziny lub przewodniczący zapala świecę umieszczoną na stole i mówi: Chrystus zmartwychwstał. Alleluja.
>
> Wszyscy odpowiadają: Prawdziwie zmartwychwstał. Alleluja.
>
> Następnie ktoś z uczestników odczytuje tekst Pisma Świętego.
>
> „Zawsze się radujcie. Bracia i siostry, posłuchajcie słów świętego Pawła Apostoła do Tesaloniczan. Zawsze się radujcie, nieustannie się

módlcie. W każdym położeniu dziękujcie, taka jest bowiem wola Boża w Jezusie Chrystusie względem was.” (1 Tes 5, 16-18)

Albo:

„Nie troszczcie się zbytnio i nie mówcie: co będziemy jeść? Bracia i siostry, posłuchajmy słów Ewangelii według świętego Mateusza. Jezus powiedział do swoich uczniów: „Nie troszczcie się zbytnio i nie mówicie: co będziemy jeść? Co będziemy pić? Przecież Ojciec wasz niebieski wie, że tego wszystkiego potrzebujecie. Starajcie się naprzód o królestwo Boga i o Jego sprawiedliwość, a to wszystko będzie wam dodane.” (Mt 6, 31 ab.32b-33)

Po odczytaniu tekstu przewodniczący mówi:

Módlmy się. Z radością wysławiamy Ciebie, Panie Jezu Chryste, który po swoim zmartwychwstaniu ukazałeś się uczniom przy łamaniu chleba. Bądź z nami, kiedy z wdzięcznością 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.

Wszyscy: Amen.

Po posiłku ojciec rodziny lub przewodniczący mówi: Uczniowie poznali Pana. Alleluja

Wszyscy: Przy łamaniu chleba. Alleluja.

Ojciec rodziny: Módlmy się: Boże, źródło życia, napełnij nasze serca paschalną radością i podobnie jak dałeś nam pokarm pochodzący z ziemi, spraw, aby zawsze trwało w nas nowe życie, które wysłużył nam Chrystus przez swoją śmierć i zmartwychwstanie i w swoim miłosierdziu nam go udzielił. Który żyje i króluje na wieki wieków.

Wszyscy: Amen.

Rozważając trzeci dzień Nowenny przed Świętem Miłosierdzia Bożego, możemy o godzinie 15:00 odmówić Koronkę.

Triduum Paschalne kończą nieszpory Niedzieli Zmartwychwstania, dlatego możemy włączyć się w modlitwę kościoła, odmawiając je indywidualnie bądź w gronie rodziny.

Nieszpory: https://brewiarz.pl/iv_20/1204/nieszpory.php3

DODATEK

Pieśń „Krzyżu święty, nade wszystko”

1. Krzyżu święty, nade wszystko,
drzewo przenajszlachetniejsze!
W żadnym lesie takie nie jest,
jedno, na którym sam Bóg jest.
Słodkie drzewo, słodkie gwoździe
rozkoszny owoc nosiło.

2. Skłoń gałązki, drzewo święte,
Ulżyj członkom tak rozpiętym.
Odmień teraz oną srogość,
Którąś miało z urodzenia.
Spuść lekuchno i cichuchno
Ciało Króla niebieskiego.

3. Tyś samo było dostojne,
Nosić światowe Zbawienie,
Przez cię przewóz jest naprawion,
Światu, który był zagubion,
Który święta Krew polała,
Co z Baranka wypłynęła.

4. W jasełkach leżąc gdy płakał,
Już tam był wszystko oglągał,
Iż tak haniebnie umrzeć miał,
Gdy wszystek świat odkupić chciał
W on czas między zwierzętami
A teraz między łotrami.

5. Niesłychana to jest dobroć,
Za kogo na krzyżu umrzeć,
Któż to może dzisiaj zdziałać,
Za kogo swoją duszę dać?
Sam to Pan Jezus wykonał,
Bo nas wiernie umiłował.

6. Nędzne by to serce było,
co by dziś nie zapłakało,
widząc Stworzyciela swego
na krzyżu zawieszonego.
Na słońcu upieczonego
Baranka Wielkanocnego.

7. Maryja, matka patrzyła
Na członki, co powijała,
Powijając całowała,
Z tego wielką radość miała
Teraz je widzi sczerniałe,
Żyły, stawy w Nim porwane.

8. Nie był taki, ani będzie
Żadnemu smutek na świecie,
Jaki czysta Panna miała
Wonczas, kiedy narzekała:
Nędzna ja sierota dzisiaj.
Do kogóż ja się skłonić mam.

9. Jednegom Synaczka miała,
Com Go z nieba być poznała,
I tegom już postradała,
Jenom sama się została,
Ciężki ból cierpi me serce,
Od żalu mi się rozpaść chce.

10. W radośćim Go porodziła,
Smutku żadnego nie miała,
A teraz wszystkie, boleści
Dręczą mnie dziś bez litości;
Obymże Ja to mogła mieć,
Żebym mogła teraz umrzeć.

Pieśń „Odszedł Pasterz od nas”

1. Odszedł Pasterz od nas, zdroje wody żywej, Zbawca, Źródło łaski, miłości prawdziwej.

   Ref. Odszedł Pasterz nasz, co ukochał lud. O Jezu dzięki Ci, za Twej męki trud.

2. Gdy na krzyżu konał, słońce się zaćmiło, ziemia się zatrzęsła, wszystko się spełniło.
3. Ten, co pierwszych ludzi złowił w swoje sidła, Sam już w więzach leży, opadły Mu skrzydła.
4. Oto Boski Zbawca zamki śmierci skruszył, zburzył straszne odrzwia, duszom życie zwrócił.
5. Zmiażdżył władzę czarta mocą Bóstwa Swego, i ujarzmił pychę wroga piekielnego.

Wykorzystane źródła:

- Triduum Paschalne – zrozum, przeżyj, świętuj; opracowanie: Gość Niedzielny
- Dekret Biskupa Gliwickiego z dnia 25 marca 2020 roku
- Modlitewnik „Droga do Nieba”
- Internetowa Liturgia Godzin, brewiarz.pl

Stare Gliwice 2020