

Oprac. s. Anna Czajkowska, s. Irena Złotkowska

**Zgromadzenie Sióstr Wspomożycielek Dusz Czyścicowych
Sulejówek**

ŁASKA ODPUSTU

Dar odpustu zupełnego sprawia, że człowiek staje przed Bogiem w stanie całkowitej czystości – jak po chrzcie św., a więc dzięki Bożej łasce znika wszelka zmaza, która dotąd brudziła jego serce. Gdyby w tym momencie umarł, od razu mógłby dołączyć do grona zbawionych w niebie. Czy to możliwe? Przecież wcześniej było zaznaczone, że pokuta za grzechy jest czymś bardzo trudnym i długotrwałym. Czy to możliwe, skoro odpust można uzyskać za bardzo proste praktyki religijne, jak choćby odmówienie Różańca czy półgodzinną adorację Najświętszego Sakramentu? Nie jest to jednak żadna droga na skróty dla tych, którzy nie chcą podjąć długotrwałego procesu zadośćuczynienia za swoje grzechy, co bardzo dobitnie podkreślił Papież: „Odpusty nie są nigdy swoistą zniżką zwalniającą z obowiązku nawrócenia, ale raczej stanowią pomoc w bardziej zdecydowanym, ofiarnym i radykalnym realizowaniu tej powinności. Jest ona tak ważna, że stan duchowy potrzebny do uzyskania odpustu zupełnego wyklucza wszelkie przywiązanie do jakiegokolwiek grzechu, nawet powszedniego. (...) Jest w błędzie ten, kto sądzi, że można otrzymać ten dar po wykonaniu zwykłych czynności zewnętrznych. Przeciwnie, są one wymagane jako wyraz nawrócenia i wsparcia na tej drodze. Ukazują w sposób szczególny wiarę w obfitość Bożego miłosierdzia oraz we wspólną rzeczywistość komunii, którą Chrystus urzeczywistnił, jednocząc ze sobą w sposób nierozdzielny Kościół jako swoje Ciało i Oblubienicę” (Jan Paweł II, *Dar odpustu*, audiencja generalna, 29 września 1999 r.).

Skąd wzięły się odpusty? – tło historyczne

Odpusty są owocem praktyki pokutnej w Kościele i nie są zrozumiałe bez przynajmniej ogólnej jej znajomości.

W centrum kościelnej problematyki pokutnej stoi fakt grzechu. Jezus przekazał swoją władzę odpuszczania grzechów uczniom z prawem przekazywania tej władzy następcom apostołów: „«Jak Ojciec Mnie posłał, tak i Ja was posyłam». Po tych słowach tchnął na nich i powiedział im: «Weźmijcie Ducha Świętego! Którym odpuszczacie grzechy, są im odpuszczone, a którym zatrzymacie, są im zatrzymane»” (J 20, 21-23). Świadomość tej władzy i misji istniała w Kościele od samego zarania, chociaż nie łatwo było pierwotnemu Kościołowi zaakceptować fakt, że w jego łonie są

także ludzie grzeszący ciężko. Stąd też początki praktyki pokutnej w Kościele były trudne i pełne napięcia. Najstarsze świadectwa o sprawowaniu pokuty sakramentalnej w życiu Kościoła pochodzą z czasów gmin apostoelskich, w których działał św. Paweł Apostoł. Z jego świadectwa wynika, że przez postępowanie pokutne zabiegano o to, by uchronić gminy chrześcijańskie od zła. W tym celu podejmowano działania dystansujące gminę od grzesznika, a nawet wykluczające go (wykluczenie nie miało jednak charakteru definitywnego).

Pierwotne chrześcijaństwo rozumiało grzech w kluczu biblijnym, czyli egzystencjalnie, jako zerwanie życiodajnej komunii z Bogiem i zarazem z Kościołem – Ciałem Chrystusa. Jeśli Kościół trwający w nauce apostołów był drogą życia, to grzech był drogą śmierci. Toteż grzesznik traktowany był nie jako człowiek, który złamał prawo, ale jako zabłąkana owca, którą należy sprowadzić z powrotem na drogę życia. Za grzechy ciężkie, wykluczające z Kościoła i wymagające procesu pokutnego, uważano w zasadzie trzy: apostazję (czyli odstępstwo od wiary), zabójstwo i cudzołóstwo. Zerwana więź z Bogiem i Kościołem wymagała pokuty, która miała ściśle określony, etapowy przebieg.

Grzesznik, który dopuścił się któregoś z wymienionych grzechów ciężkich, faktycznie sam siebie stawiał poza Kościołem, a na usilną prośbę skierowaną do biskupa mógł wstąpić na drogę pokuty, która miała określony liturgiczny ryt. Najpierw grzesznik przywdziewał włosiennicę (*cilicium*), czyli szatę utkaną z włosów kozich, która symbolizowała, że pokutnika należy zaliczyć do kozłów, a nie do wybranych baranków. Następnie wydalał go ze wspólnoty, po słowach biskupa przywołującego tekst św. Pawła: „Usuniecie tego złego człowieka spośród siebie” (por. 1 Kor 5, 13) i oficjalnie przyjmowano do grona penitentów. Był to pierwszy etap – wejście do grona penitentów.

Czas pokuty był określany przez biskupa i trwał zazwyczaj przez wiele lat (np. za grzech zabójstwa należało pościć o chlebie i wodzie przez 10 lat, a za grzech cudzołóstwa 6 lat). Kościół w tym czasie modlił się za pokutnika i pomagał mu słowem Bożym w powrocie. Penitenci byli wykluczeni ze wspólnoty eucharystycznej i mieli ograniczony udział w celebracji liturgicznej. Zaliczano ich do następujących kategorii:

- płaczących (*flentes*). Stali oni przy wejściu do świątyni i prosili wchodzących o modlitwę i wstawiennictwo;
- słuchających (*audientes*). Przebywali w kościele do czasu zakończenia homilii, po czym, podobnie jak katechumeni, opuszczali świątynię;
- klęczących (*genuflectentes*). Uczestniczyli w postawie klęczącej lub prostracyjnej (leżąc krzyżem) w liturgii do Komunii Świętej.;

– stojących (*consistentes*). Mogli stać w czasie całej liturgii, ale nie mogli przyjmować Komunii Świętej.

W tym czasie pokutnicy byli zobowiązani żyć w umartwieniu, poświęcając się modlitwie i jałmużnie. Czuwali nad nimi członkowie wspólnoty, służąc im napomnieniami, pomocą i radą. W czasie pokuty istniał całkowity zakaz odbywania służby wojskowej, zajmowania stanowisk publicznych, działalności handlowej, wstępowania do stanu duchownego czy małżeńskiego. Tym, którzy żyli w legalnym związku małżeńskim, zabraniano pożycia małżeńskiego w czasie pokuty. Zazwyczaj było tak, że owe zalecenia czy wskazania penitencjarne pozostawały w mocy, także po uzyskaniu pojednania z Kościołem, przez całe życie. Był to drugi etap – wykonanie cięższych praktyk pokutnych.

Wreszcie, po ukończeniu procesu pokutnego, następowało pojednanie z Kościołem. Dokonywało się to po publicznej prośbie penitenta, modlitwach całego Kościoła i włożeniu rąk biskupa. Pokutnik był rozgrzeszany przez biskupa i oficjalnie, z wielką radością, przyjmowany do wspólnoty i pełnego udziału w liturgii. Jeżeli ktoś, po raz odbytym pojednaniu, powtórnie popełnił któryś z wymienionych grzechów ciężkich, mógł ponownie prosić o włączenie do grona pokutujących, ale oficjalnie, niekiedy nawet w chwili śmierci, nie dopuszczano go do Eucharystii. W Kościele pierwszych wieków pokuta miała charakter przede wszystkim pedagogiczno-zbawczy i zmierzała do odbudowania zerwanej więzi z Bogiem i Kościołem. Nie miała ona charakteru kary za grzechy, ale przez skruchę prowadziła grzesznika do nawrócenia.

W IV wieku praktyka ta zaczyna powoli przeżywać kryzys. Kościół po edykcje mediolańskim (313 r.) staje się coraz bardziej Kościołem masowym, ztraca się jego wspólnotowy charakter i stosowanie publicznej pokuty napotyka na coraz większe trudności. Stopniowo rodzi się praktyka pokuty indywidualnej, polegającej na wyznaniu grzechu przed kapłanem, który następnie nakładał pokutę, a po jej wypełnieniu udzielał rozgrzeszenia. Praktyka ta, choć z pewnymi oporami, przyjęła się z czasem w całym Kościele Zachodnim. Jednocześnie grzech zaczynał być pojmowany na sposób jurydyczny, a więc jako przekroczenie prawa i naruszenie zasad sprawiedliwości Boskiej i ludzkiej. Zrodziła się tzw. pokuta taryfowa. Samo słowo *taryfa* wywołuje może zgrzyt w dzisiejszym uchu; nie chodziło tu jednak o taryfy pieniężne. Po prostu, z każdym grzechem związana była określona pokuta. Co więcej: powstały całe księgi pokutne, którymi posługiwali się spowiednicy, by nakładać odpowiednie pokuty, mające zazwyczaj charakter umartwienia i trwające bardzo długo. Pierwsze takie księgi powstały na terenie Wysp Brytyjskich, u mnichów iroszkockich, już w VI wieku. Ginie dawny pedagogiczny charakter pokuty, a pojawia się charakter jurydyczno-ekspiacyjny w rozumieniu kary, którą trzeba odbyć, aby

przywrócić zniszczony przez grzech porządek i otrzymać rozgrzeszenie. Pokuty za poszczególne grzechy sumują się, granicząc niekiedy z niemożliwością ich wypełnienia i odsuwają człowieka na długie lata, a nawet dziesięciolecia od pełnego uczestnictwa w Eucharystii. Kościół w czasach średniowiecza jawi się na pierwszym miejscu jako wielka instytucja pokutna – narzędzie raczej Bożej sprawiedliwości niż miłosierdzia.

W wiekach XII i XIII ma miejsce bardzo ważny przełom. Związany jest on z dwoma odkryciami: jedno natury filozoficzno-teologicznej, drugie – będące bardziej tchnieniem Ducha. Pierwszym jest przesunięcie rozgrzeszenia sakramentalnego na czas przed odprawieniem pokuty, drugim natomiast jest odpust. Umieszczenie rozgrzeszenia przed wypełnieniem pokuty staje się możliwe dzięki dostrzeżeniu podwójnego skutku grzechu: zerwanie więzi z Bogiem i wejście w śmierć, w potencjalny stan potępienia wiecznego, a więc zniszczenie harmonii nadprzyrodzonej; zniszczenie porządku, harmonii w sobie samym i w świecie relacji międzyludzkich. Jest to zniszczenie trwałe, niekiedy przekazywane z pokolenia na pokolenie.

Rozgrzeszenie sakramentalne odnosi się do pierwszego skutku: Bóg w swym miłosierdziu odpuszcza człowiekowi karę wieczną, czyli przywraca do komunii z sobą człowieka, który z własnej woli odrzucił Boga i Jego miłość, aby żyć na własną rękę. Trafnym obrazem biblijnym jest tu ojciec z przypowieści o synu marnotrawnym (Łk 15, 11-32), który wyczekuje i przyjmuje swego syna z otwartymi ramionami. Ojciec sam w swej miłości usuwa skutki grzechu syna w odniesieniu do siebie samego. Nawet nie chce słyszeć, żeby jego syn był jednym z najemników. Dla niego znów jest synem z pełną godnością, której znakami są pierścień i szata.

Bóg odpuszcza grzechy, gładzi ich skutki w Jezusie Chrystusie, gdyż jest samą Miłością. Ludzie natomiast są inni, nie są samą miłością. Widać to we wspomnianej przypowieści, w obrazie starszego syna, który nie potrafi przebaczyć bratu i domaga się sprawiedliwości. Chodzi tu właśnie o wspomniany drugi skutek grzechu, tj. zniszczenie porządku w sobie i w relacjach z innymi. Do niego odnosi się pokuta, która w teologii tradycyjnej rozumiana jest jako kara doczesna.

W średniowieczu pokuta została sprowadzona, wskutek rzymskiej mentalności jurydycznej, głęboko zakorzenionej w teologii moralnej i potocznym myśleniu, do odpokutowania kary należnej za grzech. Dokonywało się to na zasadzie podobnej do działania ludzkiego wymiaru sprawiedliwości (sądy państwowe nakładały karę za popełnione przestępstwa). Pokuty były długotrwałe i niekiedy bardzo dotkliwe, a w dodatku sumowały się. Oznaczało to, że wielcy grzesznicy nie byli w stanie odpokutować tych kar do końca życia. Stąd część kary, której nie dało się

odpokutować na ziemi, trzeba było odpokutować w czyśćcu. W tej sytuacji zrodziła się praktyka odpustów, która była wyraźnym tchnieniem Ducha Świętego w Kościele skutym żelazną konsekwencją mentalności jurydycznej.

Do XII wieku pojęcie odpustu w Kościele, w obecnym rozumieniu, było nieznane. Łaciński termin *indulgentia*, oznaczający dla nas *odpust*, używany był wcześniej jako synonim takich słów, jak: *remissio* (odpuszczenie, przebaczenie, darowanie), *relaxatio* (złagodzenie, ulaskawienie) czy *absolutio* (rozwiązanie, rozgrzeszenie). Dopiero w wieku XII, wraz z pojawieniem się odpustów, otrzymuje on swe specyficzne znaczenie. Czym zatem był odpust u swych początków? Był skróceniem, nierzadko bardzo długiej kary doczesnej, nałożonej przez spowiednika za popełnione grzechy; był ściśle związany ze spowiedzią sakramentalną i z jej podstawowym warunkiem, jakim jest żal za grzechy i pragnienie powrotu do Boga; był związany z mocnym postanowieniem poprawy, które oznacza radykalne wykluczenie grzechów jako metody radzenia sobie w życiu. Jeśli w rozgrzeszeniu sakramentalnym Bóg Ojciec poprzez Kościół przygarnia „syna marnotrawnego”, to w odpuszczeniu przekonuje przez tenże Kościół „starszego syna”, aby przyszedł na ucztę, aby uczestniczył w radości i dziękczynieniu. Bóg przywraca porządek, który grzech brata zniszczył. O ileż trudniej byłoby młodszemu bratu spojrzeć w twarz starszemu, gdyby Ojciec nie stał się mediatorem i nie wziął na siebie części skutków zła, jakie młodszy wyrządził. Nie wiemy, czy ów starszy brat w końcu wszedł na ucztę, jeśli nie, to była to jego wina, bo zamknął się na miłość Ojca.

Znaczenie odpustu dla życia duchowego

Papież Benedykt XVI w Adhortacji apostolskiej *Sacramentum Caritatis* podkreśla, że żyjemy w czasach, gdy wierni narażeni są na uleganie wpływom kultury, prowadzącej do negowania poczucia grzechu, a tym samym do spłycenia życia duchowego. Tymczasem niezmiennie warunkiem godnego przyjęcia Ciała Pańskiego jest serce oczyszczone w sakramencie pojednania. Zaleca więc, aby w katechezie dotyczącej Eucharystii zachęcano do częstej spowiedzi, wiodącej ku nawróceniu i jak najgodniejszemu przystępowaniu do Stołu Pańskiego. Ponadto wskazuje, że „dla nowego uświadomienia relacji pomiędzy Eucharystią a sakramentem pojednania, może być pomocną zrównoważona i pogłębiona praktyka *odpustów* zyskiwanych dla siebie lub za zmarłych. Poprzez nie otrzymuje się «darowanie wobec Boga kary doczesnej za grzechy, zgładzone już co do winy». Korzystanie z odpustów ułatwia nam zrozumienie, że własnymi siłami nie zdołamy naprawić popełnionego zła, oraz że grzechy każdego przynoszą szkodę całej wspólnoty; ponadto praktyka odpustów – zawierając oprócz nauki o nieskończonych zasługach Chrystusa również naukę o świętych obcowaniu – mówi nam, «jak głęboką jednością w Chrystusie jesteśmy

zjednoczeni między sobą, i jak bardzo nadprzyrodzone życie jednostki może pomóc drugim». Skoro sama formuła odpustu przewiduje wśród warunków jego uzyskania przystąpienie do spowiedzi i do Komunii sakramentalnej, to ta praktyka może skutecznie podtrzymać wiernych na drodze nawrócenia oraz odkrycia centralnej roli Eucharystii w życiu chrześcijańskim” (21).

Rodzaje odpustów

Odpust może uwalniać od kary doczesnej w całości lub w części. Stąd mamy do czynienia z dwoma rodzajami odpustów: pełnym i częściowym. Rozróżnienie to związane jest z odmiennymi skutkami, jakie one powodują dla osoby zyskującej odpust.

Odpust zupełny polega na całkowitym darowaniu przez Boga kary doczesnej pozostającej po odpuszczeniu grzechów.

Odpust częściowy powoduje częściowe darowanie kary doczesnej za grzechy odpuszczone już co do winy w sakramencie pojednania.

Przy drugim rodzaju odpustu od razu pojawia się ważne pytanie: jaką część kary doczesnej daruje Bóg osobie zyskującej odpust częściowy?

Otóż bardzo długo w tradycji Kościoła chrześcijańskiego stosowano w odniesieniu do odpustu częściowego miarę czasową. W modlitewnikach drukowanych przed 1967 rokiem można znaleźć pod niektórymi modlitwami adnotację o ilości dni kary doczesnej odpuszczonej za ich odmówienie. Miara czasowa została zniesiona przez papieża Pawła VI, który właśnie w 1967 roku ogłosił w Konstytucji apostolskiej *Indulgentiarum doctrina*, że odtąd „odpust częściowy będzie oznaczony tylko słowami bez określania dni i lat”.

Papież podkreślił w tym dokumencie również i to, że „wierny, który przynajmniej z sercem skruszonym wykonuje czynność obdarzoną odpustem częściowym, otrzymuje przy pomocy Kościoła tyle darowania kary doczesnej, ile otrzymuje jej już sam przez swoją czynność”. Stąd jakość czynu, dla którego przewidziany jest odpust częściowy, posiada w sobie podwójną wartość. Pierwsza wynika z racji wykonania dobrego uczynku, druga z tytułu przyznania odpustu. Ponadto „odpuszczenie kary doczesnej jest tym większe, im większa jest miłość działającego i im godniejsze dzieło” (Paweł VI, *Indulgentiarum doctrina* 10). Tak więc miara odpustu częściowego uzależniona jest od miary miłości, a tej zmierzyć nie sposób. Stąd musimy zgodzić się na niewiadomą – na tajemnicę znaną tylko Bogu.

Warunki zyskiwania odpustów częściowych i zupełnych

W *Katechizmie Kościoła Katolickiego* czytamy: Łaski odpustu może dostąpić tylko „chrześcijanin odpowiednio usposobiony i pod pewnymi, określonymi warunkami” (KKK 1471). Należą do nich:

1. Odpowiednie przymioty osobowe. Wierny, który pragnie zyskać odpust (zupełny lub częściowy) powinien być:

– *ochrzczony*, gdyż ten sakrament jest nieodzownym warunkiem włączenia do wspólnoty Kościoła oraz korzystania z jej dóbr duchowych, a odpusty właśnie do nich należą;

– *wolny od kary ekskomuniki*, gdyż chrześcijanin, który popadł w tego rodzaju karę jest wykluczony z łączności duchowej wiernych. Wskutek tego jest także pozbawiony praw przysługujących ochrzczoneму np.: korzystania z sakramentów, sakramentaliów i właśnie odpustów;

– *znajdować się w stanie łaski uświęcającej*, czyli bez obciążenia grzechem śmiertelnym, przynajmniej w ostatniej fazie wypełniania czynności odpustowych – jest to norma minimalna, ale zaleceniem optymalnym jest oczywiście życie w łasce przez cały czas spełniania warunków odpustowych.

2. Intencja. Jest to warunek, który należy spełnić, w celu zyskania jakiegokolwiek odpustu. Trzeba uczynić przynajmniej ogólną intencję, a więc postanowić, że chcę zyskiwać odpusty i dopóki ta intencja nie będzie odwołana zachowuje swoją ważność i umożliwia zyskiwanie odpustów. Oczywiście, najlepiej byłoby, gdyby wierny zabiegający o odpust, za każdym razem wzbudzał aktualną intencję.

W celu ofiarowania odpustu za zmarłych cierpiących w czyśćcu intencja ogólna nie wystarczy(!). Należy wzbudzić w sobie intencję szczegółową, tym bardziej, gdy odpust chcemy uzyskać dla konkretnej osoby zmarłej.

3. Wykonanie czynności obdarzonej odpustem to ostatni wymóg zyskania jakiegokolwiek odpustu. Wykonanie czynu, z którym związany jest odpust, winno odbywać się:

– *osobiście*, a więc musi być on dokonany przez osobę pragnącą dostąpić odpustu; wyjątek stanowi jałmużna, który to czyn mogą wykonać np. rodzice w imieniu dzieci;

– *całkowicie*, tzn. bez żadnych skrótów; dla zyskiwania odpustów istotne też są czasowe granice wykonania czynności odpustowej, np. czytanie Pisma Świętego przez

pół godziny, nawiedzenie cmentarza w dniach 1-8 listopada czy półgodzinna adoracja Najświętszego Sakramentu;

– *pobożnie*, tzn. z głębokim i szczerym zaangażowaniem osoby pragnącej dostąpić odpustu;

– *nadobowiązkowo*, tzn. nie można zyskać odpustu za czynność obowiązującą pod grzechem ciężkim.

Warunki dodatkowe niezbędne do zyskania odpustów zupełnych

Dotychczas zostały przedstawione warunki, które są konieczne do zyskania każdego rodzaju odpustu, a więc wystarczające do zyskania odpustu częściowego i konieczne do uzyskania odpustu zupełnego. Jednakże istnieją jeszcze cztery warunki, które dodatkowo należy spełnić przy zabieganiu o dostąpienie odpustu zupełnego. Są nimi:

W sytuacji zwyczajnej:

1. *Spowiedź sakramentalna* – nie można zyskać odpustu bez odbycia spowiedzi sakramentalnej. Istnieje także zasada, że po jednej spowiedzi sakramentalnej można uzyskać wiele odpustów zupełnych, ale tylko jeden w ciągu jednego dnia.

2. *Komunia eucharystyczna* – to kolejny niezbędny do zyskania odpustu zupełnego warunek; można ją przyjąć pod jedną z dwóch postaci, a więc albo chleba, albo wina lub pod dwiema, czyli chleba i wina, w przeddzień dopełnienia czynu obdarzonego odpustem i w ciągu siedmiu dni po dopełnieniu czynności odpustowych. Zaleca się jednak, aby Komunię Świętą przyjąć w dniu, w którym pragnie się dostąpić łaski odpustu, gdyż zwiększa to możliwość jego zyskania. Należy także zaznaczyć, że o ile po odbyciu jednej spowiedzi można uzyskać wiele odpustów, o tyle w związku z jedną Komunią Świętą w ciągu dnia można uzyskać tylko jeden odpust zupełny. Przystępując drugi raz w tym samym dniu do Komunii Świętej nie uzyskujemy drugiego odpustu zupełnego (istnieje bowiem możliwość kilkukrotnej Komunii Św.). Wyjątek od reguły stanowi niebezpieczeństwo śmierci. Umierająca osoba może zyskać odpust zupełny nawet wtedy, gdy wcześniej tego samego dnia uzyskała inny odpust zupełny.

3. *Modlitwa w intencjach papieża*, czyli w intencjach wyznaczonych przez Ojca Świętego. Wierny nie musi ich znać, wystarczy, że wzbudzi ogólną intencję modlitwy w wyznaczonych przez papieża intencjach; odmówienie tej modlitwy może mieć miejsce w ciągu kilku dni przed lub po wykonaniu dzieła odpustowego, ale

podobnie jak w przypadku Komunii Świętej zaleca się, aby modlitwa została odmówiona w dniu wykonania czynu odpustowego.

Jakie to mają być modlitwy? – autorzy piszący o odpustach są raczej zgodni, że dla wypełnienia warunku wystarcza jedno *Ojcze nasz* i jedno *Zdrowaś Maryjo*. Jednak mając na uwadze fakt, że przy wielu odpustach pełnym wymaganym warunkiem do ich uzyskania jest odmówienie wyznania wiary, dlatego należałoby zawsze dołączyć jeszcze *Wierzę w Boga*.

Ponadto wiedząc, że człowiek ma zawodną pamięć, najlepiej byłoby zwyczaj odmawiania modlitw w intencjach papieskich skojarzyć z jedną, stałą porą dnia – np. przy pacierzu czy innej porannej modlitwie, którą codziennie odmawiamy.

Pozostaje jeszcze kwestia: jak? – tzn. modlić się ustnie czy tylko w myśli? Ogólna reguła głosi, że ma to być modlitwa ustna, a dla zyskania odpustu pełnego wystarczy odmówić tę modlitwę na przemian z kimś innym lub śledzić ją swoją myślą, gdy ktoś inny tę modlitwę odmawia głośno.

4. *Całkowite wykluczenie przywiązania do jakiegokolwiek grzechu, także powszedniego.* Jest to ostatni warunek konieczny do zyskania odpustu pełnego, ostatni, bardzo ważny i bardzo trudny do wypełnienia, ale możliwy. Kiedy mamy do czynienia z przywiązaniem do grzechu? Mówimy o nim wtedy, gdy ktoś świadomie grzeszy więcej niż raz; znaczy to, że grzeszy i chce tego, a przy tym nie poprzestaje na jednym grzechu, ale dopuszcza do pewnej wielokrotności, jakkolwiek nie do zwyczaju, z którego rodzi się nawyk. Odpust pełny może zyskać tylko ten, kto nie jest przywiązany do jakiegokolwiek grzechu, nawet grzechu lekkiego, np. do spóźniania się na Mszę św. (bo na pociąg do pracy czy szkoły się nie spóźnia!). To przywiązanie do grzechu jest zawinione i jako takie stanowi przeszkodę do uzyskania odpustu (bo jak wiadomo odpust nie gładzi grzechu – w tym celu konieczna jest spowiedź). O co więc chodzi w tym wyzbyciu się przywiązania? – o szczere nastawienie umysłu i woli, aby spełnić wolę Bożą także w szczegółach i na jej umiłowaniu, przy równoczesnym odwróceniu się od nieuporządkowanych relacji ze światem i samym sobą.

Trudność wyzbycia się przywiązania do jakiegokolwiek grzechu można więc porównać z trudnością wzbudzenia w sobie żalu doskonałego. Jednak tak wzbudzenie aktu żalu, jak i uzyskanie odpustu pełnego jest możliwe, należy tylko jak najpełniej otworzyć się na działanie Bożych łask w swoim codziennym życiu. Bowiem tylko mocą Bożego miłosierdzia możemy się nawracać i zadośćuczynić za swoje grzechy i zmarłych cierpiących w czyśćcu. Głębokie i szczere pragnienie zyskania odpustu,

zawierzenie się łasce Bożej oraz wypełnienie, z pełnym zaangażowaniem woli i serca, wszystkich warunków z pewnością jest w stanie wytworzyć w nas odpowiednią dyspozycję do otwarcia się na dar odpustu zupełnego. Jednak czy go rzeczywiście zyskaliśmy – pozostaje tajemnicą. Nikt z nas nie może z całą pewnością orzec, że zyskał łaskę odpustu i jest już uwolniony od kary doczesnej. Z tego powodu postawa nawrócenia powinna nam towarzyszyć do ostatnich chwil życia.

W sytuacji nadzwyczajnej:

Zyskiwanie odpustów zupełnych może się dokonywać także w sytuacji nadzwyczajnej, gdy w grę wchodzi niezwykle okoliczności. Istnieją trzy tego rodzaju przypadki: niebezpieczeństwo śmierci, przeszkoda prawna oraz jubileusz. W tych sytuacjach Kościół przewiduje odmienny sposób uzyskiwania odpustów.

1. *Odpust na godzinę śmierci.* Odpustu tego (jego uzyskania) nie zawęża się do momentu umierania, ale rozumie się go szerzej jako odpust w niebezpieczeństwie śmierci. Jest to wielki dar dla wiernych, o którym ks. M. Pastuszko tak pisze: „Matka Kościół daje swoim dzieciom szansę przejścia do wiekuistej uczyty niebieskiej bez zatrzymywania się w czyśćcu dla odpokutowania kar doczesnych za grzechy. W założeniu, że wierny rzeczywiście dostępuje odpustu zupełnego, czego nigdy nie jesteśmy pewni. Dlatego modlimy się za zmarłego mimo udzielenia mu za życia odpustu zupełnego na godzinę śmierci”.

Odpust zupełny na godzinę śmierci działa dopiero w chwili śmierci i dlatego nie powtarza się go. Tak jest w przypadku śmierci wiernego. Jeśli jednak wierny nie umarł, bo odpust był mu udzielony w zagrożeniu niebezpieczeństwem śmierci, z którego to niebezpieczeństwa wierny wyszedł, to w przypadku nowego zagrożenia śmiercią lub nawet agonii, należy mu ponownie udzielić odpustu zupełnego. Z zasady odpust zupełny można zyskać tylko raz dziennie. Wyjątek stanowi odpust zupełny w momencie śmierci, którego wierny może dostąpić przy udziale kapłana lub bez jego udziału, po uzyskaniu już tego dnia jakiegoś odpustu zupełnego.

– *Odpust na godzinę śmierci z udziałem kapłana:* od najdawniejszych czasów kapłan udzielający sakramentu namaszczenia chorych miał jednocześnie obowiązek udzielenia choremu odpustu zupełnego na godzinę śmierci. Oczywiście, wierny musi być do tego właściwie przygotowany, a więc powinien być w stanie łaski uświęcającej poprzez pojednanie z Bogiem. Co do ważności udzielanego odpustu, kapłan powinien zastosować formułę zawartą w księgach liturgicznych. W przypadku, gdy istnieje taka możliwość, odpustu zupełnego na godzinę śmierci należy udzielić po sakramentalnej spowiedzi i odpowiednim pouczeniu.

– *Odpust na godzinę śmierci bez udziału kapłana*: zyskanie go jest możliwe wówczas, gdy z różnych powodów umierający czy jego najbliżsi nie mogą wezwać kapłana. W takiej sytuacji Kościół udziela choremu odpustu zupełnego jednak pod pewnymi warunkami (!):

a) Umierający musi być w odpowiedniej dyspozycji duchowej – powinien znajdować się w stanie łaski uświęcającej zdobytej nawet w drodze żalu doskonałego oraz posiadać pragnienie wyzbycia się przywiązania do grzechu, nawet powszedniego. Przejawem takiej dyspozycji ze strony osoby umierającej jest całkowite poddanie się woli Bożej oraz przyjęcie w duchu wiary nadchodzącej śmierci.

b) Wymaga się, aby umierający miał zwyczaj odmawiania, w ciągu swojego dotychczasowego życia, jakichkolwiek, nawet krótkich modlitw. Należy tu podkreślić, że do zyskania odpustu nie wystarczy, jeżeli ktoś w swoim życiu modlił się raz na jakiś czas. Modlitwy powinny być odmawiane stale, a więc praktycznie każdego dnia. Jakże to mają być modlitwy? Decyzję wyboru pozostawia się wiernemu. Dlatego jeżeli ktoś pragnie dostąpić odpustu zupełnego w godzinie swojej śmierci, powinien codziennie odmawiać jakąkolwiek modlitwę. Z tym, że jeżeli komuś zdarzyłoby się raz czy drugi zapomnieć o odmówieniu modlitwy, to nie będzie to jeszcze przeszkoda do zyskania odpustu zupełnego.

Zaleca się ponadto, o ile to możliwe, aby chrześcijanin bliski śmierci przy uzyskiwaniu odpustu zupełnego posłużył się krucyfiksem lub krzyżykiem, to znaczy, by go ujął w rękę lub ze cziłą ucałował.

2. *Sytuacja przeszkody prawnej*. Kościół bierze w tym przypadku pod uwagę pewne okoliczności życiowe, które sprawiają, iż osoba wierząca nie jest w stanie spełnić zwyczajnych warunków wymaganych do zyskania odpustu zupełnego. Może to być spowodowane jej stanem fizycznym (np. ciężką chorobą, pobytem w szpitalu czy więzieniu, znaczną odległością od obiektów sakralnych, itp.) lub brakiem wystarczających sił moralnych (np. obowiązek pracy w dniu zyskiwania odpustu, czy konieczność pozostawienia dzieci bez opieki przez rodziców chcących dostąpić odpustu, itp.). W wymienionych okolicznościach Kościół upoważnia spowiedników do dokonywania zmian zarówno przepisanego dzieła obdarzonego odpustem, jak też warunków do uzyskania odpustów dla osób, które mają prawną przeszkodę i dlatego nie są w stanie uzyskać odpustu w zwyczajny sposób.

Zdarzają się ponadto takie sytuacje, że wierny chciałby uzyskać odpust zupełny, lecz z różnych racji nie może przystąpić do sakramentalnej spowiedzi czy Komunii Świętej. W takim przypadku ordynariusze miejsca (np. biskupi diecezjalni czy wyżsi przełożeni zakonnicy) mogą zezwalać wiernym, w stosunku do których posiadają

władzę, a którzy mieszkają w okolicach, gdzie wcale nie można (albo tylko z wielką trudnością) przystąpić do sakramentalnej spowiedzi lub przyjąć Komunii Świętej, aby mogli uzyskać odpust zupełny bez sakramentalnej spowiedzi i eucharystycznej Komunii, byle tylko wzbudzili w sobie akt żalu doskonałego i mieli postanowienie przystąpienia do tych sakramentów, skoro tylko nadarzy się im okazja.

Władza spowiednika, czy ordynariusza miejsca odnośnie dyspensowania od niektórych warunków odpustowych stanowi wyraz troski Kościoła o dobro chrześcijan znajdujących się w szczególnie trudnych okolicznościach, a mimo tego pragnących dostąpić łaski odpustu zupełnego.

3. Jubileusz. Kolejną nadzwyczajną okolicznością zyskiwania odpustu zupełnego są jubileusze. W praktyce Kościoła główny akcent w okresie jubileuszowym pada na całkowite pojednanie wierzącej osoby z Bogiem. Rok Święty stanowi wezwanie do osobistego nawrócenia serca przez przemianę życia. W czasie jubileuszów każdorazowo stosuje się specjalne normy dotyczące zyskiwania odpustów zupełnych. Szczegółowe warunki na okoliczność jubileuszu są wówczas ogłaszane przez papieży w konstytucjach i jubileuszowych bullach, z którymi wierny winien się zapoznać.

Kto udziela odpustów?

„Darowanie kary otrzymuje się za pośrednictwem Kościoła, który mocą udzielonej mu przez Chrystusa władzy związywania i rozwiązywania działa na rzecz chrześcijanina i otwiera mu skarbiec zasług Chrystusa i świętych, by otrzymać od Ojca miłosierdzia darowanie kar doczesnych, jakie należą się za grzechy. W ten sposób Kościół chce nie tylko przyjść z pomocą chrześcijaninowi, lecz także pobudzić go do czynów pobożności, pokuty i miłości” (KKK 1478). Tak więc, możliwość darowania kary doczesnej związanej z popełnionym przez człowieka grzechem mieści się we władzy odpuszczania grzechów przekazanej Kościołowi przez Chrystusa. Przez tę funkcję dokonuje się udzielanie wszystkim wiernym owoców Odkupienia. Jeżeli więc Kościół posiada prawo odpuszczania grzechów, uwalniania od kary wiecznej, to tym bardziej może zmniejszyć karę doczesną, która jest następstwem popełnionego grzechu.

W wyżej zacytowanym fragmencie *Katechizmu* podkreśla się, że Kościół udziela częściowego lub zupełnego uwolnienia od kary doczesnej, czerpiąc ze skarbcza zasług Chrystusa i świętych.

Czym jest skarbiec zasług?

Nie jest to zbiór dóbr materialnych, ale wszystkich zasług płynących z Męki, śmierci i Zmartwychwstania Syna Bożego, czyli dokonanego dzieła Odkupienia. Swoją wkład wnieśli do tego skarbcza również święci. Ich modlitwy i dobre uczynki płynące z naśladowania Chrystusa mają niewymierzalną wartość wobec Boga. W bulli ogłaszającej Jubileusz Roku 2000 papież Jan Paweł II podkreślił, że: „Chrześcijanin nie idzie samotnie drogą nawrócenia. W Chrystusie i przez Chrystusa jego życie zostaje złączone tajemniczą więzią z życiem wszystkich innych chrześcijan w nadprzyrodzonej jedności Mistycznego Ciała. Dzięki temu między wiernymi dokonuje się przedziwna wymiana darów duchowych, która sprawia, że świętość jednego wspomaga innych w znacznie większej mierze niż grzech jednego może zaszkodzić innym. Niektórzy ludzie pozostawiają po sobie jakby nadmiar miłości, poniesionych cierpień, czystości i prawdy, który ogarnia i wspiera innych” (*Incarnationis misterium* 10).

Z tak rozumianego skarbcza korzystają wszyscy członkowie Kościoła. Między wiernymi, którzy znajdują się w niebie, w czyśćcu oraz żyjącymi na ziemi, istnieje trwała relacja miłości oraz wymiana wszelkich darów duchowych. Gdy chrześcijanin zyskuje odpust, włącza się w duchową komunie z Chrystusem i wszystkimi świętymi. Rzeczywistość obcowania świętych daje możliwość żałującemu grzesznikowi wcześniej i skuteczniej uwolnić się od kar za popełnione grzechy. Uświadamia także żyjącym, że przez łaskę odpustu mogą oni dopomóc w uwolnieniu od kary doczesnej nie tylko sobie samym, ale i zmarłym cierpiącym w czyśćcu.

Adresaci odpustów

Należy podkreślić, że adresatami odpustów są osoby żyjące i zmarłe, ale równocześnie obowiązuje zasada, w myśl której żyjący chrześcijanin nie może uzyskać odpustu dla innej osoby żyjącej (!), może go ofiarować jedynie za siebie samego. Dlaczego? Każdy człowiek został obdarzony wolnością – może przyjąć do swojego życia Pana Boga, ale nie musi. Jest to jego osobista decyzja, za którą sam ponosi odpowiedzialność. Dlatego też my nie możemy za kogoś decydować o jego świętości. Dopóki człowiek żyje, powinien sam się o nią starać, bo ma jeszcze możliwość przystąpienia do sakramentu pojednania i zaczerpnięcia ze źródła Bożego miłosierdzia. Wypełniając wszystkie warunki dobrej spowiedzi ma szansę czynienia pokuty tu, na ziemi, za swoje grzechy, ma także możliwość uzyskania odpustu za siebie samego. Nie można żyjącego człowieka wyręczyć w zadośćuczynieniu za jego grzechy, tak jak nie można kogoś chorego wyleczyć, idąc za niego do szpitala czy przyjmując jego lekarstwa.

Ze zmarłymi cierpiącymi w czyśćcu rzecz ma się nieco inaczej, gdyż oni są w stanie łaski uświęcającej i już niczego nie pragną, oprócz zjednoczenia z Panem Bogiem. A ponieważ ich czas na nawracanie się i czynienie ziemskiej pokuty skończył się w chwili śmierci, oczekują teraz na naszą pomoc, której możemy im udzielić, gdyż łączy nas komunია wiary i miłości wobec jednego Boga (por. KKK 1479; 1498)

Odpusty zupełne i częściowe za zmarłych cierpiących w czyśćcu zyskuje się drogą wstawiennictwa. Jest to prośba Kościoła skierowana do Boga, aby darował całkowicie lub częściowo karę doczesną, jaką dusze czyścicowe mają do odpokutowania. Oczywiście, skutek tego wstawiennictwa jest całkowicie zależny od Boga i pozostaje dla nas tajemnicą. My możemy tylko prosić Boga, przez pośrednictwo Kościoła, aby w swoim miłosierdziu udzielił konkretnej osobie zmarłej łaski odpustu.

Odpusty a czyściec

Nauka o odpustach bardzo ściśle łączy się z zagadnieniem czyśćca. Kościół naucza, że ludzie, „którzy umierają w łasce i przyjaźni z Bogiem, ale nie są jeszcze całkowicie oczyszczeni, chociaż są już pewni swego wiecznego zbawienia, przechodzą po śmierci oczyszczenie, by uzyskać świętość konieczną do wejścia do radości nieba” (KKK 1030).

Kara czyścicowa to nic innego jak pozostałości nieodpokutowanej w czasie ziemskiego życia kary doczesnej. Cierpienie czyścicowe jest oczyszczeniem z wszelkich braków miłości do Boga i człowieka. Jan Paweł II wyjaśnia to w następujących słowach: „Trzeba usunąć wszelkie ślady przywiązania do zła i naprawić wszelkie zniekształcenia duszy. Oczyszczenie musi być całkowite i to właśnie wyraża nauka Kościoła o czyśćcu. Termin ten nie oznacza miejsca, lecz stan życia. Ci, którzy po śmierci żyją w stanie oczyszczenia, trwają już w miłości Chrystusa, uwalniającego ich od resztek niedoskonałości” (Jan Paweł II, *Czyściec – niezbędne oczyszczenie przed spotkaniem z Bogiem*, audyencja generalna, 4 sierpnia 1999 r.).

Rozwinięcie powyższych stwierdzeń możemy znaleźć w książce ks. S. Szczepańca *Odpust dar pełnej wolności*. Píše on: „Chrystus pragnie «stawić przed sobą Kościół jako chwalebny, nie mający skazy czy zmarszczki, czy czegoś podobnego, lecz aby był święty i nieskalany» (Ef 5, 27). Wszelkie *skazy czy zmarszczki* dotyczą braków w świętości, a więc [braków] w doskonałym miłowaniu Boga i ludzi. Takich blizn, skaz, zmarszczek może być wiele, mimo że człowiek żyje i kocha. Otrzymały one swoje imiona: pycha, chciwość, nieczystość, zazdrość, nieumiarkowanie, gniew, lenistwo i wiele innych. Każda z tych postaw pomniejsza zdolność miłowania. Zależnie od tego, jak mocno wniknęła w umysł, wolę i serce człowieka, stanowi albo małą skazę w

dojrzałej postawie miłości, albo ranę sięgającą tak głęboko, że praktycznie uniemożliwia człowiekowi prawdziwą miłość. Jeżeli w takim stanie człowiek odejdzie z tego świata, musi wszystko nadrobić w czyśćcu. Będzie się uczył, aż się nauczy doskonale kochać. Przepali w sobie każdą słabość, która ogranicza jego zdolność miłowania. Za cenę bólu i cierpienia wykorzeni z siebie każde *nieuporządkowane przywiązanie* do stworzeń. Sam podda się działaniu oczyszczającego ognia, dzięki któremu znikną wszelkie *skazy i zmarszczki* w jego duchowej sylwetce. (...) Po tamtej stronie życia, w czyśćcu, nie powstają już nowe problemy. Istnieje już tylko jedno dążenie: Być z Bogiem w Jego królestwie miłości. Nikt jednak nie potrafi tam wejść, jeśli nie kocha Boga «całym swoim sercem, całą swoją duszą, całą swoją mocą i całym swoim umysłem; a bliźniego swego jak siebie samego» (Łk 10, 27). Bóg uzdalnia człowieka do takiej miłości i pomaga mu przezwyciężyć wszystko, co ją ogranicza. Ogień Ducha przenika do głębi człowieka, aby wypalić w nim pragnienia i dążenia obce miłości”.

Proces oczyszczenia po śmierci jest bolesny i im głębiej zakorzeniły się w ludzkim sercu nieuporządkowane przywiązania, tym oczyszczenie będzie dotkliwsze. Dlatego Kościół zachęca wiernych do spieszenia z pomocą duszom czyśćcowym przede wszystkim przez Ofiarę eucharystyczną, ale także przez jałmużnę, dzieła pokutne i odpusty. (por. KKK 958; 1030-1032; 1479; 1498).

Jak zyskiwać odpusty?

Na pewno nie na zasadzie formalnego wypełniania czynności, do których łaska odpustu jest nadana. Trzeba – podkreślmy to jeszcze raz – uświadomić sobie, że zyskiwanie odpustów zależy od szczerej, wewnętrznej przemiany wierzącego oraz stopnia jego duchowej bliskości z Bogiem. Nie może być nawet mowy o tym, by – jak to czynią niektórzy – zaliczać praktyki odpustowe mniemając, że nasze ludzkie wysiłki uwolniły od czyśćcowego cierpienia dziesiątki czy setki zmarłych. Nawet przy dołożeniu wszelkich starań o wytworzenie jak najlepszej dyspozycji serca, ze względu na warunek braku przywiązania do jakiegokolwiek grzechu, nawet powszedniego, nigdy nie możemy być pewni, że dostąpiliśmy łaski odpustu zupełnego. O wiele łatwiej jest zyskać odpust częściowy.

Z tego też względu Kościół, ogłaszając *Wykaz odpustów*, najpierw przedstawia wiernym cztery bardziej ogólne formuły odpustowe, ukazując najpiękniejsze czyny miłości i zachęcając w ten sposób do ich gorliwszego spełniania. Podążając za zamysłem Kościoła, należałoby więc najpierw wdrażać się w praktykę zyskiwania odpustów częściowych, aby z czasem dojść do stałej sprawności, a w konsekwencji do takiej dyspozycji duchowej, która pozwoli otworzyć się na dar odpustu zupełnego.

Ksiądz Szczepaniec podkreśla, że inny porządek nie byłby przejawem mądrości. Nie można pomijać „małych zadań”, aby od razu sięgać po te „wielkie”.

Należy przy tym pamiętać, że Kościół daje nam możliwość zyskania wielu odpustów częściowych w ciągu jednego dnia, ale tylko jeden zupełny (!).

OGÓLNE NADANIA ODPUSTÓW

Ogólne formuły udzielania odpustów mają przypominać wiernemu, aby czynności, którymi wypełnia on swoje życie, były chrześcijańskie i zmierzały do wzrostu jego miłości. W najnowszym *Wykazie odpustów*, zawartym w dokumencie: *Enchiridion Indulgentiarum, Normae et concessionis* (wyd. IV, Typis Polyglottis Vaticanis 1999 r.), są zamieszczone cztery takie formuły i wszystkie mają uzasadnienie w Piśmie Świętym, w Tradycji Kościoła i dokumentach Stolicy Apostolskiej. Jedna formuła obejmuje niekiedy wiele czynności tego samego rodzaju. Odpustem są jednak obdarzone tylko czynności główne, wykonywane w określony sposób i z odpowiednim usposobieniem. Wszystkie nadania ogólne stanowią odpust częściowy.

Pierwsza formuła: „Udziela się odpustu częściowego wiernemu, który w wykonywaniu swoich obowiązków i znoszeniu przeciwności życiowych wznosi swoją myśl do Boga z pokorną ufnością, dołączając jakieś pobożne westchnienie, choćby tylko wewnętrznie”.

W tej formule chrześcijanie są zachęceni do wypełnienia Chrystusowego przykazania, iż zawsze należy się modlić i nie ustawać (Łk 18, 1) w wykonywaniu swoich obowiązków w ten sposób, aby zachować jedność z Chrystusem i w niej wzrastać.

Druga formuła: „Udziela się odpustu częściowego wiernemu, który wiedziony duchem wiary sam siebie ofiaruje lub przeznacza swoje dobra w duchu miłosierdzia na służbę braci żyjących w potrzebie”.

Słowa te zawierają zachętę do naśladowania Jezusa Chrystusa i częstego spełniania uczynków miłości czy miłosierdzia (J 13, 15; Dz 10, 38). Jednakże nie wszystkie uczynki miłosierdzia są obdarzone odpustem, lecz tylko te, których celem jest służba braciom żyjącym w potrzebie, jak nakarmienie ciała lub pouczenie czy duchowe pocieszenie.

Trzecia formuła: „Udziela się odpustu częściowego wiernemu, który w duchu pokuty powstrzymuje się dobrowolnie od czegoś godziwego i miłego dla niego”.

Trzecia formuła jest dla wiernych zachętą do naśladowania Chrystusa ubogiego i cierpiącego. Odpowiada ona warunkom naszych czasów, charakteryzujących się złagodzeniem dyscypliny dotyczącej wstrzemięźliwości od pokarmów mięsnych i postu i poszukiwaniem nowego sposobu pokuty.

Czwarta formuła: „Udziela się odpustu częściowego wiernemu, który w szczególnych okolicznościach życia codziennego dobrowolnie wyznaje wiarę wobec innych”.

Może to być: częste przystępowanie do sakramentów świętych, uczestniczenie we wspólnotowych formach przeżywania wiary i apostołowania, głoszenie słowem i czynem chrześcijańskiego orędzia ludziom stojącym z dala od Kościoła.

Czwarta formuła umożliwia uzyskanie odpustu przez publiczne świadectwo wiary, złożone w określonych warunkach życia codziennego.

SZCZEGÓŁOWE NADANIA ODPUSTÓW

Po przedstawieniu czterech ogólnych formuł udzielania odpustów, należy wymienić nadania szczegółowe ułożone, dla większej przejrzystości, w cztery grupy: odpusty częściowe; odpusty częściowe, które w określonych okolicznościach mogą stać się odpustami zupełnymi; odpusty zupełne; odpusty zupełne, które można zyskać każdego dnia.

I. Odpusty częściowe:

1. Odpust częściowy zyskują członkowie rodziny w rocznicę poświęcenia się tej rodziny Najświętszemu Sercu Pana Jezusa albo Świętej Rodzinie: Jezusowi, Maryi i Józefowi. Jest to nowo ustanowiony odpust. Znalazł się dopiero w wykazie odpustów z 1999 roku.

2. Akt poświęcenia rodzaju ludzkiego Jezusowi Chrystusowi jako Królowi wszechświata, zaczynający się od słów: *O Jezu, najśłodszy Odkupicielu rodzaju ludzkiego*, (zob. Dodatek str.32)

3. Akt wynagrodzenia Najświętszemu Sercu Pana Jezusa zaczynający się od słów: *Jezu, Najśłodszy*, (zob. Dodatek str.32)

4. Modlitwa w dniu powszechnie przeznaczonym dla jakiegoś religijnie szlachetnego celu np. tydzień modlitw o powołania kapłańskie i zakonne, (zob. Dodatek str.32)

5. Trud przekazywania nauki chrześcijańskiej z pobudek wiary i chrześcijańskiej miłości oraz trud uczących się z powodu wiary i miłości chrześcijańskiej.

6. Nawiedzenie Najświętszego Sakramentu połączone z odmówieniem hymnu: *Zbliżam się w pokorze* lub odmówienie modlitwy: *O Święta Uczto*.

Można też posłużyć się pieśnią: *Przed tak wielkim Sakramentem* wraz z werselem: *Daleś nam chleb z nieba.* Wszelką rozkosz mający w sobie* oraz odpowiednią modlitwą:

Boże, Ty w Najświętszym Sakramencie zostawiłeś nam pamiątkę swej Męki, daj nam taką czcią otaczać tajemnice Ciała i Krwi Twojej, abyśmy nieustannie doznawali owoców Twojego Odkupienia. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

7. Wzbudzenie aktu duchowej Komunii Świętej bez względu na używaną formułę, a także dziękczynienie po Komunii Świętej, korzystając z modlitwy *Duszo Chrystusowa*, (zob. Dodatek str.32) lub z modlitwy: *Oto ja, o dobry Jezu*, (zob. Dodatek str.32)

8. Dokładny rachunek sumienia, szczególnie przed przystąpieniem do sakramentu pokuty i pojednania oraz wzbudzenie aktu żalu. Chodzi tu zarówno o żal doskonały i niedoskonały. Przy wzbudzaniu żalu można się posłużyć np. spowiedzią powszechną z liturgii Mszy św.: *Spowiadam się Bogu wszechmogącemu*, albo psalmami: 130 – *Z głębokości wołam do Ciebie Panie*, czy 50 (51) – *Zmiłuj się nade mną Boże*.

9. Udział w miesięcznym dniu skupienia.

10. Modlitwa o jedność chrześcijan w formie zatwierdzonej przez Kościół, (zob. Dodatek str.32)

11. Pobożne korzystanie z dewocjonałów poświęconych przez diakona lub kapłana.

12. Pobożne praktykowanie – w pracy nad sobą – modlitwy myślniej, zwanej rozmyślaniem.

13. Uważne i pobożne słuchanie słowa Bożego głoszonych w jakikolwiek sposób (homilia, kazanie).

14. Pobożne odmówienie hymnu Najświętszej Maryi Panny: *Wielbi dusza moja Pana*, (zob. Dodatek str.32)

15. Pobożne odmówienie modlitwy: *Anioł Pański*, a w okresie wielkanocnym: *Królowo nieba wesel się*, (zob. Dodatek str.32)

16. Modlitwy do Matki Bożej, (zob. Dodatek str.32)

- a) *Maryjo, Matko łaski;*
- b) *Pomnij, o Najświętsza Panno Maryjo;*
- c) *Witaj Królowo;*
- d) *Święta Maryjo, przybądź z pomocą;*
- e) *Pod Twoją obronę.*

17. Pobożne odmówienie modlitwy do Anioła Stróża, (zob. Dodatek str.32)

18. Modlitwa do św. Józefa, (zob. Dodatek str.32)

19. Pobożne odmówienie modlitwy do świętych Apostołów Piotra i Pawła, (zob. Dodatek str.32)

20. Modlitwa do świętych czy błogosławionych w dniu przeznaczonym na uczczenie danego świętego czy błogosławionego. Teksty tych modlitw muszą być zatwierdzone przez kompetentną władzę kościelną (można skorzystać z modlitewnika, który posiada Imprimatur Kościoła katolickiego).

21. Pobożne uczestniczenie w *nowennie* lub w *septennie*, odprawianej przed uroczystością Narodzenia Pańskiego, przed uroczystością Zesłania Ducha Świętego i przed uroczystością Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny.

22. Odmówienie jednej z litanii – jeśli tekst jest zatwierdzony przez Kościół. Najbardziej znane litanie to: do Najświętszego Imienia Jezus; do Najświętszego Serca Pana Jezusa; do Najdroższej Krwi Chrystusa Pana; do Matki Bożej (loretańska); do świętego Józefa, do Wszystkich Świętych.

23. Udział w małym oficjum (tzw. godzinkach) o Męce Pańskiej, o Najświętszym Sercu Pana Jezusa, o Matce Bożej, o Niepokalanym Poczęciu Najświętszej Maryi Panny, o św. Józefie.

24. Pobożne odmówienie modlitwy za tych, którzy nam dobrze czynią z racji nadprzyrodzonych, zaczerpniętej z Liturgii Godzin, (zob. Dodatek str.32)

25. Modlitwa za pasterzy Kościoła świętego (za papieża albo za biskupa), (zob. Dodatek str.32)

26. Modlitwa według formularza zatwierdzonego przez kompetentną władzę kościelną (np. z formularza mszalnego albo z Liturgii Godzin, albo z modlitewnika posiadającego Imprimatur), (zob. Dodatek str.32)

- a) na początku dnia,
- b) na zakończenie dnia,
- c) przed posiłkiem,
- d) po posiłku.

27. Wyznanie wiary (które może być dopełnione przez odmówienie *Wierzę w Boga*) i poszczególne akty cnót teologalnych, czyli wiary, nadziei i miłości, (zob. Dodatek str.32)

Odnowienie przyrzeczeń chrzcielnych według jakiegokolwiek zatwierdzonej formuły (zawierającej wyrzeczenie się grzechu; tego wszystkiego, co prowadzi do zła; wyrzeczenie się Szatana; wyznanie wiary w Boga Trójjedyne np. przez odmówienie *Wierzę w Boga*).

Pobożne przeżegnanie się znakiem krzyża, z wypowiedzianiem słów: *w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.*

28. Odpust częściowy uzyskiwany dla dusz w czyśćcu cierpiących za:

- a) pobożne nawiedzanie cmentarzy połączone z modlitwą za zmarłych, chociażby tylko myślą;
- b) pobożne odmówienie jutrzni lub nieszporów z Liturgii Godzin;
- c) odmówienie aktu strzelistego: *Wieczny odpoczynek racz im dać Panie, a światłość wiekuista niechaj im świeci. Niech odpoczywają w pokoju. Amen.*

29. Odpust częściowy może uzyskać wierny, który – przynajmniej z sercem skruszonym – skieruje do Pana Jezusa Miłosiernego jedno z prawnie zatwierdzonych pobożnych wezwań (np. *Jezu Miłosierny, ufam Tobie*). Odpust ten został ogłoszony Dekretem Penitencjarii Apostolskiej 29 czerwca 2002 r.

II. Odpusty częściowe, które w określonych okolicznościach stają się zupełnymi:

1. Wierny, który pobożnie odmawia akt poświęcenia się rodzaju ludzkiego Chrystusowi Królowi: *O Jezu, najśłodczy Odkupicielu rodzaju ludzkiego*, uzyskuje odpust częściowy.

Jeżeli zaś wierny odmawia powyższy akt publicznie w uroczystość Chrystusa Króla, dostępuje odpustu zupełnego. Oczywiście, przy jednoczesnym wypełnieniu wszystkich warunków koniecznych do zyskania odpustu, o czym należy zawsze pamiętać.

2. Odmówienie aktu wynagradzającego: *O Jezu, Najśłodczy, któremu za miłość bez granic*, w ciągu roku zasługuje na odpust częściowy. Publiczne odmówienie w uroczystość Najświętszego Serca Pana Jezusa jest obdarzone odpustem zupełnym.

3. Odmówienie modlitwy w szlachetnym celu religijnym, w dniu powszechnie na to przeznaczonym (np. w tygodniu modlitw o powołania kapłańskie i zakonne, w tygodniu misyjnym czy w dniu chorych), przynosi odpust częściowy.

Kto pobożnie uczestniczy w nabożeństwie liturgicznym celebrowanym z tej okazji w tych dniach, uzyskuje odpust zupełny.

4. Adoracja Najświętszego Sakramentu jest obdarzona odpustem częściowym.

Natomiast staje się on zupełnym, gdy wierny:

a) adoruje Najświętszy Sakrament przez pół godziny;
b) w Wielki Czwartek po Wieczery Pańskiej pobożnie recytuje pieśń religijną: *Przed tak wielkim Sakramentem* wraz z werselem: *Daleś nam chleb z nieba.* Wszelką rozkosz mający w sobie* oraz odpowiednią modlitwę:

Boże, Ty w Najświętszym Sakramencie zostawiłeś nam pamiątkę swej Męki, daj nam taką cziłą otaczać tajemnice Ciała i Krwi Twojej, abyśmy nieustannie doznawali owoców Twojego Odkupienia. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.;

c) pobożnie uczestniczy w procesji z racji uroczystości Najświętszego Ciała i Krwi Chrystusa;

d) bierze pobożny udział w uroczystym zakończeniu kongresu eucharystycznego.

5. Duchowe przyjęcie Komunii Świętej, a także dziękczynienie przy użyciu np. modlitwy *Duszo Chrystusowa*. Można też posłużyć się modlitwą: *Oto ja, dobry i najśłodczy Jezu*, (zob. Dodatek str.32)

Natomiast przyjęcie Pierwszej Komunii Świętej i pobożny udział w tym obrzędzie, a także odmówienie modlitwy: *Oto ja, dobry i najśłodczy Jezu*, w piątek Wielkiego Postu przed wizerunkiem Pana Jezusa ukrzyżowanego, przynosi odpust zupełny.

6. Udział w comiesięcznym dniu skupienia jest połączony z odpustem częściowym.

Natomiast pobożne uczestniczenie w ćwiczeniach duchowych trwających przynajmniej trzy dni, przynosi odpust zupełny.

7. Za pobożne odmawianie modlitwy o jedność chrześcijan, (zob. Dodatek str.32) jest odpust częściowy.

Gdy wierny podejmie jakieś funkcje w tygodniu modlitw w tej intencji, a także uczestniczy w zakończeniu tygodnia modlitw o jedność chrześcijan, to zyskuje odpust zupełny.

8. Takie dewocjalia, jak krzyż, różaniec, szkaplerz, medalik winny być pobłogosławione przez kapłana lub diakona – wymagają tego przepisy kościelne. Używając pobożnie takiego przedmiotu w ciągu roku, wierny zasługuje na odpust częściowy.

Jeżeli przedmiot ten jest pobłogosławiony przez papieża lub biskupa, to w dniu uroczystości świętych Apostołów Piotra i Pawła (29 czerwca) wierny może zyskać odpust zupełny, o ile wyzna wiarę np. przez odmówienie *Wierzę w Boga* (zob. Dodatek str.32)

9. Pobożne słuchanie przepowiadania słowa Bożego (homilii, kazania) jest obdarzone odpustem częściowym.

Jednak wierny, który w czasie misji wysłucha kilku nauk i weźmie udział w uroczystym zakończeniu misji, uzyska odpust zupełny.

10. Odmawianie Różańca prywatnie związane jest z odpustem częściowym.

Jeśli odmawianie Różańca odbywa się w kościele lub w kaplicy, w rodzinie albo we wspólnocie zakonnej czy w stowarzyszeniu wiernych (bractwie), względnie wierny bierze udział – za pośrednictwem radia czy telewizji – w nabożeństwie różańcowym, w Różańcu odmawianym przez papieża, może zyskać odpust zupełny.

11. Uzyskują odpust częściowy chrześcijanie, którzy w różnych okolicznościach czasu i miejsca odmawiają: modlitwę dziękczynną jak to czynią Aramejczycy; modlitwę wieczorną lub modlitwę za zmarłych znane w obrządku bizantyjskim; modlitwę *Lakku Mara*, czyli *Do Ciebie Panie*, znaną w obrządku

chaldejskim; modlitwę używaną przy okadzeniu lub modlitwę dla uczczenia Maryi, Matki Bożej, znane w obrządku koptyjskim; modlitwę o uzyskanie odpuszczenia grzechów lub modlitwę o łaskę naśladowania Chrystusa znane w obrządku etiopskim; modlitwę za Kościół lub modlitwę po dopełnieniu obrzędów liturgicznych znane w obrządku maronickim; modlitwę za zmarłych według liturgii św. Jakuba znaną w obrządku syro-antiocheńskim. Natomiast odmawiający hymn *Akathistos* (*Akatyst ku czci Bogarodzicy*) lub oficjum *Paraclisis*, uzyskują odpust zupełny. Nadanie tego odpustu częściowego i zupełnego za odmawianie modlitw używanych w obrządkach Kościołów wschodnich jest nowością wykazu odpustów z 1999 r.

12. Odmówienie hymnu *O Stworzycielu, Duchu przyjdź*, (zob. Dodatek str.32) lub hymnu dziękczynnego *Ciebie Boga wysławiamy*, na początku lub na końcu dnia, na początku lub po zakończeniu pewnego zajęcia, przed lub po posiłku przynosi odpust częściowy.

Natomiast odpust zupełny zyskujemy za odmówienie hymnu *O Stworzycielu, Duchu przyjdź*, w dniu rozpoczynającym nowy rok cywilny (1 stycznia) i w uroczystość Zesłania Ducha Świętego oraz za odmówienie hymnu *Ciebie Boga wysławiamy*, w ostatnim dniu roku cywilnego (31 grudnia).

13. Odpust częściowy uzyskuje wierny, który odnawia przyrzeczenia chrzcielne; żegna się znakiem krzyża wymawiając słowa: *W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.*; odmawia wyznanie wiary; wzbudza akty wiary, nadziei i miłości, (zob. Dodatek str.32)

Odpust zupełny przysługuje za odnowienie przyrzeczeń chrzcielnych podczas liturgii paschalnej, czyli w Wielką Sobotę wieczorem lub w rocznicę własnego chrztu, według formuły prawnie zatwierdzonej przez Kościół.

14. Odpust częściowy dla dusz w czyśćcu cierpiących wierny może zyskać za pobożne nawiedzenie cmentarza połączone z modlitwą, przynajmniej myślną, za zmarłych.

Jeśli nawiedzenie cmentarza odbywa się w dniach 1-8 listopada, można zyskać odpust zupełny za zmarłych.

15. Czytanie Pisma Świętego z czcią należną słowu Bożemu i traktowanie tego czytania jako lektury duchowej jest obdarzone odpustem częściowym. Tekst Pisma Świętego musi być zatwierdzony przez kompetentną władzę. Jeśli ktoś nie może czytać sam, może wysłuchać tekstu czytanego przez kogoś lub za pomocą środków audiowizualnych.

Takie samo czytanie Pisma Świętego przez pół godziny jest związane z odpustem zupełnym.

16. Za pobożne nawiedzenie starożytnych cmentarzy chrześcijan, czyli katakumb np. w Rzymie, przysługuje odpust częściowy.

Natomiast odpust zupełny możemy zyskać za połączone z odpowiednią modlitwą nawiedzenie: bazyliki patriarchalnej w Rzymie; bazyliki mniejszej w niektóre święta lub jakiegokolwiek dnia raz w roku; kościoła katedralnego w niektóre święta lub 2 sierpnia; sanktuarium w niektóre święta lub raz w roku jakiegokolwiek dnia; kościoła parafialnego w święto tytułu oraz w dniu 2 sierpnia; kościoła lub ołtarza w dniu ich poświęcenia; kościoła lub kaplicy zakonnej w dniu święta założyciela zakonu.

III. Odpusty zupełne:

1. Odpust zupełny zyskują członkowie rodziny, która pierwszy raz poświęca się podczas specjalnego obrzędu z udziałem kapłana lub diakona Najświętszemu Sercu Pana Jezusa albo Świętej Rodzinie: Jezusowi, Maryi i Józefowi, jeżeli pobożnie odmawiają modlitwę z tekstu zaaprobowanego, przed wizerunkiem Najświętszego Serca Pana Jezusa lub Świętej Rodziny. Jest to nowo ustanowiony odpust (w 1999 r.).

2. Pobożne przyjęcie, chociażby przez radio lub telewizję, błogosławieństwa papieskiego udzielonego „Miastu i Światu”, czyli *Urbi et Orbi*, byleby wierny pobożnie śledził same obrzędy. Także przyjęcie, chociażby przez radio lub telewizję, błogosławieństwa papieskiego udzielonego przez biskupa.

3. Pobożny udział w nabożeństwie liturgicznym w dniu powszechnie przeznaczonym na modlitwę w jakimś dobrym celu religijnym (np.: w tygodniu modlitw o jedność chrześcijan, w tygodniu misyjnym, w dniu modlitw o powołania kapłańskie i zakonne, w dniu chorych) jest połączony z odpustem zupełnym.

4. Nawiedzenie i adoracja Najświętszego Sakramentu trwające pół godziny.

5. Adoracja Najświętszego Sakramentu w Wielki Czwartek podczas wystawienia Najświętszego Sakramentu po Mszy Wieczerzy Pańskiej, połączona z pobożnym odmówieniem hymnu: *Przed tak wielkim Sakramentem* wraz z modlitwą (hymn ten jest zawsze odmawiany lub śpiewany wspólnie przez wiernych w kościołach parafialnych, uczestniczących w liturgii Wielkiego Czwartku, a modlitwę odmawia kapłan, (zob. Dodatek str.32)

6. Pobożny udział w uroczystej procesji eucharystycznej, szczególnie w uroczystość Najświętszego Ciała i Krwi Chrystusa (potocznie nazywanej uroczystością Bożego Ciała), bez względu na to, czy odbywa się w kościele, czy poza kościołem.

7. Pobożny udział w liturgicznym obrzędzie zakończenia kongresu eucharystycznego. Nie jest powiedziane czy to ma być kongres diecezjalny, krajowy czy światowy, a więc może być którykolwiek z nich.

8. Przyjęcie Pierwszej Komunii Świętej i udział w tym obrzędzie.

9. Przyjęcie Komunii Świętej w jakikolwiek piątek Wielkiego Postu połączone z odmówieniem przed wizerunkiem Pana Jezusa Ukrzyżowanego modlitwy: *Oto ja, o dobry i najśłodszy Jezu*, (zob. Dodatek str.32)

10. Uczestniczenie w ćwiczeniach duchowych (np. rekolekcjach), trwających przynajmniej trzy pełne dni.

11. Udział w niektórych obrzędach dopełnianych w tygodniu modlitw o jedność chrześcijan oraz w modlitewnym zakończeniu tego tygodnia.

12. Odpust na godzinę śmierci (szerzej: w zagrożeniu niebezpieczeństwem śmierci) – omówiony został dokładnie na wcześniejszych stronach niniejszego opracowania.

13. Pobożne uczestniczenie w liturgii Wielkiego Piątku połączone z adoracją krzyża.

14. Pobożne odprawienie Drogi Krzyżowej. Należy zaznaczyć, że dla uzyskania tego odpustu określa się następujące warunki:

– Nabożeństwo należy odprawić przed stacjami Drogi Krzyżowej prawnie erygowanymi zgodnie z przepisami liturgicznymi Kościoła.

– Do erekcji Drogi Krzyżowej wymaga się 14 krzyży, przy których zwykle zamieszcza się, z pożytkiem dla wiernych, tyleż wizerunków przedstawiających stacje jerozolimskie.

– Według powszechnego zwyczaju, Droga Krzyżowa składa się z 14 pobożnych ćwiczeń, do których dodaje się wezwania modlitewne. Jednak dla odprawienia drogi krzyżowej wymaga się tylko pobożnego rozważania Męki i śmierci Pana Jezusa. Nie jest konieczne rozważanie o poszczególnych tajemnicach tych stacji.

– Wymaga się przechodzenia od jednej stacji do drugiej. Jeżeli praktykę odbywa się publicznie i wszyscy nie mogą się przemieszczać od stacji do stacji bez niedogodności, wystarczy, gdy do poszczególnych stacji przechodzi prowadzący, a inni uczestnicy pozostają na swoich miejscach.

Ci, którzy mają przeszkodę w odprawianiu Drogi Krzyżowej, mogą uzyskać odpust zupełny, jeśli przez kwadrans będą czytać rozważanie o Męce Jezusa Chrystusa.

Inne praktyki, polegające na rozważaniu Męki i śmierci Pana Jezusa w 14 stacjach, zatwierdzone przez kompetentną władzę kościelną, mogą być przyrównane do drogi krzyżowej, także co do zyskania odpustów.

W Kościele wschodnim, gdzie praktyka Drogi Krzyżowej nie jest znana, patriarchowie mogą określić inne pobożne ćwiczenie na pamiątkę Męki i śmierci Pana Jezusa, w celu uzyskania odpustu.

15. Korzystanie z poświęconych przez papieża lub biskupów dewocjonaliów, połączone z odmówieniem wyznania wiary według jakiegokolwiek formuły zatwierdzonej przez Kościół (np. *Wierzę w Boga*), w dniu uroczystości świętych Apostołów Piotra i Pawła (29 czerwca).

16. Udział wiernego w świętych misjach i wysłuchanie kilku nauk, jeśli jest połączone z uczestnictwem w uroczystym zakończeniu tychże misji.

17. Pobożne odmawianie Różańca w kościele lub w kaplicy, w rodzinie albo we wspólnocie zakonnej, w stowarzyszeniu wiernych, zwłaszcza, gdy wielu modli się w jakimś szlachetnym celu.

Pod pojęciem modlitwy różańcowej rozumie się dwadzieścia dziesiątków pozdrowień anielskich: *Zdrowaś Maryjo*, między które włącza się jedno *Ojcze nasz*. Przy każdym dziesiątku należy rozważać tajemnice naszego Odkupienia. Różańcem nazywa się także każdą z czterech części całego Różańca.

Dla uzyskania odpustu zupełnego należy spełnić następujące warunki:

– Wystarczy odmówić ustnie jedną z czterech części Różańca, ale tę część należy odmówić całą, nie można jej przerwać.

– Z modlitwą ustną należy połączyć rozważanie tajemnic różańcowych.

– Przy publicznym odmawianiu Różańca należy zapowiadać poszczególne tajemnice według zatwierdzonego zwyczaju miejscowego. Przy prywatnym odmawianiu wystarczy, jeśli wierny łączy z modlitwą ustną rozważanie tajemnic

różańcowych. Kto nie spełnia któregoś z przedstawionych warunków, uzyskuje odpust częściowy.

Odpust można zyskać także za pobożny udział w modlitwie różańcowej prowadzonej przez papieża i transmitowanej przy pomocy radia czy telewizji.

18. Pobożne odmawianie hymnu z liturgii obrządku bizantyjskiego *Akathistos* lub modlitwy *Paraclisis* w kościele lub w kaplicy, w rodzinie lub we wspólnocie zakonnej, w stowarzyszeniu chrześcijan i ogólnie, gdy wielu modli się o jakiś szlachetny cel. Jeśli chodzi o hymn *Akathistos*, to odpust zupełny można zyskać za pobożne odmówienie części tego hymnu, ale już bez przerywania, jak to się czyni zgodnie z prawowitym zwyczajem.

19. Pobożny udział w publicznym śpiewie lub recytacji, w dniu 1 stycznia każdego roku, hymnu: *O Stworzycielu Duchu, przyjdź*.

20. Udział w publicznym śpiewie lub recytacji hymnu: *O Stworzycielu Duchu, przyjdź*, w uroczystość Zesłania Ducha Świętego.

21. Udział w publicznym śpiewie lub recytacji hymnu *Ciebie, Boga, wysławiamy (Te Deum laudamus)*, w dniu 31 grudnia, w celu podziękowania Bogu za dobrodziejstwa otrzymane w całym roku.

22. Celebrowanie Mszy św. prymicyjnej z udziałem ludu o ustalonej godzinie i uczestnictwo w tej Eucharystii.

23. Celebrowanie Mszy św. jubileuszowej z okazji 25, 50 i 60-lecia święceń kapłańskich, połączone z odnowieniem wobec Boga postanowienia o wiernym wypełnianiu obowiązków swego powołania.

Celebrowanie Mszy św. jubileuszowej z okazji 25, 40 i 50-lecia święceń biskupich połączone z odnowieniem wobec Boga postanowienia o wiernym wypełnianiu obowiązków swojego stanu.

24. Pobożne uczestniczenie wiernego w Mszy św. jubileuszowej z okazji święceń kapłańskich (25, 50, 60-lecie) lub biskupich (25, 40, 50-lecie).

25. Odnowienie przyrzeczeń chrzcielnych w czasie liturgii Wigilii Paschalnej, czyli w Wielką Sobotę wieczorem. Formuła przyrzeczeń musi być zatwierdzona przez Kościół.

26. Odnowienie przyrzeczeń chrzcielnych w rocznicę swojego chrztu. Formuła przyrzeczeń musi być zatwierdzona przez Kościół.

27. Pobożne nawiedzenie cmentarza w dniach 1-8 listopada połączone z modlitwą za zmarłych. Uwaga! Ten odpust można uzyskać jedynie dla zmarłych cierpiących w czyśćcu – nie można go ofiarować za siebie.

28. Odpust zupełny dla wiernych zmarłych udzielany jest za pobożne nawiedzenie kościoła lub kaplicy w dniu wspomnienia Wszystkich Wiernych Zmarłych (2 listopada). Dla zyskania tego odpustu należy odmówić *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga* – można się modlić na przemian z osobą towarzyszącą albo śledzić modlitwę myślą, gdy ktoś odmawia, także w radio lub w telewizji, jeżeli ktoś sam nie może czytać.

29. Czytanie Pisma Świętego, przez przynajmniej pół godziny, z czcią należną słowu Bożemu i traktowanie tego czytania jako lektury duchowej. Tekst Pisma Świętego musi być zatwierdzony przez kompetentną władzę.

30. Pobożne nawiedzenie kościoła, w którym odbywa się synod diecezjalny, połączone z odmówieniem *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*.

31. Pobożne uczestniczenie w liturgii sprawowanej przez biskupa podczas wizytacji kanonicznej.

32. Pielgrzymka razem ze wspólnotą do jednej z czterech bazylik patriarchalnych w Rzymie, a jeśli indywidualnie, to połączona ze wzbudzeniem aktu synowskiego poddania papieżowi. Zawsze też należy odmówić *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*.

33. Nawiedzenie bazyliki mniejszej połączone z odmówieniem *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*:

- a) w dniu uroczystości świętych Apostołów Piotra i Pawła (29 czerwca);
- b) w dniu tytułu bazyliki mniejszej;
- c) w dniu 2 sierpnia, to jest w dniu odpustu *Porcjunkuli*;
- d) raz w roku, w dniu wybranym przez wiernego.

34. Pobożne nawiedzenie kościoła katedralnego połączone z odmówieniem *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*:

- a) w dniu uroczystości świętych Apostołów Piotra i Pawła (29 czerwca);
- b) w dniu tytułu kościoła katedralnego;

- c) w dniu celebracji liturgicznej święta Katedry św. Piotra Apostoła (22 lutego);
- d) w dniu poświęcenia bazyliki Najświętszego Zbawiciela (9 listopada);
- e) w dniu 2 sierpnia, to jest w dniu odpustu *Porcjunkuli*. Ten sam odpust można zyskać w kościele konkatedralnym, jeśli taki jest, chociażby nie był on kościołem parafialnym.

35. Nawiedzenie sanktuarium diecezjalnego, krajowego lub międzynarodowego ustanowionego przez kompetentną władzę i odmówienie tam *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*, w następujące dni:

- a) w dniu uroczystości danego sanktuarium;
- b) w dniu wybranym przez wiernego raz w roku;
- c) w dniu odbycia zbiorowej pielgrzymki.

36. Nawiedzenie kościoła parafialnego w dniu: święta tytułu tego kościoła oraz 2 sierpnia, to jest w dniu odpustu *Porcjunkuli*. Należy także odmówić *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*.

37. W dniu 2 sierpnia, gdy przypada odpust *Porcjunkuli*, w bazylice mniejszej, w kościołach katedralnych i parafialnych można uzyskać odpust *Porcjunkuli*, jeśli się odmówi *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*.

38. Pobożne nawiedzenie kościoła lub ołtarza w dniu jego poświęcenia, połączone z odmówieniem *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*.

39. Nawiedzenie kościoła lub kaplicy: zakonów, zgromadzeń zakonnych, instytutów życia konsekrowanego i stowarzyszeń życia apostołskiego w dniu poświęconym ich założycielowi, połączone z odmówieniem *Ojcze nasz* i *Wierzę w Boga*.

40. Nawiedzenie kościoła stacyjnego w Rzymie w dniach określonych w Mszałe Rzymskim. Odpust jest zupełny, gdy chrześcijanin bierze udział w modlitwach porannych bądź wieczornych w tym kościele.

41. W niedzielę Bożego Miłosierdzia (czyli w II Niedzielę Wielkanocną). Odpustu zupełnego w tym dniu może dostąpić wierny, który z sercem całkowicie wolnym od wszelkiego przywiązania do jakiegokolwiek grzechu, choćby powszedniego, weźmie udział, w jakimkolwiek kościele lub kaplicy, w pobożnych praktykach spełnianych ku czci Bożego Miłosierdzia albo przynajmniej odmówi przed Najświętszym Sakramentem Eucharystii, wystawionym publicznie lub ukrytym w

tabernakulum, modlitwy *Ojcze nasz* i *Wierzę*, dodając pobożne wezwanie do Pana Jezusa Miłosiernego (np. *Jezu Miłosierny, ufam Tobie*).

Ponadto marynarze, którzy wykonują swoje obowiązki na niezmierzonych obszarach mórz; niezliczeni bracia, których tragedie wojenne, wydarzenia polityczne, uciążliwe warunki naturalne i inne podobne przyczyny zmusiły do opuszczenia rodzinnej ziemi; chorzy i ich opiekunowie oraz ci wszyscy, którzy z uzasadnionej przyczyny nie mogą opuścić domów lub wykonują pilnie potrzebne zadania dla dobra społeczności, mogą uzyskać odpust zupełny w Niedzielę Bożego Miłosierdzia, jeśli powezmą zamiar spełnienia – gdy tylko będzie to możliwe – wszystkich zwykłych warunków, odmówią przed świętym wizerunkiem naszego Pana Jezusa Miłosiernego modlitwę *Ojcze nasz* i *Wierzę*, dodając pobożne wezwanie do Pana Jezusa Miłosiernego (np. *Jezu Miłosierny, ufam Tobie*).

Gdyby nawet to nie było możliwe, tego samego dnia mogą uzyskać odpust zupełny ci, którzy duchowo zjednoczą się z wiernymi, spełniającymi w zwyczajny sposób przepisane praktyki w celu otrzymania odpustu, i ofiarują Miłosiernemu Bogu modlitwę, a wraz z nią cierpienia spowodowane chorobą i trudy swojego życia, podejmując zarazem postanowienie, że spełnią oni przepisane warunki uzyskania odpustu zupełnego, gdy tylko będzie to możliwe. (Odpust ogłoszony dekretem Penitencjarii Apostolskiej 29 czerwca 2002 r.)

42. Odpusty zupełne tylko dla wiernych w Polsce:

a) za udział w nabożeństwie *Gorzkich żali* – można go zyskać raz w tygodniu w okresie Wielkiego Postu;

b) za odmówienie o dowolnej porze dnia *Koronki do Bożego Miłosierdzia* w kościele lub w kaplicy, gdzie znajduje się Najświętszy Sakrament Eucharystii publicznie wystawiony lub ukryty w tabernakulum. Odpust można zyskać każdego dnia.

Jeżeli wierni z powodu choroby lub innej słusznej przyczyny nie mogą wyjść z domu, ale odmówią *Koronkę do Bożego Miłosierdzia* z ufnością i pragnieniem miłosierdzia dla siebie oraz gotowością okazania go innym, to pod zwykłymi warunkami również mogą zyskać odpust zupełny, z zachowaniem przepisów co do „mających przeszkodę”, zawartych w normach 24 i 25 *Wykazu odpustów* („Enchiridii Indulgentiarum”). W innych zaś okolicznościach odpust będzie częściowy.

Odpust ustanowiony Dekretem Penitencjarii Apostolskiej dnia 12 stycznia 2002 r.

IV. Odpusty zupełne, które można zyskiwać każdego dnia

Należy pamiętać, że jednego dnia można zyskać tylko jeden odpust zupełny (!).

1. Nawiedzenie i adoracja Najświętszego Sakramentu trwające pół godziny.
2. Czytanie Pisma Świętego, przez przynajmniej pół godziny, z czcią należną słowu Bożemu i traktowanie tego czytania jako lektury duchowej. Tekst Pisma Świętego musi być zatwierdzony przez kompetentną władzę.
3. Pobożne odprawienie Drogi Krzyżowej.
Ci, którzy mają przeszkodę w odprawianiu drogi krzyżowej, mogą uzyskać odpust zupełny, jeśli przez kwadrans będą czytać rozważanie o Męce Jezusa Chrystusa.
4. Pobożne odmawianie Różańca w kościele lub w kaplicy, w rodzinie, we wspólnocie zakonnej, w stowarzyszeniu wiernych, zwłaszcza, gdy wielu modli się w jakimś szlachetnym celu.
5. Odmówienie o dowolnej porze dnia *Koronki do Bożego Miłosierdzia* w kościele lub w kaplicy, gdzie znajduje się Najświętszy Sakrament – odpust dla wiernych w Polsce.

DODATEK

Akty, hymny i modlitwy obdarzone odpustem

Akt wiary: Wierzę w Ciebie Boże żywy,
w Trójcy jedyny, prawdziwy.
Wierzę, coś objawił Boże,
Twe słowo mylić nie może.

Akt nadziei: Ufam Tobie boś Ty wierny,
wszechmogący, miłosierny.
Dasz mi grzechów odpuszczenie,
łaskę i wieczne zbawienie.

Akt miłości: Boże, choć Cię nie pojmuję,
jednak nad wszystko miłuję,
nad wszystko, co jest stworzone,
boś Ty Dobro nieskończone.

Akt poświęcenia się rodzaju ludzkiego Chrystusowi Królowi:

O Jezu, najśłodszy Odkupicielu rodzaju ludzkiego, wejrzyj na nas, korzących się u stóp Twego ołtarza – Twoją jesteśmy własnością i do Ciebie należeć chcemy. – Oto dzisiaj każdy z nas oddaje się dobrowolnie Najświętszemu Sercu Twemu, aby jeszcze ściślej zjednoczyć się z Tobą. Wielu nie zna Ciebie wcale, wielu odwróciło się od Ciebie, wzgardziwszy przykazaniami Twymi. Zlituj się nad jednymi i drugimi, o Jezu Najłaskawszy i pociągnij wszystkich do świętego Serca Swego. Królem bądź nam, o Panie, nie tylko wiernym, którzy nigdy nie odstępili od Ciebie, ale i synom marnotrawnym, którzy Cię opuścili. – Spraw, aby do domu rodzicielskiego wrócili co prędzej i nie zginęli z nędzy i głodu. – Króluj tym, których albo błędne mniemania uwiodły, albo niezgoda oddziela; przywiedź ich do przystani prawdy i jedności wiary, aby rychło nastąpiła jedna owczarnia i jeden pasterz. Użycz Kościołowi Twemu bezpiecznej wolności. Udziel wszystkim narodom spokoju i ładu. – Spraw, aby ze wszystkiej ziemi, od końca do końca, jeden brzmiał głos: chwała bądź Bożemu Sercu, przez które stało się nam zbawienie. Jemu cześć i chwała na wieki. Amen.

Akt wynagradzający:

O Jezu, Najśłodszy, któremu za miłość bez granic, ludzie w niewdzięczny sposób odpłacają tak wielkim zapomnieniem, opuszczeniem i wzgardą! Oto my, rzucając się do stóp Twoich ołtarzy, szczególnym hołdem czci pragniemy wynagrodzić tę grzeszną oziębłość i krzywdy, jakie ze wszech stron ranią Najmiłościwsze Twoje Serce. Pomnij wszelako, że my sami nie zawsze byliśmy wolni od tych niegodziwości, żalem przeto najgłębszym przejęci, błagamy przede wszystkim o miłosierdzie dla siebie. Jesteśmy gotowi dobrowolnym zadośćuczynieniem wynagrodzić nie tylko za grzechy, któreśmy sami popełnili, ale i za występki tych, co błędzą z dala od drogi zbawienia i zatwardziali w niewierze nie chcą iść za Tobą, Pasterzem i Wodzem, albo zdeptawszy obietnicę chrztu świętego, zrzucili z siebie najśłodsze jarzmo Twojego prawa.

Za te wszystkie oplakania godne występki pragniemy wynagrodzić i każdy z nich naprawić. A więc: brak skromności i wszelki bezwstyd w życiu i strojach, liczne owe sidła zastawione na niewinne dusze, lekceważenie dni świętych, ohydne bluźnierstwa miotane przeciwko Tobie i Twoim świętym, obelgi rzucone na Twego Namiestnika i na stan kapłański, bezczeszczenie nawet samego Sakramentu Boskiej Miłości przez Jego zaniedbywanie i przez okropne świętokradztwa, wreszcie publiczne wykroczenia narodów wyłamujących się spod praw i kierownictwa ustanowionego przez Ciebie Kościoła.

Obyśmy krwią własną mogli zmyć te wszystkie zbrodnie! A tymczasem, by naprawić zniewagi czci Bożej, składamy Ci zadośćuczynienie, jakie Ty sam Ojcu na krzyżu ofiarowałeś i które co dzień na ołtarzach ponawiasz, w połączeniu z zadośćuczynieniem Bogarodzicy Dziewicy, wszystkich Świętych i pobożnych dusz wiernych. Przyrzekamy z głębi serca wynagrodzić – o ile za łaską Twoją stać nas będzie – za przyszłe własne grzechy i obojętność na tak wielką miłość Twoją: przez wiarę stateczną, czyste życie, dokładne zachowanie prawa ewangelicznego, zwłaszcza prawa miłości.

Postanawiamy również, według sił, nie dopuścić do nowych zniewag – i jak najwięcej dusz pociągnąć do wstępowania w Twoje ślady. Przyjmij, błagamy, o Najłaskawszy Jezu, za przyczyną Najświętszej Maryi Panny, Wynagrodzicielki, ten akt dobrowolnego zadośćuczynienia i racz nas aż do śmierci zachować w wierności obowiązkom Twojej świętej służby przez wielki dar wytrwania, przez który wszyscy doszlibyśmy w końcu do tej ojczyzny, gdzie Ty z Ojcem i Duchem Świętym żyjesz i królujesz, Bóg na wieki wieków. Amen.

Ciebie, Boga, wysławiamy (Te Deum laudamus)

Ciebie, Boga, wysławiamy,
Tobie, Panu, wieczna chwała,

Ciebie, Ojca, niebios bramy,
Ciebie wielbi ziemia cała.

Tobie wszyscy Aniołowie,
Tobie Moce i Niebiosy,
Cheruby, Serafinowie
Ślą wieczystej pieśni głosy.

Święty, Święty, nad Świętymi,
Bóg Zastępów, Król łaskawy,
Pełne niebo z kręgiem ziemi
Majestatu Twojej sławy.

Apostołów Tobie rzesza,
Chór Proroków pełen chwały,
Tobie hołdy nieść pospiesza
Męczenników orszak biały.

Ciebie poprzez okrąg ziemi,
Z głębi serca, ile zdoła,
Głosy ludów zgodzonymi
Wielbi święta pieśń Kościoła.

Niezmierzonej Ojca chwały,
Syna Słowo wiekuiste,
Z Duchem wszechświat wielbi cały,
Królem chwały Tyś, o Chryste.

Tyś Rodzica Syn z wiek wieka,
By świat zbawić swoim zgonem,
Przyoblókłszy się w człowieka,
Nie wzgardziłeś Panny łonem.

Tyś pokruszył śmierci wrota,
Stał jej oścień w męki dobie
I rajskiego kraj żywota
Otworzyłeś wiernym sobie.

Po prawicy siedzisz Boga,
W chwale Ojca, Syn Jedyny,

Lecz gdy zagrzmie trąba sroga,
Przyjdiesz sędzić ludzkie czyny.

Prosim, słudzy łask niegodni,
Wspomóż, obmyj grzech, co plami,
Gdyś odkupił nas od zbrodni
Drogiej swojej Krwi strugami.

Ze Świętymi w blaskach mocy,
Wiecznej chwały zlej nam zdroje.
Zbaw o Panie, lud sierocy,
Błogosław dziedzictwo swoje.

Rządź je, broń po wszystkie lata,
Prowadź w niebios błogie bramy,
My w dzień każdy, Władco świata,
Imię Twoje wysławiamy.

Po wiek wieków nie ustanie,
Pieśń, co sławi Twoje czyny.
O w dniu onym racz nas, Panie,
Od wszelakiej ustrzec winy.

Zjaw swą litość w życiu całym
Tym, co żebrzą Twej opieki.
W Tobie, Panie, zaufałem,
Nie zawstydzę się na wieki.

O Stworzycielu Duchu, przyjdź,
nawiedź dusz wiernych Tobie krąg
niebieską łaskę zesłać racz,
sercom, co dziełem są Twych rąk.

Pocieszycielem jesteś zwan
i Najwyższego Boga dar,
Tyś namaszczeniem naszych dusz,
zdrój żywy, miłość, ognia żar.

Ty darzysz łaską siedemkroć,
bo moc z prawicy Boga masz,
przez Ojca obiecany nam,
mową wzbogacasz język nasz.

Światłem rozjaśnij naszą myśl,
w serca nam miłość świętą wlej
i wątłą słabość naszych ciał
pokrzep stałością mocy Twej.

Nieprzyjaciela odpędź w dal
i Twym pokojem obdarz wraz,
niech w drodze za przewodem Twym
miniemy zło, co kusi nas.

Daj nam przez Ciebie Ojca znać,
daj, by i Syn poznany był
i Ciebie, jedno tchnienie Dwóch,
niech wyznajemy z wszystkich sił. Amen.

Duszo Chrystusowa

Duszo Chrystusowa, uświęć mnie.
Ciało Chrystusowe, zbaw mnie.
Krwi Chrystusowa, napój mnie.
Wodo z boku Chrystusowego, obmyj mnie.
Męko Chrystusowa, pokrzep mnie.
O dobry Jezu, wysłuchaj mnie.
W ranach Twoich ukryj mnie.
Nie dopuść mi oddalić się od Ciebie.
Od nieprzyjaciela złośliwego broń mnie.
W godzinę śmierci wezwij mnie.
I każ mi przyjść do siebie,
abym ze świętymi Twymi chwalił Cię
Na wieki wieków. Amen.

Oto ja, o dobry i najslodszy Jezu, upadam na kolana przed Twoim obliczem i z największą gorliwością ducha proszę Cię i błagam, abyś wszczepił w moje serce najżywsze uczucia wiary, nadziei i miłości oraz prawdziwą skruchę za moje grzechy i

silną wolę poprawy. Oto z sercem przepełnionym wielkim uczuciem i z boleścią oglądam w duchu Twoje pięć ran i myślą się w nich zatapiam, pamiętając o tym, dobry Jezu, co już prorok Dawid włożył w Twoje usta: «Przebodli ręce moje i nogi, policzyli wszystkie kości moje» (Ps 22, 17).

Koronka do Bożego Miłosierdzia

(do odmawiania na różańcu)

Na początku:

Wierzę w Boga... Ojcze nasz... Zdrowaś Maryjo...

Na dużych paciorkach:

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. (1 x)

Na małych paciorkach:

Dla Jęgo bolesnej Męki, miej miłosierdzie dla nas i całego świata. (10 x)

Na zakończenie:

Święty Boże, Święty Mocny, Święty Nieśmiertelny, zmiłuj się nad nami i nad całym światem. (3 x)

Modlitwa o jedność chrześcijan:

Wszchemogący, wieczny Boże, Ty gromadzisz rozproszonych i zgromadzonych zachowujesz w jedności, wejrzyj łaskawie na owczarnię Twojego Syna i spraw niech wszyscy, których uświęcił jeden chrzest, złączą się w prawdziwej wierze i braterskiej miłości. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Modlitwa o powołania:

O Jezu, Boski Pasterzu, który powołałeś Apostołów, aby ich uczynić łowcami dusz, pociągnij ku sobie gorące i szlachetne umysły młodych i uczyn ich swoimi naśladowcami i swoimi sługami. Spraw, by dzielili Twoje pragnienie powszechnego Odkupienia, dla którego ponawiasz na ołtarzach swoją Ofiarę. Ty, Panie, który zawsze się wstawiasz za nami, otwórz przed nimi horyzonty, by dostrzegli cały świat, w którym wznosi się niema prośba tak wielu braci o światło prawdy i ciepło miłości, by odpowiadając na Twoje wołanie przedłużali tu, na ziemi, Twoją misję, budowali

Twoje Ciało Mistyczne – Kościół i byli dla wszystkich solą ziemi i światłem świata. Rozszerz, o Panie, Twoje miłościwe wołanie również na wiele serc dziewczęcych, czystych i wielkodusznych, i wlej w nie pragnienie doskonałości ewangelicznej, oddania się służbie Kościoła oraz braciom potrzebującym pomocy i miłości. Amen.

Wielbi dusza moja Pana

i raduje się duch mój w Bogu Zbawicielu moim.

Bo wejrzał na uniżenie swojej Służebnicy.

Oto bowiem odtąd błogosławić mnie będą wszystkie pokolenia,

gdyż wielkie rzeczy uczynił mi wszechmocny,

a Jego imię jest święte.

Jego miłosierdzie z pokolenia na pokolenie

nad tymi, którzy się Go boją.

Okazał moc swego ramienia,

rozproszył pyszniących się zmysłami serc swoich.

Strącił władców z tronu, a wywyższył pokornych.

Głodnych nasycił dobrami, a bogatych z niczym odprawił.

Ujął się za sługą Izraelem, pomny na swe miłosierdzie,

jak obiecał naszym ojcom, Abrahamowi i jego potomstwu na wieki.

P. **Anioł Pański** zwiastował Pannie Maryi

W. i poczęła z Ducha Świętego.

P. Zdrowaś Maryjo łaski pełna, Pan z Tobą,

błogosławionaś Ty między niewiastami

i błogosławiony owoc żywota Twojego Jezus.

W. Święta Maryjo, Matko Boża,

módl się za nami grzesznymi,

teraz i w godzinę śmierci naszej. Amen.

P. Oto ja służebnica Pańska.

W. Niech mi się stanie według słowa twego.

P. Zdrowaś Maryjo...

P. A Słowo stało się Ciałem
W. i zamieszkało między nami.

P. Zdrowaś Maryjo...

P. Módl się za nami Święta Boża Rodzicielko,
W. abyśmy się stali godnymi obietnic Chrystusowych.

P. *Módlmy się:* Wszechmogący Boże, przez Zwiastowanie anielskie poznaliśmy Wcielenie Chrystusa, Twojego Syna, prosimy Cię, wlej w nasze serca swoją łaskę, abyśmy przez Jego Mękę i Krzyż zostali doprowadzeni do chwały Zmartwychwstania. Przez tegoż Chrystusa Pana naszego.
W. Amen.

W okresie wielkanocnym zamiast modlitwy *Anioł Pański* odmawia się:

P. **Królowo nieba wesel się. Alleluja.**
W. Bo ten, któregoś nosiła. Alleluja.
Zmartwychwstał, jak powiedział. Alleluja.
Błagaj za nami Boga. Alleluja.
Raduj się i wesel Panno Maryjo. Alleluja.
Bo zmartwychwstał Pan prawdziwie. Alleluja.

P. *Módlmy się:* Boże, Ty przez Zmartwychwstanie Twojego Syna, naszego Pana, Jezusa Chrystusa, przywróciłeś radość światu, spraw, abyśmy przez Jego Matkę Dziewicę Maryję osiągnęli szczęście życia wiecznego. Przez Chrystusa, Pana naszego.
W. Amen.

Inne modlitwy do Matki Bożej:

Maryjo, Matko łaski, Matko Miłosierdzia, broń mnie od wroga i przyjmij w godzinę śmierci.

Pomnij, o Najświętsza Panno Maryjo, że nigdy nie słyszano, abyś opuściła tego, kto się do Ciebie ucieka, Twojej pomocy przyzywa, Ciebie o przyczynę prosi. Tą ufnością ożywiony, do Ciebie, o Panno nad pannami i Matko biegnę, do Ciebie przychodzę, przed Tobą jako grzesznik płaczący stoję. O Matko Słowa, racz nie gardzić słowami moimi, ale usłysz je łaskawie i wysłuchaj. Amen.

Witaj Królowo, Matko miłosierdzia, życie słodczy i nadziejo nasza witaj. Do Ciebie wołamy, wygnańcy, synowie Ewy, do Ciebie wzdychamy jęcząc i płacząc na tym łez padole. Przeto, Orędowniczko nasza, one miłosierne oczy Twoje na nas zwróć, a Jezusa, błogosławiony owoc żywota Twojego, po tym wygnaniu nam okaż. O łaskawa, o litościwa, o słodka Panno Maryjo!

Święta Maryjo, przybądź z pomocą biednym, wspomóż słabych, pociesz płaczących, módl się za ludem, proś za duchowieństwem, wstawiaj się za niewiastami pobożnymi. Niech doświadczą pomocy wszyscy, którzy Cię ze czcią wspominają.

Pod Twoją obronę uciekamy się, Święta Boża Rodzicielko. Naszymi prośbami racz nie gardzić w potrzebach naszych, ale od wszelakich złych przygód racz nas zawsze wybawiać. Panno chwalebna i błogosławiona. O Pani nasza, Orędowniczko nasza, Pośredniczko nasza, Pocieszycielko nasza. Z Synem Twoim nas pojednaj, Synowi Twojemu nas polecaj, Twojemu Synowi nas oddawaj.

Modlitwy do Anioła Stróża:

Aniele Boży, Strózu mój, Ty zawsze przy mnie stój. Rano, we dnie, wieczór, w nocy, bądź mi zawsze ku pomocy. Strzeż duszy i ciała mego i doprowadź mnie do życia wiecznego. Amen.

Wysłuchaj nas Panie święty, Ojcie wszechmogący, wieczny Boże i racz zesłać z nieba świętego Anioła swego, aby strzegł, osłaniał, chronił, nawiedzał i bronił wszystkich mieszkańców tego domu. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Modlitwa do św. Józefa:

Do Ciebie, św. Józefie, uciekamy się w naszej niedoli. Wezwawszy pomocy Twej Najświętszej Oblubienicy, z ufnością również błagamy o Twoją opiekę. Przez miłość, która Cię łączyła z Niepokalaną Dziewicą Bogarodzicą i przez ojcowską Twą troskliwość, którą otaczałeś Dziecię Jezus, pokornie błagamy: wejrzyj łaskawie na dziedzictwo, które Jezus Chrystus nabył Krwią swoją, i swoim potężnym wstawiennictwem dopomóż nam w naszych potrzebach. Opatrznościowy Strózu Bożej

Rodziny, czuwaj nad wybranym potomstwem Jezusa Chrystusa. Oddal od nas, ukochany Ojcie, wszelką zarazę błędów i zepsucia. Potężny nasz Wybawco, przyjdź nam łaskawie z niebiańską pomocą w tej walce z mocami ciemności, a jak niegdyś uratowałeś Dziecię Jezus z niebezpieczeństwa, które groziło Jego życiu, tak teraz broń świętego Kościoła Bożego od wrogich zasadzek i od wszelkiej przeciwności. Otaczaj każdego z nas nieustanną opieką, abyśmy za Twoim przykładem i Twoją pomocą wsparci mogli żyć świętobliwie, umrzeć pobożnie i osiągnąć wieczną szczęśliwość w niebie. Amen.

Modlitwa do świętych Apostołów Piotra i Pawła:

Święci Apostołowie Piotrze i Pawle, przyczynicie się za nami. Ochraniaj Panie swój lud ufający opiece Twoich apostołów Piotra i Pawła oraz strzeż go nieustanną opieką. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Modlitwa za tych, którzy nam dobrze czynią, z racji nadprzyrodzonych:

Racz, Panie, wynagrodzić życiem wiecznym wszystkim, którzy dobrze czynią ze względu na imię Twoje. Amen.

Modlitwa za pasterzy Kościoła świętego:

Za papieża:

Módlmy się za naszego papieża N.N. Niech go Pan strzeże, zachowa przy życiu, darzy szczęściem na ziemi i broni przed nieprzyjaciółmi. Amen.

Za biskupa:

Boże wiekuisty, Pasterzu wiernych, Ty troskliwie kierujesz Kościołem i rządzisz nim z miłością, spraw niech Twój sługa N.N., którego postawiłeś na czele swojego ludu, prowadzi go w imieniu Chrystusa, niech go uświęca sprawując sakramenty i rządzi nim zgodnie z Twoją wolą. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Modlitwa na początku dnia (z formularza mszalnego):

Wszchemogący Boże, uprzedzaj swoim natchnieniem nasze czyny i wspieraj je swoją łaską, aby każde nasze działanie od Ciebie brało początek i w Tobie znajdowało dopełnienie. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

albo z Liturgii Godzin:

Panie, Boże wszechmogący, Ty nas doprowadziłeś do początku dnia dzisiejszego, zachowaj nas od wszelkiego grzechu i spraw, aby nasze myśli, słowa i uczynki zgadzały się z Twoją wolą. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Modlitwa na zakończenie dnia (z Liturgii Godzin):

Boże, nasz Ojciec, nawiedź ten dom i oddal od niego wszystkie wrogi zasadzki; niech w nim przebywają Twoi święci Aniołowie i strzegą nas w pokoju, a Twoje błogosławieństwo niech nam zawsze towarzyszy. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Modlitwa przed posiłkiem:

Pobłogosław, Boże, nas, pobłogosław ten posiłek, tych, którzy go przygotowali i naucz nas dzielić się chlebem i radością ze wszystkimi. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

albo:

Pobłogosław, Panie Boże, te dary, które z Twojej dobroci będziemy spożywać, zaopatrz tych, którzy ich nie mają i uczyn nas wszystkich uczestnikami Uczty Niebieskiej. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Modlitwa po posiłku:

Dziękujemy Ci Boże za te dary, które z Twojej dobroci spożywaliśmy i prosimy, abyś wynagrodził tym, którzy dobrze czynią dla imienia Twego. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

albo:

Za ten posiłek i wszystkie dary Twojej dobroci chwalimy Ciebie Boże. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

albo:

Składamy Ci dzięki, wszechmogący Boże, za wszystkie Twoje dobrodziejstwa, który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

Akt strzelisty za zmarłych:

Wieczny odpoczynek racz im dać Panie, a światłość wiekuista niechaj im świeci. Niech odpoczywają w pokoju. Amen.

BIBLIOGRAFIA

- Augustowski B., *Zarys problematyki odpustów*, Monachium 2004
- Baum W. W., *Dar odpustu*, „L'Osservatore Romano” 4(222)2000
- Benedykt XVI, Adhortacja apostolska *Sacramentum Caritatis*, Kraków 2007
- Breviarium fidei. Wybór doktrynalnych wypowiedzi Kościoła*, Poznań 2001
- Dekret Penitencjarii Apostolskiej dotyczący czwartego wydania *Enchiridion indulgentiarum*, „L'Osservatore Romano” 2(220)2000
- Dekret Penitencjarii Apostolskiej o związaniu odpustu z odmawianiem Koronki do Bożego Miłosierdzia, Rzym 12 stycznia 2002
- Dekret Penitencjarii Apostolskiej o związaniu odpustów z aktami kultu spełnianymi dla uczczenia Bożego Miłosierdzia, Rzym 29 czerwca 2002
- Filipowicz A., *Odpusty po Soborze Watykańskim II*, w: Z. Perz (red.), *Grzech i nawrócenie a sakrament pokuty*, Warszawa 1999
- Jan Paweł II, Adhortacja apostolska *Reconciliatio et paenitentia*, Kraków 1984
- Jan Paweł II, Bulla ogłaszająca Wielki Jubileusz Roku 2000, *Incarnationis misterium*, Poznań 1998
- Jan Paweł II, *Czyścić – niezbędne oczyszczenie przed spotkaniem z Bogiem*, audienca generalna, 4 sierpnia 1999
- Jan Paweł II, *Dar odpustu*, audienca generalna, 29 września 1999
- Katechizm Kościoła Katolickiego*, Poznań 2002
- Kodeks Prawa Kanonicznego*, Poznań 1984
- Matusiak A. (red.), *Tobie dam klucze Królestwa Niebieskiego. Dlaczego warto zyskiwać odpusty?*, Kraków 2005
- Pastuszko M., *Odpusty*, Kielce 2001
- Paweł VI, Konstytucja apostolska, *Indulgentiarum doctrina* (1967), w: *Posoborowe prawo kościelne*, Warszawa 1968
- Rezza D., *Skarb, który trzeba odkryć ponownie*, „L'Osservatore Romano” 2(220)2000
- Szczepaniec S., *Odpust dar pełnej wolności*, Kraków 2000