

środa, 18.02.2026

Środa Popielcowa - początek Wielkiego Postu

Środa Popielcowa to dzień, który rozpoczyna w Kościele katolickim okres Wielkiego Postu, czyli czterdziestodniowej pokuty. Ten dzień ma pobudzić katolików do podjęcia zdecydowanej drogi osobistej odnowy i nawrócenia.

Wielki Post zakończy się w Wielki Czwartek, kiedy to katolicy rozpoczną obchody Triduum Paschalnego Męki, Śmierci i Zmartwychwstania Chrystusa.

W Środę Popielcową katolicy rozpoczynają czterdziestodniowy post. Liczba 40 stanowi w Piśmie Świętym wyraz pewnej dłuższej całości, czasu przeznaczanego na jakieś konkretne zadanie człowieka lub zbawcze działanie Boga. W Wielkim Poście Kościół odczytuje i przeżywa nie tylko czterdzieści dni spędzonych przez Jezusa na pustyni na modlitwie i poście przed rozpoczęciem Jego publicznej misji, ale i trzy inne wielkie wydarzenia biblijne: czterdzieści dni powszechnego potopu, po których Bóg zawarł przymierze z Noem; czterdzieści lat pielgrzymowania Izraela po pustyni ku ziemi obiecanej; czterdzieści dni przebywania Mojżesza na Górze Synaj, gdzie otrzymał on od Jahwe Tablice Prawa.

Okresy i dni pokuty są w Kościele katolickim specjalnym czasem ćwiczeń duchowych, liturgii pokutnej, pielgrzymek o charakterze pokutnym, dobrowolnych wyrzeczeń, jak post i jałmużna, braterskiego dzielenia się z innymi, m.in. poprzez inicjowanie dzieł charytatywnych i misyjnych. Z liturgii znika radosne "Alleluja" i "Chwała na wysokości Bogu", a kolorem szat liturgicznych staje się fiolet. Istotą pozostaje przygotowanie wspólnoty wiernych do największego święta chrześcijan, jakim jest Wielkanoc.

Wielki Post jest także okresem przygotowania katechumenów do chrztu. Każda niedziela wprowadzała w kolejne tajemnice wiary, a na Wielkanoc podczas Wigilii Paschalnej udzielany jest sam chrzest.

W pierwszych wiekach chrześcijaństwa przygotowanie do świąt Zmartwychwstania trwało tylko czterdzieści godzin. W późniejszym czasie przygotowania zabierały cały tydzień, aż wreszcie ok. V w. czas ten wydłużył się. Po raz pierwszy o poście trwającym czterdzieści dni wspomina św. Atanazy z Aleksandrii w liście pasterskim z okazji Wielkanocy z 334 r.

Sens Środy Popielcowej

Środa Popielcowa rozpoczyna okres Wielkiego Postu - czas rozważania Tajemnicy Męki i Śmierci Chrystusa. W tym dniu wierni przyjmują na swoje głowy popiół - znak podjęcia wielkopostnej pokuty i nawrócenia. Skąd wziął się ten zwyczaj? Co oznacza dla mnie?

"Nawróćcie się do Mnie całym swym sercem, przez post i płacz, i lament". Rozdzierajcie jednak serca wasze, a nie szaty! Nawróćcie się do Pana Boga waszego! On bowiem jest łaskawy, miłosierny, nieskory do gniewu i wielki w łaskawości, a lituje się na widok niedoli." Jł 2, 12-13

Pan Bóg przypomina o tym przez proroka Joela: "Nawróćcie się do Mnie całym swym sercem, przez post i płacz, i lament. Rozdzierajcie jednak serca wasze, a nie szaty! Nawróćcie się do Pana Boga waszego! On bowiem jest łaskawy, miłosierny, nieskory do gniewu i wielki w łaskawości, a lituje się na widok niedoli" (Jł 2, 12-13). Tekst ten mówi nie tylko o potrzebie nawrócenia i pokuty, ale także o

niezmierzonym miłosierdziu Boga i Jego gotowości do przebaczenia. Pełne ufności zwrócenie się ku Bogu, który kocha grzesznika, jest już odwróceniem się od zła, a na pewno jest początkiem nawrócenia.

Obecny obrzęd poświęcenia i nałożenia na głowę popiołu w Środę Popielcową łączy dwie różne tradycje istniejące w pierwszych wiekach chrześcijaństwa.

Od najdawniejszych czasów praktykowany był w Kościele zwyczaj nakładania na publicznych grzeszników pokuty. Od VII wieku miał on miejsce w środę poprzedzającą pierwszą niedzielę Wielkiego Postu. Za ciężkie grzechy, zwłaszcza publiczne, jak odstępstwo od wiary, świadome zabójstwo, złamanie przysięgi małżeńskiej (cudzołóstwo), obowiązywała publiczna pokuta. Pokutnicy zbierali się w świątyni, oskarżali się wobec zebranych ze swoich win, przywdziewali włosiennice, a kapłani posypywali ich głowy popiołem. Po odmówieniu odpowiednich modlitw biskup (lub w jego imieniu kapłan) mówił do nich: "Oto wypędzamy was teraz z obrębu kościoła z powodu grzechów i zbrodni waszych" i wyprowadzał ich ze świątyni. To wyprowadzenie pokutników poza mury świątyni miało być ostrzeżeniem dla pozostałych wiernych i podkreślało prawdę, że grzech ciężki nie tylko obraża Boga, ale wyklucza ze społeczności Kościoła. Uroczyste pojednanie pokutników z Bogiem i Kościołem następowało w godzinach porannych w czasie Mszy św. w Wielki Czwartek.

Od X wieku praktyka pokuty publicznej zaczyna powoli zanikać. W liturgii pozostał po niej tylko obrzęd posypania głów popiołem. Papież Urban II (+1099) polecił nakładać popiół na głowę wszystkich wiernych, aby przypomnieć im o kruchości życia ludzkiego, przemijaniu, potrzebie pokuty i nawrócenia.

Przy posypywaniu głów popiołem kapłan może używać zamiennie jednej z dwóch formuł. Pierwsza, dawna, ale wciąż jeszcze używana, wzięta jest z Księgi Rodzaju i brzmi: "Pamiętaj człowieku, że prochem jesteś i w proch się obrócisz" (Rdz 3, 19).

Druga formuła, nowa, ma wyraźnie aspekt duszpasterski. Została wypowiedziana przez samego Jezusa Chrystusa: "Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię" (Mk 1, 15). Bóg nie chce śmierci grzesznika, ale żeby się nawrócił i żył (por. Ez 33, 11). Nawrócić się - znaczy wyrzucić grzech z myśli i z serca i wrócić do Boga. Oznacza to również stałą pamięć, że Bóg zawsze jest gotowy przebaczyć, bo jest bogaty w miłosierdzie. W akcie przebaczenia objawia się najpełniej Jego miłosierna miłość do człowieka.

Każda z tych formuł ma swoją wymowę. Pierwsza - dosadna, uczy realizmu i zmusza do refleksji nad życiem człowieka. Druga - zachęca do prawdziwej pokuty i odmiany życia w duchu Ewangelii. Obrzęd posypania głów popiołem rozpoczyna wielkie dzieło odnowy życia.

Źródło:

[https://www.niedziela.pl/artukul/27447/Sroda-Popielcowa---poczatek-](https://www.niedziela.pl/artukul/27447/Sroda-Popielcowa---poczatek-Wielkiego?utm_source=niezbednikKatolika&utm_medium=PanelPamietajDesktop&utm_campaign=PanelPamietajDesktop)

[Wielkiego?utm_source=niezbednikKatolika&utm_medium=PanelPamietajDesktop&utm_campaign=PanelPamietajDesktop](https://www.niedziela.pl/artukul/27447/Sroda-Popielcowa---poczatek-Wielkiego?utm_source=niezbednikKatolika&utm_medium=PanelPamietajDesktop&utm_campaign=PanelPamietajDesktop)

[https://www.niedziela.pl/artukul/88917/Sens-Srody-](https://www.niedziela.pl/artukul/88917/Sens-Srody-Popielcowej?utm_source=niezbednikKatolika&utm_medium=PanelPamietajDesktop&utm_campaign=PanelPamietajDesktop)

[Popielcowej?utm_source=niezbednikKatolika&utm_medium=PanelPamietajDesktop&utm_campaign=PanelPamietajDesktop](https://www.niedziela.pl/artukul/88917/Sens-Srody-Popielcowej?utm_source=niezbednikKatolika&utm_medium=PanelPamietajDesktop&utm_campaign=PanelPamietajDesktop)