

Sens umartwienia

Kościół katolicki zawsze utrzymywał, że ofiara musi być obecna w życiu chrześcijanina tak, jak była obecna w życiu Chrystusa. Droga do doskonałości prowadzi przez krzyż. Nie ma świętości bez wyrzeczeń i bez walki duchowej (por. 2 Tm 4).

18-02-2018

Najzwyklejsze umartwienia, z jakimi stykają się chrześcijanie, to codzienne przeciwności: cierpliwe wysłuchiwanie dzieci, staranne

zakończenie pracy, kiedy ktoś jest zmęczony, próby utrzymania skupienia podczas Mszy, powstrzymanie się od wydawania pieniędzy na własne potrzeby, żeby przekazać je w charakterze jałmużny potrzebującym, i tak dalej. Są to główne umartwienia w Kościele, a także w Opus Dei.

Zgodnie z Katechizmem Kościoła katolickiego: „Chociaż moralność wzywa do poszanowania życia fizycznego, nie czyni z niego wartości absolutnej. Sprzeciwia się ona koncepcji neopogańskiej, która zmierza do popierania kultu ciała, do poświęcania mu wszystkiego, do bałwochwalczego stosunku do sprawności fizycznej i sukcesu sportowego” (nr 2289).

Za przykładem Chrystusa, który zniósł krzyż i rany, Kościół zaleca pewne umartwienia cielesne, jak na przykład post, jeżeli tylko nie

przynoszą one szkody zdrowiu. Przesadna pokuta zawsze była odrzucana przez Kościół, dlatego że ciało jest jednym z największych darów, jaki otrzymaliśmy od Boga.

Wreszcie można uczynić dla duszy taki sam wysiłek, jaki czyni się dla osiągnięcia dobrego wyglądu. Żle natomiast, kiedy ktoś przesadnie się umartwia.

Przy tym wszystkim, wiele wybitnych postaci Kościoła, jak Św. Franciszek z Asyżu, Św. Teresa od Jezusa, Św. Ignacy z Loyoli, Św. Tomasz Morus, Św. Franciszek Salezy, Św. Jan Maria Vianney (proboszcz z Ars), Św. Teresa od Dzieciątka Jezus, św. Faustyna Kowalska, św. Ojciec Pio, św. Maksymilian Kolbe, św. Edyta Stein, św. Józef Sebastian Pelczar, św. Matka Teresa z Kalkuty, bł. Franciszek i Hiacynta Marto (fatimskie dzieci) czy wybitny teolog

Hans Urs von Balthasar lub papież bł. Paweł VI, korzystali z włosiennicy i dyscypliny w celu znoszenia przykrości, bez szkody dla zdrowia. Kościół akceptował te praktyki i obecnie prowadzi je nadal wiele instytucji.

„Świętość życia codziennego”, jaką głosi Opus Dei, sprawia, że własne codzienne ofiary są najistotniejsze – uśmiech, kiedy jest się zmęczonym, towarzyszenie komuś w drodze, nieopóźnianie pracy, chociaż pojawia się niechęć...

W 2003 roku New Catholic Encyclopedia (2003) tak definiuje termin ‘umartwienie’: „Świadome pohamowanie naturalnych popędów mające na celu pomoc w osiągnięciu świętości przy zachowaniu posłuszeństwa rozumowi oświeconemu przez wiarę”.

Katechizm Kościoła katolickiego zaznacza: „Jedyną doskonałą ofiarą

jest ta, którą Chrystus złożył na krzyżu w całkowitym oddaniu się miłości Ojca i dla naszego zbawienia (por. Hbr 9, 13-14). Łącząc się z Jego ofiarą, możemy nasze życie uczynić ofiarą dla Boga” (nr 2100).

Św. papież Jan XXIII, który poświęcił pokucie encyklikę, mówił tak: „Każdy chrześcijanin może wzrastać w świętości, a chrześcijaństwo w sile, wyłącznie poprzez pokutę. Dlatego w naszej Konstytucji Apostolskiej, ogłaszającej zwołanie II Soboru Watykańskiego pośpieszamy wiernych do duchowego przygotowania się do tego wydarzenia przy pomocy modlitwy i innych praktyk chrześcijańskich i podkreślamy, żeby nie pomijali w tym celu praktyki dobrowolnego umartwienia” (Encyklika *Poenitentiam agere* „O potrzebie wewnętrznej i zewnętrznej pokuty”, 1 lipca 1962 r.)

.....

pdf | dokument generowany
automatycznie z [https://opusdei.org/pl-
pl/article/sens-umartwienia/](https://opusdei.org/pl-pl/article/sens-umartwienia/)
(03-04-2026)