
MATERIAŁY

„Studia Pastoralne” 2005, nr 1, s. 217–226

Ks. Jerzy Paliński

Katowice

ADORACJA EUCHARYSTII

Jan Paweł II w encyklice *Ecclesia de Eucharistia* dużo miejsca poświęcił adoracji Najświętszego Sakramentu¹. Według papieża jednym z pozytywnych efektów reformy liturgicznej Soboru Watykańskiego II jest fakt, że „w wielu miejscach adoracja Najświętszego Sakramentu znajduje swoją właściwą rolę w życiu codziennym i staje się źródłem niewyczerpanej świętości”. Lecz Ojciec Święty zauważa także cienie tej reformy, bowiem na pierwszym miejscu wymienia „prawie całkowity zanik praktyki adoracji eucharystycznej” (nr 10). Problem ten widzi się zarówno w Polsce, jak i w innych krajach, na przykład w Niemczech².

Warto zatem zastanowić się nad adoracją, chociaż wydaje się, że kryzys adoracji nie jest u nas aż tak silny. W refleksji tej chodzi przede wszystkim o ukazanie praktycznych uwag dotyczących ukształtowania adoracji Najświętszego Sakramentu, bez uwzględnienia teologicznych zasad.

¹ Por. Encyklika *Ecclesia de Eucharistia* (EdE), 17 IV 2003, nr 9, 10, 25, 61.

² Zob. R. Rak, *Eucharystia w życiu chrześcijańskim*, Katowice 1984, s. 177; J. Miazek, *Struktura nabożeństw eucharystycznych w praktyce parafialnej*, „Ruch Biblijny i Liturgiczny” 1986, nr 39, s. 317; W. Miziołek, *Duszpasterstwo eucharystyczne*, w: *II Kongres Eucharystyczny. Pomoce teologiczno-duszpasterskie dla parafii*, Poznań 1987, s. 253; J.H. Emminghaus, *Verehrung der Eucharistie außerhalb des Messe*, „Bibel und Liturgie” 1972, nr 45, s. 207 n.; M. Freitag, U. Terlinden, *Eucharistische Anbetung. Verständnishilfen – Gestaltungsmöglichkeiten*, Kevelaer 2003, s. 11.

ZACHĘTY KOŚCIOŁA DO ADORACJI EUCHARYSTII

Adoracja Eucharystii (w ścisłym znaczeniu) rozwijała się dopiero od XIII wieku, choć z szacunkiem i czcią Świętych Postaci spotykamy się od początku istnienia Kościoła. Przez całe wieki adorację traktowano pierwszoplanowo. Sobór Watykański II i dokumenty posoborowe przywróciły pełną i syntetyczną naukę o wszystkich aspektach Eucharystii. W nowym świetle ukazano związki pomiędzy Eucharystią jako ofiarą, uczną i sakramentem trwającym. Ale mimo to można zauważyć niedooceniającie adoracji. W związku z tym daje się dostrzec wiele zachęt Kościoła do ożywiania tegoż kultu.

Instrukcja *Eucharisticum mysterium* przypomina, że „Kościół poleca usilnie nabożeństwo tak prywatne, jak i publiczne do Sakramentu Ołtarza również poza Mszą św.” i zachęca: „Niech więc wierni starają się, by stosownie do własnego trybu życia oddawali cześć Chrystusowi Panu w Sakramencie. Pasterze zaś niech ich ku temu pociągają własnym przykładem i zachęcają słowami”³.

W instrukcji *Inaestimabile donum* czytamy: „Zaleca się gorąco nabożeństwa zarówno publiczne jak i prywatne do Najświętszego Sakramentu także poza Mszą św. Obecność Chrystusa, którego wierni adorują w Eucharystii, wywodzi się bowiem z Ofiary i zmierza do sakramentalnego i duchowego zjednoczenia”⁴.

Rytuał rzymski o Komunii św. i kulcie eucharystycznym poza Mszą św.⁵ zaleca: „Chociaż ofiara eucharystyczna jest źródłem i szczytem całego życia chrześcijańskiego, należy usilnie rozwijać również poza Mszą św. prywatne i publiczne nabożeństwa do Najświętszej Eucharystii” i podaje dalej uzasadnienie adoracji: „Przebywając przy Chrystusie Panu, cieszą się Jego głęboką i zażyłą przyjaźnią i otwierają przed Nim swe serca, przedstawiają Mu potrzeby własne oraz wszystkich sobie bliskich i modlą się o pokój i zbawienie świata” (nr 55, 56).

Szczególnie wiele uwagi poświęca temu tematowi Jan Paweł II. W liście *Dominicae coenae* (DCe) pisze: „Ożywienie i pogłębienie kultu eucharystycznego jest sprawdzianem prawdziwej odnowy – tej, którą Sobór postawił sobie za cel. [...] Kościół i świat odczuwają wielką potrzebę kultu eucharystycznego. Jezus oczekuje nas w tym sakramencie miłości. Nie żałujmy naszego czasu na spotkanie z Nim w adoracji” (nr 3).

W encyklice *Ecclesia de Eucharistia* papież nie tylko zachęca do adoracji, ale daje o niej osobiste świadectwo: „Jest więc zadaniem pasterzy Kościoła, aby również poprzez własne świadectwo zachęcali do kultu eucharystycznego, do trwania na

³ Kongregacja Obrzędów, Instrukcja *Eucharisticum mysterium* (EM), 25 V 1967, nr 50, 58.

⁴ Kongregacja Sakramentów i Kultu Bożego, Instrukcja *Inaestimabile donum*, 3 IV 1980, nr 20.

⁵ *De sacra communione et de cultu mysterii eucharystici extra Missam* (KKTE), Typis Polyglottis Vaticanis 1973 (Komunia święta i kult tajemnicy eucharystycznej poza Mszą świętą dostosowane do zwyczajów polskich, Katowice 1985).

adoracji przed Chrystusem obecnym pod Postaciami eucharystycznymi, szczególnie podczas wystawienia Najświętszego Sakramentu. Pięknie jest zatrzymać się z Nim i jak umiłowany Uczeń oprzeć głowę na Jego piersi, poczuć dotknięcie nieskończoną miłością Jego Serca. Jeśli chrześcijaństwo ma się wyróżniać w naszych czasach przede wszystkim «sztuką modlitwy», jak nie odczuwać odnowionej potrzeby dłuższego zatrzymania się przed Chrystusem obecnym w Najświętszym Sakramencie na duchowej rozmowie, na cichej adoracji w postawie pełnej miłości?» (nr 25).

II Polski Synod Plenarny zaleca wspólnotową adorację Najświętszego Sakramentu w każdej parafii raz w miesiącu w ustalonym dniu, na przykład w pierwszy czwartek, piątek lub niedzielę oraz godzinną adorację w ciągu tygodnia. Nakazuje także raz w roku dłuższe uroczyste wystawienie Najświętszego Sakramentu, aby miejscowa wspólnota mogła gorliwiej rozważać i adorować Chrystusa w tajemnicy Eucharystii⁶.

FORMY ADORACJI EUCHARYSTII

Według *Dyrektorium o pobożności ludowej i liturgii* adoracja „może przybierać różne formy: zwykłe nawiedzenie Najświętszego Sakramentu w tabernakulum [...]; adoracja, według przepisów liturgicznych, przed wystawionym Najświętszym Sakramentem w monstrancji albo w puszce na dłuższy lub krótszy czas; tak zwana adoracja wieczysta lub czterdziestogodzinne nabożeństwo”⁷.

Nawiedzenie Najświętszego Sakramentu

Rytuał *De sacra communione* nie omawia specjalnie prywatnej modlitwy przed Najświętszym Sakramentem, zachęca jednak duszpasterzy, aby kościoły były otwarte codziennie, „by wierni mogli łatwo pomodlić się przed Najświętszym Sakramentem” (KKTE 11).

Przed XIII wiekiem nie istniał zwyczaj modlitwy przed Najświętszym Sakramentem. Modlono się wokół ołtarza, który, jako symbol Chrystusa, otaczano kultem. Sytuacja zmieniła się dopiero w XIV wieku. Ołtarz zyskał nowe znaczenie. Okazywano mu cześć ze względu na znajdujące się tam tabernakulum z Najświętszym Sakramentem. Zwyczaj nawiedzania Chrystusa obecnego w hostii rozpowszechniony był szczególnie w zakonach. Do czci Najświętszego Sakramentu przyczynił się św. Franciszek, który nakazywał swoim braciom otaczać tabernakulum najwyższą czcią.

⁶ II Polski Synod Plenarny (1991–1999), Poznań 2001, *Liturgia Kościoła po Soborze Watykańskim II*, nr 100 n.

⁷ Komisja ds. Kultu i Dyscypliny Sakramentów, *Dyrektorium o pobożności ludowej i liturgii* (DPiL), 17 XII 2001, nr 165.

Katechizm Kościoła Katolickiego naucza: „Ponieważ w sakramencie Ołtarza obecny jest sam Chrystus, należy Go czcić kultem adoracji. Nawiedzenie Najświętszego Sakramentu [...] jest dowodem wdzięczności, poręką miłości i obowiązkiem należyj czci względem Chrystusa Pana” (nr 1418).

Adoracja

Adoracja to przebywanie przed Najświętszym Sakramentem wyrażające uwielbienie dla Chrystusa obecnego pod Postaciami eucharystycznymi⁸. Jest ona częścią cnoty pobożności. Podczas adoracji człowiek zwraca się w postawie uwielbienia do samego Boga, który objawia się człowiekowi poprzez dzieło Jezusa Chrystusa. W adoracji Najświętszego Sakramentu człowiek kieruje się także ku Chrystusowi, który nas odkupił i pozostał z nami w sposób trwały i substancjalny w Eucharystii⁹. Z adoracją związana jest chęć naśladowania Chrystusa, a zwłaszcza Jego postawy ofiarowania się Bogu i ludziom. Przede wszystkim adoracja winna rodzić pragnienie zjednoczenia z Chrystusem w Komunii i spotkania z Nim w Najświętszej Ofierze. Adoracja jest obowiązkiem zarówno całego Kościoła, jak i poszczególnych wiernych.

Czterdziestogodzinne nabożeństwo

Szczególnym rodzajem wystawienia Najświętszego Sakramentu jest tzw. czterdziestogodzinne nabożeństwo. Jest to adoracja trwająca nieprzerwanie przez czterdzieści godzin lub przez trzy dni z przerwami nocnymi. Nazwa nawiązuje do czasu, jaki upłynął od złożenia Chrystusa w grobie do Jego zmartwychwstania. Nabożeństwo to zapoczątkowało bractwo biczowników z Zadaru (dziś Chorwacja). Adorowali oni Najświętszy Sakrament w Bożym Grobie wzorując się na starochrześcijańskim czuwaniu i poście w czasie Triuduum Paschalnego. Praktykę tę rozpowszechnił Antoni Maria Zaccaria w XVI wieku w Mediolanie. Tam też wystawienie Najświętszego Sakramentu w poszczególnych parafiach miasta rozszerzono na inne dni, na wzór dzisiejszej wiecznej adoracji. Jezuita wprowadzali to nabożeństwo także poza Włochami. Odprawiano je przed Środą Popielcową jako wynagrodzenie za grzechy popełnione w czasie karnawału. W Polsce nabożeństwo to miało także charakter błagalny w intencji odwrócenia niebezpieczeństw i klęsk żywiołowych¹⁰.

⁸ W. Schenk, *Adoracja Najświętszego Sakramentu*, w: *Encyklopedia katolicka* (EK), t. 1, Lublin 1989, kol.101.

⁹ R. Rak, *Eucharystia w życiu...*, s. 178.

¹⁰ W. Schenk, *Czterdziestogodzinne nabożeństwo*, EK, t. 3, kol. 923.

W praktyce duszpasterskiej zezwala się obecnie na przesunięcie czterdziestogodzinnego nabożeństwa z dni przed Środą Popielcową na trzy dowolne dni dwóch pierwszych tygodni Wielkiego Postu, a także na przesunięcie godzin adoracyjnych na późniejsze godziny wieczorne i dostosowanie ich do możliwości wiernych¹¹.

Wieczysta adoracja

Adoracja wieczysta to nieprzerwanie trwająca cześć oddawana w diecezji przez jednostki lub wspólnoty, np. parafialne. Początków adoracji należy dopatrywać się w czterdziestogodzinnym nabożeństwie. Nabożeństwo to Karol Boromeusz wprowadził kolejno w poszczególnych kościołach Mediolanu, tak że z czasem stało się nieustającym. Praktyka ta dotarła do Rzymu dzięki Filipowi Nereuszowi, a papież Klemens VIII wprowadził ją w kościołach Rzymu. W ślady Rzymu poszło wiele diecezji, które wyznaczały poszczególnym parafiom dni wystawienia Najświętszego Sakramentu. W Polsce wieczysta adoracja pojawiła się w XVIII wieku. Oprócz tej formy adoracji istnieją jeszcze inne. Są wyznaczone parafie, w których Najświętszy Sakrament jest wystawiony stale¹².

Wieczna adoracja rozpoczyna się po Mszy św. porannej i trwa do godzin wieczornych. Po adoracji udziela się błogosławieństwa sakramentalnego i jeśli jest możliwe, to zostaje odprawiona Msza według formularza o Najświętszej Eucharystii. Łączność między adoracją a sprawowaniem Eucharystii powinna być zachowana dzięki temu, że hostię konsekruje się w czasie Mszy rozpoczynającej wystawienie.

Godzina święta

Jest to jedna z praktyk religijnych ku czci Serca Jezusa. Związana jest ona z objawieniami św. Małgorzaty Marii Alacoque, podczas których Chrystus prosił ją, by każdej nocy z czwartku na piątek godzinę przed północą rozważała Jego mękę w celu wyjednania miłosierdzia Bożego dla grzeszników. Ta początkowo prywatna praktyka została rozszerzona w Kościele i nazwano ją Godziną świętą. W 1829 roku powstało Arcybractwo Godziny Świętej, którego zadaniem było rozszerzanie tejże praktyki. Papież Pius XI w 1928 roku zatwierdził Godzinę świętą dla wszystkich wiernych, a Jan Paweł II w liście o tajemnicy Eucharystii *Dominicae cenae* (24 II 1980) wymienia ją pośród różnych form pobożności eucharystycznej (nr 3). Godzinę świętą można odprawić publicznie w obecności Najświętszego Sakramentu albo prywatnie. W jej trakcie prowadzi się rozważania, wykonuje śpiewy, akty wiary, uwielbienia i prześlągania.

¹¹ Zob. *Wiara, modlitwa i życie w Kościele katowickim. Uchwały I Synodu diecezji katowickiej*, Katowice – Rzym 1978, V 3.5.1; V 3.5.2.

¹² W. Schenk, *Adoracja wieczysta*, EK, t. 1, kol. 103.

W Polsce Godzinę świętą odprawia się m.in. w pierwsze czwartki miesiąca i w czasie adoracji w Wielki Czwartek w tzw. ciemnicy¹³.

ELEMENTY ADORACJI

W *De sacra communione* wymieniono różne elementy występujące podczas adoracji: modlitwy, śpiewy, czytania oraz święte milczenie. Te same elementy wymienia instrukcja Episkopatu Polski *O kulcie tajemnicy eucharystycznej poza Mszą świętą*¹⁴.

Podkreśla się, że wyżej wymienione elementy powinny być tak ułożone co do treści, by wierni koncentrowali swoją uwagę na Chrystusie Panu, a sama adoracja zachęcała ich do pełnego udziału w Misterium Paschalnym Chrystusa uobecnianym we Mszy św. Dzięki tym elementom adoracja podtrzymuje odpowiednie dyspozycje potrzebne do właściwego uczestnictwa w Najświętszej Ofierze i budzi pragnienie Komunii św. Treść modlitw, śpiewów i czytań winna wyrażać wdzięczność Bogu Ojcu za dar Chrystusa ofiarującego się za ludzi, pobudzać do radości ze spotkania z Chrystusem, z życia w przyjaźni z Nim oraz prowadzić do otwarcia przed Nim swego serca. Poprzez te elementy uczestnicy adoracji mogą zanosić prośby za siebie i bliskich o pokój i zbawienie świata oraz uczyć się postawy ofiarnej, świadczenia o Chrystusie i pełnienia dzieł miłości (por. KTE 5).

Modlitwy odmawiane w czasie adoracji winny budzić wiarę w Chrystusa, w Jego zbawczą działalność w czasie liturgii i obecność pod Postaciami eucharystycznymi. Wyrażają one także uwielbienie. Wielbi się w nich Boga za wielkie dzieło zbawienia dokonane w Jezusie Chrystusie. Uwielbia się w nich Chrystusa za dokonanie dzieła zbawienia przez Misterium Paschalne i uobecnianie go nieustannie we Mszy św. Modlitwy adoracyjne mają być także dziękczynieniem składanym Trójcy Przenajświętszej, Ojcu za plan zbawienia, Chrystusowi za jego realizację i obecność eucharystyczną, Duchowi Świętemu za uświęcanie i przemianę chleba i wina w ciało i krew Chrystusa. Modlitwy pomagają rozważać miłość Chrystusa, Jego ofiarowanie się i posłuszeństwo Ojcu. Wyrażają także pragnienie przebłagania i wynagrodzenia Chrystusowi. W treści modlitw winny znaleźć się także zachęty do postawy ofiarnej, współofiary z Chrystusem, naśladowania Jego posłuszeństwa, a także prośba o siłę do realizacji tych postaw i wyrażenie chęci ich zrealizowania.

Przygotowując modlitwy adoracyjne proponuje się tradycyjny schemat budowy modlitwy rzymskiej (kolekty)¹⁵. Modlitwa ta składa się z wezwania, anamnezy, prośby, doksologii i aklamacji¹⁶. W wezwaniu Imienia Bożego mogłyby znaleźć się okre-

¹³ C. Drażek, *Godzina święta*, w: EK, t. 5, kol. 1237 n.

¹⁴ Por. Instrukcja Episkopatu Polski *O kulcie tajemnicy eucharystycznej poza Mszą świętą* (KTE), nr 4, w: *Dokumenty duszpastersko-liturgiczne Episkopatu Polski*, Lublin 1994, s. 93; KKTE 71.

¹⁵ M. Freitag, U. Terlingen, *Eucharistische Anbetung. Verständnishilfen...*, s. 36 n.

¹⁶ Zob. B. Nadolski, *Liturgika*, t. 1: *Liturgia fundamentalna*, Poznań 1989, s. 101.

ślenia związane z posłaniem Chrystusa na świat, przyjęciem ofiary Chrystusa i Jego obecnością w Eucharystii. W anamnezie należałoby odnieść się do wydarzeń paschalnych i uobecniania ich dziś w Eucharystii. Epikleza mogłaby wyrażać prośby o umiejętność wielbienia Boga i Chrystusa za Eucharystię oraz o postawę współofiary, a także chęć zadośćuczynienia i kontynuowania zjednoczenia z Chrystusem w życiu codziennym. W doksológii mogłoby znaleźć się uwielbienie Boga przez Chrystusa w Duchu Świętym za konkretny element tajemnicy eucharystycznej.

Instrukcja Episkopatu Polski zwraca uwagę na to, aby w treściach modlitw dać pierwszeństwo uwielbieniu przed prośbą. Podkreśla się także, że nie jest możliwe wyrażenie wszystkich treści w jednej modlitwie, nawet podczas jednej adoracji, dlatego należy dokonać roztropnego wyboru treści (por. KTE 6).

Także śpiewy – ważny element adoracji – wyrażają odpowiednią treść. Wydaje się, że powinny one zawierać te same treści co modlitwy. Należy dobierać pieśni chwalcące Boga. Takimi pieśniami są np. psalmy, których nie używa się zbyt często w naszych adoracjach. Najbardziej pożądane są śpiewy ukazujące treści związane z Eucharystią, a także takie, które nawołują do współofiary, prześlągania i wynagrodzenia. KKTE proponuje hymny i pieśni eucharystyczne zatwierdzone do wykorzystania we Mszy św. (nr 73).

Czytanie Pisma Świętego w czasie adoracji wynika z ducha liturgii. Należy wybrać takie fragmenty, które wprowadzą wiernych w głębsze zrozumienie Eucharystii, ukazać jej poszczególne aspekty i ich związek z życiem chrześcijanina (KTE 8). Jeśli wykorzystuje się więcej fragmentów biblijnych, należy je tak dobrać, aby zachować jedność myśli i tematu. Warto jednak pamiętać, że adoracja nie jest nabożeństwem słowa Bożego. Przez nadmiar słów nie można wytworzyć klimatu modlitewnego, który konieczny jest w adoracji. Słowo Boże może taki klimat wytworzyć, jeśli jest odpowiednio czytane i rozważane w formie modlitewnej. Praktyka ukazuje, że należy korzystać z krótkich fragmentów biblijnych i rozważać je dogłębnie. Proponuje się, aby umieścić czytanie w pierwszej części adoracji, następnie je rozważyć i odpowiedzieć na nie modlitwami¹⁷. W polskiej praktyce stosuje się częściej rozważania, w które wplecione są zdania z Pisma Świętego¹⁸. Propozycje adoracji wydane np. w Niemczech podają konkretne czytania, na które odpowiada się śpiewem psalmu (responsoryjnego), a później rozważa się w formie modlitewnej¹⁹.

Elementem adoracji jest także święte milczenie. Zaleca się je po czytaniu Pisma Świętego, po wezwaniach modlitewnych, a nawet podczas odmawianych modlitw (KTE 11). Może to być milczenie medytacyjne, które pomaga rozważyć usłyszane

¹⁷ Por. J. Miazek, *Struktura nabożeństw...*, s. 323.

¹⁸ Zob. K. Masłyk, *Adoracja Najświętszego Sakramentu*, Kraków 2004; *Iść śladami Chrystusa*, Tarnów 2004.

¹⁹ Zob. M. Freitag, U. Terlinden, *Eucharistische Anbetung. Verständnishilfen....*

słowo czy przeżyć w wierze obecność Chrystusa w Eucharystii. Może być również milczenie adoracyjne, które jest aktem czci Boga, zachwytem człowieka wobec wielkości i miłości Boga. To także możliwość modlitewnej rozmowy z Bogiem w swoim sercu i szukanie odpowiedzi na Boże wezwania.

STRUKTURA ADORACJI

Rytuał *De sacra communione* wylicza jedynie elementy adoracji, nie wspomina jednak o ich układzie, struktura adoracji jest więc dowolna.

Poszczególne diecezje polskie posiadają swoje schematy adoracji, które są w zasadzie bardzo podobne. Np. agendy liturgiczne (parafialne) wydane w diecezjach opolskiej, katowickiej i ełckiej podają schematy czy też gotowe propozycje: adoracji ogólnej, czterdziestogodzinnego nabożeństwa, nieustannej (wiecznej) adoracji i Godziny świętej.

Agenda opolska podaje gotową propozycję Godziny świętej, polecając ten układ i teksty do wykorzystania w czasie czterdziestogodzinnego nabożeństwa i nieustannej adoracji. Po wystawieniu Najświętszego Sakramentu i odśpiewaniu pieśni odmawia się modlitwę wstępną, zachętę do adoracji. Następnie proponuje się czytania biblijne, które zaleca się wybrać z VII tomu Lekcjonarza mszalnego. Po chwili cichej medytacji i pieśni odmawia się w formie litanijnej akt wiary w obecność Chrystusa, po którym następuje chwila ciszy, a potem pieśń. Następnie czyta się kolejny fragment Pisma Świętego o przykazaniu miłości i odmawia modlitwę dziękczynienia za miłość Chrystusa. Następną modlitwą, także w formie litanijnej, jest prośbą o umacnianie Chlebem życia. Ostatnim elementem jest przedstawienie prośb. Proponuje się także odmówienie Litanii do Imienia Jezus²⁰.

Agenda katowicka zawiera ogólny wzór adoracji dla dorosłych i młodzieży. Podane są gotowe akty uwielbienia, dziękczynienia, przebłagania w formie litanijnej oraz wybór odpowiednich pieśni. Adoracja dla młodzieży posiada teksty refleksji wprowadzającej i refleksji o miłosierdziu Bożym oraz propozycje pieśni. Po nich proponuje się czytanie Ewangelii i modlitwę o miłość. Podane są jeszcze dodatkowe teksty do wykorzystania w czasie adoracji. W następnym punkcie agendy omawia się jedynie tygodniową godzinę adoracyjną, zaznaczając, że odbywa się ona zasadniczo w ciszy; zachęca się jednak, aby dla uczestników przygotować teksty ułatwiające modlitwę. Podany jest także wzór Godziny świętej. Znajdujemy tam teksty modlitwy wstępnej, wyznanie wiary w obecność Chrystusa w formie litanijnej, chwilę ciszy, krótkie czytanie i podziękowanie za miłość Chrystusa, rozważanie o Chlebie życia, a następnie prośby. Podane są również propozycje odpowiednich śpiewów. W na-

²⁰ Por. *Agenda liturgiczna diecezji opolskiej*, Opole 1981, s. 29–36.

stępnym punkcie omówiono dłuższe, uroczyste adoracje w parafii, czyli wieczną adorację i nabożeństwo czterdziestogodzinne. Proponuje się, aby adoracja poszczególnych grup w czasie wiecznej adoracji zawierała: powitanie Chrystusa, akty wiary nadziei i miłości, akty dziękczynne, uwielbienia, zadośćuczynienia i błagalne. Przy omawianiu czterdziestogodzinnego nabożeństwa nie podaje się schematu poszczególnych godzin adoracyjnych²¹.

Agenda diecezji ełckiej zawiera wzór adoracji na pierwszą niedzielę miesiąca. Znajduje się tam wprowadzenie, które jest zachętą do adoracji. Następnie po wystawieniu Najświętszego Sakramentu proponuje się czytanie fragmentu Pisma Świętego i chwilę ciszy. Po nich następuje modlitwa o wiarę w formie litanijnej i w podobnej formie modlitwa dziękczynienia, adorację zaś kończy modlitwa ofiarowania. We wzorze tym zawarte są także propozycje pieśni. Agenda posiada także wzór Godziny świętej. Po modlitwie wstępnej proponuje się czytanie, chwilę ciszy i śpiew. Następnie podana jest modlitwa wyrażająca wiarę w obecność Chrystusa, kolejne czytanie i modlitwa dziękczynienia. Po kolejnym, trzecim czytaniu następuje modlitwa o umocnienie Chlebem życia oraz prośby. Dodano uwagę, że można odmówić Litanii do Imienia Jezus. Wzór ten posiada oczywiście przykład śpiewów. W agendzie znajdujemy też propozycję kształtu nabożeństwa czterdziestogodzinnego. Są tam podane teksty aktów uwielbienia, dziękczynienia, przebłagania oraz wybór pieśni²².

Ciekawą propozycją formy adoracji wydaje się układ: słuchanie – odpowiedź – modlitwa²³. Słuchanie wymaga często bodźca z zewnątrz. Może nim być sam Najświętszy Sakrament, Chrystus obecny pod osłoną znaku. Szczególnie przemawia zwłaszcza słowo Boże, które Chrystus kieruje osobiście do każdego słuchającego. Impulsem do słuchania może być także rozważanie o działaniu Boga.

Słowo Boże i obecność Chrystusa domaga się odpowiedzi. Tą odpowiedzią jest przede wszystkim wiara w Chrystusa i Jego zbawczą i działającą obecność. Jest nią także przyjęcie słowa Bożego i otwarcie się na słowo rozważania. Odpowiedź dokonuje się także poprzez śpiew czy recytację. Przykładem może być śpiew psalmu, hymnu albo pieśni wyrażającej wiarę, gotowość przyjęcia wymagań słowa Bożego.

Kolejnym elementem adoracji jest modlitwa, która jest odpowiedzią człowieka na rzeczywistość Boga. Skoro Bóg przemawia, a człowiek potrafi odpowiedzieć Bogu, wówczas rodzi się chęć uwielbienia, dziękczynienia, przebłagania czy prośby.

Propozycje kształtu Godziny świętej już od wielu lat przynosi „Biblioteka Kaznodziejska”, w modlitewnikach diecezjalnych podane są wzory adoracji, wydawane są też liczne publikacje na ten temat. Istnieje więc możliwość ogromnego wyboru i potrzeba dobrego przygotowania.

²¹ Por. *Nabożeństwa diecezji katowickiej. Agenda liturgiczna*, Katowice 1987, s. 12–30.

²² *Nabożeństwa, modlitwy, błogostawieństwa. Agenda parafialna*, Ząbki 2002, s. 242–253.

²³ Zob. M. Freitag, U. Terlingen, *Eucharistische Anbetung. Verständnishaften...*, s. 35 n.

Rytuał *De sacra communione* nie podaje układu elementów adoracji. Ważniejsza jest zatem jej treść aniżeli układ formalny. Należy jednak troszczyć się, aby modlitwy, czytania i śpiewy umacniały wiarę, prowadziły do Chrystusa, budziły pragnienia uczestnictwa w Najświętszej Ofierze i Komunii św., uczyły pobożności eucharystycznej.

Nabożeństwa eucharystyczne odbywają się często po Mszy św. Jest to teologicznie poprawne, bowiem ukazuje, że źródłem adoracji jest Msza św. W praktyce powoduje to jednak skracanie adoracji, która staje się jakby dodatkiem, który trzeba wykonać, niestety, w krótkim czasie. Na spotkanie z Chrystusem, na kontemplację pełną wiary musi się znaleźć czas!

Należy zachęcać wiernych do udziału w adoracji, którą trzeba dobrze przygotowywać i starannie przeprowadzać. Istnieje potrzeba właściwie ukształtowanej pobożności eucharystycznej i ukazywania korzyści płynących z adoracji²⁴.

„Eucharystia jest nieocenionym skarbem: nie tylko jej sprawowanie, lecz także jej adoracja poza Mszą św. pozwala zaczerpnąć z samego źródła łaski. Wspólnota, która chce kontemplować oblicze Chrystusa [...], nie może zaniedbać pogłębienia tego aspektu kultu eucharystycznego, w którym znajdują przedłużenie i mnożą się owoce komunii z Ciałem i Krwią Pana” (EdE 25).

²⁴ Zob. *Eucharisticum mysterium*, nr 50; zob. także R. Rak, *Eucharystia w życiu...*, s. 190.