

## WIGILIJNE MENU, ZWYCZAJE, SYMBOLE I PRZESĄDY



### **Moi Drodzy!**

Święta Bożego Narodzenia zbliżają się do nas dużymi krokami.

Już pora na zrobienie listy z potrawami, które będą na naszym tegorocznym wigilijnym stole, a także przygotować listę zakupów. Przed nami gotowanie barszczu, smażenie ryb, lepienie uszek i pierogów, mielenie maku, pieczenie pierników, pierniczków i ciast...

**Zgodnie z polską tradycją na wigilijnym stole powinny się znaleźć wszystkie płody ziemi.** Potrawy powinny być przyrządzane głównie z ziaren zbóż, maku, miodu, grzybów i ryb.

**Zgodnie z tradycją na stole powinno znaleźć się dwanaście potraw.** Każdą z potraw powinno się skosztować, aby zapewnić sobie szczęście przez cały rok.

**Znakiem do rozpoczęcia uroczystej i świątecznej kolacji jest pojawienie się pierwszej gwiazdki na niebie.**

### **Wigilijne menu**

- **Zupy:** czerwony barszcz z uszkami, zupa grzybowa, zupa pieczarkowa, zupa rybna, zupa migdałowa, zupa owocowa.
- **Potrawy z ryb:** karp smażony panierowany, karp w galarecie, ryba po grecku, śledzie z cebulką w oleju, śledzie w śmietanie.
- **Potrawy z grzybami:** paszteciki z grzybami, kulebiak z grzybami, pierogi z kapustą i grzybami, krokiety z kapustą i grzybami.

- **Potrawy z kapustą:** duszona kiszona kapusta z dodatkiem grzybów, kapusta z grochem, pierogi z kapustą, łazanki z kapustą, kulebiak z kapustą, gołąbki.
- **Potrawy z makiem:** kluski z makiem, łazanki z makiem i bakaliami, pierogi z makiem na słodko, makówki, kutia, tradycyjny makowiec, strucla makowa.
- **Potrawy na słodko:** kompot z suszu, kompot wigilijny, pierniczki, miodowe pierniczki, kruche ciastka, keks z bakaliami.

Dodatkowo na wigilijnym stole powinny się znaleźć pieczone lub gotowane ziemniaki oraz chałka z miodem.

**Większość potraw wigilijnych przygotowuje się 1-2 dni przed wieczerzą, a także w samą Wigilię i to od samego rana.**

Przygotowanie wieczerzy wigilijnej jest dużym wyzwaniem dla każdej pani domu. Dlatego każda pomocna para rąk, nawet tych małych jest w tym przedświątecznym czasie nieoceniona.

### **Wigilijne zwyczaje i symbole**

**Wigilijną wieczerzę rozpoczynamy wraz z pojawieniem się pierwszej gwiazdki. Dzielimy się opłatkiem, jemy dwanaście potraw, a pod udekorowaną choinką układamy prezenty. Do portfela wrzucamy łuski karpia....** Dzień 24 grudnia, jak żaden inny, pełen jest zwyczajów, symboli i przesądów. Wigilia to bowiem jedna z najbardziej wyjątkowych i magicznych chwil w roku.

### **1. Puste miejsce przy stole**

Tradycja nakazuje, aby przy wigilijnym stole zostawić **wolne miejsce** i przygotować dodatkowe nakrycie. Dawniej miejsce to przeznaczone było dla bliskich, którzy odeszli. Wierzono bowiem, że w wigilijny wieczór zjawiają się dusze zmarłych, przybierając postać wędrowców.

**Dziś puste miejsce przeznaczone jest dla niespodziewanego gościa.**

## 2. Choinka – zielony symbol świąt

Pierwotnie choinka była związana z pogańską tradycją ludową odwołującą się do kultu wiecznie zielonego drzewa. Swoje początki ma w Alzacji, gdzie dekorowano ją jabłkami i papierowymi ozdobami.

Do Polski bożonarodzeniowe drzewka przywędrowały na przełomie XVIII i XIX wieku. **Od wieków zielone gałęzie są symbolem życia i nadziei.**

Ozdoby choinkowe również mają swoją symbolikę, osadzoną w tradycji ludowej:

- gwiazda wieńcząca czubek choinki to symbol Gwiazdy Betlejemskiej,
- świece symbol światła Chrystusa,
- łańcuchy symbol węża i niewoli grzechu,
- jabłka symbolizowały biblijny owoc, którym kuszeni byli Adam i Ewa,
- anioły miały opiekować się domem,
- dzwonki zwiastowały dobrą nowinę.

## 3. Jemioła – na szczęście!

Wierzono, że jemioła powieszona nad drzwiami gwarantuje pokój, miłość i szczęście domowi. Tradycja nakazuje, aby **gałązkę jemioły powiesić także nad wigilijnym stołem**, najpóźniej przed pojawieniem się pierwszej gwiazdki.



Wigilijną jemiołę należy przechowywać cały rok, aż do następnych świąt, by działała jej magiczna moc.

**Zwyczaj całowania się pod jemiołą** przywędrował do nas z Anglii. Owoce jemioły traktowano jako symbol płodności. Po każdym pocałunku mężczyzna zrywał jeden owoc. Wierzono, że ten, który zerwie ostatni otrzyma dar płodności.

#### 4. Sianko pod obrusem

Zwyczaj wkładania siana pod obrus wywodzi się z tradycji pogańskich i ówczesnego święta agrarnego (święta urodzajów). W ten symboliczny sposób proszono bogów o pomyślne plony w nadchodzącym roku.



Obecnie **sianko symbolizuje stajenkę, w której urodził się Jezus.**

#### 5. Pierwsza gwiazdka na niebie

Zgodnie z tradycją wieczerza wigilijna rozpoczyna się wraz z pojawieniem się na niebie pierwszej gwiazdy, **symbolizującej Gwiazdę Betlejemską**, która wskazywała drogę Trzem Królom do stajenki. Jest to zwyczaj głęboko zakorzeniony w polskiej kulturze.

#### 6. Dzielenie się opłatkiem

Opłatek jest **symbolem pojednania** i jedności chrześcijańskiej. Łamanie się opłatkiem wywodzi się ze starochrześcijańskich obrządków składania chleba ofiarnego na ołtarzach.



Dziś łamiąc się opłatkiem **wszyscy obecni składają sobie życzenia i wybaczą krzywdy i urazy**. Według obyczaju, kto przełamał się opłatkiem podczas wigilijnej wieczerzy, przez następny rok nie zazna niedostatku i będzie mieć wystarczająco dużo chleba, by móc dzielić go z innymi.

#### Wigilijne przesady

Wigilijne przesady swoje korzenie mają w pogańskich wierzeniach i obyczajach. Wiele z nich przetrwało do dnia dzisiejszego:

- **łuski z wigilijnego karpia** noszone w portfelu zapewniają pomyślność finansową w przyszłym roku,

- **przywłaszczenie sobie jakiegoś drobiazgu** na Dzień Wigilii gwarantuje szczęście w nowym roku. „Wigilijny łup” trzeba zwrócić,
- jednocześnie nie można pożyczać niczego własnego, bo wróży to straty przez cały rok,
- przed Wigilią należy także **uregulować wszystkie długi**, aby portfel w nadchodzącym roku nie świecił pustkami,
- aby nasze pupile były zdrowe i silne w nowym roku, należy dać im kawałek opłatka,
- nasi przodkowie wierzyli, że w wigilijną noc (dokładnie o północy) **zwierzęta mówią ludzkim głosem.**
- kiedy w Dniu Wigilii **nasz dom jako pierwszy odwiedzi mężczyzna**, wróży to szczęście dla wszystkich domowników,
- podczas wigilijnej wieczerzy należy **skosztować każdej potrawy**, aby w przyszłym roku zapewnić sobie zdrowie i dostatek,
- wierzono, że osoba, która kichnie w Wigilię będzie zdrowa cały przyszły rok.... bo przecież **„jaka Wigilia, taki cały rok!”**



**Z najlepszymi życzeniami świątecznymi.**

Justyna Jaskulska