

hartujcie
ducha



WYDAWNICTWA
BENEDYKTYNÓW
TYNIEC

Tomasz M. Dąbek OSB

hartujcie ducha

ROZWAŻANIA NA KAŻDY DZIEŃ WIELKIEGO POSTU
ZAMIAST REKOLEKCJI



TYNIEC
WYDAWNICTWO BENEDYKTYNÓW

Opracowanie graficzne: Jan Nieć

Redakcja: Małgorzata Pieszko

Korekta: Jakub Kwiatkowski

Superiorum permissu: Opactwo Benedyktynów
L.dz. 9/2012, Tyniec, dnia 20.02.2012 r.
† Bernard Sawicki OSB, opat tyniecki

Wydanie I: Kraków 2012

ISBN 978-83-7354-417-8

© Copyright by TYNIEC Wydawnictwo Benedyktynów
ul. Benedyktyńska 37
30-398 Kraków
tel. +48 (12) 688-52-95
tel./fax: +48 (12) 688-52-91
e-mail: zamowienia@tyniec.com.pl
www.tyniec.com.pl

Druk i oprawa:
TYNIEC Wydawnictwo Benedyktynów
druk@tyniec.com.pl

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie	9
Środa Popielcowa – Dyskrecja	10
Czwartek po Popielcu – Wytrwałość	12
Piątek po Popielcu – Post	14
Sobota po Popielcu – Zostawić wszystko i iść za Jezusem	16
I Niedziela Wielkiego Postu	18
Rok A – Żyć Słowem Bożym	18
Rok B – Zwyciężyć pokusę	20
Rok C – Kłaniać się samemu Bogu	22
Poniedziałek – Zaniedbania	24
Wtorek – Powściągliwość	26
Środa – Chrystus największym mędrcom	28
Czwartek – Ufność	30
Piątek – Zgoda	32
Sobota – Naśladować Ojca z Nieba	34
II Niedziela Wielkiego Postu	36
Rok A – Radość z oglądania chwały Jezusa	36
Rok B – Słuchać Syna	38
Rok C – Do chwały przez cierpienie	40
Poniedziałek – Miłosierdzie	42
Wtorek – Pokora	44
Środa – Służba innym	46
Czwartek – Wiara w naukę Pisma Świętego	48
Piątek – Przyjmować Bożych wysłańców	50
Sobota – Szanować Miłosiernego Ojca	52

III Niedziela Wielkiego Postu	54
Rok A – Pragnienie Bożej Łaski.....	54
Rok B – Ostateczne zwycięstwo Chrystusa.....	56
Rok C – Gotowość na Boży Sąd	58
Poniedziałek – Umieć uczyć się od bliskich i znanych osób.....	60
Wtorek – Sprawiedliwość i miłosierdzie	62
Środa – Wypełniać Boże wymagania	64
Czwartek – Być z Jezusem	66
Piątek – Największe przykazanie	68
Sobota – Uznanie własnej małości	70
IV Niedziela Wielkiego Postu	72
Rok A – Wzrok serca.....	72
Rok B – Uznanie swej słabości	74
Rok C – Wyznanie grzechu.....	76
Poniedziałek – Wiara.....	78
Wtorek – Posłuszeństwo.....	80
Środa – Zmartwychwstanie.....	82
Czwartek – Właściwe czytanie Pisma Świętego.....	84
Piątek – Jezus synem Boga	86
Sobota– Od podziwu do wiary	88
V Niedziela Wielkiego Postu	90
Rok A – Jezus daje życie.....	90
Rok B – Iść za Jezusem	92
Rok C – Porzucić Grzech	94
Poniedziałek – Świadek Ojca o Synu	96
Wtorek – Posłuszeństwo woli Ojca.....	98
Środa – Niewola grzechu	100
Czwartek – Radość Abrahama.....	102
Piątek – Wierzyć świadectwom	104
Sobota – Jezus gromadzi w jedno rozproszone dzieci Boże.....	106

VI Niedziela Wielkiego Postu	
– Niedziela Palmowa Męki Pańskiej	108
Rok A – Łagodny król	108
Rok B – Usłużyć Panu	110
Rok C – Błogosławiony	112
Wielki Poniedziałek – Służyć ubogim i Chrystusowi.....	114
Wielki Wtorek – Zapowiedź zaparcia się Piotra	116
Wielka Środa – Zapowiedź zdrady Judasza	118
Wielki Czwartek – Miłość do końca.....	120
Wielki Piątek – Wykonało się!	122
Wielka Sobota – Trwać przy Bożym Grobie	124

Wprowadzenie

Jak co dnia brać swój krzyż i iść za Jezusem (por. Łk 9,23).

W Wielkim Poście przygotowujemy się do obchodów największych tajemnic naszego zbawienia: Męki, Śmierci, Zmartwychwstania Chrystusa, Jego Wniebowstąpienia i Zesłania Ducha Świętego. Jest to okres skupienia, refleksji nad sobą, podejmowania świadomych wyrzeczeń, a wszystko po to, by zwrócić uwagę na to, co w życiu najważniejsze. Ten czas może pomóc dostrzec, a następnie wyeliminować niewłaściwe przyzwyczajenia, które utrudniają nam patrzenie w prawdzie na samych siebie, na otaczający nas świat i Bożą, nadprzyrodzoną rzeczywistość.

W pracy nad sobą pomoże nam rozważanie Pisma Świętego, którego wspaniałe fragmenty przynosi liturgia Wielkiego Postu. Proponujemy zastanowienie się każdego dnia nad wybranym zdaniem z Ewangelii, jakąś myślą, którą spróbujemy także odnieść do współczesnego życia. Następnie zwrócimy się do Ducha Świętego z prośbą, by pomógł nam coraz lepiej rozumieć i wprowadzać w życie rozważaną naukę.

Środa Popielcowa

Dyskrecja

Strzeżcie się, żebyście uczynków pobożnych nie wykonywali przed ludźmi po to, aby was widzieli; inaczej bowiem nie będziecie mieli nagrody u Ojca waszego, który jest w niebie (Mt 6,1 z 6,1–6.16–18).

Pierwsze zdanie z dzisiejszej Ewangelii wzywa nas, by dobre czyny wykonywać dyskretnie. Te Chrystusowe słowa Kościół przypomina w pierwszym dniu Wielkiego Postu, w którym zobowiązuje swoich dorosłych członków do zachowania postu ilościowego – jednorazowego nasycenia się w ciągu dnia, z dopuszczeniem dwóch lekkich posiłków oraz postu jakościowego – wstrzemięźliwości od pokarmów mięsnych. To zewnętrzny znak jedności, solidarności z Chrystusem, który przez swoje wyrzeczenie zbawił świat, a przed rozpoczęciem publicznej działalności odbył czterdziestodniowy post, jak czterdzieści dni pościł Mojżesz na Górze Synaj przed otrzymaniem Bożego Prawa (Wj 24,18) i jak czterdzieści lat trwała wędrówka Ludu Wybranego po pustyni do Ziemi Obiecanej. Popielec i trzy następane dni oraz sześć tygodni po sześć postnych dni powszednich (w niedziele nie pościmy) daje czterdzieści dni do Wielkanocy – Paschy Nowego Przymierza, przejścia ze śmierci do życia dzięki Chrystusowej ofierze.

Kościół wzywa nas do udziału w Chrystusowym wyrzeczeniu. Nie są to już surowe zewnętrzne praktyki, które wspominają nasi rodzice i dziadkowie, kiedy jedzono bardzo skromnie, ale wezwanie do pewnych ograniczeń. Najlepiej by to, co się zaoszczędzi dzięki skromniejszym posiłkom, powstrzymaniu się od

papierosów, alkoholu, innych używek, przekazać potrzebującym – można to zrobić samemu albo za pośrednictwem grup charytatywnych lub godnych zaufania instytucji. Warto też powstrzymać się od niektórych rozrywek, które zwykle zajmują nam sporo czasu – oglądanie telewizji, przeglądanie internetu. Ten czas lepiej poświęcić na kontakty z najbliższymi, odwiedzenie chorej, samotnej osoby.

Nie trzeba przy tym szukać uznania ale dobrze wykorzystując czas i powstrzymując się od tego, co nie jest rzeczywiście potrzebne, dochodzić do coraz bardziej rozumnego korzystania z tego, co mamy do dyspozycji. Będzie to źródłem prawdziwej, głębokiej radości i godną odpowiedzią na wezwanie Chrystusa i Kościoła, by czuwać, panować nad rzeczami materialnymi i własnym dążeniem do przyjemności i w ten sposób uczestniczyć w porządkowaniu, zgodnie z wolą Bożą, świata, którego równowaga została naruszona przez ludzkie grzechy.

Duchu Święty, pomóż nam wielkodusznie i dyskretnie podejmować wyzwania Wielkiego Postu, które pomogą nam uporządkować nasze życie i zmobilizują nas do tego, byśmy nieśli pomoc potrzebującym.

Czwartek po Popielcu

Wytrwałość

Jeśli kto chce iść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech co dnia bierze krzyż swój i niech Mnie naśladuje (Łk 9,23 z 9,22–25).

Pan Jezus zwraca się do swoich uczniów z wezwaniem, zaproszeniem w formie warunkowej: „Jeśli kto chce iść za Mną”. Nie zmusza nikogo do kroczenia drogą, którą wskazuje i którą sam pierwszy przeszedł, ale uświadamia, że nie wystarczy fascynacja Jego niezwykłymi słowami, potwierdzonymi cudownymi znakami, uzdrowieniami, rozmnożeniem chleba, panowaniem nad żywiołami. Jego królestwo nie jest z tego świata i naśladowcy Chrystusa nie powinni liczyć już teraz, na tym świecie, na wygodne życie, wysokie stanowiska, bogactwo, sławę, panowanie nad innymi.

Tak wyobrażali sobie mesjańskie królestwo bezpośredni słuchacze Jezusa, Jego uczniowie, dosłownie rozumiejąc prorockie zapowiedzi, głoszące obfitość wszelkich dóbr, wspaniałe urodzaje, długie życie i panowanie Izraela nad innymi narodami. W rzeczywistości Boże bogactwo to dobra duchowe, do których dochodzi się przez naśladowanie Chrystusowego ubóstwa, miłości do każdego człowieka i posłuszeństwa Ojcu aż do śmierci.

Dlatego jeżeli ktoś chce iść za Nim, rzeczywiście Go naśladować, powinien być gotów każdego dnia brać swój krzyż. Dla ówczesnych Izraelitów krzyż to przede wszystkim narzędzie okrutnej męki, stosowany przez Rzymian sposób wymierzania kary śmierci największym zbrodniarzom, zbiegłym niewolnikom i przeciwnikom władzy rzymskiej. Tych ostatnich Izraelici mogli

uważać za bohaterów, wielu z nich poniosło taką karę, zwłaszcza po zburzeniu Jerozolimy w r. 70 po narodzeniu Chrystusa, ale na pewno nikt nie chciałby umrzeć w ten sposób. Spokojna śmierć w otoczeniu licznej rodziny była wyczekiwany koniec szczęśliwego życia i znakiem Bożego błogosławieństwa.

Tymczasem Chrystus odwraca naturalny dla Jego słuchaczy porządek i wzywa do podjęcia swego krzyża. To wezwanie łatwiej jest zrozumieć nam, już po Jego Zmartwychwstaniu, kiedy krzyż rozumiemy metaforycznie – jako życiowe trudności. Naśladowca Chrystusa powinien być gotów wziąć krzyż nie tylko raz, by zakończyć swe życie w sposób bardzo bolesny, lecz codziennie – aż do końca ziemskiego życia. Taka wytrwałość prowadzi do coraz głębszej więzi z Chrystusem i coraz skuteczniejszego współdziałania w Jego wielkim dziele zbawienia całego świata.

Duchu Święty, umocnij nas w podejmowaniu każdego dnia naszego krzyża, codziennych trudności a szczególnie przykrych zadań, byśmy wytrwali w wierności Chrystusowi oraz przynosili dobre owoce naszej wiary i coraz lepszego rozumienia Jego nauki.

Piątek po Popielcu

Post

Przyjdzie czas, kiedy zabiorą im oblubieńca, a wtedy będą pościć (Mt 9,15 z 9,14-15).

Ostatnie zdanie z dzisiejszego krótkiego fragmentu Ewangelii według św. Mateusza stanowi część porównania uczniów do gości weselnych uczestniczących w radości oblubieńca. W czasie uroczystości, kiedy są razem, wspólnie się radują. Nie ma wtedy czasu na post, ale przyjdzie taki moment, kiedy trzeba będzie podjąć praktyki pokutne. Dla uczniów był to przede wszystkim czas Męki i Śmierci ich Mistrza. Po Jego pojmaniu rozproszyli się, przerażeni tym, co miało potem nastąpić. Po Zmartwychwstaniu zaś podjęli trud apostołskiego działania. Dla nas to ten okres, kiedy przygotowujemy się do obchodu Męki, Śmierci i Zmartwychwstania Chrystusa, a także każdy piątek, kiedy katolik powinien zachowywać wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych i nie powinien uczestniczyć w uroczystych zabawach.

Zewnętrzne praktyki są znakiem postawy nawrócenia. Współczesna cywilizacja konsumpcyjna zachęca do korzystania z wszelkich przyjemności, oferuje różnego rodzaju produkty i rozrywki, a przez środki masowego przekazu oraz inne formy reklamy usiłuje wmówić, że nie można być szczęśliwym, jeśli się z nich nie korzysta.

Tymczasem prawdziwe szczęście to pokój sumienia, umiejętność właściwego zachowania się w różnych okolicznościach, także podejmowania wyrzeczeń, gdy jest to potrzebne. Nam

szczególnie przypomina o tym Wielki Post i pierwszy jego piątek, sześć tygodni przed Wielkim Piątkiem Męki Pańskiej.

Oblubieńca zabrali uczniom przeciwnicy Jezusa, doprowadzili do Jego śmierci krzyżowej ale On zmartwychwstał. Ukazywał się im przez czterdzieści dni, potem już nie widzieli Go w uwielbionym ciele, ale posłał Ducha Świętego, żeby był z nami do końca świata, przypominał Jego naukę, umacniał i prowadził do pełni prawdy i życia.

Syn jest z nami jako Chleb Eucharystyczny, Jego Ciało pod postacią chleba uobecnia się w czasie każdej Mszy Świętej. Wierzimy w Jego obecność, jednak nie widzimy Go w cielesnej postaci, dlatego możemy powiedzieć, że równocześnie jest i nie ma Go. Zatem możemy czuć się jak przyjaciele Oblubieńca, którym Go zabrano.

Można i trzeba podejmować post i różne formy wyrzeczeń w rozmaitych intencjach – na znak jedności z Chrystusowym wyrzeczeniem, na przebłaganie za grzechy, wynagrodzenie, z prośbą o nawrócenie grzeszników. Do postu wzywa w czasie prywatnych objawień Matka Chrystusa, do postu wzywał też bł. Jan Paweł II po zamachach w Nowym Jorku 11 września 2001 r.

Bądźmy gotowi wielkodusznie podejmować różne formy wyrzeczeń, powstrzymywać się od tego, co nie jest konieczne, by coraz bardziej panować nad samym sobą i coraz skuteczniej współdziałać we wskazywaniu naszym siostram i braciom jedynej drogi, która prowadzi do prawdziwego życia i szczęścia.

Duchu Święty, pomóż nam wielkodusznie podejmować wielkopostne wyrzeczenia, wzmacniać się w naszym wnętrzu i pomagać innym odkrywać prawdziwy sens życia.