

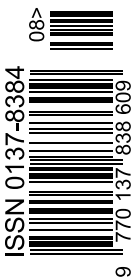
*Duch wyprowadził
Jezusa na pustynię,
aby był kuszony przez diabła
Mt 4, 1*

POCZUĆ GŁÓD

by odkryć swoje pragnienia



NR IND. 371521
KOD CN: 4902 90 00



**POKONAĆ SIEBIE,
A NIE DRUGIEGO**
*Leon XIV
o wartości sportu*

**PIĄTY
ROK WOJNY**
*Co dalej
z Ukrainą?*

**DEPRESJA
NIE PATRZY NA WIEK**
*Polskie dzieci
w niechlubnej czołówce*

Twoja droga do głębszej wiary

Z kodem
NUMER8
dodatkowe
10%
rabatu*

Błogosławieństwo ciszy

Katrin Brockmoller

Autorka prowadzi czytelnika przez Pismo Święte i pokazuje, że od początku w Biblii panuje cisza. Jest znakiem obecności Boga. Ta książka to świetny przewodnik dla wszystkich zagubionych i poszukujących ukojenia. Znakomity przyczynek do duchowych rekolekcji.

Cena: 45,90 zł 39,00 zł



Wątpić i wierzyć, gdy pytania nie milkną

Veronika Hoffmann

Autorka analizuje, czym tak naprawdę jest wątpliwość, i zadaje wiele ważnych dla chrześcijanina pytań. Nie udziela jednak pochopnych odpowiedzi i nas również przed tym przestrzega. Pokazuje, że wątpliwości wcale nie są przeciwieństwem wiary: mogą ją wręcz umacniać i pogłębiać, być impulsem do stawiania ważnych pytań – a to znak, że nasza wiara jest żywa.

Cena: 69,90 zł 59,40 zł

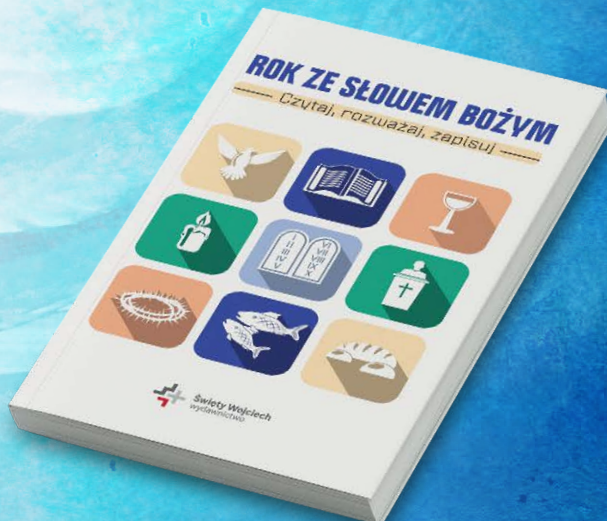


Rok ze Słowem Bożym

ks. Dawid Wojdowski

Ta książka powstała jako przestrzeń do kontemplacji i dialogu. Z jednej strony prowadzi nas przez rozważania fragmentów Starego i Nowego Testamentu. Z drugiej – zostawia miejsce na zatrzymanie się, zapisanie własnych myśli i podjęcie konkretnych kroków, które pozwolą nam być bliżej Boga, bliżej ludzi, a także lepiej poznać i zrozumieć siebie samego. Każdy z dwunastu rozdziałów nawiązuje do tematów obecnych w czytaniach danego miesiąca. W ten sposób rytm modlitwy Kościoła staje się także rytmem Twojej osobistej drogi.

Cena: 69,90 zł 59,40 zł



*Oferta ważna do 28 lutego 2026 r.



Święty Wojciech
wydawnictwo

www.swietywojciech.pl | tel. 61 659 37 55 | sklep@swietywojciech.pl

Spis treści

6 Wiadomości

Liturgia i Słowo

- 8 Prawdziwe synostwo
MICHAŁ PALUCH OP

- 10 Czas pustyni
BP DAMIAN MUSKUS OFM

Wielki Post

- 12 Poczuć głód
AGATA RUJNER

temat numeru

- 14 Pokonać siebie, a nie drugiego
KS. ANDRZEJ DRAGUŁA

- 16 Sport i polityka
SZYMON BOJDO

- 18 Maraton jak życie – rozmowa
z ks. prof. Pawłem Prüferem
MAŁGORZATA BILSKA

drogami Kościoła

- 22 Obdarz nas pokojem
KS. ARTUR STOPKA

- 24 Wielki Post Leona XIV
MICHAŁ KŁOSOWSKI

- 26 Fulton Sheen –
arcybiskup celebryta
ELŻBIETA WIATER

- 28 Raport krzywd – rozmowa
z Tomaszem Krzyżakiem
MAŁGORZATA BILSKA

bliżej świata

- 31 Piąty rok wojny i co dalej?
MARIA PRZEŁOMIEC

- 36 Japonia zostaje sama
JACEK BORKOWICZ

zielone strony

- 40 Dla siebie i środowiska
KAROLINA STERNAL

blisko siebie

- 42 Depresja dzieci i młodzieży
WERONIKA FRĄCKIEWICZ

- 46 Kultura diet
ANGELIKA SZELĄGOWSKA-MIRONIUK

kultura i czas wolny

- 50 Pojedynek: siła kuszenia
JACEK BORKOWICZ

- 52 Wartość sentymentalna – film
uniwersalny
NATALIA BUDZYŃSKA

- 54 Recenzje

bez owijania

- 62 Andrzej Kamiński
o katolickiej nauce społecznej
w Akcji Katolickiej
MAŁGORZATA BILSKA

Kościół lokalny

- 56 archidiecezja gnieźnieńska
58 diecezja bydgoska
60 metropolia poznańska

felietony

- 49 Wyjaśnienie i naprawa:
teraz Polska
TOMASZ KRÓLAK

- 38 Jacy naprawdę jesteśmy?
MICHAŁ SZUŁDRZYŃSKI

- 39 Nie ma języka śląskiego
PIOTR ZAREMBA

- 54 Backflip
NATALIA BUDZYŃSKA



14

TEMAT NUMERU

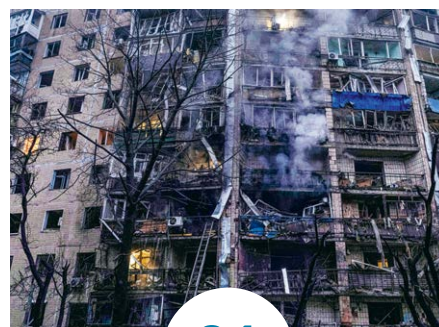
Z okazji zimowych igrzysk olimpijskich Leon XIV napisał list o sporcie. Uprawianie go daje szansę na rozwój w sferze duchowej. Niestety sport nie jest wolny od zagrożeń



24

DROGAMI KOŚCIOŁA

Wymiarem papieskiego Wielkiego Postu jest wezwanie do tworzenia kultury słuchania. Post nie ogranicza się jedynie do rezygnacji z pokarmów, ale sięga aż do relacji społecznych i języka



31

BLIŻEJ ŚWIATA

24 lutego wejdziemy w piąty rok rozpetanej przez Rosję pełnoskalowej wojny z Ukrainą. Walki trwają już dłużej niż tzw. wojna ojczyzniana pomiędzy ZSRR a hitlerowskimi Niemcami

Szukaj nas na:



Posłuchajmy, co nam mówi głód

KS. WOJCIECH NOWICKI
redaktor naczelny



Czym właściwie jest głód? Stawiam to pytanie w kontekście zachęty, jaką kieruje do nas Agata Rujner, nasza duchowa przewodniczka w Wielkim Poście, z którą próbujemy odkrywać tożsamość ucznia-misjonarza: „Potrzebujemy zacząć od pustyni, poczuć głód i przyjść z nim do Jezusa”.

Słownik podpowie nam trzy możliwe kierunki rozumienia słowa „głód”. Po pierwsze, to stan organizmu związany z niedoborem lub brakiem pożywienia. A zatem spojrzenie bardziej personalne. Po drugie, brak żywności spowodowany nieurodzajem, powodzią, wojną itp. A zatem spojrzenie bardziej społeczne, ujmujący szerszą grupę osób. Po trzecie, pragnienie czegoś lub dotkliwy brak czegoś. Tu mamy odwołanie do naszych pragnień, zarówno indywidualnych, jak i społecznych.

Głód, najogólniej rzecz biorąc, jest brakiem czegoś, co jest dobre i potrzebne nam do życia. Wydaje się, że współcześnie, zwłaszcza w państwach rozwiniętych, ludzie bardziej niż fizyczny głód odczuwają głód relacji. Zwracał na to uwagę

papież Franciszek, mówiąc o samotności osób starszych, o wykluczeniu różnych grup społecznych. Ale zwracał też uwagę na nasz język, który – zamiast budować – często niszczy więzi.

Żyjemy dziś w społeczeństwach zatamizowanych. Raczej się mijamy, rzadko do siebie odzywamy, często nie znamy naszych sąsiadów. Żyjemy też szybko, pod presją czasu i zadań, które mamy do zrobienia. Na nic nie mamy czasu, a najmniej mamy go dla siebie. Tak przynajmniej odczuwamy.

Życie daje nam często gorzką naukę – zaczynamy doceniać to, co mamy, dopiero wtedy, gdy to tracimy. Odczuwamy wtedy prawdziwy głód, tęsknotę do czegoś lub kogoś. Wydaje się, że wymagający post chrześcijański chce nam zaoszczędzić tej gorzkiej lekcji. Poprzez być może gorycz wymagających postanowień poczujemy słodycz wynikającą z wdzięczności za to, co mamy, nawet jeśli to wydaje się niewiele. Post to także okazja, by spojrzeć na siebie oczami Boga – że nasza wartość nie wynika z naszych zasług ani tego, co posiadamy, ale ponieważ jesteśmy. Trudno bowiem kochać innych, nie kochając siebie

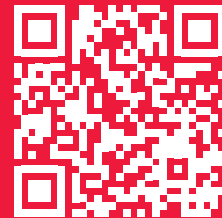
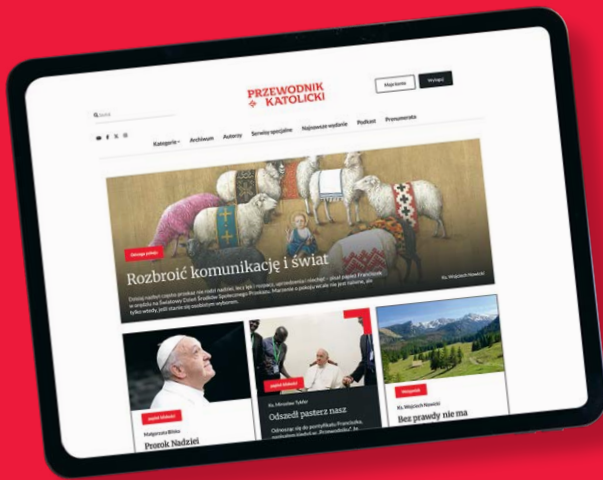
Dlatego ważne jest, by przyglądać się swoim pragnieniom. Bez lęku, nawet jeśli wydadzą nam się niestosowne lub złe. Nie chodzi bowiem o wstydlive ukrywanie przed sobą własnych pragnień, ale o ich nazwanie i właściwe ukierunkowanie. Papież Leon XIV w orędziu na Wielki Post pisze: „Wstrzemięźliwość od pokarmu jest bardzo starożytną i niezastąpioną praktyką ascetyczną na drodze nawrócenia. Właśnie dlatego, że angażuje ciało, uwidacznia to, co odczuwamy jako ‘głód’ i co uważamy za niezbędne dla naszego utrzymania. Służy zatem rozeznaniu i uporządkowaniu ‘żądź’, podtrzymywaniu czujnego głodu i pragnienia sprawiedliwości, wyrrywając je z rezygnacji, ucząc, by stało się modlitwą i odpowiedzialnością względem bliźniego”.

Jeśli ktoś nie ma jeszcze postanowienia na ten czas, Leon XIV ma dla niego konkretną propozycję. Ponieważ papieskie orędzie skoncentrowane jest wokół umiejętności słuchania – a więc papież wraca do ważnego motywu z pontyfikatu papieża Franciszka – które jest ważnym elementem budowania więzi społecznych, Leon XIV proponuje „niedocenianą formę wstrzemięźliwości”, jaką jest powstrzymywanie się „od słów uderzających i raniących naszych bliźnich”. „Zacznijmy rozbierać nasz język, rezygnując z ostrych słów, pochopnych osądów, mówienia źle o nieobecnych, którzy nie mogą się bronić, oraz unikając oszczerstw. Starajmy się natomiast nauczyć ważyć słowa i pielęgnować uprzejmość: w rodzinie, wśród przyjaciół, w miejscach pracy, w mediach społecznościowych, w debatach politycznych, w środkach przekazu, we wspólnotach chrześcijańskich. Wtedy wiele słów nienawiści ustąpi miejsca słowom nadziei i pokoju” – przekonuje Leon XIV.

Post to także okazja, by spojrzeć na siebie oczami Boga – że nasza wartość nie wynika z naszych zasług ani tego, co posiadamy, ale ponieważ jesteśmy. Trudno bowiem kochać innych, nie kochając siebie

PRZEWODNIK ✦ KATOLICKI ●

odkryj naszą nową stronę



www.przewodnik-katolicki.pl

- subskrybuj
- czytaj więcej



Diecezja sosnowiecka

Raport komisji

Raport Komisji „Wyjaśnienie i naprawa” Spraw Wrażliwych w Diecezji Sosnowieckiej zaprezentowano 12 lutego w Akademii WSB w Dąbrowie Górniczej. Komisja została powołana 26 października 2024 r. przez biskupa sosnowieckiego Artura Ważnego. Jej członkowie przedstawili wnioski i rekomendacje dotyczące przypadków krzywdzenia małoletnich przez duchownych. Autorzy raportu wskazują na bagatelizowanie zgłoszeń, niewłaściwe prowadzenie spraw, niedoskonałości w formacji kapłańskiej oraz potrzebę usprawnienia nadzoru i administracji. Poinformowano o wyniku badań – 29 osób, w tym 23 księży inkardynowanych do diecezji sosnowieckiej, zostało zidentyfikowanych

Warszawa

Rocznica powstania Armii Krajowej

W Warszawie 14 lutego obchodzono 84. rocznicę powstania Armii Krajowej. Podczas mszy św. sprawowanej w Bazylice św. Krzyża w intencji poległych, zmarłych i żyjących żołnierzy AK ks. płk Karol Skopiński, proboszcz katedry polowej, podkreślił, że Narodowy Dzień Pamięci nie jest jedynie wspomnieniem przeszłości, lecz stanowi także rachunek sumienia

Bielsko-Biała

Pogrzeb mistrza olimpijskiego

W Katedrze św. Mikołaja w Bielsku-Białej odbyły się uroczystości pogrzebowe śp. Mariana Kasprzyka – wybitnego polskiego pięściarza, mistrza olimpijskiego, a zarazem człowieka głębokiej wiary i poruszającego świadectwa życia. Mszy św. pogrzebowej przewodniczył bp Marian Florczyk, delegat KEP ds. sportu. Przy ołtarzu modlił się z nim m.in bp Piotr Greger, który wygłosił homilię i poprowadził modlitwę na cmentarzu w bielskiej Kamienicy. – Jest w nas ogromne pragnienie, aby mistrz sportu Marian Kasprzyk znalazł się w miłujących objęciach Tego,

jako osoby oskarżone lub podejrzane o wykorzystanie seksualne osób małoletnich. W 19 przypadkach dotyczących duchownych zarzuty się potwierdziły, a 6 księży zostało ukaranych. Liczba osób pokrzywdzonych to co najmniej 50, ale najprawdopodobniej jest ona zaniżona. W raporcie znalazły się wnioski i rekomendacje dotyczące przeciwdziałania nadużyciom. Przewodniczący komisji Tomasz Krzyżak oraz jej członek, psycholog i psychoterapeuta ks. Jacek Prusak SJ podkreślił, że wiele wcześniejszych zgłoszeń było bagatelizowanych, a sprawcy przenieszeni na inne parafie zamiast karani.

Autorzy raportu zalecili wprowadzenie skutecznego nadzoru, lepszej organizacji administracji, stałego kontaktu z osobami skrzywdzonymi oraz ciągłej edukacji i formacji duchownych.

teraźniejszości. Kapelan Wojska Polskiego powitał żołnierzy AK i ich rodziny, a także członków i sympatyków Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej (ŚŻŻAK) oraz weteranów walk o niepodległość RP. Wśród gości znaleźli się m.in. reprezentujący Prezydenta RP Jan Józef Kasprzyk, a także szef Urzędu do Spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych Lech Parell, prezes Zarządu Głównego ŚŻŻAK Janusz Komorowski oraz dyrektor Instytutu Strat Wojennych dr Bartosz Gondka. Obecny był również gen. bryg. Damian Matysiak.

który jest Mistrzem nad mistrzami – zaznaczył biskup pomocniczy diecezji bielsko-żywieckiej. W uroczystościach pogrzebowych w katedrze uczestniczyli licznie zgromadzeni wierni, rodzina, przyjaciele, przedstawiciele świata sportu oraz duchowieństwo. W imieniu Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Mariusz Kotecki odczytał list kondolenacyjny. Podkreślono w nim, że Marian Kasprzyk był jednym z najwybitniejszych polskich pięściarzy, „prawdziwym artystą ringu”, zachwycającym doskonałą techniką, determinacją i hartem ducha. Prezydent zwrócił uwagę, że swoją postawą wielokrotnie udowodniał, iż prawdziwa siła nie rodzi się wyłącznie z przygotowania fizycznego, ale z wiary, samozaparcia i wewnętrznej dyscypliny.

Kościół

Rekolekcje egzorcystów

Na Jasnej Górze od 9 do 12 lutego odbył się doroczny zjazd formacyjno-modlitewny egzorcystów i prezbiterów towarzyszących posłudze uwalniania. W czternastym spotkaniu uczestniczyło około siedemdziesięciu prezbiterów. – Zjazd jest nie tylko czasem formacji intelektualnej, wymiany doświadczeń, ale też czasem modlitwy i duchowego wzmocnienia – podkreślił ks. Janusz Czenczek, koordynator krajowy egzorcystów z ramienia KEP.

Z wizytą w Afryce

Rwandę i Burundi odwiedza w lutym biskup kielecki Jan Piotrowski – przewodniczący KEP ds. Misji oraz przewodniczący Krajowej Rady Misyjnej. Wizyta pasterska rozpoczęła się 12 lutego i potrwa prawie do końca miesiąca, czyli do 26 lutego. W trakcie dwutygodniowego pobytu bp Piotrowski spotka się z misjonarzami w Kigali i Nyarushishi i wraz z nimi będzie modlił się w sanktuarium maryjnym w Kibeho, po czym uda się do Burundi. W Bujumbura spotka się z Polonią, a następnie uda się do Gitega. W kolejnych dniach odwiedzi placówki misyjne w Musongati, Buta, Gatara i Kayanza. Wizytę biskupa w Afryce zakończą odwiedziny szpitala w Bujumbura, prowadzonego przez siostry zakonne z Polski.

Nowy sezon Fundacji

Rozpoczynając nowy okres działania Fundacji, przystąpmy do tego zadania, patrząc wokół czystym okiem i z sercem. Od sposobu patrzenia zaczyna się wszystko – zachęcił kard. Grzegorz Ryś w homilii podczas mszy św. inaugurującej spotkanie Rady Administracyjnej Watykańskiej Fundacji Jana Pawła II. Mszę koncelebrowali m.in. kard. Stanisław Dziwisz oraz ks. Paweł Ptasznik, przewodniczący Rady. Zgodnie ze statutem metropolita krakowski, sprawuje władzę zwierzchnią nad fundacją.

USA

Rasistowskie memy prezydenta

Dwóch katolickich hierarchów w Stanach Zjednoczonych wezwało Donalda Trumpa do publicznych przeprosin po opublikowaniu w mediach społecznościowych rasistowskiego mema. Grafika, udostępniona na platformie Truth Social, przedstawiała byłego prezydenta Baracka Obamę oraz byłą pierwszą damę Michelle Obamę w sposób uznany za obraźliwy i rasistowski. Oświadczenia w tej sprawie opublikowali arcybiskup Chicago kard. Blase Cupich oraz arcybiskup Detroit Edward Weisenburger. Hierarchowie skrytykowali także wypowiedzi rzecznika Białego Domu, który określił reakcje mediów jako „fałszywe oburzenie”. Kard. Cupich podkreślił,

Kanada

Przeciw eutanazji

Kanadyjscy biskupi jednoznacznie poparli projekt ustawy, który ma zablokować rozszerzenie eutanazji na osoby, których jedyną diagnozą jest choroba psychiczna. W przyjętym oświadczeniu wskazują na zagrożenia moralne i społeczne oraz apelują o ochronę najbardziej bezbronnych. Stała Rada Konferencji Katolickich Biskupów Kanady odniosła się do projektu ustawy, wniesionego kilka miesięcy temu do parlamentu. Przewiduje on uchylenie planowanego na 2027 rok rozszerzenia kryteriów eutanazji i wspomagane

Holandia

Ubywa dzieci, przybywa dorosłych

W 2024 r. liczba dorosłych wstępujących do Kościoła katolickiego w Holandii wzrosła o prawie 40 proc. Według danych opublikowanych przez Katolicki Instytut Statystyki Kościelnej, znany pod holenderskim skrótem Kaski, liczba dorosłych wstępujących do Kościoła wzrosła z 455 w 2023 r. do 630 w 2024 r., czyli w ostatnim roku, dla którego dostępne są dane statystyczne. Obejmują one zarówno osoby dorosłe, które przyjęły chrzest, jak i osoby dorosłe ochrzczone w innych wspólnotach

że szok i oburzenie są autentyczne, a jedynie jednoznaczne przeprosiny wobec narodu i osób dotkniętych treścią mogą zostać uznane za właściwą reakcję. Abp Weisenburger wezwał z kolei prezydenta do publicznego przejęcia pełnej odpowiedzialności. Animacja była fragmentem dłuższego materiału dotyczącego rzekomego fałszerstwa wyborów prezydenckich w 2020 r., które Trump przegrał z Joe Bidenem. Po krytyce materiał został usunięty. Trump oświadczył, że nie widział kontrowersyjnej sceny i odmówił przeprosin, twierdząc, że nie popełnił błędu. Kard. Cupich powiedział: „Jeśli prezydent celowo zatwierdził przekaz zawierający złośliwe rasistowskie obrazy, powinien to przyznać”. Jeśli nie był świadomy treści, powinien przynajmniej wyjaśnić, dlaczego pozwolił swoim pracownikom nazwać publiczne oburzenie „fałszywym oburzeniem”.

samobójstwa o diagnozę choroby psychicznej. Biskupi przypominają, że konsekwentnie sprzeciwiają się eutanazji, promując „ludzkie i współczujące alternatywy”, takie jak powszechnie dostępna opieka paliatywna oraz lepsze wsparcie osób zmagających się z chorobami psychicznymi. Zdaniem biskupów nowa ustawa byłaby „konstruktywnym krokiem”, chroniącym osoby chore psychicznie. W oświadczeniu przywołano także rekomendację Komitetu ONZ ds. Praw Osób z Niepełnosprawnościami, który wezwał Kanadę do trwałego wykluczenia eutanazji w przypadku, gdy jedyną chorobą jest zaburzenie psychiczne.

chrześcijańskich, które zostały przyjęte do Kościoła katolickiego. Wskazuje to, że Holandia jest jednym z coraz większej liczby krajów europejskich, w których obserwuje się znaczny wzrost liczby nowych dorosłych katolików. Tendencja ta jest najbardziej widoczna we Francji, ale zaobserwowano ją również w Belgii i Wielkiej Brytanii. Wzrost w Holandii w ujęciu rocznym był jednym z niewielu pozytywnych zjawisk w badaniu statystycznym Kaski dotyczącym holenderskiego Kościoła w 2024 r. W raporcie podkreślono gwałtowny spadek liczby chrztów niemowląt w kraju, z 42 411 w 2000 r. do 6110 w 2024 r. „Łączna liczba chrztów dzieci spadła o około 7 proc. w latach 2023–2024” – stwierdzono.

**PRZEWODNIK
KATOLICKI**

REDAKTOR NACZELNY
ks. Wojciech Nowicki

ZESPÓŁ

Aleksander Barszczewski (redaktor strony internetowej), Dorota Bauta, Szymon Bojdo, Jacek Borkowicz, Natalia Budzyńska, ks. Jarosław Czyżewski (5 minut z Bogiem), Weronika Frąckiewicz, Piotr Józwiak (zastępca redaktora naczelnego, dział Społeczeństwo), Zosia Komorowska, Agnieszka Pioch-Sławomirska (dział Rodzina i wychowanie), Hanna Sowa, Paweł Stachowiak, Zuzanna Szczerbińska-Rowińska (kierownik artystyczny)

STALI WSPÓŁPRACOWNICY

Bogna Białecka, Małgorzata Biłska, Tomasz Budnikowski, Anna Druś, Dominik Dubiel SJ, Mateusz Filipowski OCD, Dawid Gospodarek, Krzysztof Jankowiak, Jan Kałużny (ilustracje), Michał Kłosowski, Tomasz Królak, ks. Maciej K. Kubiak (Neapol), bp Damian Muskus OFM, o. Michał Paluch OP, Dominik Robakowski, Agnieszka Sozańska (ilustracje), Karolina Sternal, ks. Artur Stopka, Angelika Szelągowska-Mironiuk, Marta Szostak, Michał Szuldrzyński, Elżbieta Wiater, Piotr Wójcik, Piotr Zaremba

REKLAMA

Paulina Królska
tel. 667 001 607

królska@swietywojciech.pl

KONTAKT W SPRAWIE PRENUMERATY

tel. 61 659 37 56

prenumerata@swietywojciech.pl

KOSZT PRENUMERATY:

kwartalnej – 214,50 zł

półrocznej – 416 zł

rocznej – 780 zł

Prenumeratę rozpoczynamy po wpłacie na konto

Święty Wojciech Dom Medialny Sp. z o.o.

61-245 Poznań, ul. Chartowo 5

PKO BP I/O Poznań 34 1020 4027 0000 1102

0046 1780

DRUK

EURODRUK POZNAŃ Sp. z o.o.

Redakcja nie odpowiada za treść reklam.



**Święty Wojciech
Dom Medialny**

WYDAWCA:

Święty Wojciech Dom Medialny sp. z o.o.

ADRES REDAKCJI:

ul. Chartowo 5, 61-245 Poznań
sekretariat.pk@swietywojciech.pl
przewodnik@swietywojciech.pl

www.przewodnik-katolicki.pl

I niedziela Wielkiego Postu

22 lutego 2026

Prawdziwe synostwo

Kuszenie Jezusa, które regularnie przypomina nam pierwsza niedziela Wielkiego Postu, jest zaproszeniem do oczyszczenia naszych wyobrażeń na temat postawy synowskiej w relacji do Boga. Całość tej wielkiej sceny jest zbudowana na zasadzie kontrastu między wyobrażeniami szatana (i naszymi?) na temat bycia synem Boga („Jeśli jesteś Synem Bożym...”) a Jezusowym rozumieniem – i realizacją – Bożego synostwa.

Czy nie wyobrażamy sobie bowiem, że bycie synem Bożym powinno być związane z przywilejem materialnego powodzenia, a przynajmniej możliwością bezpiecznego zaspokojenia wszelkich materialnych potrzeb? Jezusowa reakcja – „nie samym chlebem żyje człowiek” – przywraca proporcje, odwracając porządek. Tylko jeśli uznamy pełnię naszego życia w Bogu, a nie w materialnym rozkwicie, zyskujemy właściwą perspektywę, by myśleć o całości stworzonego świata, z jego materialną stroną włącznie.

Czy nie wyobrażamy sobie, że Boże synostwo powinno znajdować swoje nieustanne potwierdzenie poprzez różnego rodzaju spektakularne znaki i cuda? Może wręcz domagamy się tego? Jezusowe „Nie będziesz wystawiał na próbę

Pana, Boga swego” i w tym wypadku pomaga odnaleźć właściwy kierunek w myśleniu. Czy w tle propozycji Kusiciela nie tli się bowiem przekonanie, że Bóg jest kimś, kto powinien słuchać człowieka? A przecież ma być dokładnie odwrotnie.

Czy nie wyobrażamy też sobie wreszcie, że synostwo Boże to głównie przewaga nad innymi i możliwość dominacji? Zdecydowana reakcja Jezusa – „Idź precz, szatanie!” – a jeszcze bardziej historia Jego życia – przywraca nas rzeczywistości, a może raczej prowadzi do jej odkrycia: synostwo Boże, które daje nowe życie, to droga służby, a nie panowania.

Dostrzeżmy też, że na dnie wszystkich przedstawionych pokus znajduje się okrutna – choć subtelnie ukryta – zniewaga. Bóg z perspektywy Kusiciela jest właściwie tyle wart, ile warte jest to, co może nam dać. Podobnie jest z dziećmi, które interesują się swoimi rodzicami tylko o tyle, o ile mogą dostać od nich pieniądze i spadek. Jak gdyby sama relacja z rodzicami nie była wartością i najważniejszą nagrodą...

Niech Wielki Post będzie szansą, by szukać w sobie postawy bycia synem Bożym, w którą wprowadza Jezus.

MICHAŁ PALUCH OP

CHWILA REFLEKSJI
Jakie jest Boże dzieciństwo,
którego szukam?



Czytanie z Księgi Rodzaju Rdz 2, 7-9; 3, 1-7

Pan Bóg ulepił człowieka z prochu ziemi i tchnął w jego nozdrza tchnienie życia, wskutek czego stał się człowiek istotą żywą. A zasadziwszy ogród w Edenie na wschodzie, Pan Bóg umieścił tam człowieka, którego ulepił. Na rozkaz Pana Boga wyrosły z gleby wszelkie drzewa miłe z wyglądu i smaczny owoc rodzące oraz drzewo życia w środku tego ogrodu i drzewo poznania dobra i zła.

A wąż był bardziej przebiegły niż wszystkie zwierzęta lądowe, które Pan Bóg stworzył. On to rzekł do niewiasty: «Czy rzeczywiście Bóg powiedział: Nie jedzcie owoców ze wszystkich drzew tego ogrodu?». Niewiasta odpowiedziała wężowi: «Owoce z drzew tego ogrodu jeść możemy, tylko o owocach z drzewa, które jest w środku ogrodu, Bóg powiedział: Nie wolno wam jeść z niego, a nawet go dotykać, abyście nie umarli». Wtedy rzekł wąż do niewiasty: «Na pewno nie umrzecie! Ale wie Bóg, że gdy spożyjecie owoc z tego drzewa, otworzą się wam oczy i tak jak Bóg będziecie znali dobro i zło». Wtedy niewiasta spostrzegła, że drzewo to ma owoce dobre do jedzenia, że jest ono rozkoszą dla oczu i że owoce

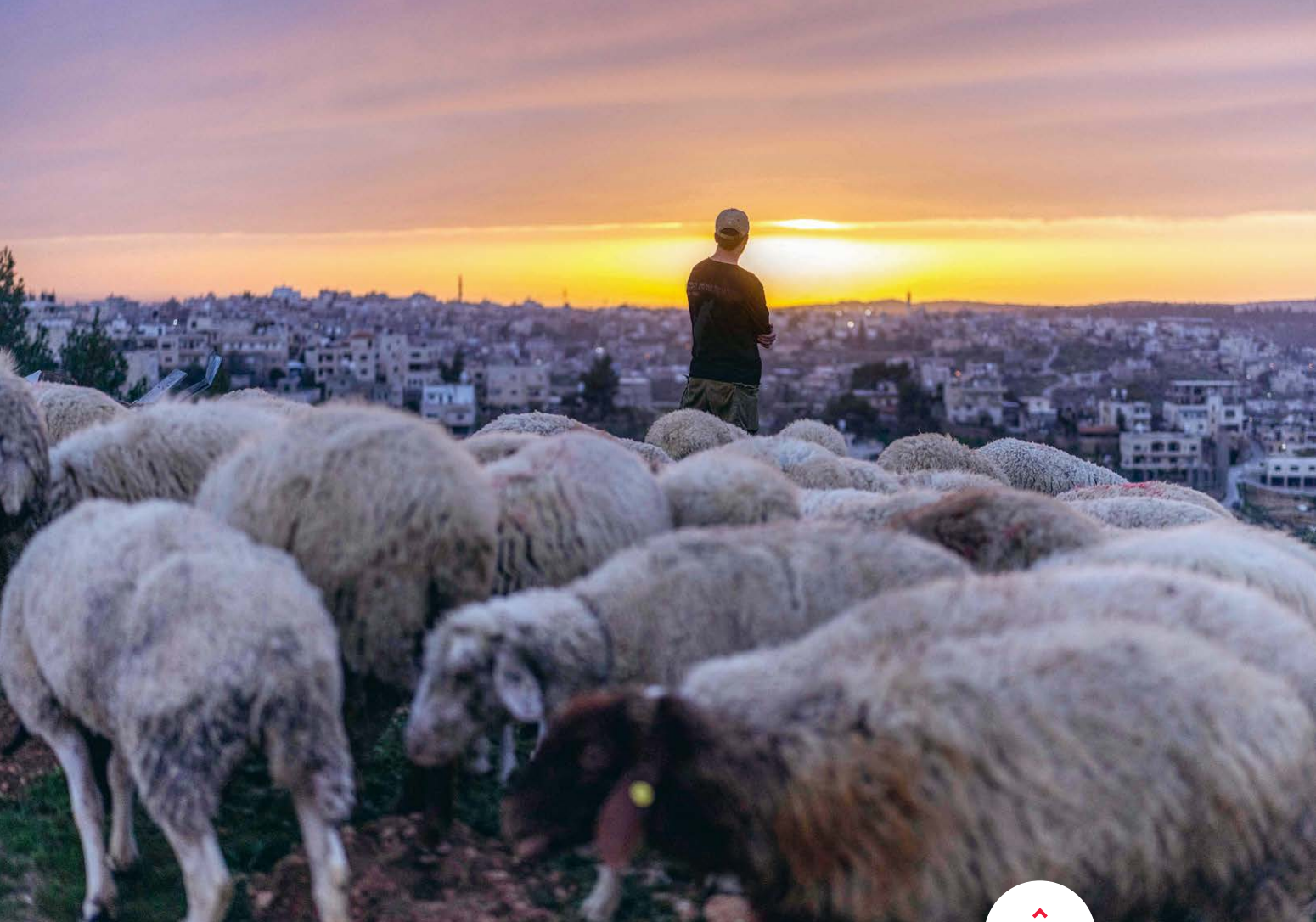
tego drzewa nadają się do zdobycia wiedzy. Zerwała zatem z niego owoc, skosztowała i dała swemu mężowi, który był z nią, a on zjadł. A wtedy otworzyły się im obojgu oczy i poznali, że są nady; spleli więc gałązki figowe i zrobili sobie przepaski

Czytanie z Listu św. Pawła Apostoła do Rzymian Rz 5, 12.17-19

Bracia: Przez jednego człowieka grzech wszedł do świata, a przez grzech śmierć, i w ten sposób śmierć przeszła na wszystkich ludzi, ponieważ wszyscy zgrzeszyli.

Jeżeli bowiem przez przestępstwo jednego śmierć zakrótowała z powodu jego jednego, to o ileż bardziej ci, którzy otrzymują obfitość łaski i daru sprawiedliwości, królować będą w życiu z powodu Jednego – Jezusa Chrystusa.

A zatem, jak przestępstwo jednego spowodowało na wszystkich ludzi wyrok potępiający, tak czyn sprawiedliwy Jednego sprowadza na wszystkich ludzi usprawiedliwienie dające życie. Albowiem jak przez nieposłuszeństwo jednego człowieka wszyscy stali się grzesznikami, tak przez posłuszeństwo Jednego wszyscy staną się sprawiedliwymi.



Słowa Ewangelii według św. Mateusza

Mt 4, 1-11

Duch wyprowadził Jezusa na pustynię, aby był kuszony przez diabła. A gdy pościł już czterdzieści dni i czterdzieści nocy, poczuł w końcu głód. Wtedy przystąpił kusiciel i rzekł do Niego: «Jeśli jesteś Synem Bożym, powiedz, żeby te kamienie stały się chlebem». Lecz On mu odparł: «Napisane jest: „Nie samym chlebem żyje człowiek, ale każdym słowem, które pochodzi z ust Bożych”». Wtedy wziął Go diabeł do Miasta Świętego, postawił

na szczycie narożnika świątyni i rzekł Mu: «Jeśli jesteś Synem Bożym, rzuć się w dół, napisane jest bowiem: „Aniołom swoim da rozkaz co do ciebie, a na rękach nosić cię będą, byś przypadkiem nie uraził swej nogi o kamień”». Odrzekł mu Jezus: «Ale napisane jest także: „Nie będziesz wystawiał na próbę Pana, Boga swego”». Jeszcze raz wziął Go diabeł na bardzo wysoką górę, pokazał Mu wszystkie królestwa świata oraz ich przepych i rzekł do Niego: «Dam Ci to

Pasterz modlący się o zmierzchu, okolice Battir, Zachodni Brzeg, 12 lutego 2026 r.

FOT. ILIA YEFIMOVICH/AFP/EAST NEWS/EAST NEWS

wszystko, jeśli upadniesz i oddasz mi pokłon». Na to odrzekł mu Jezus: «Idź precz, szatanie! Jest bowiem napisane: „Panu, Bogu swemu, będziesz oddawał pokłon i Jemu samemu służyć będziesz”». Wtedy opuścił Go diabeł, a oto przystąpili aniołowie i usługiwali Mu.

KALENDARZ LITURGICZNY

PONIEDZIAŁEK 23 lutego Kpł 19, 1-2.11-18 | Mt 25, 31-46

WTOREK 24 lutego Iz 55, 10-11 | Mt 6, 7-15

ŚRODA 25 lutego Jon 3, 1-10 | Łk 11, 29-32

CZWARTEK 26 lutego Est 4, 17k.l-m.r-u | Mt 7, 7-12

PIĄTEK 27 lutego Ez 18, 21-28 | Mt 5, 20-26

SOBOTA 28 lutego Pwt 26, 16-19 | Mt 5, 43-48



Codzienny komentarz do Ewangelii znajdziesz w modlitewniku *5 minut z Bogiem* dołączanym do „Przewodnika Katolickiego” w ostatnią niedzielę miesiąca



Czas Pustyni

BP DAMIAN MUSKUS OFM
Kraków

Pustynia to miejsce, które nie kojarzy się dobrze. To miejsce pozbawione życia, niebezpieczne, łatwo tu pobiłdź i umrzeć z pragnienia. Ale pustynia to także miejsce, gdzie można odpocząć od zgiełku świata, a nawet doświadczyć Bożej obecności. Jest to więc miejsce, gdzie działają siły destrukcji i regeneracji, ciemności i światła. Tu rozgrywa się walka duchowa. Na taką pustynię Duch wyprowadził Jezusa. Jeszcze przed chwilą Pan był w tłumie ludzi, nad orzeźwiającymi wodami Jordanu. Teraz zмага się z samotnością, pustką, udręką pragnienia i głodu – i podszeptami Złego, który za wszelką cenę chce poddać Go próbie i złamać.

Co sprawiło, że Jezus zwyciężył w tej walce? Odpowiedź nasuwa się automatycznie: zwyciężył, bo jest Synem Boga. To prawda, jednak nie możemy zapominać, że Jego walka dotyczyła tego, co w Nim ludzkie – ludzkich potrzeb i pragnień, słabości ciała znużonego długotrwałym postem, odczuwanej boleśnie samotności. Odpowiedź na pytanie, dlaczego zwyciężył, kryje się już w pierwszym zdaniu: „Duch wyprowadził Jezusa na pustynię”. Jezus dał się prowadzić Bogu, był z Nim zjednoczony i na podszepty złego ducha patrzył w świetle Bożego słowa. Wsłuchany w nie, ufał bezgranicznie Bożemu prowadzeniu. Można powiedzieć, że jedność z Ojcem i Duchem Świętym to najważniejsza relacja Jego ziemskiego życia, której podporządkował wszystko. Przez pryzmat tej najważniejszej relacji patrzył na świat i na ludzi. Ona była źródłem Jego wewnętrznej harmonii, dzięki której mógł owocnie stanąć do walki z pokusami. Rozróżnienie między dobrem a złem, między światłem a ciemnością, między tym, co pochodzi z Boga, a tym, co od złego ducha, było dla Jezusa kwestią kluczową, ważniejszą niż zaspokajanie potrzeb i pragnień ludzkiej natury.

Kiedy więc stajemy do duchowej walki, nie możemy polegać na ludzkich siłach, bo one są ograniczone, a nadmierne zaufanie własnej duchowej

potędze to pycha, która jest pierwszym krokiem do upadku. Bóg osłania swoją mocą pokornych i słabych, którzy ufają Jemu, nie sobie, i trwają przy Nim niezłomnie. Jezus uczy nas walki, która nie polega na sięganiu po oręż ludzkich słów i siłowej konfrontacji, ale na oddaniu Bożej opatrności i zaufaniu Bożemu słowu.

Warto przy tym zauważyć, że zły duch próbuje przede wszystkim zakwestionować tożsamość Jezusa. „Jeśli jesteś Synem Bożym...”, mówi, przedstawiając Mu kolejne pokusy. Nie wiedział, z Kim ma do czynienia, czy chciał, by Jezus uległ namowom i udowodnił, Kim jest? To dla nas bardzo ważna kwestia, bo i dziś uczniowie Pana są kuszeni przez świat, który zarzuca im niechrześcijańskie postawy wobec spraw kluczowych społecznie, i podpowiada swoje rozwiązania w gorących sporach dotyczących ludzkiej wolności, wyborów moralnych, ochrony życia, dialogu między nauką a etyką, polityki i ekonomii. Jesteśmy więc konfrontowani z pytaniem o naszą chrześcijańską tożsamość, a nasze wybory, również te zgodne z Ewangelią, bywają ostro oceniane. Tylko zjednoczenie z Bogiem pozwala zobaczyć, co jest w tych sporach dobrem, a co złem, co jest dobrem, a co złem w naszych sercach, które kryją prawdę o naszych pragnieniach, marzeniach i ambicjach.

„Najgłębszą istotą wszelkich pokus jest odsunięcie Boga, który – obok tego wszystkiego, co w naszym życiu ukazuje się jako pierwszoplanowe – jawi się jako coś drugorzędnego, a wręcz niepotrzebnego i zakłócającego” – przestrzegał papież Benedykt XVI. Wielki Post, czas pustyni, to okazja, by tę naszą chrześcijańską tożsamość – więź z Bogiem, która jest najważniejszą relacją ludzkiego życia – rozpoznać i umocnić. Nie możemy jednak tego robić sami. Duch wyprowadza nas na pustynię, jak wyprowadził Jezusa, i jest przy nas w naszych zmaganiach, pytaniach i wątpliwościach. Jeśli zaufamy Bożej obecności, wyjdziemy z tej walki umocnieni, napełnieni mocą Ducha Świętego.



Mt 4, 1-11

*Duch wyprowadził Jezusa
na pustynię*

Wypełnieniem Prawa jest miłość

Również dziś słyszymy w Ewangelii część Kazania na górze (por. Mt 5, 17-37). Po ogłoszeniu błogosławieństw Jezus zaprasza nas do wejścia w nowość królestwa Bożego i – aby poprowadzić nas tą drogą – ukazuje prawdziwe znaczenie przykazań Prawa Mojżeszowego: nie służą one zaspokojeniu zewnętrznej potrzeby religijnej, żeby poczuć się w porządku wobec Boga, ale temu, żeby wprowadzić nas w relację miłości z Bogiem i z braćmi. Dlatego Jezus mówi, że nie przyszedł znieść Prawa, „ale wypełnić” (w. 17).

Wypełnieniem Prawa jest właśnie miłość, która urzeczywistnia jego głębokie znaczenie i ostateczny cel. Chodzi o osiągnięcie „sprawiedliwości większej” (por. w. 20) niż ta uczonych w Piśmie i faryzeuszów – sprawiedliwości, która nie ogranicza się do przestrzegania przykazań, ale otwiera nas na miłość i angażuje nas w miłość. W istocie Jezus analizuje niektóre przepisy Prawa odnoszące się do konkretnych przypadków życia i posługuje się językową formułą – antytezami – właśnie po to, żeby pokazać różnicę między formalną sprawiedliwością religijną a sprawiedliwością królestwa Bożego; z jednej strony: „Słyszeliście, że powiedziano przodkom”, a z drugiej Jezus mówi: „A Ja wam powiadam” (por. ww. 21-37).

Takie ujęcie jest bardzo ważne. Mówi nam, że Prawo zostało dane Mojżeszowi i prorokom jako droga do tego, żeby zacząć poznawać Boga i Jego zamysł odnośnie do nas i do historii, albo – używając wyrażenia św. Pawła – jako wychowawca, który nas prowadził do Boga (por. Ga 3, 23-25). A teraz On sam przyszedł do nas w osobie Jezusa, który wypełnił Prawo, sprawiając, że staliśmy



Papież Leon XIV uczestniczył w wizycie duszpasterskiej w rzymskiej parafii Santa Maria Regina Pacis w Ostii Lido (nadmorskie przedmieścia Rzymu). Przed mszą św. papież spotkał się z osobami starszymi, chorymi, ubogimi i wolontariuszami Caritas w sali gimnastycznej przy parafii. Wizyta jest postrzegana jako gest bliskości ze społecznością, która wcześniej zmagala się z problemami narkotykowymi, prostytutką i przestępczością zorganizowaną Ostia, 15 lutego 2026 r.

FOT. SIMONE RISOLUTI/VATICAN MEDIA/EAST NEWS

się dziećmi Ojca i dając nam łaskę wejścia z Nim w relację jako dzieci i jako bracia między sobą.

Bracia i siostry, Jezus uczy nas, że prawdziwą sprawiedliwością jest miłość i że w każdym przykazaniu Prawa winniśmy dostrzegać wymóg miłości. Rzeczywiście, nie wystarczy fizycznie nie zabić osoby, jeżeli później zabijam ją słowami albo nie szanuję jej godności (por. ww. 21-22). Podobnie, nie wystarcza być formalnie wiernym współmałżonkowi i nie popełniać cudzołóstwa, jeżeli w tej relacji brakuje wzajemnej czułości, słuchania, szacunku, troszczenia się o nią lub o niego i podążania razem we wspólnym projekcie (por. ww. 27-28. 31-32). Do tych przykładów, które podaje nam sam Jezus, moglibyśmy dodać jeszcze inne. Ewangelia przekazuje nam tę cenną naukę: nie wystarczy minimalna sprawiedliwość – potrzeba wielkiej miłości, która jest możliwa dzięki Bożej mocy.

Anioł Pański w niedzielę 15 lutego

Sobór Watykański II przypomina, że „Kościół zawsze otaczał czcią Boże Pisma, podobnie jak i samo Ciało Pańskie. Zwłaszcza w liturgii świętej bierze ciągle chleb życia

ze stołu Bożego słowa i Ciała Chrystusowego i podaje wierzącym”. Ponadto, „w połączeniu ze świętą Tradycją [Kościół] uważał Pisma te i uważa zawsze za najwyższą regułę swej wiary” (Dei Verbum, 21).

Kościół nigdy nie przestanie rozważać na temat wartości Pisma Świętego. PoSoborze bardzo ważnym momentem w tej kwestii było Zwyczajne Zgromadzenie Ogólne Synodu Biskupów poświęcone tematowi „Słowo Boże w życiu i misji Kościoła”, które odbyło się w październiku 2008 roku. Papież Benedykt XVI zebrał jego owoce w Posynodalnej adhortacji apostolskiej *Verbum Domini* (30 września 2010), w której stwierdza: „Właśnie ścisły związek między słowem i wiarą wskazuje, że autentyczna hermeneutyka Biblii jest możliwa tylko w wierze Kościoła, dla której wzorem jest «tak» Maryi [...]. Właściwym miejscem interpretacji Biblii jest życie Kościoła” (nr 29).

We wspólnocie eklesjalnej Pismo Święte znajduje zatem przestrzeń, w której może realizować swoje szczególne zadanie i osiągać swój cel: ukazywać Chrystusa i otwierać na dialog z Bogiem. „Nieznajomość Pisma Świętego jest – rzeczywiście – nieznajomością Chrystusa”. To słynne wyrażenie św. Hieronima przypomina nam o ostatecznym celu lektury i rozważania Pisma Świętego, jakim jest poznanie Chrystusa, a poprzez Niego nawiązanie relacji z Bogiem – relacji, którą można rozumieć jako rozmowę, dialog. Konstytucja *Dei Verbum* ukazuje nam Objawienie właśnie jako dialog, w którym Bóg przemawia do ludzi jak do przyjaciół (por. DV, 2). Dzieje się tak, gdy czytamy Biblię w wewnętrznej postawie modlitwy: wówczas Bóg wychodzi nam na spotkanie i nawiązuje z nami rozmowę.

Kościół żarliwie pragnie, aby słowo Boże mogło dotrzeć do każdego jego członka i mogło posilać jego wędrówkę wiary. Ale słowo Boże prowadzi Kościół również poza niego samego, nieustannie otwiera go na misję wobec wszystkich. Żyjemy bowiem otoczeni wieloma słowami, ale jakże wiele z nich jest pustych! Czasami słyszymy również mądre słowa, które jednak nie dotyczą naszego ostatecznego przeznaczenia. Słowo Boże natomiast wychodzi na spotkanie naszego pragnienia sensu, prawdy o naszym życiu. Jest to jedyne Słowo, które jest zawsze nowe: objawiając nam tajemnicę Boga, jest niewyczerpalne, nie przestaje ofiarowywać swojego bogactwa.

Audycja ogólna 11 lutego





Poczuć głód

Jesteśmy w znacznie lepszej sytuacji niż sportowcy w czasie igrzysk olimpijskich. Tak jak oni, potrzebujemy koncentracji i rozgrzewki, znamy reguły gry, wiemy, o co walczymy, jednak mamy obietnicę – pewność związaną z tym, Kto za nas wszystkiego dokona.

AGATA RUJNER

W czasie kończących się właśnie zimowych igrzysk olimpijskich wielokrotnie dawany był sygnał do startu. Tuż przed rozpoczęciem rywalizacji sportowcy potrzebowali się rozgrzać, skoncentrować, by w pełnej gotowości przystąpić do walki o medale. Zwykle sygnał początku konkurencji jest bardzo wyraźny. Zawodnikom znane są reguły gry. Wiedzą też, o co walczą.

NOWY START

Rozpoczęty w Środę Popielcową Wielki Post w bardzo koślawej analogii można by porównać do zawodów sportowych – konkretnego zmagania, w którym potrzeba wytrwałości i zaangażowania. Sygnał do startu również jest wyraźny, choć może nie tak spektakularny, jak wystrzał z pistoletu w czasie niektórych konkurencji. Posypanie głowy popiołem przypomina o ludzkiej naturze, o potrzebie pokuty, żalu za grzechy. Sam popiół wzięty ze spalonych palm, przyniesionych do kościoła w Niedzielę Palmową

jest przypomnieniem, że na zbawienie i odkupienie nie zasługuje się poprzez czyny (nawet te najbardziej ascetyczne i pobożne). Zbawienie jest bowiem dziełem Chrystusa – Jego męki, śmierci i zmartwychwstania. Gest pochylenia głowy, przyjęcie popiołu i słów: „Nawracajcie się i wiercie w Ewangelię” albo: „Prochem jesteś i w proch się obrócisz”, może być dla nas znakiem rozpoczęcia zawodów. Nowy-pierwszy start, niezależnie od tego, który to już nasz post w życiu. Ten – Anno Domini 2026 – jest świeży, niejako jedyny, dzięki liturgii, która jest żywa i niepowtarzalna.

Jesteśmy w znacznie lepszej sytuacji niż sportowcy w czasie igrzysk olimpijskich. Tak jak oni, potrzebujemy koncentracji i rozgrzewki, znamy reguły gry, wiemy, o co walczymy, jednak mamy obietnicę – pewność związaną z tym, Kto za nas wszystkiego dokona (por. Ps 138), a bracia i siostry nie są dla nas konkurentami, których należy prześcignąć. Na mecie czeka więcej niż jeden złoty

medal. Jak pisał św. Paweł: „W dobrych zawodach wystąpiłem, bieg ukończyłem, wiary ustrzegłem. Na ostatek odłożono dla mnie wieniec sprawiedliwości, który mi w owym dniu odda Pan, sprawiedliwy Sędzia, a nie tylko mnie, ale i wszystkim, którzy umiłowali pojawienie się Jego” (2 Tm 4, 7–8). Nasze igrzyska to zawody z i w miłości. Sprawdzian z kochania. Apostoł Narodów podpowiada, że wiara chroni miłość. Zwycięstwo polega na umiłowaniu – Boga, bliźniego, siebie. Czyją mocą? Czym wysiłkiem? Być może już sama myśl związana ze sportem wywołuje w nas zmęczenie i rezygnację. Tak wiele razy przegraliśmy, nie wyszło, nic się nie zmieniło, może straciliśmy nadzieję, że warto próbować. Może być też absolutnie odwrotnie – myśl o rozpoczętym nowym okresie liturgicznym dodaje energii, motywacji, a pragnienie zmiany jest jakby „wyruszeniem w drogę” z zapalem i niewinnym przekonaniem, że za siedem tygodni otrzymamy wielkanocny „wie-

Pokonać siebie, a nie drugiego

Z okazji zimowych igrzysk olimpijskich Leon XIV napisał list o sporcie. Uprawianie go – ale również kibicowanie – daje szansę na rozwój w sferze duchowej. Niestety sport nie jest wolny od zagrożeń.

KS. ANDRZEJ DRAGUŁA



Kiedy na zajęciach ze wstępu do teologii mówię studentom, że wśród wielu dyscyplin teologicznych jest także teologia sportu, reagują najczęściej zdziwieniem. Istnieje bowiem przekonanie, że teologia to wyłącznie nauka o Bogu. Teologia może być nauką o wszystkim, pod warunkiem jednak, że bada dany przedmiot – i tu potrzebna jest łacina – *sub specie aeternitatis*, czyli z punktu widzenia wieczności.

Co może mieć wspólnego sport z wiecznością? Z okazji XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich oraz XIV Igrzysk Paralimpijskich, które odbywają się w tym roku w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo papież Leon XIV napisał list o wartości sportu zatytułowany *Życie w obfitości*. Ten list to doskonały przykład teologicznej interpretacji zjawiska sportu. Czym powinien więc być sport? I czym nie powinien być?

WOJNA I SPORT

Znamienne jest to, że swoją wypowiedź o sporcie papież zaczyna od kwestii rozejmu olimpijskiego. I nie chodzi tylko o to, że rozejm jest okazją do pokoju, chwilowym wyłomem w wojnie. Rozejm jest konieczny, by umożliwić rozgrywki sportowe, a te są zaprzeczeniem wojny. Wojna, pisze Leon XIV, „wynika z radykalizacji sporów i odmowy wzajemnej współpracy. Przeciwnik jest wtedy postrzegany jako śmiertelny wróg, którego należy izolować i – jeśli to możliwe – wyeliminować”. Cytując

„*Udział w rywalizacjach toczących się według reguł stanowi indywidualną i zbiorową drogę do cnoty i doskonałości*” – pisze Leon XIV w liście o wartości sportu napisanym z okazji

XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich.

Na zdjęciu: jeden z biegów eliminacyjnych kobiet na 500 m w łyżwiarstwie szybkim, Mediolan, 10 lutego 2026 r.

FOT. JARED C. TILTON/
GETTY IMAGES

Jana Pawła II, papież przypomina, że „agresja, przemoc i wojna są «zawsze porażką ludzkości»”.

A czym jest sport, który niektórym może się wydawać podobny do wojny? Na to pytanie papież odpowiada następująco: „udział w rywalizacjach toczących się według reguł (*agones*) stanowi indywidualną i zbiorową drogę do cnoty i doskonałości (*aretē*). Kiedy sport uprawia się w tym duchu i na tych warunkach, sprzyja on dojrzewaniu jedności społeczności i dobra wspólnego”. Tutaj też jest przeciwnik, ale w gruncie rzeczy w sporcie nie chodzi o to, by go pokonać, ale by pokonać siebie.

Papież przytacza psychologiczny stan nazywany *flow experience*, czyli „stan przepływu”, któremu towarzyszy uczucie radości, głębokiej satysfakcji, utrata poczucia czasu oraz całkowite skupienie na zadaniu, co często prowadzi do najwyższej wydajności. Właśnie taki stan towarzyszy sportowcom, którzy podejmują wysiłek przekraczania własnych możliwości. „Weźmy na przykład – pisze Leon XIV – długą wymianę piłek w tenisie: powodem, dla którego jest to jedna z najprzyjemniejszych części meczu, jest to, że każdy z graczy popycha drugiego do granic jego umiejętności. Doświadczenie to jest ekscytujące, a obaj gracze motywują się nawzajem do poprawy; dotyczy to zarówno dwojga dziesięcioletnich dzieci, jak i pary profesjonalnych mistrzów”. Tak rozumiany sport staje się nie tylko drogą rozwoju fizycznego, ale i duchowego.

PRZEWODNIK
✙ KATOLICKI



5 MINUT Z BOGIEM

Modlitwa na każdy dzień

MARZEC 2026

5 MINUT Z BOGIEM

Modlitwa na każdy dzień

MARZEC 2026



W przeżywaniu Wielkiego Postu może nam pomóc, czytany w Wielki Poniedziałek, fragment Ewangelii o namaszczeniu Jezusa (J 12, 1–11). Otóż w Betanii, na kilka dni przed Paschą, Maria – siostra Marty i Łazarza – wylała na stopy Jezusa funt olejku nardowego. Uwaga Judasza o możliwości sprzedania go za trzydzieści denarów mówi o wartości tej wonności. Denar był dzienną stawką płacy dla niewykwalifikowanego robotnika. Możemy sobie zatem wyobrazić, że Maria wylała na Jezusa równowartość... rocznej pensji. Świat mówi, że każde działanie musi być wymierne, wszystko należy przeliczać, a co nie przynosi zysku – trzeba wyrzucić. Tymczasem Maria uczy miłości, która nie jest obliczona. Może zatem postanówmy sobie, że w Wielkim Poście okażemy komuś wielkoduszność, nie kalkulując, czy nam się to opłaca, czy nie. Może to być jałmużna materialna. Może to być jałmużna z czasu. Może obok nas, może nawet za ścianą w domu, czeka ktoś, by poświęcić mu czas nie z zegarkiem w ręku, ale hojnie. Zabawa z dzieckiem, odwiedziny kogoś chorego, wyjście do kawiarni z przyjacielem, pomoc ubogim, spacer z żoną czy mężem to w oczach świata marnowanie czasu. My jednak wiemy, że to właśnie takie chwile dają poczucie sensu i smak życia. Tego nam życzę.

Intencja Ojca Świętego w ramach Papieskiej Światowej Sieci Modlitwy na marzec 2026: Módlmy się, aby narody rozpoczęły proces rozbrojenia, rezygnując zwłaszcza z broni nuklearnej, a światowi przywódcy wybrali drogę dialogu i dyplomacji zamiast przemocy.

ks. Jarosław Czyżewski
„Przewodnik Katolicki”
„Biblioteka Kaznodziejska”

NIEDZIELA • 1 MARCA

II niedziela Wielkiego Postu

Psalm 23

Pan jest moim pasterzem, niczego mi nie braknie,
pozwała mi leżeć na zielonych pastwiskach.

Prowadzi mnie nad wody, gdzie odpocząć mogę,
orzeźwia moją duszę.

Wiedzie mnie po ścieżkach właściwych
przez wzgląd na swoją chwałę.

Chociażbym przechodził przez ciemną dolinę,
zła się nie ulękne, bo Ty jesteś ze mną.

Kij Twój i laska pasterska
są moją pociechą.

Stół dla mnie zastawiasz
na oczach moich wrogów,
Namaszczasz mi głowę olejkami,
kielich mój pełny po brzegi.

Dobroć i łaska pójdą w ślad za mną
przez wszystkie dni życia.

I zamieszkam w domu Pan
po najdłuższe czasy.

Chwała Ojcu i Synowi...

Ewangelia • Mt 17, 1–9

Jezus wziął z sobą Piotra, Jakuba oraz brata jego, Jana, i zaprowadził ich na górę wysoką, osobno. Tam przemienił się wobec nich: twarz Jego zajaśniała jak słońce, odzienie zaś stało się białe jak światło. A oto ukazali się im Mojżesz i Eliasza, rozmawiający z Nim. Wtedy Piotr rzekł do Jezusa: «Panie, dobrze, że tu jesteśmy; jeśli chcesz, postawię tu trzy namioty: jeden dla Ciebie, jeden dla Mojżesza i jeden dla Eliasza». Gdy on jeszcze mówił, oto obłok świetlany osłonił ich, a z obłoku odezwał się głos: «To jest mój Syn umiłowany, w którym mam

upodobanie, Jego słuchajcie!». Uczniowie, słysząc to, upadli na twarz i bardzo się zlekli. A Jezus zbliżył się do nich, dotknął ich i rzekł: «Wstańcie, nie lękajcie się!». Gdy podnieśli oczy, nikogo nie widzieli, tylko samego Jezusa. A gdy schodzili z góry, Jezus przykazał im, mówiąc: «Nie opowiadajcie nikomu o tym widzeniu, aż Syn Człowieczy zmartwychwstanie».

Rozważanie

Obecność Mojżesza i Eliasza na Górze Przemienienia przywołują na myśl dwie góry ze Starego Testamentu: Synaj, na której Bóg przekazał przez Mojżesza Dekalog oraz Karmel, na której Bóg objawił się Eliazowi w łagodnym powiewie. Synaj to góra przykazań i moralności, a Karmel to góra duchowości i modlitwy. Potrzeba łączyć obie te rzeczywistości. Skrajne skupienie się tylko na jednej z nich prowadzi do rygoryzmu lub bujania w obłokach.

Czy widzę w przykazaniach miłość? Czy życie duchowe prowadzi mnie do wierności wymogom Ewangelii?

1

Chwila refleksji

Prośby

Uwielbiamy Boga, który troszczy się o wszystkich ludzi, i wołamy do Niego:

– Boże, dawco darów i źródło prawdy, obdarzaj łaską wszystkich biskupów świata, a wiernych, powierzonych ich pasterskiej pieczy, zachowaj w nauce Apostołów.

– Wlej miłość w serca wszystkich, którzy uczestniczą w jednym chlebie życia; niechaj wzrasta ich jedność w Ciele Twego Syna.

– Daj, abyśmy zwlekli z siebie starego człowieka razem z jego uczynkami i stali się nowym człowiekiem na wzór Chrystusa, Twojego Syna.

– Spraw, aby wszyscy dostąpili przez pokutę odpuszczenia swoich grzechów i byli uczestnikami Chrystusowego zadośćuczynienia.