

WIELKI POST 2026

40 DNI Z BOGIEM



Święty Wojciech
wydawnictwo

Tekst: o. Leonard Bielecki OFM

Redakcja i korekta: Katarzyna Kośmicka

Opracowanie graficzne: Adam Piasek

Skład i łamanie: Stanisław Tuchołka | panbook.pl

Grafika na okładce: Freepik

Nihil obstat

Poznań, 18 grudnia 2025

ks. dr Adam Adamski CO, Cenzor

Imprimatur

Poznań, 19 grudnia 2025

N. 6188/2025

bp Grzegorz Balcerek, Wikariusz Generalny

ks. prałat dr Ireneusz Dosz, Kanclerz Kurii

© Święty Wojciech Dom Medialny sp. z o.o., Poznań 2026

ISBN: 978-83-8065-702-1

Wydawca

Święty Wojciech Dom Medialny sp. z o.o.

Wydawnictwo

ul. Chartowo 5, 61-245 Poznań

tel. 61 659 37 13

wydawnictwo@swietywojciech.pl

Zamówienia

Dział Handlowy

ul. Chartowo 5, 61-245 Poznań

Obsługa księgarni i hurtowni

spredaz@swietywojciech.pl | tel. 61 659 37 57 (60)

Obsługa zamówień detalicznych

sklep@swietywojciech.pl | tel. 61 659 37 61 (55)

Druk i oprawa

Moś & Łuczak sp.j.

WSTĘP

Na pewno nie jest to nasz pierwszy Wielki Post i z pewnością mamy wyobrażenie o dynamice tego wyjątkowego czasu. Bywało tak, że z łatwością realizowaliśmy nasze wielkopostne postanowienie, ale zapewne nieraz mimo najszczerzych chęci bardzo trudno było nam konsekwentnie iść obraną drogą. Których sytuacji było więcej, a których mniej? Każdy odpowie sobie sam. Dlaczego tak się dzieje? Wpływa na to wiele czynników: wiek, jakość relacji z Bogiem, z drugim człowiekiem, motywacja czy nasza dojrzałość. Bez względu jednak na wszystko sam okres Wielkiego Postu jest przestrzenią skończoną. Nie można go ani skrócić, ani wydłużyć. Od Popielca do Triduum Paschalnego, koniec, kropka. Z dalszej perspektywy te 40 dni to wcale niedużo; przecież z wieloma swoimi słabościami męczymy się od lat. Zatem czy jest możliwa przemiana w ciągu zaledwie półtora miesiąca? Tak. Jest to wykonalne. Oczywiście w samym założeniu musimy chcieć coś zmienić na stałe, a czas 40 dni to jakby trampolina, z której wybijamy się, by zrobić skok do wody. 40 dni – to dopiero początek.

Sam Wielki Post obfituje w różne materiały pomocnicze – w postaci tradycyjnych nabożeństw. Ukochane przeze mnie *Gorzkie Żale*, które zamieniają się w rozpamiętywanie miłości Pana, droga krzyżowa będąca lustrem naszego życia, ascetyczny wystrój kościoła rozpalający tęsknotę za pięknem, rekolekcje głoszone w tyłu parafiach, gdzie Słowo jak ulewa spływa na chrześcijan na całym świecie. Jest też nasza osobista droga:

realia naszej codzienności, wolna i dobra wola – oraz On. Miłość wciąż kochana za mało.

Ten Wielki Post przeżywamy w kontekście hasła roku duszpasterskiego 2025/2026 „Uczniowie-misjonarze”. Są tu zawarte dwie tezy. Pierwsza: każdy uczeń Jezusa ma być misjonarzem. Druga: uczeń – jak wiemy – jest w procesie edukacji, która komplementarnie wpływa na rozwój człowieka. W czasach Pana Jezusa uczniowie gromadzili się wokół jednego nauczyciela. To on miał zasadniczy wpływ na ich postrzeganie świata. Tak też jest z nami. W przyjętej przez nas antropologii czy kosmologii mamy jednego Mistrza. Uczeń zatem przyjmuje pewien styl nauczyciela. Dla nas taką formułą życia jest chrześcijaństwo. Jeśli jesteśmy chrześcijanami, uczniami Pana Jezusa, to mamy też zadania do wykonania, które zleca nam nasz Nauczyciel. Czy pamiętamy słowa, które noszą znamienne nazwę „mandatu misyjnego”? „Idźcie więc i nauczajcie wszystkie narody, udzielając im chrztu w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Uczcie je zachowywać wszystko, co wam przykazałem. A oto Ja jestem z wami przez wszystkie dni, aż do skończenia świata” (Mt 28,19–20)*. Widzimy tu polecenie, wręcz nakaz, by innych chrzcić, czyli zanurzać w Chrystusie. Innymi słowy, uczeń Jezusa ma czynić uczniami innych. I to jest życiowa misja każdego, kto pozostaje w szkole Pana Jezusa. Hasło trwającego roku duszpasterskiego to nie ekstrawagancka nowość – choć Ewangelia w pewnym stopniu jest awangardą.

* Cytaty biblijne podano za: *Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu w przekładzie z języków oryginalnych – Biblia Tysiąclecia*, oprac. zespół biblistów polskich z inicjatywy benedyktynów tynieckich, wyd. 5, Poznań 2000.

„Uczniowie-misjonarze” to zatem chrześcijanie każdej epoki, którzy – sami się formując – realizują polecenia Mistrza.

40 dni z Bogiem jest propozycją, która być może okaże się inspirująca do pracy organicznej na gruncie wiary. Dzień po dniu chcemy – poprzez krótkie rozważanie, modlitwę i próbę zmierzenia się z odpowiedzią na zadane pytania – być coraz bliżej Boga. Tego typu praca systemowa to prawdopodobnie mozolne, ale w perspektywie czasu obficie owocujące wzrastanie w wierze. Punkt wyjścia do rozważań stanowi tu liturgia słowa z danego dnia. W optymalnej formule dobrze jest najpierw przeczytać przypadające czytania, a dopiero potem wziąć do ręki niniejszą książeczkę. Nie jest to jednak konieczne. Format został tak pomyślany, by również sam w sobie stanowił wystarczającą pomoc do codziennego rozwoju duchowego. Nie pozostaje mi nic innego, jak życzyć Wam, drogie Siostry i drodzy Bracia, owocnego czasu. Ufam, że zaprezentowane tu treści pobudzą Was do głębszej, przemieniającej refleksji.

Pokój i dobro!
o. Leonard Bielecki OFM

18 LUTEGO Środa Popielcowa

A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie (Mt 6,18).

UCZEŃ DYSKRETNY

Lubię ten tekst. Post, umartwienie jawi się tu nie jako konieczność dodatkowego cierpienia, ale jako szansa. Jest to szansa na lepsze życie. Brzmi banalnie? Może, ale tak nie jest. Żadna zmiana na lepsze nie jest banalna. Mało tego, jest potrzebna, a czasami nawet konieczna. Choćbyśmy mieli zmienić kurs postępowania tylko o kilka stopni, to już warto. Rozpoczynając – bądź co bądź krótki – okres wytężonej pracy nad sobą, bo przecież to tylko 40 dni, trzeba mieć plan, jakąś strategię działania. Co prawda Bóg widzi twój wysiłek, zna twoje intencje i według tego odda tobie. Na całe szczęście nie rozliczają nas ludzie, tylko Pan, który oprócz efektu końcowego dostrzega i docenia włożoną pracę. Jednak by być jak najbardziej skutecznym, potrzeba czegoś więcej niż tylko dobrych chęci. W słowie Bożym znajdujemy niejako podręcznik na Wielki Post, czyli instrukcję, jak realizować trzy kluczowe punkty w życiu chrześcijanina: post, modlitwę i jałmużnę.

Po pierwsze, finanse – kiedy komuś pomagasz, zobacz człowieka, jego oczy, jego serce i pomóż mu tak, by to nie było dla niego krępujące – i co ważne, w sposób niezauważalny. Miłość nie potrzebuje rozgłosu. W ciszy działały się wielkie rzeczy. W ciszy Bóg się narodził, w ciszy Bóg zmartwychwstał. W ciszy pomnażaj miłość, ona lubi dyskrecję.

Po drugie, najmniejsze poruszenie serca – myśl, westchnienie – jest widoczne dla Boga. Nie chodź do kościoła dla opinii innych, zrób to dla siebie. Zadbaj o to, co ma wpływ nie tylko

na twoją historię tu na ziemi, ale i na twoją wieczność. Wiara to twoja relacja z Bogiem. Ty i On. Jakie to piękne i intymne. Po trzecie, to, co robisz, robisz dla siebie, dla swojego zbawienia, nie na pokaz. Nikomu nic nie musisz udowadniać. Chodzi o realną przemianę serca. Jeśli czujesz, że twoje umartwienie musi być widoczne dla innych, to coś poszło nie tak. Jezus mówi co innego. Właśnie załóż lepsze ubrania, idź do fryzjera, barbera, kosmetyczki, zrób paznokcie, załóż lepszą koszulę. Zaczyna się ważny czas.

MODLITWA

*Najwyższy, dobry Panie, który wszystko widzisz, pomóż mi oczyszczać motywy mojego działania, moje intencje, abym to, co robię, czynił przede wszystkim z miłości, która jest w życiu najważniejsza. Dziękuję Ci, Panie, za to, że dostrzegasz każde, nawet najmniejsze dobro, które staram się czynić.
Amen.*

KU NAWRÓCENIU

Czym dla ciebie jest Wielki Post?

Co zrobić, by Wielki Post był czasem przemiany?

19 LUTEGO

Kładę przed wami życie i śmierć (Pwt 30,15).

UCZEŃ ZDECYDOWANY

W świecie, gdzie tak wiele rzeczy zależy od pieniędzy czy znajomości, człowiek jest przekonany, że nie ma spraw, których nie można zmienić, odwołać, jakoś załatwić. Wszystko wydaje się relatywne. Zasobność portfela przybliża niektórych do wszechmocy Boga. Czyż nie wygląda to jak współczesna wieża Babel? Ludzie próbują mieć coraz większy wpływ na otaczającą ich rzeczywistość. Przerazające jest nie tylko to, że manipuluje się przy faktach wynikających z historii powszechnej czy z praw natury, ale przede wszystkim straszne i niezwykle groźne jest majsterkowanie przy postrzeganiu prawdy. Brak obiektywnej prawdy, która jest punktem odniesienia do budowania światopoglądu i podejmowania dobrych decyzji, sprawia, że świat rozpada się jak domek z kart. To, co dla jednych wydaje się fundamentem rodziny, czyli podstawą społeczeństwa, dla innych jest wydmuszką. To, co świadczy o wartości człowieka, dla jednych jest niezmienną świętością, a dla drugich zmienia się jak obrazek w kalejdoskopie.

W takich okolicznościach wielu ludziom trudno jest uwierzyć w stałość Bożych praw. Niektórzy nie mogą pojąć nieodwracalności zachodzących procesów, nie chcą się pogodzić ze starzeniem się czy koniecznością umierania. Przemijalność staje się ciężarem nie do udźwignięcia. Być może również dlatego tak trudno teraz ludziom podjąć jedną decyzję na całe życie. Ostatecznie się opowiedzieć.

Dzisiaj w liturgii czytamy o przymusie dokonania wyboru między życiem a śmiercią. Nie ma szarej strefy. Stwórca świata jasno określił prawo, które obowiązuje i nas. Opowiadamy się za jedną z dwóch dróg. Między tym, co nas ożywia, a tym, co nas unicestwia. I co najważniejsze, ten wybór ma konsekwencje wieczne. Ten wybór dokonuje się nie tylko raz, ale za każdym razem, kiedy stoimy przed koniecznością podejmowania decyzji. Zatem czy to, co robię, prowadzi mnie do życia z Bogiem po śmierci? Nawet ta obecna chwila ma wpływ na życie po śmierci. To jest zdumiewające. Bóg oddał w nasze ręce możliwość decydowania o całej naszej wieczności.

MODLITWA

Najwyższy, dobry Panie, który dałeś mi wolną wolę, proszę, wspieraj moje wybory, abym zawsze szedł drogą Twojej świętej i nieomyłnej woli, która prowadzi do szczęścia, za którym tęsknię. Dziękuję Ci, Panie, że mnie tak bardzo kochasz, że pozwoliłeś mi dokonywać decyzji. Amen.

KU NAWRÓCENIU

Dlaczego nie zawsze wybieramy Jezusa?

Czy modlisz się do Ducha Świętego przed ważnymi decyzjami?

20 LUTEGO

Czyż nie jest raczej ten post, który wybieram (Iz 58,6).

UCZEŃ ROZTROPNY

Jesteśmy na samym początku Wielkiego Postu. Jeszcze przed pierwszą z sześciu niedziel. Można powiedzieć, że to rozgrzewka przed konkretnym wysiłkiem. Dobrze jest zatem jeszcze raz przyrzeć się, o co chodzi w wysiłku wielkopostnym – nikt nie lubi robić czegoś bez sensu. Praca wykonywana bezsensownie męczy podwójnie. Wykłady z bezsensowną treścią są stratą czasu. Rozmowa bez sensu oddala rozmówców. Podjąć jakiś wysiłek tylko po to, by móc powiedzieć, że coś się w Wielkim Poście robiło, bo tak należy, to jak kręcić pedałami od roweru, kiedy spadł łańcuch. Duży wysiłek, ale stoi się w miejscu. To nie tylko męczące, ale faktycznie niedorzeczne.

Pożądane owoce postu to te, które można zauważyć. Gdy za 40 dni spojrzymy wstecz, chcemy powiedzieć, że choć trochę się udało. Dzisiaj słowo Boże zachęca nas do przemyślenia naszego działania. W świetle biblijnego tekstu od razu wiadomo, na co zwrócić uwagę. Pierwsze i najważniejsze zadanie to rozerwać kajdany zła. Złe wybory sprawiają, że nasze życie jest uwikłane w gigantyczną, lepką pajęczynę. Przestajemy być sobą, być wolni. Podejmowane działanie podczas tych – już niepełnych – 40 dni ma nas wyzwolić z tego, o czym mówimy w konfesjonale. I teraz pozostaje objąć dobrą taktykę. Zadać sobie pytania. Co faktycznie będzie mnie rozwijać w miłości? Co poprawi moją relację z Bogiem i z drugim człowiekiem? Czy niejedzenie słodczy pomoże mi w poprawie życia? Może,

ale nie musi. Czy wyrażanie głośno wdzięczności za otrzymywane dobra sprawi, że będę lepszym człowiekiem? Może nie, a może właśnie tak. W każdym razie punkt wyjścia musi mnie prowadzić do punktu dojścia. Jeśli odmawiam sobie czegoś tylko dlatego, bo trwa Wielki Post, rodzi się zasadne pytanie – czy to ma sens, czy to rozrywa kajdany zła? Czasami lepiej jest robić mniej, a konsekwentniej, niż nabrać postanowień, których nie da się udźwignąć. Przecież wielkopostne zmagania mają nas trwale zmienić, także po świętach. Byłoby to bardzo smutne, gdybyśmy nawrócili się do Wielkanocy tylko po to, by dzień później znów wrócić do tego, co chcieliśmy zostawić za sobą.

MODLITWA

Najwyższy, dobry Panie, oświeć mój umysł swoją mądrością, aby postanowienie wielkopostne prowadziło mnie do prawdziwego nawrócenia, do autentycznej zmiany w myśleniu. Dziękuję Ci, Panie, za błogosławiony czas Wielkiego Postu. Amen.

KU NAWRÓCENIU

Nad czym konkretnie chcesz popracować w czasie Wielkiego Postu?

Czy twoje postanowienie wielkopostne jest w ogóle możliwe do zrealizowania?

21 LUTEGO

Nie potrzebują lekarza zdrowi (Mk 2,17).

UCZEŃ ZRANIONY

Aby nieść chrześcijaństwo dalej, aby być uczniem Jezusa, trzeba zrozumieć samą istotę relacji z Bogiem. Co to oznacza – przyjąć Jezusa, stać się Jezusowym? To znaczy zrobić coś bardzo trudnego. Muszę uznać, że potrzebuję pomocy, że nie jestem tak dobry, by nie potrzebować w życiu Boga. Obecnie ludzie zdają się postępować dokładnie odwrotnie. Udowadniają, że są najlepsi, że wszyscy się mylą, tylko nie oni. Nawet przed najbliższymi udają, że ich życie to pasmo sukcesów. Boją się być niewystarczający. A przecież to takie ludzkie. Nikt nie jest chodzącym ideałem, który nie popełnia błędów. Nie ma takich osób. Każdy ma swoje słabe strony. Być chrześcijaninem to uznać, że ma się chore serce, które uleczyć może tylko lekarz Jezus. Jeśli uważam się za zdrowego, to po co mi Bóg?

Jeśli zaś Bóg nie jest mi potrzebny, to znaczy, że zmieniam Dekalog i na pierwszym miejscu stoję ja sam. Jednak to Bóg stał się człowiekiem, a nie człowiek Bogiem. Jeśli wiesz, że jesteś duchowo słaby, zaczynasz słuchać wskazań Lekarza. Albo i nie. Jesteśmy wolni – stety i niestety. Chrześcijaństwo rozpoczyna się od uznania własnej słabości i dostrzeżenia, że Bóg stał się jednym z nas, by przyjść nam z pomocą. Bóg wszedł w całą naszą tragiczną rzeczywistość, by wyciągnąć nas z błota grzechu. I cokolwiek byśmy zrobili, zawsze pozostanie przy nas. Nigdy nas nie opuści. Jeśli odkryjesz taki obraz Boga, to nigdy Go nie zostawisz. Ale przecież od Niego

odchodzimy – bo egoizm czasem bierze górę nad zdrowym rozsądkiem. Bo jesteśmy w stanie poświęcić zdrowie na rzecz korzyści, którą mamy z grzechu. Ależ przebiegła, diabelska pokusa, by machnąć ręką na swoją kondycję duchową, tylko po to, by doczesność była atrakcyjniejsza. Jeśli poświęcimy swoją duszę, to w jakim miejscu się znajdziemy? Jednak powrót zawsze jest możliwy – do tego Lekarza nie trzeba się zapisywać, nie trzeba brać skierowania i wszystko jest za darmo. Trzeba tylko chcieć. Czy to możliwe? Tak. Taki jest nasz Pan. Kocha nas miłością bezwarunkową, czekając na nasze powroty.

MODLITWA

Najwyższy, dobry Panie, proszę Cię, abys dotknął tych przestrzeni w moim życiu, które wymagają uzdrowienia, rehabilitacji. Szczególnie ulecz to, co przeszkadza mi na drodze przebaczenia. Dziękuję Ci, Panie, że nie zostawiasz mnie samego z moimi problemami. Amen.

KU NAWRÓCENIU

Czy modlisz się do Jezusa o uzdrowienie serca?

Jak nazwiesz rany w twoim życiu, które Jezus ma uzdrowić?

22 LUTEGO | niedziela Wielkiego Postu

Czy rzeczywiście Bóg powiedział (...) (Rdz 3,1).

UCZEŃ, ALE CZYJ

Nie wiem, czy zauważyłeś, że przebiegły wąż nigdy nie kwestionuje istnienia Boga. Nie zaprzecza, że jest dobro i zło. Nie kwestionuje wolnej woli u człowieka. Wie, że nie może działać jawnie. On postępuje bardzo chytrze. Jego zachowanie jest wręcz psychopatyczne. Będzie grał, udawał, dosłownie wił się, by tylko zrealizować plan. U niego, niestety, powiedzenie „po trupach do celu” ma znaczenie dosłowne. Ukazuje świat w krzywym zwierciadle. Zniekształca prawdę o rzeczywistości. Jak w kalejdoskopie. I ten motyw z raju powraca jak bumerang w życiu nas wszystkich. Diabeł ukazuje Boga jako nieprzyjaciela, który wprowadza zakazy, by człowiek nie był szczęśliwy. W demonicznym świecie człowiek jest kuszony do podejmowania działania, które pozostaje w sprzeczności z obiektywnym prawem, nadanym przez Boga. Ewie, mimo zakazu, zdawało się, że ten owoc jest dobry, że nadaje się do spożycia. Subiektywne dobro stało w sprzeczności z normami, które określił Stwórca. Niestety człowiek, po przekroczeniu przykazania, ponosi skutki, przed którymi Pan ostrzegał, a diabeł je maskował, kłamiąc na temat prawdy, dobra i Boga. Człowiekowi się jedynie wydawało. Diabeł wiedział, jak to się skończy. Pan Bóg ostrzegał przed skutkami. A człowiek, który chciał być mądrzejszy od Boga, zaufał diabłu i poniósł tragiczne konsekwencje. Mało tego, ponosi je do dziś. Smutna historia; i ciekawe, że ludzie ciągle dają się nabrać na te same argumenty.

Czy nie jest to nasza codzienność? Znamy Boże prawo, ale co innego wydaje nam się lepsze. To nie tylko błąd w rozeznaniu, to także element sprytnie opracowanej, demonicznej strategii. Wmówić człowiekowi, że jest mądrzejszy od Boga. Wtedy wszystko jest subiektywne. Dziś jest tak, a jutro mogę zmienić swój kręgosłup moralny. I tak w nieskończoność? Przecież tak się nie da żyć. Dzisiejsze słowo przestrzega, że będzie trzeba ponieść konsekwencje tych błędnych wyborów. Nie łudźmy się, że stanie się inaczej. Trudna lekcja, jednak warto ją sumienie odrobić. Zawsze lepiej uczyć się na cudzych błędach.

MODLITWA

Najwyższy, dobry Panie, proszę o umiejętność dostrzegania prawdy o świecie, o Kościele, o mnie samym, abym umiał rozpoznać, co faktycznie mi służy w kształtowaniu mnie na całą wieczność. Dziękuję Ci, Panie, za to, że posłałeś nam swojego Ducha, dzięki, któremu mogę poznać prawdziwy obraz mego serca. Amen.

KU NAWRÓCENIU

Jakich metod używa diabeł, by skusić cię do grzechu?

Na ile obraz Boga, który masz w sercu, wpływa na twoje decyzje?