



POST I WEWNĘTRZNA PRZEMIANA – PRZYGOTOWANIE DO WIELKIEGO POSTU KONFERENCJA 19 luty 2024 rok

Drodzy w Chrystusie Panu.

"Nie bierzcie więc wzoru z tego świata, lecz przemieniajcie się przez odnawianie umysłu, abyście umieli rozpoznać, jaka jest wola Boża: co jest dobre, co Bogu przyjemne i co doskonałe."
(por. Rz 12,2 BT)

Ta głęboka prawda ewangelii otwiera przed nami perspektywę transformacji, która wykracza poza zewnętrzne formy ascetyki, zapraszając nas do wewnętrznej odnowy ducha i umysłu. Wielki Post, będący czasem przygotowania do świętowania Misterium Paschalnego, stanowi szczególną okazję do podjęcia tej duchowej podróży, prowadzącej do głębszego zrozumienia i zaakceptowania Bożej woli.

W kontekście tego świętego okresu, nasze serca i umysły są zaproszone do podjęcia wędrówki w głąb siebie, aby poprzez refleksję i modlitwę, post i uczynki miłosierdzia, zbliżyć się do tego, co transcendentne. Jest to czas, w którym wyraźniej niż kiedykolwiek inaczej możemy dostrzec, jak bardzo nasze codzienne wybory i praktyki duchowe są powiązane z naszym dążeniem do życia zgodnie z ewangelicznymi wartościami miłości, pokory i współczucia.

W oparciu o zachętę Apostoła Pawła¹, okres Wielkiego Postu przekształca się w czas, kiedy priorytetem staje się nie tyle zewnętrzne wyznawanie wiary, co głęboka przemiana duchowa. Jest to moment, w którym przez świadome zaangażowanie się w duchową dyscyplinę, jesteśmy wzywani do odnowienia naszych myśli i uczuć. Taka perspektywa umożliwia nam ponowne odkrycie i przeżywanie obecności Boga w naszym życiu i w naszych relacjach z innymi, co prowadzi do prawdziwej metamorfozy, wpływającej zarówno na nasze indywidualne, jak i wspólnotowe życie wiary. Istotne jest uświadomienie sobie, że nasze indywidualne doświadczenia wiary mają znaczący wpływ na całą wspólnotę Kościoła, za którą ponosimy wspólną odpowiedzialność.

Przygotowanie do Wielkiego Postu, rozumiane jako czas głębokiej duchowej odnowy, otwiera nas nie tylko na osobiste spotkanie z Bogiem, ale również na możliwość budowania głębszych i bardziej autentycznych relacji z naszymi bliźnimi. W tym czasie, kiedy staramy się żyć bardziej świadomie, z miłością i uwagą skierowaną zarówno do siebie, jak i do innych, nasze działania zaczynają odzwierciedlać głęboką prawdę ewangelii.

W okresie Wielkiego Postu, dedykowanym na refleksję i duchowe przygotowanie, stajemy przed niezwykle możliwością oceny naszego rozwoju duchowego. Zastanawiamy się, w jaki sposób lepiej otworzyć się na przyjmowanie Bożej łaski w naszym życiu. Rozważamy, jak z nowo odnalezioną siłą duchową możemy wspierać naszych najbliższych oraz w jaki sposób nasze zachowania mogą

1 por. Rz 12,2 BT

być odzwierciedleniem głęboko zakorzenionych wartości ewangelicznych. Pytamy siebie, jak nasze działania mogą być wiernym odwzorowaniem tych wartości, pozytywnie wpływając nie tylko na nasz własny duchowy rozwój, ale także na społeczność, w której funkcjonujemy, promując kulturę wzajemnej pomocy i wsparcia.

Zatem, przygotowanie do Wielkiego Postu, inicjowane przez prace nad głębią naszego serca, układa fundament pod duchową podróż. Ta podróż prowadzi nas do intensywniejszej relacji z Bogiem i umożliwia życie w pełniejszej harmonii zarówno z sobą, jak i z otaczającym nas światem. Jest to czas, aby na nowo odkryć duchowe bogactwo, które wynika z życia zgodnego z ewangelicznymi wartościami miłości, pokory i cierpliwości, i rozważyć, w jaki sposób te wartości mogą kształtować nasze codzienne życie, czyniąc je bardziej autentycznym i pełnym.

"Ale gdy pościsz, namaść głowę swoją i umyj twarz swoją, aby nie ludzie widzieli, że pościsz, ale Ojciec twój, który jest w ukryciu; i Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie."

(Mt 6,17-18)

Te słowa kładą nacisk na istotę postu jako praktyki skierowanej nie na zewnętrzne manifestacje pobożności, ale na intymną, osobistą relację z Bogiem. Ten fragment ukazuje post jako drogę do osiągnięcia głębszej transformacji duchowej, przekraczającą zwykłą abstynencję od pokarmów i dotykającą umartwienia ducha.

Post, pojmowany jako kompleksowy proces duchowej odnowy, otwiera przed nami możliwość panowania nad własnymi pragnieniami i namiętnościami. Jest on nie tylko wyrazem religijnej pobożności, ale również drogą do osobistego oczyszczenia. Dzięki niemu, możemy dokonać introspekcji, zmierzyć się z własnymi słabościami i ograniczeniami, zadając sobie pytania o fundamentalne wartości i o to, co w naszym życiu jest najistotniejsze.

Umartwienie się, rozumiane jako świadoma decyzja o rezygnacji z niektórych przyjemności życiowych oraz dobrowolne podejmowanie wyrzeczeń, odgrywa kluczową rolę w kształtowaniu wewnętrznej dyscypliny oraz samokontroli. Te cechy są nieodzowne dla każdego, kto dąży do duchowego rozwoju i poszukuje głębszego sensu życia. Tego rodzaju praktyka wprowadza nas w stan umysłu, który pozwala lepiej zrozumieć i docenić wartość prostoty oraz znaczenie niematerialnych aspektów egzystencji.

Przez umartwienie się uczymy się, że nie wszystkie przyjemności są niezbędne do osiągnięcia szczęścia. W rzeczywistości, często to właśnie prostsze życie, wolne od nadmiernego dążenia do materialnych dóbr i przyjemności sensorycznych, otwiera nas na głębsze, bardziej satysfakcjonujące doświadczenia. Uświadamia nam, że prawdziwe szczęście często kryje się w małych rzeczach: w spokoju, który następuje po akcie życzliwości, w ciepłej rozmowie z przyjacielem, czy w spokojnym zachwycie nad pięknem przyrody.

Ta świadoma rezygnacja i przyjmowanie wyrzeczeń przyczyniają się również do budowania głębokich relacji z innymi ludźmi. Kiedy odwracamy swoją uwagę od ciągłego dążenia do osobistego zadowolenia, stajemy się bardziej otwarci na potrzeby i dobrostan innych. Uczy nas to empatii, współczucia i prawdziwej bliskości, które są fundamentami trwałych i satysfakcjonujących relacji międzyludzkich.

W konsekwencji, umartwienie się nie jest postrzegane jako cel sam w sobie, lecz jako środek do osiągnięcia większej harmonii duchowej i emocjonalnej. Poprzez tę praktykę rozwijamy umiejętność radzenia sobie z trudnościami, wzmacniamy swoją odporność psychiczną i uczymy się czerpać radość z życia w bardziej świadomy i zrównoważony sposób.

Post, jako głęboko duchowa praktyka, umożliwi nam również rozwój empatii i współczucia dla tych, którzy doświadczają cierpienia. Poprzez dzielenie się ich brakiem, nasza zdolność do empatii wzrasta, co umacnia nasze zaangażowanie w budowanie świata pełnego miłości i zrozumienia dla potrzeb bliźnich. Ostatecznie, post staje się ścieżką prowadzącą do głębokiej wewnętrznej przemiany, która wykracza poza indywidualny wymiar, inspirując nas do większego zaangażowania w życie wspólnoty. Dzięki tej praktyce, odkrywamy, że źródłem prawdziwego szczęścia i spełnienia jest nie tyle posiadanie, co bycie – bycie w zgodzie z własnymi wartościami, bycie blisko z Bogiem, i bycie wsparciem dla innych. W ten sposób, post przekształca się z czasu wyrzeczeń w okres budowania głębokiej duchowości, przynoszącej trwałe uczucie radości i wewnętrznego pokoju.

W natchnionych słowach Ewangelii według św. Mateusza: "Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy jesteście utrudzeni i obciążeni, a Ja was pokrzepię" (Mt 11,28), odnajdujemy zaproszenie do głębokiego duchowego odnowienia. To wezwanie do zbliżenia się do Boga w poszukiwaniu ukojenia i siły nabiera wyjątkowego znaczenia w kontekście przygotowań do Wielkiego Postu, okresu zachęcającego do wewnętrznej transformacji poprzez praktyki takie jak modlitwa i medytacja. Te głęboko duchowe dyscypliny są fundamentem naszej relacji z Bogiem, umożliwiając nam nie tylko głębsze zrozumienie Jego woli, ale również rozwijając w nas umiejętność akceptacji Jego planów dla naszego życia. W ciszy serca, w stanie skupienia i refleksji, otwieramy się na możliwość doświadczania prawdy o naszej duchowości i odkrywania, co w największym stopniu wpływa na nasze potrzeby duchowe. Taki proces pozwala nam lepiej zrozumieć, jak możemy służyć innym, będąc bardziej empatycznymi i wspierającymi.

Podczas Wielkiego Postu, modlitwa i medytacja łączą nas z Bożą obecnością, oferując głębsze zrozumienie sensu naszego istnienia. Te chwile zadumy przynoszą duszy ukojenie, umysłowi - jasność, a sercu - kierunek. Dzięki nim możemy lepiej pojąć, jak nasze postępowanie rezonuje z otaczającym nas światem, i jak możemy przyczynić się do jego pozytywnej zmiany. Te praktyki uczą nas również cierpliwości i pokory, ukazując, że ścieżka do duchowego rozwoju jest procesem wymagającym czasu, zaufania i otwartości na Boże prowadzenie. W chwilach, gdy zanurzamy się w refleksji nad Słowem Bożym i naszym wnętrzem, dochodzi do przemiany, zbliżającej nas do ideału człowieka kierującego się miłością, zrozumieniem i gotowością do służby.

Modlitwa i medytacja w Wielkim Poście stają się więc nie tylko praktykami ascezy, ale również budują głębszą więź z Bogiem i lepsze rozumienie własnej osoby. Jest to czas na zadawanie sobie pytań o sposób życia w większej zgodzie z naszymi duchowymi wartościami, odkrywając na nowo nasze powołanie do życia opartego na prawdzie, miłości i służbie - filarach chrześcijańskiej wiary.

W rezultacie, modlitwa i medytacja w okresie Wielkiego Postu służą nie tylko jako narzędzia duchowego oczyszczenia, ale również jako przewodnicy do głębszego samopoznania i zrozumienia naszego miejsca w Bożym planie. Poprzez te duchowe praktyki, otwieramy drogę do prawdziwej przemiany serca, klucza do intensywniejszej i autentyczniejszej relacji z Bogiem oraz z naszymi bliźnimi, prowadzącej do prawdziwej radości i spełnienia.

W słowach św. Mateusza: "Albowiem byłem głodny, a daliście Mi jeść; byłem spragniony, a daliście Mi pić; byłem przybyszem, a przyjęliście Mnie." (Mt 25,35), odnajdujemy wezwanie do wcielania w życie dzieł miłosierdzia, które stają się w tym świętym czasie manifestacją naszej duchowej odnowy. Ten okres nie tylko zachęca do introspekcji i osobistego rozwoju, ale również do rozszerzenia naszego zasięgu troski i pomocy na innych, przekraczając granice własnych potrzeb i zainteresowań. To działanie, będące wyrazem empatii i bezinteresownej miłości, nie tylko służy innym, ale także staje się katalizatorem naszej własnej duchowej transformacji.

W kontekście dzieł miłosierdzia, Wielki Post staje się czasem, w którym nasza wiara przejawia się w konkretach: w niesieniu pomocy ubogim, wsparciu potrzebujących, odwiedzinach u chorych i pocieszeniu strapionych. Każde z tych działań podkreśla naszą gotowość do bycia narzędziem dobra w świecie, który często wydaje się niezainteresowany ludzką krzywdą. To przypomnienie, że miłość wymaga aktywności – nie tylko w słowach, ale przede wszystkim w czynach.

Dzieła miłosierdzia uczą nas, że prawdziwa miłość objawia się przez czyny, wskazując na praktyczny wymiar naszej duchowości. Poprzez te praktyki uczymy się empatii, stając się bardziej wrażliwi na potrzeby innych i poszukując sposobów, by wprowadzać pozytywne zmiany w otaczającym nas świecie.

Jednocześnie, angażowanie się w dzieła miłosierdzia podczas Wielkiego Postu ma również głęboki wymiar ekumeniczny, sprzyjając dążeniu do jedności chrześcijan. Przekraczając denominacyjne granice, wspólne działania na rzecz innych mogą służyć jako mosty łączące różne wspólnoty wiary. W ten sposób, poprzez wspólne zaangażowanie w służbę bliźnim, chrześcijanie różnych tradycji mogą zbliżać się do siebie, odkrywając, że to, co ich łączy – miłość do Boga i bliźniego – jest silniejsze niż to, co ich dzieli.

Przygotowanie do Wielkiego Postu, a następnie jego świadome przeżywanie, staje się więc nie tylko drogą do osobistego oczyszczenia i duchowego wzrostu, ale również okazją do budowania głębszych, bardziej znaczących relacji między różnymi wspólnotami chrześcijańskimi. Jest to czas, w którym można na nowo odkryć uniwersalne wartości miłości, służby i współczucia, które są fundamentem naszej wspólnej wiary.

Niech ten Wielki Post będzie dla nas wszystkich nie tylko okresem wewnętrznej przemiany, ale również czasem budowania mostów między różnymi wspólnotami chrześcijańskimi, wspólnego dążenia do jedności i pokojowego współistnienia. Poprzez działania miłosierdzia i otwartość na potrzeby innych, możemy wspólnie pracować na rzecz lepszego świata, w którym panuje miłość, zrozumienie i szacunek dla każdego człowieka.

Wielki Post, zatem, staje się nie tylko czasem osobistej duchowej odnowy, ale również okresem, w którym możemy aktywnie pracować na rzecz jedności chrześcijańskiej, pokazując, że miłość i służba bliźniemu nie znają granic kościelnych. To okazja do przełamywania barier i budowania dialogu opartego na wspólnych wartościach i dążeniu do głębszego zrozumienia naszej wiary.

Zachęta do dzieł miłosierdzia i aktywnego zaangażowania w życie społeczności, jaką przynosi Wielki Post, może stać się punktem wyjścia do wspólnych inicjatyw między różnymi denominacjami chrześcijańskimi. Poprzez takie działania, chrześcijanie mogą dawać świadectwo jedności i miłości, które są w sercu Ewangelii, pokazując światu, że pomimo różnic teologicznych i liturgicznych, wspólnym celem jest naśladowanie Chrystusa i niesienie Jego miłości wszystkim ludziom.

Ta wspólna służba i dążenie do jedności w miłości i działaniu może również stać się potężnym znakiem dla społeczeństwa, które często jest podzielone i skonfliktowane. Pokazując, że chrześcijanie różnych tradycji mogą pracować razem na rzecz dobra wspólnego, podkreśla się uniwersalny przekaz miłości, który przekracza wszelkie podziały.

Wielki Post staje się nie tylko czasem osobistej przemiany, ale również okazją do refleksji nad tym, jak jako chrześcijanie, niezależnie od naszej przynależności kościelnej, możemy przyczyniać się do budowania kultury wzajemnego szacunku, zrozumienia i współpracy. Jest to czas, kiedy możemy zastanowić się nad naszym wkładem w ekumenizm – nie tylko poprzez dialog teologiczny, ale przede wszystkim przez wspólne działanie na rzecz innych.

Wielki Post przypomina nam, że nasze duchowe życie i nasze relacje z Bogiem mają bezpośredni wpływ na nasze relacje z innymi ludźmi, w tym z naszymi braćmi i siostrami w wierze. Poprzez świadome przeżywanie tego czasu, poprzez modlitwę, post, medytację oraz aktywne zaangażowanie w dzieła miłosierdzia, możemy nie tylko głęboko odnowić naszą relację z Bogiem, ale również przyczynić się do budowania mostów między różnymi wspólnotami chrześcijańskimi. Niech ten Wielki Post będzie czasem, w którym nasze wspólne wysiłki na rzecz jedności i miłości będą owocować głębszym zrozumieniem i szacunkiem dla różnorodności naszej wiary, prowadząc nas wszystkich do pełniejszego życia w Chrystusie.

/-/ + Robert Matysiak NCC