



Wielki Post to czas łaski, wezwanie do głębokiego nawrócenia i zaproszenie do powrotu do serca Boga. Nie jest to jedynie okres wyrzeczeń czy zewnętrznych zasad, ale droga wewnętrznej przemiany. Na tej duchowej ścieżce trzy fundamentalne filary pomagają nam w pełni przeżyć ten czas: **rezygnacja, skrucha i odnowa**.

Dziś, bardziej niż kiedykolwiek, w społeczeństwie promującym indywidualizm, wygodę i natychmiastowy sukces, wielkopostne przesłanie wyzywa nas do wyjścia poza siebie, pokornego przeanalizowania swojego życia i pozwolenia Bogu na całkowitą odnowę naszej duszy.

1. Rezygnacja: Porzucić, By Zyskać

Współczesny świat zachęca nas do gromadzenia dóbr, natychmiastowego zaspokajania pragnień i unikania wszelkich poświęceń. Jednak Jezus uczy nas, że **kto straci swoje życie z Jego powodu, ten je odnajdzie** (por. Mt 16,25).

Chrześcijańska rezygnacja nie jest aktem samozniszczenia ani odrzuceniem tego, co dobre, lecz dobrowolnym i miłującym darem z siebie. W Wielkim Poście post i wstrzemięźliwość są widzialnymi znakami tej rzeczywistości: **kiedy rezygnujemy z tego, co zbędne, uczymy się doceniać to, co naprawdę istotne**.

Rezygnacja może przyjąć różne formy:

- Ograniczenie rozpraszaczy, aby poświęcić więcej czasu na modlitwę.
- Zmniejszenie korzystania z mediów społecznościowych i technologii na rzecz pogłębiania relacji międzyludzkich.
- Zrezygnowanie z nawyków, które oddalają nas od Boga, takich jak obmowa, niecierpliwość czy brak miłości bliźniego.

Cel jest jasny: **opróżnić nasze serca z tego, co nas zniewala, aby Bóg mógł je napełnić swoją łaską**.

2. Skrucha: Serce Powracające do Boga

Skrucha jest sednem wielkopostnego przesłania. Od proroków po nauczanie Jana Chrzciciela i samego Jezusa, wezwanie do nawrócenia było zawsze jednoznaczne:



„*Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię*” (Mk 1,15).

Prawdziwa skrucha to nie tylko poczucie winy, lecz aktywna decyzja o powrocie do Boga. Nie wystarczy uznać nasze grzechy, ale musimy także zmienić kierunek swojego życia, szczerze pragnąc przemiany w Chrystusowej miłości.

Kościół daje nam Sakrament Pokuty i Pojednania jako wielki kanał Bożego miłosierdzia. W spowiedzi nie tylko otrzymujemy przebaczenie, ale także zostajemy uzdrowieni i umocnieni do dalszej drogi.

Aby autentycznie przeżywać skruchę w tym Wielkim Poście, możemy:

- Codziennie szczerze badać swoje sumienie.
- Przystępować do sakramentu spowiedzi z pokorą i ufnością.
- Naprawiać, w miarę możliwości, krzywdy wyrządzone przez nasze grzechy.

Bóg nie tylko nam przebacza, ale także nas przemienia. Niezależnie od tego, jak daleko się oddaliliśmy, zawsze istnieje droga powrotu.

3. Odnowa: Nowy Początek w Chrystusie

Wielki Post nie kończy się pokutą, ale radością Zmartwychwstania. **Bóg nie wzywa nas jedynie do rezygnacji i skruchy, ale także do odnowy w Jego miłości.**

Święty Paweł wyraża to w mocnych słowach:

„*Jeżeli więc ktoś pozostaje w Chrystusie, jest nowym stworzeniem. To, co dawne, minęło, a oto wszystko stało się nowe*” (2 Kor 5,17).

Odnowa oznacza przyjęcie życia w Chrystusie z radością, pozwalając Jego światłu przemieniać nasze relacje, naszą pracę, nasze myśli i codzienne decyzje.

Aby uczynić z Wielkiego Postu prawdziwy czas odnowy, możemy:



- Zobowiązać się do głębszego i bardziej regularnego życia modlitewnego.
- Konkretnie praktykować miłość bliźniego, pomagając innym.
- Przeżywać każdy dzień z wdzięcznością i ufnością w Bożą opatrzność.

Przeżywanie Wielkiego Postu w Dzisiejszym Świecie

W czasach, gdy powierzchowność i pośpiech oddalają nas od prawdziwego sensu życia, Wielki Post jest okazją, by **zatrzymać się, zastanowić i powrócić do tego, co najważniejsze**. Nie jest to jedynie coroczny rytuał, lecz wezwanie do autentycznej przemiany.

Zrezygnować, aby zyskać Chrystusa. Okazać skruchę, aby doświadczyć Jego miłosierdzia. Odnowić się, by żyć radością Zmartwychwstania.

Oto prawdziwy duch Wielkiego Postu: **droga, która prowadzi nas od prochu i popiołu do chwały Zmartwychwstania**. Możemy nią kroczyć z otwartym sercem, ufając, że Bóg podtrzymuje nas na każdym kroku.

Modlitwa Wielkopostna

Panie, w tym świętym czasie,
pomóż mi zrezygnować z tego, co oddala mnie od Ciebie,
szczerze się nawrócić
i odnowić się w Twojej miłości.
Niech ten Wielki Post będzie nowym początkiem,
okazją do wzrastania w świętości
i kroczenia bliżej Ciebie.
Amen.