

# 59. Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu

*15-21 lutego 2026 roku*

## POLSKA

**silna  
wiarą i trzeźwością**



Zespół KEP ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych



# SPIS TREŚCI

|                                                                                            |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Idea Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                                             | 3  |
| Intencje 59. Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                                     | 4  |
| Niedziela w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu<br>Słowo Bpa Tadeusza Bronakowskiego ..... | 5  |
| Poniedziałek w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                                   | 9  |
| Wtorek w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                                         | 12 |
| Środa Popielcowa w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                               | 15 |
| Czwartek w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                                       | 18 |
| Piątek w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                                         | 21 |
| Sobota w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                                         | 24 |
| Nabożeństwo eucharystyczne w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu .....                     | 26 |
| Droga Krzyżowa dla uzależnionych i za uzależnionych .....                                  | 31 |



# IDEA TYGODNIA MODLITW O TRZEŹWOŚĆ NARODU

W niedzielę 15 lutego br. rozpoczyna się 59. Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu. Będzie on przebiegał pod hasłem: „Polska silna wiarą i trzeźwością”. Trwać będzie do soboty 21 lutego, jako duchowe przygotowanie do owocnego przeżycia Wielkiego Postu.

Inicjatywa Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu, będąca wyrazem troski o stan moralny naszego narodu, zrodziła się w ubiegłym wieku z inicjatywy Episkopatu pod przewodnictwem bł. kard. Stefana Wyszyńskiego. Ten wielki apostoł trzeźwości był przekonany, że „jeśli w naszym narodzie ma nadal istnieć wiara, istnieć Kościół, jeśli ma istnieć sam naród, to musi zostać pokonana plaga pijaństwa”. Z całych sił o to zabiegał, sam dając przykład świętego, trzeźwego życia, praktykując od dzieciństwa dobrowolną abstynencję. Zachęcał wszystkich do gorliwej modlitwy w intencji otrzeźwienia narodu, do działań duszpasterskich i do składania Bogu przyrzeczeń abstynenckich z motywów nadprzyrodzonych. Motywem tych działań powinna być intencja wynagrodzenia Bogu za grzechy pijaństwa popełniane w naszej Ojczyźnie, a zarazem ma to być piękne świadectwo radosnego, wolnego życia, bez sięgania po alkohol.

Mając świadomość, jak ważne jest zjednoczenie wiernych na modlitwie w intencji otrzeźwienia narodu, Zespół KEP ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych przygotował materiały duszpasterskie. Są to: modlitwy na każdy dzień Tygodnia, Słowo Przewodniczącego Zespołu na niedzielę i plakat okolicznościowy.

Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu jest okazją, aby zwiększyć zaangażowanie członków parafii w działania abstynenckie i trzeźwościowe, jak również zachęcić wszystkich do codziennej troski o trzeźwość w swoich rodzinach. Ważne jest, aby na nowo odkryć wartość okresowych lub stałych przyrzeczeń abstynenckich i dać świadectwo poprzez wpisanie tej decyzji do Parafialnej Księgi Trzeźwości.



# INTENCJE

## 59. TYGODNIA MODLITW O TRZEŹWOŚĆ NARODU

**15 lutego 2026 r. – VI Niedziela Zwykła**  
**Dzień ekspiacji za grzechy nietrzeźwości**

Modlitwa za Polaków, aby wiarą i trzeźwością budowali silną Ojczyznę i gorliwie wypełniali Jasnogórskie Śluby Narodu.

**16 lutego 2026 r. – Poniedziałek**

Modlitwa za dobrowolnych abstynentów, aby odważnie dawali świadectwo życia wolnego od nałogów i tworzyli nową kulturę trzeźwości.

**17 lutego 2026 r. – Wtorek**

Modlitwa za rodziców, aby przykładem wiary i trzeźwego życia uczyli dzieci kroczyć drogą świętości.

**18 lutego 2026 r. – Środa Popielcowa**

Modlitwa za osoby pogrążone w nałogach, aby Wielki Post był dla nich czasem powstania z nałogu, nawrócenia i szczerzej pokuty.

**19 lutego 2026 r. – Czwartek**

Modlitwa za kapłanów, aby pamiętali o słowach bł. kard. Wyszyńskiego, że „bez kapłanów abstynentów nie będzie trzeźwej Polski”.

**20 lutego 2026 r. – Piątek**

Modlitwa za sprawujących władzę, aby kierując się dobrem narodu autentycznie troszczyli się o trzeźwość Polaków.

**21 lutego 2026 r. – Sobota**

Modlitwa za wszystkich zaangażowanych w apostołstwo trzeźwości i osób uzależnionych, aby wytrwale dążyli ku trzeźwości narodu.



# VI Niedziela Zwykła

## Dzień ekspiacji za grzechy nietrzeźwości

### *15 lutego 2026 r.*

#### Intencja

Modlitwa za Polaków, aby wiarą i trzeźwością budowali silną Ojczyznę i gorliwie wypełniali Jasnogórskie Śluby Narodu.

#### Wprowadzenie do Mszy świętej

Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu, który dzisiaj rozpoczynamy, jest dla nas wezwaniem do modlitwy w intencji odnowy moralnej, a zwłaszcza do przezwyciężenia wady narodowej, jaką jest pijaństwo. W duchu wynagrodzenia za popełniane w naszej Ojczyźnie grzechy nietrzeźwości, przepraszajmy Boga za wszelkie zło i prosimy o szczere nawrócenie wszystkich Polaków.

#### Czytania

|                     |                                                                    |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Pierwsze czytanie   | Syr 15, 15-20                                                      |
| Psalm responsoryjny | Ps 119 (118), 1-2. 4-5. 17-18. 33-34                               |
| Drugie czytanie     | 1 Kor 2, 6-10                                                      |
| Ewangelia           | Mt 5, 17-37 – dłuższa<br>Mt 5, 20-22a. 27-28. 33-34a. 37 – krótsza |

#### Słowo Przewodniczącego Zespołu KEP

**ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych – Bpa Tadeusza Bronakowskiego  
na Niedzielę 59. Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu**

Umiłowani w Chrystusie Siostry i Bracia!

Kościół w Polsce od ponad pół wieku zachęca wierzących, aby przygotowując się do Wielkiego Postu modlili się w sposób szczególny w intencji trzeźwości narodu. Odpowiadając na to wezwanie rozpoczynamy dzisiaj 59. Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu pod hasłem „Polska silna wiarą i trzeźwością”.



Czym kierujemy się podejmując tę ważną inicjatywę? Czy jest to tylko wierność wieloletniej tradycji? Przede wszystkim kieruje nami chrześcijańska miłość. Ona zobowiązuje nas do troski o los doczesny i wieczny bliźnich. Motywuje nas odpowiedzialność za los Ojczyzny, która „albo będzie trzeźwa, albo nie będzie jej wcale” (bł. ks. Bronisław Markiewicz). Prowadzi nas wiara, że Bóg wysłucha naszych modlitw i da nam Ojczyznę silną wiarą i trzeźwością. Modlimy się o to zawsze, ale właśnie Tydzień Modlitw jest wyjątkowym czasem mobilizacji, aby wspólnie wołać do Boga o zwycięstwo nad wadami narodowymi, w tym nad niszczącym nasz naród pijaństwem. Ono tak często jest bagatelizowane, a nawet przez wielu kulturowane i przewrotnie traktowane, jakby było synonimem wolności.

Odpowiedzmy zatem na ważne pytanie, czym jest pijaństwo? Obrazowo można je porównać do prostej i szybkiej autostrady prowadzącej do śmiertelnej choroby, jaką jest alkoholizm. Tą autostradą porusza się każdy, kto pije alkohol ryzykownie i szkodliwie. Ekspert obliczyli, że pijaństwo to jednorazowe spożycie 60g etanolu w przypadku mężczyzn i 40g w przypadku kobiet. Oprócz osób już uzależnionych, w Polsce jest ponad dwa miliony tych, którzy mają problemy alkoholowe z powodu braku trzeźwości. Mowa o osobach systematycznie nietrzeźwych, bo pojedynczych epizodów pijaństwa jest znacznie więcej – dotyczy to nawet 2/3 populacji dorosłych w ciągu miesiąca.

Pijacy to osoby, które jeszcze nie są uzależnione, czyli w każdej chwili mogą sami przestać pić. To zależy tylko od ich decyzji. Dopiero w fazie choroby alkoholowej konieczne jest specjalistyczne leczenie i terapia. To właśnie pijacy czynią najwięcej szkód, a przecież tych wszystkich strat ekonomicznych, zdrowotnych, społecznych i moralnych łatwo można uniknąć. Wystarczy praktykować trzeźwość, czyli być abstynentem, bądź zachować umiar. Umiar to sięganie po alkohol bardzo rzadko, w bardzo małych, wręcz symbolicznych ilościach. Jednak nawet ci, którzy umiarkowanie korzystają z napojów alkoholowych, powinni pamiętać, że każda – nawet mała ilość alkoholu, może okazać się szkodliwa dla ich zdrowia. Naukowcy ostrzegają, że nie można określić bezpiecznej dawki alkoholu dla człowieka.

Zwykle wejście na drogę zniewolenia zaczyna się z pozoru niewinnie. Człowiek mówi sobie na przykład, że „jedno piwo wieczorem na pewno mi nie zaszkodzi”. Z czasem wypitego alkoholu jest coraz więcej i coraz więcej problemów powodujących ogromne straty. Mimo tego wiele osób nie chce zejść z tej niebezpiecznej drogi.

Trzeba też pamiętać, że przeciwko cnocie trzeźwości występuje nie tylko ten, kto nadużywa alkoholu, ale każdy, kto sięga po napoje alkoholowe nie zważając na przeciwskazania. Dotyczy to na przykład dzieci i młodzieży do 18 roku życia, kobiet w stanie błogosławionym, czy kierowców.

Każdy dzień Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu ma wyznaczoną intencję. Dzisiaj modlimy się za Polaków, aby wiarą i trzeźwością budowali silną Ojczyznę i gorliwie wypełniali Jasnogórskie Śluby Narodu. Jesteśmy świadomi, że ciąży na nas zaszczytny obowiązek wierności Ślubom, w których nasi przodkowie przyrzekali walczyć z wadami narodowymi, w tym z pijań-



stwem i przyrzekali zdobywać cnoty. W tym roku w sierpniu świętować będziemy 70. rocznicę tego historycznego wydarzenia. Dla nas wierzących Polaków to nie tylko historia, ale aktualne zobowiązanie, które pragniemy realizować aż do zwycięstwa nad złem. Bł. Prymas Stefan Wyszyński mówił, że w Jasnogórskich Ślubach „wypowiedzieliśmy całą naszą wiarę w Boga, gorącą miłość ku Matce Chrystusowej, potężną wolę wierności i służby w Kościele Chrystusowym”. W Jasnogórskich Ślubach „tętni ta sama żywa krew narodu, który umiał [kiedyś] wylewać ją w obronie chrześcijaństwa na polach bitew”. A dzisiaj nasz naród – wierny Chrystusowi i trzeźwy, ma budować silną Ojczyznę, która będzie pomagać wszystkim Polakom zdążać do Ojczyzny w niebie.

Ważną sprawą jest, abyśmy pielęgnowali to wspaniałe chrześcijańskie dziedzictwo na wzór wielkich synów i córek polskiego narodu, na wzór świętych i błogosławionych apostołów trzeźwości, na czele z bł. kard. Stefanem Wyszyńskim. On wołał, aby odważnie walczyć z wadami narodowymi, które jak „największe kamienie ciążą na grobie niejednego sumienia i niejednej formacji społecznej”. Za te grzechy pragniemy dzisiaj Bogu wynagradzać. Oprócz gorliwej modlitwy ofiarujemy też wspaniały dar duchowy, jakim jest decyzja o dobrowolnej abstynencji od alkoholu na czas Wielkiego Postu, a może nawet i na całe życie. Abstynencja to tarcza ochronna przed uzależnieniem. To świadectwo wolności wewnętrznej i wyobraźni miłosierdzia. To wyraz patriotycznej postawy, która dobro Ojczyzny stawia na pierwszym miejscu.

To dobrze, że sprawa ochrony trzeźwości Polaków coraz głośniejsze wybrzmiewa w przestrzeni publicznej. Każde działanie na rzecz trzeźwości jest cenne, bo trzeźwość jest dobrem, które trzeba szczególnie chronić. Cieszymy się wszelkimi inicjatywami promującymi postawę trzeźwościową. Prosimy wszystkich ludzi dobrej woli – których nie brakuje w naszej Ojczyźnie – aby pamiętali, że jednym z najważniejszych obecnie przejawów miłości bliźniego jest troska o wychowanie w abstynencji młodego pokolenia oraz troska o skarb trzeźwości w odniesieniu do ludzi dorosłych. W Kościele, w rodzinach, we władzach państwowych i samorządowych mamy wiele osób kompetentnych, zatroskanych o trzeźwość narodu. Współpraca i integracja ich wysiłków ma szansę przyczynić się do powstania narodowej koalicji ludzi dobrej woli – małżonków i rodziców, księży, psychologów i pedagogów, polityków i samorządowców, ludzi kultury i mediów, Kościołów – na rzecz troski o trzeźwość naszego społeczeństwa (*Przesłanie Narodowego Kongresu Trzeźwości*).

Umiłowani!

W pierwszym czytaniu słyszeliśmy, że Bóg stwarzając człowieka obdarzył go darem wolności. Natchniony autor Księgi Syracha pisze: „Położył przed tobą ogień i wodę, co zechcesz, po to wyciągniesz rękę. (...) Przed ludźmi życie i śmierć, co ci się podoba, to będzie ci dane” (Syr 15,14-17). Rozważmy, jak wielka odpowiedzialność wiąże się z darem wolności! Co wybiorę – życie czy śmierć? Szczęście i błogosławieństwo czy śmierć i przekleństwo? Co wybiorę – nietrzeźwość, sidła nałogu, przegrane życie czy trzeźwość, prawdziwą wolność, piękne życie tu na ziemi i szczęście wieczne w niebie? To zależy od każdego z nas. Naszym celem jest niebo,



o którym św. Paweł Apostoł pisze: „ani oko nie widziało, ani ucho nie słyszało, ani serce człowieka nie zdołało pojąć, jak wielkie rzeczy przygotował Bóg tym, którzy Go miłują” (1Kor 2,9).

W Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu módlmy się, aby Polacy podjęli trud odnowy moralnej, a praktykując trzeźwość coraz bardziej wzrastali w Chrystusowej wolności.

*Bp Tadeusz Bronakowski*

### **Modlitwa wiernych**

Jezus wzywa nas do życia zgodnie z wymaganiami Ewangelii. Prośmy Go o potrzebne łaski, abyśmy wiernie wypełniali Jego słowa w codziennym życiu.

1. Módlmy się za Ojca świętego, aby Bóg obdarzył Go mądrością i mocą do odważnego głoszenia prawdy zawartej w Ewangelii.

2. Módlmy się za Kościół w naszej Ojczyźnie, aby wszyscy jego członkowie troszczyli się o prawdziwą wolność, której Dawcą jest Jezus Chrystus.

3. Módlmy się o łaskę kanonizacji bł. kard. Stefana Wyszyńskiego, wielkiego apostoła trzeźwości.

4. Módlmy się za Polaków, aby wiarą i trzeźwością budowali silną Ojczyznę i gorliwie wypełniali Jasnogórskie Śluby Narodu.

5. Módlmy się za nasze rodziny i wspólnoty, aby pielęgnowana w nich była wiara, która jest najlepszą ochroną przed uzależnieniami.

6. Módlmy się za nas samych, abyśmy z radością i odwagą świadczyli o Chrystusie i w codziennym życiu praktykowali trzeźwość.

Boże, przyjmij nasze modlitwy i pomóż nam być prawdziwymi uczniami Twojego Syna, Jezusa Chrystusa. Amen.

### **Na rozesłanie**

Niech Boże błogosławieństwo pomoże nam gorliwie modlić się o trzeźwość naszego narodu i troszczyć się o trzeźwość, zwłaszcza abstynencką.



# Poniedziałek w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu 16 lutego 2026 r.

## Intencja

Modlitwa za dobrowolnych abstynentów, aby odważnie dawali świadectwo życia wolnego od nałogów i tworzyli nową kulturę trzeźwości.

## Wprowadzenie do Mszy świętej

Dar dobrowolnej abstynencji od alkoholu jest czymś bardzo cennym, zwłaszcza w sytuacji tak poważnych problemów alkoholowych, jakich doświadczamy w naszej Ojczyźnie. W Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu modlimy się za tych wszystkich, którzy podjęli już taką decyzję, aby w niej wytrwali. Prosimy też Boga, aby jak najwięcej Polaków zostało dobrowolnymi abstynentami. Abyśmy wszyscy tworzyli nową kulturę trzeźwości.

## Czytania

Pierwsze czytanie      Jk 1, 1-11

Psalm responsoryjny    Ps 119 (118), 67-68. 71-72. 75-76

Ewangelia                Mk 8, 11-13

## Materiały do wykorzystania

- „Jezus nigdy nie zachowuje się jak ktoś daleki, wyniosły, chociaż w latach Jego przepowiadania widzimy Go czasem niezadowolonego, gdyż boli Go ludzka niegodziwość. Jeśli jednak przyjrzymy się bliżej, zauważymy zaraz, że Jego oburzenie i gniew rodzą się z miłości: są dla nas kolejnym zaproszeniem do porzucenia niewierności i grzechu” (św. Josemaria Escriva).

- „Prawda, jaką Pan Jezus przekazuje nam w dzisiejszej Ewangelii, brzmi na pozór sucho i ostro: *Zaprawdę powiadam wam: żaden znak nie będzie dany temu plemieniu*. Postawmy sobie pytanie: jakie przesłanie Bożej miłości zawiera się w tych trudnych słowach Pana Jezusa. Otóż po pierwsze, Pan Jezus upomina nas, żebyśmy nie próbowali rozkazywać Panu Bogu. Daj



nam znak z nieba, a uwierzmy tobie – żądali faryzeusze. A przecież nie wolno wobec Pana Boga przyjmować pozy rozkazodawcy. Panu Bogu trzeba zawierzyć. Po drugie, faryzeuszom wydawało się, że jeśli uwierzą Panu Jezusowi, to okażą Mu w ten sposób swoją łaskę. A przecież w rzeczywistości jest zupełnie odwrotnie: to On okazuje nam wielką łaskę, że raczy nas przyjąć na swoich uczniów. Dlatego Pan Jezus nie chciał już z nimi dalej rozmawiać. Oby tylko nam udało się uniknąć obu tu faryzejskich błędów” (o. Jacek Salij OP).

- „Abstynencja wyzwala drugiego człowieka poprzez solidarne staniecie obok niego na drodze do celu, do którego chcemy go doprowadzić. Jest to taktyka podania dłoni zamiast głoszenia haseł i programów, które jeszcze nie przynoszą wyzwolenia. Wyzwalając innych, wyzwalamy siebie. Ostatecznie wyzwalamy prowadzi wyzwolonego do Chrystusa, w którym jest ideał i realizacja naszej wolności” (sł. Boży ks. Franciszek Blachnicki).

- „Jak mamy pełnić apostołat tworzenia kultury trzeźwości w swoim środowisku? Przede wszystkim ukazywaniem piękna trzeźwego życia, które do swojej pełni nie potrzebuje alkoholu ani innych środków psychoaktywnych. Można się radośnie bawić bez alkoholu. Można wspólnie biesiadować bez alkoholu i bez piosenek biesiadnych zachwalających picie. Można i trzeba pięknie przeżywać uroczystości rodzinne, kościelne i inne zachowując abstynencję.

Wielu z nas posiada różne talenty artystyczne. Warto je wykorzystać na promowanie chrześcijańskich wartości, a wśród nich na budowanie kultury trzeźwości. Piosenki, filmy, książki ukazujące trzeźwy styl życia to wielkie dobro, które pomaga w przemianie naszej mentalności i obyczajowości. Propagujmy je w swoich rodzinach, miejscach nauki i pracy, w mediach społecznościowych. Takie działania są dobrą, konieczną odpowiedzią na kulturę konsumpcjonizmu, hedonizmu, relatywizmu moralnego i doraźnej przyjemności, na kulturę panującą we współczesnym świecie” (bp Tadeusz Bronakowski).

## Modlitwa wiernych

Umocnieni Słowem Bożym prosimy z żywą wiarą Jezusa o potrzebne łaski.

1. Módlmy się za Kościół święty, aby pod przewodnictwem Papieża i biskupów wzrastał w wierze i Bożej mądrości.

2. Módlmy się za osoby konsekrowane, aby dawały przykład wiary i praktykowania cnót, w tym cnoty trzeźwości.

3. Módlmy się za dobrowolnych abstynentów, aby odważnie dawali świadectwo życia wolnego od nałogów i tworzyli nową kulturę trzeźwości.



4. Módlmy się za osoby, które przeżywają różne cierpienia i trudności życiowe, aby wytrwali w wierze i w Jezusie szukali umocnienia i ratunku.

5. Módlmy się za naszą parafię, aby kwitła w niej trzeźwość, a osoby uzależnione i ich bliscy znaleźli stosowną pomoc.

6. Módlmy się za nas samych, abyśmy nie szukali znaków i cudów, ale wiernie wypełniali naukę Jezusa.

Nasz najlepszy Ojciec, wysłuchaj prośb, które wspólnie do Ciebie zanosimy. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

### **Na rozesłanie**

Pan nas posyła, abyśmy wszędzie tam, gdzie jesteśmy, dawali świadectwo chrześcijańskiej wiary. Z Bożym błogosławieństwem nie lękajmy się być Jego świadkami i żyć w prawdziwej wolności.



# Wtorek w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu *17 lutego 2026 r.*

## Intencja

Modlitwa za rodziców, aby przykładem wiary i trzeźwego życia uczyli dzieci kroczyć drogą świętości.

## Wprowadzenie do Mszy świętej

Intencja kolejnego dnia Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu kieruje nasze myśli ku polskim rodzinom. Tak wiele z nich zamiast być dla swoich członków bezpiecznym, pełnym miłości miejscem życia, staje się miejscem cierpienia, biedy, bólu i łez z powodu nietrzeźwości. Prośmy Boga, aby rodzice byli zawsze dobrym przykładem wiary i trzeźwego życia.

## Czytania

|                     |                                  |
|---------------------|----------------------------------|
| Pierwsze czytanie   | Jk 1, 12-18                      |
| Psalm responsoryjny | Ps 94 (93), 12-13a. 14-15. 18-19 |
| Ewangelia           | Mk 8, 14-21                      |

## Materiały do wykorzystania

- „Pokusa nie jest jeszcze przyzwoleniem na nią. Pokusa ma za cel doprowadzenie nas do grzechu i śmierci. Jednakże w miarę jak nasze serce przylgnie do Chrystusa, tym bardziej będziemy przewyżać pokusy” (KKK 2847)
- „Należy unikać pijaństwa, bo ono powoduje niemożność uniknięcia występku; czego bowiem nie zrobilibyśmy będąc trzeźwymi, to w zamroczeniu pijaństwa popełniamy nieświadomie” (św. Ambroży).
- „Wszystko to, co na tej ziemi jest dobre, zaczyna się od szczęśliwego małżeństwa i trwałej rodziny. Miłość małżeńska i rodzicielska to wskazany przez Boga pierwszy i najlepszy sposób



pokonywania samotności oraz wspólnego wzrastania w świętości, czyli stawania się kimś podobnym do Stwórcy. To właśnie od małżeństwa i rodziny zależy w największym stopniu to, czy na świat przychodzą nowi obywatele naszego kraju i w jaki sposób wychowywane jest młode pokolenie Polaków. Jednym z warunków miłości małżonków i rodziców jest ich stanowcza troska o własną trzeźwość i o trzeźwość męża czy żony, a także troska o wychowanie dzieci i młodzieży w abstynencji w wieku rozwojowym i o zachowanie trzeźwości w dorosłym życiu. Małżeństwo i rodzina to pierwsze i najważniejsze środowisko troski o trzeźwość i wychowania w trzeźwości” (ks. Marek Dziewiecki).

- „Z wielkim bólem myślimy o dziesiątkach tysięcy polskich małżeństw, które co roku się rozpadają. O licznych zdradach małżeńskich. O życiu tak wielu par bez ślubu kościelnego. O milionach rodzin, które cierpią z powodu nadużywania alkoholu przez któregoś z członków. O rodzinach dotkniętych problemem narkomanii, pornografii, hazardu, czy innymi nałogami. Z bólem myślimy o rodzinach, które rezygnują z sakramentów i innych praktyk chrześcijańskich. Które zapomniały, że są powołane, aby być domowymi kościołami. Które zapomniały, że powinny być oazami przekazywania życia, wiary, nadziei i miłości.

Krocząc drogą ku trzeźwości naszego narodu musimy zdawać sobie sprawę, że nie osiągniemy tego celu bez odnowy moralnej naszych rodzin. Polskie dzieci muszą wzrastać w przeświadczeniu, że dobrze jest być człowiekiem, który kocha i jest kochanym. Polskie dzieci muszą doświadczać, że dobroć Boga odzwierciedla się w rodzicach i rodzeństwie. Że wiara, nadzieja i miłość to prawdziwe skarby, o które trzeba zabiegać, dla których warto się poświęcać. Bez rodzin, które naprawdę są domowymi kościołami, nie będzie trzeźwej, wolnej Polski. Nie będzie pomyślnej przyszłości.” (bp Tadeusz Bronakowski).

### **Modlitwa wiernych**

W Słowie Bożym słyszeliśmy, że „każde dobro, jakie otrzymujemy i wszelki dar doskonały zstępują z góry, od Ojca światel”. Przedstawmy więc z ufnością prośby dobremu Bogu.

1. Módlmy się za cały lud Boży, aby służył Panu z wielką mądrością i skutecznie walczył z wszelkimi pokusami.

2. Módlmy się za kapłanów, aby ofiarnie służyli wiernym sprawując sakrament pokuty i pojednania.

3. Módlmy się za rodziców, aby przykładem wiary i trzeźwego życia uczyli dzieci kroczyć drogą świętości.



4. Módlmy się za rodziny, w których żyją osoby uzależnione, aby uzyskały konieczną pomoc i duchowe wsparcie.

5. Módlmy się za rodziny naszej parafii, aby żyły zgodnie z Dekalogiem i angażowały się życie wspólnoty parafialnej.

6. Módlmy się za nas samych, abyśmy dobrze rozumieli naukę Jezusa zawartą w Ewangelii i stosowali ją w życiu.

Boże, Dawco wszelkiego dobra, wysłuchaj naszych modlitw, abyśmy z radością Tobie służyli. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

### **Na rozesłanie**

Z wielką wiarą i ufnością w Bożą moc przyjmijmy Jego błogosławieństwo. Nieśmy Bożą radość i miłość do swoich rodzin. Troszczmy się, aby były silne wiarą i trzeźwością.



# Środa Popielcowa w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu

## *18 lutego 2026 r.*

### Intencja

Modlitwa za osoby pogrążone w nałogach, aby Wielki Post był dla nich czasem powstania z nałogu, nawrócenia i szczerzej pokuty.

### Wprowadzenie do Mszy świętej

Środa Popielcowa to początek kolejnego w naszym życiu Wielkiego Postu. Jak refren w pieśni chrześcijańskiego życia zabrzmiały dla nas słowa: „Nawracajcie się i wierźcie w Ewangelię”. Czy poruszają one nasze serca i zmotywują do rewizji swojego życia według wymagań Ewangelii Chrystusowej? To zależy od każdego z nas.

W Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu modlimy się dzisiaj za osoby pogrążone w nałogach, aby Wielki Post był dla nich czasem powstania z nałogu, nawrócenia i szczerzej pokuty. Ofiarujmy im nie tylko modlitwę, ale także dar dobrowolnej abstynencji od alkoholu, okresowej bądź też stałej.

### Czytania

|                     |                                 |
|---------------------|---------------------------------|
| Pierwsze czytanie   | Jl 2, 12-18                     |
| Psalm responsoryjny | Ps 51, 3-4. 5-6a. 2-13. 14 i 17 |
| Drugie czytanie     | 2 Kor 5, 20 – 6, 2              |
| Ewangelia           | Mt 6, 1-6. 16-18                |

### Materiały do wykorzystania

- „Na początku Wielkiego Postu żywo odczuwamy całą wielkość wiary i jej Boskich tajemnic, przeto z tym większą świadomością musimy też odnieść się do tego, co wiarę w nas osłabia i niszczy. (...) Ogromnie jest nam potrzebne zwycięstwo nad złem w skali społecznej. Są bowiem wady i grzechy, które posiadają wymiar społeczny i grożą całemu narodowi. Wady takie i grzechy doprowadziły nasz naród w XVIII wieku do długiej niewoli, do utraty niepodległości



(...). Nie możemy przeto patrzeć bez obaw na to, jak te wady zakorzeniają się znów w naszym życiu społecznym. Na pierwszym miejscu trzeba tutaj wymienić pijaństwo” (kard. Karol Wojtyła).

- „Straszne są skutki pijaństwa w dziedzinie materialnej. (...) Jeszcze bardziej tragiczne są skutki pijaństwa w dziedzinie życia nadprzyrodzonego. Jest [ono] poważną przeszkodą w zjednoczeniu z Bogiem i w budowaniu Bożego Królestwa. (...) Jeżeli spojrzymy na pijaństwo w świetle Objawienia Bożego, dostrzeżemy tu wymowne potwierdzenie prawdy o grzechu pierworodnym i o skażeniu natury ludzkiej przez ten grzech. Człowiek może znaleźć szczęście tylko w posiadaniu prawdziwego dobra, zwłaszcza najwyższego, jakim jest Bóg. Odwrócenie się od Boga jako jedyne go dobra prawdziwego i oddanie się złudnym i pozornym przyjemnościom z pominięciem Boga – to istota grzechu. (...) Często brak wiary i nadziei chrześcijańskiej skłania człowieka do szukania radości w upiciu się. Również wiele zwyczajów towarzyskich, łącznie z przymusem picia, wyrosło w niechrześcijańskiej, hedonistycznej i materialistycznej filozofii życia” (bł. kard. Stefan Wyszyński).

- „Pragnę, pragnę zbawienia dusz. Pomóż Mi, córko Moja, ratować dusze. Złącz swe cierpienia z męką Moją i ofiaruj Ojcu Niebieskiemu za grzeszników (Dz. 1032). Utrata każdej duszy pogrąża Mnie w śmiertelnym smutku. Zawsze Mnie pocieszasz, kiedy się modlisz za grzeszników. Najmilsza Mi jest modlitwa – to modlitwa za nawrócenie dusz grzesznych; wiedz, córko Moja, że ta modlitwa zawsze jest wysłuchana” (Pan Jezus do św. s. Faustyny, Dz. 1397).

- „(...) nawet w największych cierpieniach, w najtrudniejszych chwilach próby, możemy czerpać siły z wiary, z modlitwy, z rozważania drogi, którą przeszedł Chrystus dla naszego zbawienia.

Kiedy uczestniczymy w piątkowych nabożeństwach Drogi Krzyżowej, pamiętajmy o tych wszystkich, którzy cierpią z powodu toczących się wojen, różnych katastrof, ale także o tych, którzy cierpią z powodu uzależnienia. Pamiętajmy o tak wielu rodzinach dotkniętych dramatem pijaństwa. O cierpiących współmałżonkach, dzieciach i innych ofiarach. Oni naprawdę potrzebują naszej modlitwy i wsparcia. Oni potrzebują naszego bezkompromisowego świadectwa chrześcijańskiego, trzeźwego życia” (bp Tadeusz Bronakowski).

### Modlitwa wiernych

Ojciec w niebie zna nasze najskrytsze myśli, pragnienia i potrzeby. Prośmy Go zatem z wielką ufnością o dobre przeżycie rozpoczynającego się dzisiaj Wielkiego Postu.

1. Módlmy się za wszystkich chrześcijan, aby ich serca były zawsze otwarte na głos Pana.



2. Módlmy się za Papieża i duchowieństwo, aby słowem i świętym życiem prowadzili wiernych do Chrystusa.

3. Módlmy się za kapłanów głoszących rekolekcje wielkopostne, aby w mocy Ducha Świętego prowadzili dzieło odnowy ludzkich sumień.

4. Módlmy się za osoby pogrążone w nałogach, aby Wielki Post był dla nich czasem powstania z nałogu, nawrócenia i szczerzej pokuty.

5. Módlmy się za cierpiących z powodu różnorodnych doświadczeń życiowych, aby w krzyżu Jezusa znaleźli pociechę i moc wytrwania w wierze.

6. Módlmy się za nas samych, abyśmy przeżyli ten Wielki Post w duchu nawrócenia i szczerzej pokuty.

Boże, pomóż nam nawrócić się i odtąd wiernie naśladować Twojego Syna a naszego Pana, Jezusa Chrystusa. Amen.

### **Na rozesłanie**

Usłyszmy dzisiaj na nowo wielkopostne wezwanie do modlitwy, postu i jałmużny. Niech Boże błogosławieństwo pomoże nam je dobrze wypełnić.



# Czwartek w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu *19 lutego 2026 r.*

## Intencja

Modlitwa za kapłanów, aby pamiętali o słowach bł. kard. Wyszyńskiego, że „bez kapłanów abstynentów nie będzie trzeźwej Polski”.

## Wprowadzenie do Mszy świętej

Rozpoczęliśmy wczoraj Wielki Post, a wraz z nim jeszcze gorliwszą pracę nad sobą. Jej celem jest wykorzenienie wad i zdobycie potrzebnych cnót. Każdy z nas potrzebuje łaski Pana, by wytrwać w tej duchowej walce i zwyciężyć.

W Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu modlimy się dzisiaj za kapłanów, aby pamiętali o słowach bł. kard. Wyszyńskiego, że „bez kapłanów abstynentów nie będzie trzeźwej Polski”. Prośmy Pana o kapłanów, którzy będą wielkimi apostołami trzeźwości.

## Czytania

|                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| Pierwsze czytanie   | Pwt 30, 15-20       |
| Psalm responsoryjny | Ps 1, 1-2. 3. 4 i 6 |
| Ewangelia           | Łk 9, 22-25         |

## Materiały do wykorzystania

- „Obecna chwila domaga się szczególnie zdecydowanej postawy kapłanów wobec zagrożenia alkoholizmu i przykładu ich całkowitej abstynencji. Dlatego Episkopat Polski wyraża gorące życzenie pod adresem wszystkich kapłanów tak diecezjalnych, jak i zakonnych, aby wzięli sobie do serca sprawę wykorzeniania pijaństwa z pobudek społecznych oraz moralno-religijnych i w pierwszym rzędzie sami stanęli w szeregach abstynenckich. W związku z tym Episkopat poleca, ażeby prymicje kapłańskie, oficjalne zebrania duchowieństwa, nie wykluczając przyjęć odpustowych czy imieninowych, odbywały się bez podawania alkoholu” (Wytyczne Episkopatu Polski dla kościelnej działalności trzeźwościowej).



• „Episkopat poleca, żeby we wszystkich Seminariach Duchownych tak diecezjalnych, jak i zakonnych, oraz we wszystkich nowicjatch zgromadzeń i zakonów żeńskich było poważnie potraktowane wychowanie trzeźwościowe, kształtujące właściwe postawy młodzieży i przygotowujące ją do przyszłej pracy na tym polu w naszym kraju. Należy młodzieży ukazywać, że abstynencja od alkoholu i tytoniu jest dla niej doniosłą wartością w formacji duchowej, osobistej i społecznej. W seminariach zaś należy wprowadzić przygotowania alumnów do przyszłej pracy duszpasterstwa trzeźwościowego przez systematyczne wykłady, prelekcje oraz pracę w zespołach trzeźwościowych” (Wytyczne Episkopatu Polski dla kościelnej działalności trzeźwościowej).

• „Wzywamy duchowieństwo, aby swoim przykładem wstrzemięźliwości wskazywało wiernym drogę, a za wzorem świętych duszpasterzy polskich prowadziło naród ku odrodzeniu” (bł. kard. Stefan Wyszyński).

• „Bracia kapłani, pamiętajcie o słowach kard. Stefana Wyszyńskiego, aby w kościelnej działalności trzeźwościowej stworzyć „jeden zwarty front, a między sobą pełną życzliwości wspólnotę”. Prymas stale napominał duszpasterzy, aby pamiętali, że pijaństwo samo w sobie jest grzechem i źródłem wielu innych grzechów, które są raną w Mistycznym Ciele Chrystusa. Kościołowi zatem, naszej cierpiącej Matce, należy przyjść z pomocą przez dzieła miłości i pokuty”. Takim wspianiałym dziełem miłości i pokuty jest dar dobrowolnej abstynencji. Bez kapłanów abstynentów, nie będzie trzeźwej Polski” (bp Tadeusz Bronakowski).

### **Modlitwa wiernych**

Bogu, który jest Miłością, tak bardzo zależy, aby każdy z nas został zbawiony. Prośmy Go o potrzebne łaski do wytrwania w dobrym aż do końca.

1. Módlmy się, aby chrześcijanie zawsze wybierali drogę życia i błogosławieństwa.
2. Módlmy się za Papieża, biskupów i kapłanów, aby z odwagą głosili Jezusa Ukrzyżowanego i Zmartwychwstałego.
3. Módlmy się za kapłanów posługujących w naszej Ojczyźnie, aby pamiętali, że „bez kapłanów abstynentów nie będzie trzeźwej Polski”.
4. Módlmy się za osoby z naszej parafii, które podjęły decyzję o abstynencji na czas Wielkiego Postu, aby z odwagą wypełniały to postanowienie.



5. Módlmy się o nawrócenie tych, którzy wybrali drogę przekleństwa i śmierci.

6. Módlmy się za nas samych, abyśmy codziennie brali swój krzyż i szli za Jezusem naśladowując Go w miłości.

Boże, wspomóż nas swoją łaską, abyśmy byli prawdziwymi uczniami Jezusa, Twojego Syna a naszego jedyne Pana i Zbawiciela. Amen.

### **Na rozesłanie**

Na trud niesienia codziennych krzyży i dawania świadectwa o Chrystusie przyjmijmy Boże błogosławieństwo.



# Piątek w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu *20 lutego 2026 r.*

## Intencja

Modlitwa za sprawujących władzę, aby kierując się dobrem narodu autentycznie troszczyli się o trzeźwość Polaków.

## Wprowadzenie do Mszy świętej

W każdy piątek, zwłaszcza w okresie Wielkiego Postu, w sposób szczególny rozważamy, co Pan Jezus wycierpiał dla naszego zbawienia. Dziękujemy Mu za Jego miłość i prosimy o łaskę skruszonego serca dla nas i dla wszystkich ludzi.

W kolejnym dniu Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu polecamy Panu sprawujących władzę, aby kierując się dobrem narodu autentycznie troszczyli się o trzeźwość Polaków.

## Czytania

|                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| Pierwsze czytanie   | Iz 58, 1-9a            |
| Psalm responsoryjny | Ps 51, 3-4. 5-6. 18-19 |
| Ewangelia           | Mt 9, 14-15            |

## Materiały do wykorzystania

- „Wielu ludzi ogromnie pragnie podjęcia postu, z chwilą kiedy się dowiadują, że za pomocą postu można wzmocnić swoje modlitwy. Modlitwa – zwłaszcza modlitwa błagalna oraz przebłagalna – staje się wtedy jakby prawdziwsza, jakby pełniejsza, kiedy dodamy do niej nasz post. To właśnie dlatego, kiedy ogłaszano społeczne modlitwy błagalne z powodu zagrożenia ze strony nieprzyjaciół albo z powodu jakiejś klęski żywiołowej, zawsze ogłaszano zarazem i post. Jednak nawet modlitwa poparta postem – nawet jeśli modlitwa jest żarliwa, a post bardzo surowy – nie podoba się Panu Bogu, kiedy płynie z twardego serca. Prorocy bardzo piętnowali modlitwy i posty, którym nie towarzyszyło naprawienie popełnionych niesprawiedliwości oraz miłosierdzie dla ubogich. To dlatego Ojcowie Kościoła pouczali, że modlitwa potrzebuje dwóch



skrzydeł, żeby unieść się do nieba – że nie wystarczy jej skrzydło postu. Drugim skrzydłem, potrzebnym naszej modlitwie, jest miłosierdzie wobec potrzebujących naszej pomocy” (o. Jacek Salij OP).

- „Każdy musi zacząć od siebie, abyśmy się prawdziwie odmienili. A wtedy, gdy wszyscy będziemy się odradzać i politycy będą musieli się odmienić, czy będą chcieli, czy nie. Jeżeli człowiek się nie odmieni, to najbardziej bogate państwo nie ostoi się. (...) Chodzi o to, żebyśmy „zrozumieli naszą odpowiedzialność za naród, który Bóg wskrzesza. Pamiętajmy, że ludzie ze starymi nałogami nie odnowią Ojczyzny” (bł. kard. Stefan Wyszyński).

- „Nie wolno kusić! Nie wolno igrać ze złem! Nie wolno „sprzedawać” człowieka za zysk doraźny i niegodziwy, zdobywany na ludzkich słabościach i wadach! Nie wolno wykorzystywać i pogłębiać ludzkiej słabości! Nie wolno dopuszczać do degradacji człowieka, rodziny, społeczeństwa, gdy się za nie wzięło odpowiedzialność wobec historii!” (św. Jan Paweł II).

- „Jeśli chcemy, aby Polska była trzeźwa, musimy wymagać przede wszystkim od siebie, ale też odważnie wymagać od przywódców społecznych, by byli trzeźwi, jak również, by ofiarnie służyli sprawie trzeźwości narodu” (bp Tadeusz Bronakowski).

### **Modlitwa wiernych**

Z wiarą, nadzieją i miłością prosimy Boga o wysłuchanie naszych prośb.

1. Módlmy się za Kościół święty, aby rozwijał się zgodnie z Bożym planem, a Chrystus był coraz lepiej znany i kochany.

2. Módlmy się za chrześcijan, aby post i modlitwy łączyli zawsze z uczynkami miłosierdzia.

3. Módlmy się za naszą Ojczyznę, aby była silna wiarą Polaków i ich trzeźwością.

4. Módlmy się za sprawujących władzę, aby kierując się dobrem narodu autentycznie troszczyli się o trzeźwość Polaków.

5. Módlmy się za osoby promujące niebezpieczne substancje i zachowania, które są przyczyną różnych uzależnień, aby się opamiętali i szczerze nawrócili.

6. Módlmy się za nas samych, abyśmy zawsze szukali dobra, a nie zła.



Dobry Ojcze, który masz upodobanie w sercach pokornych i skruszonych, wysłuchaj naszych modlitw i pomóż nam być Twoimi dziećmi. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

### **Na rozesłanie**

Z Bożym błogosławieństwem idźmy tam, gdzie nas Pan posyła, aby „rozerwać kajdany zła, rozwiązać więzy niewoli, wypuścić na wolność uciśnionych i wszelkie jarzmo połamać”.



# Sobota w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu *21 lutego 2026 r.*

## Intencja

Modlitwa za wszystkich zaangażowanych w apostołstwo trzeźwości i osób uzależnionych, aby wytrwale dążyli ku trzeźwości narodu.

## Wprowadzenie do Mszy świętej

W ostatni dzień Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu modlimy się szczególnie za osoby zaangażowane w apostołstwo trzeźwości i osób uzależnionych. Są to kapłani, bracia i siostry zakonne oraz osoby świeckie. Wielu z nich to dobrowolni abstynenci, którzy poświęcają swój czas, środki i siły, aby propagować trzeźwy styl życia, a także spieszyć z pomocą ludziom uzależnionym i ich bliskim. Dla nich prosimy o potrzebne łaski do gorliwej służby.

## Czytania

|                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| Pierwsze czytanie   | Iz 58, 9b-14         |
| Psalm responsoryjny | Ps 86, 1-2. 3-4. 5-6 |
| Ewangelia           | Łk 5, 27-32          |

## Materiały do wykorzystania

- „Mateusz stał się uczniem Chrystusa i głosił przez siebie spisana Ewangelię, w której chrześcijanin ukazany jest nade wszystko jako ten, który idzie za Chrystusem, jako ktoś, kto świadom jest zadań wynikających z przyjęcia Ewangelii i kto podejmuje je z odwagą, aż do heroizmu. Po-dążać za Chrystusem znaczy więcej niż jakikolwiek inny obowiązek” (św. Jan Paweł II).
- „W dzisiejszej Ewangelii Zbawiciel wyjaśnia, dlaczego jedni ludzie do Niego się garną, a inni Go nie potrzebują (...). Jeśli ktoś nie wie o tym, że jest grzesznikiem; jeśli ktoś jest pogrą-żony w fałszywym samozadowoleniu i w ogóle nie zdaje sobie sprawy z tego, że wciąż nie ma w nim całkowitego i bezwarunkowego zawierzenia się Bogu – taki człowiek nie potrzebuje zba-



wienia ani Zbawiciela. Celnik Mateusz spełnił oba warunki niezbędne do tego, żeby nie zmarnować łaski niezbędnej do nawrócenia: on dobrze wiedział, że jest grzesznikiem, a zarazem całym sercem uwierzył, że Jezus ma moc wyzwolić go z grzechów i uczynić Bożym przyjacielem. Dlatego z taką radością przyjął wezwanie Jezusa” (o. Jacek Salij OP).

- „Apostolstwo zakłada aktywność wiernych w głoszeniu Ewangelii i w dawaniu dobrego świadectwa chrześcijańskiego życia. W odniesieniu do trzeźwości oznacza to, że apostoł powołany jest do odważnego głoszenia słowem, jak ważna jest trzeźwość w życiu człowieka. Powołany jest również do tego, aby zawsze praktykować trzeźwość poprzez umiarkowanie czy okresową lub stałą abstynencję” (bp Tadeusz Bronakowski).

### Modlitwa wiernych

Prośmy Pana, który jest „dobry i łaskawy, pełen łaski dla wszystkich, którzy Cię wzywają”.

1. Módlmy się za Papieża, aby w duchowieństwie i wszystkich wiernych miał oddanych pomocników w dziele głoszenia Ewangelii Chrystusowej.

2. Módlmy się, aby w Wielkim Poście wierni szczerze się wyspowiadali.

3. Módlmy się za wszystkich zaangażowanych w apostolstwo trzeźwości i osób uzależnionych, aby wytrwale dążyli ku trzeźwości narodu.

4. Módlmy się, aby Polacy troszczyli się o tę wielką wartość, jaką jest trzeźwość, w życiu osobistym, rodzinnym, społecznym i narodowym.

5. Módlmy się za młodych, aby odważnie kroczyli drogą świętości pielęgnując wiarę i trzeźwość.

6. Módlmy się, aby w naszej relacji do Boga i bliźnich panowała pokora i prawdziwa miłość.

Wysłuchaj, Boże, naszych modlitw, które wspólnie do Ciebie zanosimy. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

### Na rozesłanie

Idźmy do domów i wszędzie tam, gdzie nas Pan posyła, jako świadkowie wiary i trzeźwości. Przyjmijmy błogosławieństwo na tę ważną misję.

*opracowanie: o. Oskar Józef Puszkiewicz ofm*



# Nabożeństwo eucharystyczne w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu

*Czas się wypełnił i bliskie jest Królestwo Boże. Nawracajcie się i wiercie w Ewangelię! (Mk1,14)*

**Śpiew:** *O Jezu w Hostii utajony*

Bądź uwielbiony Boże w Trójcy Świętej Jedyny, który najpełniej objawiasz się w swoim Synu, Jezusie Chrystusie. Twoja Obecność w Hostii żywej wypełnia tę świątynię i przenika nasze serca. Wierzmy, że żyjesz pośród nas i jesteś tu i teraz. Wierzmy, Panie, ale prosimy wzmocnij naszą wiarę, abyśmy uznali Ciebie jako jedynego Zbawiciela i Źródło naszej wolności.

W Tygodniu Modlitw o Trzeźwość Narodu, który przeżywamy pod hasłem POLSKA SILNA WIARĄ I TRZEŻWOŚCIĄ, przychodzimy do Ciebie, Panie Jezu, w trosce o wiarę i trzeźwość nas samych, naszych rodzin i całego Narodu. Wiara i trzeźwość to filary silnej Ojczyzny. Włączając się w Nabożeństwo Kościoła, pragniemy je przeżyć w duchu ekspiacyjno-błagalnym. Dlatego też, prosimy, ogarnij nas Świętym Duchem, przemieniaj nas i uświęcaj.

**Kanon:** *Niech nas ogarnie łaska Panie Twa*

Dobry Boże, gromadząc się we wspólnocie wierzących, pragniemy uświadomić sobie, jak wiele łask i darów otrzymaliśmy od Ciebie w Kościele Świętym. Dziękujemy za dar wiary, który otrzymaliśmy na Chrzcie Świętym. Dziękujemy za wiarę naszych przodków, za świętych i błogosławionych synów i córki polskiej Ziemi. Dziękujemy za gorliwych i niezłomnych apostołów wiary, trzeźwości i ładu moralnego w naszej Ojczyźnie.

**Pieśń:** *Dziękujemy Ci Ojcze nasz za życie i za wiarę*

Boże, Stwórco nasz i Panie, Ty ciągle nam pomagasz, podnosisz, umacniasz i błogosławisz. My jednak często marnujemy Twoje łaski, które tak obficie rozlewasz na nasz Naród. A tymczasem wielu braci w naszym kraju lekceważy prawdy wiary i oddala się od Kościoła, tonie w grzechach nałogowych. To zło w szybkim tempie zatacza szerokie kręgi, niszcząc rodziny, młodzież, dzieci i cały Naród. Dlatego tutaj, przy Tobie gromadzimy się, aby wynagradzać za wszelkie zło i aby wypraszać przebudzenie polskich sumień.



**Kanon:** *Wyciągam do Ciebie ręce swe*

**Tekst do przeczytania:** *Mt 4,12-17,23-25*

Gdy Jezus posłyszał, że Jan został uwięziony, usunął się do Galilei. Opuścił jednak Nazaret, przyszedł i osiadł w Kafarnaum nad jeziorem, na pograniczu Zabulona i Neftalego. Tak miało się spełnić słowo proroka Izajasza: *Ziemia Zabulona i ziemia Neftalego. Droga morska, Zajordania, Galilea pogan! Lud, który siedział w ciemności, ujrzał światło wielkie, i mieszkańcom cienistej krainy śmierci światło weszło*. Odtąd począł Jezus nauczać i mówić: «Nawracajcie się, albowiem bliskie jest królestwo niebieskie».

I obchodził Jezus całą Galileę, nauczając w tamtejszych synagogach, głosząc Ewangelię o królestwie i lecząc wszystkie choroby i wszelkie słabości wśród ludu. A wieść o Nim rozeszła się po całej Syrii. Przynoszono więc do Niego wszystkich cierpiących, których dręczyły rozmaite choroby i dolegliwości, opętanych, epileptyków i paralityków, a On ich uzdrawiał. I szły za Nim liczne tłumy z Galilei i z Dekapolu, z Jerozolimy, z Judei i z Zajordania.

**Śpiew:** *Bliskie jest Królestwo Boże, nawracajmy się i wierźmy w Ewangelię*

### **Rozważanie**

Panie Jezu, wsłuchujemy się w Twoje Orędzie. *Czas się wypełnił*, to łaska chwili obecnej, czas zbawienia. To wezwanie do przemiany serca, do nawrócenia i ufego przyjęcia Dobrej Nowiny.

### *Chwila refleksji w ciszy*

Twoje Słowo wzywa nas, abyśmy wyszli z ciemności i stawali się synami światłości. Przychodzisz do nas, do naszej „krainy”, tak jak przyszedłeś do Kafarnaum, aby głosić Ewangelię i leczyć ludzkie choroby i słabości. Przychodzisz, aby nas uzdrawiać, wyzwalać i umacniać.

### *Chwila refleksji w ciszy*

Dopomóż nam porzucić starego, grzesznego człowieka, *syna ciemności* i stawać się człowiekiem nowym, wewnętrznie wolnym, *synem światłości*.

Dopomóż nieść światło wiary i nadziei do tych, którzy osłabli w wierze, którzy uwikłali się w zgubne ideologie i nałogi, a w konsekwencji ulegając kulturze śmierci, utracili nadzieję i sens życia.

### *Chwila refleksji w ciszy*



Panie Jezu, przychodzisz do nas w swoim Słowie, w sakramentach świętych, w nauczaniu Kościoła. Przychodzisz u progu Wielkiego Postu, w Tygodniu Modlitw o Trzeźwość.

Każdy z nas potrzebuje Ciebie, Twojego światła, Twojej pomocy w walce z pokusami, wadami i nałogami. Bardzo potrzebujemy Ciebie, jako Naród miotany falami wielu przeciwności i zagrożeń.

Z pokorą i skruchą uznajemy nasze osobiste winy oraz grzechy i wady narodowe, a szczególnie nałóg pijaństwa, hazardu, narkomanii, rozwiązłości i niemoralności. Wielu młodych, a nawet dzieci wpadło w pułapkę współczesnych uzależnień i zniewoleń. Dlatego też do Ciebie przyszliśmy, Panie Jezu, bo jedynie w Tobie jest ratunek. W Tobie jest źródło naszej przemiany i wolności, w Tobie jest nasze zbawienie.

**Pieśń:** *Panie zmiłuj się nad nami*

### **Psalm 51**

*Zmiłuj się nade mną, Boże, w swojej łaskawości,  
w ogromie swego miłosierdzia wymaż moją nieprawość!*

*Obmyj mnie zupełnie z mojej winy  
i oczyść mnie z grzechu mojego!*

*Uznaję bowiem moją nieprawość,  
a grzech mój jest zawsze przede mną.*

*Tylko przeciw Tobie zgrzeszyłem  
i uczyniłem, co złe jest przed Tobą,  
tak że się okazujesz sprawiedliwym w swym wyroku  
i prawym w swoim osądzie.*

*Oto zrodzony jestem w przewinieniu  
i w grzechu poczęła mnie matka.*

*Oto Ty masz upodobanie w ukrytej prawdzie,  
naucz mnie tajników mądrości.*

*Pokrop mnie hizopem, a stanę się czysty,  
obmyj mnie, a nad śnieg wybieleję.*

*Spraw, bym usłyszał radość i wesele:  
niech się radują kości, któreś skruszył!*

*Odwróć oblicze swe od moich grzechów  
i wymaż wszystkie moje przewinienia!*

*Stwórz, o Boże, we mnie serce czyste  
i odnow w mojej piersi ducha niewyciężonego!*

*Nie odrzucaj mnie od swego oblicza  
i nie odbieraj mi świętego ducha swego!*



*Przywróć mi radość z Twojego zbawienia  
i wzmocnij mnie duchem ochoczym!  
Chcę nieprawych nauczyć dróg Twoich  
i nawróć się do Ciebie grzesznicy.  
Od krwi uwolnij mnie, Boże, mój Zbawco:  
niech mój język sławi Twoją sprawiedliwość!  
Otwórz moje wargi, Panie,  
a usta moje będą głosić Twoją chwałę.  
Ty się bowiem nie radujesz ofiarą  
i nie chcesz całopaleń, choćbym je dawał.  
Moją ofiarą, Boże, duch skruszony,  
nie gardzisz, Boże, sercem pokornym i skruszonym.  
Panie, okaż Syjonowi łaskę w Twej dobroci:  
odbuduj mury Jeruzalem!  
Wtedy będą Ci się podobać prawe ofiary, dary i całopalenia,  
wtedy będą składać cielce na Twoim ołtarzu.*

Chwała Ojcu i Synowi i Duchowi Świętemu.  
Jak była na początku, teraz i zawsze, i na wieki wieków. Amen.

**Kanon:** *O usłysz mój głos*

Na przestrzeni lat dokonało się wiele dobra w naszej Ojczyźnie w dziedzinie krzewienia cnoty trzeźwości. Nadal kontynuowane są liczne działania trzeźwościowe oraz podejmowane są piękne czyny abstynenckie. Ten dorobek gorliwych i niezłomnych apostołów i obrońców trzeźwości mobilizuje nas wszystkich do tego, abyśmy na nowo podjęli bój o wielką sprawę – o trzeźwość Narodu. Zaczniemy od siebie!

**Pieśń:** *Patronowie nasi módlcie się za nami,  
za naszą Polskę, za wiarę i lud.*

Boże nasz – daj nam serce wielkie, byśmy przeciwstawiali się wszystkiemu, co uwłacza ludzkiej godności i poniża obyczaje zdrowego społeczeństwa, co może nawet zagrażać jego egzystencji i dobru wspólnemu – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*

Boże nasz – daj serce wielkie i mężne wszystkim Polakom, aby byli wierni Ślubom Jasnogórskim i nie ustawiali w walce ze złem, jakie nisie za sobą pijaństwo, a także różne uzależnienia i zniewolenia – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*



Boże nasz – daj serce wielkie i święte biskupom, kapłanom i osobom konsekrowanym, aby wskazywali drogi odnowy ludzkich serc i stawali się niezłomnymi apostołami i obrońcami wiary i trzeźwości – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*

Boże nasz – daj serce wielkie i mądre stanowiącym prawo i rządzącym w naszym kraju, aby zawsze odważnie stali na straży trzeźwości i ładu moralnego w naszym Narodzie – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*

Boże nasz – daj serce wielkie i odpowiedzialne ludziom mediów, aby ukazywali piękny i szlachetny styl życia w wierze i trzeźwości – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*

Boże nasz – daj serce wielkie, twórcze i ofiarne wszystkim członkom ruchów, wspólnot i stowarzyszeń trzeźwosciowych i abstynenckich, aby zjednoczeni we wspólnych działaniach, tworzyli lepszy nowy świat – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*

Boże nasz – daj serce wielkie i kochające ojcom i matkom, aby budowali trzeźwe relacje w rodzinach i dawali swoim dzieciom przykład pięknego życia w wierze, miłości i trzeźwości – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*

Boże nasz – daj serce wielkie i ofiarne wszystkim abstynentom, aby ich wytrwała modlitwa i radosna abstynencja przywracały nadzieję ludziom zniewolonym i ich rodzinom – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*

Boże nasz – daj serce wielkie i ufne tym, którzy stali się ofiarami choroby alkoholowej oraz innych uzależnień, aby przy pomocy łaski Bożej i ludzkiemu wsparciu odzyskali na nowo radość, trzeźwość i wolność – *Panie, prosimy, wysłuchaj nas!*

**Śpiew:** O wysłuchać chciej modlitwy tej (modlitwa za Ojczyznę)

Panie Jezu, pochyl się nad naszą Ojczyzną, nad naszymi rodzinami, wspólnotami i nad każdym z nas. Umacniaj nas w walce ze złem. Pobłogosław nasz trud i spraw, aby nasza modlitwa i wspólne wysiłki zaowocowały pięknem trzeźwego życia w rodzinach i w całym Narodzie.

**Pieśń eucharystyczna:** Pobłogosław Jezu drogi

**Pieśń na zakończenie:** Boże mocny, Boże cudów

*s. M. Justyna Papież, słuźebniczka dębicka*



# Droga Krzyżowa dla uzależnionych i za uzależnionych

## *Ludzkie życie to stacje drogi krzyżowej*

**Kanon:** *Duchu Miłości wylewaj się na nas*

W duchu odpowiedzialności pragniemy wypraszać dar trzeźwości dla nas, dla naszych rodzin i całego Narodu.

Panie Jezu, rozważając Twoją Mękę błagamy Cię, abyś w swoim miłosierdziu ulitował się nad nami i nad tymi, którzy poprzez grzechy nałogowe, a zwłaszcza poprzez pijaństwo niszczą siebie i innych, powodując bezmiar cierpień i nieszczęść.

Maryjo, która współcierpiałaś ze swoim Synem na Drodze Krzyżowej, prosimy, abyś i nam dzisiaj towarzyszyła, abyś nas podprowadziła do swojego Syna, który na Krzyżu dokonał naszego odkupienia.

**Kanon:** *Maryjo weź mnie za rękę*

### **Stacja 1. Jezus skazany na śmierć**

Tak łatwo osądzić, potępić, odrzucić. Dlaczego on pije, bierze narkotyki? Bo tak chce, robi to z głupoty. A może nie radzi sobie z życiem, może poczuł się niepotrzebny?

Jej mąż jest alkoholikiem, czuje się jak trędowata. Wstydzi się mówić o swoim małżeństwie, o rodzinie. Jej córka przysłała z płaczem ze szkoły, koleżanki śmiały się z niej, bo jej tata pije.

Osądzić to stwierdzić, że nie ma tu miejsca na miłość. Jezus bierze nasze sądy na siebie, naszą bezsilność i rozpacz, nasze odrzucenia. Między wyrokiem śmierci na Chrystusa a moim życiem istnieją powiązania. W jakiś sposób i ja jestem winien. Grzech mój jest winien. Jezu, z Piłatowego dziedzińca spoglądasz na mnie – jestem Twoim uczniem, jestem po Twojej stronie...

Byłem tam wówczas, bo przyjmując wyrok, myślałeś i o mnie. Dziś jestem po Twojej stronie. Z mojego wolnego wyboru chcę pozostać z Tobą nawet wtedy, gdy jesteś osądzony. Chcę być wiernym Tobie.

**Kanon:** *Tak mnie skrusz*



## Stacja 2. Jezus bierze krzyż na swoje ramiona

Alkoholik, narkoman, hazardzista, pracoholik, to krzyż rodzinny, małżeński. Nikt go nie chce, bo to jest ciężki krzyż. Tyle niepokoju, rozczarowań i buntu w tym krzyżu. Słowa bolą, myśli bolą, wszystko jest bólem. Dlaczego mnie to spotkało? Nie ma odpowiedzi na to pytanie. Dlaczego to spotkało Jezusa niewinnego, dającego ludziom miłość?

Jezu, wybrałeś krzyż z troski o moją duszę, jako dar miłości. Do mnie skierowałeś wezwanie: *Kto chce być moim uczniem, niech weźmie krzyż swój i niech Mnie naśladuje.*

Jezu, przychodzisz zawsze razem z krzyżem i dlatego niosąc go nigdy nie jestem sam. Otwórz moje serce, moje oczy, abym czuł i widział Ciebie, a nie tylko krzyż. Żebyśmy zrozumieli, że dzięki krzyżowi mogę spotkać Ciebie, mogę odnaleźć miłość i wolność.

**Kanon:** *Naucz mnie miłości Krzyża*

## Stacja 3. Pan Jezus upada po raz pierwszy

Zaczął się – przekleństwa, poniżanie, bójki, nieprzespane noce. Rodzi się nienawiść w sercu do wszystkiego i do wszystkich. Kłamstwa, kłamstwa i niespełnione obietnice. Mówi: ja sam sobie dam radę. Nie daje rady, nie może powstać. Czy to już dno? Kim jestem? – pyta uzależniony.

Miało być tak dobrze, dlaczego wszystko boli i trzeba pić, aby nie bolało, ciało, serce, sumienie? Wszystko boli i ten straszny wstyd. Zaczął się tak niewinnie, od jednego kieliszka... Ludzie wznosząc toast mówią: *na zdrowie*, jednak nie wiedzą, że to może być początek wyniszczającego upadku.

Krzyż Twój, Jezu, jest tak ciężki, że upadasz pod Jego ciężarem, choć jesteś najdoskonalszym z ludzi. Wstajesz, aby wlać w me serce nadzieję. I mój krzyż jest ciężki. Ty znasz moje siły i wiesz, na co mnie stać. Ufam, że w godzinę najcięższej próby przyjdiesz mi z pomocą.

**Kanon:** *Jezu ufam Tobie, Miłosierny Boże*

## Stacja 4. Jezus spotyka swoją Matkę

Jego schorowana matka prosi: Przestań pić! Ona cierpi, ale go kocha. Codziennie za niego się modli. Nie ustaje. Ona jedna wierzy, że Bóg mu pomoże. Matka, ile w niej miłości! Czy zdąży za swojego życia wyprosić mu opamiętanie? On wraca do matki. Wie, że go nie potępi. Do kogo pójść, gdy tyle zamkniętych drzwi?

Świat potrzebuje tych wiernych matek, niosących ocalenie marnotrawnym synom i córkom. Potrzebuje ich wytrwałości, abstynencji i wiary, że się nawrócą. Potrzebuje matek, co ze świecą w oknie czekają na zmartwychwstanie ukochanych dzieci.



Panie Jezu, nie możesz odjąć swoich rąk od krzyża, by dotknąć Matki. Matka, z którą spotkałeś się tylko spojrzeniem, dała Ci tyle pocieszenia. Jezu, proszę, spójrz ze swojego krzyża na wszystkie matki, które zanoszą do Ciebie błagania za swoich marnotrawnych synów i córki. Wysłuchaj ich modlitwę.

**Kanon:** *Bolesna Matko*

### **Stacja 5. Szymon z Cyreny pomaga Jezusowi nieść krzyż**

Chcą mu pomóc, ale on nie chce. Potem grożą, że go zostawiają. Ile trzeba dojrzałej miłości, aby człowieka wyciągnąć z niewoli! Tu człowiek jest za słaby, tu trzeba mocy Boga. Bóg, nigdy nie rezygnuje z człowieka. Trzeba w naszej rodzinie Boga, bo potrzebujemy łaski wybaczenia, wyzwolenia z gniewu, rozpacz, wzajemnego oskarżania.

Panie Jezu, tak jak przyszedłeś do Łazarza, przyjdź do alkoholików, narkomanów i przynieś wiarę, jak przyniosłeś Marcie i Marii, aby uwierzyli, że z Tobą wszystko jest możliwe. Jezu, przemień moje serce, by stało się chętne do pomocy i stało się otwarte na potrzeby bliźnich. Pomagając innym stanę się Twoim Cyrenejczykiem z dobrej woli. Komukolwiek pomagam: alkoholikowi, narkomanowi, jego rodzinie – to zawsze pomagam Tobie. A światło wiary pomaga mi dostrzec prawdę, że pomagający więcej bierze niż daje. Szymon więcej otrzymał niż ofiarował.

**Kanon:** *Jesteś cały Miłosierdziem*

### **Stacja 6. Spotkanie ze świętą Weroniką**

Uzależnienie wyniszcza wszystkich członków rodziny. Zmieniają się ich serca, stają się twarde, jest w nich wiele lęku i gniewu. Nic nie cieszy, nie chce się żyć, pracować, dom to jedno wielkie piekło. I ci ludzie, którzy oceniają, przed którymi trzeba się ukrywać. Kto tego nie przeżył, nie potrafi sobie tego wyobrazić. A zaczęło się tak niewinnie, od jednego drinka, jednej trawki. Już mu nie zależy na życiu, pycha, kłamstwo, bałagan zrobiły swoje. Oszpeciły wszystkich, jego zatrwały od środka. Chore serce, chore sumienie, chora głowa, nie ma w nim ducha.

Święta Weronika otarła z Twojej twarzy, Jezu, ślady ludzkiej złości, nienawiści szyderstwa. Każdy grzech jest cieniem na duszy człowieka. Natomiast każde *Ojcze nasz* z westchnieniem: *Odpuść nam nasze winy...*, jest otarciem Twojej twarzy. Codzienny rachunek sumienia połączony z żalem jest odzyskiwaniem godności. Każdorazowa sakramentalna pokuta stanowi akt miłości względem znieważonego Twojego oblicza. Dozwól mi, Panie, pojąć, że mogę codziennie ocierać Twarz Twoją z moich i cudzych grzechów.

**Kanon:** *W swe ramiona mnie weź*



## Stacja 7. Jezu upada po raz drugi

Zniewolony przez nałóg człowiek już nie daje rady. Woła o pomoc. Czy ktoś usłyszy, uwierzy teraz w jego słowa? Tyle razy chciał się zmienić i nic z tego nie wyszło. Tyle razy obiecywał. Woła... Głucha cisza kładzie się na jego beznadziejnym bólu. Zaczął wołać do Boga...

Jezu, trzeba było Twojego upadku, byśmy nasze dostrzegły, że chwile ostatecznego wyczerpania i niemocy mogą prowadzić do Ciebie. Łaska Twoja sięga dalej niż siły ludzkie. Tam, gdzie umęczony, zniewolony człowiek nic już nie może – łaska działa cuda. Uświęć, Panie, chwile naszej niemocy, *przyjdź Królestwo Twoje, bądź wola Twoja!*

**Kanon:** *Podnieś mnie Jezu*

## Stacja 8. Jezus pociesza płaczące niewiasty

Wszystko mnie drażni, nie mogę już słuchać ludzi. Każdy jest taki mądry, poucza, moralizuje. Zamieszkała we mnie rozpacz, złość, nienawiść. Żadna pociecha na mnie nie działa. Ktoś obiecał pomoc – zapomniał, nie przyszedł. Najtrudniej przyjąć pomoc, kiedy bezsilność wypaliła wszystkie nadzieje. W bólu najgorsza jest samotność, opuszczenie. Zostawiają człowieka jak trędowatego, gdyż nie wiedzą, co zrobić, jak pomóc. Mogę tylko wołać w stronę Boga.

*Nie płaczcie nade mną...* Te łzy stanowią nieliczne na krzyżowej drodze oznaki ludzkiego współczucia. Takie łzy krzepią, choć są wyrazem bezsilności człowieka wobec cudzego cierpienia. Przynoszą pomoc, choć pomóc nie mogą. Jeśli jest taka wola, to poślij mi na godzinę samotnej udręki człowieka z dobrym słowem. Tak jak sam przyjąłeś na drodze krzyżowej słowo współczucia, pozwól, niech przyjdzie ono i do mnie. Niech przyjdzie jak anioł Twojej miłości, którą przyniosłeś na świat i z której sądzić będziesz świat w ostatni dzień.

**Kanon:** *O usłysz mój głos*

## Stacja 9. Jezus upada pod ciężarem krzyża po raz trzeci

Długa jest droga ludzkiego cierpienia, kiedy nie ma na niej Boga. Powaliło nas życie, jesteśmy daleko od siebie, obcy, obojętni, a ślubowaliśmy sobie wierność, uczciwość i że się nie opuścimy aż do śmierci. Mówiliśmy: *Tak nam dopomóż Boże wszechmogący...* Boże, daj trochę wiary, miłości, nadziei. Jesteśmy jak zgłiszczka. Dlaczego życie tak boli? Czy na ziemi jest tylko piekło? Jak z niego się wydostać? Jak wydostać się z problemów alkoholowych?

Panie Jezu, niesiesz krzyż swój wytrwale i pomimo coraz cięższych upadków powstajesz. Wytrwałość, z jaką idziesz krzyżową drogą, mówi mi o Twojej miłości więcej niż mogłyby powiedzieć słowa. Chcę tę miłość uszanować i dochować jej wiary.



**Pieśń:** *Szukałem miłości*

### **Stacja 10. Jezus z szat obnażony**

Świat bez Boga to świat bezwzględny, wyrafinowany, pełny konkurencji, zarabiania na ludzkiej biedzie. Człowiek bez Boga jest nagi, odarty z godności. Wstyd, poczucie winy, odrzucenie.

Jak się przyznać do tego wszystkiego? To nie jest możliwe, że ja to zrobiłem swojej rodzinie, tyle nieszczęść? Prawda bez miłości boli. Czuję się taki obnażony. Winiłem wszystkich dookoła, tylko nie siebie. Jak unieść tę odpowiedzialność? Nie, to nie jest możliwe... Żeby zacząć trzeźwieć, trzeba leczącej, miłosiernej miłości Boga. Prawda o człowieku bez Bożej Miłości może zabić.

Jezu, zdarto z Ciebie szaty, lecz w moich oczach jesteś nadal odziany w godność człowieczeństwa. Stwarzając człowieka zawarłeś w nim swoje podobieństwo i miłość Twoją. Naucz mnie szanować każdego człowieka. Naucz mnie szanować moich bliskich, moją rodzinę.

Tyle wyrządziłem krzywdy. Tyle razy poniżałem moich najbliższych. Teraz żałuję za to. Pragnę dzisiaj wszystkich i każdego z osobna przeprosić za to zło, które im uczyniłem. Wiem, że słowa są za małe, żeby wszystkim zadośćuczynić. Pragnę swoimi czynami wynagradzać dzień po dniu. Jezu, proszę, ulecz te rany, które zadałem moim bliźnim.

**Pieśń:** *Przez życie swe*

### **Stacja 11. Jezus do krzyża przybity**

Myślisz: pijaństwo przybiło mnie i moją rodzinę do krzyża cierpienia, śmierci. Staliśmy się wrogami, żyjemy złością oddaleni od siebie. Trzeba nam wybaczenia, pojednania. Ten stary, cielesny człowiek, uzależniony niewolnik niech wreszcie we mnie umrze, a niech się narodzi nowy, wolny, godny miłości człowiek ducha. Chcę do domu, do rodziny! Czy jeszcze tam kogoś zastanę? Czy mnie wpuszczą? Czy wybaczą? Czy będziemy umieli razem żyć?

Myślisz: jak go wpuszczę, to czy kolejny raz mnie nie oszuka, czy mogę mu wierzyć? Tyle lat oszukiwał, wszystko jest takie niepewne... Czy nie jestem naiwna? Czy dać mu jeszcze jedną szansę?

Krzyżowanie trwało długo i musiałeś znieść, Panie, cały ogrom bólu i okrucieństwa. Otwierały się rany, pękały żyły, ciekła krew. Przejmujący ból pokryłeś milczeniem. W Twoich ranach jest moje uzdrowienie, wyzwolenie, zbawienie. W procesie trzeźwienia Twoja Krew oczyszcza mnie. Ten proces uzdrawiania rozkłada się na całe życie. Dziś moje trzeźwienie składam w Twoich ranach, Jezu. W Twoim krzyżu jest moje ocalenie.

**Kanon:** *Wyciągam do Ciebie ręce swe*



## Stacja 12. Pan Jezus na krzyżu umiera

Nic nie możemy sobie dać. Wyczerpani po bitwie mamy puste ręce i koszmarne wspomnienia. Wszystko, co dobre, w nas umarło. Czy jeszcze kiedyś dobro w nas zmartwychwstanie? Trzeba wyznać Bogu swoje błędy i nie rozpaczać. Zwrócić się do Niego w pokorze, powierzyć Mu swoje życie, pozwolić, aby nas uwolnił od tego, co złe. Wszyscy potrzebujemy Jego ramion, wszyscy potrzebujemy uzdrowienia. Tylko Bóg może zbudować mosty między ludzkimi sercami. Dając Bogu szansę w naszym życiu, dajemy sobie szansę.

Umierając, do końca myślałeś o mnie. Dla mnie i za mnie umierałeś, abym się opamiętał, abym wytrzeźwiał i miał życie. Do ostatniej chwili dawałeś mi szansę.

Dlatego dzisiaj ze skrucą wraz dobrym łotrem wołam: *Jezu, wspomnij na mnie, gdy przyjdiesz do swego Królestwa.*

**Kanon:** *Stojąc u niebios bram*

## Stacja 13. Pan Jezus zdjęty z krzyża

Jak to okrutne cierpienie zamienić w mądrość, wdzięczność, pokorę, w służbę tym, którzy cierpią? Boże, naucz mnie dziękować. Wyzwól mnie z egoizmu i ślepej pychy. Tylko w Tobie jest ocalenie i zwycięstwo. Jestem prochem, robakiem, ale też Twoim dzieckiem. *Wykonało się!* Przed śmiercią, Jezu, wołano do Ciebie z szyderstwem: *Jeśli jesteś Synem Bożym, zstąp z krzyża, a uwierzemy Ci.* Dziękujemy Ci, Jezu, za to, że pozostałeś na krzyżu do końca. Ludzie ulitowali się nad Tobą i przyszli zdjąć Twe ciało z krzyża. I złożyli je na ręce Matki Bolesnej.

Przez Jej ręce zanoszę prośbę o wytrwanie do końca na krzyżu mojego trzeźwego życia. Pomóż mi tak przejeść przez życie, bym nigdy z krzyża trzeźwienia nie zszedł – bym doczekał, aż przyjdiesz Ty sam i zdejmiesz mnie z niego.

**Kanon:** *Powiedz Maryjo Matko*

## Stacja 14. Jezus złożony w grobie

Pijaństwo, narkomania, wszystkie nałogi i uzależnienia to jeden wielki grób. Składamy w nim naszą rozpacz, bezsilność, złość, nienawiść, kłamstwo, bunt przeciw Tobie i ludziom, całą ciemność naszego życia – niech to wszystko obumrze. Wskrześ w naszych sercach, w rodzinach nadzieję, wiarę, miłość, pokorę i wdzięczność. Daj siłę naszym nogom iść dalej na szczyt, a dłoniom czynić dobro.

Daj serce nowe, zdolne kochać i wybaczać. Wiem, że Ty żyjesz, dlatego ja żyję. W Tobie jest moje zwycięstwo. Jezu naucz mnie godnie żyć i wynagradzać za każde popełnione zło.



Pogrzeb Twój, Jezu, był tylko przejściem przez próg do zmartwychwstania. Nadzieję płynącą z tej prawdy pragnę zachować do dnia ostatniego. Chryste, dziękuję Ci za Twoje zmartwychwstanie, dziękuję za Twoją Miłość, dziękuję za dar trzeźwości. Ty jesteś moim życiem i moją nadzieją.

Otrzymawszy wolność i nowe życie, pragnę nieść przesłanie nadziei i stawać się odpowiedzialnym za trzeźwość własną i innych.

**Pieśń:** *Jezus daje nam zbawienie*

**Wspólnota KWC – Dębica**