

# **Trzy zalecenia na Wielki Post: Zatrzymaj się, spójrz i powróć!**

Do zatrzymania się, spojrzenia  
na znaki obecności Boga i  
powrotu do domu Ojca zachęcił  
papież na rozpoczęcie  
Wielkiego Postu.

04-03-2018

Okres Wielkiego Postu jest czasem  
sprzyjającym skorygowaniu  
fałszywych akordów naszego życia  
chrześcijańskiego i przyjęciu

nieustannie nowej, radosnej i pełnej nadziei nowiny Paschy Pana. Kościół, w swojej macierzyńskiej mądrości proponuje nam zwrócenie szczególnej uwagi na to wszystko, co może oziębnić i skorodować nasze wierzące serce.

Jesteśmy narażeni na różnorodne pokusy. Każdy z nas zna trudności, z którymi musi się zmierzyć. I ze smutkiem trzeba stwierdzić, że w obliczu codziennych perypetii pojawiają się głosy, które, wykorzystując ból i niepewności, nie potrafią zasiać nic innego jak nieufność. A jeśli owocem wiary jest miłość – jak lubiła powtarzać Matka Teresa z Kalkuty – to owocem nieufności jest apatia i rezygnacja. Nieufność, apatia i rezygnacja: to demony, które wypalają i paraliżują duszę wierzącego ludu.

Wielki Post jest cennym okresem, by zdemaskować te i inne pokusy i

pozwolić, aby nasze serce biło na nowo zgodnie z rytmem serca Jezusa. Cała ta liturgia przesyciona jest takim uczuciem i możemy powiedzieć, że rozbrzmiewa ono w trzech słowach, jakie są nam dane, aby „rozpalić wierzące serce”: zatrzymaj się, spójrz i powróć.

Zatrzymaj się na chwilę, porzuć to rozdrażnienie i to bezsensowne bieganie wypełniające duszę goryczą uczucia, że nigdy nic nie osiągamy. Zatrzymaj się, porzuć ten przymus, by żyć w przyspieszonym rytmie, który rozprasza, dzieli i doprowadza w końcu do zniszczenia czasu rodzinnego, czasu przyjaźni, czasu spędzanego z dziećmi, czasu dziadków, czasu bezinteresowności... czasu Bożego.

Zatrzymaj się na chwilę przed koniecznością pokazania się, żeby wszyscy cię widzieli i bycia widzianym przez wszystkich, bycia

nieustannie „na wystawie”, co sprawia, że zapominamy o wartości intymności i skupienia.

Zatrzymaj się na chwilę przed patrzeniem dumnym wzrokiem, komentarzem przelotnym i lekceważącym, rodzącym się z zapomnienia o czułości, litości i szacunku dla spotkania z innymi, zwłaszcza słabymi, poranionymi a także zanurzonymi w grzechu i błędach.

Zatrzymaj się na chwilę przed presją, by kontrolować wszystko, wszystko wiedzieć, zniszczyć wszystko, rodzącą się z zapomnienia o wdzięczności za dar życia i za wiele otrzymanego dobra.

Zatrzymaj się na chwilę przed ogłuszającym hałasem, który osłabia i oszałamia nasze uszy i sprawia, że zapominamy o owocnej i twórczej mocy milczenia.

Zatrzymaj się na chwilę przed  
postawą wzniecania uczuć jałowych,  
bezpłodnych, wynikających z  
zamknięcia i rozczulania się nad  
sobą, prowadzącą do zapomnienia o  
wychodzeniu na spotkanie innych,  
aby dzielić ciężary i cierpienia.

Zatrzymaj się na chwilę przed pustką  
tego, co chwilowe, przejściowe i  
ulotne, co pozbawia nas korzeni,  
więzi, wartości drogi i umiejętności  
bycia zawsze pielgrzymami.

Zatrzymaj się, aby patrzeć i  
kontemplować!

Spójrz na znaki, które zapobiegają  
gaszeniu miłości, które podtrzymują  
płomień wiary i nadziei, będące  
żywym obliczem czułości i dobroci  
Boga, który działa pośród nas.

Spójrz na oblicze naszych rodzin,  
które dzień po dniu stawiają na  
wiarę, z wielkim wysiłkiem, by iść  
naprzód w życiu, pośród wielu

braków i niedostatków nie pomijając  
żadnego wysiłku, by uczynić ze  
swego domu szkołę miłości.

Spójrz na oblicza, które rzucają nam  
wyzwanie, naszych dzieci i ludzi  
młodych, pełnych przyszłości i  
nadziei, pełnych jutra i potencjału,  
wymagających poświęcenia i  
ochrony. Są oni żywymi czynami  
miłości i życia, które zawsze  
rozszerzają się pośród naszych  
małostkowych i samolubnych  
kalkulacji.

Spójrz na oblicza naszych starców  
poorane biegiem czasu: twarze  
noszących żywą pamięć naszego  
ludu. Oblicza czynnej Bożej  
mądrości.

Spójrz na oblicza naszych chorych i  
wielu, którzy się nimi opiekują;  
oblicza, które w ich słabości i  
posłudze przypominają nam, że  
wartość każdej osoby nigdy nie może

zostać sprowadzona do kwestii kalkulacji czy użyteczności.

Spójrz na skruszone twarze wielu, którzy próbują naprawić swoje błędy i pomyłki, i wychodząc od swoich nieszczęść i cierpień starają się zmienić sytuację i pójść naprzód.

Spójrz i kontempluj oblicze Ukrzyżowanej Miłości, która dzisiaj z krzyża nadal niesie nadzieję; to wyciągnięta ręka ku tym, którzy czują się ukrzyżowani, którzy doświadczają w swoim życiu ciężaru porażki, rozczarowania i poczucia klęski.

Spójrz i kontempluj konkretne oblicze Chrystusa ukrzyżowanego ze względu na umiłowanie wszystkich, bez wyjątku. Czy wszystkich? Tak, wszystkich. Spojrzenie na Jego oblicze jest pełnym nadziei zaproszeniem tego okresu Wielkiego Postu, aby pokonać demony nieufności, apatii i rezygnacji.

Oblicze, które zachęca nas, by wołać:  
królestwo Boże jest możliwe!

Zatrzymaj się, spójrz i powrót.  
Powrót do domu twojego Ojca.  
Powrót bez lęku do spragnionych i  
wyciągniętych ramion twego Ojca,  
bogatego w miłosierdzie, który na  
ciebie czeka (por. Ef 2, 4)!

Powrót! Bez lęku: to jest czas  
stosowny, by powrócić do domu, do  
domu „Ojca mego i Ojca  
waszego” (por. J 20, 17). To jest czas,  
żeby pozwolić, aby dotknięte zostało  
nasze serce... Zostać na drodze zła to  
tylko źródło iluzji i smutku.  
Prawdziwe życie jest czymś zupełnie  
innym, a nasze serce dobrze o tym  
wie. Boga nie męczy, ani nigdy nie  
będzie męczyło wyciąganie ręki (por.  
Bulla Misericordiae vultus, 19).

Powrót bez lęku, by doświadczyć  
uzdrawiającej i jednającej czułości  
Boga! Pozwól, by Pan uzdrowił rany  
grzechu i wypełnił proroctwo, jakie

otrzymali nasi ojcowie: „Dam wam serce nowe i ducha nowego tchnę do waszego wnętrza, odbiorę wam serce kamienne, a dam wam serce z ciała” (Ez 36,26).

Zatrzymaj się, spójrz i powrót!

*Homilia Papieża Franciszka podczas liturgii Środy Popielcowej,  
tłumaczenie: Radio Watykańskie*

Libreria Editrice Vaticana /  
Rome Reports

.....

pdf | dokument generowany  
automatycznie z <https://opusdei.org/pl-pl/article/trzy-czasowniki-na-wielki-post-zatrzymaj-sie-spojrz-i-powroc/>  
(26-03-2026)