

ĆWICZENIA WIELKOPOSTNE



ŁAZISKA GÓRNE TRIDUUM PASCHALNE

2025



@BOGATE_SLOWO



W dzisiejszym świecie możemy czasem odnieść wrażenie, że nasze życie jest beznadziejne, tracimy sens i cel naszego życia. W tym Wielkim Poście spróbujemy zobaczyć, że to wrażenie, to tylko kłamstwo szatana, a nasza nadzieja jest w Bogu. Niech to przyświeca naszym ćwiczeniom.

Wielki Czwartek

[...] Jezus wstał od wieczerzy i złożył szaty. A wzięwszy prześcieradło, nim się przepasał. Potem nalał wody do misy. I zaczął obmywać uczniom nogi i ocierać prześcieradłem, którym był przepasany. Podszedł więc do Szymona Piotra, a on rzekł do Niego: "Panie, Ty chcesz mi umyć nogi?" Jezus mu odpowiedział: "Tego, co Ja czynię, ty teraz nie rozumiesz, ale poznasz to później". Rzekł do Niego Piotr: "Nie, nigdy mi nie będziesz nóg umywał". Odpowiedział mu Jezus: "Jeśli cię nie umyję, nie będziesz miał udziału ze Mną". Rzekł do Niego Szymon Piotr: "Panie, nie tylko nogi moje, ale i ręce, i głowę!" Powiedział do niego Jezus: "Wykąpany potrzebuje tylko nogi sobie umyć, bo cały jest czysty. I wy jesteście czysti, ale nie wszyscy". Wiedział bowiem, kto Go wyda, dlatego powiedział: "Nie wszyscy jesteście czysti". A kiedy im umył nogi, przywdział szaty i znów zajął miejsce przy stole, rzekł do nich: "Czy rozumiecie, co wam uczyniłem? Wy Mnie nazywacie „Nauczycielem” i „Panem”, i dobrze mówicie, bo nim jestem. Jeżeli więc Ja, Pan i Nauczyciel, umyłem wam nogi, to i wy powinniście sobie nawzajem umywać nogi. Dałem wam bowiem przykład, abyście i wy tak czynili, jak Ja wam uczyniłem". (J 13, 1-15)

PYTANIA do medytacji:

- Jak się czuję z myślą, że Bóg chce mi służyć?
- W jakich sytuacjach dostrzegam miłość Jezusa skierowaną personalnie do mnie?
- Czy potrafię zaufać Bogu i Jego miłości? Czy wierzę, że mnie nie zostawi?
- Czy doszukuję się, nawet w niezrozumiałych dla mnie sytuacjach, okazji do miłości?

ZADANIE:

- Zastanowię się nad tym jak bardzo Bóg mnie kocha i w czym to dostrzegam. Spróbuję uświadomić swoim bliskim, że Bóg nas kocha i się troszczy o nas. Opowiem im w czym dostrzegam Jego miłość.
- Wezmę udział w Mszy Wieczerzy Pańskiej.

Wielki Piątek

Zabrali zatem Jezusa. A On sam dźwigając krzyż wyszedł na miejsce zwane miejscem Czaszki, które po hebrajsku nazywa się Golgota. Tam Go ukrzyżowano, a z Nim dwóch innych, z jednej i drugiej strony, pośrodku zaś Jezusa. Wypisał też Piłat tytuł winy i kazał go umieścić na krzyżu. A było napisane: Jezus Nazarejczyk, Król Żydowski. Ten napis czytało wielu Żydów, ponieważ miejsce, gdzie ukrzyżowano Jezusa, było blisko miasta. A było napisane w języku hebrajskim, łacińskim i greckim. Arcykapłani żydowscy mówili do Piłata: Nie pisz: Król Żydowski, ale że On powiedział: Jestem Królem Żydowskim. Odparł Piłat: Com napisał, napisałem. Żołnierze zaś, gdy ukrzyżowali Jezusa, wzięli Jego szaty i podzielili na cztery części, dla każdego żołnierza po części; wzięli także tunikę. Tunika zaś nie była szyta, ale cała tkana od góry do dołu. Mówili więc między sobą: Nie rozdierajmy jej, ale rzućmy o nią losy, do kogo ma należeć. Tak miały się wypełnić słowa Pisma: Podzielili między siebie szaty, a los rzucili o moją suknię. To właśnie uczynili żołnierze.

A obok krzyża Jezusowego stały: Matka Jego i siostra Matki Jego, Maria, żona Kleofasa, i Maria Magdalena. Kiedy więc Jezus ujrzał Matkę i stojącego obok Niej ucznia, którego miłował, rzekł do Matki: Niewiasto, oto syn Twój. Następnie rzekł do ucznia: Oto Matka twoja. I od tej godziny uczeń wziął Ją do siebie.

Potem Jezus świadom, że już wszystko się dokonało, aby się wypełniło Pismo, rzekł: Pragnę. Stało tam naczynie pełne octu. Nałożono więc na hizop gąbkę pełną octu i do ust Mu podano. A gdy Jezus skosztował octu, rzekł: Wykonało się! I skłoniwszy głowę oddał ducha.

Ponieważ był to dzień Przygotowania, aby zatem ciała nie pozostawały na krzyżu w szabat - ów bowiem dzień szabatu był wielkim świętem - Żydzi prosili Piłata, aby ukrzyżowanym połamano golenie i usunięto ich ciała. Przyszli więc żołnierze i połamali golenie tak pierwszemu, jak i drugiemu, którzy z Nim byli ukrzyżowani. Lecz gdy podeszli do Jezusa i zobaczyli, że już umarł, nie łamali Mu goleni, tylko jeden z żołnierzy włócznią przebił Mu bok i natychmiast wypłynęła krew i woda. Zaświadczył to ten, który widział, a świadectwo jego jest prawdziwe. On wie, że mówi prawdę, abyście i wy wierzyli. Stało się to bowiem, aby się wypełniło Pismo: Kość jego nie będzie złamana. I znowu na innym miejscu mówi Pismo: Będą patrzeć na Tego, którego przebili. (J 10,31-42)

PYTANIA do medytacji:

- Czy słuchając Męki Pańskiej lub chociażby patrząc na krzyż potrafię dostrzec prawdziwość i ogrom Jego cierpienia, które przeżył z miłości do mnie?
- Ile sam jestem w stanie znieść lub poświęcić z miłości do Jezusa?
- Czy zdarza mi się robić coś ze względu na wiarę, nawet jeśli nie ma to sensu dla ludzi niewierzących (np. wstrzemięźliwość piątkowa lub brak zabaw w poście)?

ZADANIE:

- Poświęcę chwilę na rozważenie Męki Pana Jezusa.
- Postanowię bardziej dbać o wyrzeczenia dla Jezusa.
- Postaram się wziąć udział w Drodze Krzyżowej.
- Wezmę udział w Liturgii Męki Pańskiej.

Wielka Sobota

Starożytna homilia na Świętą i Wielką Sobotę

Co się stało? Wielka cisza spowiła ziemię; wielka na niej cisza i pustka. Cisza wielka, bo Król zasnął. Ziemia się przelekła i zamilkła, bo Bóg zasnął w ludzkim ciele, a wzbudził tych, którzy spali od wieków. Bóg umarł w ciele, a poruszył Otchłań. Idzie, aby odnaleźć pierwszego człowieka, jak zgubioną owieczkę. Pragnie nawiedzić tych, którzy siedzą zupełnie pogrążeni w cieniu śmierci; aby wyzwolić z bólów niewolnika Adama, a wraz z nim niewolnicę Ewę, idzie On, który jest ich Bogiem i synem Ewy. Przyszedł więc do nich Pan, trzymając w ręku zwycięski oręż krzyża. Ujrzawszy Go praojciec Adam, pełen zdumienia, uderzył się w piersi i zawołał do wszystkich: "Pan mój z nami wszystkimi!" I odrzekł Chrystus Adamowi: "I z duchem twoim!" A pochwyciwszy go za rękę, podniósł go mówiąc: "Zbudź się, o śpiący, i powstań z martwych, a zajaśnieje ci Chrystus. Oto Ja, twój Bóg, który dla ciebie stałem się twoim synem. Oto teraz mówię tobie i wszystkim, którzy będą twoimi synami, i moją władzę rozkazuję wszystkim, którzy są w okowach: Wyjdźcie! A tym, którzy są w ciemnościach, powiadam: Niech zajaśnieje wam światło! Tym zaś, którzy zasnęli, rozkazuję: Powstańcie! Tobie, Adamie, rozkazuję: Zbudź się, który śpisz! Nie po to bowiem cię stworzyłem, abyś pozostawał spętany w Otchłani. Powstań z martwych, albowiem jestem życiem umarłych. Powstań ty, który jesteś dziełem rąk moich. Powstań ty, który jesteś moim obrazem uczynionym na moje podobieństwo. Powstań, wyjdźmy stąd! Ty bowiem jesteś we Mnie, a Ja w tobie, jako jedna i niepodzielna osoba. Dla ciebie Ja, twój Bóg, stałem się twoim synem. Dla ciebie Ja, Pan, przybrałem postać sługi. Dla ciebie Ja, który jestem ponad niebiosami, przyszedłem na ziemię i zstąpiłem w jej głębiny. Dla ciebie, człowieka, stałem się jako człowiek bezsilny, lecz wolny pośród umarłych. Dla ciebie, który porzuciłeś ogród rajski, Ja w ogrodzie oliwnym zostałem wydany Żydom i ukrzyżowany w ogrodzie. Przypatrz się mojej twarzy dla ciebie oplutej, bym mógł ci przywrócić ducha, którego niegdyś tchnąłem w ciebie. Zobacz na moim obliczu ślady uderzeń, które zniosłem, aby na twoim zeszpeconym obliczu przywrócić mój obraz. Spójrz na moje plecy przeorane razami, które wycierpiałem, aby z twoich ramion zdjąć ciężar grzechów przytłaczających ciebie. Obejrzyj moje ręce tak mocno przybite do drzewa za ciebie, który niegdyś przewrotnie wyciągnąłeś swą rękę do drzewa. Snem śmierci zasnąłem na krzyżu i włócznia przebiła mój bok za ciebie, który usnąłeś w raju i z twojego boku wydałeś Ewę, a ta moja rana uzdrowiła twoje zranienie. Sen mej śmierci wywiedzie cię ze snu Otchłani. Cios zadany Mi włócznią złamał włócznię skierowaną przeciw tobie. Powstań, pójdźmy stąd! Niegdyś szatan wywiódł cię z rajskiej ziemi, Ja zaś wprowadzę cię już nie do raju, lecz na tron niebiański. Zakazano ci dostępu do drzewa będącego obrazem życia, ale Ja, który jestem życiem, oddaję się tobie. Przykazałem aniołom, aby cię strzegli tak, jak słudzy, teraz zaś sprawię, że będą ci oddawać cześć taką, jaka należy się Bogu. Gotowy już jest niebiański tron, w pogotowiu czekają słudzy, już wzniesiono salę godową, jedzenie zastawione, przyozdobione wieczne mieszkanie, skarby dóbr wiekuistych są otwarte, a królestwo niebieskie, przygotowane od założenia świata, już otwarte".

KOMENTARZ:

Dzisiaj Kościół nie sprawuje Mszy świętej, ani żadnej innej liturgii. Wigilia Paschalna, którą będziemy sprawować po zmroku jest uroczystą liturgią Niedzieli Zmartwychwstania. Dzisiaj jest właściwy czas na zatrzymanie i adorację Jezusa w grobie. Niech ta starożytna homilia zaczerpnięta z brewiarza pomoże nam zrozumieć, że Jezus w grobie nie odpoczywa, ale wydobywa człowieka z otchłani i władzy śmierci.

ZADANIE:

- Znajdę dzisiaj czas na adorację Bożego Grobu (najlepiej po prostu być, nie trzeba odmawiać wielu modlitw).
- Jeśli jestem w stanie wezmę udział w Wigilii Paschalnej (od 20:30 do ok. 23:15).

Niedziela Zmartwychwstania

Pierwszego dnia po szabacie, wczesnym rankiem, gdy jeszcze było ciemno, Maria Magdalena udała się do grobu i zobaczyła kamień odsunięty od grobu. Pobiegła więc i przybyła do Szymona Piotra i do drugiego ucznia, którego Jezus kochał, i rzekła do nich: Zabrano Pana z grobu i nie wiemy, gdzie Go położono. Wyszedł więc Piotr i ów drugi uczeń i szli do grobu. Biegli oni obydwaj razem, lecz ów drugi uczeń wyprzedził Piotra i przybył pierwszy do grobu. A kiedy się nachylił, zobaczył leżące płótna, jednakże nie wszedł do środka. Nadszedł potem także Szymon Piotr, idący za nim. Wszedł on do wnętrza grobu i ujrzał leżące płótna oraz chustę, która była na Jego głowie, leżącą nie razem z płótnami, ale oddzielnie zwiniętą na jednym miejscu. Wtedy wszedł do wnętrza także i ów drugi uczeń, który przybył pierwszy do grobu. Ujrzał i uwierzył. Dotąd bowiem nie rozumieli jeszcze Pisma, które mówi, że On ma powstać z martwych. (J 20,1-9)

PYTANIA do medytacji:

- Czy pielęgnuję swoją wiarę w Zmartwychwstanie? Jak dbam o nadzieję mojego zmartwychwstania?
- Czy próbuję zarazić innych entuzjazmem wiary? Czy wiara jest dla mnie radością?
- Czy rozmawiam z innymi o wierze?

ZADANIE:

- Każdemu kogo dzisiaj spotkam, albo z kim będę rozmawiać, powiem, że Jezus Zmartwychwstał i już nie ma czego się bać. Będę dzisiaj świętować i ucztować z powodu zwycięstwa Jezusa nad śmiercią, szatanem i moim grzechem. Spędzę jak najwięcej czasu z bliskimi. Będę rozmawiać o wierze!

Jezus Zmartwychwstał!!!

Bardzo serdecznie wszystkim dziękujemy za wytrwałość w ćwiczeniach wielkopostnych. Wiemy, że nie zawsze to było łatwe, ale zdajemy sobie sprawę, że to nie był czas i wysiłek stracony, ale że przyniesie on wspaniałe owoce, a najlepszym z nich jest nasze własne zmartwychwstanie. Życzymy Wam, abyście potrafili żyć Słowem na co dzień, bo Chrystus - Żywe Słowo jest wciąż aktualne, bo On jest aktualny, bo żyje i śmierć nad Nim nie ma władzy. Nigdy nie traćcie nadziei, bo nasza nadzieja źródło ma w tym co dzisiaj zobaczyliśmy - w pustym grobie.

Chrystus Zmartwychwstał!!! Alleluja!!!

Wasi Duszpasterze

