



"Pościsz? Udowodnij to uczynkami. – Píše Jan Złotousty. – Zapytasz, jakimi? Kiedy widzisz potrzebującego – zlituj się nad nim, spotkasz wroga – pojednaj się z nim, spotkasz przyjaciela, który robi coś dobrego – nie zazdrość mu". Każdy z nas samodzielnie określa dla siebie rolę, sens i wartość postu w życiu. Zapytaliśmy grodzieńską młodzież o to, jak ona rozumie i przeżywa Wielki Post.

Od razu zaznaczymy, że wśród respondentów, a było ich około trzydziestu, były osoby, które w ogóle nie przestrzegają postu albo sprowadzają go wyłącznie do ograniczenia w spożywaniu mięsa w piątki. Mało prawdopodobnie, że ich zdanie zainteresuje praktykujących katolików.

Warto skierować uwagę na tych, kto podczas Wielkiego Postu zwrócił się bardziej do sfery duchowej niż materialnej. †

☐☐ **Alina, 19 lat, przyszły psycholog: "Przewaga siły ducha nad siłą ciała jest całkiem możliwa".**

Poczynając od środy popielcowej, większość z nas z wielkim entuzjazmem robi pierwsze próby stać się lepszym człowiekiem chociażby na półtora miesiąca: nie kusić się słodyczami, alkoholem, dyskotekami, odnajdywać nowe radości w życiu...

Do pierwszej niedzieli Wielkiego Postu idzie to całkiem dobrze, ponieważ zajmuje w sumie tylko cztery dni. Jednak zapał szybko mija, a jeszcze po tygodniu – dwu od tamtej stanowczości mało co zostaje. I niestety, nikt jeszcze nie wymyślił uniwersalnego przepisu na pokonanie swojej słabości.

Wydaje mi się, że w takiej sytuacji człowiekowi warto przypomnieć wszystkie swoje wady, jakieś ujemne cechy charakteru, grzechy i błędy, które wywołują niezadowolenie sobą. Trzeba się zastanowić, czy warto się zatrzymywać w pół drogi, gdyż dla osiągnięcia zamierzonego celu można wziąć się w garść.

Dzięki temu obudzą się ambicje i upór, które będą szczególną bronią w walce z duchową słabością i nieuporządkowaniem.

Natalia, 17 lat, uczennica: "Więcej czasu poświęcam modlitwie".

Dla mnie czterdziestodniowy okres postu jest przede wszystkim czasem modlitwy, skruchy i podziękowania Jezusowi za miłość, którą On okazał całemu człowieczeństwu przez dobrowolny wybór męki i śmierci. Z wielkim oddaniem i szczerością staram się uczestniczyć w nabożeństwach i rekolekcjach wielkopostnych, zwłaszcza w Drodze Krzyżowej.

Post – to także idealny czas dla głębokich rozważań Słowa Bożego i szczerzej modlitwy, na

którą nie zawsze jest miejsce w przyspieszonym rytmie codziennego życia.

Marina, 25 lat, ekonomista: "Wielki post – wielkie postanowienia".

Post daje każdemu z nas okazję poważnie się zastanowić nad swoim życiem - ono, w końcu, jest krótkie - i zapytać siebie: "Co mogę uczynić, by zmienić je na lepsze?"

Przede wszystkim, obiecałam sobie powstrzymywać się od zła w myślach i słowach, a także uważniej przyjrzeć się ludziom: być może, mogę komuś pomóc – dobrą radą lub materialnie.

Poza tym, uczę się poprawnie planować swój czas, by starczało go na wszystko: pracę, odpoczynek, modlitwę.

Aleś, 24 lata, student Europejskiego Uniwersytetu Państwowego: "Post nie jest akcją jednorazową!"

Kiedyś po spowiedzi doszedłem do bardzo ważnego wniosku: jakże często człowiek wyznaje swoje grzechy, obiecuje poprawę, a potem przychodzi do domu i znowu robi to samo... Podobnie z naszymi postanowieniami na Wielki Post, o których zapominamy już w Wielkanocny poranek. Wychodzi jakaś jednorazowa akcja, która nie przynosi żadnego plonu.

W życiu nie wszystko składa się tak, jak chcemy, jednak trzeba dołożyć starań, by okres postu stał się dobrym bodźcem do wprowadzenia jakichkolwiek trwałych zmian w życiu.

Nie będę przypominał ograniczeń, związanych z jedzeniem, paleniem czy innymi przejawami ludzkiej słabości, których pozbawić się raz na zawsze jest dosyć trudno. Na przykład, już od dwóch lat próbuję zmienić na lepsze swoje nastawienie do bliskich mi osób. Próbuję żyć tak, by ci, którzy są obok mnie, czuli się wygodnie.

Mam nadzieję, że tegoroczna praca nad sobą nie skończy się na Wielkanocy. Muszę iść dalej, nie oglądając się, by nie utracić możliwości otwarcia serca na miłość do Boga i bliźniego i stać się lepszym człowiekiem już na zawsze.