



Tęsknoty, bólu serdecznego, upadku sił i ciekawości do życia zazwyczaj doświadcza człowiek strapiony. Taki stan może być związany ze stratą kogoś lub czegoś. I cały świat wtedy wydaje się niemiłym. Ręce się opuszczają, uwaga rozprasza.

Lecz nie zawsze da się zauważyć, jakie udręki męczą człowieka od wewnątrz. Często ludzie próbują schować swój smutek albo w ogóle odmawiają się od niego. Wydaje się im, że pokazywanie swego bólu to rzecz niewłaściwa, niepotrzebna. I człowiek pozostaje sam ze swoim nieszczęściem. Z tej przyczyny inni ludzie, którzy się znajdują obok, czują się nieporadni i zakłopotani, kiedy się spotykają z cudzym nieszczęściem. Co powiedzieć? Czym pocieszyć człowieka?

Przede wszystkim trzeba otworzyć swe serce i wpuścić do niego cierpienie bliźniego. Nie jest to łatwe, gdyż czasami człowiek musi spotkać się z własnym egoizmem, brakiem czasu albo chęci.

Pocieszyć strapionego – znaczy pokazać swoje zatroskanie przez słowa, uczynki albo modlitwę. Trzeba ocenić sytuację i w miarę możliwości zaradzić ludzkiej biedzie. Zawsze są nam dostępne słowa: „jestem z tobą”, „nie jesteś mi obojętny”, „wszystko będzie w porządku”, „możesz na mnie liczyć”. To nie rozwiązuje problemu, ale pozwala po innemu spojrzeć na sytuację. Człowieka można zranić także swoją konwencjonalnością, dlatego ważne jest, aby pocieszenie brzmiało szczerze. Siłą pociechy leży nie w samych słowach, ale w bliskości, nieobojętności. † Czasem wystarczy jedynie znajdować się obok. Na drodze krzyżowej Chrystus przyjął pociechę, którą dała Mu Matka. Jej obecność była dla Jezusa źródłem pocieszenia i umocnienia. Tak jak Jan i Weronika, jak garstka najwierniejszych uczniów, musimy być przy cierpiących: blisko jak można, długo jak trzeba, wiernie jak się da.

Napełnić duszę bliźniego siłą i odwagą pomoże modlitwa wstawiennicza. W sposób niezauważalny dla bliźniego można zrobić o wiele więcej, niż dokładając jakichś starań fizycznych.

Poza wsparciem duchowym człowiek może mieć potrzebę w rzeczach materialnych. Często osoba strapiona przestaje odczuwać rzeczywistość i nie może powiedzieć czego potrzebuje. Z tej przyczyny trzeba być bardzo uważnym i czułym do bliźniego, być gotowym odpowiedzieć na jego prośby.

Człowiek strapiony ostro potrzebuje nadziei. Pocieszenie ma umocnić chęć dźwigania krzyża aż do końca, dodać ducha, aby pocieszany był otwarty na problemy. To znaczy, że powinniśmy pomóc jemu zrozumieć swój smutek i przekonać o sensowności i końcowym efekcie doświadczanych strapień. Bo kiedy zostają one przyjęte w miłości, upodabniają się do gorzkiej pestki zawierającej ziarno nowego życia, skarb Boskiej chwały, którą człowiek otrzyma w wieczności. Dzięki tej nadziei ludzie cierpiący, złączeni w wierze z Chrystusem, doświadczają już w tym życiu radości, która po ludzku wydaje się niewytłumaczalna.

Ktoś może powiedzieć, że sam jest obciążony kłopotami i nie ma sił na to, aby pocieszać innych. Warto tu przypomnieć o tym, że Bóg zawsze daje siły na pełnienie dobrych uczynków. „Błogosławiony Bóg i Ojciec Pana naszego, Jezusa Chrystusa, Ojciec miłosierdzia i Bóg wszelkiej pociechy, Ten, który nas pociesza w każdym naszym ucisku, byśmy sami mogli pocieszać tych, co są w jakimkolwiek ucisku, tą pociechą, której doznajemy od Boga” (2 Kor 1, 3–4).

Bardzo często udzielał pocieszenia sam Jezus. Kiedy z miasteczka Naim wynosili zwłoki młodzieńca, syna biednej wdowy, która straciła z nim ostatnią pociechę, Chrystus zbliżył się i odezwał do matki słowem miłości: „Nie płacz”, – a do młodzieńca słowem wszechmocy: „Wstań”. Wnet ból i śmierć zniknęły. Jezus też spieszył się do domu Maryi i Marty, aby zapłakać wraz z nimi po utracie brata Łazarza.

Nie bójmy się być razem ze strapionymi. We wzajemnym pocieszaniu, które praktykują chrześcijanie, uwidacznia się i realizuje Królestwo Boże.

5 przyczyn, aby popełnić uczynek miłosierdzia:

- **1. Niesienie pociechy podtrzymuje smutnych i przygnębionych w czasach**
- **2. Pocieszyć kogoś z sercem to ofiarować mu życzliwość, przyjaźń, serdeczność.**
- **3. Pocieszenie jest niezbędne dla zdobycia pogody ducha.**
- **4. Służy ono bardziej głębokiemu zrozumieniu tajemnicy Bożej.**
- **5. Poprzez uczynek miłosierdzia człowiek pozwala Bogu przez siebie oddziaływać na inną osobę.**



Służyć w pocieczeniu strapionych może każdy, kto nie jest obojętny wobec nieszczęścia bliźniego. Dlatego