



PARAFIA

św. Mikołaja

MIEDZYRZEC PODLASKI

Informator Wielkopostny

170/2026 2026-02-22

Msze św. w niedziele: kościół parafialny - 7:00, 8:30, 9:45, 11:00, 12:15 i 16:00
kaplice: Poćsische - 8:00, Przychody - 9:00, Jelnica - 10:30, Strzakły - 12:00:

Dni powszednie: kościół parafialny - 7:00, 7:30 17:00

Proboszcz:

ks. Dariusz Parafiniuk
- 508 069 855
www.parafiamiedzyrzec.pl

Wikariusze

ks. Leszek Mućka - 517 715 289
ks. Grzegorz Pilsak - 511 423 174
ks. Łukasz Bąk - 784 097 879

Kancelaria Parafialna

wtorek - piątek 8:00-8:30, 16:00 - 16:30
sobota 8:00 - 8:30

Biuro Parafialne - 573 144 811

23/02/2026 Poniedziałek- bł. Stefana Wincentego Frelichowskiego,

07:00 + Joannę Kusiak - Olesiejuk

07:00 + Piotra Chmielewskiego

07:00 + Mariana Korniluka (greg.)

07:00 (PP) + Stanisława Szymańskiego (greg. poza parafią)

07:30 + Adele(4r), Czesława zm. z rodz. Wasiluków i Hryciuków

07:30 + Mariana Jędruchniewiczza

07:30 + Zbigniewa Hukaluka - 30 dz.

07:30 (PP) **O szczęśliwą operację, światło Ducha Świętego, o powrót do zdrowia ks .proboszcza**

07:30 (PP) + Krzysztofa Wolińskiego

16:20 Różaniec za dusze w czyściu cierpiące

17:00 **Dziękczynno-błagalna w 18 urodziny Aleksandry o Boże błogosławieństwo**

Kwadrans Adoracji Najświętszego Sakramentu w ciszy

17:50 **Spotkanie formacyjne Wspólnoty Umiłowana**



24/02/2026 Wtorek- św. Marka Marconiego, zakonnika

07:00 + Mirosława Sadeckiego

07:00 + Stanisławę Skwara

07:00 + Mariana Korniluka (greg.)

07:00 (PP) + Stanisława Szymańskiego (greg. poza parafią)

07:00 (PP) + Krzysztofa Wolińskiego

07:30 + Władysława Nazaruka zm. z rodz. Nazaruków

07:30 + Stefanę Opalko zm. z rodz. Opalków

07:30 (PP) + Piotra Chmielewskiego

17:00 + Krystynę Kilian (17 r.), Mariannę, Józefa, Urszulę

25/02/2026 Środa- św. Cezarego z Nazjanzu, pustelnika

07:00 + Katarzynę (r), Mikołaja zm. z rodz. Gajdów, Hryciuków

07:00 + Kazimierza Kubiszyna

07:00 + Mariana Korniluka (greg.)

07:00 (PP) + Stanisława Szymańskiego (greg. poza parafią)

07:00 (PP) + Piotra Chmielewskiego

07:30 **Dziękczynno-błagalna w intencji KRK Matki Bożej z Lourdes**

07:30 + Albinę, Mariannę, Mariannę zm. z rodz. Kurowskich

16:30 Różaniec Duchowej Adopcji Dziecka Poczętego

17:00 **W intencjach uczestników Nowenny do Matki Bożej Nieustającej Pomocy**

17:00 (PP) + Józefę Ostapowicz

17:50 **Spotkanie formacyjne Wspólnoty Przyjaciele Oblubieńca - w kościele**

17:55 **Krąg Biblijny - spotkanie na wikariacie**



**Rekolekcje
w naszej parafii**

PARAFIA
św. Mikołaja
MIEDZYRZEC PODLASKI

15 marca (niedziela) - 17 marca (wtorek)

26/02/2026 Czwartek- św. Aleksandra, biskupa

- 07:00 + Mariana zm. z rodz. Wasiluków
- 07:00 + Stanisławę Skwara
- 07:00 + Mariana Korniluka (greg.)
- 07:00 (PP) + Stanisława Szymańskiego (greg. poza parafią)
- 07:30 + Stanisława Kurendę
- 07:30 + Mariana Jędruchniewiczza
- 17:00 + Joannę Kusiak - Olesiejuk
- 17:00 (PP) + Krzysztofa Wolińskiego

27/02/2026 Piątek

- 07:00 + Stanisławę, Michała, Lucjanę, Jerzego Hryciuków, Katarzynę Czopińską
- 07:00 + Mariana Korniluka (greg.)
- 07:00 (PP) + Stanisława Szymańskiego (greg. poza parafią)
- 07:00 (PP) + Piotra Chmielewskiego
- 07:00 (PP) + Józefa Czarnota
- 07:30 + Stanisławę (r) Antoniego Dudzińskich
- 07:30 + Annę (14r), Juliana Kalickich i ich rodziców
- 07:30 + zm. z rodz. Nowaków, Ostaszyków, Petruczenków i Jurków
- 16:00 Droga Krzyżowa**
- 17:00 + Antoniego Stolarskiego (8r)
- 17:30 Droga Krzyżowa**



28/02/2026 Sobota

- 07:00 + Michała Wasiluka (r)
- 07:00 + Danutę (16r) Ryszarda Wierzbickich zm. z rodz. Sujków, Wierzbickich, Rafalskich, Skolimowskich
- 07:00 + Mariana Korniluka (greg.)
- 07:00 (PP) + Stanisława Szymańskiego (greg. poza parafią)
- 07:30 + Wiesława Romaniuka
- 07:30 + Julię Chmielewską (36r) zmarłych rodziców
- 07:30 + Piotra Kozłowskiego - 30 dz.
- 17:00 + Mirosława Wasiluka, Piotra, Ewę, Jana, Małgorzatę, Mariusza zm. z rodz. Wasiluków i Ciosów
- 17:00 (PP) +Janinę Siergiejuk

DROGA KRZYŻOWA

Parafia św. Mikołaja
w Międzyrzecu Podlaskim

PIĄTEK

-  **Godz. 16:00**
-  **Godz. 17:30**
-  **Kościół parafialny**

SW. MIKOŁAJ

01/03/2026 II Niedziela Wielkiego Postu

07:00 + Mariannę Kurowską (greg.)

07:00 + Mariana Korniluka (greg.)

07:00 (PP) + Stanisława Szymańskiego (greg. poza parafią)

08:30 Dziękczynno-błagalna w 59 r. urodzin Marka, o zdrowie i opiekę MB dla niego i jego rodziny

08:30 (PP) + Szymona Majszaka

09:45 + Krystynę, Jana, Roberta zm. rodziców

09:45 (PP) Dziękczynno-błagalna w 16 r. ur. Adriana

09:45 (PP) Dziękczynno-błagalna w 40 r. ur. Elżbiety Weresy

09:45 (PP) + Jadwigę Gruszczyńską w 2r. śm. i Józefa Gruszczyńskiego w 7 r. śm.

11:00 Dziękczynno-błagalna w intencji Marceliny Kawęckiej z racji 3 r. urodzin oraz Aleksandra Kawęckiego z racji 7 r. urodzin o zdrowie dary Ducha Św. oraz opiekę Matki Bożej

11:00 (PP) + Dziękczynno-błagalna w 18 r ur. Szymona i 39 r. ur. Izy

12:15 Za parafian

13:00 **Gorzkie Żale - część 2 i Adoracja z racji I Niedzieli Miesiąca**

16:00 + Czesława, Mariannę, Jana zm. z rodz. Bołbów i Bielińskich

16:00 (PP) Dziękczynno-błagalna w 100 r. ur. Salwiny Iwaniuk

16:50 **Adoracja Najświętszego Sakramentu w ciszy do 18:30**

- możliwość skorzystania z sakramentu pokuty.



I. **Znaczenie Wielkiego Postu dla doświadczenia wiary**

✓ **Wielki Post** jest jednym z najważniejszych okresów w roku liturgicznym Kościoła. Nie jest jedynie czasem zewnętrznych praktyk ani tradycyjnych wyrzeczeń, ale głęboką drogą duchową, prowadzącą wierzącego ku odnowieniu relacji z Bogiem. Jego istotą jest nawrócenie – powrót do źródła, którym jest miłość Boga objawiona w męce, śmierci i zmartwychwstaniu Chrystusa. W tym sensie Wielki Post staje się uprzywilejowanym czasem doświadczenia wiary.

✓ **Wiara** nie jest jedynie aktem intelektualnym ani przyjęciem określonych prawd. Jest osobistą relacją, która wymaga pielęgnowania, oczyszczania i pogłębiania. Czterdzieści dni pokuty i modlitwy przypomina czterdzieści dni Jezusa na pustyni. Pustynia symbolizuje przestrzeń ciszy, konfrontacji z własną słabością oraz odkrywania prawdy o sobie. W doświadczeniu wiary oznacza to odejście od nadmiaru bodźców, hałasu i powierzchowności, aby usłyszeć głos Boga w sercu.

✓ Warto szczególnie skupić się na **doświadczeniu relacji z Bogiem słuchającym**. Bóg nie chce być dla człowieka ciężarem ani religijnym obowiązkiem do wypełnienia. On chce słyszeć i widzieć. Chce, aby człowiek stanął przed Nim prawdziwy – z radością i bólem, z pytaniami i wątpliwościami. Modlitwa w Wielkim Poście to nie tylko wypowiedzianie formuł, ale spotkanie z Kimś, kto naprawdę słucha i odpowiada. Odpowiedź Boga często przychodzi w pokoju serca, w nowym świetle zrozumienia, w umocnieniu do podjęcia dobra. Bóg odpowiada na zaangażowanie człowieka, ponieważ relacja zawsze jest dialogiem.

✓ **Tradycyjne filary Wielkiego Postu – modlitwa, post i jałmużna** – tworzą spójną drogę duchowego wzrostu. Nie są one teorią ani duchową ideą zapisaną w katechizmie. Nie przemieniają człowieka przez samą świadomość ich istnienia. Zaczynają działać dopiero wtedy, gdy są praktykowane – gdy przechodzą z poziomu słów na poziom decyzji, z poziomu deklaracji na poziom doświadczenia. Wiary nie da się przeżyć „na zapas” ani „z drugiej ręki”.



✓ Modlitwa przemienia serce tylko wtedy, gdy naprawdę stajemy przed Bogiem – z czasem, skupieniem i pokorą. Post oczyszcza dopiero wtedy, gdy kosztuje, gdy dotyka naszej wygody i przyzwyczajzeń. Jałmużna otwiera serce tylko wtedy, gdy coś realnie oddajemy. Dopiero osobiste doświadczenie pokazuje, że te trzy drogi nie są ciężarem, lecz przestrzenią wolności.

✓ Wielki Post ma również wymiar wspólnotowy. Liturgia tego okresu, nabożeństwa Drogi Krzyżowej czy Gorzkich Żali pomagają wiernym przeżywać tajemnicę męki Pańskiej w jedności z całym Kościołem. Wspólnota modlitwy umacnia wiarę, ponieważ pozwala zobaczyć, że droga nawrócenia nie jest samotnym wysiłkiem, ale wspólnym pielgrzymowaniem ku Paschalnemu Zwycięstwu.

✓ Istotnym elementem doświadczenia wiary w Wielkim Poście jest sakrament pokuty i pojednania. Spowiedź nie jest jedynie rachunkiem sumienia czy moralnym obowiązkiem, lecz spotkaniem z miłosiernym Ojcem. W tym sakramencie człowiek doświadcza, że jest wysłuchany, zrozumiany i przyjęty, a przebaczenie staje się początkiem nowego życia.

✓ Ostatecznie Wielki Post prowadzi ku radości Zmartwychwstania. Nie jest czasem smutku, lecz nadziei. Każde wyrzeczenie, każda modlitwa i każdy akt miłości mają sens tylko w perspektywie Paschy. Wielki Post przestaje być jedynie okresem w kalendarzu, a staje się realnym czasem przemiany serca, oczyszczenia sumienia i pogłębienia relacji z Bogiem, który słucha, widzi i odpowiada.

II. Praktyki wielkopostne

1. Droga Krzyżowa

To nabożeństwo pozwala towarzyszyć Chrystusowi w Jego drodze na Golgotę. Rozważanie kolejnych stacji uczy patrzenia na własne życie w świetle krzyża. W doświadczeniu wiary Droga Krzyżowa pomaga odkryć, że Bóg jest obecny w cierpieniu, że nie opuszcza człowieka w chwilach upadku. Uczy cierpliwości, wierności i nadziei.

Warto postawić sobie pytanie już na początku Wielkiego Postu: czy chcę włączyć się w nabożeństwa Drogi Krzyżowej? Jeżeli tak, trzeba mieć świadomość, że będzie to nie tylko rozważanie wydarzeń sprzed dwóch tysięcy lat, ale także rozważanie własnego życia. Każda stacja dotyka ludzkich doświadczeń: niesprawiedliwości, upadku, pomocy innych, cierpienia i wytrwałości.

Nie zawsze trzeba jedynie wsłuchiwać się w gotowe rozważania czytane w kościele. Czasem warto pozwolić myślom i wyobraźni poszybować. Można przyglądać się Jezusowi w sytuacjach opisanych w kolejnych stacjach – zobaczyć Jego twarz, gesty, spojrzenie. Można też spróbować postawić siebie w tych scenach: stanąć obok Szymona z Cyreny, spojrzeć w oczy Weronice, przeżyć własny upadek pod ciężarem krzyża. Droga Krzyżowa może stać się modlitwą wyobraźni – osobistym spotkaniem z Chrystusem, który idzie drogą cierpienia razem z człowiekiem.

2. Gorzkie Żale

To wyjątkowa modlitwa pasyjna, głęboko zakorzeniona w polskiej tradycji. Jej poetycki język i medytacyjny charakter prowadzą do kontemplacji miłości Chrystusa cierpiącego. Uczestnictwo w Gorzkich Żalach pozwala nie tylko wzruszyć się tajemnicą Męki Pańskiej, ale wejść w nią sercem – z wdzięcznością i pragnieniem odpowiedzi na miłość Boga.

Warto do tego nabożeństwa przygotować się wcześniej w domu. Zanim pójdziesz do kościoła na Gorzkie Żale, przeczytaj ze zrozumieniem przynajmniej jeden hymn lub jeden lament. Zastanów się, o czym on opowiada, jakie wydarzenia przywołuje i jakie uczucia wyraża. Spróbuj uchwycić główną myśl tekstu. Takie osobiste przygotowanie sprawi, że słowa śpiewane w kościele nie będą jedynie powtarzonym tekstem, lecz staną się świadomą modlitwą serca.

Podczas samego śpiewu zwróć uwagę, że jest to modlitwa chóralna. Dwa chóry na przemian śpiewają poszczególne wersety hymnów. Ten dialogiczny sposób wykonywania podkreśla wspólnotowy charakter nabożeństwa. Jeśli włączysz się w ten typ śpiewu, poczujesz, że nie modlisz się sam. Głos jednych podtrzymuje drugich. Wspólny rytm i melodia budują doświadczenie Kościoła jako wspólnoty wierzących, którzy razem kontemplują mękę Chrystusa.

3. Rekolekcje

Rekolekcje wielkopostne są szczególnym czasem zatrzymania. W codziennym biegu łatwo przyzwyczaić się do powierzchownego przeżywania wiary. Człowiek modli się, uczestniczy w liturgii, spełnia religijne obowiązki, ale brakuje chwili głębszej refleksji. Rekolekcje są zaproszeniem, by się zatrzymać i pozwolić Bogu mówić.

Samo słowo „rekolekcje” oznacza ponowne zebranie myśli, powrót do tego, co najważniejsze. To czas intensywnego słuchania Słowa Bożego. Nie chodzi jedynie o wysłuchanie kazań, lecz o otwarcie serca. Każda nauka rekolekcyjna może stać się osobistym wezwaniem, jeśli człowiek zapyta: co Bóg chce mi przez to powiedzieć? Co w moim życiu wymaga zmiany? Do czego jestem zaproszony?

Rekolekcje są działaniem Ducha Świętego. To On porusza serce, daje światło sumieniu i budzi pragnienie dobra. Dlatego ten czas bywa także przestrzenią duchowej walki. Gdy ktoś naprawdę chce dobrze przeżyć rekolekcje, mogą pojawić się rozproszenia, zmęczenie, nagłe obowiązki czy wewnętrzne zniechęcenie. To doświadczenie jest czymś normalnym w świecie zmagania duchowych. Właśnie wtedy potrzeba wytrwałości i świadomej decyzji, by nie rezygnować.

Warunkiem dobrze przeżytych rekolekcji jest danie się poprowadzić ich programowi. **Warto zaplanować nadmiarowość w czasie.** Jeżeli spotkanie w kościele zaczyna się

o 16:00, dobrze jest przyjść już o 15:30, aby w ciszy przygotować serce. Podobnie warto pozostać jeszcze kilkanaście czy dwadzieścia minut po zakończeniu, by uporządkować myśli i pomodlić się tym, co zostało usłyszane. Zakupy i pilne sprawy warto zaplanować wcześniej, aby nie stały się przeszkodą. W małżeństwach z małymi dziećmi potrzebna jest współpraca i wzajemna troska o to, by każde z małżonków miało swój czas na rekolekcje.

O naukach rekolekcyjnych warto rozmawiać. Nie tylko w kontekście oceny głoszącego – czy mówił ciekawie, długo czy krótko – ale przede wszystkim w odniesieniu do treści. Dobrze jest podjąć rozmowę ze współmałżonkiem, z dziećmi, ze znajomymi: co najbardziej poruszyło? Które zdanie było trudne? Co warto wprowadzić w życie? Taka rozmowa pomaga utrwalić usłyszane słowo i przenieść je z poziomu słuchania na poziom życia.

Jeżeli głoszący trafi w jakąś myślą prosto do twojego serca, warto dać temu wyraz. Czasem krótka wiadomość – telefoniczna lub SMS – skierowana do rekolekcjonisty albo do proboszcza z podziękowaniem i krótkim świadectwem może być ważnym znakiem. Słowo głoszone przynosi owoce, a informacja zwrotna jest potwierdzeniem, że Duch Święty rzeczywiście działa. Takie **mini świadectwo** umacnia nie tylko głoszącego, ale także ciebie samego w przekonaniu, że Bóg mówi konkretnie i skutecznie.

4. Spowiedź

Spowiedź rekolekcyjna jest jednym z najważniejszych momentów całego czasu Wielkiego Postu. Można wysłuchać pięknych nauk, przeżyć wzruszenie, podjąć postanowienia, ale dopiero sakrament pokuty wprowadza człowieka w realne doświadczenie oczyszczenia i nowego początku. To tutaj Słowo, które zostało zasiane w sercu podczas rekolekcji, zaczyna przynosić konkretny owoc.

Przygotowując się do spowiedzi, warto uświadomić sobie, że nie tylko ty przygotowujesz się do tego spotkania. Ojciec Niebieski także czeka. W przypowieści z 15 rozdziału Ewangelii według św. Łukasza ojciec wypatruje syna i wybiega mu naprzeciw. Spowiedź jest właśnie takim momentem spotkania. Nie jest najważniejszy sam grzech. Najważniejsze jest to, że ty i Bóg – twój Ojciec – macie się spotkać.

Grzech jest tym, co oddziela od Ojca. Tworzy mur, dystans, chłód relacji. Kiedy jednak wypowiadasz swoje grzechy, nie tylko je wyliczasz. Odrzucasz je od siebie. Mocą krzyża Jezusa zostają unicestwione, a przeszkoda dzieląca cię od Boga znika. Rozgrzeszenie jest realnym działaniem łaski, która przywraca jedność i pokój serca.

Odchodząc od konfesjonału, czujesz się lżejszy. To prawda – zostawiasz za sobą wielki ciężar i skutecznie doświadczasz bliskości Boga. W tej chwili warto prosić Ducha Świętego, aby umacniał cię w pragnieniu chodzenia w łasce uświęcającej. Proś, aby Jego mocą nosić w sercu bliskość Boga na co dzień.

Wieczorem, po spowiedzi, znajdź czas, aby poczuć się przed Bogiem szczęśliwy. Pozwól sobie na radość. Jeżeli masz małe dzieci, powiedz im, że dzisiaj po spowiedzi Bóg dał ci poczucie wielkiej radości i łaski. Niech zobaczą, że wiara przynosi światło i pokój. Mocą tej Bożej radości powiedz żonie, że jest dla ciebie najpiękniejszym prezentem



od Pana Boga. Powiedz mężowi, że go podziwiasz i cieszysz się, że jest z tobą. Niech doświadczenie pojednania z Bogiem promieniuje na relacje rodzinne.

Celebruj tę radość tak, jak ojciec z przypowieści Jezusa celebrował powrót syna, urządzając ucztę. Po spowiedzi rekolekcyjnej nie wolno pozostawać w smutku. Skrucha należy do momentu wyznania grzechów. Po rozgrzeszeniu przychodzi czas wdzięczności, pokoju i świętowania powrotu do domu Ojca. To radość jest najpiękniejszym znakiem, że łaska naprawdę działa

III. Uczynki pokutne

1. Modlitwa

W kontekście Wielkiego Postu warto wrócić do wezwania: „*Pamiętaj, abyś dzień święty święcił*”. To przykazanie nie dotyczy jedynie niedzielnego obowiązku, ale uczy nas, że czas może stać się przestrzenią spotkania z Bogiem. Wielki Post jest szczególną okazją, aby nauczyć się czynić czas świętym.

Uczyn w tym okresie sobie czas święty. Oczywiście najpełniej dokonuje się to w niedzielę, w świadomym i spokojnym przeżyciu Eucharystii. Ale nie tylko wtedy. Każdy moment, w którym swoją myślą spotkasz się z Bogiem, może stać się czasem świętym. Krótka modlitwa przed pracą. Chwila ciszy w ciągu dnia. Spojrzenie w stronę krzyża. Akt wdzięczności lub prośby. To małe, ale realne momenty uświęcania czasu.

Świętość czasu nie polega na jego długości, lecz na obecności Boga. Nawet kilka minut przeżytych świadomie może przemienić cały dzień. Wielki Post zachęca, aby nie odkładać modlitwy na „lepszy moment”, ale wplatać ją w codzienność.

W tym czasie szczególnie ważna jest modlitwa wstawiennicza i błagalna – ta, w której wołasz do Boga, prosząc o konkretne łaski. Nie ogólnie i nie abstrakcyjnie, lecz bardzo konkretnie – w sprawach, które dotyczą twojego życia i twoich relacji.

Bądź w czasie Wielkiego Postu wstawiennikiem także za samego siebie. Proś Boga, abyś był bardziej dojrzałym mężem. Aby twoja żona bardziej doświadczała twojej obecności i opieki. Proś Ducha Świętego, aby dał ci pokochać to, że jesteś ojcem dla swoich dzieci – abyś przeżywał ojcostwo jako dar, jako hobby, ulubione zajęcie. Módl się o cierpliwość, o mądre słowa, o zdolność słuchania.

Możesz modlić się również o drobne, ale bardzo konkretne rzeczy: aby choć kilka razy odpowiedzieć uśmiechem komuś, kto jest wobec ciebie niemili. „Zło dobrem zwyciężaj” Rz 12,21. Właśnie w takich sytuacjach łaska staje się widoczna.

Modlitwa błagalna nie jest oznaką słabości, lecz wyrazem zaufania. Przyznajesz, że sam nie wszystko potrafisz i że potrzebujesz Bożej mocy. To Duch Święty daje siłę do przemiany, której pragniesz. Bez Jego działania nawet najlepsze postanowienia pozostają tylko planami.

Jeśli nauczysz się czynić czas świętym i modlić się konkretnie, Wielki Post stanie się dla ciebie prawdziwą szkołą relacji z Bogiem. Modlitwa przestanie być dodatkiem do życia. Stanie się jego wewnętrznym światłem i siłą, która przemienia serce oraz codzienne relacje.

2. Post

Post jest jednym z najbardziej czytelnych znaków Wielkiego Postu. Kojarzy się z wyrzeczeniem, ograniczeniem, rezygnacją z czegoś, co lubimy. Jednak jego sens jest głębszy. Post nie jest celem samym w sobie. Jest narzędziem porządkowania serca i odzyskiwania wolności.

Post jest zmaganiem. Kto pości, jest wojownikiem. Nie walczy przeciwko ludziom, ale przeciwko własnym słabościom, przyzwyczajeniom i nieuporządkowanym pragnieniom. To walka cicha, często niewidoczna dla innych, ale bardzo realna. Każde „nie”, które wypowiedzasz wobec siebie, jest zwycięstwem ducha nad tym, co chce tobą rządzić.

Post jest jednak czymś więcej niż tylko ćwiczeniem charakteru. Jest realnym darem dla Boga. Możesz podarować Mu swoje zmagania. Możesz powiedzieć: „Panie, ofiaruję Ci to wyrzeczenie w konkretnej intencji”. Za swoją żonę, aby doświadczała pokoju i miłości. Za swojego męża, aby był umocniony w odpowiedzialności i wierze. Za dzieci, aby wzrastały w łasce. Za pojednanie w rodzinie. Za uzdrowienie relacji.

Kiedy post staje się ofiarą złożoną w konkretnej intencji, nabiera głębokiego sensu. Głód przestaje być tylko brakiem. Zmaganie przestaje być tylko wysiłkiem. Staje się modlitwą ciała. Twoje wyrzeczenie zaczyna mieć wymiar miłości.

Człowiek łatwo przywiązuje się do wygody, smaków, mediów, emocji. Same w sobie nie są złe, ale mogą zacząć zajmować miejsce Boga. Post pomaga odzyskać panowanie nad sobą. Uczy, że nie każda zachcianka musi zostać spełniona. W świecie natychmiastowej gratyfikacji post staje się szkołą cierpliwości i wytrwałości.

Wielkopostny post może dotyczyć jedzenia, ale także internetu, telefonu, nadmiaru informacji czy niepotrzebnych słów. Czasem trudniej zrezygnować z ostrej odpowiedzi niż z ulubionej potrawy. Właśnie tam toczy się prawdziwa walka.

Nie chodzi o spektakularne wyrzeczenia. Lepiej podjąć jedno konkretne postanowienie i wytrwać w nim wiernie, niż mnożyć decyzje, które szybko się rozpadną. Post ma prowadzić do wolności serca i większej miłości.

Kto pości z miłością i w intencji drugiego człowieka, staje się prawdziwym wojownikiem ducha. Jego zmaganie przestaje być tylko osobistym wysiłkiem. Staje się darem, który Bóg przyjmuje i przemienia w łaskę.

3. Jałmużna

Mówiąc o jałmużnie, często próbujemy uciec od konkretnego pieniądza. Tymczasem w Ewangelii jałmużna ma bardzo realny wymiar. Pan Jezus mówi: „Idź, sprzedaj wszystko, co masz, a pieniądze rozdaj ubogim”. W przypowieści o miłosiernym Samarytaninie bliźni nie tylko opatrzył rany pobitego, ale zapłacił za niego w gospodzie i obiecał dopłacić, jeśli będzie trzeba. Miłość została wyrażona także gotówką.

W jałmużnie spotykają się trzy elementy: ja, mój zarobiony grosz i człowiek, który wyciąga rękę. To spotkanie jest bardzo konkretne. Jeżeli nie widzisz człowieka, któremu dajesz jałmużnę, ta „trójca” staje się niepełna. Oczywiście istnieją formy pomocy anonimowej i instytucjonalnej, które są potrzebne i dobre. Ale bez osobistego spotkania



łatwo stracić wymiar relacyjny. Jałmużna nie jest tylko transferem środków. Jest spotkaniem osób.

Święty Mikołaj, patron naszej parafii, jest znakiem takiej hojności. Jego życie pokazuje, że pieniądz może stać się narzędziem miłości. Co ciekawe, na banknocie dwudziestozłotowym znajduje się wizerunek rotundy św. Mikołaja w Cieszynie – jednego z najstarszych kościołów w Polsce. To symboliczne: nawet w znaku pieniądza obecne jest przypomnienie o świętym, który uczył dzielenia się.

Może więc na początku Wielkiego Postu warto zrobić bardzo prosty gest. Włóż do kieszeni banknot dwudziestozłotowy z postanowieniem, że przekażesz go pierwszej osobie, która wyciągnie do ciebie rękę. Nie analizuj nadmiernie, nie kalkulujuj, nie badaj, czy wykorzysta go idealnie. Być może ktoś ten pieniądz zmarnuje. Ale twoja hojność nie będzie zmarnowana.

Jałmużna jest aktem wiary. To decyzja, że bardziej ufam Bogu niż swoim zabezpieczeniom. Że wolę mieć mniej w portfelu, a więcej w sercu. Jezus mówi o skarbach w niebie – o tym, co naprawdę trwa. Każdy akt hojności zapisuje się właśnie tam.

Nie bój się, że stracisz. W logice Ewangelii ten, kto daje z miłości, nigdy nie jest stratny. W Wielkim Poście jałmużna może stać się małym, ale bardzo konkretnym krokiem ku wolności i ku radości serca.

IV. Znaczenie i owoce Wielkiego Postu

✓ Wielki Post nie jest tylko okresem liturgicznym wpisanym w kalendarz. Jest drogą. Czterdzieści dni prowadzi nas od rozproszenia do skupienia, od przyzwyczajania do świadomej wiary, od grzechu do pojednania, od egoizmu do miłości. Jego znaczenie nie polega na samej surowości praktyk, lecz na przemianie serca.

✓ Jeżeli modlitwa była wierna, post realny, a jałmużna konkretna, zaczynają pojawiać się owoce. Pierwszym z nich jest wolność. Człowiek odkrywa, że nie musi być niewolnikiem swoich zachcianek, nastrojów czy przywiązań. Uczy się panowania nad sobą i większej uważności.

✓ Drugim owocem jest pogłębiona relacja z Bogiem. Modlitwa przestaje być obowiązkiem, a staje się spotkaniem. Spowiedź przestaje być lękiem, a staje się doświadczeniem miłosierdzia. Eucharystia przestaje być rutyną, a staje się źródłem życia. Wielki Post uczy, że Bóg nie chce być ciężarem, lecz bliskością.

✓ Kolejnym owocem jest przemiana relacji międzyludzkich. Kiedy człowiek walczy ze sobą w poście, staje się łagodniejszy wobec innych. Kiedy modli się wstawienniczo za rodzinę, zaczyna patrzeć na nią z większą cierpliwością. Kiedy daje jałmużnę, uczy się hojności i wrażliwości. Łaska otrzymana od Boga promieniuje na dom, małżeństwo, dzieci, współpracowników.

✓ Owocem Wielkiego Postu jest także radość. Nie radość powierzchowna, ale głęboka – ta, która rodzi się z pojednania. Po dobrze przeżytej spowiedzi, po wiernym wysiłku, po realnym darze dla drugiego człowieka serce staje się lżejsze. Człowiek doświadcza, że łaska naprawdę działa.

✓ Wielki Post prowadzi do Paschy – do przejścia ze śmierci do życia. Jeśli potraktujesz go poważnie, nie będzie tylko kolejnym „czasem w roku”. Stanie się etapem duchowego wzrostu. Nauczy cię walczyć, ufać, dawać i kochać.

✓ A jego najpiękniejszym owocem będzie to, że w poranek Zmartwychwstania nie tylko usłyszysz o zwycięstwie Chrystusa, ale w pewnej mierze doświadczysz go w swoim własnym sercu.

V. Do osób chorych i starszych

Wielki Post nie jest zarezerwowany wyłącznie dla tych, którzy mogą codziennie przychodzić do kościoła i uczestniczyć w nabożeństwach. Osoby starsze i chore, które z powodu wieku czy cierpienia pozostają w domach, nie są poza tą drogą. Przeciwnie – ich przeżywanie Wielkiego Postu może mieć szczególną głębię.

Cierpienie, samotność, ograniczenia fizyczne są realnym krzyżem. Zjednoczone z krzyżem Chrystusa stają się modlitwą o wielkiej mocy. Łóżko chorego może stać się miejscem Drogi Krzyżowej, a codzienne trudności – ofiarą składaną w intencji bliskich i całej wspólnoty parafialnej.

Szczególne znaczenie mają sakramenty. Sakrament pokuty jest możliwy także w domu. Nie odkładajmy spowiedzi z myślą, że „to już nie dla mnie”. Kapłan może przyjść. To spotkanie z miłosiernym Ojcem przynosi pokój i duchową lekkość.

Sakrament namaszczenia chorych nie jest zarezerwowany tylko dla ostatnich chwil życia. Jest sakramentem umocnienia. Daje łaskę, pokój i siłę w chorobie. W Wielkim Poście warto go przyjąć jako dar, który pomaga przeżywać cierpienie w jedności z Chrystusem.

Komunia Święta przyjmowana w domu jest wielkim znakiem bliskości Boga. Jezus przychodzi do chorego z tą samą miłością, z jaką przychodzi do świątyni. Dlatego **od marca br. chcemy w każdy pierwszy piątek miesiąca odwiedzać zgłoszonych chorych z sakramentami**. Prosimy rodziny o zgłaszanie swoich bliskich. To nie jest kłopot – to nasza wspólna odpowiedzialność i radość.

Jako proboszcz parafii proszę i zapraszam osoby starsze i chore, aby czuły się częścią naszej wspólnoty. Proszę was, myślcie o naszej parafii i o naszym kościele. Wasza modlitwa ma ogromną wartość. Ofiarujcie swoje cierpienie i modlitwę w intencji innych chorych, którzy może przeżywają jeszcze większe trudności.

Proszę także o modlitwę za rodziny przygotowujące się do Pierwszej Komunii Świętej i do bierzmowania. Módlcie się za dzieci i młodzież, aby ich serca były otwarte na łaskę. Módlcie się za rodziców, aby potrafili być świadkami wiary. Wasza modlitwa może wyprosić dla nich światło i siłę.

Wielki Post przeżywany w chorobie nie jest czasem straconym. Może stać się czasem szczególnej misji. Kościół potrzebuje waszej modlitwy. A Chrystus przychodzi do was z tą samą miłością, z jaką przychodzi do każdego, kto otwiera przed Nim drzwi swojego serca.



Daty rekolekcji

w dekanacie międzyrzeckim

Data	Parafia	
20.02.2026	22.02.2026	Kożuszki
27.02.2026	01.03.2026	Polskowola
06.03.2026	08.03.2026	Dołha
13.03.2026	15.03.2026	Św. Piotr i Paweł - Międzyrzec Podlaski
13.03.2026	15.03.2026	Krzewica
13.03.2026	15.03.2026	Brzozowica
15.03.2026	17.03.2026	Św. Mikołaj - Międzyrzec Podlaski
20.03.2026	22.03.2026	Chrystus Król - Międzyrzec Podlaski
19.03.2026	22.03.2026	Św. Józef - Międzyrzec Podlaski
27.03.2026	29.03.2026	Manie
27.03.2026	29.03.2026	Kąkolewnica



NABOŻEŃSTWO GORZKICH ŻALI

**Parafia św. Mikołaja
w Międzyrzecu Podlaskim**

-  **Niedziela**
-  **Po Mszy św. o godz.**
-  **Kościół parafialny**




Odwiedziny chorych

*w parafii św. Mikołaja
w Międzyrzecu Podlaskim*



**PARAFIA
św. Mikołaja
MIĘDZYRZEC PODLASKI**

-  **W każdy pierwszy piątek miesiąca**
-  **Przed południem**
-  **Konieczne wcześniejsze zgłoszenie telefoniczne
na numer biura parafialnego 573 144 811**
-  **Zgłoszenia do środy 4 marca br.**



**Kapłan przyjedzie pod wskazany adres,
aby udzielić sakramentów
i wspólnie się pomodlić.**

