

## Wielkopostna sztafeta o chlebie i wodzie 2025 r.

Podczas tegorocznego Wielkiego Postu zapraszam do podjęcia praktyki duchowej postu o chlebie i wodzie. Modlitwa i post to najskuteczniejsza tarcza chrześcijanina. Świadoma rezygnacja z posiłków w ciągu dnia i zamiana ich postem o chlebie i wodzie przynosi obfite duchowe owoce. Słowa Jezusa nie pozostawiają wątpliwości: „Ten zaś rodzaj złych duchów wyrzuca się tylko modlitwą i postem” (Ewangelia Mateusza 17, 21). Kontekstem do było uzdrowienie człowieka opętanego złym duchem. Można powiedzieć, że to właśnie modlitwa i post stanowią skuteczne narzędzie, by otrzymać od Boga łaskę wolności, uzdrowienia, ukojenia.

Szczególną intencją SZTAFETY POSTNEJ o chlebie i wodzie jest:

- - modlitwa za Papieża Franciszka,
- - za naszych kapłanów z parafii,
- - za Ojczyznę,
- we wszystkich intencjach osobistych i rodzinnych (dziękczynnych, błagalnych, prośby), osób włączających się do sztafety postnej

Proszę, aby każdy, dla kogo te intencje są ważne, wybrał sobie jeden dzień Wielkiego Postu 2025, wpisał się na listę i podjął się tego duchowego wyzwania.

W miarę możliwości proszę wybrać dzień, na który wcześniej nikt się nie zapisał, w razie zapełnienia listy, można też dopisać się w dowolny, wybrany przez siebie dzień. Zależy nam, aby post o chlebie i wodzie trwał w naszej sztafecie nieprzerwanie przez cały Wielki Post.

|                                            |                                                                                         |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 9 marca<br><b>(I Niedziela Wlk. Postu)</b> | <b>STARTUJEMY</b><br><br><b>(poniżej wpisujemy imię<br/>i nazwisko - wedle uznania)</b> |
| 10 marca (Pn)                              |                                                                                         |
| 11 marca (Wt)                              |                                                                                         |
| 12 marca (Śr)                              |                                                                                         |
| 13 marca (Czw)                             |                                                                                         |

|                                               |  |
|-----------------------------------------------|--|
| 14 marca (Pt)                                 |  |
| 15 marca (Sob)                                |  |
| 16 marca<br><b>(II Niedziela Wlk. Postu)</b>  |  |
| 17 marca (Pn)                                 |  |
| 18 marca (Wt)                                 |  |
| 19 marca (Śr)                                 |  |
| 20 marca (Czw)                                |  |
| 21 marca (Pt)                                 |  |
| 22 marca (Sob)                                |  |
| 23 marca<br><b>(III Niedziela Wlk. Postu)</b> |  |
| 24 marca (Pn)                                 |  |
| 25 marca (Wt)                                 |  |
| 26 marca (Śr)                                 |  |
| 27 marca (Czw)                                |  |
| 28 marca (Pt)                                 |  |
| 29 marca (Sob)                                |  |

|                                               |  |
|-----------------------------------------------|--|
| 30 marca<br><b>(IV Niedziela Wlk. Postu)</b>  |  |
| 31 marca (Pn)                                 |  |
| 1 kwietnia (Wt)                               |  |
| 2 kwietnia (Śr)                               |  |
| 3 kwietnia (Czw)                              |  |
| 4 kwietnia (Pt)                               |  |
| 5 kwietnia (Sob)                              |  |
| 6 kwietnia<br><b>(V Niedziela Wlk. Postu)</b> |  |
| 7 kwietnia (Pn)                               |  |
| 8 kwietnia(Wt)                                |  |
| 9 kwietnia (Śr)                               |  |
| 10 kwietnia (Czw)                             |  |
| 11 kwietnia (Pt)                              |  |
| 12 kwietnia (Sob)                             |  |
| 13 kwietnia<br><b>(Niedziela Palmowa)</b>     |  |

|                                         |  |
|-----------------------------------------|--|
| 14 kwietnia (Pn)                        |  |
| 15 kwietnia (Wt)                        |  |
| 16 kwietnia (Śr)                        |  |
| 17 kwietnia<br><b>(Wielki Czwartek)</b> |  |
| 18 kwietnia<br><b>(Wielki Piątek)</b>   |  |
| 19 kwietnia<br><b>(Wielka Sobota)</b>   |  |