

## **Apel Zespołu KEP ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych**

### **NA SIERPIEŃ - MIESIĄC ABSTYNENCJI 2023**

Sierpniowe dni w historii naszej Ojczyzny niejednokrotnie zmieniły jej bieg. Walka o wolność, poświęcenie polskich bohaterów, nadzieja na odnowę, jak również wielka radość z odniesionych zwycięstw – składają się na szczególną atmosferę tego miesiąca. Dominuje w niej troska o losy narodu. Troska, którą Polacy przyzwyczaili się składać w dłonie Maryi, swojej Królowej. Te dwie piękne cechy Polaków – miłość Ojczyzny i miłość Matki Bożej, były i są nadal źródłem wielu potrzebnych inicjatyw budujących naszą jedność, pomagających nam trwać w wierze. Dlatego sierpień przeżywamy jako miesiąc dobrowolnej rezygnacji z alkoholu z motywów patriotycznych i religijnych. Zachęca do tego Episkopat Polski od 1984 roku.

#### **Dobrowolna abstynencja szczególną formą praktykowania trzeźwego stylu życia**

Apel sierpniowy co roku spotyka się z wielkim zainteresowaniem różnych grup społecznych. Ten fakt cieszy, gdyż jest oznaką ważności tej inicjatywy nie tylko dla wiernych Kościoła, ale i dla całego społeczeństwa. Jednocześnie rodzi on konieczność wyjaśnienia niektórych pojęć i odpowiedzi na pojawiające się przy tej okazji pytania. Istotne jest, aby dobrze rozumieć, czym jest trzeźwość w odniesieniu do alkoholu. Przybiera ona w tym wymiarze trzy podstawowe formy.

Po pierwsze, dla części społeczeństwa praktykowanie trzeźwości oznacza stały umiar w używaniu napojów alkoholowych. Umiar jest to sięganie po alkohol bardzo rzadko i w małych (wręcz symbolicznych) ilościach, tak aby w żaden sposób nie zmieniła się świadomość, emocje, decyzyjność. Kolejną formą zachowywania trzeźwości jest obowiązkowa, całkowita rezygnacja z używania alkoholu, np. ze względu na wiek, stan zdrowia, obowiązki. Trzecią formą jest dobrowolna abstynencja. Podejmowana jest ona z różnych motywów, najczęściej jako post, jako wynagrodzenie za grzechy, a także jako świadectwo dla innych, że można cieszyć się życiem, bawić się, wypoczywać, świętować bez alkoholu. Trzeźwość to warunek życia w wolności, miłości i dobrobycie.

To wyjaśnienie pomaga nam odpowiedzieć na pytanie, dlaczego sierpień jest miesiącem abstynencji, a nie tylko trzeźwości. Otóż zachowanie trzeźwości, jako cnoty moralnej, obowiązuje przez wszystkie miesiące roku, włącznie z sierpniem. Krótko mówiąc – każdy miesiąc roku jest miesiącem trzeźwości. Natomiast abstynencja sierpniowa jest dobrowolną decyzją z motywów religijnych, moralnych i patriotycznych.

Pragniemy podkreślić, że apel o rezygnację z używania alkoholu w sierpniu jest zachętą, a nie nakazem. Zachętą, aby ci, którzy mogą umiarkowanie korzystać

z napojów alkoholowych, dobrowolnie z tego zrezygnowali i w ten sposób stali się szczególnie świadkami Chrystusowej wolności.

### **Miesiąc abstynencji a współczesne wyzwania związane z uzależnieniami**

Współczesna nauka jednoznacznie potwierdza zgubny wpływ nałogów, zwłaszcza alkoholizmu, na kondycję zdrowotną jednostek i całych społeczeństw. Uzależnienie od alkoholu to śmiertelna choroba, powodująca corocznie kilka milionów zgonów na całym świecie. Na skutek nadużywania alkoholu znacząco zwiększa się umieralność osób w młodym i średnim wieku. Musimy też pamiętać, że najwięcej szkód społecznych przynosi pijaństwo.

Natomiast dobroczynny wpływ okresowego czy stałego postu od alkoholu jest znany od dawna. Potwierdza to Kościół wzywając do jego podejmowania w Adwencie, Wielkim Poście, czy w naszej Ojczyźnie także w sierpniu. Nie chodzi tu tylko o zdrowie fizyczne i psychiczne, o które należy dbać wypełniając V przykazanie Dekalogu, ale także o kondycję duchową.

Dobrowolny post od alkoholu podejmowany z motywów religijnych pomaga w rozwoju duchowym i w zjednoczeniu z Chrystusem, który jest jedynym Dawcą prawdziwej wolności. Jest to też piękne świadectwo w społeczeństwie, które ma poważne problemy z praktykowaniem cnoty trzeźwości. To świadectwo jest konieczne, aby skutecznie przeciwdziałać ogromnemu cierpieniu milionów ludzi w naszej Ojczyźnie. Nietrzeźwość bowiem powoduje nie tylko wymierne straty materialne, ale jest również źródłem poważnych problemów zdrowotnych, psychicznych i duchowych.

### **Sierpniowe inicjatywy abstynenckie Kościoła w Polsce**

Kościół daje największy i najbardziej trwały motyw troski o trzeźwość narodu. Jest nim miłość do Boga i do bliźniego. Dlatego w sierpniu – miesiącu abstynencji, w polskich diecezjach, w różnych ośrodkach i wspólnotach, organizowane są wydarzenia, takie jak: pielgrzymki w intencji trzeźwości narodu, rekolekcje, sympozja, zabawy, spotkania i pikniki bezalkoholowe. Wiele osób składa podczas nich świadectwa nawrócenia, uzdrowienia z nałogu, ale także świadectwa podkreślające, jak piękny i owocny jest dar dobrowolnej abstynencji od alkoholu. Wszystkim zaangażowanym w te działania, uczestnikom i osobom, które propagują abstynencki styl życia, składamy serdeczne podziękowania.

Jako członkowie Kościoła zdajemy sobie sprawę z odpowiedzialności za wypełnianie w codziennym życiu nauczania św. Jana Pawła II i bł. Kard. Stefana Wyszyńskiego, na temat wolności wewnętrznej człowieka i troski o trzeźwość całego narodu. Sierpień to dobry czas i okazja, aby jeszcze lepiej poznać to nauczanie i nim żyć. To także dobry czas, aby jeszcze bardziej zjednoczyć się

wokół ważnej inicjatywy Apostolstwa Trzeźwości w Polsce, jaką jest Narodowy Program Trzeźwości.

### **Jedność w działaniu na rzecz troski o trzeźwość w naszej Ojczyźnie**

Prośbę o dar dobrowolnej abstynencji w sierpniu kierujemy przede wszystkim do wierzących, aby w duchu odpowiedzialności za swoje życie, życie bliskich i wszystkich, których Bóg stawia na ich drodze, podjęli post w intencji trzeźwości narodu.

Prosimy ludzi mediów, aby tworzyli kulturę trzeźwości poprzez promocję postaw abstynenckich. Prosimy pracowników kultury i nauki, aby w swoim życiu zawodowym dawali świadectwo życia bez nałogów. Aby owoce ich pracy uczyły wszystkich odbiorców, a zwłaszcza młode pokolenie, pięknego, wolnego życia.

Prosimy sprawujących władzę państwową i samorządową, aby autentycznie przejęli się losem Polaków dotkniętych i zagrożonych plagą pijaństwa i alkoholizmu. Aby podjęli natychmiastowe działania naprawcze, pozwalające na ograniczenie tak wysokiego spożycia alkoholu, które wprost zagraża istnieniu narodu. Przede wszystkim należy zakazać reklamy alkoholu i ograniczyć jego dostępność fizyczną i ekonomiczną.

Prosimy wszystkich liderów życia społecznego, duchownych i świeckich, o zaangażowanie się w dzieło troski o trzeźwość narodu. To w dużej mierze od waszych postaw i decyzji oraz wzoru życia zależy, czy nasz naród będzie prawdziwie wolny wewnątrz.

Apel kierujemy do wszystkich ludzi dobrej woli, aby włączyli się do tej inicjatywy. Bowiem wartość trzeźwego życia jest wartością ogólnoludzką, a nie tylko zobowiązaniem o charakterze religijnym. Wszyscy też jesteśmy odpowiedzialni za przyszłość naszej Ojczyzny.

Niech Maryja, Królowa Polski, wspiera swoim przemożnym wstawiennictwem nasze dobre postanowienia i działania. Niech pomaga nam w codziennej pracy nad przywróceniem kultury trzeźwości w naszym narodzie.

Łomża, dnia 28 maja 2023 r.

*Bp Tadeusz Bronakowski*

Przewodniczący Zespołu KEP

ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych

Materiał do wykorzystania duszpasterskiego w XVII Niedzielę Zwykłą, 30 lipca 2023 r.