

Apel na sierpień - miesiąc abstynencji 2026

3.8.2026 - Tadeusz Bronakowski | Konferencja Episkopatu Polski

Tegoroczna inicjatywa sierpnia - miesiąca abstynencji wpisuje się w ważny jubileusz 70-lecia Jasnogórskich Ślubów Narodu. 26 sierpnia 1956 roku na Jasnej Górze dokonał się - według słów więzionego wówczas bł. Prymasa Stefana Wyszyńskiego - „prawdziwy cud”, który odmienił oblicze polskiej ziemi.

Oto nad pogrążoną w ciemnościach komunistycznego reżimu Ojczyznę zabłysło światło nadziei. Naród uwierzył, że z pomocą Maryi pozostanie wierny Chrystusowi i Jego Kościołowi. Uwierzył, że odzyska prawdziwą wolność. I tak rozpoczęła się mozolna praca nad wykorzenianiem wad narodowych i zdobywaniem cnót moralnych. Przysięgliśmy bowiem Pani Jasnogórskiej „wypowiedzieć walkę lenistwu i lekkomyślności, marnotrawstwu, pijaństwu i rozwiązłości”. Przysięgliśmy „zdobywać cnoty: wierności i sumienności, pracowitości i oszczędności, wyrzeczenia się siebie i wzajemnego poszanowania, miłości i sprawiedliwości społecznej”.

Tę pracę Kościół w Polsce prowadzi nieprzerwanie, świadomy odpowiedzialności za złożone przed laty Jasnogórskie Śluby Narodu.

Polska silna wiarą i trzeźwością

Wśród ważnych wartości, na których powinniśmy budować silną Ojczyznę, szczególne miejsce zajmuje wiara chrześcijańska i trzeźwość. One wprost decydują o wolności wewnętrznej Polaków i pomagają w zachowaniu niepodległości.

Wiara daje wyjątkową motywację i wsparcie, aby troszczyć się o trzeźwe życie we wszystkich jego wymiarach. To Chrystus – Dawca prawdziwej wolności jest dla wierzących wzorem do naśladowania i źródłem siły. Żywa wiara, systematyczne praktyki religijne, wytrwała praca nad sobą, życie zgodne z wymaganiami Ewangelii chronią przed szkodliwym i ryzykownym zachowaniem, chronią przed pułapką różnych nałogów. Człowiek, który tak postępuje, kroczy drogą życia i szczęścia. Wiara i trzeźwość to fundament zjednoczonych miłością rodzin, wspólnot i całego narodu. To szansa na pomyślny rozwój naszej Ojczyzny.

Polska potrzebuje odnowy moralnej

Odnova moralna narodu jest stałym zadaniem kolejnych pokoleń Polaków. Miłość Chrystusa, Kościoła i Ojczyzny domaga się w każdym czasie, także dzisiaj, odważnych i konsekwentnych działań na rzecz przywrócenia pokoju, jedności, ładu moralnego i miłości społecznej. Do tego potrzebna jest trzeźwość. Bł. kard. Stefan Wyszyński głosił z mocą, że „Naród, który walczy o najszlachetniejsze ideały, musi być trzeźwy!”. Dlatego walkę z pijaństwem umieścił w tekście Ślubów i później wytrwale pracował, aby naród dotrzymał tego przyrzeczenia. Warto wiedzieć, że wówczas spożycie alkoholu było trzykrotnie mniejsze niż obecnie.

W naszej Ojczyźnie wciąż dominują problemy związane z nadużywaniem alkoholu przez osoby dorosłe i z sięganiem po alkohol przez nieletnich. Tragiczne żniwo zbiera także wśród Polaków, zwłaszcza młodych, nikotynizm, narkomania, pornografia, uzależnienie od gier komputerowych, mediów społecznościowych itp. Te zjawiska bardzo często wiążą się z sięganiem po alkohol, aby uciec od problemów i zapomnieć o dramatycznych konsekwencjach swojego postępowania. Tak pogłębiają się problemy, a zło rozlewa się na coraz większy krąg osób.

W Polsce uzależnienie od alkoholu i picie ryzykowne wywiera negatywny wpływ na wiele sektorów życia społecznego. Generuje ogromne obciążenie dla systemu opieki zdrowotnej sprzyjając chorobom i przedwczesnym zgonom. Problemy alkoholowe osłabiają nas ekonomicznie, powodują stałe straty kilkakrotnie przewyższające wpływy z akcyzy i innych podatków. Tracimy więc na tym wszyscy, za wyjątkiem biznesu alkoholowego. Nadużywanie alkoholu sprzyja przestępczości, powoduje destrukcję – zwłaszcza w rodzinach. Słusznie porównuje się pijaństwo z otwartą raną na duszy narodu. Raną, z której stale płynie krew, osłabiając narodowy organizm.

Ku trzeźwości Narodu!

Droga „ku trzeźwości Narodu” jest trudna i wymaga wspólnego wysiłku Polaków. Potrzebne jest zjednoczenie ponad podziałami i stawianie dobra narodu ponad swoje interesy. Troska o trzeźwość jest sprawdzianem autentycznej miłości Ojczyzny. Należy wspierać wszelkie dobre inicjatywy, których celem jest ograniczenie spożycia alkoholu i wychowanie młodego pokolenia w trzeźwości. Istotą tych działań jest odpowiedzialność za stan narodu, za jego zdrowie fizyczne, moralne i duchowe.

Pielęgnowanie trzeźwości musi być połączone z troską o inne ważne wartości, takie jak: poszanowanie życia ludzkiego, budowanie silnych rodzin, wychowanie młodego pokolenia w duchu wartości chrześcijańskich, pielęgnowanie historii i tradycji ojczystej. Jeśli tego zabraknie, nawet najlepsze inicjatywy mogą nas nie doprowadzić do celu, jakim jest prawdziwa wolność Polaków.

Jubileuszowy dar serca dla Maryi, Królowej Polski

Kiedy w 1956 roku, kilka dni po wyjściu z więzienia, bł. Prymas Wyszyński pojechał na Jasną Górę, ze wzruszeniem wspominał, jak bardzo chciał być razem z narodem podczas sierpniowych Ślubów. Mówił: „Czułem, że wielką chwałę Królowej Polski ktoś musi okupić. (...) Że duchowe odrodzenie Narodu musi bardzo kosztować”. Na koniec ten wyniszczony więzieniem Pasterz dodał z mocą: „Gotów jestem zawsze na wszystko, byleby tylko Polska pozostała królestwem Maryi i Jej Boskiego Syna”.

Oby i w naszych sercach była taka gotowość do ofiar, byleby tylko nasza Ojczyzna była rzeczywistym królestwem Maryi i Jezusa.

Dlatego w duchu odpowiedzialności za Polskę i w poczuciu wdzięczności za Jasnogórskie Śluby Narodu ofiarujemy Bogu przez ręce Maryi, Królowej Polski, dar dobrowolnej abstynencji od alkoholu. Niech tegoroczny sierpień stanie się nowym zaczynem wytężonej pracy nad odnową naszych serc, rodzin, wspólnot i całej naszej Ojczyzny. Wszystkim, którzy odpowiadając na Apel sierpniowy włączą się w dzieło troski o trzeźwość narodu, z serca dziękuję i błogosławię! Możecie z dumą powiedzieć: mój dar dobrowolnej abstynencji jest wielką prośbą do Matki Bożej o wolność dla uzależnionych i nadużywających alkoholu. Jest też pięknym świadectwem dla dzieci i młodzieży, umocnieniem dla abstynentów i pomocą dla Ojczyzny.

Z ufnością prosimy Maryję, Królową Polski, słowami wielkiego orędownika trzeźwości św. Jana Pawła II:

„Daj nam łaskę zrozumienia, że odnowę narodu trzeba nam zacząć od własnego serca. (...) Uchroń nas od niewiary, która jest źródłem wszelkiego zła. (...) Daj opamiętanie nietrzeźwym, którzy tak poniżają w sobie godność człowieka i marnują wspólne dobro narodu. (...) Maryjo, uratuj każdego człowieka w Polsce dla Chrystusa. (...) Dajemy Ci całkowite prawo posługiwania się nami, aby uratowani byli wszyscy nasi bracia, aby odmieniło się oblicze polskiej ziemi, aby prawdziwie była ona królestwem Twoim i Twojego Syna. Amen”.

Łomża, dnia 3 maja 2026 r.

bp Tadeusz Bronakowski

Przewodniczący Zespołu KEP
ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych

Materiał do wykorzystania duszpasterskiego w XVIII Niedzielę Zwykłą, 2 sierpnia 2026 r.

<https://episkopat.pl/doc/250786.Apel-na-sierpień-2026>