

sobota, 26.07.2025

## Apel Zespołu KEP ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych na sierpień – miesiąc abstynencji

### APEL NA SIERPIEŃ – MIESIĄC ABSTYNENCJI 2025

Historia narodu polskiego tworzy niezwykły kalendarz, w którym poszczególne miesiące roku przypominają nam o ważnych wydarzeniach minionych lat i wieków. Tak jest i z sierpniem. Ten miesiąc wyróżnia się jednak szczególnym splotem historycznych rocznic i świąt maryjnych. Staje się to wyzwaniem dla kolejnych pokoleń, aby niezłomie strzec pamięci historycznej i naszej chrześcijańskiej tożsamości. Aby odważnie bronić niepodległości i wolności wewnętrznej. One bowiem są ściśle ze sobą związane. Tylko wtedy Polska zachowa niepodległość, kiedy będzie ziemią ludzi wewnętrznie wolnych. Tego uczy nas kolejny w naszym życiu sierpień – miesiąc dobrowolnej abstynencji od alkoholu, przeżywany pod hasłem „Odpowiedzialni za trzeźwość”.

#### Osobista odpowiedzialność za trzeźwość

Sprawa osobistej odpowiedzialności za trzeźwość własną oraz innych, nie dla wszystkich Polaków jest oczywista. Faktem jest wielka obojętność społeczeństwa na problemy alkoholowe, jakich doświadcza wielu rodaków. Faktem jest również akceptacja postaw i działań sprzyjających upijaniu się. Właściwie nie ma dnia bez wiadomości, że ktoś będący pod wpływem alkoholu spowodował wypadek, że pozbawił kogoś życia, zranił, że na inne sposoby skrzywdził bliźnich. Oburzają się dziennikarze, oburzają się politycy, oburzają się odbiorcy tych medialnych informacji. Można powiedzieć, że to słuszne oburzenie jest powszechne. I co z niego wynika? Niewiele, a często dosłownie nic. Oto w gazecie czy na stronie internetowej informującej na przykład o tym, że nietrzeźwy kierowca wjechał na chodnik i zabił całą rodzinę, tuż obok ukazuje się reklama alkoholu, na co zresztą zezwala prawo. Także niezliczone billboardy przy polskich drogach zachęcają do picia alkoholu. Zachęcają do tego uginające się od butelek i puszek z alkoholem sklepowe półki, w tym na stacjach paliw. I nie ma w tym przypadku powszechnego oburzenia, chociaż są niezbita dowody na to, że reklama czy zbyt duża dostępność fizyczna i ekonomiczna powodują wzrost problemów alkoholowych. A jakże często Polacy kwitują żartobliwie różne pijackie zachowania, nakłaniają innych do picia, wybierają alkohol na prezent czy traktują go jako najważniejszy produkt na swoim stole. Jakże często przechodzą obojętnie wobec skandalicznych promocji na alkohol w tak zwanych „sieciorówkach”. Jakże częsty jest widok dzieci wykładających na taśmę przed kasą sklepową alkohol zakupiony przez rodziców.

Obojętność, lekceważenie problemów alkoholowych, brak zaangażowania w propagowanie postaw trzeźwościowych, wyśmiewanie abstynentów – to swoisty rak toczący nasz społeczny organizm. To choroba, którą musimy sobie uświadomić i podjąć leczenie. Nie jest bowiem prawdą, że chorują jedynie ci, którzy już uzależnili się od alkoholu. Chore jest całe społeczeństwo, jeśli kultywuje upijanie się, jeśli każdy z nas nie troszczy się o trzeźwość w życiu osobistym, rodzinnym i narodowym.

#### Problemy alkoholowe Polaków w liczbach

Dane statystyczne odnośnie picia alkoholu w naszej Ojczyźnie są nadal alarmujące. Polacy wypijają średnio około 11 litrów czystego alkoholu na osobę rocznie. Wielu rodaków regularnie nadużywa alkoholu. W Polsce codziennie umiera średnio 110 osób z powodu alkoholu. Liczba punktów sprzedaży alkoholu jest zdecydowanie za duża – na jeden punkt sprzedaży przypada około 300 mieszkańców. W ubiegłym roku wydano na alkohol ponad 50 mld zł. Młodzi Polacy zaczynają spożywać alkohol między 12. a 16. rokiem życia.

Te dramatyczne liczby, chociaż nie przedstawiają całego złożonego obrazu problemów alkoholowych w naszej Ojczyźnie, to jednak potwierdzają potrzebę podjęcia natychmiastowych działań na rzecz otrzeźwienia polskiego społeczeństwa. Działania te powinny być odgórne i oddolne, inicjowane zarówno przez osoby piastujące wysokie urzędy, jak i zwykłych obywateli. Istotne jest między innymi szerzenie wiedzy, że nie ma bezpiecznej dawki alkoholu, nawet w odniesieniu do populacji ludzi zdrowych. Konieczne jest również propagowanie postaw abstynenckich – czasowych i stałych.

#### Trzeźwość sprawdzianem odpowiedzialności za rodziny, Kościół i Ojczyznę

Trzeźwość każdego Polaka to zadanie priorytetowe, od wyniku którego zależy przyszłość naszych rodzin, przyszłość Kościoła i naszej Ojczyzny. W tym wielkim i pięknym dziele każdy z nas ma ważną rolę do odegrania.

Jesteś małżonkiem, rodzicem, pamiętaj, że alkohol nie jest produktem koniecznym do życia, lecz niebezpieczną substancją, która może zniszczyć zdrowie, skrócić życie, rozbić małżeństwo, unieszczęśliwić ciebie i twoich bliskich. Zawsze przestrzegaj trzeźwości, najlepiej podejmując decyzję o dobrowolnej abstynencji. Uczyni to z miłości do Boga i tych, za których jesteś odpowiedzialny.

Jesteś dzieckiem, ze wszystkich sił pracuj nad swoim charakterem i zachowuj konieczną w twoim wieku abstynencję. Tylko w ten sposób będziesz mógł bezpiecznie rozwijać się, wzrastać „w mądrości i latach, w łasce u Boga i u ludzi” (por. Łk 2,25).

Jesteś młodym człowiekiem, czuwaj nieustannie, abyś nie utracił prawdziwej wolności, której jedynym źródłem jest Jezus Chrystus. Nie pozwól się uwieść „sprzedawcom iluzji”, nie pozwól, aby okradziono cię z tego, co w tobie najlepsze – „z energii, radości, marzeń, dając w zamian fałszywe złudzenia” (papież Franciszek). Nie niszcź swojego życia sięgając po alkohol! Ceń abstynencję, bo ona jest dowodem odwagi, mądrości i odpowiedzialności.

Jesteś starszą osobą, bądź dla innych przykładem życiowej mądrości, trzeźwości i prawdziwej radości życia. Bądź świadkiem, że wszelkie problemy życiowe można przeżywać nie sięgając po alkohol, ale jednocząc się ze Zbawicielem.

Jesteś osobą duchowną, bądź nie tylko świadkiem trzeźwego życia, ale także apostołem trzeźwości poprzez dar dobrowolnej abstynencji i gorliwą służbę we wspólnotach trzeźwościowych. „Bez kapłanów abstynentów nie będzie trzeźwej Polski” (bł. kard S. Wyszyński).

Jesteś katechetą, nauczycielem i wychowawcą, bądź autentycznym wzorem trzeźwego myślenia, mówienia i działania. Ukazuj młodym piękno trzeźwego życia i ucz ich odpowiedzialności za siebie i innych.

Jesteś osobą związaną z mediami, tworzącą kulturę, pracującą naukowo, daj odważne świadectwo, że trzeźwość jest fundamentem prawdy, piękna i dobra.

Jesteś osobą sprawującą władzę państwową czy samorządową, masz wpływ na tworzenie prawa i jego przestrzeganie, pamiętaj, że od twojej troski o trzeźwość narodu zależą losy naszej Ojczyzny. Zakaz reklamy alkoholu, która niszczy naród – zwłaszcza młode pokolenie, ograniczenie dostępności fizycznej alkoholu poprzez zmniejszenie liczby punktów sprzedaży i ustalenie jego właściwej ceny – to obowiązek moralny i patriotyczny władz państwowych i samorządowych.

Jesteś apostołem trzeźwości, dobrowolnym abstynentem, bądź wierny tej szczególnej misji. Pokazuj innym, jak piękne i radosne jest życie w prawdziwej wolności.

Dar sierpniowej abstynencji przynosi błogosławione owoce

Wszystkich wierzących Polaków i ludzi dobrej woli proszę o dobrowolną abstynencję w sierpniu. Będzie to świadectwo odpowiedzialności za siebie, za bliźnich i za Polskę. Świadectwo tak bardzo potrzebne, przynoszące wielorakie błogosławione owoce – powstania z nałogu, przemiany życia, systematycznej pracy nad swoim charakterem, prawdziwej wolności, której fundamentem jest trzeźwość.

Niech Maryja, Królowa Polski, wspiera tych wszystkich, którzy włączą się w tę ważną inicjatywę. Z serca wszystkim błogosławię!

Łomża, dnia 8 maja 2025 r.

Bp Tadeusz Bronakowski

Przewodniczący Zespołu KEP ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych