

ŚLADAMI NADZIEI

*Rozważania drogi krzyżowej
dla młodzieży*

red. ks. Tomasz Chrupek



Biblos



ŚLADAMI NADZIEI

Rozważania drogi krzyżowej dla młodzieży

red. ks. Tomasz Chrupek

ŚLADAMI NADZIEI

Rozważania drogi krzyżowej dla młodzieży

red. ks. Tomasz Chrupek

Nihil obstat
Tarnów, dnia 23.01.2026 r.
ks. dr Paweł Marzec

Imprimatur
OW-2.2/5/26, Tarnów, dnia 26.01.2026 r.
Wikariusz generalny
† Stanisław Salaterski



© by Wydawnictwo Biblos, Tarnów 2026
ISBN (online) 978-83-8354-264-5

plac Katedralny 6, 33-100 Tarnów
+48 510 812 311
biblos@biblos.pl
biblos.pl
@wydawnictwobiblos

tekst: ks. Tomasz Chrupek, Gabriela Cyganowska, Aleksandra Małochleb, Alicja Miskurka-Cich
korekta: Jonasz Zając
projekt okładki: Sonia Przekłasa
koncepcja graficzna serii: Zofia Karpowicz
druk: Poligrafia Wydawnictwa Biblos
wykorzystano kroje: Bespoke Serif i Sans autorstwa Indian Type Foundry

7	<i>Od redakcji</i>
9	<i>Droga do życia pełnego nadziei</i>
21	<i>Droga do wolności, która nie zniewala</i>
37	<i>Droga ku pełni życia</i>
55	<i>Droga, na której uczę się ufać</i>
71	<i>Droga opowiedziana przez niemych świadków</i>
85	<i>Droga najtrudniejsza</i>
95	<i>Droga Bożej obecności</i>
117	<i>Droga przebaczenia</i>
127	<i>Droga przemiany serca</i>

Dodatek. Rozważania przy grobie Pańskim

141 Rozważanie 1. Miłość, która zgodziła się na grób

151 Rozważanie 2. Mój Jezus połamany

159 Rozważanie 3. Przyjrzeć się Bożej miłości

Od redakcji

Szczęść Boże!

Ostatnio „chodzą za mną” dwa słowa: „śledzić” i „naśladować”. Można w swoim życiu „śledzić” Jezusa, czyli trzymać się od Niego z dala, w bezpieczniej odległości. Ze śledzenia jednak nie wynika spotkanie, bo ten, kto śledzi, nie chce zostać zauważony.

Z kolei „naśladować” oznacza: podążać za kimś lub po czyichś śladach. To droga, którą ktoś przeszedł i na której można czuć się bezpiecznie – bo wiem, dokąd prowadzi, wiem też, że ma sens. To droga śladami nadziei – tej, którą złożyliśmy w Bogu, a która – jak uczy Pismo Święte – zawieść nie może (zob. Rz 5,5).

Przyjmij dzisiaj od nas te rozważania drogi krzyżowej, które niech będą konkretną pomocą do naśladowania, a nie tylko śledzenia Pana Jezusa. On już przeszedł tę drogę dla Ciebie i pragnie uświadomić Ci, że w każdej z tych stacji widział również Ciebie – i wiedział, że było warto!

x. Tomasz Chrupek

Droga do życia pełnego nadziei

#każdy dźwiga swój krzyż #ufność #nadzieja #początek kolejnego etapu wędrówki
#cierpienie źródłem nadziei #uczestniczyć w Bożym planie #troska i miłość #odnaleźć
siłę #przejąć się losem innych #powstać, by nieść nadzieję #nieodwołalna miłość Boga
#wierność miłości #ofiara z siebie #zapowiedź nowego początku #światło w ciemności
#ufność

Wprowadzenie

Droga krzyżowa Jezusa nie jest tylko historią sprzed dwóch tysięcy lat. To historia, która dzieje się w naszym życiu, w naszych wyborach, w chwilach zwątpienia i powstawania na nowo. Jako młodzi ludzie też dźwigamy swoje krzyże – zmagania z sobą samym, niezrozumienia, lęku o przyszłość. Ale ta droga nie kończy się cierpieniem. Wręcz przeciwnie: prowadzi do zmartwychwstania, do nowego życia pełnego nadziei.

każdy dźwiga
swoj krzyż

Stacja I

Jezus skazany na śmierć

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Lecz oni nalegali z wielkim wrzaskiem, domagając się, aby Go ukrzyżowano; i wzmagaly się ich krzyki. Piłat więc zawyrokował, żeby ich żądanie zostało spełnione” (Łk 23,23-24).

Łk 23,23-24

Tłum krzyczy. Wystarczy chwila, by niewinność została zakrzyczana, a sprawiedliwość podeptana. Piłat mógł stanąć w obronie Jezusa, ale wybrał wygodę i święty spokój. A jednak Jezus nie protestuje. Nie tłumaczy się, nie broni – oddaje się Ojcu z ufnością. W tym wyroku, choć niesprawiedliwym, nie ma końca – jest początek nowej drogi. Bo miłość zawsze znajduje sposób, by przemienić nawet największą niesprawiedliwość w dobro.

ufność

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja II

Jezus bierze krzyż na swoje ramiona

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Gdy Go wyszydzili, zdjęli z Niego płaszcz, włożyli na Niego własne Jego szaty i odprowadzili Go na ukrzyżowanie (Mt 27,31).

Jezus bierze na swoje ramiona krzyż, który nie jest Jego winą. W Jego rękach staje się on jednak narzędziem zbawienia. Każdy krok, który stawia, to krok ku naszej wolności – krok ku życiu, które nie kończy się na cierpieniu. Jezus nie ucieka przed cierpieniem: przyjmuje je z miłością. W Jego ramionach krzyż jest nie tylko ciężarem, ale także drogą nadziei.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja III

Jezus upada po raz pierwszy

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Wszyscyśmy pobłądzili jak owce, każdy z nas się obrócił ku własnej drodze, a Pan zwałił na Niego winy nas wszystkich [...]. A On poniósł grzechy wielu i oręduje za przestępcami” (Iz 53,6.12).

Jezus upada. Jest fizycznie wyczerpany i czuje, że krzyż staje się coraz cięższy. Jednak to nie koniec. Pełen miłości, nie zatrzymuje się. Przewycięża swoją słabość i podnosi się, by iść

dalej. Wstaje, bo Jego droga to droga miłości, która nie zna granic. Upadek nie jest końcem, ale początkiem kolejnego etapu wędrówki, w której każde cierpienie staje się krokiem ku zbawieniu.

początek kolejnego etapu wędrówki

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja IV

Jezus spotyka swoją Matkę

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„A Twoją duszę miecz przeniknie, aby na jaw wyszły zamysły serc wielu” (Łk 2,35).

Łk 2,35

W ciszącym się tłumie Jezus dostrzega swoją Matkę. Pełne miłości spojrzenia dwóch najdroższych sobie osób łączą się na chwilę. Pośród zgietku i hałasu czas jakby spowalnia. Serce Maryi przepełnia ból, ale także niezachwiana wiara w to, że ta droga – droga krzyżowa Jej Syna – ma głębokiboki sens i że jej kresem nie będzie wcale śmierć. To będzie zaledwie początek. Wierzy, że to cierpienie stanie się źródłem nadziei dla wszystkich tych, którzy wezmą swój krzyż, pójdą za swoim Mistrzem i będą Go naśladować, bo miłość zawsze znajdzie sposób, by przemienić nawet największą ciemność w światło.

cierpienie źródłem nadziei

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja V

Szymon z Cyreny pomaga nieść krzyż Jezusowi

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Gdy Go wyprowadzili, zatrzymali niejakiego Szymona z Cyreny, który wracał z pola, i włożyli na niego krzyż, aby go niósł za Jezusem” (Łk 23,26).

uczestniczyć
w Bożym
planie

Szymon z Cyreny wcale nie chciał się znaleźć na tej drodze. Został przymuszony, by nieść krzyż za Skazańcem, który nie miał już siły dłużej go dźwigać. W jednym momencie został wciągnięty w historię, której nie rozumiał. Jezus, zmęczony i osłabiony, nie odrzuca jednak tej pomocy. Przez ten jeden gest Szymon staje się uczestnikiem Bożego planu odkupienia świata. Niosąc krzyż, nie tylko zbliża się do Jezusa, ale odkrywa, że cierpienie może być drogą do zbawienia, a pomoc drugiego człowieka – nieoczekiwanym darem nadziei.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja VI

Weronika ociera twarz Jezusowi

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Nie miał On wdzięku ani też blasku, aby na Niego popatrzeć, ani wyglądu by się nam podobał. Wzgardzony i odepchnięty przez ludzi, Mąż boleści, oswojony z cierpieniem, jak ktoś przed kim się twarz zakrywa. Wzgardzony tak, iż mieliśmy Go za nic” (Iz 53,2-3).

Wobec obojętności tłumu Weronika zdobywa się na czyn niemal heroiczny. W obliczu cierpienia, zmęczenia i odrzucenia jej ręce wyciągają się w geście troski i miłości. Chusta, którą ociera twarz Chrystusa, przynosi nie tylko chwilową ulgę w cierpieniu, ale także staje się symbolem nadziei. Każdy bowiem gest płynący z dobroci serca, nawet najdrobniejszy, może sprawić, że w mroku nagle zajaśnieje światło. **troska i miłość**

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja VII Jezus upada po raz drugi

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„On się obarczył naszym cierpieniem, On dźwigał nasze boleści, a myśmy Go za skazańca uznali, chłostanego przez Boga i zdeptanego” (Iz 53,4). **Iz 53,4**

Wyczerpany Jezus upada na swojej drodze po raz drugi, przygnieciony ciężarem krzyża. Ten upadek – jeszcze cięższy niż poprzedni – nie jest jednak końcem. To nie porażka, lecz moment, w którym na nowo odnajduje siłę, by wstać. Choć zmęczenie staje się coraz większe, nie zatrzymuje się – wstaje, by kontynuować swoją drogę i pokazać, że nadzieja rodzi się tam, gdzie brakuje już sił. **odnaleźć siłę**

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja VIII

Jezus spotyka płaczące niewiasty

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Córki jerozolimskie, nie płaczcie nade Mną;
płaczcie raczej nad sobą i nad waszymi dziećmi”

Łk 23,28 (Łk 23,28).

przejąć się
losem innych

Głośnego zawodzenia jerozolimskich niewiast nie zagłuszył nawet panujący wokoło gwar. Jezus, ciągle popychany i szarpany przez prowadzących Go żołnierzy, zatrzymuje się na chwilę. Patrzy głęboko w mokre od łez oczy. Nie prosi o litość i współczucie dla siebie. Mówi niewiastom, by nie płakały nad Jego cierpieniem, ale raczej dogłębnie przejęły się losem tych, którzy nie widzą nadziei. Bo utrata nadziei zawsze jest znakiem odłączenia się od Tego, który jako jedyny jest jej źródłem.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja IX

Jezus upada po raz trzeci

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Dręczono Go, lecz on sam dał się gnębić, nawet nie otworzył ust swoich. Jak baranek na rzeź prowadzony, jak owca niema wobec strzygących ją, tak

Iz 53,7 On nie otworzył ust swoich” (Iz 53,7).

Jezus, będący u kresu swoich sił, po raz kolejny pada na ziemię. Jego upadek nie jest jednak porażką, ale kolejnym krokiem na drodze ku zbawieniu,

które wyjednał nam swoim cierpieniem. W chwili, gdy już wszystko wydaje się stracone, On powstaje, **powstać, by nieść nadzieję** by nieść światu niegasnące światło nadziei.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja X

Jezus z szat obnażony

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Żołnierze natomiast wzięli Jego szaty i podzielili na cztery części, dla każdego żołnierza po części; wzięli także tunikę. Tunika zaś nie była szyta, ale cała tkana od góry do dołu. Mówili więc między sobą: «Nie rozdzierajmy jej, ale rzućmy o nią losy, do kogo ma należeć»" (J 19,23-24).

J 19,23-24

Obnażenie z szat to nie tylko nowe fizyczne cierpienie, ale też upokorzenie – zdeptanie godności Jezusa. On jednak, zamiast się bronić, milczy.

Stojący nagi przed ludźmi, jest nie tylko ofiarą okrutnego potraktowania, ale także świadkiem

– świadkiem tego, że Bóg nie wyrzeka się swojej miłości do człowieka nawet wtedy, gdy wszyscy go

nieodwołalną miłość Boga

przekreślą. To, co wydaje się bezwzględną porażką, dla Boga staje się drogą do odkupienia. W tym upokorzeniu rozbłyśka tajemniczy blask nadziei

– bo to, co wydaje się końcem, w Bożych rękach staje się początkiem.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja XI

Jezus przybity do krzyża

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Ci zaś, którzy przechodzili obok, przeklinali Go i potrząsali głowami, mówiąc: «Ty, który burzysz przybytek i w trzech dniach go odbudowujesz, wybaw sam siebie; jeśli jesteś Synem Bożym, zejdź z krzyża!». Podobnie arcykapłani z uczonymi w Piśmie i starszymi, szydząc, powtarzali: «Innych wybawiał, siebie nie może wybawić [...]. Zaufał Bogu, niechże Go teraz wybawi, jeśli Go miłuje»”

Mt 27,39-43 (Mt 27,39-43).

**wierność
miłości**

Jezus daje się przybić do krzyża – nie walczy, nie ucieka. Pozostaje do końca wierny miłości, która prowadzi do zbawienia. Krzyż, narzędzie brutalnej śmierci, w Jego rękach staje się drogą prowadzącą do życia. Każdy gwóźdź wbity w Jego ciało to krok ku naszej wolności. Ukrzyżowany Chrystus nie jest tylko ofiarą ludzkiego okrucieństwa – On staje się świadkiem nadziei, która rodzi się z cierpienia i prowadzi ku zbawieniu; nadziei, która nie zna granic, bo przez krzyż Bóg otwiera nam drogę do życia wiecznego.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja XII

Jezus umiera na krzyżu

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Było już około godziny szóstej i mrok ogarnął całą ziemię, aż do godziny dziewiątej. [...] Wtedy Jezus zawołał donośnym głosem: «Ojcze, w Twoje ręce powierzam ducha mego». Po tych słowach wyzionął ducha” (Łk 23,44-46).

Łk 23,44-46

Jezus umiera na krzyżu, oddając swojego ducha w ręce Ojca. To moment, w którym najpełniej objawia się Jego bezgraniczna miłość – aż po ofiarę z siebie. W chwili, gdy wydaje się, że wszystko dobiega końca, On nie przestaje być światłem nadziei. Śmierć Chrystusa to nie koniec, ale początek nowego życia, które dzięki Niemu staje się dostępne dla każdego z nas. W chwili, gdy cierpienie osiąga swoje apogeum, rodzi się zbawienie, będące nadzieją dla całego świata.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja XIII

Jezus zdjęty z krzyża

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

„Pod wieczór przyszedł zamożny człowiek z Arymatei, imieniem Józef, który też był uczniem Jezusa. On udał się do Piłata i poprosił o ciało Jezusa. Wówczas Piłat kazał je wydać” (Mt 27,57-58).

Mt 27,57-58

Umęczone i poranione ciało Jezusa zostaje zdjęte z krzyża i – bezwładne – złożone w ramionach Matki. To jednak nie jest koniec. W tej ciszy, w tej chwili żałoby i bólu Bóg nadal działa. Miłość nie umarła, nadzieja nie została pogrzebana. To, co wydaje się ostatecznym końcem, staje się zapowiedzią nowego początku. Bo Boża miłość nie poddaje

zapowiedź
nowego
początku

się śmierci – ona czeka, by na nowo rozbłysnąć światłem życia.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Stacja XIV

Jezus złożony do grobu

Kłaniamy Ci się, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Tobie, żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Mt 27,59-60 „Józef zabrał ciało, owinął je w czyste płótno i złożył w swoim nowym grobie, który kazał wykuć w skale. Przed wejściem do grobu zatoczył duży kamień i odszedł” (Mt 27,59-60).

światło
w ciemności

Kamień zamyka wejście do grobu. Po dramatycznych wydarzeniach Wielkiego Piątku zapada głęboka cisza. To jednak nie koniec. Bóg nie milczy – On przygotowuje coś, co przekracza ludzkie wyobrażenia. Grób Jezusa, który miał być definitywnym zamknięciem Jego historii, stanie się miejscem narodzin nowego życia. W ciemności wkrótce rozbłyśnie światło, a już teraz w pozornym triumfie śmierci zaczyna pulsować nadzieja. Bo miłość, która oddaje się do końca, nigdy nie zostaje pogrzebana na zawsze.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Zakończenie

Droga krzyżowa nie kończy się cierpieniem – ona zawsze prowadzi do światła, do życia, do nadziei. Niech ta nadzieja rozpala nasze serca. Niech przypomina nam, że nawet gdy upadamy, możemy

· powstać; nawet gdy tracimy siły, Bóg podaje nam
· rękę; nawet gdy wydaje nam się, że wszystkie
· drzwi się przed nami zamykają, On otwiera nowe.
· Idźmy więc przez życie z ufnością. Niech nadzieja **ufność**
· będzie naszym światłem w chwilach zwątpienia
· i drogowskazem, który prowadzi nas do pełni życia
· – życia w miłości, pokoju i radości.