

# JÓNASZ JÓZEFÓW



NR 2 (16) LUTY 2012 ■ MIESIĘCZNIK PARAFII MATKI BOŻEJ CZĘSTOCHOWSKIEJ



SAKRAMENT POJEDNANIA ■ 4

WIELKA NADZIEJA ■ 5

WARTO CZYTAĆ ■ 12

# Święta uśmiechnięta

*P* „Pierwsze moje apostołstwo to apostołstwo pogody ducha, świętej radości” oto życiowe motto bł. Urszuli Ledóchowskiej, urodzonej w 1865 r. w gorliwej katolickiej rodzinie w Austrii. W 21 roku życia Urszula wstąpiła do klasztoru Sióstr Urszulanek w Krakowie i w 1907 r. została skierowana do pracy nad młodzieżą w krajach północnych. W 1920 r. wróciła do Polski i założyła Zgromadzenie Sióstr Urszulanek Serca Jezusa Konającego, które oddało się głównie pracy wychowawczej. Zmarła w Rzymie 29 V 1939 r., a papież Jan Paweł II w 1983 r. zaliczył ją w poczet błogostawionych.

W całym życiu bł. Urszula odznaczała się apostołską gorliwością i pogodą ducha, mawiała:

*Czasem więcej dobrego może zrobić jeden serdeczny uśmiech, dobre życzliwe słowo, aniżeli bogaty dar pochmurnego dawcy.*

*Człowiek bez wiary mówi o losie, człowiek wierzący o rządzeniu Bożym.*

*Trzeba umieć pokazać ludziom, że pobożność nie czyni nas mrukami. Być dobrym – to żyć dla szczęścia innych, mieć serce szerokie w swej dobroci.*

*Chwile cierpienia więcej łączą serca aniżeli długie miesiące przeżyte razem w spokoju.*

*Grzeczność do wszystkiego się przyda.*

*Szczęśliwa dusza, która rzeczywiście całym sercem przylgnęła do Jezusa-Hostii, bo w Nim ma najcenniejszy skarb, jaki ziemia posiada.*

*Choćby wszystko zdawało się być stracone, Jezus wszystko może i dla dusz wiernych ze złego wyprowadzić dobro.*

*Nauczmy się milczeć, a wtedy łatwiej nam będzie nauczyć się tego co trudniejsze – dobrze, święcie mówić.*

*Kochajmy nasz święty Kościół katolicki, żyjmy według jego nauki i bądźmy mu wierni.*



Za nami ferie i wyjazdy zimowe. Z obozów wrócili już chłopcy i dziewczęta ze Skautów Europy. Jak się bawili podczas ferii zobaczmy na zdjęciach w GALERII.

Karnawał dobiega końca, zaczynają się przygotowania do Wielkiego Postu. Już dziś serdecznie zapraszamy na rekolekcje wielkopostne. Poprowadzi je ojciec Sławomir Kapitan, znany nam już dobrze z wygłoszonych ostatnich rekolekcji adwentowych. Zachęcamy do liczego uczestnictwa!

O SAKRAMENCIE POJEDNANIA opowiada nam ksiądz Paweł Czełusciński, a o WIELKIM POŚCIE u świętego Benedykta pisze Michał Królikowski. PYTANIA O WIARĘ I ŻYCIE to nowa rubryka, w której znajdziecie Państwo odpowiedzi na nurtujące nas pytania, czasem kontrowersyjne, innym razem porządkujące. Zapraszamy do czytania.

Tak się złożyło, że początek 2012 roku, to w naszej parafii czas odwiedzin. W styczniu mieliśmy zaszczyt gościć Arcybiskupa Marka Solczyńskiego. Na spotkaniu z członkami Ruchu Światło-Życie rozmawiano o jego drodze duszpasterskiej i przyszłych wyzwanach.

Natomiast w marcu Jego Eminencja Abp Henryk Hoser poświęci kaplicę Miłosierdzia Bożego oraz błogosławionego ks. Jerzego Popiełuszki. Uroczystość 18 marca!

Zapraszam serdecznie do lektury całego „Naszego Józefowa”, a chętnych do aktywnego udziału w tworzeniu gazety. Czekamy na propozycje: [miesiecznik.jozefow@gmail.com](mailto:miesiecznik.jozefow@gmail.com)

■ KATARZYNA RUMAN

## Spis treści

Kalendarium .....	3
Sakrament Pojednania .....	4
Wielka nadzieja .....	5
By miłość była kochana .....	6
Gwałtownik Królestwa Bożego .....	7
Bardziej być .....	8-9
Spotkanie z przyjacielem .....	10
Kronika parafialna... ..	11
Warto czytać! .....	12
Recenzja .....	13
Recenzje i ogłoszenia .....	14

## Kalendarium

■ **2 lutego** – ŚWIĘTO OFIAROWANIA PAŃSKIEGO. Podstawą historyczną tej uroczystości jest opis wydarzenia, zawarty w Ewangelii wg św. Łukasza (Łk 2,22-38). Zgodnie z nakazami prawa, każdy pierworodny chłopiec miał być w Świątyni ofiarowany Bogu. W polskiej tradycji katolickiej obchodzone było jako święto Matki Boskiej Gromnicznej, obecnie natomiast akcent położony jest na Osobę Chrystusa, który jest „Światłością świata” i „Światłem na oświecenie pogan”. Począwszy od IX wieku wierni w tym dniu przynoszą do kościoła świece zwane gromnicami. Nazwa ta wywodzi się od słowa „grom”, gdyż zapalano je w czasie burzy, stawiano w oknie i modlono się o oddalenie piorunów. W tym samym dniu w Kościele powszechnym przypada Światowy Dzień Życia Konsekrowanego, ustanowiony przez papieża Jana Pawła II.

■ **10 lutego** – ŚWIĘTA SCHOLASTYKA (480-547) dziewica – siostra bliźniaczka św. Benedykta z Nursji. Na miejscu ich urodzenia stoi skromny kościół pw. św. Benedykta. Scholastyka od początku towarzyszyła bratu w podróżach i naśladowała jego tryb życia, poświęcony Panu Bogu. Kiedy św. Benedykt założył pierwszy klasztor w Subiaco, święta założyła podobny, dla niewiast, klasztor benedyktynek. W ikonografii przedstawiana jest z gołębiem, w sztuce religijnej w habitach benedyktyńskim z atrybutami: krzyżem, księgą lub pastorałem ksieni.

■ **11 lutego** W 1858 roku, w cztery lata po ogłoszeniu przez Piusa IX dogmatu o NIEPOKALANYM POCZĘCIU, Matka Boża zjawiła się ubogiej pasterce, św. Bernadecie Soubirous, w Grocie Massabielskiej w Lourdes. Dziewczynka wraz z siostrą i przyjaciółką udała się w pobliże Starej Skały na poszukiwanie suchych gałęzi, na opał. Gdy została sama, usłyszała dziwny dźwięk podobny do szumu wiatru i zobaczyła światłość, z której wyłoniła się postać „Pięknej Pani” z różańcem w ręku. Podczas osiemnastu objawień (w okresie 11 lutego-16 lipca) Maryja wzywała ludzkość do modlitwy i pokuty. Obecnie znajduje się tam Sanktuarium, do którego przybywają liczni pielgrzymi z prośbą o uzdrowienie duszy i ciała. W święto Matki Bożej z Lourdes, 11 lutego, Kościół obchodzi Światowy Dzień Chorego. Otaczamy w tym szczególnym dniu troską naszych chorych!

■ **14 lutego** – ŚWIĘTY CYRYL ( 827 – 869) i ŚWIĘTY METODY (815 – 885) – bracia z Salonik, greccy misjonarze. Prowadzili w IX wieku misję chrystianizacyjną, m.in. na ziemiach zamieszkałych przez Słowian. Twórcy rytu słowiańskiego, święci Kościoła katolickiego i prawosławnego nazywani apostołami Słowiańszczyzny. Papież Jan Paweł II ogłosił Cyryla i Metodego patronami Europy.



■ **22 lutego** To święto jest jedyne w swoim rodzaju. Nie świętujemy żadnej tajemnicy z życia Jezusa, nie wspominamy świętego lub rocznicy poświęcenia kościoła. Spoglądamy ze czcią na... krzesło. Chodzi o KATEDRĘ ŚW. PIOTRA. Słowo „katedra” kojarzy się z kościołem biskupa. I słusznie, ale pierwotnie to słowo oznaczało podwyższone miejsce, z którego naucza biskup. W Bazylice św. Piotra znajdują się resztki drewnianego krzesła, na którym miał zasiadać sam św. Piotr. Ta relikwia znajduje się dzisiaj w potężnej marmurowej rzeźbie autorstwa Berniniego, za głównym ołtarzem. Jest symbolem posługi papieskiej w Kościele. Katedra św. Piotra przypomina o trwaniu misji, którą Jezus powierzył Rybakowi znad Jeziora Galilejskiego. Każdy kolejny biskup Rzymu jest jednocześnie pasterzem całego Kościoła. Podstawową jego funkcją jest strzeżenie i przekazywanie drogocennej perły – Ewangelii.

■ SIOSTRY DOMINIKANKI MISJONARKI

## POJEDNANIA



W moim dość krótkim doświadczeniu życia kapłańskiego miałem możliwość spowiadania wielu ludzi. Młodych i starszych, mężczyzn i kobiet. Dochodzę do wniosku, że łączy te spowiedzi wspólny mianownik: **Bóg jest Miłością**. Dlaczego ludzie przychodzą do krzesełek konfesjonału i wypowiadają swoje grzechy, często bardzo wstydliwe i trudne? Wiara w Miłość Pana Boga, w Jego Dobroć. Gdybym sam w to nie wierzył to po co miałbym się spowiadać jakiemuś księdzu?! Wierzę w to, że Pan Bóg czeka na mnie, grzesznika, i przebacza mi mój grzech. Wyprowadza mnie z niewoli zła, bo grzech jest złem i czyni człowieka niewolnikiem. Bóg nie zamyka swojego serca, ale czeka, szuka i dociera do każdego człowieka znękanego grzechem. Jak marnotrawny syn z przypowieści (Łk 15, 11-32), mamy zastanowić się nad sobą i wrócić do Ojca, który czeka aby obdarzyć nas łaską: „Cała skuteczność pokuty polega na przywróceniu nam łaski Bożej i zjednoczeniu nas w przyjaźni z Bogiem” (Katechizm Kościoła Katolickiego, 1468). Święty Paweł w Drugim Liście do Koryntian wzywa: „W imię Chrystusa prosimy: pojednajcie się z Bogiem” (2 Kor 5, 20). Nie zawsze jednak Spowiedź Święta jest dla nas łatwa. Czasami też dla niektórych może być zbyt powierzchowna. Co należy uczynić aby dobrze ją przeżyć? Dobrze się przygotować. Mamy do dyspozycji konkretne narzędzia aby nasza spowiedź była miejscem intymnego spotkania z Bogiem i przyjęcia Jego przebaczenia. Chcę napisać coś więcej o Pięciu Warunkach Sakramentu Pojednania.

Zanim jednak przystąpimy do pierwszego Warunku, potrzebne jest zatrzymanie się i modlitwa do Ducha Świętego. Nie należy się spieszyć. Dobrze jest znaleźć odpowiednie miejsce i czas na taką modlitwę. Prosimy w niej Ducha Prawdy aby pomógł nam stanąć w prawdzie o nas samych, aby pokazał nam co w naszym życiu jest do uzdrowienia. Gdzie grzech ma nad nami władzę. W modlitwie prosimy również o dobrą spowiedź i modlimy się za księdza, który będzie wysłuchiwał nasze grzechy. To jest bardzo ważne aby polecić w modlitwie kapłana, gdyż jako narzędzie w rękach Pana Boga jest postawiony właśnie na naszej drodze aby nam pomógł. Teraz możemy rozpocząć od **rachunku sumienia**. Przypominamy sobie nasze grzechy, które popełniliśmy od ostatniej spowiedzi. Nie jest łatwo spamiętać tego co było pół roku wcześniej albo i więcej, dlatego zachęcam do stałego i regularnego rachunku sumienia. Każdego dnia zanim położysz się spać, w modlitwie zapytaj się Pana Boga co było dobre a co złe dziś. Możemy korzystać z pomocy, np. 10 Przykazań Bożych, Przykazania Miłości Boga i bliźniego, uczynków miłosierdzia względem duszy i ciała, a przede wszystkim należy odnieść swoje działanie (myśli, słowa, uczynki) do stanu w jakim się jest (mąż, żona, rodzic, dziecko, ksiądz, pracownik, student, etc.), do Pisma Świętego. W ten sposób kształtują swoje sumienie. W Internecie również można znaleźć gotowe już rachunki sumienia (ważne aby były dostosowane do naszego wieku). Grzech śmiertelny zrywa naszą relację z Bogiem, a grzech powszedni, osłabia naszą miłość do Boga. Następnym Warunkiem jest **żał za grzechy**, w którym podejmuję wysiłek aby znienawidzić grzech. Postanawiam aby więcej nie popełniać grzechu. Uświadamiam sobie popełnione zło, które było moim udziałem i przyznaję się przed sobą i Bogiem że ja to zrobiłem (jeśli mówię: „zrobiło się”, to zdejmuję z siebie odpowiedzialność za popełniony czyn – przecież samo się nie zrobiło). Rozróżniamy żał doskonałą (ze względu na miłość do Boga), oraz żał mniej doskonałą (ze względu na strach przed karą piekła). Trzecim z kolei warunkiem sakramentu pojednania jest **mocne postanowienie poprawy**. Podjęmuję wysiłek aby skutecznie nie wejść ponownie w grzech (zerwać z grzechem). Ważne jest aby to postanowienie było konkretne. Nie

zmienię swojego postępowania jeśli potraktuję spowiedź jako oczyszczenie się z brudu grzechu, który mi przeszkadza (sumienie mi go wyrzuca), bez podjęcia wysiłku pracy nad sobą. Trzeba zapytać się siebie, gdzie leży przyczyna grzechu (a my najczęściej skupiamy się skutkach). Postanawiając poprawę prosimy Boga aby nam dał siłę potrzebną aby więcej nie grzeszyć (unikając bliskich i dalszych okazji do grzechu). Pan Jezus przekazał Apostołom władzę odpuszczania grzechów: „Którym odpuszczacie grzechy, są im odpuszczone, a którym zachowacie, są im zachowane” (J 20, 22). Dar odpuszczania grzechów, przekazany przez Zmartwychwstałego, jest znakiem Bożej mocy i łaski którą nam przekazuje za pośrednictwem kapłanów. Czasami rozmawiam z ludźmi, którzy mówią że oni „spowiadają się” w lesie czy w domu, bo przecież Pan Bóg jest wszędzie. Rozgrzeszanie jest jednak zarezerwowane dla kapłanów. Jak często mamy się spowiadać? Błogosławiony Jan Paweł II powiedział: „Świętość można w praktyce osiągnąć tylko przy regularnym, pokornym i ufnym korzystaniu z sakramentu pokuty”. Ostatnim warunkiem jest **zadośćuczynienie Panu Bogu i bliźniemu**, które odbywa się przez zadanie podczas spowiedzi pokuty i wypełnienie jej w jak najkrótszym czasie od spowiedzi (odłożenie pokuty na później może skończyć się tym, że ją zapomnimy). Na koniec spowiedzi, kiedy już odejdziemy od krzesełek konfesjonału, podziękujemy w modlitwie Panu Bogu za dobrą spowiedź, za kapłana, za dar przebaczenia grzechów i za łaskę, która jest do zbawienia konieczna.

Jestem świadomy tego, że wiele jeszcze można by napisać o Sakramencie Pojednania. Odsyłam do książek, które w sposób przystępny pomogą zrozumieć ten sakrament i przeżyć go godnie, np.: „Spowiedź sakramentalna” Raimondo Marchioro, „Grzech i przebaczenie w świetle słowa Bożego” Krzysztof Wons SDS, „Reconciliation et Poenitentia” Jan Paweł II.

Aby dobrze wykorzystać czas Wielkiego Postu, w którym Pan Bóg przygotowuje dla nas wiele łask, powinniśmy się na nie otworzyć właśnie w Sakramencie Pojednania. Nie odkładajmy spowiedzi świętej na ostatnią chwilę. Bądźmy gotowi zawsze bo nigdy nie wiemy kiedy nasz Pan przyjdzie. Aby gdy przyjdzie, zastał nas przygotowanych.

■ KS. PAWEŁ CZELUŚCIŃSKI

REKOLEKCJE WIELKOPOSTNE POPROWADZI KS. SŁAWOMIR KAPITAN W DNIACH 11-14 MARCA

# Wielka NADZIEJA

Można odnieść wrażenie, że Reguła św. Benedykta dzieli czas na zwykły i Czas Wielkiego Postu.

Ten ostatni staje się punktem odniesienia dla zalecanego sposobu życia na co dzień: „Dobrze by było wprowadzić, by Mnich w każdym czasie żył tak, jak należy żyć w Wielkim Poście, lecz tylko nieliczni mają taki stopień cnoty” (49, 1).

Wyraża się to także w innym pragnieniu: „Aby śmierć mieć zawsze przed oczami”. Z pewnością jest to czas dla Świętego centralny i skupiający sens naszego istnienia. Nim się znowu rozpocznie chciałem przekazać kilka podpowiedzi Benedykta o jego znaczeniu i sposobie przeżycia. I tym razem uczynić to w dialogu z imiennikiem Świętego, darem naszych czasów – Benedyktem XVI.

Dni Wielkiego Postu każą zatrzymać bieg rzeczy i odmienić codzienność. Oczywiście, Benedyktowi nie chodzi o jakieś strojenie się w piórka wielkiej świętości – chodzi o czas *realny*, przeżyty *godnie* na miarę dziecka Bożego, z *perspektywą* Odkupienia, którego radość nie usuwa bólu i krwawego potu Ogrójca ani przeżytej ofiary Krzyża. Nie byłoby przecież radości poranka, gdyby nie rozpacz nocy...

Wpierw zwraca uwagę nacisk Ojca na realność dni Wielkiego Postu, aby „przynajmniej w [tych] dniach bracia zachowani nienaruszoną nieskazitelnością życia, usiłując naprawić w tych świętych dniach wszelkie zaniedbania innych okresów” (49, 2-3). Zaleca ze świadomością naszej słabości, jak też tego, że wierność należy wykonywać w małych rzeczach: „W tych dniach dorzucmy coś nieco do zwykłych obowiązków naszej służby: dodatkowe modlitwy, ograniczenia w jedzeniu i piciu. Niechaj każdy ponad wyznaczoną sobie miarę z własnej woli ofiaruje coś Bogu w *radości Ducha Świętego* (1 Tes, 1, 6), to znaczy: niechaj odmówi swojemu ciału trochę z jedzenia, picia, snu, rozmów czy żartów i niech wygląda Paschy pełen duchowej radości i tęsknoty” (49, 5-6). Z przytoczonych słów jednocześnie przenika do programu przeżywania Wielkiego Postu radość pewności i sensu Odkupienia. Myśl tę podejmuje imiennik naszych czasów, Benedykt XVI w encyklice *Spae Salvi facti sumus* (W Nadziei już jesteśmy zbawieni): „Odkupienie zostało nam ofiarowane w tym sensie, że została nam dana nadzieja, nadzieja niezawodna, mocą której możemy stawić czoło naszej teraźniejszości: teraźniejszość, nawet uciążliwą, można przeżywać i akceptować, jeśli ma jakiś cel i jeśli tego celu możemy być pewni, jeśli jest to cel tak wielki, że usprawiedliwia trud drogi”. Realność Wielkiego Postu to dni nakierowane na poznanie Boga, tego, który przez Swoje cierpienie i posłuszeństwo prowadzi każdego z nas do wolności. Zaś „poznać Boga – prawdziwego Boga – oznacza otrzymać nadzieję” (*Spae Salvi*, 3). Jak zapowiada sam Zbawiciel: „Znowu [...] was zobaczę i rozraduje się serce wasze, a radości waszej nikt wam nie zdoła odebrać” (J 16, 22).

Wielki Post w ocenie Świętego to czas, który musimy przeżyć w sposób godny i pełny. Godność wiąże się z naszym wysiłkiem, któ-



ry podejmujemy, aby towarzyszyć Jezusowi w Jego drodze krzyżowej, z doświadczeniem dobrowolnego niedostatku, który przemienić należy na próbę posłuszeństwa i ofiarę – na wzór Zbawiciela – za kogoś, w duchu miłości. Będzie tak, gdy: „oddamy się modlitwie zmieszanej ze łzami (Jak inaczej zachować się, gdy dotykam ran tego, który za mnie oddał życie?!), czytaniu, skrusze serca i wyrzeczeniu” (49, 4). Podpowiadając sposób pełnego przeżycia Postu Benedykt powie: „Każdy otrzyma z biblioteki jedną książkę, którą powinien przeczytać od pierwszej do ostatniej strony w całości. Książki te trzeba rozdać na początku Postu”. Tak jest dlatego, by nie zmarnować żadnego z czterdziestu dni, aby z taką samą intensywnością je rozpocząć i zakończyć.

Benedykt traktuje Wielki Post jako czas dający nam siłę na każdy dzień, ofiarowujący nam podstawową perspektywę naszego życia. Jest to najlepsza okazja do poznania przyjaźni Boga, tego, który za przyjaciół ofiarowuje swoje życie. Oddając głos Papieżowi za *Spae Salvi*: „Prawdą jest, że kto nie zna Boga, chociaż miałby wielorakie nadzieje, w gruncie rzeczy nie ma nadziei, wielkiej nadziei, która podtrzymuje całe życie (por. Ef 2, 12). Prawdziwą, wielką nadzieją człowieka, która przetrwa wszelkie zawody, może być tylko Bóg – Bóg, który nas umiłował i wciąż nas miłuje «aż do końca», do ostatecznego «wykonało się!» (por. J 13, 1; 19, 30). Kogo dotyka miłość, ten zaczyna intuicyjnie pojmować, czym właściwie jest «życie».. Życie w swojej pełni jest relacją z Tym, który jest źródłem życia. Jeśli pozostajemy

w relacji z Tym, który nie umiera, który sam jest Życiem i Miłością, wówczas mamy życie. Wówczas «żyjemy»”.

I dalej: „Potrzebujemy małych i większych nadziei, które dzień po dniu podtrzymują nas w drodze. Jednak bez wielkiej nadziei, która musi przewyższać pozostałe, są one niewystarczające. Tą wielką nadzieją może być jedynie Bóg [...]. Jego królestwo jest obecne tam, gdzie On jest kochany i dokąd Jego miłość dociera. Tylko Jego miłość daje nam możliwość trwania w umiarkowaniu, dzień po dniu, bez utraty zapału, który daje nadzieja w świecie ze swej natury niedoskonałym. Równocześnie Jego miłość jest dla nas gwarancją, że istnieje to, co jedynie mgliście przeczuwamy, a czego mimo wszystko wewnętrznie oczekujemy: życie, które prawdziwie jest życiem”.

Wielki Post – Wielka Nadzieja – (daj Boże!) Wielka Radość.

■ MICHAŁ KRÓLIKOWSKI, PRAWNIK, OJCIEC TRÓJKI DZIECI

# Uwaga rekiny!



Kochani,

dwa dni przed Świętami Bożego Narodzenia zaczęło się u nas kalendarzowe lato. Słońce pojawia się na chwilę, rozgrzewa wszystko do czerwoności a potem ucieka przed chmurami i deszczem. Wspina się na szczyty Andów, przekomarza się z lamami, czasem przysiadzie nad brzegiem strumyka i puszcza 'zajączki'. Czeka aż niebo otrze ostatnią łzę i wraca.

Wraz z przyjściem lata rozpoczęły się wakacje. Po domu przechadza się cisza. Nikt jej tu nie zapraszał. Przyszła jak tylko chłopcy wystawili za drzwi swoje sacos (walizka się nie sprawdza, worki są bardziej praktyczne). Zagląda we wszystkie kąty i szuka zaczepki. Niewiele mi potrzeba. Jestem w bojowym nastroju. Tęsknię za moimi łobuzami. Pojechali do swoich wiosek. Będą pomagać rodzicom. Wakacje to dla nich czas wytężonej pracy. Wstają bardzo wcześnie rano i pracują do późnego wieczora. Często w nieznośnym upale albo w strugach deszczu. W wioskach, z których pochodzą często nie ma elektryczności. Nie działają telefony (o komórce można tylko pomarzyć, w selwie nie ma zasięgu), lodówki, pralki. Rodzice Miguela kupili baterie słoneczne. Dzięki temu wieczorem, po pracy, mogą obejrzeć wiadomości albo film. Działa radio więc Miguel słucha *huajno* (czyt: łajno, tradycyjna muzyka andyjska z regionu Cusco). To jego muzyka.

Dzieci, które mieszkają w Calce też pomagają swoim rodzicom. Wakacje to przecież nie czas na wycieczki, kąpiele w morzu czy wspinaczki górskie. Nagrodą za cały rok nauki jest praca na lokalnym bazarze. Przebierają warzywa, układają bukiety z ziół, sprzedają chleb albo galaretki. Można pracować na rynku. Jose obiera ziemniaki, które mama piecze na grilu i sprzedaje przechodniom. John czyści buty. Naciągnął mnie ostatnio na 3 sole (sol – waluta peruwiańska). Nie rozpaczam. Jego uśmiech jest wart dużo więcej.

Z myślą o nich zorganizowałyśmy z Anią 'Vacaciones Alegres' (Radosne Wakacje). Zaprosiłyśmy wszystkie dzieci w wieku 6-12 lat do wspólnej zabawy. Przez pięć tygodni podróżowaliśmy czerwonym autobusem przez Europę, Amerykę Południową i Północną, Australię i Oceanię. Dzień rozpoczynaliśmy wspólną modlitwą w kaplicy: *Dzień dobry Panie Jezu, dzień dobry Święty Janie Bosko. Dziękujemy Wam za ten dzień.*

Potem odmawialiśmy różaniec. Na ścianie w kaplicy przykleiliśmy różaniec misyjny z kolorowego papieru. Jeden tydzień to jeden kontynent i jedna dziesiątka. Każda tajemnica miała swój symbol (radosna – uśmiech, światła – świeczka, bolesna – krzyż, chwalebna – kwiatek), który dzieci naklejały na danym koraliku. Każdego dnia towarzyszył nam święty z kontynentu, który odwiedzaliśmy. Oglądaliśmy przypowieści biblijne i śpiewaliśmy. 'Cada alto, cada bajo puede ser santo' ('Taki duży, taki mały może świętym być') rozbrzmiewało na całym patio. To teraz jedna z ulubionych piosenek naszych dzieciaków. Był czas na warsztaty plastyczne, naukę tańca i zabawę na świeżym powietrzu. Któregoś dnia przebraliśmy się wszyscy za piratów i szukaliśmy skarbu. W różnych miejscach na patio ukryliśmy z Anią koperty z zadaniami i wskazówkami prowadzącymi do celu. Musieliśmy trzymać się razem i bardzo uważać na rekiny, które czyhały na nas za burtą. Wreszcie u kresu podróży, w skrzyni zawiniętej w kilkanaście warstw kolorowego papieru, znaleźliśmy słodycze i film, który później wspólnie obejrzelśmy.

Pierwszego dnia przyszła tylko ósemka dzieci. Kilka dni później było ich już ponad trzydzieści. Czasem trudno nam było zapanować nad taką grupką. Gardła wysiadały. Ale jak tu się złościć, gdy przychodzi Anali z gilem do pasa i chce się przytulić, albo Aleksa udaje, że boli ją noga i musi posiedzieć u mnie na kolanach. Jhon nie mówi po hiszpańsku. Nie ma rodziców. Cały dzień spędza na bazarze ze swoją opiekunką, która się nim nie zajmuje. Nie ma się co dziwić, że pyta czy może wyjść do toalety, a potem sika na ścianę. Nikt go przecież nie wychowuje. Specjalnie dla niego nauczyłam się kilku zwrotów w *keczua*: *maquikita maylicamuy* (czyt: *makikita mailikhamuy*) – umyj ręce, *bañutachu reyta munashanki* (czyt: *baniutachu rejtamunaśianki*) – czy chcesz pójść do łazienki, *jamuy* (czyt: *hamuy*) – chodź tu i *riy* (czyt: *riy*) – idź tam.

W pięć tygodni dookoła świata. Jestem zmęczona. Ale nie narzekam. Uśmiech tych dzieciaków wynagradza wszystko.

■ KASIA STERNA

➤ Więcej na: [www.calcomaniak.blogspot.com](http://www.calcomaniak.blogspot.com)

## FAQ

### Pytania o wiarę i życie

Każda epoka przynosi swoje pytania o sprawy najważniejsze; kaže po raz kolejny konfrontować przekonania z tradycją Kościoła i ośmiela do tego, by wątpić. Jednym z fundamentalnych wyzwań naszych czasów jest zdolność człowieka do przeprowadzania badań na embrionach, medycznych ingerencji, czy też samego tworzenia na szkle pod mikroskopem życia ludzkiego. Wielu z nas, przykładający wagę do tego, by bezdzietnym pomóc w realizacji upragnionego pragnienia zostania rodzicami, akceptuje zapłodnienie in vitro. Niektórzy nie mają jasności co do moralności przeszczepów. Inni przeżywając dramat poronienia mogą napotkać problemy przy organizacji katolickiego pochówku. Rozpoczynamy kąć pytań o wiarę i życie. Jesteśmy przekonani, że kto prawdziwie szuka odpowiedzi, spotka Boga. W takim też duchu będziemy starać się udzielać odpowiedzi. Prosimy o kierowanie pytań do redakcji pod adres mailowy: [jozefow.miesiecznik@gmail.com](mailto:jozefow.miesiecznik@gmail.com) lub pozostawienie ich w zakrystii.

### Kiedy powstaje człowiek? Czy zarodek ludzki może być traktowany jak człowiek?

Problem dotyczy tego, od kiedy formę życia ludzkiego możemy traktować podmiotowo – jak jednego z nas. Często młodzi małżonkowie, spodziewając się dziecka, obawiają się powiedzieć bliskim, aby nie zapeszyć, bo co będzie, jeżeli ciąża się nie utrzyma. Jeśli jednak człowiek już istnieje, to ta dyskrecja w tym sensie nie jest potrzebna – już jest, a nie tylko urodzi się.

Zwyczaj się przyjmować trzy różne momenty, które decydują o początku życia: zapłodnienie, osiągnięcie zdolności dziecka poczętego do życia poza organizmem matki (dziś około 6-7 miesiąca), w końcu urodzenie. Im późniejszy moment przyjmujemy, tym większą wolność uzyskamy względem życia rozwijającego się pod sercem matki, nawet do prawa do aborcji „płodu”, nie zaś „dziecka”. Jednak w perspektywie chrześcijaństwa powstanie człowieka wiąże się z tajemnicą stworzenia człowieka przez Boga i tajemnicą Trójcy Świętej – mówi się, że Duch Święty to owoc miłości Ojca i Syna; stąd wiążemy je z pierwszą formą naszej fizycznej obecności w łonie matki. Z biologicznego punktu widzenia pierwsze cechy odrębności człowieka najwcześniej można powiązać w powstaniu indywidualnego zapisu DNA. Wiemy, że stópki 12-tygodniowego dziecka wyglądają identycznie jak nasze, ale mają kilka milimetrów. Z perspektywy etycznej – zwłaszcza dla tych, którzy nie są przekonani argumentami biologicznymi – sformułowano zasadę ostrożności: skoro nie jesteś pewien, od kiedy istniejesz, czy chcesz ponieść ryzyko, by Ciebie w ogóle nie było, gdyby ktoś źle odmierzył początek Twojego istnienia i dokonał ingerencji w „komórkę”? Czy Ty jesteś gotowy – wiedząc to – samemu określić granicę istnienia człowieka inaczej niż „od początku” i ponieść ryzyko odpowiedzialności „tego najmniejszego”? Skoro nie jesteś pewien, to może jednak już wtedy jest... ■ MK

27 lutego mija 25 lat od śmierci Sługi Bożego, księdza Franciszka Blachnickiego, założyciela Ruchu Światło-Życie.

#### **GORLIWY APOSTOŁ WEWNĘTRZNEJ ODNOWY CZŁOWIEKA**

**Ksiądz Blachnicki** urodził się 24.03.1921 r. w Rybniku. Wychowywał się w rodzinie wielodzietnej i brał udział w formacji harcerskiej. Gdy wybuchła II wojna światowa, uczestniczył w kampanii wrześniowej, a następnie w działaniach konspiracyjnych, przez co został aresztowany przez gestapo i umieszczony w Auschwitz, a po kilkunastu miesiącach skazany na karę śmierci w areszcie śledczym w Katowicach. Po wielu tygodniach oczekiwania na wykonanie wyroku, został ułaskawiony. Do końca wojny przebywał w różnych obozach i więzieniach.

W tym czasie nastąpiło jego nawrócenie – dzień 17.06.1942 określił jako „największy dzień życia”, w którym otrzymał łaskę wiary, co porównywał do zapalenia światła w jego duszy. Wtedy też podjął decyzję o całkowitym poświęceniu się Bogu. Stał się „gorliwym apostołem głębokiego nawrócenia i wewnętrznej odnowy człowieka”.

#### **CZŁOWIEK WIARY KONSEKWENTNEJ**

Czas od nawrócenia, właściwie do końca jego życia, był okresem rozwoju duchowego, intelektualnego oraz zmagania się ze słabościami- duchowymi jak i fizycznymi, których przysparzały różne choroby. Wierny otrzymanej łasce i podjętym postanowieniom, po wojnie wstąpił do seminarium w Krakowie, a 25 czerwca 1950 r. przyjął święcenia kapłańskie. Podejmował posługę na parafiach oraz w kurii i w redakcji „Gościa Niedzielnego”. Szczególnie poświęcił się pracy z dziećmi i młodzieżą, dla których stworzył program formacji rocznej w małych grupach i 15-dniowych rekolekcji opartych na poszczególnych tajemnicach różańca. Formację tę rozszerzał i udoskonalał na bazie swojej pracy duszpasterskiej i naukowej, włączając w nią program ewangelizacji, deuterokatechumenatu (pogłębieniu wiary w oparciu o obrzędy katechumenatu chrześcijańskiego) oraz diakonii (służby), a także obejmując nią rodziny (Domowy Kościół).

#### **BOŻY GWALTOWNIK**

Ksiądz Blachnicki aktywnie działał na wielu polach pracy kapłańskiej. Podejmował studia z zakresie teologii pastoralnej, publikował wiele prac naukowych. Nazywano go „promotorem odnowy teologii”, jak i „ojcem teologii liturgii w Polsce”. Organizował on bowiem posoborową formację liturgiczną, dbał o wychowanie ministrantów do świadomej i godnej służby ołtarza, upowszechniał modlitwę Liturgią Godzin wśród osób świeckich. Uczył żyć Słowem Bożym,

tworzył kręgi biblijne, a rozważanie Słowa i dzielenie się nim wpisał w formację oazową. Podejmował działalność trzeźwościową – powołał do życia Krucjatę Wyzwolenia Człowieka, której członkowie zobowiązują się do postu od alkoholu i modlitwy w intencji osób uzależnionych. Propagował nową kulturę, polegającą na „przenikaniu wszystkich dziedzin życia ludzkiego wartościami ewangelicznymi oraz na uwalnianiu ludzi od wszystkiego, co poniża ich godność”.

Opiekował się żeńskim Instytutem Niepokalanej Matki Kościoła, założył też męską wspólnotę Chrystusa Sługi, która po jego śmierci przekształciła się w unię kapłańską.

#### **PROROK ŻYWEGO KOŚCIOŁA**

Duchowość księdza Blachnickiego charakteryzowała się konsekwentną wiarą, będącą osobistą relacją z Bogiem, charyzmatem Żywego Kościoła oraz oddaniem się Niepokalanej.

Wizja Żywego Kościoła to wizja Kościoła „wcielającego się w konkretne wspólnoty”, którą kardynał Wojtyła określił jako „eklezjologię Vaticanum II zamienioną na język pewnego ruchu i działania”. Realizuje się ona w charyzmacie Światło-Życie: przyjęcia Światła wiary, Słowa Bożego, sakramentów i życia nimi we wspólnocie z innymi ludźmi.

Maryi natomiast powierzony został zarówno cały Ruch Światło-Życie (aktu zawierzenia dokonał 11 czerwca 1973 r. kard. Karol Wojtyła), dzieło Krucjaty Wyzwolenia Człowieka (w której herbie znajduje się wskazanie na Maryję) oraz żeńska wspólnota, której patronką jest Niepokalana.

Szczególną inspiracją dla działań księdza Blachnickiego były życie św. Maksymiliana Kolbe oraz postanowienia Soboru Watykańskiego II.

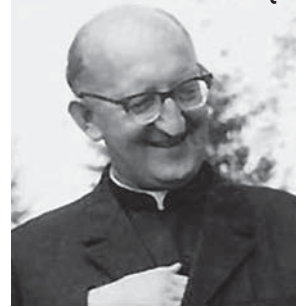
Owoce pracy ks. Blachnickiego cenił bł. Jan Paweł II i to on określił go „gwałtownikiem Bożego królestwa”.

#### **SŁUGA BOŻY**

Ksiądz Franciszek Blachnicki ostatnie lata życia spędził na emigracji, w Carlsbergu. Kontynuował tam pracę rozpoczętą w Ojczyźnie, wierny charyzmatowi Żywego Kościoła. Zmarł nagle 27 lutego 1987 r. Kilka lat później rozpoczęły się prace nad procesem beatyfikacyjnym, którego etap diecezjalny zakończył się w 2001 r. W roku 2000 odbyła się ekshumacja i przeniesienie doczesnych szczątków ks. Franciszka do Krościenka, w którym znajduje się Centrum Ruchu Światło-Życie.

■ MAGDALENA BOGUSZ

## MODLITWA O BEATYFIKACJĘ



Boże, Ojcze wszystkich ludzi, Ty w pełni czasów posłałeś do nas Swojego Syna, aby rozproszone dzieci Boże zgromadzić w jedno i mocą Ducha Świętego pozwalał nam uczestniczyć w Twoim życiu. Ty w każdym czasie wzywasz ludy i narody, aby oczyszczone we Krwi Baranka przeszły z wielkiego ucisku do Twojej chwały. Wielbimy Cię w Twoim Kościele, który jest „światłem” narodów. Dziękujemy Ci za ludzi Kościoła, których współcześnie postawiłeś na naszej drodze życia.

Przez wstawiennictwo Niepokalanej, Matki Kościoła prosimy o dar coraz większej miłości, z której zrodził się Kościół i dla której został powołany.

Dziękujemy Ci za liczne charyzmaty Kościoła i za dary otrzymane na drodze Oazy Żywego Kościoła i Ruchu Światło-Życie, których założycielem jest Twój kapłan Franciszek Blachnicki, „gorliwy apostoł nawrócenia i wewnętrznej odnowy człowieka” (Jan Paweł II).

Jesteśmy przekonani, że kapłan ten uczestniczy już w Twojej chwale niebieskiej. Jeżeli jednak Ty, Ojcze, wybrałeś go, by teraz w szczególny sposób kapłan ten stał się dla nas wzorem i przykładem, i by nadal przyczyniał się do wzrostu Twojego Królestwa na ziemi, to naszym zadaniem będzie przyczynić się do tego, by ta wola stała się powszechną nie tylko w niebie, ale i na ziemi. Prosimy Cię o to z całą pokorą, a czynimy to przez naszego Pana za wstawiennictwem Niepokalanej, Matki Kościoła.

Amen.

# Czym jest DEPRESJA?

Ważną informacją jest, że **depresję można i trzeba leczyć**, chociaż nie zawsze wyleczyć (trwale), ale prawie w każdym przypadku, w wyraźny sposób ograniczyć jej inwalidyzujące skutki. A są one niemałe: cierpienie danej osoby, jej „wypadnięcie” z niemal wszystkich aspektów siatki społecznych relacji, nieraz także samobójstwo.

W dzisiejszych czasach, w naszej kulturze, słowo „depresja” coraz częściej pojawia się w zwykłych rozmowach. I pewno dobrze się dzieje, że zjawisko to coraz bardziej jest oswojone, co przekłada się na możliwość właściwego ustosunkowania się do niego (tzn. leczenia), ale trzeba też uściślić, przynajmniej na potrzeby tego artykułu, co dokładnie rozumiemy pod słowem „depresja”. Otóż jest to przede wszystkim *choroba*, można by powiedzieć „taka jak inne” (np. cukrzyca, nadciśnienie), która, nieleczona, może prowadzić do bardzo negatywnych zjawisk (nawet samobójstwa). W takim właśnie znaczeniu pojęcie „depresja” będzie tu stosowane. Natomiast jest również wiele innych zastosowań tego słowa w kulturze, np. na określenie chwilowego złego samopoczucia, obniżonego nastroju („mam chandrę”, „dopadła mnie deprecha”), na opisanie zwykłego, normalnego dla człowieka uczucia jakim jest smutek, żal, dalej, na określenie żałoby (czyli sytuacji gdy tracimy kogoś/coś bardzo nam bliskiego), wreszcie na opisanie czegoś, co filozofowie nazywają „lękiem egzystencjalnym” mówiącym o kruchości naszego istnienia

w świecie. Niewykluczone, że w kontekście wyżej wymienionych zjawisk człowiek może zachorować na depresję, ale nie są one *sensu stricte* depresją samą w sobie.

Depresja dotykała ludzi od zarania dziejów, chorowali na nią wielcy (np. – jak można wnosić z przekazów historycznych: Aleksander Wielki, Ludwig van Beethoven, Vincent Van Gogh, William Faulkner, Winston Churchill, Sylvia Plath, Ernest Hemingway, Peter Sellers) i mali, tylko nikt wtedy tego tak nie nazywał. Ocenia się, że w skali roku, choruje na depresję ok. 10% populacji osób dorosłych. Zapada na nią statystycznie więcej kobiet niż mężczyzn oraz więcej osób w podeszłym wieku niż w innych grupach wiekowych. Ważną informacją jest, że depresję można i trzeba leczyć, chociaż nie zawsze wyleczyć (trwale), ale prawie w każdym przypadku, w wyraźny sposób ograniczyć jej inwalidyzujące skutki. A są one niemałe: cierpienie danej osoby, jej „wypadnięcie” z niemal wszystkich aspektów siatki społecznych relacji, nieraz także samobójstwo.

Jeśli chodzi o przyczyny depresji, to na dzisiejszy stan wiedzy nie można tego w 100% precyzyjnie określić. Mówi się

(dosyć ogólnie, ale prawdziwie), że zachorowanie na tą chorobę odpowiedzialne jest współdziałanie czynników genetycznych i środowiskowych, ale trudno określić w przypadku konkretnej osoby, które czynniki były u niej decydujące, a tym bardziej przewidzieć, która dokładnie osoba w danej populacji zapadnie na tą chorobę (i kiedy, w jakim kontekście). Czyli można pomyśleć o osobie, która teoretycznie „powinna” zapaść na depresję (bo np. jej rodzice oboje na to chorowali), a tak się nie dzieje i przeciwnie – o osobie, która, wydaje się, miała i ma świetne warunki rozwoju, a mimo wszystko rozwinęła depresję. Od strony biologicznej (fizjologicznej) rozwój tej choroby związany jest z nieprawidłową ilością, w określonych miejscach układu nerwowego, specyficznych substancji zwanych neurohormonami (głównie: serotoniny, dopaminy, noradrenaliny i adrenaliny). Leczenie farmakologiczne depresji w dużej mierze polega właśnie na normalizowaniu stężenia tych substancji w obrębie komórek nerwowych. Od strony psychologicznej zaś, rozwój depresji związany jest z różnego rodzaju urazami psychologicznymi. Pod słowem „urazy”



rozumiem tutaj ważne straty (osób, miejsc, innych ważnych obiektów), których doświadczyliśmy w życiu. Można w pewnym uproszczeniu powiedzieć, że im poważniejsza strata i im wcześniejszego okresu życia ona dotyczy, tym większe prawdopodobieństwo rozwinięcia depresji. Choroba ta może ujawnić się także jako swoiste powikłanie, czy też konsekwencja innych chorób, np. układu krążenia, różnych zaburzeń neurologicznych, hormonalnych, czy nawet infekcji. Wreszcie, jak wspominałem, depresja może rozwinąć się z zupełnie nie wiadomych dla nas przyczyn, u osób, która wcześniej tryskała zdrowiem; wtedy mówimy o tzw. „depresji endogennej” (jakby „pochodzącej z wnętrza organizmu”).

Depresja jak każda choroba ma swoje objawy. Dla pewnego porządku można podzielić je na trzy grupy, co nie oznacza, że u danej osoby wszystkie objawy muszą się rozwinąć, albo rozwinąć się objawy tylko z danej grupy, w praktyce jest to dużo bardziej złożone i skomplikowane. Objawy można podzielić na wspomniane trzy grupy ze względu na sposób doświadczania depresji, a więc w sferze: uczuć (1), zachowań (2), fizjologii (3).

**Ad. 1)** Można obrazowo powiedzieć, że koloryt emocjonalny osoby chorej na depresję jest w tonacji czarno-szaro-fioletowej – generalnie z przewagą ciemnych, ciężkich barw. A więc przede wszystkim jest to smutek, przygnębienie, niemożność odczuwania radości („nic nie cieszyć”), przy czym uwaga: jak wspominałem wcześniej, nie każdy smutek oznacza depresję (smutek to normalne uczucie, jakie mamy na „wyposażeniu” własnej psychiki, ma on do czegoś nam służyć, pomagać...). Ale najczęściej spotykanym uczuciem w obrazie depresji jest właśnie smutek. Drugim ważnym uczuciem jest lęk, najczęściej niezbyt nasilony (tzw. „wolnopłynący”) i uogólniony („bez wyraźnego powodu”), często skojarzony z poczuciem wew. napięcia, jakimś „niepokojem w środku”, itp. Chwilami lęk może przybierać nasilone formy, nawet do napadów paniki, czy działań fobicznych (np. niemożność przebywania w małych zamkniętych pomieszczeniach, czy – przeciwnie – wśród dużej grupy ludzi). Często w depresji ludzie również doświadczają poczucia beznadziejności, niskiej samooceny oraz poczucia winy. Skorelowane jest to często z wrażeniem pogorszenia się pamięci oraz sprawności intelektualnej.

**Ad. 2)** Depresja w zachowaniu objawia się przede wszystkim spadkiem aktywno-

ści, apatią, spowolnieniem, niechęcią do działania przekładającą się na niemożność wykonania zwykłych codziennych zadań (w pracy, w domu), w skrajnych przypadkach – zadań bardzo, wydawałoby się, prostych (np. wstanie z łóżka, umycie się, itp.). Często osoba doświadcza zmniejszenia swoich zainteresowań, co dobrze wiadać, jeśli wcześniej lubiła coś szczególnie robić, miała jakieś hobby, chętnie korzystała z rozrywki. W depresji następuje również spadek popędu seksualnego i niechęć do aktywności w tej dziedzinie. Obrazu tego swoistego „wycofania z życia” dopełnia uczucie ciągłego zmęczenia, braku energii oraz trudności w koncentracji.

**Ad. 3)** Jeśli chodzi o fizjologiczną komponentę depresji (tzn. tego, co dzieje się z naszym organizmem) to często spotykamy objawami są:

- **BEZSENNOŚĆ** (objawiająca się płytkim, łatwo wybudzalnym snem, budzeniem się w nocy, bardzo wczesnym ranem, niemożnością zaśnięcia po takim wybudzeniu) bądź przeciwnie (choć nieco rzadziej): nadmierna senność objawiająca się posypianiem w ciągu dnia.

- **SPADEK APETYTU**, pociągającym za sobą chudnięcie. Czasem jednak przeciwnie: objadanie się, nabieranie wagi.

- **SUCHOŚĆ W USTACH**

- **DOLEGLIWOŚCI BÓLOWE** (głowy, brzucha, klatki piersiowej, kręgosłupa). To dosyć ważne, bo nierzadko się dzieje, że depresja zaczyna się manifestować właśnie od strony bólowej. Lekarz (rodzinny) zleca wtedy swemu pacjentowi wiele badań laboratoryjnych (krew, mocz), aby namierzyć przyczynę choroby i okazuje się, że badania są w normie, a pacjenta nadal coś boli. Warto wtedy pomyśleć, czy nie zaczyna się właśnie depresja...

**Jak leczyć depresję?** Można powiedzieć, że są dwa główne środki na to: farmakologia (leki) oraz psychoterapia. Nie sposób w tak krótkim artykule wyczerpująco to omówić, szczególnie jeśli chodzi o stosunkowo słabo rozwiniętą u nas praktykę korzystania z psychoterapii, ale warto powiedzieć choć kilka bardzo podstawowych zaleceń. Jeśli chodzi o farmakologię, to, w czasach gdy generacje leków stają się coraz lepsze, naprawdę warto skorzystać z tej formy leczenia, która dla dużej ilości pacjentów okazuje się naprawdę skuteczna. Lekarzem wyspecjalizowanym do leczenia depresji jest psychiatra, ale jeśli dla kogoś pójdzie do tego specjalisty jest obciążone wielkim wstydem, to niech przynajmniej idzie do leka-

rza rodzinnego. Leki przeciwdepresyjne nie są uzależniające (fizycznie), ale na rozwinięcie swojej skuteczności potrzebują 2-3 tygodni (czasem też okazuje się, że dany lek nie działa na danego pacjenta i trzeba spróbować innego), a leczenie trwa minimum pół roku (i nie wolno go samodzielnie przerywać, co niestety często się dzieje, gdy osoba poczuje się już lepiej). Jeśli chodzi o psychoterapię, szczególnie długoterminową (bardziej polecaną dla osób przewlekłe borykającą się z depresją) to dobrze prowadzona może rzeczywiście wyleczyć daną osobę z depresji, w sytuacji, gdy w dogłębny sposób uświadomi sobie ona swój własny kontekst (za chorowania i przeżyje ważne, choć najczęściej wyparte uczucia z tym związane. Psychoterapia to poważna inwestycja w wielu aspektach (finansowym, czasowym, uczuciowym, itd.), ale chyba w najpełniejszy sposób wyraża troskę osoby o nią samą i jest najlepszym narzędziem adekwatnego zaopiekowania się samym sobą. Jej skutki odczuwane są w pewien sposób do końca życia, w wielu różnych jego dziedzinach i aspektach.

Na koniec – jedna jedyna rada, dla osób które stykają się z osobą chorującą na depresję: nie mówcie jej zdań typu „weź się w garść”, „wszystkim jest dzisiaj ciężko”, „nie rozczulaj się tak nad sobą”, itp. Takie komunikaty, nie tylko nie pomagają osobie na depresję, ale jeszcze bardziej alienują ją od innych i od samej siebie, dokładają jej jeszcze więcej ciężarów do tych, które i tak z wielką trudnością niesie...

■ MAGDALENA BOGUSZ



# Spotkanie z Przyjacielem

„Moją ofiarą, Boże, duch skruszony,  
nie gardzisz, Boże, sercem pokornym  
i skruszonym” (Ps 51, 19).

W poprzednim numerze „Naszego Józefowa” zatrzymaliśmy się nad ogólną strukturą liturgii Mszy Świętej. Przyszła pora na to, abyśmy przyjrzeni się bliżej każdej z tych części po kolei.

Jak już wiemy, liturgia Mszy Świętej rozpoczyna się procesją wejścia. Odnosi się ona bezpośrednio do naszej ziemskiej drogi. Procesja służby liturgicznej i Kapłana do ołtarza – miejsca gdzie Chrystus złoży za nas Swoją ofiarę, wyraża naszą ziemską drogę, nasze pielgrzymowanie do Ojca i Królestwa Niebieskiego. Na ogół procesji towarzyszy śpiew mający na celu zawiązanie wspólnoty, jaką my wszyscy zebrani tworzymy. I już tu zaczyna się nasze uczestnictwo w Liturgii.

Zaraz po przyjściu do prezbiterium Kapłan i służba liturgiczna oddaje cześć Panu Jezusowi w Najświętszym Sakramencie – przez przyklęknięcie, oraz ołtarzowi – kapłan przez ucałowanie, ministranci przez lekki ukłon. Następnie udają się na sobie przeznaczone miejsca. Kapłan po oddaniu czci ołtarzowi może go okadzić – jako miejsce składania Najświętszej Ofiary. Okadza też Krzyż, bo Eucharystii od Krzyża nie można oddzielić. Gdy procesji wejścia nie towarzyszy śpiew, wówczas Kapłan po przyjściu do miejsca przewodniczenia może odczytać antyfonę. Jest to na ogół fragment z Pisma Świętego przeznaczony na dany dzień, mający na celu wprowadzić nas w myśl przewodnią – tajemnicę daną nam przeżywać w czasie liturgii. Słowa te nawiązują bądź do przeżywanego święta, okresu liturgicznego, bądź do słów, które usłyszymy w liturgii słowa.

Następnie czynimy największy i najświętszy znak w całym chrześcijaństwie. I to na sobie samym – znak Krzyża Świętego. Ten gest oznacza, że chcę całym sobą wejść w rzeczywistość tej ofiary (dotykamy czoła, ramion i piersi, wykonując ten gest w sposób pełny, wyraźny i godny). I tu, na początku liturgii następuje istotny dialog. Wspominaliśmy już o tym, że w liturgii w osobie Kapłana uobecnia się sam Chrystus. Oznajmia on nam obecność Pana wśród nas a my ją potwierdzamy. Dialog ten ma nam jeszcze jedną rzecz uzmysłowić. Otóż ma on również taką wymowę:

Kapłan mówi do nas słowa wyrażające myśl: „widzę w was Chrystusa”, my natomiast odpowiadając „i z duchem Twoim” potwierdzamy, że widzimy Go w osobie Kapłana. „...gdzie są dwaj albo trzej zebrani w imię moje, tam jestem pośród nich.” (Mt 18,20). Spełnia się ta obietnica. Czy to nie jest wspaniałe?! Chrystus staje pośród nas już teraz – w osobie Kapłana, w zgromadzeniu wiernych, w każdym z nas.

Eucharystia jest uwielbieniem Boga Ojca w Jezusie i przez Jezusa. Święty Jan w pierwszym liście pisze: „Jeśli mówimy, że nie mamy grzechu, to samych siebie oszukujemy i nie ma w nas prawdy. Jeżeli wyznajemy nasze grzechy, [Bóg] jako wierny i sprawiedliwy odpuści je nam i oczyści nas z wszelkiej nieprawości.” (1J 1,8-9). Abyśmy mogli stanąć przed Panem czysti, by Go uwielbiać, dobrze jest, abyśmy w prawdzie uznali przed Nim naszą niedoskonałość. Niedoskonałość i grzeszność naszych czynów, myśli, mowy i naszych zaniedbań w czynieniu dobra. To moment bardzo ważny. Ma nam uświadomić, jak bardzo potrzebujemy Pana, spotkania z Nim i Jego uświęcającej ofiary miłości.

Akt pokuty może mieć kilka form. Najpowszechniejszą jest tzw. spowiedź powszechna, czyli wyznanie „Spowiadam się Bogu...”. Kolejną formą aktu pokuty jest potrójna aklamacja – prośba Kapłana o zmiłowanie się miłosiernego Boga nad nami wszystkimi. Za każdym razem włączamy się do tych prośb. Trzecią formą naszej skruchy przed Bogiem jest pokropienie wodą święconą – czyli Aspersja. To bezpośrednio odwołanie do naszego chrztu, gdy zostaliśmy obmyci z grzechu pierwotnego, ma też wyrażać nasze pragnienie bycia czystym przed Bogiem. I to pragnienie zawiera się w modlitwie nad wodą przed pokropieniem. Trzeba nam wiedzieć, że akt pokuty w czasie liturgii mszy świętej nie jest sakramentem pokuty, w którym miłosierdzie Boże obmywa nas z grzechów ciężkich. Po akcie pokuty następuje aklamacja “Kyrie eleison” (Panie zmiłuj się nad nami), chyba, że już występowała w akcie pokuty. Jest jeszcze jeden akt pokuty, który wykonuje tylko sam Kapłan raz w roku

podczas Liturgii Męki pańskiej w Wielki Piątek. Kładzie się krzyżem przed ołtarzem. Jest to największy znak pokuty, znizienia przed Bogiem (tzw. Prostracja).

Gdy w postawie skruchy wyznamy naszą słabość, dopiero teraz z czystym sercem możemy oddać chwałę Bogu w hymnie “Chwała na wysokości Bogu”. To starochrześcijański i czcigodny hymn, w którym Kościół zgromadzony w Duchu Świętym uwielbia oraz błaga Boga Ojca i Baranka (OWMR 53). Hymn ten śpiewamy lub recytujemy w niedziele poza okresem Adwentu i Wielkiego Postu, a także w uroczystości i święta, oraz podczas szczególnie uroczystych celebracji.

W liturgii, oprócz postaw, takich jak stojąca, klęcząca i siedząca, przeznaczone też są dla nas pewne gesty, mające wyrażać naszą cześć wobec Boga, Najświętszej Maryi i Świętych. Dlatego też, gdy wymawiamy imię Jezusa, Maryi, trzech Osób Boskich razem, lub Świętego, na którego cześć sprawowana jest dana liturgia – czynimy lekki ukłon głowy na znak czci. Zatem gdy śpiewamy lub recytujemy hymn „Chwała na wysokości Bogu...” wypowiadając imię Jezusa Chrystusa, i trzech Osób Boskich, skłaniamy lekko głowę.

Po hymnie, lub gdy nie jest przewidziany w danej liturgii, po akcie pokuty następuje kolekta. Po wezwaniu kapłana do modlitwy następuje chwila milczenia. To czas, w którym możemy włączyć się osobiście w tą modlitwę, wprowadzającą nas w Liturgię Słowa. Ta chwila ciszy to takie ofiarowanie tego, z czym przyszliśmy tu w naszych sercach i skupienie się przed modlitwą.

Zastanawiam się czasem, co jest istotne w moim uczestnictwie w Eucharystii. Za każdym razem odkrywam coś innego. Utkwił mi w pamięci fragment z Ewangelii według św. Łukasza: Łk 18,9-14

W swoim Dzienniczku Św. S. Faustyna zapisała takie słowa Pana Jezusa: „...Największa nędra nie powstrzymuje Mnie od połączenia się z duszą, ale gdzie pycha, tam Mnie nie ma.” (Dz 1563).

Jezu cichy i pokornego serca, uczyn serca nasze według serca Twego...

■ MICHAŁ CUDNY











# SKAUCI EUROPY – WILCZKI

