

LIST DO CHORYCH I ICH RODZIN



APOSTOLAT CHORYCH ARCHIDIECEZJI SZCZECIŃSKO - KAMIENSKIEJ

maj-czerwiec 352/2025



„List do Chorych i ich Rodzin” – biuletyn dla chorych odwiedzanych podczas domowych wizyt duszpasterskich w parafiach Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej.

Materiały duszpasterskie Kurii Metropolitalnej Szczecińsko-Kamieńskiej do użytku wewnętrznego

Wydawca

Wydział Duszpasterski Kurii Metropolitalnej Szczecińsko-Kamieńskiej
ul. Papieża Pawła VI nr 4, 71-459 Szczecin, tel. 91 454 22 92

Redaktor prowadzący

Ks. mgr lic. Robert Bałuka
Referent Duszpasterstwa Osób Chorych
i Niepełnosprawnych
Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej
e-mail: baluka.robert@gmail.com

Redakcja i korekta

Ks. dr Andrzej Zaniewski
Dyrektor Wydziału Duszpasterskiego
e-mail: wdkm@kuria.pl

Przygotowanie tekstów

Elżbieta Palczak
tel. 503 600 523

Artykuły i materiały prosimy przysyłać na adres

e-mail: kontakt@apostolatchorych.pl

Zapraszamy do odwiedzenia naszej strony
www.apostolatchorych.pl
oraz konta na portalu Facebook

SŁOWO OD REDAKCJI

Drodzy Czytelnicy i Przyjaciele!

Witamy Was serdecznie w majowo-czerwcowym wydaniu naszego biuletynu, który poświęcony jest szczególnej czci Matki Bożej i Jej Syna, Jezusa Chrystusa. W tym pięknym okresie, gdy przyroda budzi się do życia, a kwitnące kwiaty i śpiew ptaków napełniają nasze serca radością, zapraszamy Was do odkrywania głębi wiary oraz miłości, które płyną z nabożeństw. Zatrzymajmy się na chwilę w codziennym zgiełku – rozważajmy o cnotach Maryi wypowiedzianych w litanii loretańskiej. Wezwania z litanii loretańskiej zanurzają nas w miłosiernym sercu Maryi, a przez to jednoczą z Chrystusem Zmartwychwstałym. Odmawiając litanie loretańską wypowiadajmy nasze „fiat” odkrywając przymioty świętości i pobożności Maryi.

Otwórzmy nasze serca na Bożą miłość na wzór Maryi, abyśmy mogli stawać się narzędziami pokoju w świecie. Prośmy za wstawiennictwem Matki i Królowej, aby w naszej ojczyźnie trwał pokój, a naród wierny tradycji ojców, tworzył żywą wspólnotę wiary pod opieką Maryi.

Czerwiec z kolei, pełen uroczystości ku czci Najświętszego Serca Jezusa, przypomina nam o bezgranicznej miłości, jaką Bóg ma dla każdego z nas. Niech wezwania litanii do Najświętszego Serca Jezusowego pomogą nam wzrastać w wierze, nadziei, miłości oraz dążyć do chwały nieba.

Drodzy, korzystajmy jak najwięcej z tych nabożeństw. Przyjmijmy Maryję, jak nasi przodkowie, jako Matkę i Królową. Jezus w duchowym testamencie Maryję uczynił Matką Kościoła. Oddajmy kult Najświętszym Sercom Jezusa i Maryi.

Redakcja

Z ŻYCIA KOŚCIOŁA



POLSKA FATIMA

Niedziela szczecińsko-kamieńska 10/2025, str. I

Przychodzimy dziś, aby powierzyć nasze rodziny, świętość małżeństw, troskę o życie, a także by prosić o pokój – zwrócił się do zgromadzonych abp Wiesław Śmigiel.

Odwiedziny sanktuarium Dzieci Fatimskich nierozzerwalnie wiążą się z pielgrzymowaniem. Jego położenie na skraju wielkiej aglomeracji stolicy Pomorza Zachodniego generuje taką konieczność już dla samych jej mieszkańców, co w Roku Jubileuszowym, nacechowanym pielgrzymim klimatem, nabiera jeszcze głębszego znaczenia.

Przebieg tegorocznych obchodów odpustowych był więc szczególnie. Uroczystościom przewodniczył abp Wiesław Śmigiel wraz z bp. Henrykiem Wejmanem. Była to pierwsza wizyta pasterza Kościoła nad Odrą i Bałtykiem w parafii św. Tomasza Apostoła na os. Kasztanowym, przy której powstało sanktuarium Dzieci Fatimskich.

Już od wielu lat płyną z tego miejsca za wstawiennictwem świętych pastuszków z Fatimy modlitwy do Boga w przeróżnych intencjach. Tegoroczna nowenna poprzedzająca uroczystości odpustowe poświęcona została małżeństwu i rodzinie, i choć – jak podkreśla kustosz tego miejsca ks. kan. Marek Maciążek – są one zawsze uwzględniane w modlitwach kierowanych ku Bogu za wstawiennictwem Fatimskich Dzieci, tym razem ich przekaz został wielokrotnie wzmocniony. Podczas nabożeństw niesiono modlitwy o uzdrowienie relacji między rodzicami i dziećmi, o uregulowanie życia małżeńskiego dla żyjących w związkach niesakramentalnych oraz o nowe sakramentalne związki małżeńskie. Modlono się o odpowiedzialne rodzicielstwo i ochronę dzieci przed deprawacją i zgorzeniem, o zaprzestanie przemocy fizycznej i psychicznej tam, gdzie ona występuje, a także za małżeństwa przeżywające kryzys, za dzieci utracone i porzucone.

Trwający Rok Jubileuszowy przeżywany jest w duchu Bożej nadziei i z nadzieją odważnego otwarcia serca współczesnego człowieka na Bożą miłość. Jak przyjąć ten dar i dzielić się nim z ludźmi uczą dzieci. Wspomniał o tym w krótkim powitaniu ks. Marek Maciążek: – Święci Franciszek i Hiacynta to dzieci nadziei, które nigdy nie miały wątpliwości w pewność Bożej obietnicy, gdyż Boże obietnice nigdy nie kłamią. Niestety obietnice świata są zawsze zawodne. Dlatego niech z tego miejsca wybrzmi dla nas wielkie wezwanie do odnowienia nadziei, które wypływa z wiary.

Kustosz sanktuarium podkreślił też znaczenie modlitwy, której wzorowymi nauczycielami stały się dzieci z Fatimy. – Do uroczystości przygotowaliśmy się przez jubileuszową nowennę. [...] Przez 9 dni prawie 90 osób wzmocniło te intencje postem ścisłym. Jest to dar, jaki składamy co roku przez fatimskie dzieci Matce Bożej i Jezusowi Chrystusowi.

W trakcie uroczystości niejednokrotnie podkreślano znaczenie nadziei w życiu chrześcijanina, jej wymiary i wpływ na wzmacnianie relacji człowieka z Bogiem.

– Przychodzimy do sanktuarium Dzieci Fatimskich jako pielgrzymi nadziei – zaznaczył na wstępie abp Śmigiel. – Wiemy, że najpiękniej tej nadziei możemy zaczerpnąć, kiedy uświadomimy sobie, że Bóg przekazał nam wiele obietnic i każdą z nich wypełnia. Przychodzimy dziś, aby powierzyć nasze rodziny, świętość małżeństw, troskę o życie od poczęcia do naturalnej śmierci, a także by prosić o pokój na całym świecie, bowiem zdajemy sobie sprawę, że jesteśmy w szczególnym momencie historii i cały świat, tak jak wówczas, kiedy Matka Boża mówiła do Dzieci Fatimskich, potrzebuje dziś pokuty, modlitwy i nawrócenia.

W homilii metropolita podkreślił jak wielkie znaczenie w życiu człowieka ma zaufanie Bogu, na wzór dziecięcej ufności, jaką nosili w sercach pastuszkowie z Fatimy.

– W życiu duchowym, jeśli stajemy się jak dzieci, to znaczy bezgranicznie ufamy Bożej miłości – mówił abp Śmigiel. – Dopiero w miłości Boga potrafimy dążyć do wielkości, tak naprawdę rozpoznajemy siebie, odkrywamy swoje powołanie i mamy siłę, by je realizować.

Może właśnie dlatego Bóg wybrał to, co małe w oczach świata, Dzieci Fatimskie, i im przekazał prawdę najistotniejszą dla świata, a w zasadzie przypomniał to, co zostało zapisane w objawieniu, ale ludzie bardzo często zapominają słowa Boga i żyją po swojemu, mają swoją mądrość, recepty, plany, oczekiwania, swoje różne układy i są przekonani, że to daje im bezpieczeństwo. Pewnie nie można rezygnować z tych ludzkich wysiłków, ale jednocześnie zdajemy sobie sprawę, że to, co najważniejsze, jest w Bogu. I Dzieci z Fatimy miały przypomnieć całemu światu, że potrzeba modlitwy, prostej, ale kontemplacyjnej, bo różańcowej, że potrzeba

bezgranicznego zaufania, pokuty i nawrócenia.

Na kondycję duchową wpływ ma nie tylko uporządkowana i miłością przepełniona relacja z Bogiem. Ileż będzie warta, jeśli nie przełoży się na relacje z ludźmi. Tę myśl także dał pod rozwagę pasterz archidiecezji w trakcie swej homilii.

– Pośród wielu wyzwania, które płyną z objawień fatimskich do nas, jest też to, żebyśmy na pierwszym miejscu stawiali Boga, a jeśli Boga stawiamy na pierwszym miejscu, będziemy wielcy – zaznaczył arcybiskup i dodał: – Ale ta wielkość ma się przejawiać tym, że budujemy relacje, że pamiętamy o rodzinie, o najbliższych, że troszczymy się o siebie nawzajem, że rodzice otaczają miłością swoje dzieci, a dzieci są wdzięczne swoim rodzicom bez względu na to, ile lat mają rodzice. To jest konsekwencja tego, że stajemy w miłości Boga.

Arcybiskup Śmigiel odniósł się też do tematyki nowenny poprzedzającej odpustowe uroczystości na os. Kasztanowym. – Tematyka nowenny jest niezwykle aktualna i potrzebna – podkreślił metropolita i dodał: – To nie tylko tematy modlitw. To program pracy dla nas wszystkich, nie tylko na tę nowennę, ale może na cały Rok Święty, na nasze praktyki religijne. Jest to wyzwanie dla nas, żebyśmy te tematy przynosili do naszych wspólnot parafialnych, do naszych domów, rodzin, do naszych wzajemnych relacji.

W trakcie uroczystości abp Śmigiel dokonał poświęcenia przygotowanej w Roku Jubileuszowym Fatimskiej Drogi Pokutnej, usytuowanej w sercu sanktuarium. Zostały też wręczone przez proboszcza ks. Maciążka obu obecnym biskupom symboliczne klucze do wciąż jedynej na świecie sanktuarium Dzieci Fatimskich, a zwieńczeniem obchodów było indywidualne błogosławieństwo przybyłych dzieci i dorosłych, udzielone przez metropolitę szczecińsko-kamieńskiego.



NIECH BÓL UKOI NADZIEJA

Niedziela szczecińsko-kamieńska 12/2025, str. IV

To dzień pokuty, modlitwy i solidarności, dzień, który wzywa nas wszystkich do nawrócenia i wskazuje Kościół, jako bezpieczny dom – powiedział abp Wiesław Śmigiel.

W pierwszy piątek Wielkiego Postu w Polsce po raz kolejny obchodzono Dzień modlitwy i solidarności z Osobami Skrzywdzonymi wykorzystaniem seksualnym. To odpowiedź na apel papieża Franciszka. Pierwszy, obchodzony 3 marca 2017 r. i kolejne, zwane były Dniem modlitwy i pokuty za grzech wykorzystania seksualnego. Przychylając się do wniosku abp. Wojciecha Polaka, delegata KEP ds. ochrony dzieci i młodzieży, Konferencja Episkopatu Polski w 2023 r. zmieniła nazwę inicjatywy na: Dzień modlitwy i solidarności z Osobami Skrzywdzonymi wykorzystaniem seksualnym. Nowa nazwa ma akcentować, że osoby zranione są w centrum modlitwy i działań Kościoła.

Z ŻYCIA APOSTOLATU CHORYCH



ŚWIATOWY DZIEŃ CHOREGO 2025

11 lutego br, w parafii św. Stanisława Kostki w Szczecinie zorganizowano obchody Światowego Dnia Chorego.

Adoracja, nabożeństwo lurdzkie, a szczególnie Eucharystia stworzyły przestrzeń do kontemplacji i modlitwy. Mszę św. koncebrował ks. Robert Bałuka - duszpasterz osób chorych i niepełnosprawnych, oraz ks. Maciej Szmuc, dyrektor Caritas. Uczestnictwo w tych obrzędach było nie tylko duchowym przeżyciem, ale także przypomnieniem o sile wspólnoty, która wspiera osoby chore i ich bliskich.

Po duchowej uczcie nastąpiła część bardziej przyziemna – wspólne spotkanie w świetlicy Caritas. Tego typu inicjatywy są niezwykle ważne, ponieważ pokazują, jak istotne jest wsparcie nie tylko duchowe, ale także fizyczne. Gorąca zupa i słodki poczęstunek były nie tylko smacznym posiłkiem, ale także wyrazem troski i zaangażowania wolontariuszy, którzy z wielką pasją i oddaniem przygotowali to spotkanie. Atmosfera była pełna ciepła i zrozumienia, co sprawiło, że każdy uczestnik mógł poczuć się doceniony i wysłuchany. Rozmowy, które miały miejsce podczas uczty, były pouczające. Pani Anna Pod-górna przedstawiła cenne informacje na temat świadczeń dla osób niepełnosprawnych i ich opiekunów. To bardzo ważny temat, który dotyczy wielu rodzin i z pewnością przyniósł uczestnikom nowe spojrzenie na dostępne wsparcie.

Całe wydarzenie pozostawiło wiele pozytywnych wrażeń. Było to nie tylko święto osób chorych, ale także okazja do nawiązania więzi społecznych i wymiany doświadczeń. Widać, jak ważna jest solidarność i wsparcie, które możemy ofiarować sobie nawzajem.

To wydarzenie zostało uwiecznione w fotorelacji wykonanej przez Panią Joannę Zembal koordynatorkę projektów w Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej.

Elżbieta

WSPOMNIENIE O ZMARŁEJ

Z wielkim smutkiem informujemy o śmierci Ani Pakuła, która przez 30 lat zmagająca się z cierpieniem, ale jej serce zawsze pozostawało pełne wiary i ufności.

Ania od wielu lat była zaprzyjaźniona ze wspólnotą Apostolatu Chorych Rodziny Miłości Miłosiernej w Szczecinie. Swoją obecnością i postawą inspirowała nas wszystkich. Mimo że poruszała się na wózku, Ania nigdy nie traciła nadziei ani radości. Od wielu lat



uczestniczyła w rekolekcjach chorych, na które czekała z utęsknieniem. Te wakacyjne spotkania były dla niej czasem duchowego odrodzenia. Gdy jej stan zdrowia się pogorszył i nie mogła już przyjeżdżać ale pozostała wierna duchowemu uczestnictwu w życiu wspólnoty. Zawsze pragnęła wiedzieć na bieżąco o wydarzeniach, jakie miały miejsce w Apostolacie. Oczekiwała na każdą informację i o wszystkich osobach, których poznała podczas spotkań. Nikt nie był dla niej obojętny. O każdym „aniołku” wspominała z wdzięcznością. Była szczęśliwa, gdy odwiedzał ją kapłan w pierwsze piątki miesiąca, przynosząc również biuletyn List do Chorych i ich Rodzin. Każdego dnia o godz. 15.00, w godzinie Bożego Miłosierdzia, Ania modliła się koronką, łącząc się duchowo z nami i odmawiając wspólny Akt oddania. Jej modlitwy były świadectwem głębokiej wiary, która pozwalała jej znosić cierpienie z pokorą i oddaniem Bogu.

Ania była dla nas wszystkich przykładem cierpliwego znoszenia cierpienia. Mimo bólu i trudności, które ją dotykały, zawsze potrafiła dzielić się uśmiechem i dobrym słowem. Jej życie było świadectwem, że nawet w obliczu największych trudności można odnaleźć sens i radość, opierając się na miłości i zaufaniu do Boga.

Wierzmy, że teraz cieszy się pokojem i radością w ramionach Miłosiernego Pana. Niech odpoczywa w pokoju.

Elżbieta

UCZESTNICZĘ WE WSPÓLNOCIE KOŚCIOŁA

ŚWIĘTO MIŁOSIERDZIA BOŻEGO

W pierwszą niedzielę po Wielkanocy, obchodzić będziemy Święto Miłosierdzia Bożego. Orędzie Miłosierdzia Bożego, które Jezus przekazywał Siostrze Faustynie jest głęboko zakorzenione w Ewangelii. Św. Jan pisał: „Bóg jest miłością”. Bóg objawia swą miłość w dziele stworzenia, odkupienia i uświęcenia. Jan Paweł II mówił: „Miłosierdzie to Boża miłość udzielona światu”.

Słowa Pana Jezusa wypowiedziane do Siostry Faustyny podkreślają ten szczególny środek dostępu do Bożego Miłosierdzia: „Nie znajdzie żadna dusza usprawiedliwienia, dopokąd nie zwróci się z ufnością do miłosierdzia Mojego i dlatego pierwsza niedziela po Wielkanocy ma być świętem Miłosierdzia” (Dz 570).

Pan Jezus ukazywał się Siostrze Faustynie pokazując za jakie grzechy poddał się biczowaniu. „O, jak strasznie Jezus cierpiał moralnie, kiedy się poddał biczowaniu. Wtem rzekł mi Jezus: - Patrz i zobacz rodzaj ludzki w obecnym stanie. (...) I dał mi Pan szczegółowo poznać Jezusa, ciężkość złości tych niewdzięcznych dusz: - Widzisz, oto jest męka większa nad śmierć Moją. – Wtenczas zamilkły i usta moje i zaczęłam odczuwać na sobie konanie i czułam, że nikt mnie nie pocieszy, ani wyrwie z tego stanu, tylko Ten, Który mnie w niego wprowadził”. (por Dz 445).

Pan Jezus zapewnia św. Faustynę, że pozna Jego miłość do grzeszników, gdy będzie rozważała Jego mękę, powiedział: „Pragnę, abyś głębiej poznała Moją miłość, jaką pała Moje Serce ku duszom, a zrozumiesz to, kiedy będziesz rozważać Moją Mękę. Wzywaj Mojego miłosierdzia dla grzeszników, pragnę ich zbawienia. Kiedy odmówisz

tę modlitwę za jakiego grzesznika z sercem skruszonym i wiarą, dam mu łaskę nawrócenia. Modlitewka ta jest następująca: (Dz 186) O Krwi i Wodo, któraś wytrysnęła z Serca Jezusowego, jako zdroj Miłosierdzia dla nas – ufam Tobie. (Dz 187).

Dusze grzeszne powinny zbliżać się do Miłosierdzia Bożego, „gdyby znali grzesznicy miłosierdzie Moje, nie ginęłyby ich tak wielka liczba. Mów duszom grzesznym, aby się nie bały zbliżyć do Mnie, mów o Moim wielkim miłosierdziu. (Dz 1396). On zawsze wysłuchuje modlitwę w intencji grzeszników: utrata każdej duszy pogrąża Mnie w śmiertelnym smutku. Zawsze Mnie pocieszasz, kiedy się modlisz za grzeszników. Najmilsza Mi jest modlitwa, to modlitwa za nawrócenie dusz grzesznych, wiedz córko Moja, że ta modlitwa zawsze jest wysłuchana. (Dz 1397)

Ufność złożona Panu to podstawowy akt zawierzenia w miłosierdzie. Poprzez postawę ufności otwieramy się na Boże Miłosierdzie. Ufność jest pełną radości nadzieją, oznacza również wytrwałą miłość do Boga i bliźnich. „Bądźcie miłosierni, jak Ojciec wasz jest miłosierny” (Łk 6, 36). Jezus Miłosierny pragnie, byśmy przyjęli Jego miłosierdzie, korzystali z niego i dawali je dalej światu.

W dzisiejszym świecie, pełnym napięć i konfliktów przesłanie to aktualne i bardzo potrzebne. Jak realizować to orędzie w codziennym życiu? Jezus objawia nam, że miłosierdzie jest podstawą relacji z Nim i z drugim człowiekiem. Św. Mateusz pisze: „Błogosławieni miłosierni, albowiem oni miłosierdzia dostąpią!”. Miłosierdzie kształtuje nasze myśli, słowa i czyny. Siostra Faustyna wskazuje różne formy czynów miłosierdzia, które możemy wprowadzić w życie. Są to zarówno uczynki duchowe, jak i materialne. Na przykład możemy pomagać potrzebującym: wspierać osoby w trudnej sytuacji życiowej i codziennych obowiązkach. Czasami wystarczy być dla kogoś obecnym, wysłuchać go i okazać zrozumienie. To prosta, ale niezwykle bardzo ważna forma miłosierdzia. Aktem miłości i miłosierdzia jest modlitwa za

tych, którzy potrzebują naszego wsparcia. Kształtujmy nasze myśli w duchu miłości. Zamiast krytykować starajmy się zrozumieć. Unikajmy negatywnych komentarzy i ocen, które mogą ranić innych.

Sakramenty, a szczególnie Eucharystia, są źródłem Bożego Miłosierdzia. W Eucharystii doświadczamy miłości Boga, a w sakramencie pokuty otrzymujemy łaskę przebaczenia.

Orędzie Miłosierdzia Bożego zaprasza do życia w nadziei. Realizowanie orędzia Miłosierdzia Bożego w codziennym życiu, to nieustanne dążenie do bycia lepszym człowiekiem. Wymaga jednak od nas otwartości na innych, gotowości do przebaczenia, podejmowania konkretnych działań i życia w zgodzie z nauką Jezusa. W obliczu codziennych wyzwań warto podjąć refleksję nad tym, jak możemy być dla siebie nawzajem miłosierni i w jaki sposób to miłosierdzie może zmienić nasze życie.

GODZINA ŚWIĘTA Z BOŻYM SERCEM

Godzina Święta jest jedną z praktyk miłości w nabożeństwie do Jezusowego Serca. Jest wynagrodzeniem Chrystusowi za nasze grzechy. Modlimy się, rozmyślając o Jezusowej męce. Czynimy to na Jego wzór, kiedy to modlił się w Ogrodzie Oliwnym przeżywając trwogę zbliżającej się męki i konania. Pan Jezus do św. Małgorzaty Marii powiedział: „A we wszystkie noce z czwartku na piątek dam ci uczestnictwo w tym śmiertelnym smutku, który odczułem w Ogrodzie Oliwnym. I żeby Mi towarzyszyć w tej pokornej modlitwie, którą zanosilem wówczas do mego Ojca, wśród wszystkich Moich udręczeń, będziesz wstawać między godziną jedenastą a północą, by w ciągu godziny klęczeć wraz ze Mną z twarzą pochyloną ku ziemi. A czynić to będziesz tak dla uśmierzenia gniewu Bożego, błagając o miłosierdzie tak dla grzeszników, jak dla złagodzenia w pewien sposób goryczy, którą czułem z powodu opuszczenia Apostołów, tak iż musiałem czynić im wyrzuty, że nie mogli

czuć ze Mną jednej godziny”

Godzinę świętą można odprawiać w kościele w obecności Najświętszego Sakramentu, ale również w jakimkolwiek innym miejscu; we wspólnocie lub prywatnie. Ważne jest, by w czasie tego nabożeństwa całym sercem zbliżyć się do Jezusowego Serca i rozmyślać nad Jego męką i śmiercią lub nad Jego niepojętą miłością objawioną nam w ustanowieniu Najświętszego Sakramentu. Do odprawiania Godziny Świętej zachęcają słowa, które Jezus wypowiedział do Rozalii Celakówny: „Moje dziecko, kochaj Mnie bardzo. Niech twa miłość wynagrodzi Mi brak jej u innych dusz, bo nie Jestem kochany przez Moje stworzenia. Miłość zastąpi wszystko!”. „Patrz! Ile Ja wycierpiałem na krzyżu za grzechy ludzkie, a jaka Mnie spotkała wdzięczność? Ile dusz wzgardziło Mną, nawet przyjaciele! Czyż Moje Serce nie cierpiało wtedy niewymownych katuszy z powodu niewdzięczności doznanej? Więc ty, dziecko, wynagradzaj Mi, zwłaszcza za kapłanów i za wszelką niewdzięczność!”

Nabożeństwo to powinno obfitować w bogate rozważania, pełne miłości i wdzięczności akty uwielbienia i przebłagania za grzechy.

NIEPOKALANE SERCE MARYI

Oddajemy szczególnie cześć Niepokalanemu Sercu Maryi w dzień po uroczystości Najświętszego Serca Pana Jezusa. Święto Niepokalanego Serca Najświętszej Maryi Panny obchodzone w Kościele katolickim ma głębokie znaczenie duchowe i teologiczne. Jest to święto, które przypomina o miłości Maryi, Matki Jezusa oraz jej roli w historii zbawienia. Święto to jest wyrazem czci dla Maryi jako matki i wzoru dla wszystkich wierzących. Niepokalane Serce Maryi symbolizuje czystość, miłość i oddanie Bogu. Maryja, jako Matka Zbawiciela jest ściśle związana z tajemnicą Serca Jezusa. Jej serce również przepełnione jest miłością do ludzi. O tym wskazują objawienia Maryi w różnych krajach. Maryja, jako Matka jest przykładem dla

wierzących w zawierzeniu Bogu i wypełnianiu Jego przykazań. Święto Niepokalanego Serca Maryi pomaga pogłębiać relację z Nią i pobudza do refleksji nad Jej rolą w naszym życiu.

Duże znaczenie w propagowaniu i rozwoju kultu Niepokalanego Serca Maryi miały objawienia w Fatimie z 1917 roku. Podczas tych objawień Maryja zaleciła wynagradzanie za grzechy świata, poprzez przyjmowanie Komunii świętej wynagradzającej i odprawianie nabożeństwa pierwszych sobót miesiąca do jej Niepokalanego Serca. Maryja wzywała też do modlitwy i pokuty za grzeszników.

Elżbieta

NOWY ROK DUSZPASTERSKI 2024/2025

Pielgrzymi nadziei

Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus!

Moi Kochani!

Trwamy w Roku Jubileuszowym! Trzeba nam tę prawdę często podkreślać ponieważ wielu ludzi także wierzących, nie zdaje sobie sprawy z tego, jak wielkim bogactwem jest czas jubileuszu w kościele. To czas wylania łaski (i to w obfitości) z Bożego Serca.

Pan Jezus powiedział do św. S. Faustyny: Pałą Mnie płomienie Miłosierdzia, które chcę wylać na dusze ludzkie. O, jaki Mi ból sprawiają, kiedy ich przyjąć nie chcą (Dz. 1074). Boże upusty są otwarte na oścież! Nic tylko podejść i zaczerpnąć pełnymi garściami!

Rok Jubileuszowy – jak już wiemy – przeżywamy pod hasłem Pielgrzymi nadziei. Ostatnim razem pisaliśmy sobie, jak ważnym jest, aby zachować cnotę nadziei zwłaszcza we współczesnym świecie, który niby wszystko ma „pod kontrolą”, a tak naprawdę traci panowanie nad wszystkim.

Chodząc po kołędzie spotykałem bardzo wielu ludzi, w których przygasła nadzieja, smutnych i przygnębionych, a to ciężarem choroby, a to trudną sytuacją finansową, problemami rodzinnymi.

Oczywiście chrześcijaństwo nie oferuje rozwiązania problemów (najlepiej z automatu) ale – właśnie dzięki nadziei – pozwala na wszystko spojrzeć z innej (Bożej) perspektywy. Wydawać by się mogło, że to nie wiele. A jednak! Niejednokrotnie naprawdę wystarczy choć na chwilę zmienić punkt patrzenia na daną sytuację, przenieść środek ciężkości w swoim myśleniu o danej sprawie, zmienić podejście do danej osoby i nagle otwierają się nowe horyzonty najpierw w przestrzeni myśli, a potem konkretnego działania.

Chrześcijańska nadzieja daje narzędzia do takich „zabiegów”! Wznosi naszego ducha, serce, umysł i ciało na inny poziom pojmowania rzeczywistości! A wszystko to staje się całkowicie możliwe i dostępne dla każdego człowieka. Potrzeba tak naprawdę tylko jednego – otwarcia ludzkiego serca na działanie w nas (a później przez nas) Ducha Świętego, który wszystko będzie w nas odnawiał, segregował, ustawiał, zapraszał do ewangelicznej postawy – „więcej” („Szymonie, synu Jana, czy miłujesz Mnie WIĘCEJ aniżeli ci?” J 21,15). To prawda, iż o tego Ducha Świętego trzeba nam nieustannie zabiegać!

Całe nauczanie Pana Jezusa było przepełnione nadzieją. Proszę spróbujcie znaleźć w Ewangelii fragment, w którym Jezus mówi, że jest zmęczony, że Jemu się już nie chce, że w ogóle to On nie daje rady, nie potrafi, nie rozumie, że rzuca to wszystko i odchodzi. On tak nigdy nie powiedział i nie zrobił. Dziś także nigdy nam tak nie powie, nie zachowa się w ten sposób wobec nas i nas nie zostawi!

Szczęśliwi są ci wszyscy (a jestem przekonany, iż Ty do nich należysz), którzy trwają przy Jezusie, w Nim pokładają swoją ufność i z Niego czerpią nadzieję! Nie lękajcie się – na pewno się nie zawiedziemy! Często powtarzajmy za ojcem Dolindo ten prosty akt strzelisty Jezu, Ty się tym zajmij!

Niech dobry Bóg Was Kochani Chorzy wraz z Waszymi Rodzinnymi w obfitości błogosławi!

Ks. Łukasz Śniady

DUCH ŚWIĘTY NASZYM PRZYJACIELEM

Wielkim przyjacielem Ducha Świętego był św. Ignacy Loyola. W swoich Ćwiczeniach Duchowych pokazuje drogę do zażyłości z Bogiem: „usunąć wszystkie uczucia nieuporządkowane, a po ich usunięciu – szukać i znaleźć wolę Bożą w takim uporządkowaniu swego życia, żeby służyło dla dobra i zbawienia duszy”.

Autor pierwszego Psalmu pisze, że przyjaźniący się z Duchem Świętym jest „jak drzewo zasadzone nad płynącą wodą, które wydaje owoc w swoim czasie, a liście jego nie więdną: co uczyni, pomysłnie wypada” (Ps 1, 3).

Duch Święty - Trzecia Boska Osoba Trójcy Przenajświętszej jest Przyjacielem, który nie szczędzi darów. Święty Paweł w Pierwszym Liście do Koryntian pisze, że nikt bez pomocy Ducha Świętego nie może powiedzieć: „Panem jest Jezus” (por. 1 Kor 12,3). Często nie zdajemy sobie sprawy z działania Ducha Świętego w naszym życiu. Duch Święty może być sprawcą naszej świętości, dawcą radości i pocieszenia, gdy tylko pozwolimy, by zamieszkał w naszym sercu. Św. Paweł powiedział: „Czyż nie wiecie, żeście świątynią Boga i że Duch Boży mieszka w was?” (1 Kor 3,16). A potem dodaje: „Czyż nie wiecie, że ciało wasze jest świątynią Ducha Świętego, który w was jest, a którego macie od Boga?” (1 Kor 6, 19). Natomiast św. Jan: „Ja zaś będę prosił Ojca, a innego Pocieszyciela da wam, aby z wami był na zawsze - Ducha Prawdy, którego świat przyjąć nie może, ponieważ Go nie widzi ani nie zna. Ale wy Go znacie, ponieważ u was przebywa i w was będzie (J 14, 16-17)

Wszyscy święci przepojeni byli Duchem Świętym. Ich dusze przepelniała radość i pocieszenie. Cuda zapisane na kartach ich żywotów czynione były z pomocą Ducha Świętego. Dzięki sile, jaką ich obdarzył z łatwością znosili cierpienia i pokonywali trudności. Św. Bernard dar mądrości nazwał: „nadprzyrodzonym darem

Ducha Świętego, który umożliwi nam poznanie Boga i radowanie się doskonałą miłością”.

O znaczeniu siedmiu darów Ducha św. opisywałem w poprzednich „Listach do Chorych”, można zajrzeć również do książki *Poznaj Boga i zbliż się do Niego*. Została wydana na podstawie pisanych katechez przeze mnie, (proszę przeczytać str. 87).

Jakże cudowne owoce daje nam Duch Święty (przeczytaj List św. Pawła do Galatów (Ga 5, 22-23).

Zachęcam módlcie się do Ducha Świętego, by stale był obecny w naszym życiu. W Liście św. Pawła do Rzymian czytamy, że „gdy sami nie potrafimy się modlić, sam Duch Święty przyczynia się za nami w błaganiach, których nie można wyrazić słowami” (por. Rz 8,26).

Historia Apostołów wskazuje jaki wpływ ma Duch Święty na ludzkie umysły i serca. Jezus wybrał dwunastu słabych, niewykształconych i prostych ludzi, którzy towarzyszyli Jemu. Słuchali Jego nauk, byli świadkami cudów, które dokonywał Jezus. A jednak nie potrafili pojąć, nie rozumieli istoty Jego nauki. Nie potrafili uświadomić sobie prawd zawartych w nauczaniu Jezusa. Zaszła w nich zmiana podczas Ostatniej Wieczerzy. Jezus zapewnia uczniów, że Duch Święty nauczy ich wszystkiego, przypominając im Jego słowa (por J 14,26). Gdy Duch Święty zstąpił na Apostołów w jednej chwili sprawił, że zrozumieli wszystko o czym nauczał ich Jezus. Uwolnili się od wszystkich obaw i wyruszyli głosić słowa Jezusa.

Duch Święty może być przyjacielem, gdy budujemy bliską relację z Nim. Aby zdobyć Jego przyjaźń należy modlić się i prosić Go o prowadzenie w podejmowaniu decyzji życiowych. Kolejnym krokiem do nawiązania relacji przyjacielskiej z Duchem Świętym jest czytanie i medytowanie Pisma Świętego, regularne uczestniczenie w Eucharystii i innych sakramentach, praktykowanie duchowych ćwiczeń, takich jak medytacja, kontemplacja oraz refleksja nad swoim życiem.

Drodzy, starajcie się żyć w miłości i służyć innym, a wtedy osiągniecie owoce Ducha Świętego: miłość, radość, pokój, cierpliwość, łaskawość, dobroć, wierność, łagodność i opanowanie.

Z rękopisu katechez śp. ks. Tadeusza Baniowskiego TChr

NIEDZIELNE ROZWAŻANIA EWANGELICZNE

4.05.2025

III Niedziela Wielkanocna

J 21,1-19

Pytanie Jezusa: „Dzieci nie macie nic do jedzenia?” zasmuciło uczniów. Nie mieli czym Go ugościć, bo nic nie złowili. Po raz kolejny doświadczają, że bez Jezusa niczego nie mogą. Choć zaangażowani w trud połowu, nie rozpoznają głosu Mistrza, to jednak wiara podpowiada im, aby okazać Mu posłuszeństwa. Wtedy doświadczają znaku mocy Syna Bożego. O to Zmartwychwstały objawia się swoim uczniom w ich codziennym życiu i pracy. To dopiero miłość go rozpoznaje. Najpierw w sercu Jana Apostoła, potem w doświadczeniu miłosierdzia, przez tego, który się Go zaparł. Jezus i mnie nie rozlicza, a jedynie pytał o miłość miłosierdzie spotkaniem z Bogiem, które uczy pokory, abym już nie polega wyłącznie na sobie, lecz dawał się prowadzić Duchowi Świętemu.

11.02.2025

IV Niedziela Wielkanocna

J 10,27-30

Świat chce dziś być obecny w każdym wydarzeniu i życiu każdej osoby, decydować o przekraczaniu kolejnych granic intymności życia człowieka. Jednak w każdym z nas jest lęk przed tym,

aby dać się poznać do końca. Może to po prostu zwykłe poczucie wstydu? Przed Jezusem nie muszę się wstydzić, bo On zna mnie po imieniu, wie doskonale na co mnie stać. On chce, abym na nowo uświadomił sobie, że tylko wtedy stanę się Jego posłuszną owcą, kiedy zrozumie, że jedynie On jest Dobrym Pasterzem. Tylko On może mi dać życie wieczne. On jest moją nadzieją. W jedności z Nim jest moje prawdziwe bezpieczeństwo.

18.05.2025

V Niedziela Wielkanocna

J 13,31-33a.34-35

Już życie wiary jest przebywaniem z Jezusem, wpatrywaniem się w Jego dzieło i naśladowaniem Jego czynów. W tym wszystkim wyraża się chwała, jaką Syn uwielbia Ojca i sam przez Ojca zostaje uwielbiony. Jest w tym także miejsce dla każdego człowieka. Jezus przed odejściem do Ojca pozostawia nam swój testament: przykazanie miłości, którego miarą jest Jego miłość, jaką umiłował każdego z nas. Zostaliśmy umiłowani miłością odwieczną, która nie zna końca. Nie ma też względu na osoby, lecz ogarnia każdego. Nie bój się, że nie dasz rady wykonać tak trudnego testamentu. Jezus ze swoją miłością pozostał z tobą. Chce, abyś razem z nim wchodził na drogę tej niesamowitej przygody uwielbienia Boga w miłości bliźniego. Nie lekceważ żadnej chwili, nie lekceważ drobnych rzeczy: wszystko może być wypełnianiem Jezusowego testamentu.

25.05.2025

VI Niedziela Wielkanocna

J 14,23-29

Wiele osób uzależnia swoje życie wiary od obietnic sformułowanych w różnych „objawieniach” uznanych lub nieuznanych przez Kościół, zapominając lub nie biorąc pod uwagę zapewnień Jezusa pozostawionych w Ewangelii. A przecież te słowa Boga

niosą w sobie moc i gwarancję ich wypełnienia. Jezus daje mi dar Ducha, abym rozumiał Jego słowa i nimi żył. Co więcej, przez ten dar sam Chrystus Zmartwychwstały jest przy mnie obecny. Nie jestem zatem sam, bezradny. Dzięki duchowi dzieło Chrystusa owocuje w moim życiu. On jest nauczycielem, który uczy mnie rozpoznawać to, co się podoba Bogu. Jest miłością, która daje mi moc zachowania Jezusowej nauki. Jest pocieszycielem, który w najtrudniejszych chwilach. Napełnia moje serce prawdziwym pokojem. Czyni ze mnie świątynię, gdzie Bóg przebywa w Trójcy.

1.06.2025

Uroczystość Wniebowstąpienia Pańskiego
Łk 24,46-53

Ziemskie życie Jezusa kończy się wydarzeniem wniebowstąpienia. Jezus krótko przypomina swoim uczniom jaką drogą wiodła ku temu i jaką powierza im misję. Następnie w geście błogosławieństwa rozstaje się z nimi. Z reguły pożegnania są pełne smutku. Może dlatego, że pozostawiają w niepewności co do ponownego spotkania. Skąd więc radość uczniów, bo wstąpienie Jezusa do nieba? „Z wielką radością wrócili do Jeruzalem”. Oni wiedzą, że nie pozostaną sami, że słowo Jezusa się wypełni i że otrzymają obiecaną moc z wysoka. Dzięki Duchowi Świętemu będą mogli głosić ewangelię po krańce ziemi. Teraz kolej na nas – ojczyzna jest w niebie, ale nie można tam zdążyć samemu. Idźmy więc w radości. On spełnia swoją obietnicę również wobec nas.

8.06.2025

Uroczystość Zesłania Ducha Świętego
J 14,15-16.23b-26

Dar zbawienia dociera do każdego człowieka, w każdym czasie pielgrzymowania Kościoła, dzięki darowi Ducha Świętego. On

zapewnia jedność Kościoła i ożywia wiary. On daje poznanie Ojca i Syna. Jest ożywczą wodą, gdy w sercu posłucha i zniechęcenie, gdy życiowe niepowodzenia napełniają duszę smutkiem, a nawet za podstępem szatana, budzi się przekonanie, że Bóg o nas zapomniał. Wówczas potrzeba głośnego wołania do Ducha Świętego. On został dany, aby być pocieszycielem, przypominającym wszystko, co uczynił Jezus, ale także to, że miłość Jezusa nigdy nie ustaje, a moja przynależność do Niego trwa nawet wówczas, gdy słońce przysłaniają gęste chmury. Duch nadziei ożywia wszystko.

15.06.2025

Uroczystość Trójcy Przenajświętszej
J 16,12-15

Dziś człowiek próbuje sam określać co jest prawdziwe, a co nie. Taki subiektywizm poznawczy nie rozwija jednak człowieka, lecz jest źródłem zamętu w świecie. Prawda to nie tylko intelektualny wysiłek stwierdzenia zgodności umysłu z rzeczywistością. Stworzenie nie dochodzi do prawdy, lecz jest do niej przeprowadzane. Boża prawda do jakiej prowadzi Duch Święty, to udział w życiu Boga Jednego w Trzech Osobach. To poznanie i doświadczenie miłości niedostępne jest o własnych siłach. W tę tajemnicę odwiecznego darowania i przyjmowania wprowadza mnie Duch prawdy, który od Ojca i Syna pochodzi. Kontemplacja różnorodności Osób w jedności natury wymyka się logice rozumu. Potrzebuje światła posłusznej wiary oraz ufego przyjęcia całej objawionej prawdy. Aby mógł realizować swoje chrześcijańskie powołanie.

22.06.2025

XII Niedziela zwykła
Łk 9,18-24

Jeśli szczerze spojrzę na swoje życie, to zauważę, że zawsze ktoś ma na nie większy lub mniejszy wpływ. Dobrze, jeśli to osoby

sprawiają, że moje życie staje się bogatsze. Gorzej, jeśli ślepo odwzoruje różne przewijane mody. Naśladować kogoś, to najpierw uznać jego autorytet, zdecydować, że można i warto mu zaufać. Dziś Jezus pytam mnie osobiście, czy On jest dla mnie wystarczającym autorytetem? Nie na podstawie wiedzy z katechizmu, lecz z życia. Odpowiedź tkwi w tym, jak układam swoje życie, według jakich hierarchii prawd żyje? Czy podejmuje trud zapierania się siebie w tym, co koncentruje mnie tylko na sobie samym i zamyka na boże działanie? Czy naśladowuję uczucia Jezusa, Jego sposób myślenia, traktowania drugiego człowieka czy krocza Jego śladem? Idź dalej Jego drogą.

29.06.2025

Uroczystość Apostołów Piotra i Pawła

Mt 16,13-19

Każdy z nas ma swoje niepowtarzalne miejsce w kościele. Zawsze jest ono wejściem w chwalebne dziedzictwo apostołów Piotra i Pawła. Jest wzięciem odpowiedzialności za Kościół w tym czasie i miejscu mojego życia. Czy pomoże mi wiedzę, dlaczego właśnie Jezus wybrał Piotra na epoka kościoła a Pawła na apostoła narodów? Raczej nie. Znamy ich dobre strony, znamy i te słabe. Nie chodzi o to, aby się do nich porównywać i szukać satysfakcji, że wcale nie jestem najgorszy. Wybór jakiego dokonał Jezus był poddyktowany troską o moje zbawienie. Święty Paweł tłumaczy w listach najważniejsze tematy relacji z Bogiem. Święty Piotr, w osobie papieża, troszczy się o wierny przekaz Bożej prawdy. Kościół jest zbudowany na ludziach słabych, ale zbudowany przez Jezusa. Bycie go dobrym narzędziem należy starać się żyć cnotami i chrześcijańskimi, zwłaszcza wiarą i miłością. Wiarą w Jezusa w syna Bożego, którą Piotr wyznał pierwszy, a Paweł głosił poganom. Miłością, która zawsze jest aktualnym prawem życia kościoła.

INTENCJA MIESIĄCA

Wspierajmy się modlitwą, ofiarujmy Bogu swoje cierpienia. Przez Jego Miłosierdzie wypraszajmy potrzebne łaski dla Kościoła i dla samych siebie. Niech nieustannie na naszej drodze do nieba towarzyszą nam Patronki Apostolatu Chorych Rodzina Miłości Miłosiernej – św. S. Faustyna Kowalska i św. Teresa od Dzieciątka Jezus.

Z Dzienniczka S. Faustyny: „Jezu, widzisz, że jestem ani ciężko chora, ani też zdrowa. Wlewasz mi w duszę zapał do czynu, a sił nie mam, pali się we mnie żar Twojej miłości i czego nie mogę dokazać siłą fizyczną, wyrówna miłość”. (Dz 760)

Modlitwy w różnych intencjach:

Prośba o zdrowie:

Boże, proszę Cię o zdrowie dla moich bliskich (Wymień za kogo) Wspieraj ich w trudnych chwilach i daj im siłę do przetrwania chorób oraz przeciwności losu.

Prośba o pokój:

Panie, w tych niespokojnych czasach proszę Cię o pokój w sercach oraz na świecie. Niech Twoja miłość i łaska rozprzestrzeniają się wszędzie tam, gdzie panuje konflikt.

Prośba o mądrość:

Boże, obdarz mądrością w podejmowaniu decyzji dla , pomóż im dostrzegać Boże prowadzenie i rozsądnie wybrać.

Prośba o wsparcie w trudnych chwilach

Panie w chwilach zwątpienia i trudności, proszę Cię o siłę i otuchę dla niech Twoja obecność będzie dla nich pocieszeniem.

Prośba o błogosławieństwo dla rodziny:

Panie, błogosław rodzinie Otaczaj ją swoją miłością i ochroną, aby zawsze mogli być dla siebie wsparciem i źródłem radości.

Prośba o pomoc w nauce:

Boże, proszę Cię o pomoc w nauce dla dzieci i młodzieży, Daj im skupienie, aby osiągnęli swoje cele spełniając swoje obowiązki z radością.

Możesz dostosować te modlitwy do swoich osobistych potrzeb i intencji.

Jednoczmy się duchowo odmawiając akt:

„Panie Jezu, oddaję się Tobie przez Niepokalane Serce Maryi. Przyjmij, proszę, moje cierpienia, modlitwę i pokorną służbę, jako ofiarę przebłagalną za zbawienie całej rodziny ludzkiej. Dopomóż mi w każdej chwili mego życia nieustannie powtarzać: Jezu, ufam Tobie. Amen”.

POZNAJEMY ŚWIĘTYCH**BŁ. JAN BEYZYM – APOSTOŁ TRĘDOWATYCH**

Jan Beyzym urodził się w Beyzymach Wielkich na Wołyniu 15 maja 1850 roku w rodzinie szlacheckiej. Był najstarszym synem z pięciorga dzieci. Kiedy Kozacy spalili dwór, matka wraz z dziećmi przeniosła się do Kijowa. W tym czasie ojciec został zaocznie skazany na karę śmierci za udział w powstaniu styczniowym. Chłopiec wówczas miał 13 lat. Widząc swą matkę w ciężkiej sytuacji, pomagał jej w zajęciach gospodarskich i udzielał korepetycji dzieciom.

Był opiekuńczy wobec młodszego rodzeństwa. Rozpoczął naukę w gimnazjum w Kijowie w latach 1864–1871. Po ukończeniu gimnazjum wstąpił do nowicjatu księży jezuitów w Starej Wsi koło Brzozowa. Święcenia kapłańskie otrzymał w Krakowie z rąk bpa Albina Dunajewskiego w 1881 roku. Przez wiele lat był wychowawcą i opiekunem młodzieży w kolegiach Towarzystwa Jezusowego w Tarnopolu i Chyrowie. Ojciec Beyzym był bardzo wymagający względem siebie, ale łagodny względem chorych i słabych. Będąc w nowicjacie zakonnym w Starej Wsi k. Brzozowa chętnie odwiedzał chorych. Dostrzegał ich potrzeby, umiał cierpliwie słuchać. Był troskliwy wobec wychowanków w kolegium chyrowskim prowadzonym przez jezuitów. Wytrwały i stanowczy w swoich postanowieniach. Miał 48 lat, gdy wyjechał z Krakowa na

misje do Madagaskaru, zabierając ze sobą obraz Matki Bożej Częstochowskiej. W pierwszych latach swej pracy zetknął się z tragicznym położeniem chorych na trąd. Zaczął myśleć o zbudowaniu dla nich nowego szpitala. Do osiągnięcia tego celu potrzeba było bardzo dużo pieniędzy. Jego współbracia gasili w nim apostołski zapał, wtedy im cytował zdanie św. Jana Ewangelisty: „Bracia, nie miłujcie słowem i językiem, lecz czynem i prawdą!”. Jego działania w posłudze dla trędowatych zakorzenione było w głębokiej pobożności i zjednoczeniu z Bogiem. Cechowała go dziecięca wiara i ufność w Bożą opiekę. Wszystkie trudne sprawy powierzał wstawiennictwu Matki Bożej i nigdy się na Niej nie zawiódł! Często powtarzał: To przecież Najświętsza Panna buduje ten szpital, to Jej zależy, żeby powstał! Ojciec Jan był przekonany, że to właśnie Ona, najlepsza Matka Częstochowska troszczy się o jego czarne pisklęta. Szpital został zbudowany z pieniędzy, które przesyłali Polacy z trzech zaborów. Jego otwarcie nastąpiło rok przed śmiercią Ojca Beyzyna. Zmarł 2 października 1912 roku otoczony nimbem bohaterstwa i świętości. Beatyfikacja opiekuna trędowatych odbyła się 18 sierpnia 2002 r., na Krakowskich Błoniach. Beatyfikacji dokonał podczas swej ostatniej pielgrzymki do Polski św. Jan Paweł II. Mówił: „Pragnienie niesienia miłosierdzia najbardziej potrzebującym zaprowadziło błogosławionego Jana Beyzyna – jezuitę, wielkiego misjonarza – na daleki Madagaskar, gdzie z miłości do Chrystusa poświęcił swoje życie trędowatym. Służył dniem i nocą tym, którzy byli niejako wyrzuceni poza nawias życia społecznego. Przez swoje czyny miłosierdzia wobec ludzi opuszczonych i wzgardzonych dawał niezwykle świadectwo Ewangelii. Najwcześniej odczytał je Kraków, a potem cały kraj i emigracja. Zbierano fundusze na budowę na Madagaskarze szpitala pod wezwaniem Matki Boskiej Częstochowskiej, który istnieje do dziś. Jednym z promotorów tej pomocy był św. Brat Albert.

Dobroczynna działalność błogosławionego Jana Beyzyna była

wpisana w jego podstawową misję: niesienie Ewangelii tym, którzy jej nie znają. Oto największy dar: dar miłosierdzia - prowadzić ludzi do Chrystusa, pozwolić im poznać i zakosztować Jego miłości. Proszę was zatem, módlcie się, aby w Kościele w Polsce rodziły się coraz liczniejsze powołania misyjne. W duchu miłosierdzia nieustannie wspierajcie misjonarzy pomocą i modlitwą”.

O. Jan Beyzym jest przykładem, tego jak jedna osoba może znacząco wpłynąć na życie innych. Jego życie skłania nas do refleksji nad tym, jak możemy wykorzystać nasze talenty, czas i zasoby, by nieść pomoc innym. Każdy z nas może być misjonarzem w swoim otoczeniu, działając na rzecz dobra wspólnego i wspierając tych, którzy tego potrzebują.

Elżbieta

SPOTKANIE ZE SZTUKĄ

JEZUS MIŁOSIERNY ZE SZCZECIŃSKIEGO SANKTUARIUM NSPJ



Obraz przedstawia zmartwychwstałego Chrystusa, który wyrusza w stronę współczesnego człowieka z orędziem miłości miłosiernej. Lewą dłoń wskazuje na swoje gorejące Serce, które jest tej miłości widocznym znakiem i symbolem. Na wyciągniętej do przodu prawej, otwartej dłoni widnieje rana po ukrzyżowaniu. Ta dłoń szuka Twojej – Sostro i Bracie – dłoni, tak jak Jego spojrzenie szuka Twojego wzroku. Prawa dłoń jednocześnie wskazuje na umieszczone poniżej Obrazu tabernakulum, przypominając, że Namiot Spotkania nie jest pozbawiony Bożej Obecności, nie jest pusty. Lekko rozchylające się usta robią wrażenie, jakby powstawało na nich pierwsze słowo, które Zmartwychwstały właśnie zamierza wypowiedzieć do wciąż pełnych lęku uczniów: Pokój wam. Nie bójcie się! W twarzy Chrystusa znajdziesz jeszcze prawie niewidocznie ściągnięte brwi – to znak skupienia i wyczerpanej uwagi, najgłębszej troski i wrażliwości na wszystko, z czym do Niego przychodzisz.

W sierpniu 2013 r., pani Maria Samborska zgodziła się namalować nowy obraz przeznaczony do Sanktuarium NSPJ w Szczecinie. Obraz miał być cztery razy większy od dotychczasowego obrazu Serca Jezusowego namalowanego przez Adolfa Hylę.

Prace rozpoczęły się w październiku 2013 r. i trwały do połowy maja 2014 r. Pod koniec maja obraz trafił do Szczecina.

PORADNIK

NEUROBIK, ZADBAJ O KONDYCJĘ MÓZGU



Kiedy zaczynamy zauważać, że wszystko nam ucieka z głowy, że nie możemy sobie przypomnieć nazwiska aktora, którego właśnie widzimy w oglądanym filmie, kiedy zapominamy o ważnym spotkaniu, idziemy po jakąś rzecz z pokoju do kuchni a w międzyczasie zapominamy co to było, możemy podejść do tego pół żartem i powiedzieć wszystko mi ucie-

ka z głowy, coś się z nią dzieje. Ale możemy podejść do tego bardziej serio, bo niezbyt dobra pamięć to postępująca utrata funkcji umysłowych.

Drobne luki pamięciowe zaczynamy zauważać koło 40, 50 roku życia. Są to z reguły drobnostki i nie przywiązujemy do nich większej wagi. Trochę obśmiewamy i najchętniej zapominamy o tych drobnych wpadkach. Ale dobrze byłoby, gdyby wzbudziły naszą czujność i zmusiły do zwiększonej aktywności głowy i umysłu.

Przychodzi obawa, że staniemy się podobni do osób, które znamy, a które już przejawiają (poprzez starzenie) problemy z percepcją (uwaga) i pamięcią.

Przeprowadzane badania nad problemami pamięci, zapomnienia, braku uwagi i koncentracji wskazują na możliwość zastosowania pewnych technik, które pomagają utworzyć i zachować odpowiedzialne za pamięć połączenia w mózgu.

Włączenie tych nowych strategii działania do codziennych zajęć może okazać się pomocne w radzeniu sobie z osłabianiem

sprawności umysłowej. W 1998 roku odkryto, że w mózgach dorosłych ludzi powstają nowe komórki nerwowe. Za spadek sprawności umysłowej odpowiedzialne jest przerzedzenie się skomplikowanej sieci dendrytów czyli wypustek komórek nerwowych, które bezpośrednio odbierają i przetwarzają informacje napływające od innych komórek tworząc podstawy pamięci.

Dendryty odbierają informacje za pośrednictwem synaps. Jeżeli nie będziemy dostatecznie często używali tych połączeń dendryty mogą zanikać, co z kolei zmniejszy zdolność mózgu do zapamiętywania nowych i wydobywania z pamięci starych informacji.

Najnowsze odkrycia i metody obrazowania mózgu pokazują, że starzejący się mózg zachowuje niezwykłą zdolność wzrostu, adaptacji i zmian wzorców połączeń.

Odkrycia te są podstawą do nowej metody ćwiczeń mózgu. Podobnie jak biegi, spacer, gimnastyka pomagają utrzymać dobrą kondycję fizyczną, tak neurobik może pomóc w utrzymaniu kondycji umysłowej.

Ćwiczenia zaplanowano w sposób zachęcający nas do dostarczenia mózgowi różnych nieoczywistych i wykraczających poza rutynę i schemat doświadczeń, angażujących wszystkie zmysły: wzrok, słuch, dotyk, smak, węch oraz odczucia emocjonalne.

Neurobik różni się od praktykowanych ćwiczeń umysłowych takich, jak zagadki logiczne, zadania pamięciowe czy różnego rodzaju testy. Zachowania rutynowe są prawie podświadome do ich wykonania potrzeba minimum energii umysłowej, co nie zapewnia naszemu mózgowi dostatecznej liczby okazji do ćwiczeń.

Zdolność kory mózgowej do tworzenia nowych skojarzeń pozostaje w znacznym stopniu niewykorzystana. Przykładem jest tu chodzenie do pracy zawsze jedną i tą samą drogą.

Co robić, aby obejść rutynę? Od czasu do czasu zamienić ręce przy wykonywaniu danej czynności. Jeśli dominującą ręką jest prawa,

umyć zęby szczoteczką trzymaną w lewej ręce. Zapnijmy guziki używając tylko jednej ręki. A teraz, żeby wszystkiego nie podawać na tacy, zachęcam do poszukiwania ćwiczeń neurobiku i co ważniejsze do rozpoczęcia treningu umysłu.

Aleksandra Burba

JAK CHRONIĆ SWOJE DANE

PORADY DLA SENIORÓW I NIE TYLKO



Poniżej przedstawiamy kilka porad, dzięki którym seniorzy, ale i inne osoby w dużym stopniu uchronią się przed wykorzystaniem danych osobowych.

1. Uważaj na to, co i komu udostępniasz o sobie

Nie udostępniaj pochopnie danych osobowych nieznanym osobom i podmiotom. Nie bój się pytać, kim są, co uprawnia ich do pozyskiwania Twoich danych, po co je zbierają. Rozmyślnie dysponuj swoimi danymi, w szczególności w mediach społecznościowych, które mogą być kopalnią wiedzy o Tobie czy Twojej rodzinie. Dla przykładu unikaj publikowania zdjęć dokumentów.

2. Nie podawaj danych przez telefon, gdy nie jesteś pewien, że to konieczne

Unikaj przekazywania danych telefonicznie – szczególnie, gdy to nie Ty inicjujesz rozmowę, ale ktoś dzwoni do Ciebie. Udostępnianie danych na odległość obarczone jest ryzykiem, brakiem pewności co do tego, komu faktycznie dane są przekazane. Nie daj się

zaskoczyć, sprowokować do udostępniania danych wbrew Twojej woli, dla nieznanym, niewyjaśnionych przez rozmówcę celów. Upewnij się, komu faktycznie udostępniasz dane w trakcie rozmowy telefonicznej, a jeżeli trzeba zweryfikuj kontakt, np. oddzwaniając samemu do podmiotu, który się z Tobą kontaktuje i sprawdź, czy dany numer i osoba, która z Tobą rozmawiała, faktycznie reprezentuje np. dany urząd lub firmę.

3. Uważaj na różne formularze, poprzez które udostępniasz dane

Zachowaj rozwagę przy wypełnianiu i podpisywaniu różnego rodzaju ankiet, formularzy czy umów. Szczególnie w Internecie można natknąć się na konkursy, przygotowane przez oszustów, podszywających się pod realnie działające podmioty, które pod pretekstem, przesłania Ci nagrody, np. bonu zniżkowego, chcą wyciągnąć od Ciebie jak najwięcej danych. Pod żadnym pozorem w takich „konkursowych” formularzach nie podawaj danych z kart kredytowych czy płatniczych.

4. Nie podawaj wszystkich danych

Nie podawaj danych, które pozwalają na pełną identyfikację, jeżeli w danej sytuacji nie jest to konieczne. Jeśli musisz skorzystać z danej usługi, to podaj tylko dane niezbędne do jej wykonania – dobrze przemyśl przekazanie tych informacji, które możesz podać opcjonalnie.

5. Nie wyrażaj zgody pochopnie

Wypełniając formularz, zanim zaznaczysz wszystkie zgody, upewnij się, czego dotyczą. Zwróć uwagę, czy w formularzu zgody nie są zaznaczone domyślnie. Zgodnie z prawem nie powinno tak być. Dokładnie też czytaj, czego dotyczą klauzule zgód. W przypadku wątpliwości, zadawaj pytania podmiotom, które dały Ci

formularz do uzupełnienia. Powinny Cię poinformować o okresie przez jaki dane będą przetwarzane oraz o przysługujących Ci prawach, a także, czy Twoje dane będą komuś innemu przekazywane. Pamiętaj, że wyrabiając kartę lojalnościową, często udzielasz zgód na wykorzystywanie danych w celach marketingowych nie tylko administratora, ale i jego partnerów biznesowych. O ile możesz, zweryfikuj, kim oni są, jakie to są firmy i ile ich jest, gdyż krąg podmiotów, którym udostępnione są dalej dane potrafi być bardzo szeroki. Zgody na tzw. „cudzy” marketing nie mogą być obowiązkowe – powinna być Ci pozostawiona możliwość wyboru co do tego, czy taką zgodę wyrazisz.

6. Sprawdź strony internetowe, z których korzystasz

Zachowaj ostrożność także przy korzystaniu z usług bankowości elektronicznej i dokonywaniu zakupów przez Internet. Zwracaj uwagę, czy aby na pewno logujesz się do serwisu bankowości internetowej ze strony banku, która ma certyfikat SSL (widoczny w pasku adresu przeglądarki). Zwróć też uwagę czy w pasku internetowego adresu banku jest właściwy adres, czy nie ma przypadkiem innych liter, cyfr itp.

7. Używaj programów chroniących komputer

Korzystasz z komputera, tableta, smartphona? Używaj oprogramowania chroniącego komputer i urządzenia mobilne przed niepożądanymi działaniami z zewnątrz, np. złośliwego oprogramowania. Oprócz popularnych programów antywirusowych przydatne mogą być również te, które zabezpieczą przed ingerencją z zewnątrz tzw. firewall i weryfikują otwierane przez Ciebie strony internetowe czy pobierane aplikacje.

8. Zadbaj o silne hasła

Dla własnego bezpieczeństwa warto stosować różne hasła do różnych systemów i nie udostępniać ich innym osobom. Dobrze jest, aby nie miały one nic wspólnego z Twoimi życiem osobistym, miejscem zamieszkania, Twoim imieniem i nazwiskiem, datą urodzin, imionami Twoich bliskich czy Twoich zwierząt itp. Im jest częstsza zmiana haseł, tym ryzyko, że ktoś je pozna maleje.

9. Zastrzeż PESEL

Skorzystaj z możliwości zastrzeżenia numeru PESEL. Dopóki będzie zastrzeżony, to nawet w przypadku, gdy ktoś będzie dysponował kompletem danych na Twój temat wraz z numerami dokumentów tożsamości i numerem PESEL, to i tak nie zaciągnie na Ciebie żadnych zobowiązań. A gdyby do tego w jakiś sposób doszło, pomimo zastrzeżonego numeru PESEL, to np. bank nie będzie mógł domagać się od Ciebie spłaty takiego zobowiązania. Zastrzec PESEL możesz: w aplikacji mObywatel; w serwisie internetowym mObywatel, w urzędzie gminy.

Gdzie można zwrócić się o pomoc:
Infolinia UODO
606-950-000

KĄCIK POEZJI

„Modlitwa do Matki o błękitnych oczach”

Ku Twoim błękitnym oczom
Błagalne prośby spojrzeniem swym ślę
W nich pewna droga ku niebiosom
Co do Jezusa zaprowadzi mnie.

Wpatrując się w nie dnia każdego - wytrwam
Choć nie raz przyjdzie pod górę mi iść
Niech mnie o Matko wspiera twa modlitwa
I Twoje serce aż po kres mych dni.

Wiedząc, że sama wiele nie osiągnę
Od Ciebie co dzień uczę się jak żyć
Patrząc w Tve oczy tak piękne i mądre
Co o Bożej Miłości wciąż mówią mi.

Pozwól mi Matko z Twych oczu zaczerpnąć
Siłę i piękno abym mogła żyć
Czując się słabą przed Jezusem klęknać
By Jego mocą znowu mocną być

Pamiętam, że Tve oczy płakać mogą
I być bardzo smutne i pełne łez
Niechaj będzie Matko to dla mnie przestroga
Bo te łzy wyciska z Twych oczu mój grzech.

Wiem, że tylko w Tobie jest radość prawdziwa
Co szczerze i pokornie umie cieszyć się
Ona nie jest zarozumiała i krzykliwa
Tylko takiej radości promykiem być chcę.

Wierzę, że kiedyś w niebie
Ujrzę Tve oczy niebieskie
Żyć będę blisko Ciebie
I cieszyć się Tobą wiecznie.

Basia Polińska

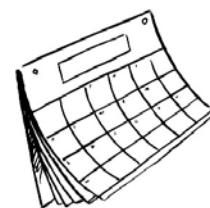
UŚMIECHNIJ SIĘ, A POCZUJESZ SIĘ LEPIEJ

Bliźniaki wracają ze szkoły i od progu wołają: - Mamo, mamo! Wygrałaś konkurs klasowy „Czyja mama jest najpiękniejsza?”

Wszyscy głosowali na swoje własne mamy, ale tylko Ty dostałaś dwa głosy...

Na lekcji religii ksiądz pyta się dzieci. Które z was chce iść do nieba? Wszystkie dzieci poza Jasiem podnoszą ręce do góry, więc ksiądz pyta: A ty Jasiu, nie chcesz iść do nieba? Nie mogę, obiecałem mamie, że zaraz po lekcjach wrócę do domu.

ZAPROSZENIA



31 maja 2025

MAJOWA PIELGRZYMKA

NIEPEŁNOSPRAWNYCH, ICH RODZIN
I PRZYJACIÓŁ



Zapraszamy do udziału w Archidiecezjalnej Pielgrzymce Chorych, Niepełnosprawnych i Rodzin oraz Przyjaciół Apostolatu do Sanktuarium Dzieci Fatimskich

Spotykamy się w Sanktuarium Dzieci Fatimskich Osiedle Kasztanowe 85), w którym rozpoczniemy adoracją Najświętszego Sakramentu i nabożeństwem majowym.

Następnie z tego miejsca pielgrzymka piesza (wolnym spacerkiem) idziemy do kościoła pw. pw. Przemienienia Pańskiego Szczecin Załom ul. Łąkowa 2. Tam o godzinie 14:00 będzie Msza św. koncelebrowana pod przewodnictwem Abp Wiesława Śmigła.

Po uczcie duchowej biesiada dla ciała.

Zapraszamy do udziału w corocznej majowej pielgrzymce i proszę o zgłoszenia: 503 600 523 (Elżbieta Palczak).

