

Dziękujemy! 20 lat Gazety Informator Pielgrzymia

Informator

www.pielgrzym.com.pl
ukazuje się od 1997 r.

PIELGRZYMA

WYDANIE OKOLICZNOŚCIOWE

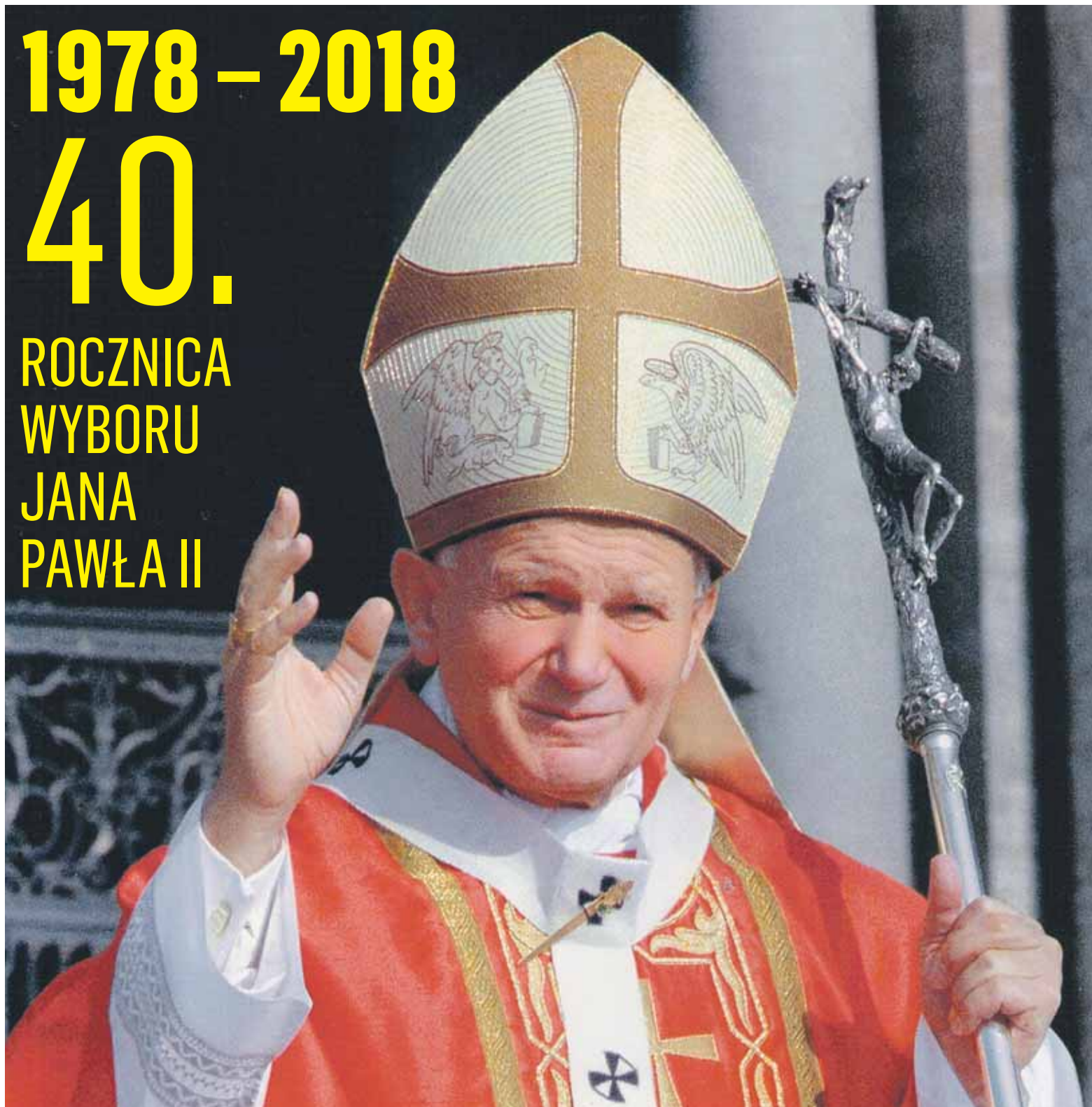
EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

nr 1 (253) 2018 r. // ISSN 1429-9437

1978 – 2018

40.

ROZNIKA WYBORU JANA PAWŁA II



Rocznica wyboru Papieża Polaka

W bieżącym roku przypada 40. rocznica wyboru Jana Pawła II. 16 października 1978 roku, o godzinie 18.18 znad Kaplicy Sykstyńskiej na placu świętego Piotra w Rzymie uniósł się biały dym. Był to znak, że kardynałowie zgromadzeni na konklawe wybrali następcę świętego Piotra. Okazał się nim kardynał Karol Wojtyła z Polski.

Kard. Karol Wojtyła do Kaplicy Sykstyńskiej wszedł jako ostatni, a trzeba wiedzieć, że po zamknięciu wrót Kaplicy do środka nie wpuszcza się nikogo, nawet kardynałów...

Podobno podczas konklawe, prymas Polski kard. Stefan Wyszyński szepnął kardynałowi Wojtyłcie: „Jeśli wybiorą, proszę nie odmawiać...”. Wybrany w trzecim dniu konklawe kardynał Karol Wojtyła był pierwszym od 455 lat papieżem spoza Włoch. Oficjalna inauguracja pontyfikatu odbyła się w niedzielę 22 października.

W Trzecie Tysiąclecie

Konklawe zapadło w serce i pamięć Jana Pawła II. Wspomnienia z tego doniosłego wydarzenia zamieścił nawet w swoim testamencie: „Kiedy w dniu 16. października 1978 konklawe kardynałów wybrało Jana Pawła II, Prymas Polski kard. Stefan Wyszyński powiedział do mnie: ‘zadaniem nowego papieża będzie wprowadzić Kościół w Trzecie Tysiąclecie’. Nie wiem, czy przytaczam to zdanie dosłownie, ale taki z pewnością był sens tego, co wówczas usłyszałem. Wypowiedział je zaś Człowiek, który przeszedł do historii jako Prymas Tysiąclecia. Wielki Prymas. Byłem świadkiem Jego posłannictwa, Jego heroicznego zawierzenia. Jego zmagani i Jego zwycięstwa”.

Pełne, oficjalne i uroczyste określenie urzędu, na jaki wybrano kard. Wojtyłę brzmiało: „Jego Świątobliwość Ojciec Święty Jan Paweł II, Biskup Rzymski, Namiestnik Pana Naszego Jezusa Chrystusa, Następca Księcia Apostołów, Najwyższy Kapłan Kościoła Katolickiego, Patriarcha Zachodu, Prymas Italii, Arcybiskup i Metropolita Rzymskiej Prowincji Kościelnej, Suwerenny Władca Państwa Watykańskiego, przedtem Arcybiskup i Metropolita Krakowski Karol Kardynał Wojtyła”.

Ówczesny metropolita krakowski został wybrany w ósmym głosowaniu, większością 99 głosów (spośród 111 wszystkich uczestników konklawe). Wynik konklawe był absolutną światową sensacją. Papież z Polski był pierwszym następcą św. Piotra, który miał za sobą



FOT. WIKIMEDIA COMMONS

tak liczne doświadczenia: poety i aktora, filozofa i robotnika, duszpasterza młodzieży i biskupa... Znał biegle sześć języków, lubił sploty kajakowe i uprawiał narciarstwo.

Biały dym

Konklawe rozpoczęło się po południu 14 października 1978 roku, ponad dwa tygodnie po śmierci papieża Jana Pawła I, który biskupem Rzymu był zaledwie przez 33 dni.

16 października rano kardynał Koenig oficjalnie przedstawił kandydaturę arcybiskupa Krakowa. Znał słowa, jakie miał wówczas wypowiedzieć w Kaplicy Sykstyńskiej: „Kardynał Wojtyła ma dopiero 58 lat, ale to nie powinno być przeszkodą; przeciwnie – wiele zyskałby na tym Kościół”.

Biały dym, zwiastujący wybór papieża, pojawił się nad Kaplicą Sykstyńską o godzinie 18.18.

O godzinie 18.44 na balkonie bazyliki pojawił się kardynał Pericle Felici, który wypowiedział historyczne słowa: „*Habemus Papam – Eminentissimum ac Reverendissimum Dominum. Dominum Carolum Sanctae Romanae Ecclesiae Cardinalem Wojtyla qui sibi nomen imposuit Ioannis Pauli Secundi* (Zwiastuję wam radość wielką, mamy papieża w osobie najdosłowniejszego i najczcigodniejszego Pana Karola, kardynała Świętego Kościoła Rzymskiego, Wojtyły, który przybrał sobie imię: Jan Paweł II)

Po godzinie 19. nowy papież wyszedł na balkon bazyliki świętego Piotra i wygłosił pierwsze przemówienie do wiwatujących tłumów. Powiedział wtedy: „Jeszcze przeżywamy wielki smutek z powodu śmierci naszego ukochanego papieża Jana Pawła I, a oto najdosłowniejsi kardynałowie już powołali nowego biskupa Rzymu. Powołali go z dalekiego kraju, z dalekiego, lecz zawsze tak bliskiego przez łączność w wierze i tradycji chrześcijańskiej”. I dodał: „Bałem się przyjąć ów wybór, jednak przyjąłem go w duchu posłuszeństwa dla Pana naszego Jezusa Chrystusa i w duchu całkowitego zaufania Jego Matce, Najświętszej Maryi Pannie”.

Pontyfikat Jana Pawła II od pierwszych dni pelen był zachowań, słów i gestów, które odmieniły oblicze papiestwa w oczach świata, przybliżając je do zwykłych ludzi. Już pierwszego dnia po wyborze Ojciec Święty zdecydował się na rzecz nie do pomyślenia przez poprzedników: opuścił mury Watykanu by udać się do szpitala Gemelli w odwiedziny do chorego przyjaciela, kard. Andrzeja Deskura.

W liście do wiernych ogłoszonym tydzień po swym wyborze papież napisał między innymi: „Wiercie mi, że udając się do Rzymu na konklawe, najbardziej pragnąłem wrócić do mojej umiłowanej Archidiecezji i do Ojczyzny. Skoro jednak inna była wola Chrystusa Pana, zostaję i podejmuję to nowe posłannictwo, które mi wyznaczył”.

Natomiast w homilii podczas Mszy św. z okazji 25. rocznicy pontyfikatu, 16 października 2003 r. Papież wyznał, że w momencie wyboru silnie odczuł w swym sercu pytanie, jakie skierował Jezus do Piotra: „Milujesz Mnie, czy milujesz Mnie więcej aniżeli ci?” (J 21, 15–16); i dodał: „Każdego dnia odbywa się w moim sercu ten dialog, a w duchu wpatruję się w to łaskawe spojrzenie zmartwychwstałego Chrystusa, które ośmiela, aby jak Piotr ze świadomości swej ludzkiej ułomności ze spokojem odpowiadał: ‘Panie, Ty wiesz... Ty wiesz, że Cię kocham, a potem podejmować zadania, jakie On sam przed nami stawia”.

Pontyfikat pełen rekordów

Jan Paweł II wywarł szczególny wpływ na losy Kościoła i całego świata, między innymi przyczynił się do upadku komunizmu. Angażował się w działania na rzecz porozumienia między wyznawcami chrześcijaństwa, judaizmu oraz islamu. Był pierwszym papieżem, który odwiedził kościół protestancki oraz synagogę,

ZAPRASZAMY

na portal www.pielgrzym.com.pl Drogi Czytelniku, znajdziesz w nim aktualne wydania „Informatora Pielgrzymia” i „Szlaku Wiary”. Dostępne są także numery archiwalne. Zapraszamy do miłej lektury. Redakcja.



FOT. WIKIMEDIA COMMONS

a także rozpoczął publiczny dialog z muzułmanami. Po trwającym 1500 lat sporze doprowadził do pogodzenia z Kościołem Ormiańskim. Był też autorem pierwszej encykliki ekumenicznej „Ut unum sint”.

W ciągu 22 lat sprawowania swego urzędu Jan Paweł II spędził w podróży 902 dni 2 godziny i 5 minut, co stanowi 11 proc. jego pontyfikatu. Przebył w tym czasie 1 179 810 kilometrów, czyli prawie 30 razy okrążył Ziemię i trzykrotnie pokonał odległość między naszą planetą a Księżycem.

Ojciec Święty odbył ogółem 250 podróży – 92 zagraniczne i 138 na terenie Włoch.

Odwiedził 122 kraje, łącznie 850 miejscowości. We Włoszech i za granicą wygłosił 3167 przemówień.

Najdłużej trwała 32. podróż apostolska, w 1986 roku, na której trasie (rekordowej długości prawie 49 tysięcy kilometrów) znalazły się Bangladesz, Singapur, Fidzi, Nowa Zelandia, Australia i Seszele. Pielgrzymka ta trwała 13 dni, 6 godzin i 15 minut. O niecałe dwie godziny krótsza była odbyta rok później podróż do Urugwaju, Chile i Argentyny. Krajem, w którym Papież był najkrócej – tylko 5 godzin – była Republika San Marino (1982 r.). Rekord padł również podczas

9-dniowej pielgrzymki do Irlandii i USA w 1979 roku; Jan Paweł II wygłosił wtedy 76 przemówień!

Po 22-letnim pontyfikacie (8036 dniach) Jan Paweł II znajduje się na szóstym miejscu wśród najdłużej panujących następców św. Piotra. Na pierwszym miejscu jest bł. Pius IX (31 lat i 7 miesięcy).

Kanonizacja naszego Rodaka

Jan Paweł II zmarł 2 kwietnia 2005 roku w wieku 84 lat. Został pochowany w Watykanie.

Kilka tygodni po jego śmierci, papież Benedykt XVI ogłosił, że korzystając z przysługującego mu prawa, przyspieszył rozpoczęcie procesu beatyfikacyjnego swego poprzednika. Była to odpowiedź głowy Kościoła Katolickiego na wołanie tysięcy wiernych podczas pogrzebu Jana Pawła II, skandujących „Santo subito!”, czyli „Święty natychmiast!”. Życzenie wiernych spełniło się 27 kwietnia 2014 r.

Proces kanonizacyjny nie należał do najłatwiejszych. Dużą trudnością był dostęp do archiwów watykańskich. Część dokumentów nie mogła być ujawniona, trzeba było docierać do świadków, którzy byli obecni przy ich powstawaniu. Pewnym kłopotem, zwłaszcza na początku prac, było też duże zainteresowanie medialne.

Kanonizacja papieża powinna być zobowiązaniem dla całego polskiego narodu: zwłaszcza dziś, gdy patriotyzm i duma z ojczyzny są często dewaluowane. Ojciec Święty był dumny ze swojej polskości. Jego wypowiedzi na temat ojczyzny i tradycji były wołaniem, żebyśmy „jeszcze raz przyjęli to całe dziedzictwo, któremu na imię Polska”.

Liturgiczne wspomnienie papieża Polaka przypada 22 października, czyli w rocznicę inauguracji jego pontyfikatu. 16 października, decyzją Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej, jest obchodzony Dzień Papieża Jana Pawła II.

Pamiętamy!

W sercach rodaków obecność Jana Pawła II jest ciągle żywa. Pamięć o jednym z najwybitniejszych Polaków w dziejach naszego narodu intensywniej ożywa każdego roku w niedzielę poprzedzającą dzień wyboru na stolicę Piotrową, a także w rocznicę tego dnia. Wszystkim zależy, by nauczanie i dokonania Jana Pawła II nadal były wzorem i światłem dla kolejnych pokoleń. Dlatego odbywają się Msze św. dziękczynne, czuwania modlitewne, koncerty i wystawy, ukazują się nowe publikacje.

„Proszę was! Bądźcie ze mną! Na Jasnej Górze i wszędzie! Nie przestawajcie być z papieżem, który dziś prosi słowami poety: «Panno Święta, co Jasnej bronisz Częstochowy i w Ostrej świecisz Bramie» – i do was kieruję te słowa w takiej niezwyklej chwili” – powiedział Jan Paweł II, w Watykanie, 22 października 1978 r.

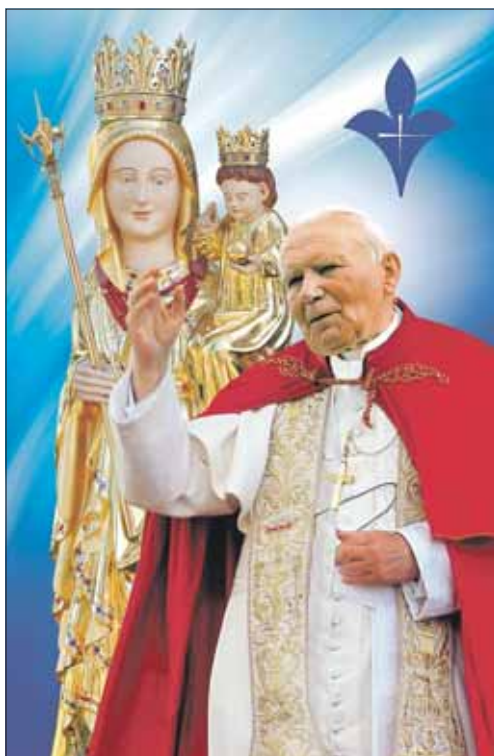
To wezwanie dla każdego z nas. Nadal możemy być przy nim – w modlitwie i wierności jego nauczaniu. Warto się zagłębić w jego myśli. Trzeba spróbować odczytać jego intencje i naśladować jego ducha.

ALEKSANDRA LISOWSKA

Nie lękajcie się!

„Rany boskie” – miał powiedzieć I sekretarz Komitetu Centralnego Polskiej Zjednoczonej Partii Robotniczej, gdy wieczorem 16 października 1978 roku usłyszał w telefonicznej słuchawce informację, iż krakowski kardynał Karol Wojtyła został wybrany papieżem. Wkrótce wiadomość o tym dotarła do milionów Polaków, a z kościelnych wież rozległy się radosne dźwięki dzwonów. Było oczywiste, że rozpoczął się nowy etap w historii, ale nikt nie przypuszczał, że tak szybko nastąpi upadek sowieckiego imperium i jego ideologii, co stało się jedną z konsekwencji tego pontyfikatu.

Papież przybywał z kraju, który we wrześniu 1939 roku padł ofiarą hitlerowskiego i komunistycznego totalitaryzmu, a po wojnie – zdradzony przez Zachód – i wydany podobnie jak połowa Europy na pastwę tego ostatniego. Ofiarami komunizmu było już wtedy kilkadziesiąt milionów istnień. System ten nie tylko zabijał, ale wyjątkowo skutecznie uderzał w ludzkie dusze dążąc do stworzenia nowego człowieka. Kościół nie miał złudzeń, co niesie za sobą ten system. Już na dwa lata przed ogłoszeniem Manifestu Komunistycznego, Pius IX w ogłoszonej w 1846 roku piisał: „Należy tu ohydna, a samemu prawu przyrodzonemu przeciwna nauka tzw. komunizmu, która gdyby się ją przyjęło, stałaby się zupełnie ruiną wszystkich praw, instytucji i własności, a nawet społeczeństwa samego”. To wtedy Pius XI, 19 marca 1957 roku ogłosił encyklikę „Divini Redemptoris” – „O bezbożnym komunizmie, jako fałszywym ideale sprawiedliwości, równości i braterstwa.” Po raz pierwszy, w oficjalnym dokumencie Kościoła, system ten został tak dogłębnie przeanalizowany i jednoznacznie potępiony. Tymczasem już dziesięć lat później ideologia ta została zaprowadzona na czołgach Stalina w połowie Europy. Jej ofiarą stała się także Polska – wyniszczona stratą elity narodu mordowanej przez Niemców i Sowieców, utratą połowy swego terytorium, zniszczeniem stolicy, wieloletnią emigracją – została poddana kolejnej niewoli. Po fizycznej likwidacji politycznej opozycji i niepodległościowego podziemia nadszedł czas na rozprawę z Kościołem katolickim. Z tych zmagania – mimo aresztowania Prymasa Tysiąclecia ks. kard. Stefana Wyszyńskiego – polski Kościół wyszedł zwycięsko. Jasnogórskie Słuby Narodu w 1956 roku i następnie Wielka Nowenna Narodu wieńczona uroczystościami milenijnymi w tysiąclecie chrztu Polski była tego ilustracją. Jednocześnie kolejne wolnościowe zrywy w 1956, 1968, 1970 czy 1976, często krwawo pacyfikowane przez wojsko i milicję, dowodziły, iż wielu Polaków nadal jest gotowych płacić dużą cenę za



FOT. ARCH. SANKTUARIUM W LUDZMIERZU

pragnienie wolności. Wolności, której jedyną ostoją w latach komunizmu w Polsce był właśnie Kościół katolicki.

„Niech zstąpi Duch Twój!...”

Tymczasem w latach siedemdziesiątych XX wieku Związek Sowiecki rozszerzał swe panowanie instalując podległe sobie rządy w Ameryce Południowej, Afryce, Azji, a w zachodniej Europie mwogący liczyć na wsparcie licznych środowisk oglupionych lewackimi ideologiami finansowanymi przez KGB. Pamięć o wolnościowych zrywach Węgrów w 1956 roku oraz Czechów i Słowaków w 1968 zdławionych sowieckimi czołgami studziła wolnościowe aspiracje wewnątrz imperium odbierając nadzieje na zmiany. W takich warunkach w PRL dojrzewało pokolenie nie znające, wolności, urodzone już w systemie pozbawionym podstawowych praw i wolności. Rządy sprawowała niepodzielnie jedna, komunistyczna partia – Polska Zjednoczona Partia Robotnicza, realizująca interesy Moskwy, której podporządkowano wszystkie sfery życia, narzucając ideologię materialistyczną, zwalczając religię i szykanując osoby wierzące. Społeczeństwo, pogrążone w moralnym kryzysie żyło bez nadziei na poprawę swego położenia. Wybór ks. kard. Karola Wojtyły na Stolicę Piotrową przynosił przede wszystkim nadzieję. Przybierając imię Jana Pawła II, obok Piusa XI i Piusa XII, był jednym z trzech papieży, którzy osobiście doświadczyli, czym jest komunizm. Ale to Papież z Polski odegrał

decydującą rolę w pokonaniu komunistycznej ideologii.

Wyjątkowym doświadczeniem stała się jego pierwsza pielgrzymka do ojczyzny w czerwcu 1979 roku. Już na warszawskim lotnisku Okęcie powiedział: „Ucałowałem ziemię polską, z której wyrosłem. Ziemię, z której wezwał mnie Bóg – niezbadanym wyrokiem swojej Opatrzności – na Stolicę Piotrową w Rzymie. Ziemię, do której przybywam dziś jako pielgrzym. Pozdrawiam was w imię Chrystusa, tak jak nauczyłem się pozdrawiać ludzi tutaj w Polsce.” Symbolem tej wizyty stało się profetyczne zawołanie spod ogromnego krzyża ustawionego na placu im. Piłsudskiego (wtedy Zwycięstwa) w centrum stolicy komunistycznego państwa 2 czerwca 1979 roku: „Niech zstąpi Duch Twój! I odnowi oblicze ziemi. Tej Ziemi!”. Nim to jednak nastąpiło Polacy usłyszeli: „Otóż nie sposób zrozumieć dziejów narodu polskiego – tej wielkiej tysiącletniej wspólnoty, która tak głęboko stanowi o mnie, o każdym z nas – bez Chrystusa. Jeśli byśmy odrzucili ten klucz dla zrozumienia naszego Narodu, narazilibyśmy się na zasadnicze nieporozumienie. Nie rozumielibyśmy samych siebie. Nie sposób zrozumieć tego Narodu, który miał przeszłość tak wspaniałą, ale zarazem tak straszliwie trudną – bez Chrystusa”. W Gnieźnie – kolebce państwowości polskiej – Jan Paweł II przypomniał chrześcijańskie korzenie wschodniej Europy zniewolonej przez komunizm i wskazał na konieczność powrotu do nich. Na Jasnej Górze wyjaśniał, czym jest to sanktuarium Narodu. „Trzeba usłyszeć echo całego życia Narodu w sercu Jego Matki i Królowej! A jeśli bije ono tonem niepokoju, jeśli odzywa się w nim troska o wołanie o nawrócenie, o umocnienie sumień, o uporządkowanie życia rodzin, jednostek, środowisk – trzeba przyjąć to wołanie. Rodzi się ono z miłości matczynej, która po swojemu kształtuje dziejowe procesy na polskiej ziemi. (...) Tak, więc słowo niewola, które nas zawsze boli, w tym jednym miejscu nas nie boli. W tym jednym odniesieniu napelnia nas ufnością, radością posiadania wolności! Tutaj zawsze byliśmy wolni!”. Ojciec Święty w przejmujący sposób prosił: „O jakże bardzo pragnę ja, który życie, wiarę i język zawdzięczam polskiej rodzinie, aby rodzina ta nie przestawała być Bogiem silna. Ażeby przezwyciężała wszystko, co ją osłabia i rozbija – wszystko, co nie pozwala jej być prawdziwym środowiskiem życia i miłości.”

O rodzinę Bogiem silną

Na Jasnej Górze spotkał się również z pielgrzymami ze Śląska i Zagłębia, do których wtedy nie mógł przybyć gdyż nie zgodzili się na to komuniści. „Nie dajcie się uwieść pokusie, że człowiek może odnaleźć siebie, wyrazić siebie, odrzucając Boga, wykreślając modlitwę



FOT. ARCHIWUM CALARIANUM

ze swego życia, pozostając przy samej tylko pracy w złudnej nadziei, że same jej wytwory bez reszty nasycą wszystkie potrzeby ludzkiego serca”. Mówił o macierzyństwie: „Nic też nie zastąpi serca matki w domu, serca, które zawsze tam jest, zawsze tam czeka. Prawdziwe poszanowanie pracy niesie z sobą należną cześć dla macierzyństwa nigdy inaczej. Od tego też zależy zdrowie moralne całego społeczeństwa.” Temat godności pracy rozwinął w Nowej Hucie–Mogile: „Nie można oddzielić krzyża od ludzkiej pracy. To właśnie potwierdziło się tutaj w Nowej Hucie”. 7 czerwca odwiedził niemiecki obóz zagłady w Brzezince – „Golgotę naszych czasów”, gdzie uczcił bł. Maksymiliana Kolbe.

Żyć godnie i ucziwie

W papieskich Mszach, na trasach przejazdu Papieża–Polaka witały miliony jego rodaków z entuzjazmem przyjmując papieskie nauczanie, słuchając słów nieobecnym w oficjalnym życiu. To religijne uniesienie w połączeniu z patriotycznymi emocjami zaowocowało wzbudzeniem narodowego poczucia siły oraz moralnego odrodzenia, czego owocem była fala strajków latem 1980 roku, z której narodziła się „Solidarność”. Komunistyczna gospodarka nie była, bowiem w stanie zapewnić nawet podstawowych towarów. Charakterystycznym obrazem końca lat 70. były długie kolejki przed sklepami. Tę rzeczywistość zagłuszano absurdami wszechobecnej propagandy i nachalnej indoktrynacji. Doprowadziło to do wybuchu robotniczego niezadowolenia, wywołanego gigantycznym kryzysem gospodarczym oraz moralnym, co przybrało niespotykane wcześniej, w bloku sowieckim, formy organizacyjne. Strajkowym centrum stał się Gdańsk, na tonację w kwiatkach stocznicy im. Lenina wywieszono portrety Matki Boskiej Częstochowskiej i Jana Pawła II. Białe–czerwone flagi nad strajkującymi zakładami, robotnicy z opaskami w narodowych barwach, modlitwy pod krzyżem, nastrój powagi i nadziei oraz uczestniczenia w tworzeniu historii – przypomniały mecenasowi Janowi Olszewskiemu pierwsze dni

Powstania Warszawskiego. Ryszard Kapuściński zapamiętał: „Nikt nie pił, nie robił awantur (...) Przystępność spadła do zera, wygasła wzajemna agresja, ludzie stali się sobie życzliwi, pomocni i otwarci. Zupełnie obcy ludzie poczuli nagle, że są – jedni drugim – potrzebni”. Ta atmosfera w ciągu kilku tygodni objęła cały kraj. Polacy, uwierzyli, że mogą żyć godnie, sprawiedliwie i ucziwie, że coś od nich zależy. Ludzie przestali się bać, poczuli smak swobody, co wyzwoliło ogromną społeczną aktywność. Jan Paweł II wspierał od pierwszych dni ten wielki ruch odnowy, który objął całą Polskę.

Nie ma wolności bez wartości

Wprowadzenie przez komunistów stanu wojennego, którego celem była pacyfikacja społeczeństwa i zniszczenie „Solidarności” zostało napiętnowane przez Papieża–Polaka. Apelowo o nie przelewanie polskiej krwi oraz zwolnienie wszystkich aresztowanych. W wigilię 1981 roku – podobnie jak wielki przyjaciel Polski Ronald Reagan – zapalił świecę w swym oknie na znak solidarności z Polską. Pragnął przybyć do ojczyzny w 1982 roku na uroczystości 600–lecia cudownego jasnogórskiego obrazu. Nie został wpuszczony jednak przez komunistów i ponownie mógł stanąć na polskiej ziemi dopiero w czerwcu 1983 roku przybywając ze słowami: „Pokój tobie Polsko – Ojczyzno moja”. Jego wizyta – krótki powiew wolności – wzbudziła ogromne nadzieje wśród Polaków doświadczonych stanem wojennym. W katedrze warszawskiej dodawał otuchy. „Wraz z wszystkimi moimi Rodakami – zwłaszcza z tymi, którzy najboleśniej czują cierpką smak zawodu, upokorzenia, cierpienia, pozbawienia wolności, krzywdy, podeptanej godności człowieka stając pod krzyżem Chrystusa, aby na ziemi polskiej odprawić nadzwyczajny jubileusz Roku Odkupienia”.

„Od przegranej orężnej bardziej (...) preraża upadek ducha u ludzi”

Polacy pogrążyli się jednak w apatii i marazmie, narastał kryzys gospodarczy. Brakowało nadziei, a reżim nie rezygnował z walki

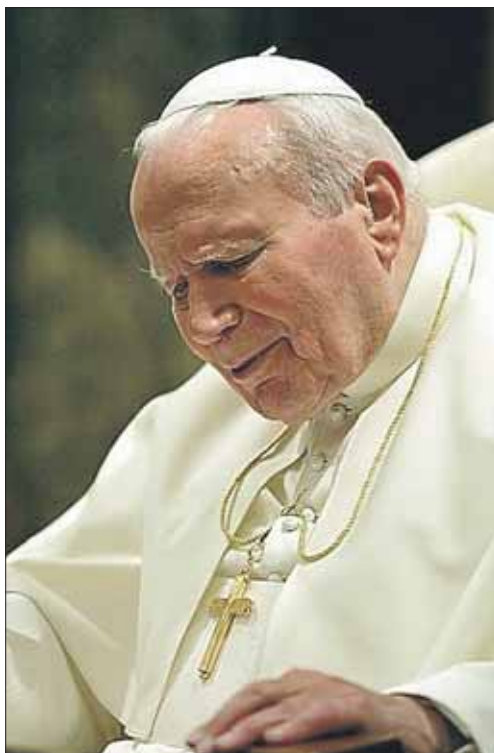
z „Solidarnością”, która trwała w podziemiu. Tysiące ludzi przechodziło przez więzienia. Od milicyjnych kul i pałek ginęli manifestanci na ulicach, katowani na komisariatach jak warszawski maturzysta Grzegorz Przemek. Symbolem ofiar tego czasu jest bestialskie morderstwo funkcjonariuszy SB księdza Jerzego Popiełuszki. Przybywając w 1987 roku do Polski po raz trzeci Jan Paweł II uklęknął także przy jego grobie. Przybywając do Gdańska mówił: „Umowy gdańskie pozostają nadal zadaniem do spełnienia” co wzbudziło powszechny entuzjazm. Ojciec Święty przerwał burzę oklasków i powiedział: „Właśnie chcę o tym mówić, więc pozwólcie się wypowiedzieć papieżowi, skoro chce mówić o was, a także w pewnym sensie za was”. Papież tłumaczył: „Jeden drugiego brzemiona noście – to zwięzłe zdanie Apostoła jest inspiracją do międzyludzkiej i społecznej solidarności. Solidarność to znaczy: jeden i drugi, a skoro brzemię, to brzemię niesione razem we wspólność. A więc nigdy jeden przeciw drugiemu. Jedni przeciw drugim. I nigdy brzemię dźwigane przez człowieka samotnie. Bez pomocy drugich. Nie może być walka silniejsza od solidarności. Nie może być program walki ponad programem solidarności.” W 1988 znów wybuchły strajki. Stoczniovcy na Wybrzeżu i górnicy w Jastrzębiu–Zdroju zażądali uznania „Solidarności”. Władze podjęły rozmowy z przywódcą „Solidarności” Lechem Wałęsą. Ich efektem były porozumienia z komunistami przy okrągłym stole i w części wolne wybory w czerwcu 1989 roku. Na ostatnim etapie ku wolności, towarzyszyli nam już Litwini, Łotysze, Estończycy, Ukraińcy, Rosjanie oraz sąsiedzi, ale ich droga była już krótsza, co ilustrował wywieszony na jednej z praskich ulic plakat: „Polska – 10 lat, Węgry – 10 miesięcy, NRD – 10 tygodni – Czechosłowacja – 10 dni...” Sowieckie imperium po 70 latach istnienia i ponad 40 latach ujarzmiania narodów Europy Środkowej i Wschodniej przestało istnieć. Polacy odzyskiwali stopniowo wolność.

Nie lękajcie się!

Dokończenie ze str. 5

„To jest moja matka, ta Ojczyzna!”

W 1991 roku Ojciec Święty przyjechał znów do swej ojczyzny, tym razem już wolnej. Polacy zachłyśnięci wolnością przyjęli swego rodaka bardzo chłodno, co kontrastowało z poprzednimi pielgrzymkami. W swych homiliach Papież przypomniał fundamentalne prawdy 10 przykazań Bożych. Przestrzegając, iż: „Wolność jest trudna, trzeba się jej uczyć. Trzeba się uczyć być prawdziwie wolnym, tak ażeby nasza wolność nie stawała się naszą własną niewolą, zniewoleniem wewnętrznym, ani też nie stawała się przyczyną zniewolenia innych”. Odniósł się do historycznej nienawiści do Kościoła, która coraz silniej dawała o sobie znać szczególnie w mediach. Jednym z jej przejawów była krytyka papieskich słów, wątpliwości co do ich trafności sążone przez środki masowego przekazu. Uczestniczyły w tym również niemałe części dawnej opozycji, która jeszcze kilka lat wcześniej wykorzystywała ambony do głoszenia swych poglądów. Jan Paweł II podkreślił: „Postulat neutralności światopoglądowej jest słuszny jedynie w tym zakresie, że państwo powinno chronić wolność sumienia i wyrażania wszystkich swoich obywateli, niezależnie od tego jaką religię lub światopogląd oni wyznają. Ale postulat, ażeby do życia społecznego i państwowego w żaden sposób nie dopuszczać wymiaru świętości jest postulatem ateizowania państwa i życia społecznego i niewiele ma wspólnego ze światopoglądową neutralnością”. Napominał przed błędem konsumpcyjnego stylu życia. „Nigdy nie trzeba w taki sposób dążyć do dóbr materialnych, ani w taki sposób ich używać, jak gdyby były one celem same w sobie”.



FOT. WIKIMEDIA COMMONS

Polska woła o ludzi sumienia!

Jakże dramatycznie zabrzmiały jego słowa podczas jednodniowej wizyty w Polsce w czerwcu 1995 roku w Skoczowie. W mediach papieskie nauczanie poddano krytyce. Różnorakie „autorytety” udowodniły jak to papież jest oderwany od polskiej rzeczywistości i brak mu informacji na temat tego, co dzieje się w kraju. Tymczasem u progu III Tysiąclecia Ojciec Święty wołał o ludzi sumienia. „Jednak najbardziej podstawowym problemem pozostaje sprawa ładu moralnego. Ten ład jest fundamentem

życia każdego człowieka i każdego społeczeństwa. Dlatego Polska woła dzisiaj nade wszystkim o ludzi sumienia! Być człowiekiem sumienia, to znaczy przede wszystkim w każdej sytuacji swojego sumienia słuchać i jego głosu w sobie nie zagłuszać, choć jest on nieraz trudny i wymagający; to znaczy angażować się w dobro i pomnażać je w sobie i wokół siebie, a także nie godzić się nigdy na zło, w myśl słów Św. Pawła: „Nie daj się zwyciężyć złu, ale zło dobrem zwyciężaj!” (Rz 12,21). Być człowiekiem sumienia, to znaczy wymagać od siebie, podnosić się z własnych upadków, ciągle na nowo się nawracać(...)”.

„Nie lękajcie się!”

Jana Pawła II nie ma już wśród nas, ale oręduje za nami z domu Ojca. Z ostatnich miesięcy swego życia pozostawił nam przejmującą encyklikę cierpienia i umierania. I słowa towarzyszące mu od pierwszego dnia pontyfikatu: „Nie lękajcie się...” Jan Paweł II wyzwolił nas z komunizmu, ale dzisiaj treści, którymi deprawował ten system wracają, ale już w „atrakcyjnym opakowaniu”. Zbigniew Herbert w „Potędze smaku” pisał „Kto wie gdyby nas lepiej i piękniej kuszono...” Dzisiejszy świat „pięknie kusi”, trudniej podjąć dzieło pozostawione nam przez nasze go wielkiego rodaka: „Musicie od siebie wymagać, nawet gdyby inni od was nie wymagali. Doświadczenia historyczne mówią nam o tym, ile kosztowała cały naród okresowa demoralizacja. (...) To co kosztuje właśnie stanowi wartość. Nie można zaś być prawdziwie wolnym bez rzetelnego i głębokiego stosunku do wartości. Nie pragniemy takiej Polski, która by nas nic nie kosztowała. Natomiast czuwajmy przy wszystkim, co stanowi autentyczne dziedzictwo pokoleń starając się wzbogacić to dziedzictwo...”

(JS)

NAJWAŻNIEJSZE PAPIESKIE WEZWANIE, NAJISTOTNIEJSZE ORĘDZIE!

Wezwanie do modlitwy

Trzeba się zawsze modlić, a nigdy nie ustawać (por. Jk 18,1), powiedział Pan Jezus. Módlcie się i kształtujcie poprzez modlitwę swoje życie. „Nie samym chlebem żyje człowiek” (Mt 4,4) i nie samą doczesnością, i nie tylko poprzez zaspakajanie doczesnych – materialnych potrzeb, ambicji, pożądań, człowiek jest człowiekiem... „Nie samym chlebem żyje człowiek, ale wszelkim słowem, które pochodzi z ust Bożych”. Jeśli mamy żyć tym słowem, słowem Bożym, trzeba „nie ustawać w modlitwie!” Może to być nawet modlitwa bez słów.

Niech z tego miejsca do Wszystkich, którzy mnie słuchają tutaj albo gdziekolwiek, przemówi proste i zasadnicze papieskie wezwanie do modlitwy. A jest to wezwanie najważniejsze. Najistotniejsze orędzie!

Ojciec Święty Jan Paweł II,
Kalwaria Zebrzydowska, 7 czerwca 1979 roku



FOT. ARCHIWUM KALWARIANUM „KALWARIA PAPIESKA”

Acard®

Acidum acetylsalicylicum

Nie trzeba słów,
żeby wiedzieć,
że to Acard.

UNIKATOWY
KSZTAŁT



Polski lek, który chroni przed zawałem
serca i udarem niedokrwiennym mózgu*.
Wystarczy 1 tabletki na dobę.

Więcej informacji znajdziesz na stronie www.acard.pl

Acard. Skład i postać: Jedna tabletki dojelitowa zawiera 75 mg kwasu acetylosalicylowego. **Wskazania:** Choroba niedokrwienna serca oraz wszelkie sytuacje kliniczne, w których celowe jest hamowanie agregacji płytek krwi: zapobieganie zawałowi serca u osób dużego ryzyka, świeży zawał serca lub podejrzenie świeżego zawału serca, niestabilna choroba wieńcowa, prewencja wtórna u osób po przebytych zawałach serca, stan po wszczepieniu pomostów aortalno-wieńcowych, angioplastyce wieńcowej, zapobieganie napadom przejściowego niedokrwienia mózgu (TIA) i niedokrwiennego udaru mózgu u pacjentów z TIA, po przebytych udarach niedokrwiennym mózgu u pacjentów z TIA; u osób z zrostami miażdżyczą tętnic obwodowych, zapobieganie zakrzepicy naczyń wieńcowych u pacjentów z mnogimi czynnikami ryzyka, zapobieganie zakrzepicy żyłnej i zatorowi płuc u pacjentów długotrwale unieruchomionych, np. po dużych zabiegach chirurgicznych jako uzupełnienie innych sposobów profilaktyki. **Przeciwwskazania:** Produktu Acard nie należy stosować: w przypadku nadwrażliwości na substancję czynną – kwas acetylosalicylowy, inne salicylany lub którąkolwiek substancję pomocniczą leku; u pacjentów ze skazą krwotoczną; u pacjentów z czynną chorobą wrzodową żołądka i (lub) dwunastnicy; u pacjentów z ciężką niewydolnością nerek; u pacjentów z ciężką niewydolnością wątroby; u pacjentów z napadami tzw. astmy aspirynowej w wywiadzie, wywołanymi podaniem salicylanów lub substancji o podobnym działaniu, szczególnie niesteroidowych leków przeciwzapalnych; jednocześnie z metotreksatem w dawkach 15 mg na tydzień lub większych; w ostatnim trymestrze ciąży; u dzieci w wieku do 12 lat w przebiegu infekcji wirusowych ze względu na ryzyko wystąpienia zespołu Reye'a – rzadko występującej, ale ciężkiej choroby powodującej uszkodzenie wątroby i mózgu. **Podmiot odpowiedzialny:** Polfa Warszawa S.A. Dodatkowych informacji o leku udziela: Polpharma Biuro Handlowe Sp. z o.o., ul. Bobrowiecka 6, 00-728 Warszawa, tel. +48 22 364 61 00; faks: +48 22 364 61 02. www.polpharma.pl. ChPL: 2017.05.31.

* Acard wskazany jest m.in.: w zapobieganiu zawałowi serca u osób dużego ryzyka; w prewencji wtórnej po przebytych zawałach serca; w zapobieganiu napadom przejściowego niedokrwienia mózgu (TIA) i niedokrwiennego udaru mózgu u pacjentów z TIA; po przebytych udarach niedokrwiennym mózgu u pacjentów z TIA.

 Polfa Warszawa S.A.

GRUPA

 polpharma

Polpharma Biuro Handlowe Sp. z o.o.
ul. Bobrowiecka 6, 00-728 Warszawa
tel.: +48 22 364 61 00, fax: +48 22 364 61 02
www.polpharma.pl

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

ENCYKLIKA REDEMPTOR HOMINIS JANA

„Chrystus, Syn Boga żywego”, przemawia do ludzi równocześnie jako Człowiek. Przemawia Jego życie, Jego człowieczeństwo, Jego wierność prawdzie, Jego miłość wszystkich ogarniająca. Przemawia z kolei Jego śmierć na Krzyżu, zdumiewająca głębia cierpienia i oddania. Kościół nie przestaje przeżywać Jego śmierci na Krzyżu i Jego Zmartwychwstania. Są one treścią codziennego życia Kościoła. Z ustanowienia bowiem samego Chrystusa — swojego Pana — Kościół stale sprawuje Eucharystię, znajdując w niej „źródło życia i świętości” (por. Litania do Najświętszego Serca Pana Jezusa), znak skuteczny łaski i pojednania z Bogiem, zapowiedź życia wiecznego. Kościół żyje Jego tajemnicą, czerpie z niej bez wytchnienia i stale szuka dróg, ażeby tę tajemnicę swojego Mistrza i Pana przybliżyć ludzkości: ludom, narodom, coraz nowym pokoleniom, każdemu człowiekowi — jakby wciąż powtarzał za Apostołem: „postanowiłem (...) nie znać niczego więcej, jak tylko Chrystusa, i to ukrzyżowanego” (1 Kor 2, 2). Kościół trwa w kręgu Tajemnicy Odkupienia, która stała się najgłębszą zasadą jego życia i jego posłannictwa”.

(Redemptor Hominis 7).

Moi drodzy braci i siostry. W tym roku obchodzić będziemy już 40. rocznicę wyboru kardynała krakowskiego Karola Wojtyły na Stolicę Piotrową. Dobrze pamiętamy ten piękny dzień – 16 października 1978 roku. Ku zaskoczeniu całego świata papieżem został wybrany syn polskiej ziemi, kardynał z Krakowa.

Dzisiaj z perspektywy czasu możemy wszyscy powiedzieć, iż jego pontyfikat, trwający ponad 26. lat – był bardzo ważnym pontyfikatem nie tylko dla Kościoła, ale i całego świata.

Był przede wszystkim papieżem pokoju, papieżem rodziny, papieżem nauczycielem, uczącym współczesnego człowieka miłości do Boga i bliźniego; papieżem niosącym nadzieję chorym, samotnym, opuszczonym; papieżem, który zbliżał do siebie religie i wyznania; papieżem młodzieży, który w młodych widział przyszłość świata i Kościoła; papieżem pielgrzymem, odwiedzającym wiernych prawie na całym świecie; papieżem wszystkich ludzi świata. Był wreszcie patriotą, kochającym ponad wszystko swoją ziemską Ojczyznę – Polskę.

Pontyfikat Jana Pawła II przypadł na trudne czasy różnorodnych przemian, które dokonywały się w świecie – przemiany społeczne, ekonomiczne; polityczne, czas licznych konfliktów zbrojnych i wojen; czas kryzysu człowieka, objawiający się w budowie cywilizacji śmierci.

Już kilka miesięcy po swoim wyborze wydał pierwszą swoją encyklikę Redemptor hominis, co

znaczy Odkupiciel człowieka. Encyklika w całości poświęcona jest Jezusowi Chrystusowi jako Odkupicielowi. Na wstępie papież wyjaśnia zrozumienie zjawiska odkupienia, które opisuje jako osobową relację pomiędzy Chrystusem a człowiekiem.

Papież ową encykliką pragnie przypomnieć współczesnemu człowiekowi, że został odkupiony przez Chrystusa, że On jest tym, który ubogaca ludzkie życie, nadaje mu sens i wartość, że obdarowuje go miłością, którą jest On sam. Oznacza to, że trzeba patrzeć na Chrystusa jako na pełnego człowieka, na Odkupiciela, który ukazuje właściwą treść człowieczeństwa. Jako chrześcijanie odkrywamy treść bycia człowiekiem, dopiero będąc wszczępieni w Chrystusa, będąc z nim złączeni. W swojej encyklice napisał na ten temat m.in.:

„Człowiek nie może żyć bez miłości. Człowiek pozostaje dla siebie istotą niezrozumiałą, jego życie jest pozbawione sensu, jeśli nie objawi mu się Miłość, jeśli nie spotka się z Miłością, jeśli jej nie dotknie i nie uczyni w jakiś sposób swoją, jeśli nie znajdzie w niej żywego uczestnictwa. I dlatego właśnie Chrystus-Odkupiciel, jak to już zostało powiedziane, „objawia w pełni człowieka samemu człowiekowi”.

To jest ów – jeśli tak wolno się wyrazić – ludzki wymiar Tajemnicy Odkupienia. Człowiek odnajduje w nim swoją właściwą wielkość, godność i wartość swego człowieczeństwa. Człowiek zostaje w Tajemnicy Odkupienia na nowo potwierdzony, niejako wypowiedziany na nowo. Stworzony na nowo!



FOT. ARCHIWUM „CALVARIANUM” KALWARIA PAPIEWSKA

„Nie ma już Żyda ani poganina, nie ma już niewolnika ani człowieka wolnego, nie ma mężczyzny ani kobiety, wszyscy bowiem jesteście kimś jednym w Chrystusie Jezusie” (Ga 3, 28).

Człowiek, który chce zrozumieć siebie do końca – nie wedle jakichś tylko doraźnych, częściowych, czasem powierzchownych, a nawet pozornych kryteriów i miar swojej własnej istoty – musi ze swoim niepokojem, niepewnością, a także słabością i grzesznością, ze swoim życiem i śmiercią, przybliżyć się do Chrystusa. Musi niejako w Niego wejść z sobą samym, musi sobie „przyswoić”, zasymilować całą rzeczywistość Wcielecia i Odkupienia, aby siebie odnaleźć. Jeśli dokona się w człowieku ów dogłębny proces, wówczas owoce on nie tylko uwielbieniem Boga, ale także głębokim zdumieniem nad sobą samym. Jaką wartość musi mieć w oczach Stwórcy człowiek, skoro zasłużył na takiego i tak potężnego Odkupiciela (por. hymn Exsultet z Wigilii Wielkanocnej), skoro Bóg „Syna swego Jednorodzonego dał”, ażeby

on, człowiek „nie zginął, ale miał życie wieczne” (por. J 3, 16).

Właśnie owo głębokie zdumienie wobec wartości i godności człowieka nazywa się Ewangelią, czyli Dobrą Nowiną. Nazywa się też chrześcijaństwem. Stanowi o posłannictwie Kościoła w świecie – również, a może nawet szczególnie – „w świecie współczesnym”. Owo zdumienie, a zarazem przeświadczenie, pewność, która w swym głębokim korzeniu jest pewnością wiary, ale która w sposób ukryty ożywia każdą postać prawdziwego humanizmu – pozostają najściślej związane z Chrystusem. Ono wyznacza zarazem Jego miejsce. Jego – jeśli tak można się wyrazić – szczególne prawo obywatelstwa w dziejach człowieka i ludzkości. Kościół, który nie przestaje kontemplować całej tajemnicy Chrystusa, wie z całą pewnością wiary, że Odkupienie, które przyszło przez Krzyż, nadało człowiekowi ostateczną godność i sens istnienia w świecie, sens w znacznej mierze zagubiony przez grzech. I dlatego też to Odkupienie wypełniło się w tajemnicy paschalnej,

PAWŁA II – PROGRAMEM PONTYFIKATU

prowadzącej przez krzyż i śmierć do zmartwychwstania.

Jest to podstawowe zadanie Kościoła we wszystkich epokach, a w szczególności w epoce naszej, aby skierowywał wzrok człowieka, aby skierowywał świadomość i doświadczenie całej ludzkości w stronę tajemnicy Chrystusa, aby pomagał wszystkim ludziom obcować z głębią Odkupienia, która jest w Jezusie Chrystusie. Przez to samo dotykamy równocześnie największej głębi człowieka: ludzkich serc, ludzkich sumień, ludzkich spraw”.

Współczesny człowiek musi się przebudzić, musi się opamiętać i zrozumieć, że bez Chrystusa nie tylko nie zrozumie samego siebie, jego serce będzie niespokojne, a życie jakieś niejako, można by rzec beznadziejne. Papież w swojej encyklice kreśląc sytuację człowieka we współczesnym świecie napisał m.in.:

„Człowiek dzisiejszy zdaje się być stale zagrożony przez to, co jest jego własnym wytworem, co jest wynikiem pracy jego rąk, a zarazem – i bardziej jeszcze – pracy jego umysłu, dążeń jego woli Owoce tej wielorakiej działalności człowieka zbyt szybko, i w sposób najczęściej nie przewidywany, nie tylko i nie tyle podlegają „alienacji” w tym sensie, że zostają odebrane temu, kto je wytworzył, ile – przynajmniej częściowo, w jakimś pochodnym i pośrednim zakresie skutków – skierowują się przeciw człowiekowi. Zostają przeciw niemu skierowane lub mogą zostać skierowane przeciw niemu. Na tym zdaje się polegać główny rozdział dramatu współczesnej ludzkiej egzystencji w jej najszerszym i najpowszechniejszym wymiarze. Człowiek coraz bardziej bytuje w lęku. Żyje w lęku, że jego wytwory – rzecz jasna nie wszystkie i nie większość, ale niektóre, i to właśnie te, które zawierają w sobie szczególną miarę ludzkiej pomysłowości i przedsiębiorczości – mogą zostać obrócone w sposób radykalny przeciwko człowiekowi. Mogą stać się środkami i narzędziami jakiegoś wręcz niewyobrażalnego samozniszczenia, wobec którego wszystkie znane nam z dziejów kataklizmy i katastrofy zdają się blednąć. Musi przeto zrodzić się pytanie, na jakiej drodze owa



FOT. ARCHIWUM „CALVARIANUM” KALWARIA PAPIESKA

dana człowiekowi od początku władza, mocą której miał czynić ziemię sobie poddaną (por. *Rdz* 1, 28), obraca się przeciwko człowiekowi, wywołując zrozumiałe stan niepokoju, świadomego czy też podświadomego lęku, poczucie zagrożenia, które na różne sposoby udziela się współczesnej rodzinie ludzkiej i w różnych postaciach się ujawnia”.

Drodzy bracia i siostry – jako ludzie współczesnych czasów rozumiemy, że trzeba nam żyć w prawdziwej wolności, którą daje każdemu z nas Jezus Chrystus. Weź tę wolność w swoje życie, weź Chrystusa w swoje życie, a ono się odmieni. Ojciec święty w swojej encyklice napisał na ten temat m.in.:

W naszych czasach nieraz błędnie się mniema, że wolność sama jest dla siebie celem, że człowiek jest wolny, kiedy jej używa w jakikolwiek sposób, że do tego należy dążyć w życiu jednostek i społeczeństw. Tymczasem wolność jest wielkim dobrem wówczas, kiedy umiemy świadomie jej używać dla tego wszystkiego, co jest prawdziwym dobrem. Chrystus uczy nas, że najwspanialszym wypełnieniem wolności jest miłość, która urzeczywistnia się w oddaniu i służbie. Do takiej to właśnie „wolności wyswobodził nas Chrystus” (*Ga* 5, 1; por. 5, 13) i stale wyzwala”.

Jan Paweł II kończąc encyklikę wezwał nas do budowania ścisłych relacji z Chrystusem. Chce niejako powiedzieć, aby otworzyć się na Bożą miłość, aby otworzyć drzwi swoich serc dla Chrystusa, bo tylko to warunkuje, że nasze życie będzie piękne, pełne nadziei, będzie dokonywało się w prawdziwej wolności i prawdzie:

„Stojąc wobec tych zadań, jakie wyrastają na drogach Kościoła – na tych drogach, które tak wyraźnie już ukazał Papież Paweł VI w pierwszej Encyklice swego Pontyfikatu – uświadamiając sobie nieodzowność tych wszystkich dróg, a równocześnie trudności, jakie się na nich spiętrzają, tym bardziej odczuwamy potrzebę głębokiej więzi z Chrystusem. Odzywają się w nas mocnym echem te słowa, które On powiedział: „beze Mnie nic nie możecie uczynić” (*J* 15, 5). Odczuwamy także nie tylko potrzebę, ale wręcz potężny imperatyw jakiejś wielkiej, wzmocnionej i spotęgowanej modlitwy całego Kościoła. Tylko modlitwa może sprawić, żeby te wielkie zadania i spiętrzające się trudności nie stawały się źródłem kryzysów, ale okazją i niejako podłożem coraz dojrzalszych osiągnięć w pochodzie Ludu Bożego ku Ziemi Obiecanej na tym etapie dziejów, gdy zbliżamy się do kresu drugiego tysiąclecia. I dlatego toż, kończąc

to rozważanie gorącym i pokornym wezwaniem do modlitwy pragnę, abyśmy na tej modlitwie trwali złączeni z Maryją, Matką Jezusa (por. *Dz* J, 14), tak jak trwali Apostołowie i Uczniowie Pańscy po Wniebowstąpieniu w jerozolimskim Wieczerniku (por. *Dz* 1, 13). I proszę nade wszystko samą niebiańską Matkę Kościoła, aby raczyła na tej modlitwie nowego Adwentu ludzkości trwać z nami, którzy stanowimy Kościół, czyli Ciało Mistyczne Jej rodzonego Syna. Ufam, że poprzez taką modlitwę otrzymamy zstępującego na nas Ducha Świętego (por. *Dz* 1, 8) i staniemy się świadkami Chrystusa „aż po krańce ziemi” (*tamże*), podobnie jak ci, którzy z Wieczernika jerozolimskiego wyszli w dniu Pięćdziesiątnicy”.

Moi drodzy! I chociaż od wydania encykliki minie niebawem 40. lat (1979) to trzeba zaznaczyć, iż jest ona nadal aktualna – nadal wzywa współczesnego człowieka do otwarcia się na Chrystusa, otwarcia się na jego miłość, bo to sprawi, że budowana aktualnie „cywilizacja śmierci”, w której zwycięża zło i nienawiść – zamieni się w „cywilizację miłości”, opartą na wzajemnym szacunku, sprawiedliwości, pokoju, poszanowaniu wolności i godności człowieka.

Opracował: KS. MAREK RUSECKI

W ostatnim czasie redakcja „Informatora Pielgrzymia” podjęła myśl drukowania na swoich łamach wybranych zagadnień z nauczania społecznego świętego Jana Pawła II.

Wydaje się to słuszne, ponieważ człowiek współczesnego czasu – wielokrotnie nie zdaje sobie sprawy z tego, jak bardzo ważne są to sprawy i jak bardzo wpływają na nasze życie, jego wartość, jakość i harmonię.

Warto również podkreślić, że zagadnienia te dotyczą każdego z nas, zarówno uczniów Chrystusa, jak i poszukujących Chrystusa, bowiem wszyscy poruszamy się w przestrzeni społecznej, w której dokonuje się nasze życie.

Dotychczas, w dwóch ostatnich numerach zostały opublikowane dwa hasła: agresja i czas wolny.

Ze względu na duże zainteresowanie tą problematyką w obecnym numerze powtórzone zostały wyżej już wspomniane hasła wraz z kolejnym, który poświęcony jest pracy.

Autorem cyklu jest ks. dr Marek Rusecki, historyk, autor szeregu książek oraz artykułów naukowych, popularno-naukowych i popularnych.

Pragnie on spopularyzować owe nauczanie papieskie – pisząc prostym i zrozumiałym językiem, nie wchodząc w obszarne naukowe dywagacje.

Zamysłem autora jest wydanie w przyszłości owych haseł w postaci książki. Ma to być swoiste „Vademecum”, lub „Przewodnik” po drogach współczesnego świata.

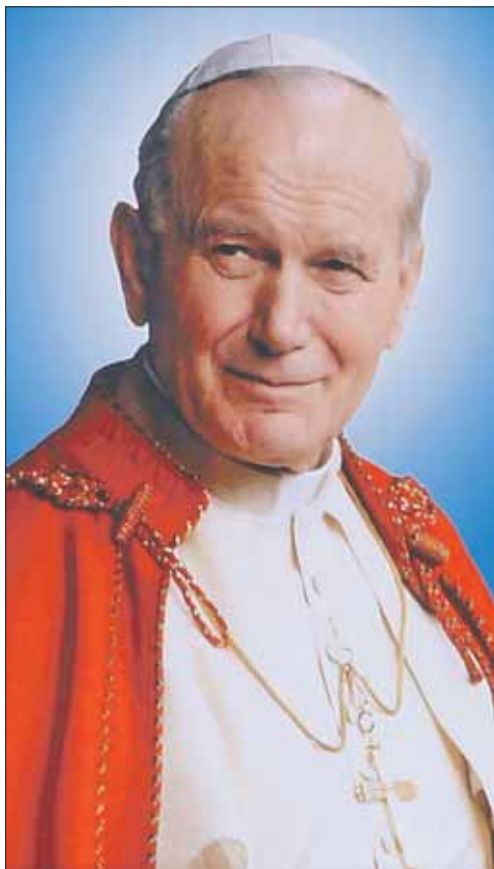
AGRESJA (1) – Na wstępie kilka wypowiedzi świętego Jana Pawła II na temat przemocy:

„Czasem cały świat zdaje się wypełniony ciemnością. Ciemnością dzieci, które głodują, a nawet umierają. Ciemnością bezdomnych, którzy nie mają pracy ani należytej opieki lekarskiej. Ciemnością przemocy: przemocy wymierzonej przeciw nie narodzonym dzieciom, przemocy w rodzinach, przemocy gangów, przemocy seksualnej, przemocy narkotyków, które niszczą ciało, umysł i serce. Dzieje się jakieś straszliwe zło, gdy tak wielu młodych ludzi ulega rozpacz do tego stopnia, że odbiera sobie życie. W niektórych częściach waszego kraju wprowadzono już ustawy, które pozwalają lekarzom zakończyć życie tych, którym przysięgli pomagają. Boży dar życia jest odrzucany. Ludzie wybierają śmierć zamiast życia, a przez to pograżają się w mroku rozpacz”.

Przemówienie podczas spotkania z młodzieżą w «Kiel Center», Saint Louis, 26 stycznia 1999

„Wydawało się, że porządkiem europejskim, który wyłonił się z drugiej wojny światowej i został usankcjonowany przez układy jałtańskie, mogła wstrząsnąć jedynie kolejna wojna. Tymczasem został on przewyżniony wysiłkiem ludzi, którzy nie uciekali się do przemocy, zaś odmawiając konsekwentnie ustąpienia przed potęgą siły, zawsze umieli znaleźć skuteczne

Nauczanie społeczne świętego Jana Pawła II



FOT. KS. R. WALCZAK

część 1.

formy świadczenia o prawdzie. Taka postawa rozbroiła przeciwnika, gdyż przemoc musi się zawsze usprawiedliwiać kłamstwem, przybierać fałszywe pozory obrony jakiegoś prawa czy odpowiedzi na czyjąś groźbę. Nie przestają dziękować Bogu, że wsparł ludzkie serca w czasie tej trudnej próby i proszę Go, aby ten przykład był naśladowany w innych miejscach i w innych okolicznościach; by ludzie nauczyli się walczyć o sprawiedliwość bez uciekania się do przemocy, wyrzekając się walki klas w sporach wewnętrznych i wojny w konfliktach międzynarodowych”.

encyklika Centesimus annus 23

„Przed czterema laty mówiłem, że czeka nas praca nad pracą. Dziś czeka nas wielka praca

nad mową, jaką się posługujemy. Ogromna praca. Nasze słowo musi być wolne, musi wyrażać naszą wewnętrzną wolność. Nie można stosować środków przemocy, ażeby człowiekowi narzucać jakieś tezy. Te środki przemocy mogą być takie, jakie znamy z przeszłości, ale w dzisiejszym świecie także i środki przekazu mogą stać się środkami przemocy, jeżeli stoi za nimi jakaś inna przemoc, niekoniecznie ta przemoc fizyczna. Jakaś inna przemoc, jakaś inna potęga. Słowo ludzkie jest i powinno być narzędziem prawdy”.

homilia w czasie Mszy św., Olsztyn, 6 czerwca 1991

Agresja – najogólniej rzecz ujmując jest postawą negatywną człowieka, przejawiająca się w mowie nienawiści i czynach. W dzisiejszych czasach spotykamy się z agresją i przemocą prawie wszędzie: w rodzinach, w sąsiedztwie, w autobusie, w sklepie, w pociągu, na lotnisku, w urzędach, w szkołach, w zakładach pracy, na osiedlu, na ulicy. Z czego wynika taka postawa, że człowiek człowiekowi wyrządzał krzywdy, zadawał mu ból, ranił go, a nawet pozbawiał życia? Dlaczego na świecie jest tyle konfliktów zbrojnych, wojen, zamachów terrorystycznych?

Ojciec św. Jan Paweł II wyjaśnił to zagadnienie w kontekście prawdy. Powiedział m.in.: „Jeśli jest rzeczą pewną – i nikt w to nie wątpi – że prawda służy sprawie pokoju, nie może również podlegać dyskusji, iż nieprawda idzie w parze z tym, co prowadzi do przemocy i wojny. Przez nieprawdę należy rozumieć każdą formę, i to na jakimkolwiek poziomie, wyrażającą brak, odrzucenie czy wzgardę prawdy, a więc kłamstwo we właściwym tego słowa znaczeniu, informacje niepełne lub zniekształcone, propagandę stronniczą, manipulowanie środkami przekazu i tym podobne.

Papież zauważa, że przemoc traktuje nieprawdę jako swój główny oręż, ponieważ przeobraża ją w sprawne narzędzie manipulacji. Podyktowane oportunizmem oburzenia, przewrotne budzenie podejrzeń, zżeczne manipulowanie informacją, systematyczne dyskredytowanie przeciwnika, jego osoby, jego zamiarów i jego czynów, szantaż i zastraszenie – oto wzgarda prawdą, zmierzająca do wytworzenia klimatu niepewności, w którym osoby, grupy, rządy, a nawet instancje międzynarodowe chce się zmusić do przyjęcia uległej postawy współwinowajcy, do pójścia na połowiczny kompromis, do reagowania w sposób nieprzemysłany. Każda taka postawa jest równie podatna na faworyzowanie zabójczej gry przemocy, na zwalczanie sprawy pokoju.

W tej sytuacji Jan Paweł II uważa, że: *Przywrócić prawdę oznacza przede wszystkim nazwać po imieniu każdy akt przemocy, w jakiegokolwiek formie on się przejawia.*

Jan Paweł II w swoim nauczaniu zwraca również uwagę na to, że przemoc uderza w wolność i godność człowieka. Na temat wolności powiedział: „Wolność jest najszlachetniejszym przywilejem człowieka. Począwszy od wyborów najbardziej wewnętrznych, każdy ma prawo do wyrażania siebie w działaniu,

o którym sam świadomie decyduje kierując się własnym sumieniem. Tam, gdzie nie ma wolności, działania ludzkie są puste, pozbawione wartości. Wolność, którą człowiek został obdarzony przez Stwórcę, polega na stałej zdolności do rozumnego poszukiwania prawdy oraz do przyłgnięcia sercem do dobra, do którego człowiek tęskni w sposób naturalny, nie podlegając przy tym żadnym formom nacisku, przymusu lub przemocy.

Przemoc i agresja uderzają także – jak już napisano wyżej – w godność człowieka, która wynika z jego osobowej natury. Jan Paweł II podkreśla, że człowiek jest „kimś”, nie „czymś”, jest zatem podmiotem istnienia i działania. Przewyższa swoją godnością cały stworzony świat przyrody, w którym zajmuje centralne miejsce.

Zdaniem Jana Pawła II głównym źródłem wojen i przestępczości jest egoizm i nieuporządkowane serce człowieka. Powiedział na ten temat m.in.: „Jestem głęboko przekonany – jest to wątkiem przewodnim Biblii i myśli chrześcijańskiej, a także, mam nadzieję, intuicją wielu ludzi dobrej woli – że wojna bierze swój początek w sercu człowieka. To właśnie człowiek zabija, a nie jego miecz czy, jak dzisiaj, jego rakiety. »Serce« w sensie biblijnym jest najgłębszym pokładem osoby ludzkiej, określającym jej stosunek do dobra, do innych, do Boga. Nie chodzi tu tyle o uczuciowość, ile raczej o sumienie, o przekonania, sposób myślenia, którym człowiek się kieruje, jak również o namiętności, które nim rządzą. Dzięki sercu człowiek jest wrażliwy na absolutne wartości dobra, na sprawiedliwość, braterstwo, pokój. Nielad serca jest w sposób szczególny nieladem sumienia i występuje wtedy, kiedy określa ono dobro lub zło wedle własnego wyboru, zależnie od swych korzyści materialnych lub żądzy władzy. Nawet złożony sposób sprawowania władzy nie zmienia faktu, że zawsze indywidualne sumienie ponosi odpowiedzialność za przygotowanie, wywołanie czy rozszerzenie konfliktu; to, że odpowiedzialność rozłożona jest na więcej osób, w niczym nie zmienia tej zasady. Ale sumienie to bywa często zniekształcone, by nie powiedzieć: podporządkowane, przez różne systemy społeczno-polityczne i ideologiczne, które także są dziełem ludzkiego ducha. Kiedy ludzie pozwalają się zwodzić systemom, które ukazują globalną, wyłączną i manichejską niemal wizję ludzkości, a warunkiem postępu czynią walkę z innymi, ich eliminację lub ujarzmienie, wówczas zamykają się w mentalności wojennej, która utrwała napięcia i czyni ich prawie niezdolnymi do dialogu. Niekiedy bezwarunkowa akceptacja tych systemów staje się swego rodzaju bałwochwalstwem wobec przemocy, siły i bogactwa, jakąś formą zniewolenia, które odbiera wolność nawet samym rządzącym. Ponad systemami ideologicznymi w ścisłym tego słowa znaczeniu istnieją z drugiej strony wielorakie namiętności, które wprowadzają nielad w ludzkie serce i skłaniają je ku wojnie. Dlatego ludzie dają się ować poczuciu wyższości rasowej i nienawiści do innych, a także żądzy, pożądaniu cudzej ziemi czy dóbr, bądź w ogóle żądzy potęgi, pysze, pragnieniu, by swoje panowanie rozciągnąć na inne, pogardzane przez siebie narody”.

Agresja rodzi się w każdym z nas, wszyscy jesteśmy na nią narażeni – dlatego chcemy ciągle pracować nad sobą, aby dobrze uformowane serce było skuteczną obroną przed agresją.

W tej formacji serca zwrócić należy szczególną uwagę na zagadnienia przebaczenia, które jest podstawowym warunkiem skutecznej obrony przed agresją w naszym życiu.

OPRACOWAŁ: KS. MAREK RUSECKI

„Miłosiernym Samarytaninem jest każdy człowiek, który zatrzymuje się przy cierpieniu drugiego człowieka”

– św. Jan Paweł II



Wolontariat św. Eliasza, Nie zwlekaj – głosuj w Plebiscycie !! „Wybieramy Samarytanina Roku 2017”

Startuje XIV edycja ogólnopolskiego plebiscytu „Samarytanin Roku”.

Rozejrzyj się, spójrz wokół siebie! Pośród nas żyją i działają ludzie ofiarni i szlachetni, którzy pomagają bezinteresownie, z potrzeby serca drugiemu człowiekowi. Jak uczył nas św. Jan Paweł II, prawdziwie są oni „miłosierni jak Ojciec”. Szczególnie dziś, w świecie gdzie króluje egoizm i próżność, warto pokazywać ludzi miłosiernych, mówić o nich głośno i nagradzać ich szlachetność!

**Podziękujemy za dobro i miłosierdzie, które
współcześni Samarytanie okazują innym!**

Głosowanie na „Samarytanina Roku” tradycyjnie odbywa się w dwóch kategoriach:

I kategoria: pracownik służby zdrowia, dla którego pomoc chorym nie jest tylko pracą zarobkową, ale jest postrzegana, jako swoistego rodzaju powołanie. To osoba, która często i bezinteresownie poświęca swój czas cierpiącym.

II kategoria: osoba, która bezinteresownie pomaga innym w potrzebie, osoba szlachetna, dla której pomoc drugiemu człowiekowi jest czymś naturalnym, wypływającym z potrzeby serca.

Pamiętaj, głosowanie trwa do 4 marca !

Głosując podajemy: **imię i nazwisko, nr telefonu, adres osoby**, na którą głosujesz oraz koniecznie **krótki komentarz** dlaczego ta właśnie osoba zasługuje na wyróżnienie.

Na jedną osobę można oddać wiele głosów, zaprosz więc innych do głosowania!

Spośród nadesłanych zgłoszeń Kapituła wybierze osoby wyróżnione, które otrzymają prestiżową statuetkę i wyróżnienie „**Miłosierny Samarytanin Roku 2017**”, na uroczystej gali **16 marca br. w Sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Krakowie.**

JAK ODDAĆ SWÓJ GŁOS?

- Listownie na adres: **Wolontariat św. Eliasza, 30-608 Kraków, ul. Porucznika Wąchały 5**

- Korzystając z formularza elektronicznego zamieszczonego na stronie internetowej

www.eliasz.org.pl, w zakładce ->Miłosierny Samarytanin,

- Poczta elektroniczną na adres: samarytanin@eliasz.org.pl

- Telefonicznie: **885 512 500 - poniedziałek – piątek (10.00 – 17.00)**

(12) 263 61 56 - poniedziałek – czwartek (15.00 – 17.00)

CZAS WOLNY (2) – Na wstępie kilka wypowiedzi świętego Jana Pawła II na temat czasu wolnego”

„Od-począć” – napisał kiedyś Norwid – to znaczy „począć na nowo”. Otóż duchowy odpoczynek człowieka – jak słusznie wyczuwają to tak liczne środowiska młodych – musi prowadzić do odnalezienia i wypracowania w sobie owego „nowego stworzenia”, o którym mówi św. Paweł. Droga do tego wiedzie poprzez słowo Boże odczytywane i celebrowane z wiarą i miłością, poprzez uczestnictwo w sakramentach, a nade wszystko w Eucharystii. Droga do tego wiedzie poprzez zrozumienie i realizację wspólnoty, czyli komunii z ludźmi, która rodzi się z Komunii z Chrystusem, z Eucharystii. Droga do tego wiedzie także poprzez zrozumienie i realizację ewangelicznej służby, czyli „diakonii”. Obyście, moi drodzy, nie ustawali w tym szlachetnym wysiłku, który pozwala wam stawać się świadkami Chrystusa. Świadek w języku biblijnym znaczy męczennik”.

**Homilia w czasie Mszy św.,
Nowy Targ, 8 czerwca 1979 roku**

„Chociaż praca zajmuje ważne miejsce w życiu człowieka, nie jest dla niego wszystkim. W trosce o zachowanie równowagi w ludzkim życiu należy przywiązywać odpowiednie znaczenie do czasu wolnego, do życia osobistego i rodzinnego, do odpoczynku niedzielnego, który pozwala człowiekowi zwrócić się ku Bogu, aby mógł intensywniej przeżywać każdą chwilę swego życia. Troska ta nie powinna się koncentrować na nabywaniu i niepomahowanej konsumpcji dóbr, zbyt często uważanych za podstawową motywację ludzkiej pracy, ale powinna zwracać ludzkie życie także w innych kierunkach”.

**List do uczestników gromadzenia
generalnego Światowego Ruchu
Chrześcijańskich Ludzi Pracy,
Rzym, 7 maja 2000 roku, pkt 2**

„Niebezpieczeństwo to jest tym realniejsze, im bardziej dzisiejszy „sposób życia – zwłaszcza w krajach bardziej uprzemysłowionych – prowadzi rodziny ... do tego, że zrzucają z siebie odpowiedzialność wychowawczą wobec łatwości ucieczki od niej (w domu reprezentowanej zwłaszcza przez telewizję i pewne wydawnictwa), znajdując sposób na wypełnienie czasu ... dzieci i młodzieży”. Stąd „obowiązek szczególnej ochrony dzieci i młodzieży przed «agresjami», którym podlegają również ze strony środków przekazu” i dbania o to, by ich używanie w rodzinie było dokładnie regulowane. Tak samo rodzinie musi leżeć na sercu szukanie dla własnych dzieci także innych, zdrowszych rozrywek, pożyteczniejszych, kształtujących fizycznie, moralnie i psychicznie „dla nadania wartości wolnemu czasowi młodzieży oraz dla właściwego ukierunkowania jej energii”.

**Adhortacja apostolska Familiaris
Consortio, 76**

Nauczanie społeczne świętego Jana Pawła II



FOT. ARCHIWUM CALVARIANUM „KALWARIA PAPIESKA”

część 2.

„Cykl pracy i odpoczynku, wpisany w ludzką naturę, jest bowiem zgodny z wolą samego Boga, co poświadcza opis stworzenia z Księgi Rodzaju (por. 2, 2–3; Wj 20, 8–11): odpoczynek jest rzeczą «świętą», pozwala bowiem człowiekowi wyrwać się z rytmu ziemskich zajęć, czasem nazbyt go pochłaniających, i na nowo sobie uświadomić, że wszystko jest dziełem Bożym. Człowiek, obdarzony przez Boga ogromną władzą nad stworzeniem, mógłby zapomnieć, że to Bóg jest Stwórcą, od którego wszystko zależy. Uznanie tej prawdy jest szczególnie konieczne w naszej epoce, w której dzięki nauce i technice rozszerzyła się nieźmiernie władza, jaką człowiek sprawuje przez swoją pracę”.

List apostolski Dies domini, 65

„Przychodzi nam się rozstać, ale nie na długo. Zapraszam was do Paryża. A na zbliżające się wakacje życzę dobrego odpoczynku. «Radujcie się, dążcie do doskonałości, pokrzepiajcie się na duchu, jedno myślcie, pokój zachowujcie, a Bóg miłości i pokoju niech będzie z wami!» (2 Kor 13, 11). Niech Bóg wam błogosławi!”.

**Pozdrowienie końcowe po Liturgii Słowa,
Poznań, 3 czerwca 1997 roku**

Zgadamy się z twierdzeniem, że praca jest podstawowym obowiązkiem człowieka. Dzięki pracy człowiek zarabia na swoje i swojej rodziny utrzymanie. Ale praca nie powinna być postrzegana tylko jako zarobek. Praca powinna wpłynąć na rozwój duchowy i fizyczny człowieka.

W dzisiejszych czasach człowiek uczynił pracę jako najważniejszą sprawę w swoim życiu. Odbywa się to kosztem jego samego, jak i jego rodziny, gdyż po wielogodzinnej pracy nie ma on już sił ani ochoty, aby czynnie i radośnie pobyć ze swoimi dziećmi, żoną, rodzicami, znajomymi. Niejednokrotnie człowiek dla pracy, dla kariery rezygnuje nawet z wypoczynku.

Takie podejście do pracy nie jest właściwe. Zwrócił uwagę na to papież Jan Paweł II, który podkreślał, że oprócz pracy istnieje również czas wolny, czas wypoczynku. Przypominał, że czas wolny jest naturalnym prawem człowieka.

Czas wolny ma kilka wymiarów: moralny, społeczny i religijny. W tym zagadnieniu skupiają się one jak w soczewce.

Ks. Tadeusz Zadykiewicz opracowując to zagadnienie w kontekście nauczania papieskiego napisał m.in.: „Problemem moralnym staje się zatem nie tylko posiadanie czasu wolnego, ale także sposób jego wykorzystania. Dotyczy to w szczególności specyficznej kategorii czasu wolnego, jaką jest czas na emeryturze. Czas wolny, jako czas do zagospodarowania, nie może oznaczać beczynności. Nie jest to także czas absolutnie wolny, zwłaszcza gdyby tę wolność rozumieć jako wolność od zasad moralnych. Trzeba go odnosić do powołania chrześcijańskiego obejmującego całe życie i do podstawowych płaszczyzn ludzkiego życia.

Czas wolny jest człowiekowi niezbędny przede wszystkim ze względu na jego ludzką godność oraz związane z nią potrzeby. Ma do spełnienia swoje zadanie w osobistym rozwoju człowieka, we wszechstronnym kształtowaniu jego osobowości. Użyty na wypoczynek, regenerację sił, odprężenie, życie kulturalne, kontakt z przyrodą, może przyczynić się do doskonałości umysłu i ciała, równowagi ducha, wzmocnienia zdrowia psychicznego i fizycznego. Papież wskazuje, że drogą ku temu mogą być swobodne zajęcia i studia, podróże w obce strony (turystyka), obcowanie z pięknem, ćwiczenia i pokazy sportowe, wysiłek fizyczny. Regeneracja sił fizycznych powinna wiązać się z duchowym odpoczynkiem, który prowadzi do odnalezienia i wypracowania w sobie „nowego stworzenia”. Jan Paweł II, nawiązując do C. K. Norwida, mówi, że „odpocząć”

znaczy „począć na nowo”. Człowiek zatem w czasie wolnym może rozwijać te siły i uzdolnienia, których nie mógłby doskonalić w pracy zawodowej; może skupić się na dialogu z samym sobą. Czas wolny potwierdza więc prymat godności człowieka nad wymogami ekonomii.

Czas wolny ma także charakter społeczny, ponieważ może sprzyjać braterskiej wspólnotcie, służyć umocnieniu więzi międzyludzkich, zwłaszcza rodzinnych, wzajemnemu poznaniu wzbogacającemu ludzi, także nawiązaniu braterskich stosunków między ludźmi różnych stanów, narodowości i ras. Jest to również czas na pogłębianie więzi społecznych.

Czas wolny ma również wymiar religijny, ponieważ wiąże się z obowiązkiem poświęcenia czasu. Powinien być czasem nawiązania relacji z Bogiem poprzez modlitwę i życie kultyczne, czasem odniesienia wszelkiej aktywności do Boga. Potwierdza on absolutny prymat Boga. Jest naśladowaniem odpoczynku Boga i jednocześnie zapowiada nadejście „nowego nieba” i „nowej ziemi”, gdzie człowiek zostanie wyzwolony ostatecznie z niewoli swoich potrzeb. Odpoczynek jest rzeczą „świętą”, pozwala on wyrwać się człowiekowi z rytmu ziemskich zajęć, nierzadko nazbyt go pochłaniają-

cych, i na nowo uświadomić sobie, że wszystko jest dziełem Bożym”.

Te liczne możliwości wiążące się z czasem wolnym byłyby trudne do zrealizowania, gdyby nie został zagwarantowany przynajmniej jeden dzień w tygodniu, pozwalający wszystkim na odpoczynek i świętowanie.

Zadbajmy zatem, aby posiadać czas wolny w swoim życiu. Zadbajmy o to, aby ten czas dobrze spożytkować. Od tego jak wykorzystujemy czas wolny zależeć będzie jakość naszego życia, naszego funkcjonowania w społeczeństwie.

Opracował: KS. MAREK RUSECKI

PRACA (3) – Na wstępie kilka wypowiedzi świętego Jana Pawła II na temat pracy:

Z pracy swojej ma człowiek pożywać chleb codzienny (por. Ps 128 [127], 2; por. także Rdz 3, 17 nn.; Prz 10, 22; Wj 1, 8–14; Jr 22, 13) i poprzez pracę ma się przyczyniać do ciągłego rozwoju nauki i techniki, a zwłaszcza do nieustannego podnoszenia poziomu kulturalnego i moralnego społeczeństwa, w którym żyje jako członek braterskiej wspólnoty; praca zaś oznacza każdą działalność, jaką człowiek spełnia, bez względu na jej charakter i okoliczności, to znaczy każdą działalność człowieka, którą za pracę uznać można i uznać należy pośród całego bogactwa czynności, do jakich jest zdolny i dysponowany poprzez samą swoją naturę, poprzez samo człowieczeństwo. Stworzony bowiem na obraz i podobieństwo Boga Samego (por. Rdz 1, 26) wśród widzialnego wszechświata, ustanowiony, aby ziemię czynić sobie poddaną (por. Rdz 1, 28), jest człowiek przez to samo od początku powołany do pracy. Praca wyróżnia go wśród reszty stworzeń, których działalności związanej z utrzymaniem życia nie można nazywać pracą – tylko człowiek jest do niej zdolny i tylko człowiek ją wykonuje, wypełniając równocześnie pracą swoje bytowanie na ziemi. Tak więc praca nosi na sobie szczególne znamię człowieka i człowieczeństwa, znamię osoby działającej we wspólnocie osób – a znamię to stanowi jej wewnętrzną kwalifikację, konstytuuje niejako samą jej naturę.

Laborem exercens, 1.

Ogólnie rzecz biorąc, bogactwem człowieka jest to wszystko, co przychodzi mu z pomocą w wysiłku utrzymania się przy życiu i panowania nad przyrodą. Jednak rzeczy stają się naprawdę bogactwem człowieka tylko wtedy, gdy człowiek dochodzi do nich poprzez pracę. Przez pracę człowiek panuje nad naturą i użytkuje wszystkie rzeczy. Poprzez pracę człowiek troszczy się o ziemię, używa jej bogactw dla własnego życia, a zarazem ulepsza tę ziemię i broni jej.

Rimini, 29 sierpnia 1982

Nauczanie społeczne świętego Jana Pawła II



część 3.

[...] praca jest dla człowieka, a nie człowiek dla pracy; stąd również przedsiębiorstwo jest dla człowieka, a nie człowiek dla przedsiębiorstwa. Dla społeczeństwa, które chce być sprawiedliwe, przewyżczenie nienaturalnej i nie logicznej sprzeczności między kapitałem i pracą – często sztucznie wyolbrzymianej przez zaprogramowaną walkę klas – jest niezbędnym warunkiem uzasadnionym prymatem człowieka nad rzeczami. Jedynie człowiek – przedsiębiorca czy robotnik – jest przedmiotem pracy i jest osobą; kapitał jest niczym innym jak „zespołem środków produkcji”.

Barcelona, 7 listopada 1982

Praca jest też podstawowym wymiarem ludzkiego bytowania na ziemi. Dla człowieka posiada ona nie tylko znaczenie techniczne, ale także znaczenie etyczne. O tyle tylko można powiedzieć, że człowiek przez pracę czyni sobie ziemię „poddaną”, o ile człowiek sam przez swoje postępowanie okazuje się panem, a nie niewolnikiem ziemi, a także panem, a nie niewolnikiem pracy.

Homilia w czasie Mszy św. dla pielgrzymów z Górnego Śląska i Zagłębia Dąbrowskiego, Jasna Góra, 6 czerwca 1979

Praca ludzka: czyż nie jest ona stałym punktem odniesienia całego społeczeństwa, a w tym społeczeństwie – każdej rodziny? Słusznie więc ktoś w Polsce powiedział: „Została nam zadana praca nad pracą”. Tak. Wydarzenia lat osiemdziesiątych postawiły nam wszystkim to własne zadanie: „pracy nad pracą”. W wielu wymiarach. Bo praca ludzka ma wiele wymiarów i aspektów dla niej istotnych. Stale więc pozostaje naszym polskim zadaniem „praca nad pracą” w odniesieniu do podstawowych praw i wymagań życia rodzinnego. Nieustannie trzeba podejmować to zadanie.

Homilia w czasie Mszy św. dla rodzin, Szczecin, 11 czerwca 1987

Zgadzamy się wszyscy z ogólnym twierdzeniem, że praca stanowi dla człowieka podstawowy obowiązek. Ona sprawia, że człowiek realizuje

Dokończenie na str. 14

Dokończenie ze str. 13

się w swoim życiu, rozwija się., a także nadaje sens ludzkiemu życiu.

Praca powinna być zatem pasją, etosem, wartością. Jednak wielu z nas tak nie myśli, a nawet są tacy, którzy na temat pracy w ogóle nie myślą. Mówią zazwyczaj, że praca to przykry obowiązek, to zło konieczne, to tylko sposób na zdobycie środków do utrzymania siebie i rodziny, itp.

Są również i tacy, którzy oddają się pracy całkowicie – są to pracoholicy, którzy zaniedbują inne obszary ludzkiego życia. Oni nie mają czasu dla siebie, dzieci, żony, bliskich. Obydwe postawy są negatywne.

Jest jeszcze jedna grupy ludzi, którzy stanowią bezrobotni. Są to ci, którzy nie podejmują pracy ze względu na jej brak, ale po prostu nie chcą pracować. Uważają, że bez pracy też można żyć. Przeróżające jest to, że grupę tę stanowią ludzie młodzi.

Wszystkie te trzy postawy są złe, dlatego warto w tym względzie wsłuchać się w nauczanie świętego Jana Pawła II. Zagadnienie to obszernie przedstawił w encyklice Laborem exercens.

Nauczanie Papieża stoi na gruncie personalistycznego charakteru pracy, jej godności i ludzkiej osobowości. Podkreśla miejsce i znaczenie pracy w realizacji powołania człowieka oraz dzieła zbawienia. Zwraca uwagę na wszystkie elementy, które kształtują techniczny, ekonomiczny i społeczny system pracy we współczesnym świecie. Zdaniem Papieża problematyka ludzkiej pracy sprowadza się nie tylko do techniki i ekonomii, ale do jej kategorii podstawowej – do człowieka.

Oprócz podmiotowości Jan Paweł II podkreśla godność podmiotu pracującego. Papież naucza, że nie da się wypowiedzieć prawdy

Nauczanie społeczne świętego Jana Pawła II

o człowieku, nie pamiętając, że jest przez Boga stworzony i przez Boga odkupiony. Każda praca realizuje się przez ludzki czyn, przez działanie osoby. Jest więc związana z osobą i jej godnością.

Jan Paweł II podejmując rozważania o pracy ludzkiej stwierdza – jak już wyżej wspomniano – przede wszystkim to, że człowiek jest podmiotem pracy. W swojej encyklice napisał na ten temat:

„Człowiek dlatego ma czynić sobie ziemię poddaną, ma nad nią panować, ponieważ jako „obraz Boga” jest osobą, czyli bytem podmiotowym uzdolnionym do planowego i celowego działania, zdolnym do stanowienia o sobie i zmierzającym do spełnienia siebie. Jako osoba jest wtedy człowiek podmiotem pracy. Jako osoba pracuje, wykonuje różne czynności przynależące do procesu pracy, a wszystkie one, bez względu na ich charakter, mają służyć urzeczywistnieniu się jego człowieczeństwa, spełnieniu osobowego powołania, które jest mu właściwe z racji samego człowieka. Zasadnicze prawdy na ten temat zostały

świeżo przypomniane przez Sobór Watykański II w Konstytucji Gaudium et spes, zwłaszcza w rozdziale I poświęconym powołaniu człowieka.

Tak więc owo „panowanie”, o jakim mówi rozważany tutaj biblijny tekst, odnosi się nie tylko do przedmiotowego wymiaru pracy, ale wprowadza nas równocześnie w zrozumienie jej wymiaru podmiotowego. Praca jako proces, poprzez który człowiek i ludzkość „czyni sobie ziemię poddaną”, tylko wówczas odpowiada temu podstawowemu pojęciu z Biblii, gdy równocześnie w tym całym procesie człowiek ujawnia siebie jako tego, który „panuje”. Owo panowanie odnosi się do wymiaru podmiotowego ponieważ bardziej niż do przedmiotowego: wymiar ten warunkuje samą etyczną istotę pracy. Nie ulega bowiem wątpliwości, że praca ludzka ma swoją wartość etyczną, która wprost i bezpośrednio pozostaje związana z faktem, iż ten, kto ją spełnia, jest osobą, jest świadomym i wolnym, czyli stanowiącym o sobie podmiotem.

Ta prawda, która stanowi jakby sam podstawowy i odwieczny rdzeń chrześcijańskiej nauki o pracy ludzkiej, posiadała i posiada zasadnicze znaczenie dla kształtowania doniosłych problemów społecznych w wymiarze całych epok”.

W aspekcie społecznym pracy ludzkiej Jan Paweł II szczególnie miejsce poświęca rodzinie i solidarności, zarówno narodowej, jak i międzynarodowej ludzi pracy.

W swojej encyklice napisał m.in.:

„Praca stanowi podstawę kształtowania życia rodzinnego, które jest naturalnym prawem i powołaniem człowieka. Te dwa kręgi wartości – jeden związany z pracą, drugi wynikający z rodzinnego charakteru życia ludzkiego – muszą łączyć się z sobą prawidłowo

Dokończenie na str. 18

Bogactwo szalwii!

Oryginalne, wielokrotnie wyróżnione, znane na świecie są cukierki szalwiowe firmy Reutter!

- ✓ poprawiają funkcjonowanie gardła i krtani
- ✓ odświeżają śluzówkę jamy ustnej, gardła, górnych dróg oddechowych
- ✓ zawierają wysokiej jakości składniki
- ✓ cukierki szalwiowe firmy Reutter w milionach ust na świecie
- ✓ dla całej rodziny!

Reutter ponad 100 lat zaufania

PRODUKT ROKU: 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017

Natura ma rację Reutter

Współczesna medycyna wciąż wykorzystuje tradycyjne receptury.

Rośliny mają moc! Głóg na przykład wspomaga pracę serca i regulację krążenia krwi. Cukierki głogowe z ekstraktem z liści i kwiatów głogu wiodącej firmy Reutter zostały wyróżnione przez Fundację Rozwoju Kardiochirurgii w Zabrze.

Dostępne w aptekach i zielarniach.



Jeszcze można zaprenumerować „Drogę Extra”!

„Droga Extra do Bierzmowania”

to nowy dodatek do dwutygodnika dla młodzieży DROGA.

Młodzież przygotowująca się do bierzmowania wkracza w trudny wiek. Zadaje wiele pytań, podważa i kwestionuje autorytet dorosłych. Do młodych docierają jednak dobrze opracowane argumenty i udokumentowane fakty. Zawiera je nowy dodatek do dwutygodnika dla młodzieży DROGA pt. „Droga Ekstra do Bierzmowania”, który przedstawia nauczanie Kościoła od strony argumentów nauki.

Rzetelna nauka nie konkuruje z Kościołem, a konkretne argumenty nie tylko uwiarygadniają Jego nauczanie, ale też zmuszają do refleksji nawet najbardziej krytyczną młodzież.

W każdym numerze (wydawany raz w miesiącu od października do maja) zawieramy również treści katechetyczne, opracowane na podstawie najnowszych wskazań dla bierzmowanych Konferencji Episkopatu Polski, najważniejsze aspekty sakramentu dojrzałości chrześcijańskiej oraz autentyczne świadectwa – przykłady rozwiązywania problemów życiowych w świetle przykazań i Ewangelii.

Każdy numer „Drogi Ekstra do Bierzmowania” to omówienie aktualnych problemów dotyczących młodych ludzi.

W przygotowaniu wydania nt.:

- współczesnych uzależnień
- sekt
- mediów

ZAMÓWIENIA:

tel.: 12 431 07 24

prenumerata@droga.com.pl

Cena 1 egzemplarza wynosi 5 zł. Koszt prenumeraty ośmiu kolejnych numerów wynosi 40 zł (wraz z przesyłką).

Prenumerata obejmuje numery od października 2017 do maja 2018 r.

Rodzice, Rodzice Chrzestni, Dziadkowie!
Pomóżcie młodzieży!
Zaprenumerujcie „Drogę Extra do Bierzmowania”!



Pytajcie w swoich parafiach i dobrych księgarniach!

UWAGA! Istnieje możliwość zamówienia numerów wcześniejszych:

- nr 1 – Kościół prześladowany
- nr 2 – Warto czekać (o seksualności i miłości)
- nr 3 – Wirtualne życie i realne problemy (o uzależnieniu od internetu)
- nr 4 – Pułapka porno (o pornografii)
- nr 5 – Życiu człowieka zawsze TAK (o aborcji i antykoncepcji)

polecenie przelewu / wpłata gotówkowa

nazwa odbiorcy		Stowarzyszenie „Nasza Przyszłość”	
nazwa odbiorcy cd.		ul. Kazimierza Wielkiego 18/3, 30-074 Kraków	
I.k.	nr rachunku odbiorcy		
4 2 1 2 4 0 4 6 5 0 1 1 1 1 0 0 0 0 5 1 4 8 6 2 3 3			
W P		waluta	kwota
		PLN	40
nr rachunku zleceniodawcy (przelew) / kwota słownie (wpłata)			
czterdzieści złotych			
nazwa zleceniodawcy			
adres zleceniodawcy: ulica, nr domu, nr mieszkania, kod pocztowy, miejscowość			
tytułem			
Prenumerata „Drogi EXTRA”			
pieczęć, data i podpis(y) zleceniodawcy		opłata:	

odcinek dla zleceniodawcy

POLSKIE
STOWARZYSZENIE
OBROŃCÓW ŻYCIA
CZŁOWIEKA



**Każdy człowiek ma prawo do życia!
Każde poczęte dziecko także!**

Naukowcy i lekarze: od poczęcia – człowiek

„**Człowiek** jest już człowiekiem od momentu, gdy męski plemnik zapłodni żeńską komórkę jajową.” *prof. dr hab. med. E. Blechschmidt, dyrektor Instytutu Anatomii Uniwersytetu w Getyndze, Niemcy*

„Szacunek dla nowego życia od samego poczęcia i uznanie **dziecka** za partnera w dialogu są bardzo ważne. Ten dialog rozpoczyna się w momencie poczęcia.” *prof. dr hab. P. G. Fedor-Freybergh, psycholog, Sztokholm*

„Od momentu poczęcia istnieje żywa istota. Nienarodzone **dziecko** jest osobą.” *prof. dr med. A. Ingelman-Sunberg, kierownik Kliniki Ginekologii i Położnictwa w Sztokholmie*

„Żywot **człowieka** rozpoczyna się w momencie poczęcia, to jest zapłodnienia i kończy się w momencie śmierci.” *prof. zw. dr hab. med. R. Klimek, członek Królewskiego Towarzystwa Lekarskiego w Londynie*

Niech żyje Polska!

Polska będzie tylko wówczas żyła, gdy będą żyły polskie, poczęte, a jeszcze nie narodzone dzieci! Zofia Kossak-Szczucka pisała: „Wszyscy mamy zrozumienie i poczucie gorącej odpowiedzialności, że musimy ratować życie nienarodzonych dzieci. Składana ustawicznie hekatomba niewinnych ofiar, wśród których znajdowali się zapewne, obok ludzi przeciętnych, geniusze, wielcy przywódcy narodu, artyści, myśliciele, uczeni – zubożyła naród w sposób nie dający się naprawić”. („Słowo Powszechne”, 23 marca 1958)

To bohaterkie matki ocaliły życie swych nienarodzonych dzieci – wielkich Polaków: św. Jana Pawła II i wielkiego patrioty Jana-Nowaka Jeziorańskiego. Kierowane wielką miłością macierzyńską, bojażnią Bożą, ryzykując własnym życiem, wbrew radom lekarzy powiedziały „tak” życiu swych dzieci. To ich miłości, odwadze i ufności Opatrzności Bożej zawdzięczamy życie i dokonania św. Jana Pawła II i wybitnego patrioty Jana Nowaka-Jeziorańskiego. Warto w tym miejscu przywołać informację z Wielkiej Brytanii odnośnie do błędnych diagnoz lekarskich, będących „wskazaniem” do aborcji. Czasopismo „Independent” (23.05.2006) opublikowało wyniki badań medycznych – przeprowadzonych na zwłokach 3000 nienarodzonych dzieci. Badania te dowiodły, że **tylko 39% prenatalnych diagnoz medycznych, które stanowiły „prawne” przesłanki aborcji, było prawidłowych...**! (AZ)

Św. Jan Paweł II

Dr Samuel Taub poznał oficera Karola Wojtyłę, urzędnika Powiatowej Komendy Uzuppełnień. Karol Wojtyła senior i jego żona Emilia Wojtyłowa z Kaczorowskich mieli syna Edmunda, który urodził się w Krakowie w 1906 r. Kolejne dziecko Wojtyłów – córka Olga urodziła się i zmarła 7 lipca 1914 r. Śmierć była wynikiem komplikacji poporodowych. Kolejna ciąża p. Emilii okazała się bardzo zagrożona, ryzykowna dla jej zdrowia i życia. Emilia Wojtyłowa, będąca pod opieką lekarza ginekologa, była namawiana do aborcji. Państwo Wojtyłowie skorzystali z konsultacji z innym lekarzem – właśnie Samuelem Taubem, który podjął się prowadzenia pacjentki. Zagwarantował matce i dziecku swoją opiekę, dając odpowiednie wskazówki medyczne, aby doprowadzić do szczęśliwego rozwiązania. I tak się stało. 18 maja 1920 r. przyszedł na świat Karol Wojtyła junior, późniejszy papież Jan Paweł II. (W. Złotek, „Żydowski lekarz uratował Papieża”, „Niedziela” nr 25/2014)



fol. G. Gałązka

Jan Nowak-Jeziorański

Swoim charakterystycznym głosem opowiadał o swojej mamie. – Zawsze była bardzo chorowita – stwierdził. I mówił dalej: „Pewnego roku rozpoznano u niej początki gruźlicy. A na to nałożył się fakt, że była w ciąży. Rada lekarzy orzekła, że powinno się płód usunąć, bo jeśli nawet go donosi i urodzi, to na pewno po wysiłku związanym z ciążą zapadnie na galopującą gruźlicę, a to oznaczało niechybną śmierć. Zresztą i urodzone dziecko z pewnością będzie zakażone gruźlicą. Moja Mama, jako osoba bardzo religijna, stwierdziła, że bardziej trzeba słuchać Pana Boga niż ludzi i że jeśli będzie musiała umrzeć, to umrze, ale dziecka nie usunie. Urodziłem się, a ona nie była potem nigdy chora, nawet na grypę. Dożyła 95 lat i była zawsze bardzo szczęśliwa. Tak, to... cud narodzin”. („Sprawy Rodziny”, nr 69/1/2005)



fol. Wikimedia Commons

Zamów „Modlitewnik obrońcy życia”!

Każdy z nas winien bronić życia każdego człowieka: narodzonego i nienarodzonego, zdrowego i chorego, młodego i w podeszłym wieku – ileż razy Święty Jan Paweł II apelował tak do nas! Na ileż to różnych sposobów możemy i powinniśmy służyć życiu. Ale jest tylko jeden najważniejszy i decydujący – to modlitwa.

Przytoczę w tym miejscu tylko trzy wypowiedzi wielkich obrońców życia:

Św. Jan Paweł II: „Pilnie potrzebna jest wielka modlitwa za życie, przenikająca cały świat.”

Były **prezydent USA Ronald Regan:** „Modlitwa i działanie potrzebne są dla ratowania życia nienarodzonych.”

Dr med. Jack Willke, prezes Światowej Federacji Obrony Życia wymieniając cztery podstawowe sposoby obrony życia **zawsze** na pierwszym miejscu wymieniał **modlitwę**.

Przygotowany przez Polskie Stowarzyszenie Obrońców Życia Człowieka „Modlitewnik obrońcy życia” pomoże w prowadzeniu tej zasadniczej formy obrony życia człowieka.



„Modlitewnik obrońcy życia” można zamawiać listownie (Polskie Stowarzyszenie Obrońców Życia Człowieka, ul. Krowoderska 24/1, 31-142 Kraków), telefonicznie (od poniedziałku do piątku w godz. od 9.00 do 15.00, tel.: **12 633 12 46**), e-mailowo: zamawiam@pro-life.pl lub przez formularz: www.pro-life.pl/modlitewnik-obroncy-zycia
Cena (razem z przesyłką): 9,90 zł.



Twój dar może ocalić życie poczętego dziecka, uchronić zdrowie psychiczne i fizyczne matki przed skutkami aborcji, uchronić sumienie matki, ojca, personelu medycznego przed popełnieniem straszliwego grzechu

Od 1979 roku zaangażowani jesteśmy w obronę życia poczętych dzieci. Od 1999 roku działamy w ramach Polskiego Stowarzyszenia Obrońców Życia Człowieka, organizacji pożytku publicznego, pomagając samotnym matkom, ubogim rodzinom i prowadząc szeroką działalność apostołsko-edukacyjną wspierającą budowanie Cywilizacji Życia w naszej Ojczyźnie. **Nasza działalność możliwa jest tylko dzięki ofiarom ludzi dobrej woli, którzy swymi darami wspierają ochronę życia nienarodzonych.** Pragniemy podkreślić, że nasze Stowarzyszenie ściśle współpracuje z instytucjami Kościoła katolickiego i cieszy się poparciem jego Hierarchów. Święty Jan Paweł II wielokrotnie przyjmował w Watykanie naszych przedstawicieli i błogosławił, a regularne spotkania z naszymi Księżmi Biskupami są dla nas źródłem inspiracji i umocnienia w służbie życia człowieka.

Znajdujemy się w decydującym czasie zmagani o pełne prawo do życia dla każdego – bez żadnych wyjątków – poczętego dziecka. Od września br. w całej Polsce prowadzona była zbiórka podpisów pod projektem ustawy zakazującej tzw. aborcji eugenicznej. Projekt „Zatrzymaj aborcję”, złożony przez Fundację Życie i Rodzina, zakłada wykreślenie z ustawy z 1993 r. zapisu pozwalającego na zabicie nienarodzonego dziecka, jeśli „badania prenatalne lub inne przesłanki medyczne wskazują na duże prawdopodobieństwo” jego ciężkiej choroby lub niepełnosprawności. **Projekt tej ustawy trafił już pod obrady Sejmu.** W świetle powyższych faktów, wszyscy obrońcy życia muszą się szczególnie zmobilizować i pokazać, że Polacy chcą chronić życie nienarodzonych dzieci i nie dają przyzwolenia na dyktat środowisk lewicowo-liberalnych. Na spotkaniach ludzie często pytają mnie jak to zrobić. **Od lat daję tę samą odpowiedź: modlić się, uczyć się, uczyć innych i wspierać organizacje pro-life.** A zatem:

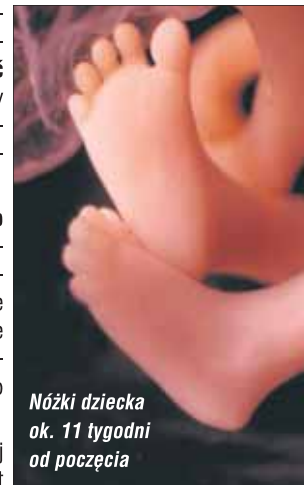
- 1. Módlmy się.** Mija właśnie XXVII rok Krucjaty Modlitwy w Obronie Poczętych Dzieci (www.krucjata.org) i X rok Światowej Krucjaty Modlitwy – World Prayer for Life (www.world-prayer-for-life.org). Te wielkie dzieła modlitewne mogą zmienić Polskę i świat i są potężnym orężem w walce o prawo do życia dla każdego człowieka. Szczególnie zachęcam do włączenia się w Krucjatę Modlitwy w Obronie Poczętych Dzieci.
- 2. Szukajmy rzetelnych informacji.** Media świeckie jakże często nierzetelnie przedstawiają problematykę ochrony życia poczętych dzieci. Korzystajmy sami i zachęcajmy innych do regularnego korzystania z mediów katolickich i serwisów internetowych obrońców życia (np. www.pro-life.pl).
- 3. Wspierajmy organizacje pro-life.** Organizacje te są rzecznikami obrony życia człowieka, to dzięki nim pokazywana jest prawda o początku ludzkiego życia, to one drukują materiały edukacyjne, organizują spotkania i konferencje, piszą projekty ustaw chroniących życie, wywierają nacisk na polityków. To one prowadzą bezpośrednią, nierówną walkę z „postępowymi” mediami i organizacjami. Jednak bez środków finansowych nie są w stanie tego skutecznie robić. Aby efektywnie działać, trzeba mieć silną organizację. Gorąco zachęcam do wpłat na pomoc niewinnym i bezbronnym dzieciom.

Ufam, że nasza mobilizacja: modlitewna, obywatelska i finansowa zostanie zauważona przez rządzących; rządzący przestaną się obawiać i zaczną efektywnie działać w celu wzmocnienia ochrony życia każdego poczętego dziecka. **Pan Bóg otacza szczególną opieką i darzy specjalnym błogosławieństwem tych, co bronią życia i tych, którzy wspierają wielkie dzieło obrony życia człowieka. Pokornie, serdecznie proszę o modlitwę w intencji obrony życia każdego poczętego dziecka i proszę także o ofiary na dzieło ratowania nienarodzonych. Szczęść Boże!**

Antoni Zięba

dr inż. Antoni Zięba

prezes Polskiego Stowarzyszenia Obrońców Życia Człowieka



Nóżki dziecka ok. 11 tygodni od poczęcia

foto. A. Zachwieja

polecenie przelewu / wpłata gotówkowa	nazwa odbiorcy Polskie Stowarzyszenie Obrońców Życia Człowieka	
	nazwa odbiorcy cd. ul. Krowoderska 24/1, 31-142 Kraków	
	I.k. 9 3	nr rachunku odbiorcy 1 2 4 0 4 6 5 0 1 1 1 1 0 0 0 0 5 1 5 0 8 4 0 1
	kwota W P	
	nr rachunku zleceniodawcy (przelew) / kwota słownie (wpłata)	
	nazwa zleceniodawcy	
	adres zleceniodawcy: ulica, nr domu, nr mieszkania, kod pocztowy, miejscowość	
	tytułem IP 01. Wpłata daru na obronę życia człowieka.	
	pieczęć, data i podpis(y) zleceniodawcy	
	opłata:	
odcinek dla banku / odbiorcy DOWÓD/POKWITOWANIE DLA ZLECENIODAWCY	nr rachunku odbiorcy 93 1240 4650 1111 0000 5150 8401	
	odbiorca Polskie Stowarzyszenie Obrońców Życia Człowieka ul. Krowoderska 24/1 31-142 Kraków	
	kwota	
	zleceniodawca	
	imię i nazwisko	
	ulica, nr domu, nr miesz.	
	kod pocztowy, miejscowość	
	IP 01. Wpłata daru na obronę życia człowieka.	
	opłata:	

Dokończenie ze str. 14

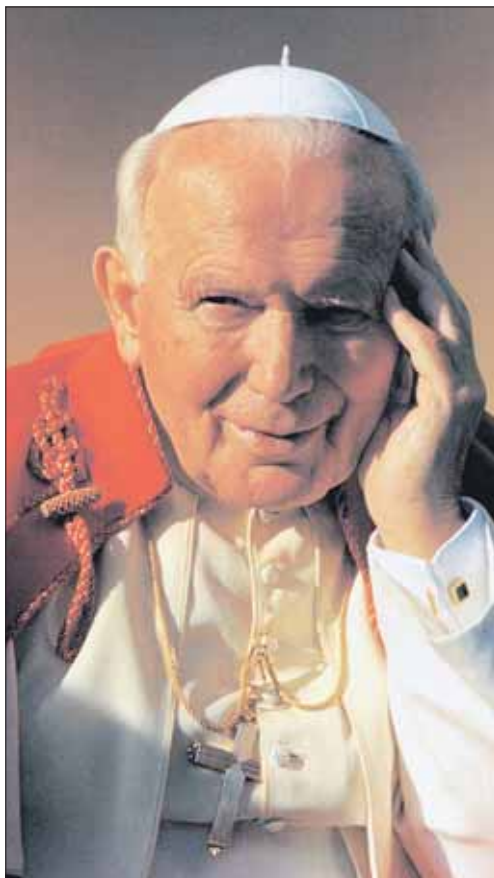
i wzajemnie się przenikać. Praca jest poniekąd warunkiem zakładania rodziny, rodzina bowiem domaga się środków utrzymania, które w drodze zwyczajnej nabywa człowiek przez pracę. Praca i pracowitość warunkują także cały proces wychowania w rodzinie właśnie z tej racji, że każdy „staje się człowiekiem” między innymi przez pracę, a owo stanie się człowiekiem oznacza właśnie istotny cel całego procesu wychowania. Oczywiście, że wchodzi tutaj w grę poniekąd dwa znaczenia pracy: ta, która warunkuje życie i utrzymanie rodziny – i ta, poprzez którą urzeczywistniają się cele rodziny, zwłaszcza wychowanie; tym niemniej te dwa znaczenia pracy łączą się z sobą i dopełniają (...).”

Głęboka niesprawiedliwość i poniżenie człowieka pracującego wymusiły działania integracyjne świata pracy, które połączyły świat pracy w obronie ludzkiej godności. Jan Paweł II uważa, iż ta kwestia wyzwoliła ogromny zryw solidarności między ludźmi pracy na całym świecie. W swojej encyklice napisał m.in.:

„(...) krąg wartości, który wylania się (...) w perspektywie podmiotu pracy – odnosi się do owego wielkiego społeczeństwa, do którego człowiek przynależy na podstawie szczególnych więzi kultury i historii. Społeczeństwo takie – chociażby nie osiągnęło jeszcze dojrzałej formy narodu – jest nie tylko wielkim, chociaż pośrednim „wychowawcą” każdego człowieka (każdy wszak wychowuje się w rodzinie na tych treściach i wartościach, jakie składają się na całość kultury danego narodu); jest ono także wielkim historycznym i społecznym wcieleniem pracy całych pokoleń. To wszystko sprawia, że człowiek swoją głębszą tożsamość ludzką łączy z przynależnością do narodu, swoją zaś pracę pojmując także jako pomnożenie dobra wspólnego wypracowywanego przez jego rodaków, uświadamiając sobie przy tym, że na tej drodze praca ta służy pomnażaniu dorobku całej rodziny ludzkiej, wszystkich ludzi żyjących na świecie.

Skoro mowa o pracy ludzkiej w podstawowym dla niej wymiarze podmiotu, czyli człowieka-osoby, który tę pracę wypełnia, należy z tego punktu widzenia dokonać bodaj pobieżnie oceny procesów, które na przestrzeni tych 90 lat, jakie nas dzielą od Rerum novarum, dokonały się w stosunku do przedmiotowego wymiaru pracy. O ile bowiem podmiot pracy jest zawsze ten sam – to znaczy człowiek – to natomiast w aspekcie przedmiotowym zachodzą daleko idące różnicowania. O ile ze względu na podmiot można powiedzieć, że praca jest jedna (jedna i za każdym razem niepowtarzalna), to natomiast z uwagi na jej przedmiotowe uwarunkowania należy stwierdzić, że istnieje wiele prac: wiele różnych prac. Rozwój ludzkiej cywilizacji przynosi w tej dziedzinie stałe wzbogacenie. Równocześnie jednak nie sposób nie zauważyć, że w procesie tego rozwoju nie tylko przybywają nowe odmiany pracy ludzkiej, ale także zanikają inne. Przyjmując, że w zasadzie jest to zjawisko prawidłowe, trzeba tym niemniej śledzić, czy i o ile nie wkradają

Nauczanie społeczne świętego Jana Pawła II



FOT. ARCHIWUM CALVIARINUM, „KALWARIA PAPIESKA”

się w nie również pewne nieprawidłowości, które ze względów etyczno-społecznych mogą być groźne.

Właśnie przecież ze względu na taką nieprawidłowość o wielkim zasięgu zrodziła się w wieku ubiegłym tak zwana kwestia robotnicza, określana także czasem jako „kwestia proletariacka”. Kwestia ta – razem z problemami, które się z nią łączą – stała się źródłem słusznej reakcji społecznej, wyzwoliła wielki zryw solidarności pomiędzy ludźmi pracy, a przede wszystkim pomiędzy pracownikami przemysłu. To wezwanie do solidarności i wspólnego działania skierowane do ludzi pracy – przede wszystkim wycinkowej, monotonnej pracy w zakładach przemysłowych, która ograniczała osobowość ludzką na rzecz panującej nad nią maszyny – posiadało swoją doniosłą wartość i wymowę z punktu widzenia etyki społecznej. Była to reakcja przeciwko degradacji człowieka jako podmiotu pracy, połączonej

z niesłychanym wysiłkiem w dziedzinie zarobków, warunków pracy i troski o osobę pracownika, która połączyła świat robotniczy we wspólnocie wielkiej solidarności”.

Niech zatem uważna lektura powyższych aspektów społecznych pracy ludzkiej w nauczaniu św. Jana Pawła II pomoże nam zrozumieć wartość naszej pracy i jej znaczenie w naszym życiu społecznym, w którym żyjemy – najpierw rodzinnym, następnie narodowym, a także międzynarodowym.

Niech w odkrywaniu piękna naszej pracy pomoże nam również poniższy fragment homilii św. Jana Pawła II.

Fragment homilii Jana Pawła II wygłoszonej podczas Mszy św. odprawionej dla świata pracy w Gdańsku w 1987 roku:

„Liturgia dzisiejsza mówi nam o tej odnowie i wyzwoleniu, sięgając do biblijnego początku człowieka na ziemi. Oto człowiek, którego Bóg stworzył na swój obraz i podobieństwo, stworzył jako mężczyznę i kobietę, stworzył pośrodku widzialnego wszechświata. Oto człowiek, do którego Stwórca mówi: „Bądźcie płodni i rozmnażajcie się, abyście zaludnili ziemię i uczynili ją sobie poddaną” (Rdz 1, 28).

Bóg daje człowiekowi ziemię i zadaje mu ją. W ten sposób zaś zadaje mu pracę: pracę pod wszystkimi postaciami, jaką ona przybierze w dziejach rodzaju ludzkiego, wraz z postępem i rozwojem ludzkiej wiedzy o świecie i o sobie. (...).

Praca ludzka. Jeszcze raz wyrażam radość, że mogę na tym etapie Kongresu Eucharystycznego być z wami w Gdańsku. W tym mieście bowiem, a równocześnie na całym Wybrzeżu Bałtyckim i w innych środowiskach pracy w Polsce, podjęto ogromny wysiłek, zmierzający do tego, by ludzkiej pracy przywrócić jej pełny wymiar osobowy i społeczny.

Wysiłek ten stanowi w dziejach „pracy nad pracą”, jak się wyraził współczesny polski myśliciel, doniosły etap. Nie tylko z polskiego punktu widzenia. Jest to etap ważny dla różnych środowisk, dla różnych rejonów współczesnego świata.

Może rozumie się tę sprawę słabiej w krajach dobrobytu, sięgającego aż do granic konsumpcyjnych nadużyć. Ale rozumie się wszędzie tam, gdzie problem pracy stoi nadal u podstaw autentycznego postępu i wyzwolenia człowieka. Praca bowiem posiada taki właśnie wymiar, jak na to wskazuje nauczanie Kościoła, poczynając od Ewangelii i Ojców, a w czasach ostatnich od Rerum novarum po Laborem exercens.

Ewangelia dzisiejszej liturgii wprowadza nas poniekąd w samo centrum tego problemu. Oto gospodarz, który o różnych porach dnia umawia się z robotnikami o pracę w winnicy. Winnica jest warsztatem pracy typowym dla kraju, w którym Jezus nauczał. A chociaż warsztat ten może się słusznie wydawać bardzo skromny

wobec tego, czym są współczesne warsztaty pracy przemysłowej, choćby takie jak Stocznia Gdańska, to jednak znajdujemy się z pewnością na linii odwiecznej analogii.

Gospodarz mówi do robotników: „Idźcie... do mojej winnicy, a co będzie słuszne, dam wam” (Mt 20, 4). A zatem umowa o pracę, a równocześnie sprawa słusznego wynagrodzenia, czyli sprawiedliwej zapłaty za pracę.

Wokół tej odwiecznej sprawy narastają z pokolenia na pokolenie dzieje sprawiedliwości – i niesprawiedliwości – w stosunkach wzajemnych między pracodawcą a pracownikiem. Narasta jeden z centralnych rozdziałów kwestii społecznej. Praca bowiem leży w samym centrum tej doniosłej „kwestii”. Prawda, że za pracę trzeba zapłacić, ale to jeszcze nie wszystko. Praca – to znaczy człowiek. Człowiek pracujący. Jeśli więc chodzi o sprawiedliwy stosunek między pracą a płacą, to nie można go nigdy dostatecznie określić, jeśli się nie wyjdzie od człowieka jako podmiotu pracy.

Praca nie może być traktowana – nigdy i nigdzie – jako towar, bo człowiek nie może dla człowieka być towarem, ale musi być podmiotem. W pracę wchodzi on poprzez całe swoje człowieczeństwo i całą swą podmiotowość. Praca otwiera w życiu społecznym cały wymiar podmiotowości człowieka, a także podmiotowości społeczeństwa, złożonego z ludzi pracujących. Trzeba zatem widzieć wszystkie prawa człowieka w związku z jego pracą i wszystkim czynić zadość.

Za pracę ludzką trzeba zapłacić i równocześnie: na pracę człowieka nie sposób odpowiedzieć samą zapłatą. Przecież – jako osoba – jest on nie tylko „wykonawcą”, lecz jest współtwórcą dzieła, które powstaje na warsztacie pracy. Ma zatem prawo do stanowienia również o tym warsztacie. Ma prawo do pracowniczej samorządności – czego wyrazem są między innymi związki zawodowe: „niezależne i samorządne”, jak podkreślono właśnie tu, w Gdańsku. Z kolei, praca ludzka – poprzez setki i tysiące, jeśli nie miliony, warsztatów – przyczynia się do dobra wspólnego społeczeństwa. Ludzie pracy w tej właśnie pracy znajdują tytuł, wieloraki i różnorodny, bo i praca ludzka jest wieloraka i różnorodna – a więc tytuł do stanowienia o sprawach całego społeczeństwa, które żyje i rozwija się z ich pracy.

„Umowy gdańskie” pozostaną w dziejach Polski wyrazem tej właśnie narastającej świadomości ludzi pracy odnośnie do całego ładu społeczno-moralnego na polskiej ziemi. Sięgają one swą genezą do tragicznego grudnia 1970 roku. I pozostają wciąż zadaniem do spełnienia!

Przejdźmy jeszcze do drugiego czytania dzisiejszej liturgii. „Jeden drugiego brzemiona noście” – pisze św. Paweł do Galatów (6, 2), a słowa te mają wielką nośność. „Jeden... drugiego”. Człowiek nie jest sam, żyje z drugimi, przez drugich, dla drugich. Cała ludzka egzystencja ma właściwy sobie wymiar wspólnotowy – i wymiar społeczny. Ten wymiar nie może oznaczać redukcji osoby ludzkiej, jej talentów, jej możliwości, jej zadań. Właśnie z punktu widzenia wspólnoty społecznej musi być dość przestrzeni dla każdego. Jednym z ważnych

zadań państwa jest stwarzanie tej przestrzeni, tak aby każdy mógł przez pracę rozwinąć siebie, swoją osobowość i swoje powołanie. Ten osobowy rozwój, ta przestrzeń osoby w życiu społecznym jest równocześnie warunkiem dobra wspólnego. Jeśli człowiekowi odbiera się te możliwości, jeśli organizacja życia zbiorowego zakłada zbyt ciasne ramy dla ludzkich możliwości i ludzkich inicjatyw – nawet, gdyby to następowało w imię jakiejś motywacji „społecznej” – jest, niestety, przeciw społeczeństwu. Przeciwnego do jego dobru – przeciw dobru wspólnemu.

„Jeden drugiego brzemiona noście” – to zwięzłe zdanie Apostoła jest inspiracją dla międzyludzkiej i społecznej solidarności. Solidarność – to znaczy: jeden i drugi, a skoro brzemię, to brzemię niesione razem, we wspólnocie. A więc nigdy: jeden przeciw drugiemu. Jedni przeciw drugim. I nigdy „brzemie” dźwigane przez człowieka samotnie. Bez pomocy drugich. Nie może być walka silniejsza od solidarności. Nie może być program walki ponad programem solidarności. Inaczej – rosną zbyt ciężkie brzemiona. I rozkład tych brzemion narasta w sposób nieproporcjonalny. Gorzej jeszcze: gdy mówi się: naprzód „walka” – choćby w znaczeniu walki klas – to bardzo łatwo drugi, czy drudzy pozostają na „polu społecznym” przede wszystkim jako wrogowie. Jako ci, których trzeba zwalczyć, których trzeba zniszczyć. Nie jako ci, z którymi trzeba szukać porozumienia – z którymi wspólnie należy obmyślać, jak „dźwigać brzemiona”. „Jeden drugiego brzemiona noście”.

Dziwiono się w różnych miejscach, że tak może być. Że istnieje więź pomiędzy światem pracy a Krzyżem Chrystusa, że istnieje więź pomiędzy pracą ludzką a Mszą świętą: Ofiarą Chrystusa. Zdziwienie, ale także podziw i szacunek budził widok robotników polskich spowiadających się i przystępujących do Komunii św. na terenie zakładu pracy. Różni się dziwni. A może nie tylko... może równocześnie odkrywali... Odkrywali zapomniany wymiar całej „kwestii społecznej”. I w ogóle: ludzkiej egzystencji. Praca i Chrystus? Praca i Eucharystia? a jednak tak tutaj było! i słusznie.

Czyż nie mówimy codziennie, zbliżając się do ołtarza: „Błogosławiony jesteś, Panie, Boże wszechświata... błogosławiony za ten chleb, dar Stworzyciela, a zarazem owoc pracy rąk ludzkich... błogosławiony za ten winny napój”.

W każdą Mszę św., Ofiarę Chrystusa, Ofiarę naszego Odkupienia, wchodzi owoc „ludzkiej pracy”, wszelkiej ludzkiej pracy: chleb jest tego „syntetycznym” wyrazem – i wino również: codziennie ludzka praca wpisuje się w Eucharystię: w sakrament naszego Odkupienia i „wielką tajemnicę wiary”. Codziennie, na tylu miejscach ziemi przed pracą ludzką otwierają się boskie perspektywy.

„Niech ten chleb stanie się dla nas pokarmem zbawienia... to wino – napojem duchowym”.

Bo przecież „nie samym chlebem żyje człowiek” (Łk 4, 4). Jego bytowanie i jego praca musi mieć sens – i to nie tylko doraźny i przemijający. Musi mieć sens ostateczny. Na miarę tego, kim jest człowiek”.

Zebrał i opracował: KS. MAREK RUSECKI



Dbaj o słuch i głos



Olivocap® Gardło

to naturalny spray z Wit. A+E nawilżający wysuszoną śluzówkę gardła - rekomendowany przy infekcjach, chrypkach, radioterapiach, refluksach i u osób pracujących głosem.



Olivocap® Spray do usuwania woskowiny usznej

to preparat rozpuszczający, usuwający woskowinę uszną zapobiegający jej nadprodukcji - rekomendowany u osób z nawracającymi korkami woskowinowymi stosujących inwazyjną metodę płukania uszu.

OLIVO
cap

Potliwość stóp i pach - jak jej zaradzić?

Nadmierna potliwość stóp jest krępującą przypadłością. Wprawdzie można ją ukryć w butach, jednak po ich ściągnięciu pojawia się przykry zapach, który jest kłopotliwy dla osoby dotkniętej problemem i nieprzyjemny dla otoczenia. Podpowiadamy, jak poradzić sobie z potliwością stóp i zyskać komfort w każdych warunkach.

Problem spoconych stóp

Czy po długim dniu obawiasz się momentu, w którym będziesz musiał ściągnąć obuwie? Jeżeli tak, to nie jesteś odosobniony. Spoczone stopy ze swoją specyficzną wonią są zmartwieniem wielu osób – niezależnie od pory roku, rodzaju i jakości noszonego obuwia. Pocenie się jest naturalną czynnością fizjologiczną. Pociemy się na całym ciele, jednak to na stopach jest najwięcej gruczołów potowych, które są główną przyczyną problemów z nadmierną potliwością. Może ona mieć różne natężenie i zależy m.in. od diety. Co ciekawe, sprzyja jej np. jedzenie ostrych potraw i przypraw.

Nadmiernej potliwości stóp często sprzyja także skarpety ze sztucznych włókien, które trwale magazynują nieprzyjemny zapach. Jest on na tyle uporczywy, że często ciężko go usunąć nawet podczas prania. Podobnie ma się sprawa z butami, jeśli wykonane są ze sztucznych, nieprzepuszczalnych materiałów, nie służą naszym stopom. Problem potliwości może wynikać także z nieodpowiedniej higieny. Najczęściej jednak przypadłość ta jest związana z zaburzeniami hormonalnymi organizmu, chorobami metabolicznymi takimi jak cukrzyca, nadczynność tarczycy czy chorobami neurologicznymi. Przyczyną nadmiernej potliwości może być także stres, nerwice, zaburzenia emocjonalne.

Stop poceniu się stóp

Jeżeli chcesz uniknąć krępujących sytuacji spowodowanych przykrym zapachem stóp zadbaj o nie już dziś. Zacznij od wzmożonej higieny



Dezodorant Super Deo rewelacyjnie neutralizuje przykry zapach potu pach i stóp. Super Deo to niemiecka wysoka jakość!

– codziennie myj stopy i regularnie ścieraj zrogowaciały naskórek, który może być nośnikiem brzydkiego zapachu. Uporządkuj skarpetki – zrezygnuj z tych wykonanych ze sztucznych materiałów, a w ich miejsce zaopatrz się w bawełniane. Wyczyść także wkładki w butach, jeśli są mokre w pierwszej kolejności porządnie je wysusz. Warto także raz na jakiś czas zafundować stopom kąpiel ziołową, która zneutralizuje przykrą woń. Codzienną rutyną powinno być także używanie dezodorantów. Nie musisz wydawać pieniędzy na specjalne, dedykowane tej części ciała preparaty. Jeżeli masz dość chemicznych specyfików hamujących wydzielanie potu sięgnij po skuteczny apteczny dezodorant Super Deo i przekonaj się jak wartościowo działa.

Dezodorant Super Deo jest produkowany z unikalnej krystalicznej skały. Przy codziennym stosowaniu wystarcza aż na rok.

Poza doskonałą, aksamitną pielęgnacją pach także jest świetny do stóp. Ciesz się tym wyjątkowym dezodorantem dla pań i panów, który jest bezwonny, ekologiczny i nie zostawia plam. Zdejmując obuwie zaskocz innych sprzyjającym neutralnym zapachem swoich stóp i cały dzień czuj się komfortowo. To właśnie daje gwarantowana skuteczność Super Deo. To dezodorant jakiego szukasz.

Super Deo – to oryginalny, sprawdzony i chwalony przez wielu użytkowników dezodorant do pach i stóp.

- ✓ Płacisz? Zaufaj oryginałowi!
- ✓ Dezodorant Super Deo jest dostępny w aptekach i najlepszych sklepach medycyzo-zielarskich.

Pierwszorządny dezodorant!

Super Deo jest niewielki, ale ma ogromną moc!

Firma Reutter poleca doskonały dezodorant z krystalicznej skały. Wystarcza aż na rok. Bezzapachowy, dla Pań i Panów. Skutecznie eliminuje przykry zapach potu.

Uwaga! – Nie zostawia plam! Testowany dermatologicznie.

Super Deo to wypróbowany oryginalny dezodorant!



Cena: ok. 17 zł

Firma REUTTER GmbH/ Niemcy

Rekolekcje z Postem Daniela w Zaborówcu

Rekolekcje, prowadzone od 16 lat w Zaborówcu, pogłębione przez post Daniela (Dn 1,12-13), są sprawdzoną formą prostej, naturalnej terapii, prowadzącej do zdrowia duszy i ciała.

Niezdrowy styl życia, anomalie żywieniowe, ignorowanie profilaktyki zdrowia, zaniedbane relacje z Bogiem prowadzą nieuchronnie do utraty zdrowia fizycznego, psychicznego i duchowego a szczególnie do nasilenia tzw. chorób cywilizacyjnych (m.in. choroby układu krążenia, cukrzyca, grzybicy, szczyki moczanowej, chorób zwyrodnieniowych, zapalnych, alergicznych itp.). Stanowią one trudny problem medyczny i społeczny w skali globalnej. Najczęściej pierwsze symptomy tych chorób są mało dokuczliwe i lekceważone. Ujawniają się po latach trwania, gdy stają się przewlekłe, trudne do leczenia a układ odpornościowy nie radzi sobie z nimi. Mają często charakter zwyrodnieniowy, zapalny, nowotworowy – są źródłem dyskomfortu życiowego, cierpienia, prowadzą do niedołęstwa i przedwczesnej śmierci.

Ratunkiem może okazać się proponowany przez nas post, czyli świadoma, dobrowolna, okresowa wstrzemięźliwość pokarmowa, wsparta motywacją religijną.

Wieloletnie doświadczenia potwierdzają jego leczniczą skuteczność. Post Daniela nie jest sposobem codziennego odżywiania, lecz 10-dniową kuracją leczniczą (w sytuacjach uzasadnionych, przedłużoną nawet do 6 tygodni). Polega na spożywaniu wyłącznie warzyw w postaci surówek, kiszzonek, warzyw gotowanych, parowanych, zup warzywnych, wywarów, soków, przypraw ziołowych (bez tłuszczu, cukru, białka, węglowodanów).

Nie przestajemy się odżywiać, lecz odżywiamy się inaczej.

Potrawy warzywne zmuszają organizm do odżywiania endogenne (wewnętrznego), tzn. organizm pozbawiony tłuszczu, cukru, białka, węglowodanów szuka źródeł energii w niepotrzebnych zapasach tkanki tłuszczowej, depozytach białkowych, w nadmiarze cholesterolu, zwyrodniałych tkankach, złogach, toksynach itp. Rozpoczyna się proces autolizy, ustępuje głód i pojawia się sytość. Po kilku dniach ustępują tzw. kryzysy ozdrowieńcze i pojawia się lepszy nastrój, więcej energii, lepsza wydolność narządów



wewnętrznych, lepsza ruchomość i sprawność ogólna.

Do tych korzyści przyczynia się proces oczyszczania i odkwaszania organizmu, wspomagany pićm odpowiednich herbat ziołowych i wody oraz różne formy ruchu (gimnastyka, spacer, przyrząd fitness).

Post warzywny podnosi odporność organizmu, wzmacnia pracę serca, powoduje spadek wagi, poprawia parametry ciśnienia, cukru, cholesterolu a także obficie nasycza organizm witaminami, minerałami, enzymami, antyoksydantami itp.

Chcąc utrzymać uzyskaną poprawę zdrowia fizycznego, nie należy wracać do starych, zgubnych nawyków żywieniowych, lecz do pełnowartościowego, naturalnego żywienia, praktyk postnych i zdrowego stylu życia.

Zintegrowana osobowość człowieka przejawia się w jedności ducha, duszy i ciała. Zatem Post Daniela ratuje nie tylko zdrowie fizyczne, owocuje również pogłębieniem życia duchowego. Przed podjęciem postu, wzbudzając intencję, warto prosić Boga o łaskę radosnego przeżywania postu, o wytrwałość, cierpliwość, pokorę. Post bez modlitwy, ofiary, wyrzeczenia, wyciszenia jest niemożliwy; przerodzi się w dietę lub głodówkę i nie przyniesie efektów duchowych, a efekty fizyczne mogą być połowiczne. Post przeżywany właściwie wzbudza refleksję nad życiem, pogłębia relacje z Panem Bogiem, budzi szacunek do pożywienia jako daru Bożego, zrozumienie ludzi

głodujących i chęć niesienia im pomocy oraz pozwala ponownie nabrać zdrowego umiaru na wielu płaszczyznach naszego życia.

Powraca radość, uśmiech, ustępuje smutek, rodzi się nadzieja, ład i pokój wewnętrzny.

W naszym Domu Rekolekcyjnym zostały stworzone właściwe warunki do podjęcia Postu Daniela.

Zapewniamy opiekę medyczną (konsultacje, porady, pomiary), gimnastykę, spacer, fitness, pogadanki nt. postu, zdrowego żywienia i roztropnego stylu życia oraz codzienną Eucharystię, nauki rekolekcyjne, nabożeństwa, stałą opiekę duchową kapłana.

Zorganizowana forma postu, właściwe nastawienie, świadomość korzyści duchowych i fizycznych oraz atmosfera chrześcijańskiej radości, nad którą czuwa nasza Patronka, św. Urszula Ledóchowska, a także zdrowy klimat i urokliwa przyroda naszego parku krajobrazowego – to atuty, które pomogły pościć w naszym Domu ponad 5 tys. Uczestnikom.

Zapraszamy małżeństwa, osoby samotne, seniorów, kapłanów, osoby konsekrowane.

URSZULA CHMURA

Rekolekcje z Postem Daniela

wg dr Ewy Dąbrowskiej

w Archidiecezjalnym Domu Rekolekcyjnym

im. Św. Urszuli Ledóchowskiej w Zaborówcu k. Włoszakowic



Rekolekcje pogłębione przez post warzywny jako droga do zdrowia fizycznego i duchowego

ZAPRASZAMY:

- udęczone problemami zdrowotnymi (choroby serca, krążenia, nadciśnienie, otyłość, cukrzyca, rzs, choroby zwyrodnieniowe stawów, schorzenia układu pokarmowego, grzybica, niska odporność i wiele innych)
- zainteresowanych profilaktyką zdrowia, racjonalnym żywniem i roztropnym stylem życia
- potrzebujących odpoczynku, wyciszenia, pomocy duchowej
- pragnących przeżyć post w atmosferze radości
- oczekujących na spotkanie z Bogiem przebaczącym i uzdrawiającym

PEŁNA INFORMACJA I ZAPISY

tel. (61)8798-892, 607-239-047, 516-075-118, 506-521-018

e-mail: zaborowiec@op.pl www.zaborowiec.pl



Terminy w 2018r.

- 12.02-22.02
- 05.03-15.03
- 09.04-19.04
- 30.04-10.05
- 04.06-14.06
- 25.06-05.07
- 23.07-02.08
- 06.08-16.08
- 10.09-20.09
- 01.10-11.10
- 05.11-15.11



POLSKA
FUNDACJA
DLA AFRYKI

zbiera środki
na
**dożywianie
głodujących
dzieci**

w Mampikony
(Madagaskar)

Nasika została przyniesiona do misji w Mampikony na Madagaskarze przez obcą kobietę. Dziewczynka miała kilka miesięcy i ważyła 2900 g. Tyle, co nieduży noworodek. Matka dziecka zmarła przy porodzie, ojciec zniknął. Kobieta, która zaopiekowała się Nasiką, karmiła ją kleikiem ryżowym – tylko to miała. Po dwóch miesiącach dożywiania w misji dziewczynka ważyła ponad sześć kilogramów!

Ludzie w Mampikony są bardzo ubodzy. Dzieci głodują i umierają z głodu. Trudno tu o jedzenie, bo osiem miesięcy w roku panuje pora sucha, a potem wraz z porą deszczową nadchodzą powodzie. Niemoż-



Mała Nasika

URATUJMY 700 DZIECI

liwe jest uprawianie ziemi, tak by jedzenia było pod dostatkiem. Nawet ryż (najpopularniejsze i najtańsze pożywienie) jest sprowadzany aż z Pakistanu.

Tylko co czwarte dziecko ma mamę i tatę. Wiele kobiet umiera przy porodzie, a kiedy sierotą zajmuje się babcia czy samotny ojciec, karmi noworodka tym, co ma: bananami od pierwszych dni życia, wodą z cukrem, rozcieńczonym mlekiem skondensowanym. Tak karmione niemowlę zaczyna biegunkować, a biegunka dla niedożywionego dziecka na Madagaskarze oznacza śmierć.

Jedna puszka mleka w proszku na tydzień to wydatek rzędu ¼ miesięcznego zarobku kobiety, która

pracuje na roli (a tak najczęściej zarabiają tu babki i matki). Zresztą, na Madagaskarze niedożywione są też często dzieci karmione piersią. Gdy matka głoduje, jej pokarm nie jest dostatecznie pożywny.

Jeden posiłek dziennie: ryż i liście

Na Madagaskarze niedożywione są też i starsze dzieci. Np. w rejonie Mampikony problem ten dotyczy około 30 proc. najmłodszych. Ryż z liśćmi jest podstawą ubogiej diety dzieci, które zwykle jedzą tylko jeden posiłek dziennie. Najmłodszy chorują na wszystkie typy niedożywienia i awitaminozy. A jeżeli dziecko jest niedożywione, śmierć w wyniku biegunki infekcyjnej, malarii czy duru brzuszego to kwestia kilku dni.



Tombozafy trafił do misji w Mampikony wyniszczony. Niedożywiony, z pasożytami, zapaleniem płuc i pęcherza. Jego serce już szwankowało. Chłopiec jadł zaledwie niewielką porcję ryżu, co kilka dni. Opiekowała się nim sędziwa babcia. Matka zmarła, ojciec porzucił dzieci. Nie pomogło żywienie przez sondę w misyjnym centrum zdrowia. Tombozafy zmarł po kilku dniach leczenia. Miał 8 lat.

DLA NIEDOŻYWIONEGO DZIECKA MALARIA, A NAWET BIEGUNKA, TO WYROK ŚMIERCI.

700 dzieci czeka

Na Madagaskarze w rejonie Mampikony pracuje dwóch misjonarzy z Bydgoszczy: o. Dariusz Marut i o. Michał Apiecionek. Prowadzą tutaj m.in. szkoły, sierociniec, gospodarstwo dla domu sierot i ośrodek zdrowia. Misjonarze mówią, że żyjąc w Mampikony, trzeba być gotowym na śmierć. Trudno o czystą wodę, lekarstwa, jedzenie. Dziś ktoś żyje, jutro już go nie ma.

W Mampikony polscy misjonarze dożywają 700 dzieci dziennie. Dbają, by pomoc trafiała do najbardziej potrzebujących, do sierot i najuboższych rodzin. Dla niemowląt mają mleko w proszku. Starsze dzieci karmią w stołówkach, w których wydają ciepłe wartościowe posiłki (ryż, mięso, ryby, warzywa).

To wymaga środków, których misjonarze po prostu nie mają. **Żeby nakarmić jedno dziecko, misjonarze potrzebują dziennie 2,80 zł. Żeby kupić jedzenie na cały rok dla 700 dzieci, brakuje im jeszcze 259 tysięcy zł.**



TO IM MOŻESZ POMÓC:



Liantsoa (5 lat), która straciła oboje rodziców. Ją i jej rodzeństwo przygarnęli życzliwi, ale biedni ludzie. Rodzinie nie wystarcza nawet na jedzenie. Dla dziewczynki obiad w stołówce misji to jedyny posiłek w ciągu dnia.



Florencia (8 lat), którą wraz z siedmiorgiem rodzeństwa wychowuje tata – wdowiec. Dziewczynka przysmierzała głodem. Teraz w misyjnej stołówce codziennie dostaje ciepły obiad.

Żeby zebrać środki na dożywianie zagłodzonych niemowląt i niedożywionych dzieci na Madagaskarze, rozprowadzamy magnesy na lodówkę – cegiełki. Cały dochód ze sprzedaży przeznaczymy na tę pomoc.

Cegiełkę (magnes na lodówkę) w cenie 17 zł (wraz z przesyłką) można zamówić telefonicznie (12 357 62 00, 12 357 65 26, poniedziałek-piątek od 8 do 18), mailowo (cegiełki@pomocafryce.pl) lub pocztą (Polska Fundacja dla Afryki, ul. Krowoderska 24/3, 31-142 Kraków).

Na zdjęciu: Emelie (7 lat), której tata porzucił rodzinę. Dzięki pomocy misjonarzy dziewczynka chodzi do szkoły i je obiad w stołówce.

ILE TO KOSZTUJE?

Koszt dożywiania jednego dziecka dziennie to 2,80 zł, czyli miesięcznie 84 zł a 1022 zł na cały rok.

JEŻELI CHCESZ POMÓC URATOWAĆ WIĘCEJ DZIECI W TAKIEJ SYTUACJI JAK EMELIE, A NIE CHCESZ ZAMAWIAĆ MAGNESU-CEGIEŁKI, WPLAĆ DAR SERCA JESZCZE DZIŚ.

POLSKA FUNDACJA DLA AFRYKI

WPLAĆ DAR SERCA

POMÓŻ RATOWAĆ ŻYCIE DZIECI NA MADAGASKARZE!

ul. Krowoderska 24/3, 31-142 Kraków, Bank Pekao SA **52 1240 4533 1111 0010 4502 9775** wpisz w tytule przelewu: „Darowizna – pomoc dla Afryki” lub wejdź na naszą stronę www.pomocafryce.pl lub FB dowiedz się więcej i wplac przez internet. KRS: 0000415325, REGON:122539954, NIP: 6762454487 Celem Fundacji jest ochrona zdrowia mieszkańców Afryki oraz poprawa warunków ich życia. Fundacja wspiera głównie projekty (do tej pory już ponad 80), które pozwalają usamodzielnic żywnościowo lub finansowo instytucje charytatywne w Afryce.

Przekazując darowiznę na wskazany rachunek bankowy wyrażają Państwo zgodę na przetwarzanie Państwa danych osobowych (imię, nazwisko, adres pocztowy) przez Polską Fundację dla Afryki z siedzibą w Krakowie, dla celów statutowych i marketingowych. Podanie danych jest dobrowolne. Przysługuje Państwu prawo dostępu do danych i ich poprawiania lub żądania ich usunięcia w dowolnym czasie.



Zdjęcia: D. Marut, D. Kasprówitz

Sanktuarium św. Jana Pawła II w Krakowie

I. HISTORIA SANKTUARIUM ŚW. JANA PAWŁA II

Sanktuarium Świętego Jana Pawła II to pierwsza w Krakowie świątynia poświęcona Papieżowi Polakowi, zbudowana dla uczczenia Jego osoby i pontyfikatu.

Sanktuarium jest częścią Centrum Jana Pawła II „Nie lękajcie się!”, które powstaje na tzw. „Białych Morzach” w Krakowie, na obszarze dawnych Zakładów Sodowych „Solvay”, w których w czasie okupacji, w latach 1940–1944 pracował młody Karol Wojtyła.

Autorem projektu architektonicznego papieskiego Centrum jest krakowski Architekt inż. Andrzej Mikulski.

18 maja 2007 roku miało miejsce **uroczyste poświęcenie placu pod budowę Centrum** oraz krzyża wykonanego z elementów konstrukcyjnych ołtarza, które pozostały po ostatniej podróży apostołskiej Ojca Świętego Jana Pawła II do Ojczyzny w 2002 r.

Budowa Centrum „Nie lękajcie się!” została rozpoczęta jesienią 2008 roku, w przededniu obchodów 30. rocznicy wyboru Kardynała Karola Wojtyły na Stolicę Piotrową.

Głównym inicjatorem i pomysłodawcą powstania Centrum Jana Pawła II jest Metropolita Krakowski JE. Ks. Kard. Stanisław Dziwisz.

Kamień węgielny pod przyszłą budowę pobłogosławił Papież Benedykt XVI podczas spotkania z młodzieżą na Błoniach 27 maja 2006 roku w czasie pielgrzymki do Polski. Uroczystość jego wmurowania w ścianę kościoła odbyła się 23 października 2010 roku.

11 czerwca 2011 roku, po beatyfikacji Papieża Polaka, na mocy dekretu ks. kard. Stanisława Dziwisza **zostało erygowane Sanktuarium bł. Jana Pawła II w Krakowie**. W tym dniu miało miejsce uroczyste wprowadzenie relikwii Ojca Świętego do kościoła dolnego.

Miesiąc wcześniej **do sanktuarium trafiła kamienna płyta z grobu Jana Pawła II** pochodząca z Grot Watykańskich Bazyliki św. Piotra w Rzymie. Umieszczono ją w Kaplicy Kapłańskiej zbudowanej na wzór Krypty św. Leonarda na Wawelu, gdzie ks. Karol Wojtyła odprawił swoją prymicyjną Mszę świętą. Na płycie umieszczono relikwiarz z krwią papieża przekazany przez klinikę Gemelli we Włoszech, wykonany na wzór otwartego Ewangeliarza, którego strony przewracał wiatr w czasie pogrzebu Jana Pawła II.

Z Rzymu dotarł również papieski krzyż pastoralny, ornat wraz z mitrą oraz krzyż przed którym modlił się Jan Paweł II w swojej prywatnej kaplicy w czasie ostatniej za życia drogi krzyżowej w rzymskim Coloseum w 2005 r.

23 czerwca 2013 r. ks. kard. Stanisław Dziwisz, w obecności Episkopatu Polski, dokonał obrzędu pobłogosławienia kościoła górnego. Z tej okazji zostały także zamontowane odlane z brązu drzwi główne przedstawiające postać św. Jana Pawła II, któremu towarzyszą święci i błogosławieni. Razem z Papieżem w III Tysiąclecie wprowadzają: św. Siostra Faustyna, Sługa



FOT. PIOTR SIOŃKO

Boży Jerzy Ciesielski, św. Joanna Beretta Molla, bł. Pier Giorgio Frassati, bł. Jerzy Popiełuszko oraz św. Brat Albert. Drzwi boczne do świątyni zostały wykonane w późniejszym etapie. Przedstawiają one sceny z życia Karola Wojtyły oraz najważniejsze miejsca, z którymi był związany.

W związku z uroczystością pobłogosławienia kościoła **zakończono pierwszy etap prac związanych z wykonaniem dekoracji mozaikowej świątyni**. Jej autorem jest o. Marko Rupnik SJ, ceniony na świecie artysta, twórca mozaik m.in. w krypcie nowego kościoła w San Giovanni Rotondo we Włoszech. Drugi etap prac realizowany przez artystów ze szkoły o. Rupnika zakończył się w kwietniu 2014 roku, a trzeci w kwietniu 2017 roku.

Do całkowitego ukończenia dzieła pozostało wykonanie mozaik w 3 kaplicach za prezbiterium, które przypominają miejsca związane z życiem Jezusa Chrystusa: Betlejem, Nazaret i Golgotę. Kaplice zostały fundowane przez Komisarjat Ziemi Świętej.

27 kwietnia 2014 r. wspólnie przeżyaliśmy wyjątkowy moment. **Papież Franciszek podczas Mszy świętej kanonizacyjnej ogłosił włączenie Jana Pawła II w poczet świętych**. W tym dniu wierni zgromadzili się w papieskim Sanktuarium oraz na placu przed kościołem, aby uczestniczyć w transmisji Mszy św. z Watykanu.

Liturgiczne wspomnienie św. Jana Pawła II ustanowiono na dzień 22 października. W tym czasie w Sanktuarium na „Białych Morzach” obchodzony jest odpust ku czci Papieża Polaka. Pielgrzymi przybywający do Sanktuarium mogą uzyskać wtedy odpust zupełny, a także raz w roku podczas pielgrzymki do tego miejsca, zgodnie z kościelnymi wymogami pod zwykłymi warunkami.

13 maja 2015 r., w dniu 34. rocznicy zamachu na życie Ojca Świętego Jana Pawła II, papieski sekretarz **kard. Stanisław Dziwisz przekazał**

do Sanktuarium naznaczoną krwią sutannę, w którą ubrany był Ojciec Święty w dniu zamachu 13 maja 1981 r. Obecnie tą bezcenną relikwię można oglądać w szklanej gablocie w Kościele Górnym.

12 grudnia 2015 roku, w wigilię ogłoszenia przez Papieża Franciszka rozpoczęcia Jubileuszu Miłosierdzia Bożego, **w Sanktuarium Jana Pawła II została otwarta Brama Miłosierdzia**, a Sanktuarium od tego dnia znalazło się na liście kościołów jubileuszowych Archidiecezji Krakowskiej z okazji Nadzwyczajnego Roku Świętego.

12 czerwca 2016 roku na placu przed Sanktuarium stanął pomnik Jana Pawła II. Prawie 3,5 metrowa, odlana z brązu rzeźba przedstawia Papieża Pielgrzyma zwróconego w kierunku Sanktuarium Bożego Miłosierdzia, opartego o krzyż, z owieczką u swego boku. Autorem pomnika jest krakowski rzeźbiarz Władysław Dudek

W lipcu 2016 roku Sanktuarium przeżywało najbardziej doniosłe wydarzenie w swojej krótkiej historii. **30 lipca, z okazji Świątowych Dni Młodzieży, Sanktuarium poświęcone swojemu poprzednikowi Janowi Pawłowi II, odwiedził Papież Franciszek**, który odprawił tutaj uroczystą Mszę św. dla osób konsekrowanych. Podczas Świątowych Dni Młodzieży Sanktuarium odwiedziło ok. 1 mln pielgrzymów, którzy rozpoczynali tu każdego dnia tzw. Pielgrzymkę Miłosierdzia prowadzącą do Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach. Oprócz tego papieskie Sanktuarium ugościło ponad tysiąc wolontariuszy, którzy mieszkali na terenie Centrum.

W 2016 roku, po prawie dwóch latach zakończyły się prace związane z wykonaniem organów piszczałkowych dla papieskiego Sanktuarium. 52-głosowy instrument wyprodukowała i zainstalowała uznana w Polsce i na świecie firma Zakłady Organowe „Zych” z Wołomina. Organy zostały poświęcone podczas mszy konsekracyjnej 16 października 2016 r.

II. DANE KONTAKTOWE:

Sanktuarium Świętego Jana Pawła II

30–610 Kraków, ul. Totus Tuus 32
Zakrystia: tel. 12–257–53–15; 513–425–060
www.sanktuariumjp2.pl facebook.com/sanktuariumjp2.pl
e-mail: sanktuarium@diecezja.pl
Nr konta bankowego: 97 8589 0006 0000 0032 1512 0001

Centrum Jana Pawła II „Nie lękajcie się!”

Sekretariat: Ul. Totus Tuus 34, 30–610 Kraków
Tel. 12 257 53 06, 509 820 102
www.janpawel2.pl

e-mail: centrum@janpawel2.pl facebook.com/centrumjp2

Poniżej podajemy numery kont, na które można wpłacać ofiary przeznaczone na budowę Centrum Jana Pawła II „Nie lękajcie się!”

Bank Spółdzielczy Rzemiostła
ul. Dunajewskiego 7
31–133 Kraków

Numer konta: 49 8589 0006 0000 0030 4342 0001

PLN: 49 8589 0006 0000 0030 4342 0001

EUR: 05 8589 0006 0000 0030 4342 0017

USD: 75 8589 0006 0000 0030 4342 0018

SWIFT (BIC): POLUPLPR



FOT. PIOTR SIONKO

III. MSZE ŚWIĘTE I NABOŻEŃSTWA

MSZE ŚWIĘTE

Niedziele i święta: godz. 8, 9:30, 11 (ze szczególnym udziałem dzieci), 12:30, 17. Wszystkie Msze św. w kościele górnym

Dni powszednie: godz. 8, 10, 12, 17. Wszystkie Msze św. w kościele Relikwii

Spowiedź św.: codziennie w godz. 7:30–9, 9:30–13, 15:15–18

NABOŻEŃSTWA

Codziennie

Po każdej Mszy św. – Nabożeństwo prośb i podziękowań do św. Jana Pawła II
15 – Koronka do Bożego Miłosierdzia

W niedziele

12 – Nabożeństwo prośb polecanych św. Janowi Pawłowi II i podziękowań
12:30 – Msza św. w intencji prośb oraz ofiarodawców i dobroczyńców Sanktuarium

W każdy 1. piątek miesiąca

17 – Pierwszy Piątek Małżonków: dziękuję, przepraszam, proszę o wybaczenie. Msza św., adoracja i błogosławieństwo małżonków Najświętszym Sakramentem

W każdy 2. piątek miesiąca

16:30 – Modlitwa różańcowa za zmarłych polecanych w wypominkach rocznych
17 – Msza św. za zmarłych wspomnianych w wypominkach rocznych

W każdy 3. piątek miesiąca

17 – Msza św. w intencji chorych transmitowana przez TVP Kraków

22. dnia każdego miesiąca

17 – Archidiecezjalne nabożeństwo ku czci św. Jana Pawła II z Procesją Światła

W maju: po Mszy o godz. 17, w niedzielę o godz. 16:30 – Nabożeństwo majowe ku czci Matki Bożej

W czerwcu: po Mszy o godz. 17, w niedzielę o godz. 16:30 – Nabożeństwo czerwcowe ku czci Serca Jezusowego

W październiku: po Mszy o godz. 17, w niedzielę o godz. 16:30 – Nabożeństwo różańcowe

W listopadzie: 16:30 – Modlitwa różańcowa za zmarłych polecanych w wypominkach jednorazowych

W Adwencie: 8 – Msza św. roratnia (od poniedziałku do soboty)

W Wielkim Poście: w każdy piątek o godz. 17:45 – Droga Krzyżowa; w każdą niedzielę o godz. 16:00 – Gorzkie Zale



FOT. PIOTR SIONKO

IV. INFORMACJE PRAKTYCZNE:

Zwiedzanie

Wszystkich pielgrzymów – przybywających do Krakowa w grupach zorganizowanych oraz indywidualnie – którzy chcieliby obejrzeć Sanktuarium Świętego Jana Pawła II i pogłębić swoją wiedzę na temat jego historii zapraszamy od poniedziałku do soboty do zwiedzania z przewodnikiem. Przewodnik oprowadza tylko po Sanktuarium. Wejście do Muzeum św. Jana Pawła II oraz na Wystawę kopii całunu odbywa się w innym miejscu na terenie papieskiego Centrum. W przypadku kilku grup zgłoszonych na tę samą godzinę, przewodnik dokonuje prelekcji dla wszystkich zgłoszonych grup z ewentualną możliwością przejścia po obiektach Sanktuarium.

Grupy oprowadzane są w dni powszednie o godz. 9:00, 11:00, 13:00, 14:00 i 15:30. Bardzo prosimy o punktualne przybycie. W niedziele i święta nie ma oprowadzania.

Aby zarejestrować grupę pielgrzymkową należy zgłosić się bezpośrednio do zakrystii lub dokonać zgłoszenia telefonicznego w godz. 9.30–12.00 oraz 13.30–18.00; tel. 12 257 53 15, kom. 513 425 060.

Istnieje możliwość odprawienia Mszy św. dla grup pielgrzymkowych po uprzednim dokonaniu rezerwacji bezpośrednio w zakrystii lub po zgłoszeniu telefonicznym.

Zwiedzanie Sanktuarium jest bezpłatne. Ofiary składane z tego tytułu przyczyniają się do utrzymania Sanktuarium.

Wieża widokowa otwarta jest w soboty i niedziele w godz. 9.00–17.00.

Zachęcamy także do zwiedzenia Wystawy kopii Całunu Turyńskiego oraz Muzeum św. Jana Pawła II.



FOT. PIOTR SIONKO

Pamiętki

Pamiętki z Sanktuarium oraz dewocjonalia można nabyć w sklepie, który znajduje się na parterze budynku Instytutu Jana Pawła II (wejście od strony wieży).

Sklep otwarty jest codziennie w godz. 9–17, tel. 12 25 75 314

Dochód ze sprzedaży w naszych punktach wspiera budowę Centrum Jana Pawła II „Nie lękajcie się!”.

Kancelaria

Interesanci przyjmowani są w zakrystii, codziennie po Mszy Świętej o godz. 17:00.

Rezerwacje terminu Mszy św. można także dokonać telefonicznie lub przez e-mail. Istnieje również możliwość zamówienia intencji na Mszę św. zbiorową lub bezterminową.

Msze św. zbiorowe odprawiane są w każdą środę o godz. 17.00.

Kawiarnia

W „Przystani Papieskiej” zlokalizowana w budynku Centrum Wolontariatu można

skorzystać z urozmaiconej oferty cukierniczej. Produktem specjalnym w ofercie kawiarenki jest tzw. „Kremówka Papieska”, z której sprzedaży dochód wspiera budowę Centrum „Nie lękajcie się!”.

Kawiarnię prowadzi cenioma krakowska firma cukiernicza „Michalscy” – Małgorzata Michalska.

Dojazd**Komunikacją miejską:**

1. bezpośrednio do Centrum Jana Pawła II autobusami MPK linii nr:

104 kursującym na trasie: Pętla Łągiewniki – Centrum Jana Pawła II

135 kursującym na trasie Golkowice – Centrum Jana

Pawła II,

224 kursującym na trasie Wieliczka – Centrum Jana Pawła II,

2. tramwajem nr 8, 19, 22, do przystanku Borek Fałęcki i dalej pieszo (10 min) idąc w kierunku kładki przy przystanku kolejowym „Kraków Sanktuarium”.

3. z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia: pieszo (ok. 20 min.) przez Most Miłosierdzia i park prowadzący do Centrum Jana Pawła II „Nie lękajcie się!”

4. z Dworca Głównego: – tramwajem nr 50 do pętli Kurdwanów i dalej autobusem nr 135 lub 224 bezpośrednio do Centrum Jana Pawła II

Samochodem (bezpośrednio na parking przy Sanktuarium św. Jana Pawła II):

– dojazd ulicą Herberta i ul. Totus Tuus (od strony Kurdwanowa i od strony autostrady A4) oraz ul. Jugowicką i ulicą Marcika (od strony ul. Zakopiańskiej).

– Współrzędne GPS: 50.01352379999999, 19.936559200000033

CZARNY BEZ Reutter – siła natury!

Czarny bez od stuleci był ceniony i stosowany na przeziębienie, zapalenie migdałków, krtani. Wzmacnia organizm i poprawia przemianę materii. Cukierki ziołowe „Czarny Bez” z ekstraktem i koncentratem czarnego bzu i witaminą C renomowanej firmy Reutter, to prawdziwy produkt z bogato zachowaną w procesie wytwarzania skarbnicą cennych dla naszego organizmu składników.

Cukierki „Reuttera”, to brakujące ogniwo w kondycji naszego układu odpornościowego – naturalne i dobroczynne.

Ponad stuletnie istnienie firmy „Reutter”, to ogromne doświadczenie i niepowtarzalne, najwyższej jakości procesy produkcyjne.

To oryginał, a nie kopia.

Polecamy świetne cukierki ziołowe „Czarny Bez” firmy Reutter.

Do nabycia w aptekach i zielarniach. Cena ok. 7,90 zł.

**Dobry wybór!**

Cukierki Aloesowe z Trawą Cytrynową renomowanej firmy Reutter zawierają naturalny ekstrakt z aloesu i olejek trawy cytrynowej. To idealne połączenie polecane przy obniżonej odporności, do wspierania przewodu pokarmowego, wspomagania pamięci i koncentracji. Dostępne w aptekach i zielarniach. Cena 7,90 zł.

Relikwie św. Charbela trafiły do Sanktuarium Jana Pawła II

ZDJĘCIA: KS. PAWEŁ KUMMER



Od 23 lipca 2017 roku pielgrzymi przybywający do Sanktuarium św. Jana Pawła II mogą modlić się przy relikwiach libańskiego mnicha – św. Charbela.

W tym dniu, przywiezione przez pielgrzymów z Libanu relikwie I stopnia (ex ossibus) zostały uroczyście wprowadzone do papieskiego sanktuarium.

„Witamy cię z wielką radością, że od dzisiaj będziesz tutaj obecny razem z Janem Pawłem II – mówił w czasie Mszy św., w której

uczestniczyło ponad 3 tys. wiernych ks. Jan Kabziński, kustosz sanktuarium. „Uczmy się od św. Charbela pokornego przyjmowania woli Bożej. Na tym polega całe nasze chrześcijańskie życie, abyśmy wypełnili wolę Boga – mówił w homilii ks. Paweł Kubani. „Przywitaliśmy św. Charbela w znaku jego relikwii, ale przede wszystkim otwórzmy się dziś na Chrystusa, z którego płynie wszelkie źródło świętości i moc każdego ze świętych” – zachęcał.

Wśród pielgrzymów z Libanu był m.in. Raymond Nader, dyrektor libańskiej telewizji katolickiej, który opowiadał o swoich wizjach związanych ze świętym mnichem.

Nabożeństwo ku czci św. Charbela odprawiane w naszym sanktuarium będzie miało cykliczny charakter. Każdego 28. dnia miesiąca o godz. 17.00 będzie odprawiana Msza św. wotywna połączona z nabożeństwem. Wtedy także relikwie św. Charbela zostaną wystawione do publicznego kultu.



rot. P. Sionko



Centrum
Jana Pawła II
„NIE LEKAJCIE SIĘ”

NAUCZANIE JANA PAWŁA II w encyklice REDEMPTOR HOMINIS

Cykl wykładów na 40-lecie inauguracji pontyfikatu Papieża - Polaka.

8 października 2017

Słowo wstępne. - ks. kard. Stanisław Dziwisz

Wprowadzenie do encykliki Redemptor Hominis. - ks. prof. Edward Staniek

12 listopada 2017

Ekumenizm. - ks. prof. Krzysztof Kościelniak

10 grudnia 2017

Czego lęka się współczesny człowiek. - ks. prof. Józef Makselon

14 stycznia 2018

Misja Kościoła a wartość człowieka. - ks. prof. Jan Wal

11 lutego 2018

Tajemnica odkupienia - boski i ludzki wymiar. - o. prof. Marko Rupnik

11 marca 2018

Odpowiedzialność Kościoła za prawdę. - ks. abp Marek Jędraszewski Metropolita Krakowski

8 kwietnia 2018

Prawa boskie a prawa ludzkie - czy prawa boskie ograniczają prawa człowieka.

- ks. dr Paweł Ptasznik

13 maja 2018

Matka naszego zawierzenia. Kościół potrzebuje Matki.

- ks. abp Wacław Depo Metropolita Częstochowski

SANKTUARIUM ŚWIĘTEGO JANA PAWŁA II
ul. Totus Tuus 32, Kraków - Białe Morza

17:00 Msza Święta z rozważaniem



INSTYTUT KULTURY
DZIEDZICTWA
HISTORICZNEGO
I SAKRALNEGO

Dzień życia konsekrowanego

2 lutego osoby konsekrowane: zakonnice, zakonnicy, członkowie instytucji świeckich, pustelnicy, dziewice i wdowy konsekrowane obchodzą swoje święto. Kim są osoby konsekrowane?

To mężczyźni i kobiety, którzy przez ślubowanie rad ewangelicznych – posłuszeństwa, ubóstwa i czystości – są w sposób szczególnie poświęceni Bogu i całkowicie oddają się Mu do dyspozycji. Warto wspomnieć w modlitwie o tych, którzy na całym świecie dają świadectwo życia dla Boga.

Życie spełnione

Dzień Życia Konsekrowanego obchodzony jest w Kościele od 1997 roku. Ustanowił go Ojciec Święty Jan Paweł II. Wybrał datę 2 lutego, kiedy w liturgii wspomina się ofiarowanie Pana Jezusa w świątyni. Dzień Życia Konsekrowanego jest zachętą do modlitwy o powołania zakonne. To święto wszystkich ludzi, którzy idą za Jezusem.

Kilka lat temu biskupi w liście na Dzień Życia Konsekrowanego pisali: „Nie myśl, że życie konsekrowane jest czymś nudnym, bezbarwnym, niedzisiejszym, przeznaczonym dla tych, którzy nie są w stanie poradzić sobie w życiu. Nie ulegaj przewrotnej mentalności świata, wedle której sensem życia jest bogactwo i przyjemność. Jeśli słyszysz głos Mistrza, który Cię wzywa – odpowiedz hojnie i wielkodusznie, z radością i entuzjazmem. Życie konsekrowane jest piękną przygodą, której bohaterem jest On sam, Jezus Chrystus, Twój Zbawiciel. Tylko z Nim życie może być naprawdę spełnione. Jeśli Pan Cię wzywa, nie ociągaj się, ale wyrusz w drogę! To On zabierze Cię ze sobą, poprowadzi za rękę i pozwoli wypłynąć na głębię”.

Tajemnica życia konsekrowanego

Osoby konsekrowane są znakiem dla innych, zwłaszcza dla tych, którzy są daleko od Kościoła, którzy są pogubieni, żyją w beznadziei, czy na rozdrożu. Radykalne opowiedzenie się za Chrystusem osób zakonnych nie oznacza wygodnego sposobu na życie, ale posługę wobec świata. Konsekracja to nie duma, triumf



Ksiądz Kardynał Stanisław Dziwisz u Bernardynek w uroczystość Św. Józefa.

czy powierzchowność, ale podejmowanie trudów krzyża każdego dnia. To bezinteresowność i całkowite oddanie siebie Bogu i innym.

W lutym ubiegłego roku papież Franciszek zwracając się do osób konsekrowanych, powiedział: „Wszyscy jesteście świadkami przeżywanej przez nas transformacji wielokulturowej. Nikt jej nie kwestionuje. Stąd wypływa konieczność, aby konsekrowani mężczyźni i kobiety byli wraz z Jezusem włączeni w życie, w centrum tych wielkich przemian. Misja – zgodnie z wszelkim szczególnym charyzmatem – to ta, która nam przypomina, że zostaliśmy zaproszeni, aby być zaczynem tego konkretnego ciasta. Z pewnością może być lepsza ‘mąka’, ale Pan nas zaprosił, abyśmy byli zaczynem tu i teraz, z nasuwającymi się wyzwaniem. Nie z postawą obronną, nie poruszeni naszymi lękami, ale z rękoma na plugu, starając się, aby wzrosło ziarno wiele razy zasiane pośród kąkolu. Umieszczenie Jezusa pośród swego ludu oznacza posiadanie serca kontemplacyjnego, zdolnego do rozpoznania, jak Bóg podąża drogami naszych miast, naszych krajów, naszych dzielnic. Umieszczenie Jezusa pośród swego ludu oznacza branie na siebie i pragnienie pomóc w niesieniu krzyża naszym braci. To chęć dotknięcia ran Jezusa w ranach świata poranionego, tęskniącego i błagającego o wskrzeszenie.

Wraz z Jezusem stanąć pośród swego ludu! Nie jako aktywiści wiary, ale jako mężczyźni i kobiety, którzy nieustannie otrzymują przebaczenie, mężczyźni i kobiety namaszczeni w chrzcie, aby dzielić się tym namaszczeniem i pocieszeniem Boga z innymi”.

Niezwykła posługa

W Polsce działała obecnie blisko 180 zakonów i zgromadzeń zakonnych, do których należy ponad 32 tys. osób. Każda wspólnota, wypełniając wiernie swój charyzmat, służy nie tylko Kościołowi, ale podejmuje szereg inicjatyw społecznych, nastawionych na pomoc drugiemu człowiekowi. Osoby konsekrowane są bardzo potrzebne w dzisiejszym świecie. Wiele zgromadzeń prowadzi działalność szkolno-wychowawczą. Szczególnym obszarem zaangażowania wspólnot zakonnych jest również edukacja. Żłobki i przedszkola, tworzone na wzór dawnych ochronek, dzięki odpowiednio opracowanym metodom wychowawczym cieszą się dużym uznaniem. Placówki wspomagają wszechstronny rozwój dziecka odpowiednio do jego indywidualnych potrzeb i możliwości. W szkołach podstawowych, gimnazjach i szkołach ponadgimnazjalnych siostry zakonne i księża kładą nacisk na kształtowanie w wychowankach umiejętności kierowania się dobrem wspólnym, rozwijanie

w nich wrażliwości na potrzeby innych ludzi, uczenie odpowiedzialności oraz zdrowej tolerancji, a także kształtowanie postaw społecznych, patriotycznych i estetycznych.

Charyzmatem wielu zgromadzeń zakonnych jest opieka nad ludźmi chorymi oraz potrzebującymi i samotnymi. Siostry zakonne i prowadzą działalność pielęgniarską w szpitalach, domach, zakładach opiekuńczo-rehabilitacyjnych, charytatywną służąc najbardziej potrzebującym. Pełnią również posługę w domach wypoczynkowych i rekolekcyjnych, a także włączają się w pracę w parafiach: podejmują posługę, jako katechetki, zakrystianki, organistki, kucharki.

W Polsce działają 83 klasztory klauzurowe. Dla mieszkających w nich mniszek centrum działalności stanowi modlitwa i kontemplacja. Dlatego wiele osób zmagających się z chorobą lub cierpieniem powierza im swoje intencje. Siostry podejmują również prace możliwe do wykonania na terenie klasztoru: szyją szaty liturgiczne, wypiekają komunikanty. Warto też wspomnieć o prowadzonych przez siostry oknach życia. We Wrocławiu utworzyły je boremuszki, w Płocku – siostry miłosierdzia, w Warszawie – loretanki.

Księża, ojcowie i bracia zakonnicy zajmują się przede wszystkim prowadzeniem parafii i pracują w duszpasterstwie parafialnym, uczą katechezy, pełnią też funkcję kapelanów szpitalnych.

Od samego początku przybycia zakonów na ziemię polskie stały się one ośrodkami ewangelizacji i katechizacji, ale także rozwoju kultury, rolnictwa i gospodarki, a w kolejnych stuleciach szkolnictwa, pracy wychowawczej i charytatywnej. Dzisiaj również potrzeba odważnej, pełnej wiary obecności i pracy zakonników i zakonnice dla przybliżenia ludziom Chrystusa, który uczy jak i po co żyć.

Bądźmy wdzięczni osobom konsekrowanym: siostronom zakonny, zakonnikom, członkom zgromadzeń i instytucji życia konsekrowanego za ich żywą wiarę i twórczą obecność. Otoczmy je modlitwą i prosimy o nowe i święte powołania do życia zakonnego.

MONIKA NOWAK

EWANGELIZACJA POPRZEZ SŁOWO

~ OD 20 LAT ~



Prosimy wesprzyj to dzieło!

DOWÓD / POKWITOWANIE DLA ZLECENIODAWCY

numer rachunku odbiorcy 90 1240 1444 1111
numer rachunku odbiorcy cd. 0010 6194 9132
odbiorca WYDAWNICTWO „TA I TA” Ul. Zakopiańska 176B/1, 30-435 Kraków
kwota
zleceniodawca:

nazwa odbiorcy	WYDAWNICTWO „TA I TA”																																																	
nazwa odbiorcy cd.	Ul. Zakopiańska 176B/1, 30-435 Kraków																																																	
I.k.	nr rachunku odbiorcy																																																	
90 12401 4441 1111 0010 61949132																																																		
<table border="1"> <tr> <td colspan="10">W P *</td> <td colspan="2">waluta</td> <td colspan="5">kwota:</td> </tr> <tr> <td colspan="10">W P *</td> <td colspan="2">PLN</td> <td colspan="5"></td> </tr> </table>																	W P *										waluta		kwota:					W P *										PLN						
W P *										waluta		kwota:																																						
W P *										PLN																																								
kwota słownie																																																		
nazwa zleceniodawcy																																																		
nazwa zleceniodawcy cd.																																																		
tytułem																																																		
Wpłata daru na fundusz wydawniczy																																																		
tytułem cd.																																																		

Polecenie przelewu / wpłata gotówkowa

odchnek dla banku zleceniodawcy



stempel dzienny

Opiata:

pieczęć, data i podpis(y) zleceniodawcy

Opiata

--	--	--	--



06

Zimowe Igrzyska Olimpijskie

9 lutego w południowokoreańskim Pjongczang rozpoczyna się XXIII Zimowe Igrzyska Olimpijskie. Impreza potrwa do 25 lutego i odbędzie się zaledwie 80 km od granicy z Koreą Północną, komunistycznym państwem rządzonego przez Kim Dzong Una. W zawodach podwyższonego ryzyka udział weźmie 59 polskich sportowców.

Rosja wykluczona

Uczestnicy zimowych igrzysk w Pjongczang w 2018 roku rywalizować będą w 102 konkurencjach w 15 dyscyplinach sportowych. Po raz pierwszy w historii na igrzyskach zostaną rozegrane następujące konkurencje: Big Air (konkurencja snowboardowa, w której zawodnik wykonuje triki po wyskoku ze specjalnie zbudowanej rampy), curling par mieszanych, bieg masowy w łyżwiarstwie szybkim i zawody drużynowe w narciarstwie alpejskim. 5 grudnia 2017 Międzynarodowy Komitet Olimpijski ogłosił decyzję o wykluczeniu Rosji z udziału w igrzyskach. To kara związana z wielokrotnym łamaniem przepisów antydopingowych przez „Sborną” na igrzyskach w Soczi w 2014 roku. Po wykryciu zorganizowanego procederu, który doprowadził m.in. do manipulacji wynikami Rosjan przez moskiewskie laboratorium antydopingowe, dożywotnio zdyskwalifikowano już 25 sportowców, a Rosja straciła 11 medali tych igrzysk. Sportowcy tego kraju, którzy udowodnią, że są „czysti” mogą wystąpić w Korei Płd. pod flagą olimpijską.

Korea po raz drugi

Gospodarz igrzysk został wybrany przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski 6 lipca 2011 roku w Durbanie. Pjongczang wygrał już w pierwszej rundzie głosowania uzyskując 63 głosy, pokonując drugie Monachium o 38 głosów, a francuskie Annecy o 45 głosów. Do trzech razy sztuka mogą powiedzieć organizatorzy. Południowokoreańskie miasto już dwukrotnie ubiegało się o organizację zimowych igrzysk olimpijskich w 2010 i 2014 roku, lecz bezskutecznie. Wówczas wygrało kanadyjskie Vancouver, później rosyjskie Soczi. Korea Południowa zimową olimpiadę zorganizuje po raz pierwszy. Letnią, bardzo udaną, zorganizowali w 1988 roku w Seulu.

Tuż obok dyktatora

Sportowcy szlifują formę, a tymczasem... sytuacja na Półwyspie Koreańskim jest napięta. Wszystko przez ostatnie posunięcia Kim Dzong Una. Dyktator straszy, że w zasięgu jego rakiet balistycznych jest już cała Ameryka. Ostatnio, mimo międzynarodowego sprzeciwu, wystrzelił kilka rakiet balistycznych, w tym jedną nad Japonią. Po wybuchu bomby wodorowej z kolei



Polskie szanse medalowe

Polska kadra na zimowe igrzyska w Pjongczang będzie liczyła około 55 sportowców. Na co stać „biało-czerwonych”? Polska nigdy nie była potęgą w sportach zimowych, ale nasze apetyty wzrosły po dwóch ostatnich, rekordowych dla nas zimowych igrzyskach. W Vancouver i Soczi zdobyliśmy po 6 medali. W Rosji wywalczyliśmy aż 4 „złota”. Choć te wyniki są trochę na wyrost i nie pokazują prawdziwej kondycji naszych sportowców zimowych, to zrobiły wrażenie. W Korei dobrym wynikiem byłyby 2–3 krążki. Liczyć możemy przede wszystkim na skoczków, zarówno indywidualnie jak i drużynowo. Kamil Stoch broni dwóch tytułów wywalczonych w Soczi, a drużyna, jako aktualni mistrzowie świata

jest jednym z wielkich faworytów do medali. Ostatniego słowa nie powiedziała nasza multimedalistka Justyna Kowalczyk, dwukrotna mistrzyni olimpijska: „Wskazaliśmy na 4 szanse medalowe: w dwóch konkursach indywidualnych i drużynowym w skokach oraz w biegu na 30 km Justyny Kowalczyk. Ciągłe uważam, że to jest możliwe. Oprócz tego, będziemy mieli co najmniej sześć szans na miejsca 4–8. Liczymy, że nam się to uda. Przed Soczi nie było tej pewności, była nadzieja. Obecnie większa grupa naszych zawodników będzie walczyć o medale. Prawdopodobieństwo zdobycia krążków – a skoczki będą walczyć o to indywidualnie i drużynowo – jest większe i dotyczy czterech zawodników, którzy wystartują. Dobrze jest to, że rozkłada się ona na grupę skoczków” – twierdzi Apoloniusz Tajner, prezes Polskiego Związku Narciarskiego. Nie możemy zapominać o pancernistach, choć ci ostatni sprawili nam ostatnio przykrą niespodziankę. Męska drużyna, brązowi medalści z Soczi, nie zdołali uzyskać minimum i pozostają im tylko starty indywidualne.

Obiekty olimpijskie

Sześć spośród obiektów, na których toczy się będzie olimpijska rywalizacja w Pjongczangu, zostało zbudowanych specjalnie na tę największą sportową imprezę. Pozostałe Koreańczycy przygotowali wcześniej, bo bezskutecznie ubiegali się o organizację igrzysk w 2010 i 2014 roku. Stadion olimpijski, na którym odbędzie się ceremonia otwarcia i zamknięcia igrzysk oraz ceremonie wręczenia medali olimpijskich wybudowany na planie pięciokąta symbolizującego pięć celów przyświecających ZIO w Korei Południowej, czyli ekonomię, ekologię, technologię, sztukę i pokój. Po igrzyskach stadion zostanie rozebrany, a w jego miejscu powstanie muzeum i centrum rozrywkowo sportowe. Rywalizacja odbywać się będzie w dwóch lokalizacjach: w Klasterze Górskim (dyscypliny narciarskie, tor bobslejo-sanieczkowy) – w powiatach Pjongczang i Jeongseon oraz w Klasterze Przybrzeżnym (sporty halowe), w odległym o ok. 50 km Gangneung. Tam toczyć się będzie walka w łyżwiarstwie figurowym i szybkim, short tracku, hokeju na lodzie i curlingu.

ta jest jednym z wielkich faworytów do medali. Ostatniego słowa nie powiedziała nasza multimedalistka Justyna Kowalczyk, dwukrotna mistrzyni olimpijska: „Wskazaliśmy na 4 szanse medalowe: w dwóch konkursach indywidualnych i drużynowym w skokach oraz w biegu na 30 km Justyny Kowalczyk. Ciągłe uważam, że to jest możliwe. Oprócz tego, będziemy mieli co najmniej sześć szans na miejsca 4–8. Liczymy, że nam się to uda. Przed Soczi nie było tej pewności, była nadzieja. Obecnie większa grupa naszych zawodników będzie walczyć o medale. Prawdopodobieństwo zdobycia krążków – a skoczki będą walczyć o to indywidualnie i drużynowo – jest większe i dotyczy czterech zawodników, którzy wystartują. Dobrze jest to, że rozkłada się ona na grupę skoczków” – twierdzi Apoloniusz Tajner, prezes Polskiego Związku Narciarskiego. Nie możemy zapominać o pancernistach, choć ci ostatni sprawili nam ostatnio przykrą niespodziankę. Męska drużyna, brązowi medalści z Soczi, nie zdołali uzyskać minimum i pozostają im tylko starty indywidualne.

AGNIESZKA BIALIK
FOT. A.KOSMAN / PZN

Polskie medale

W historii Zimowych Igrzysk Olimpijskich polscy sportowcy zdobyli łącznie 20 medali w tym 6 złotych, 7 srebrnych i 7 brązowych. Pierwszy, historyczny medal wywalczył w 1956 r. w Cortina D’Apezzo Franciszek Groń-Gąsienica w kombinacji norweskiej. Mistrzami olimpijskimi zostali: Kamil Stoch (dwukrotnie), Justyna Kowalczyk (dwukrotnie) oraz Wojciech Fortuna i Zbigniew Bródka. Multimedalistami w naszej ekipie są: Justyna Kowalczyk (5 medali) i Adam Małysz (4 krążki). Cztery lata temu w Rosji „biało-czerwoni” zdobyli 6 medali w tym aż 4 złote.

Zdrowie z natury

PŁATKI OWSIANE BRONIĄ PRZED MIAŻDŻYCĄ

Wśród wielu produktów spożywczych, którymi lubimy się zjadać na co dzień, a które potrafią skutecznie uchronić człowieka przed groźnymi skutkami miażdżycy, trzeba koniecznie wymienić płatki owsiane.

SKARBNICA UNIKALNYCH SKŁADNIKÓW

Płatki owsiane od lat cieszą się niesłabnącą popularnością w przeróżnych dietach – najczęściej odchudzających. Dokładnie przebadano ich skład i wpływ na nasz organizm w Stanach Zjednoczonych i oceniono, że rzeczywiście stanowią jeden z najzdrowszych produktów naturalnych. Dostarczają nam mnóstwo dobroczynnych związków. Na przykład wartościowego błonnika posiadają 14% (w tym 8% to frakcja rozpuszczalnego w wodzie – nadzwyczaj przydatna w obniżaniu poziomu cholesterolu we krwi). Błonnik rozpuszczalny zawiera związek o nazwie beta-glukan (z grupy polisacharydów), który wspiera metabolizm cholesterolu w organizmie, obniżając jego frakcję LDL, a także trójglicerydów. Zmniejsza też wchłanianie cholesterolu i tłuszczów dostarczonych w pożywieniu (dodatkowo zmniejsza ilość wchłanianych w jelicie cienkim cukrów, co jest ważne dla chorych na cukrzycę). W oparciu o doniesienia amerykańskich ekspertów w dziedzinie dietetyki, 3 g beta-glukanu (co odpowiada mniej więcej 2/3 filiżanki płatków owsianych) potrafi zredukować poziom cholesterolu całkowitego o 2%, a cholesterolu LDL o 5%. Niektóre wyniki badań przekonują, że podając 5 g tego związku dziennie przez 5 tygodni ludziom o wysokim poziomie cholesterolu, można uzyskać obniżenie jego zdradliwej frakcji LDL nawet o 20%. To z tego powodu amerykańska



Agencja Żywności i Leków (Food and Drug Administration – FDA) zezwoliła producentom na umieszczanie na opakowaniach produktów opartych na ziarnach owsa informacji, że zawarty w nich beta-glukan chroni przed chorobami układu krążenia i serca.

Inne wyniki testów medycznych przekonują jeszcze, że błonnik występujący w płatkach owsianych może obniżyć poziom cholesterolu we krwi nawet o 23%, natomiast spożycie 55 g otrąb owsianych zmniejsza poziom jego frakcji LDL o 16% (30 g obniża ją o około 10%).

JAK CZĘSTO MOŻNA JEŚĆ PŁATKI OWSIANE?

Największy problem tkwi jednak w tym, że płatków owsianych nie zaleca się zjadać przez zbyt długi czas. Trzeba więc robić przerwy. Szczególnie dotyczy to ludzi mających problemy ze stanem zapalnym i bólem stawów oraz zaawansowaną osteoporozą – płatki owsiane zawierają bowiem kwas szczawiowy.

ZBIGNIEW TOMASZ NOWAK
FOT. Z.T. NOWAK

Melisa da nam spokój!

Cukierki Melisowe z ekstraktem melisy

Trwa rok szkolny. To okres dużego napięcia dla rodziców i ich dzieci.

Już od dawna wiadomo, że melisa wspiera prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego ułatwiając zachowanie spokoju.

- ✓ Cukierki Melisowe firmy Reutter zawierają ekstrakt z melisy.
- ✓ Produkt jest szczególnie polecany ze względu na naturalny skład.

Reutter to firma z ponadstuletnim doświadczeniem produkująca najwyższej jakości produkty ziołowe.

Dostępne w aptekach i zielarniach.

POLECAMY CZASOPISMA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY!



Tygodnik dla Najmłodszych „Ola i Jaś”

ul. Kazimierza Wielkiego 18/7, 30-074 Kraków, tel/fax: 12 428-49-10,
e-mail: prenumerata@olajas.pl, www.olajas.pl

„Ola i Jaś” to tygodnik dla dzieci w wieku przedszkolnym. 16 kolorowych stron zawiera m.in.: opowiadania przybliżające wydarzenia roku liturgicznego, katechezy, cykl przedstawiający ważniejsze wydarzenia z życia św. Jana Pawła II, historyjki z życia rodziny Oli i Jasia, uczące zasad dobrego wychowania i poszanowania dla tradycji rodzinnych, pomoce w nauce czytania i pisania, wiersze, komiksy, zgadywanki, kolorowanki oraz konkursy z nagrodami. W każdym numerze tekturowa wkładka z wycinankami, sklejanekami, grami planszowymi, legendami... Raz w miesiącu do tygodnika dołączana jest płyta CD z atrakcyjnymi filmami i zabawami edukacyjnymi. „Ola i Jaś” może być cenną pomocą w realizowaniu religijnego wychowania przedszkolaków i pierwszoklasistów. Co tydzień sylwetki świętych przedstawia ks. bp. Antoni Długosz.



Miesięcznik dla Dzieci „Dominik Idzie do I Komunii Świętej”

ul. Kazimierza Wielkiego 18/7, 30-074 Kraków, tel/fax: 12 428-49-10,
e-mail: dominik@wydawnictwoaz.pl, www.dominik.krakow.pl

„Dominik”, wydawany od września 2014 r. jako miesięcznik, to pomoc dla katechetów i rodziców w przygotowaniu dzieci do pierwszej spowiedzi i Komunii Świętej. Treści opracowywane są przez katechetów z wieloletnim doświadczeniem pedagogicznym, w oparciu o obowiązujące programy nauczania. Do miesięcznika załączane są płyty CD, pomagające utrwalić podstawowe zagadnienia, wkładki z modlitwami i definicjami do zapamiętania oraz dodatek skierowany do rodziców.



Dwutygodnik Młodzieży Katolickiej „Droga”

ul. Kazimierza Wielkiego 18/3, 30-074 Kraków, tel./fax 12 431-07-24,
e-mail: prenumerata@droga.com.pl, www.droga.com.pl

„Droga” to ambitne, nowoczesne pismo, będące wyzwaniem dla młodych, którzy oczekują czegoś więcej niż proponują komercyjne media „głównego nurtu”. „Droga” pomoże umocnić wiarę, wyjaśni wątpliwości, nauczy szacunku do tradycji narodowej i patriotyzmu. W każdym numerze obszerny, wyczerpujący temat przewodni oraz stałe działy dotyczące wiary, historii najnowszej, problematyki dojrzewania i wychowania do życia w rodzinie.



Nauczycielom i wychowawcom, a także rodzicom polecamy:

Miesięcznik Nauczycieli i Wychowawców Katolickich „Wychowawca”

ul. Kazimierza Wielkiego 18/3, 31-027 Kraków, tel./fax 12 431-07-24,
e-mail: prenumerata@wychowawca.pl, www.wychowawca.pl

„Wychowawca” wspiera proces wychowawczo-dydaktyczny szkół poprzez artykuły tematyczne, konspekty lekcji wychowawczych i zajęć profilaktycznych oraz scenariusze teatralne na święta i uroczystości szkolne. „Wychowawca” to czasopismo dla tych, którym zależy na wychowaniu młodego pokolenia do wiary, do miłości i wolności od uzależnień oraz zagrożeń współczesnej cywilizacji. Atutem „Wychowawcy” są praktyczne materiały dla nauczycieli: konspekty lekcji wychowawczych, zajęć świetlicowych oraz integracyjnych, a także scenariusze teatralne uświetniające uroczystości religijne, szkolne i święta patriotyczne.

Na www.wychowawca.pl dostępne są bieżące i archiwalne wydania „Wychowawcy” on-line. Dostęp do wybranego wydania można uzyskać błyskawicznie, np. wysyłając wiadomość SMS.

Opisane czasopisma uzyskały pozytywne opinie wielu Księżów Biskupów, między innymi ks. bp. Marka Mendyka, Przewodniczącego Komisji Wychowania Katolickiego Konferencji Episkopatu Polski oraz ks. bp. Henryka Tomasika, Przewodniczącego Rady ds. Duszpasterstwa Młodzieży Konferencji Episkopatu Polski. **Można je nabyć w parafiach albo zaprenumerować.**