

ZBIGNIEW BUCZKOWSKI

Pół wieku małżeństwa i ani jednej kłótni?



KATARZYNA ŻAK

Wymarzona wyprawa musi jeszcze poczekać...

DOBRY TYDZIEŃ

DOM ✦ [illegible]IE ✦ TRADYCJA

Nr Indeksu 403180

Nr 17
20 kwietnia 2026 r.

Cena 3,49 zł
(w tym 8%VAT)



Czym tak bardzo zaskoczyły go dzieci?

ARTUR ŻMIJEWSKI



Edyta Górniak

Jak odzyskała sens życia?

LUCYNA MALEC
Kocha i nie pyta o przyszłość





Tajemnica piosenki, która stała się wróżbą...

ANNA JANTAR



4 strony krzyżówek

PIELGRZYMKA DO SANKTUARIUM



Kamień Śląski – raj dla duszy i... ciała



Inspiracje z różnych stron świata

ZDROWIE

- NAJLEPSZE SPOSOBY NA ALERGIĘ
- Nie każdy kaszel to infekcja. Sprawdź, co może być przyczyną
- Aplikacje przydatne w dbaniu o formę

ISSN 2391-7210 17

9 772391 721604

Numer w sprzedaży do: 26.04.2026

eprasa.pl 52de2ecb5e

Hanna Śleszyńska

Rodzina to wielka wartość



Hanna Śleszyńska wciąż bawi nas i wzrusza, ale pamięta też o najbliższych.

Fot. na okładce: Reporter, Akpa (2), East News (3), House of Food, Adobe Stock

Jest wdzięczna za ludzi z jej otoczenia, a przede wszystkim za mamę, którą dziś się opiekuje. – Bardzo dużo pomagała mi w życiu i to naturalne, że teraz my się nią zajmujemy – mówi.

Niedawno aktorka kończyła 67 lat i z tej okazji podzieliła się z fanami bardzo osobistym wpisem. Hanna Śleszyńska opublikowała na Instagramie serię archiwalnych zdjęć, od kadrów z dzieciństwa, po fotografie z różnych etapów kariery. To sentymentalna podróż przez lata, która wywołała falę wzruszeń i lawinę życzeń. Artystka nie straciła przy tym swojego charakterystycznego dystansu do świata.

– Kolejny rok trzeba z godnością wziąć na klatę. Czynię to z radością i wdzięcznością. Doceniam wszystkie prezenty od losu. Przede wszystkim obecność tylu wspaniałych ludzi wokół. Przy okazji kilka moich wcieleń i archiwalnych zdjęć – napisała. I choć sama świętuje kolejny jubileusz, wciąż jest córką. W jednym z niedawnych radiowych wywiadów szczerze opowiedziała o swojej 93-letniej mamie i o tym, jak dziś wygląda ich codzienność.

Bezcenne wspólne chwile

– Z bratem i synami opiekujemy się mamą, tym bardziej że w zeszłym roku trochę chorowała i jeszcze potrzebuje pomocy, chociaż się wzbrania – zdradziła aktorka. – Mama mi bardzo dużo pomagała w życiu i to naturalne, że teraz my się nią zajmujemy. Właśnie dlatego przywiązuję wagę do tych relacji rodzinnych. Na początku zawsze ciągnie nas do rówieśników i pracy, a potem widzisz, że rodzina to coś, co zostaje, to jest wartość niepodważalna.

Hanna lubi spotkać się z najbliższymi nie tylko od święta, zrobić obiad. Wciąż swoje miejsce przy stole ma Piotr Gąsowski (61), mimo że nie są parą już od bardzo dawna, ale mają syna, Jakuba (30). Aktorka drugiego syna Mikołaja (44) ma z małżeństwa z Wojciechem Magnuskim (†66). – Te wspólne chwile są takie bezcenne – podkreśla.

Aktorka opiekuje się 93-letnią mamą, z którą ma bardzo bliską i ciepłą relację.



Mogłaby już przejść na emeryturę, ale woli grać. Występuje m.in. w serialu „M jak miłość".



Synowie Mikołaj i Jakub są jej wielką dumą i wsparciem.

Fot.: Akpa (3), East News (2), Reporter, MTL Maxfilm/Marta Gostkiewicz, Instagram.com/hanna_sleszynska_official

eprasa.pl 52de2ecb5e



Matylda kibicowała mu, gdy występował w „Tańcu z Gwiazdami”.

Mikołaj Bagi Bagiński

Kiedyś miał o to żal...



Dziś ze swoją siostrą bardzo się kochają i wspierają.

Jego kariera, odkąd wygrał poprzednią edycję „Tańca z Gwiazdami” mknie jak rozpędzone pendolino. Niedawno Mikołaj Bagi Bagiński (24) sam poprowadził odcinek tanecznego show. Odpowiedzialny, pomocny, bardzo dojrzały jak na swój wiek – mówią o nim ci, którzy go poznali. Teraz zdradził, że jego życie w przeszłości wcale nie było idealne.

Szybko dojrzał i wydoroślał

Wychowywał się z siostrą Matyldą (20), która ma zespół Downa. W rozmowie z portalem viva wrócił wspomnieniami do czasów, gdy dziewczynka była mała i mogła umrzeć. Rodzice w poszukiwaniu ratunku wyjechali do Stanów, gdzie dziecko miało przejść operację.

– Mam przed oczami, jak siedzę w tym amerykańskim szpitalu, mały chłopczyk, który po prostu czekał. Musiałem stać się odpowiedzialny trochę szybciej niż inne dzieci w moim wieku, szybciej wydorośleć, bo rodzice byli bardzo skupieni na niej. Poza tym, tata też dużo pracował – powiedział.

On sam w tym okresie czuł się w rodzinie „niewidocznym” dzieckiem, bo przecież był zdrowy. Przyznał, że rósł w nim żal do rodziców. Gdy w dorosłym życiu powiedział o swoich uczuciach mama i tata, przeprosili go.

Mikołaj Bagiński opowiedział też, że zmienił się po udziale w „Tańcu z Gwiazdami”. Pomogła mu tancerka, z którą wygrał Kryształową Kulę, czyli Magda Tarnowska (28). Dała mu pewność siebie. – Madzia nauczyła mnie bardzo dużo życiowo. Stworzyła moją przemianę – powiedział w viva.pl . I choć dotąd nigdy nie potwierdzili, że łączy ich coś więcej niż tylko przyjaźń, wciąż się spotykają i wzajemnie wspierają.



Z tancerką Magdą Tarnowską od razu złapali dobry kontakt, kiedy się poznali.



Jacek Magiera Bezgranicznie zaufał Bogu

On nie trenował tylko nóg. On ratował duszę przed bylejakością – mówił ksiądz podczas pożegnania zmarłego trenera i byłego piłkarza Jacka Magiery (†49), który odszedł nagle podczas uprawiania joggingu. Był człowiekiem głębokiej wiary. – Zaufaliśmy w życiu Bogu. Czy jest to proste? Uczciwie powiem, że nie zawsze rozumiemy, co się dzieje, ale zaufaliśmy – wyznał rok temu w imieniu swoim i ukochanej żony.

SŁOWA NA DOBRY TYDZIEŃ

„W rodzinie nie ma miejsca na egoizm, zawiść czy nienawiść. Jest tylko miejsce na miłość, szacunek i zrozumienie.”

Paul Valé.

eprasa.pl 52de2ecb5e

Lucyna Malec

Córka jest dla niej cał

Ma w sobie radość i umie się cieszyć drobiazgami. Rytm życia aktorki wyznacza opieka nad Zosią. Cały rok czekają na wspólny wyjazd na Kretę.

Jestem osobą, która stara się nie narzekać. Doceniam to, że rano wstaję i otwieram oczy – dla mnie to już jest sukces – wyznała aktorka w wywiadzie dla „Kobiety i Życia". Lucyna Malec (59), na co dzień życzliwa, pogodna i uśmiechnięta, od lat dźwiga na swoich barkach ciężar samotnej opieki nad niepełnosprawną córką Zofią (28), która cierpi na mózgowe porażenie dziecięce.

„Kiedy Zosia jest szczęśliwa, to jej szczęście spływa i na mnie"

Może liczyć na wsparcie przyjaciół

Aktorka kocha jedynaczkę ponad życie. – Zosia daje mi wiele szczęścia. Dostarcza powodów do dumy. Nie wyobrażam sobie, jak by to było, gdybym jej nie miała – mówi.

Mąż odszedł od niej przed laty, wkrótce po tym, gdy na świat przyszła ich córka. – Nasze życie dramatycznie się zmieniło po urodzeniu Zosi, ja byłam tak na niej skupiona, że nie było już we mnie miejsca dla nikogo innego – wyznała.

Na szczęście Lucyna Malec może liczyć na wsparcie bliskich i przyjaciół, co bardzo sobie ceni. Ale centrum jej świata niezmiennie stanowi córka. Rytm ich wspólnych dni wyznaczają wizyty Zosi w dziennym ośrodku wsparcia i rehabilitacji osób niepełnosprawnych.

– Jest tam zadbana, zadowolona i szczęśliwa. A kiedy ona jest szczęśliwa, to jej szczęście spływa i na mnie – zapewnia Lucyna Malec. Po południu odbiera córkę i dodatkowo wozi ją na rehabilitację i inne zajęcia poza ośrodkiem. – To nasza codzienność – mówi aktorka.

Mimo wszystko umie cieszyć się życiem

Nie kryje, że nie jest jej łatwo. – Nie oszukuję ani siebie, ani nikogo, że jest inaczej. Dlatego nie chcę wybiegać w przyszłość, choć czasami ta przyszłość mnie ciekawi, bo widzę, jakie postępy dzieją się na naszych oczach w medycynie – mówi aktorka z nutką nadziei, że może stan ukochanej córki kiedyś się poprawi.

Ale mimo problemów, z któ-

Lucyna Malec jest optymistką, choć życie jej nie rozpieszcza.



Lubi aktywność fizyczną – tu w 2025 podczas „Biegu po nowe życie", który wspiera transplantologię.

ŻYCZLIWOŚĆ

– Nie są ważne spory, kłótnie, wyścig do sławy, popularności, najważniejsza w naszym życiu jest życzliwość. Jak człowiek jest życzliwy dla drugiego człowieka, to prawie zawsze ten drugi człowiek też odpowie nam życzliwością – mówi aktorka.

Fot.: Akpa (3), Reporter, materiały prasowe TVN, Instagram.com/lucynamalec.official (2), Instagram.com/ralphkaminski

ym światem



Ukochana córka Zosia jest dla niej najważniejsza.

Obie nie mogą się już doczekać wakacji na Krecie.

rymi musi się mierzyć, potrafi cieszyć się życiem. Energię czerpie z kontaktu z widzami w teatrze, a także z aktywności na świeżym powietrzu – do ulubionych należą przejażdżki rowerowe nad Wisłą.

W przeciwieństwie do wielu koleżanek z branży, nie martwi jej upływ lat, bo – jak wyznała z uśmiechem – zatrzymała się na czterdziestce. – Na co dzień bardzo lubię otaczać się młodymi ludźmi, cenię ich odwagę, nieograniczoną wyobraźnię, bezkompromisowość, a nawet tę młodzieńczą bezczelność. Lubię ich energię. To jeden ze sposobów na czerpanie radości z życia i akceptowanie upływającego czasu – twierdzi gwiazda serialu „Na Wspólnej".

Co roku wracają do ich raju na ziemi

Cały rok, wypełniony opieką nad Zosią i pracą w filmie oraz w teatrze, razem z córką czeka na wakacje, które od 18 lat spędzają na Krecie wraz z przyjaciółmi.

Mieszkają zawsze w tym samym pensjonacie, z dala od tłumów.

– Mamy czterdzieści kroków do morza. To raj na ziemi – urzeka mnie tam wszystko: piękno wody, plaż, gór, każde miasteczko, kościół, rynek, drzewo oliwne, które ma 4 tysiące lat oraz przepiękne opowieści o tym wyjątkowym miejscu. Odpoczywamy, zwiedzamy, za każdym razem odkrywamy coś nowego – opowiada aktorka, która już tęskni za letnimi tygodniami na greckiej wyspie.



Na planie serialu „Na Wspólnej", w którym gra lubianą przez widzów Danutę Zimińską.

Anna Popek

Przed nowym wyzwaniem



Pracowała już w wielu stacjach, choć najbardziej kojarzymy ją z TVP. Anna Popek (58) w ostatnich latach była jednak związana z prawicową TV Republika, gdzie prowadziła poranne pasmo „Republika. Wstajemy". Ale to także już przeszłość. Teraz pojawi się na antenie wPolsce24, czyli głównego konkurenta telewizyjnego wspomnianej stacji. – Jej klasa, warsztat dziennikarski oraz niezwykła umiejętność budowania więzi z odbiorcami są wartościami nie do przecenienia – komentują właściciele kanału. Czy dziennikarka przyciągnie przed ekrany rzesze wiernych widzów? Przekonamy się już niebawem.

Rafał Kamiński

Taka babcia to skarb

Popularny piosenkarz jest bardzo rodzinny. Szczególna więź łączy go z 83-letnią babcią Krystyną. Poświęcił jej nie tylko jeden z utworów, ale zdecydował się nawet na tatuaż jej dedykowany. Przedramię ozdobił wyrazem babcia i to jeszcze charakterem jej pisma. – Zawsze dobra, obecna – wylicza zalety seniorki Rafał Kamiński (35). W rozmowie z „Twoim Stylem" artysta zdradził, że jego ukochana babcia nie wyraża miłości słowami, lecz troską i ciepłym gestem. Do tego jest mistrzynią słodkich wypieków – piecze najlepsze na świecie racuchy i naleśniki.



Marta Nawrocka

Słowa mają swoją moc



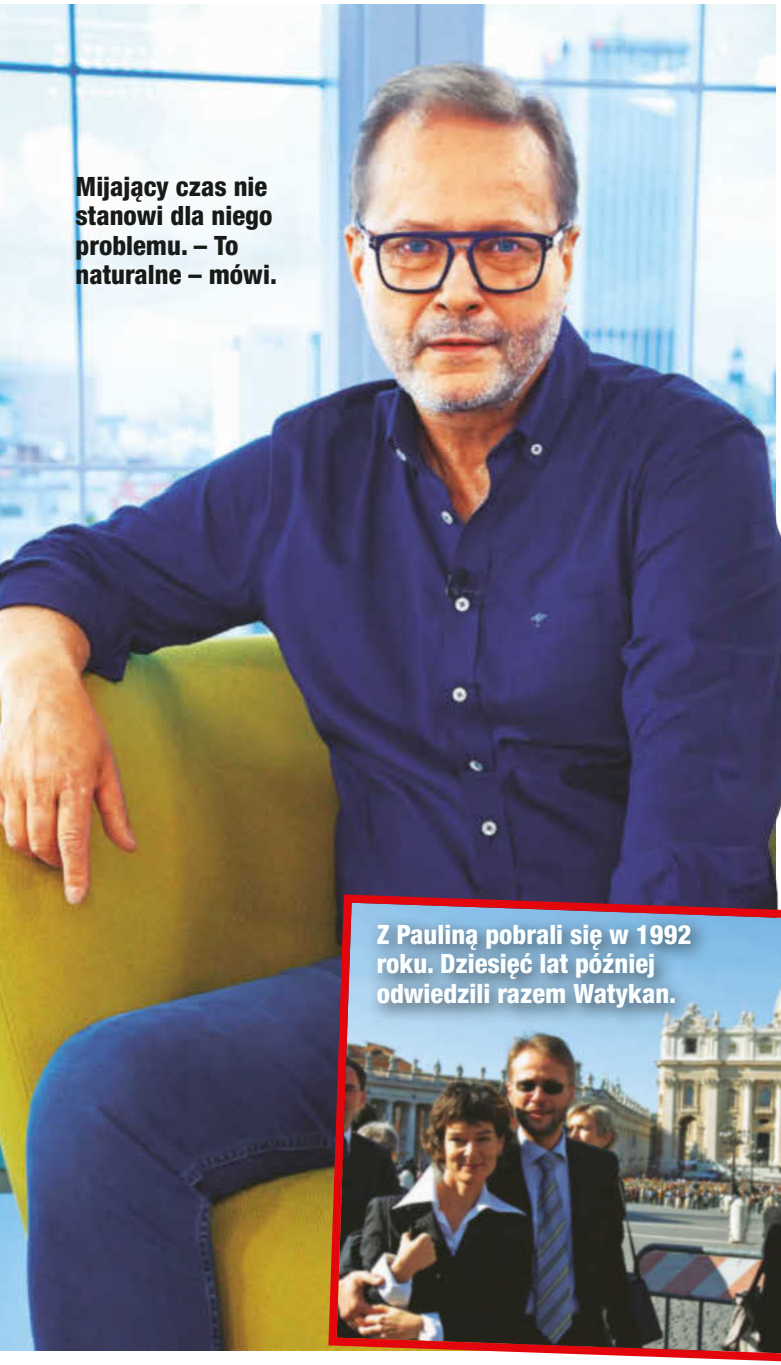
Właśnie wystartował debiutancki projekt Fundacji Pierwszej Damy – Blisko Ludzkich Spraw. W szkole podstawowej w Mąkolicach odbyło się spotkanie: „Hejt Off – Słowa Mają Moc". W warsztatach uczestniczyła Marta Nawrocka (40), podkreślając znaczenie rozmowy o hejcie i budowania wzajemnego szacunku. Każde dziecko otrzymało książeczkę, która uczy jak używać dobrych słów i radzić sobie z emocjami. – Bo słowa naprawdę mają moc – mogą ranić, ale też wspierać i budować – podkreśla fundacja, która dopiero zaczęła swoją działalność, polegającą na wparciu osób najbardziej potrzebujących, w tym dzieci i młodzieży.

eprasa.pl 52de2ecb5e

Artur Żmijewski

Nie myśli o eme

Właśnie świętował 60. urodziny, ale nie zamierza siedzieć z herbatką przy kominku. – Wciąż czuję się młodo – wyznaje.



Mijający czas nie stanowi dla niego problemu. – To naturalne – mówi.

Sześćdziesiąte urodziny dla wielu są momentem podsumowań i refleksji. Dla Artura Żmijewskiego to jednak nie powód do zwalniania tempa, lecz kolejny etap, który chce przeżyć aktywnie i na własnych zasadach. – Nie mam problemu z upływem czasu. Uważam, że to jest coś absolutnie naturalnego. Teraz, kiedy patrzę na siebie sprzed 30 lat, to widzę swoich synów – wyznał aktor w niedawnej rozmowie z Marzeną Rogalską. – Cały czas chcę być aktywny, bo dzięki temu poznaję fajnych ludzi i ja się wciąż czuję młody. Oczywiście stosunkowo młody, bo bardzo młode są moje dzieci – zaznaczył z uśmiechem. – Wciąż uważam, że w dzisiejszych czasach wiek, w którym jestem i w który będę wchodził zaraz, on jeszcze nie jest wiekiem odchodzenia na emeryturę i myślenia o siedzeniu przy kominku z ciepłą herbatą.

Z Pauliną pobrali się w 1992 roku. Dziesięć lat później odwiedzili razem Watykan.

Małżeństwo to ciągła praca nad relacją

Podczas świętowania okrągłych urodzin z pewnością towarzyszyła mu ukochana żona Paulina, z którą jest w szczęśliwym związku od ponad 40 lat. Czy to oznacza, że zawsze się ze sobą zgadzają? Aktor nie ukrywa, że jak w każdym małżeństwie, zdarzają się im trudniejsze chwile. – Pokłócimy się czasem, ale potrafimy sobie pewne rzeczy wyjaśnić potem i zapomnieć – wyznał. – Bo to chyba jest najważniejsze – żeby nie gnieść w sobie pewnych historii i nie wracać, nie rozpamiętywać, bo to nie ma sensu.

Jak podkreśla, małżeństwo nie jest czymś danym raz na zawsze. – Nad każdym związkiem, nad każdą relacją trzeba po prostu pracować. Nie chodzi o to, żeby codziennie przychodzić z kwiatami, żeby się zachowywać szarmancko, rycersko, przytulać na okrągło, nie. Ale, żeby mieć takie momenty, kiedy ta czułość z jednej czy z drugiej strony jest wzajem-



Jan Kliment był zaskoczony, gdy odebrał wyniki badań profilaktycznych.

Jan Kliment

Zdrowie to podstawa!

Wydawać by się mogło, że tancerz zawsze jest w świetnej kondycji. Ale, jak się okazuje, badania profilaktyczne mogą zaskoczyć. Tak, jak Jana Klimenta (51), który dostał wyniki wskazujące na... zatłuszczenie wątroby. – Wtedy zacząłem działać. Więcej ruchu. Więcej tańca. Treningi w domu. Warsztaty. Obozy tańca. Lekcje prywatne. Do tego dalej tenis stołowy. Dwa razy w tygodniu. Bez wymówek. Zacząłem patrzeć na to, co jem. Pilnować się i świadomie wybierać – przekazał na Instagramie i zaapelował do fanów, by się badali. – Dbaj o siebie. Bo zdrowie to nie opcja – to podstawa!

eprasa.pl 52de2ecb5e



na i chętna. I gotowość do tego, żeby być razem w różnych sytuacjach trudnych – tłumaczy. Zauważa przy tym, że dziś ludziom zbyt łatwo przychodzi rezygnacja z relacji. – A pokłócić się, nie wybaczyć sobie, rozejść się jest najłatwiej. Tylko co potem? – kwituje.

Cieszy go, że dzieci odnoszą sukcesy

Sam wychowywał się bez ojca, dlatego bardzo zależało mu na tym, żeby być obecnym w życiu trójki swoich dzieci – Ewy (32), Karola (25) i Wiktora (23). – Ustaliliśmy z Pauliną, że nikomu z nich nie będziemy mówić, jak mają żyć. I nie będziemy im zabraniać próbować takiej czy innej drogi. I powiem szczerze, trochę byłem zaskoczony ich wyborami – stwierdził. – Każde z nich na swój sposób jakieś sukcesy odnosi. A ja się tylko dziwię, że przecież nie tak dawno oni się urodzili, a w tej chwili każde z nich jest już pełnoletnie, dorosłe. To jest dla mnie coś niewiarygodnego.

Aktor od 18 lat gra w serialu „Ojciec Mateusz", ostatnio próbował swoich sił w reżyserii i nagrał płytę z klasykami Leonarda Cohena. Mimo licznych zawodowych wyzwań dba jednak o równowagę. – Jeżeli jestem dużym zagonieniu i wracam do domu wieczorem, mam komfort, że mogę sobie przejść po podwórku, poczuć ten świat w zmysłach, czyli poprzez zapach. I poczuć, że ten świat to nie tylko cywilizacja, ale też gwiazdy na niebie – mówi.





Katarzyna i Cezary Żakowie

Kiedy wyruszą w tę podróż?

Są jednym z najszczęśliwszych małżeństw w polskim show-biznesie. Katarzyna Żak (63) i jej mąż Cezary (64) uwielbiają też ze sobą pracować, bo mogą spędzać razem jeszcze więcej czasu. A już wkrótce czeka ich niezwykłe, sentymentalne doświadczenie – powrót na plan kultowego „Rancza", z którym związali sporą część swojego zawodowego życia. Po dziesięciu latach znów wcielą się w ukochane przez widzów postaci, a zdjęcia do 11. sezonu ruszają w czerwcu i potrwają przez całe lato. To właśnie na planie „Rancza" spędzili wiele pięknych chwil i – jak mówią – zostawili kawał serca.

Na dobre i na złe

Najbliższe miesiące zapowiadają się jednak bardzo pracowicie. Intensywne lato oznacza konieczność przeorganizowania całego grafiku. A to sprawia, że państwo Żakowie po raz kolejny muszą przełożyć wymarzoną podróż z okazji 40. rocznicy ślubu, którą świętowali rok temu. – Nie wiem, czy ta jubileuszowa podróż się uda. Wszystko błyskawicznie się zmienia, dochodzą nowe zajęcia, nowe plany. Więc nie wiem, co będzie. Ale rozmowy trwają... – wyznała szczerze aktorka. Mniej spontanicznych wizyt czeka ich także u ukochanej wnuczki, która przyszła na świat w grudniu 2024 roku.

Ale przecież ich uczucie trwa już niemal cztery dekady, przeszli przez niejedną trudną sytuację. – I tak już 38 lat prycza w pryczę – żartował kilka lat temu Cezary Żak. A pani Katarzyna dodawała w sieci: – Na dobre i złe, pod górę i z górki, w radościach i smutkach dnia codziennego, wspierając się zawsze. Nie ma wątpliwości poradzą sobie więc i z nadchodzącymi intensywnymi miesiącami. A świętowanie...i na to przyjdzie wreszcie czas.

Fot.: Akpa (3), East News, Reporter, Instagram.com/katarzynazak.official, archiwum prywatne K. i W. Żmijewskich z programu „Dzień Dobry TVN"



eprasa.pl 5de2ecb5e

Michał Milowicz

Pomogli mu spełn

Rodzice zadbali, żeby nigdy nie brakowało mu miłości. Nauczyli go szacunku do ludzi oraz pokory i pokazali, jak odróżniać dobro od zła.



Chce, by jego dom był równie ciepły jak ten, w którym się wychował. I wychodzi mu to świetnie!

Bardzo żałuje, że jego ojciec nie doczekał narodzin wnuka, Maurycego (1). Nie ma wątpliwości, że byłby wspaniałym dziadkiem. – Tato był szlachetnym, zacnym, pełnym ciepła, empatii i mądrości człowiekiem – mówi Michał Milowicz (55). – Rozmawiam z nim, kiedy idę pierwszego listopada na Powązki. Myślę, że mnie słyszy. Czuję to.

Zmarły w 2021 roku Jerzy Milowicz był idolem swojego jedynego syna i jego mentorem. – W młodości zdawał do szkoły teatralnej, ale nie dostał się. Został dziennikarzem, krytykiem filmowym – wspomina gwiazdor.



Urodził się, żeby grać i śpiewać

Kino było wielką miłością pana Jerzego. Co tydzień zabierał syna na jakiś film. Razem obejrzeli „Wejście smoka" i „Grease", które miały ogromny wpływ na życie Michała. – Najpierw chciałem być jak Bruce Lee – opowiada aktor. – Kiedy potem zobaczyłem Johna Travoltę, pomyślałem, że też tak chcę.

„Dom, w którym się wychowałem, był przepełniony miłością"

Michał od dzieciństwa pasjonował się sportem, ale był też znakomitym artystą. – Urodziłem się, żeby grać i śpiewać – żartuje. – W przedszkolu tańczyłem, przebierałem się za różne postacie, a w domu recytowałem wiersze, wychylając się zza kotary, którą udawały zasłony w pokoju.

Po maturze zdecydował się na kontynuowanie nauki na AWF. Był na drugim roku, gdy ojciec pokazał mu ogłoszenie o castingu do musicalu „Metro". Dostał rolę, zostawił studia i poszedł za głosem serca, który zaprowadził go aż na nowojorski Broadway.

Pan Jerzy bardzo się cieszył, że syn spełnia nie tylko swoje, ale również jego marzenia. Ale nigdy niczego mu nie narzucał. „Dzięki Niemu ukształtowała się moja osobowość, za co zawsze będę Mu wdzięczny" – napisał Michał po śmierci ta-

TALENT WE KRWI

Pasję do sztuki Michał Milowicz odziedziczył po przodkach – jego pradziadek ze strony ojca był kompozytorem, prababcia plastyczką. Dziadek ze strony matki – muzykiem i wokalistą, a babcia dziennikarką.



Tata wspierał go we wszystkim od małego i pilnował, żeby nic złego mu się nie stało.

eprasa.pl 52de2ecb5e

ić marzenia

Chciałbym być dla syna takim ojcem, jakim mój był dla mnie – zwierza się aktor.



Pani Barbara zawsze dawała Michałowi ogromne poczucie bezpieczeństwa.



ty. I dodał: „Był duszą towarzystwa. Kochał życie... Do końca promienny, uśmiechnięty, pełen optymizmu".

Piosenki Presleya zamiast kołysanek

55-latek nie kryje, że ojciec na wiele mu pozwalał, ale też dużo od niego wymagał. – Zanim mogłem pójść pograć w piłkę z kolegami, musiałem odrobić lekcje – opowiada. – Mama była inna, łagodniejsza.

Dla pani Barbary najważniejsze było, żeby jej jedynak był szczęśliwy. Zawsze miała dla niego czas. – Była i ciągle jest moją opiekunką, taką z sercem na dłoni, i opoką – mówi aktor. – Dom, w którym się wychowałem, był przepełniony miłością. To jej zasługa.

Mama, zamiast kołysanek, nuciła małemu Michasiowi piosenki Elvisa Presleya. – Pokochałem króla rock and rolla już w kołysce – śmieje się odtwórca roli Tymona w „Klanie". – Kiedy podrosłem, chciałem mieć gitarę tak jak on. Dostałem ją w prezencie na 13. urodziny. Sam nauczyłem się na niej grać. Przy każdej okazji śpiewałem hity Elvisa.

Pół życia czekał na syna

Rodzice wpoili mu, że pokora i szacunek dla innych bardzo pomagają w życiu. Tego samego pragnie nauczyć swojego syna. Maurycy skończył rok w drugi dzień Wielkanocy i jest największym skarbem taty. – Czekałem na niego pół życia – opowiada. – To nie jest tak, że nie chciałem być ojcem wcześniej. Widocznie Bóg chciał dać mi syna dopiero teraz.

Pani Barbara Milowicz, która skończyła Studium Stenografii i Stenotypii i pracowała jako handlowiec, teraz jest emerytką. Ukochaną syna, Katarzynę, traktuje jak własną córkę, a wnuk to jej oczko w głowie. „Mamciu moja o wielkim sercu, dziękuję, że dzięki Tobie poznawałem od dziecka ten właściwy świat: świat miłości, wartości, życzliwości i empatii" – napisał artysta. I podkreślił: „Dziękuję za dar życia i za to, że jesteś".

A.S.

Fot.: Forum, Instagram.com/michal_milowicz (2), Facebook.com/michal.milowicz.56

WYDANIE SPECJALNE MAGAZYNU „KOBIETA I ŻYCIE"

Z przepiśników naszych mam i babć

NOWOŚĆ!



AŻ 90 PRZEPISÓW NA:

- DOMOWE ZUPY, MIĘSA, CIASTA NASZYCH CZYTELNICZEK
- KULINARNE HITY Z „KOBIETY I ŻYCIA" SPRZED LAT

Dostępne w dobrych punktach sprzedaży prasy i na czytelnia.pl

REKLAMA

eprasa.pl 52de2ecb5e

Zbigniew Bu

Mam najlepszą żonę

Dla Joli zrobiłbym wszystko – zapewnia aktor, który wkrótce będzie świętował 45-lecie małżeństwa. W czym tkwi sekret ich szczęśliwego związku?



Jest jednym z najbardziej lubianych aktorów. Na początku kariery grał w filmach fabularnych, teraz głównie można go oglądać w serialach.

RODZINA

Aktor najbardziej dumny jest ze swojej rodziny. – Z tego, że mam wspaniałą żonę, fajne dzieci i wnuki. Że zdrowie dopisuje i że mam przyjaciół, z którymi się lubimy, jak rodzina. No i oczywiście z pracy. Zagrałem w ponad dwustu filmach. Ale gdyby nie wsparcie żony, pewnie nie byłoby to wszystko takie proste – mówi.

Dzieci i wnuki to dla aktora największa radość.

Niedawno obchodził 75. urodziny i żartował, że „chyba ktoś się pomylił z tymi latami". Aktor czuje się dużo młodszy. Ciągle pracuje i tryska energią. Duża w tym zasługa ukochanej Jolanty, która dba o Zbigniewa Buczkowskiego. – Mam wspaniałą żonę – mówi. – Zawsze mnie wspiera. Każdemu facetowi życzę, aby spotkał na swojej drodze taką kobietę.

Jak celebrował Pan swoje ostatnie urodziny?

Spokojnie i rodzinnie. Byli najbliżsi: dzieci, wnuki, żona i to jest dla mnie najważniejsze. Dostałem też mnóstwo życzeń od przyjaciół.

Jesienią przypada 45-lecie Pana małżeństwa. To imponujący staż.

Powiem szczerze: mam wspaniałą żonę, a powodzenie naszego małżeństwa to w ogromnej mierze jej zasługa. Jola jest dla mnie bardzo ważna i wiele jej zawdzięczam. To mądra, cierpliwa i bardzo tolerancyjna kobieta. Nie czepia się o bzdury, zawsze mnie wspiera, dba o mnie, nawet o mój ubiór i wizerunek. Każdemu facetowi życzę, aby spotkał na swojej drodze taką kobietę.

Za co kocha Pan żonę najbardziej?

Za to, że jest najlepszą żoną na świecie. Dla niej zrobiłbym wszystko. Jest kochana, pogodna i bardzo mądra. My się świetnie uzupełniamy. Ja jestem trochę takim wariatunciem, zawsze pełnym energii, a ona ma w sobie spokój i rozsądek. Dzięki temu wszystko się w naszym związku równoważy.

Czy przez te lata zdarzały się Wam kłótnie?

Nawet dobrze byłoby się czasem pokłócić, ale moja żona się nie lubi ze mną kłócić. I to chyba sekret naszego małżeństwa. Jest między nami dużo życzliwości, szacunku i poczucia humoru. Nie ma nic gorszego niż ludzie, którzy skaczą sobie do oczu. Ja czegoś takiego sobie nie wyobrażam. A poza tym mamy fajne dzieci, udane wnuki, co tylko człowieka cieszy.

Czy nadal widzi Pan w niej dziewczynę, w której się zakochał?

Tak i to jest piękne. Można sobie tylko pogratulować. I ciągle jest nam ze sobą dobrze.

Zaskakuje Pan ją czasem

Fot.: Akpa (3), materiały prasowe Puls TV

eprasa.pl 52de2ecb5e

czkowski na świecie!


Jolantę aktor poznał dzięki swojej mamie. Pobrali się w 1981 roku. Za kilka miesięcy będą świętować szafirowe gody.

i przynosi śniadanie do łóżka?
Bez przesady z tym śniadaniem do łóżka. Kawa by się wylała i łóżko by się zalało, wtedy żadna to przyjemność. Natomiast zawsze robię żonie miłe niespodzianki i ona mi też.

Podróże to Wasza wspólna pasja?
Zdecydowanie. Jak tylko jest okazja, staramy się ruszyć razem w świat. Ostatnio byliśmy w Wietnamie, który zrobił na mnie ogromne wrażenie, bo to piękny kraj i fantastyczni ludzie. Wcześniej byliśmy też dwa razy w Chinach. Korzystamy z życia, póki zdrowie dopisuje. Świat jest wspaniały, a ludzie są fantastyczni.

Kiedy dłuższy czas nie ma Pana w domu, żona nie tęskni?
Codziennie ze sobą rozmawiamy, bo dzisiaj są telefony, na których się widzimy, jakbyśmy byli blisko. To jest znakomity cud techniki. Zresztą moja żona już się przyzwyczaiła, że ciągle jestem w pracy, poza domem.

Chciałby Pan cofnąć czas i coś wymazać z pamięci?
Nie mam co wymazywać z pamięci, ale cofnąć czas bym chciał, chociaż ze dwadzieścia lat do tyłu. Byłoby super, bo jest jeszcze dużo do zwiedzania.

Ciągle Pan pracuje?
I bardzo mnie to cieszy. Praca daje mi ogromnego kopa. Tekstu wciąż uczę się szybko, wszystko mnie nakręca. Dla aktora największą radością jest to, że jest jeszcze potrzebny.

Rodzina jest dla Pana wsparciem?
Oczywiście. Mam wspaniałe dzieci i cudowne wnuki. Jestem bardzo szczęśliwym dziadkiem. Wnuki zawsze pamiętają, kiedy jest Dzień Dziadka, czy Babci, dzwonią, odwiedzają nas. To wielka radość. Cieszę się też, że moje dzieci są dobrze wychowane, wykształcone i radzą sobie w życiu.

Lubi Pan spędzać czas z wnukami?
Bardzo. Kiedyś mój kolega powiedział, że jak będziesz miał wnuki to zwariujesz. I tak jest. Kiedyś miałem mniej czasu dla swoich dzieci niż teraz dla wnuków. Wtedy robiłem karierę, a dzieci wychowywała żona. Teraz staram się wnukom poświęcać jak najwięcej czasu.

Podobno dotrzymuje im Pan kroku i potrafi z nimi rywalizować sportowo?
Zawsze gramy razem w piłkę. Czasem musiałem im dawać zwyciężyć, bo jak dziadek wygrywał, to się obrażali. Uczyłem ich, że muszą nauczyć się przegrywać. A nie, że wszystko będzie im łatwo przychodziło. Teraz są trochę starsi, to już gorzej jest z nimi wygrywać.

Ponoć uczył też Pan wnuki pływać?
Tak i cieszę się, że wszystkie potrafią to dobrze robić. Jestem dumny, bo mam taką metodę, że każdego nauczę pływać, nawet tego, który nie uwierzy, że będzie to potrafił.

Wnuki potrafią Pana zaskakiwać?
Pewnie. One są coraz mądrzejsze. Jak byłem w ich wieku, to byliśmy wychowani na trzepaku, na grze w piłkę nożną. A teraz dzieci są takie mądre. Jeżeli chodzi o elektronikę i z telefonami robią więcej niż ja. Mnie telefon służy do odbierania wiadomości, a wnuki korzystają z tego niesamowicie.


Od 2017 roku Zbigniew Buczkowski wciela się w Kazimierza Barskiego w serialu „Lombard. Życie pod zastaw".

Cały czas jest Pan bardzo aktywny fizycznie.
Zawsze byłem, bo ruch to dla mnie podstawa. Od dziecka uprawiałem sport, grałem w piłkę, pływałem. Nawet zdobyłem złoty i srebrny medal na Mistrzostwach Aktorów w Pływaniu w Budapeszcie w 2000 roku. Wciąż nie zaniedbuję sportu i staram się dużo chodzić. To daje mi energię, człowiek się rusza, oddycha pełną piersią i od razu jest lepiej. Mam wrażenie, jakbym unosił się w powietrzu.

A co lubi Pan robić w domu?
Podziałać w ogródku, przyciąć krzaki, drzewa. Taka praca też mnie bardzo odpręża, jak człowiek popracuje trochę na swojej grządce.

Czego nauczyło Pana życie?
Żeby być pogodnym i życzliwym dla ludzi. Trzeba ich kochać i szanować. Dobro, które dajemy innym, zawsze do nas wraca. A największe szczęście to mieć obok siebie ukochaną osobę i rodzinę. Ja to szczęście mam. I jestem za to wszystko bardzo wdzięczny.

A spisał już Pan testament?
Jeszcze nie, ale na pewno to w końcu zrobię...

Rozmawiała Diana Ryter

eprasa.pl 52de2ecb5e

Katarzyna Burzyńska-Sychowi


Kasia mówi, że po ślubie wszystko w ich związku się zmieniło – na lepsze.

Ślub zmienił wszys

Ona całkowiecie odnalazła się w macierzyństwie. On jest zaradnym i troskliwym mężem oraz ojcem. – Jesteśmy staroświecką, tradycyjną – mówi dziennikarka.


Dbają o to, żeby nie być tylko rodzicami, ale pielęgnować małżeńską miłość.

Nic nie wskazywało na to, że będą parą. Zanim uznali, że Pan Bóg nie bez powodu skrzyżował ich drogi, zostali dobrymi znajomymi. - To na pewno nie była miłość od pierwszego wejrzenia, tylko coś, co dojrzewało – mówi Katarzyna Burzyńska-Sychowicz (42). – Zbudowaliśmy nasz związek na przyjaźni.

Łukasz Sychowicz, autor scenariuszy do popularnych polskich seriali komediowych, przez pięć lat czekał, aż Kasia – podobnie jak on – uzna, że są dla siebie stworzeni. – Czekał, ale nie naciskał – wspomina dziennikarka. – W końcu zdecydowałam się wyjść za niego i była to bardzo świadoma, przemyślana decyzja, nie impuls.

Błogosławieństwo na wspólną drogę

Katarzyna nie kryje, że swój ślub zaczęła planować, będąc jeszcze dziewczynką. – Wiedziałam, jak ma wyglądać, kto powinien na nim być, jaką będę miała suknię – potwierdza. – Myślałam, że nic mnie nie zaskoczy, jednak emocje mnie przerosły.

Nie miała wątpliwości, że chce Łukaszowi przysiąc miłość w obliczu Boga. On też nie wyobrażał sobie wspólnej drogi bez błogosławieństwa. 6 czerwca 2015 roku powiedzieli sobie sakramentalne: „Tak" w warszawskim kościele Najświętszego Zbawiciela. – Byłam w amoku. Ci wszyscy, którzy mówią, że po ślubie nic się nie zmienia, są w błędzie – wyznaje. – Na poziomie emocjonalnym to jest przeżycie nie do opisania.

Sama sobie zazdrości takiego męża

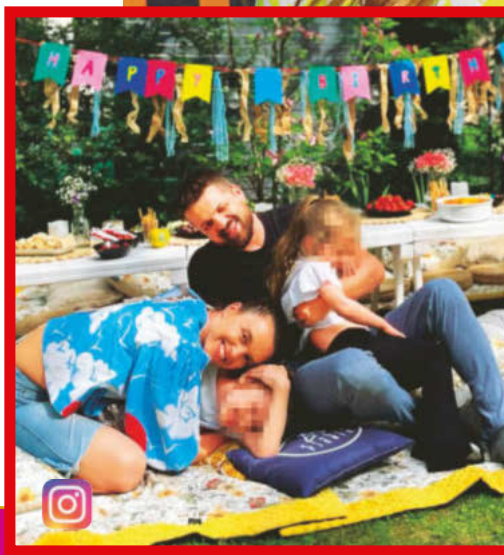
Rok później ich rodzina powiększyła się o Henryka. Co prawda prezenterka chciała dać synowi na imię Napoleon, ale jej mąż stanowczo zaprotestował. – Dziś jestem mu za to wdzięczna – śmieje się. Henio tylko przez trzy lata był jedynakiem. Józefina urodziła się w czerwcu 2019 roku. Tym razem państwo Sychowiczowie byli w kwestii imienia jednogłośni. „Wybraliśmy takie staroświeckie, bo mam wrażenie, że taką właśnie – staroświecką, tradycyjną – rodziną jesteśmy" – napisała reporterka „Pytania na śniadanie".

Katarzyna w niemal każdym wywiadzie podkreśla, że uwielbia być matką. – Macierzyństwo to przygoda, która nigdy się nie kończy i nie wiesz, dokąd cię zawiedzie – przekonuje. – Bywa trudno, ale jestem z siebie dumna, że daję radę. Luka, bo tak nazywają go najbliżsi, też świata nie widzi poza dziećmi. Żona chwali go za troskliwość i zaradność. – Nie myślałam, że to możliwe, ale kocham go za to jeszcze mocniej – deklaruje. – Czasem sama sobie zazdroszczę takiego cudownego męża.

Żeby nie być tylko rodzicami

Pięć lat po ślubie dziennikarka podarowała Łukaszowi na urodziny prezent. Wręczyła mu akt poświadczający, że przyjęła jego nazwisko. Do tej pory łączyła je ze swoim nazwiskiem panieńskim. „Powitajcie Katarzynę Sychowicz – konkretną i twardą babkę" – napisała, zastrzegając jednak, że w pracy nadal będzie Kasią Burzyńską.

Dziennikarka uważa, że szczęście nikomu nie jest dane raz na zawsze. – Każdy związek wymaga pracy. I nie ma tak, że zawsze jest idealnie – mówi. – Najtrudniejsza jest codzienność, zmęczenie i obowiązki. Ważne, żeby znajdować czas dla siebie, na rozmowę czy wspólne wyjście. Starają się łączyć rodzicielstwo i małżeństwo. – Trzeba uważać, żeby nie stać się tylko rodzicami – przestrzega Kasia.



Fot.: Akpa, Instagram.com/katarzyna_burzynska_sychowicz (3)

eprasa.pl 52de2ecb5e

cz i Łukasz Sychowicz



Za tym uśmiechem stoi ukochany mąż i wspaniałe dzieci. Bez nich jej droga nie byłaby taka sama.

Najlepsze chwile? Właśnie takie – pełne śmiechu i dziecięcej energii!

Nowość!

Wyjątkowy poradnik dla tych, którzy opiekują się bliskimi!

Tylko u nas! Co ci się należy, gdzie uzyskać pomoc finansową i medyczną



W najnowszym numerze:

Wszystko, co należy wiedzieć na temat świadczenia wspierającego

Gdzie szukać wsparcie, gdy bliski zmaga się z chorobą onkologiczną

Jakie są nietypowe objawy, które często zapowiadają zawał serca

Ćwiczenia łagodzące reumatyczne bóle rąk

Czasopismo dostępne w dobrych punktach sprzedaży prasy oraz na czytelnia.pl

REKLAMA

eprasa.pl 52de2ecb5e

Edyta Górniak

Pod skrzydłami Archanioła



Edyta Górniak podkreśla, że bez Boga, który jest miłością nie da się żyć w pokoju.

„Moje serce należy do Ciebie” – napisała, kiedy znalazła na plaży różaniec.

W czasie jednej z pasterek czytała Słowo Boże w kościele.

Podobizna św. Michała, który jest pogromcą szatana towarzyszy jej każdego dnia – jego wizerunek ma w swojej komórce.

Od niedawna na platformie SkyShowtime możemy oglądać dwuodcinkowy dokument „Edyta Górniak” – o dziewczynie, która z rodzinnych Ziębic trafiła na największe sceny muzyczne świata. To intymna opowieść o kobiecej sile, odwadze, przebaczeniu, miłości i mocy nadziei – czytamy o filmie.

Duchowa droga Edyty Górniak (53), to także podróż. Od fascynacji Wschodem, buddyzmem do odkrycia Jezusa jako prawdziwego Boga. Przełom nastąpił, gdy na krótko przed tragicznym wypadkiem spowodowanym przez jej byłego męża w 2014 roku Edyta doznała proroczego snu – przyśnił się jej Jan Paweł II. Ten znak, a potem tragedia, która przewróciła jej życie i zmusiła do samotnego macierzyństwa, sprawił, że artystka na nowo zaczęła szukać wsparcia u Boga. – Straciłam dużo czasu, szukając duchowości i zapominając, że jest blisko nas. Jeśli nie będziemy trzymali się wiary, Boga, źródła światłości, to już nie mamy czego się trzymać. Bóg jest miłością – powiedziała.

Jezu, ufam Tobie

Rozpad małżeństwa, samotne rodzicielstwo spowodowały,

Fot.: Akpa (2), Newspix.pl, Adobe Stock, Instagram.com/edytagorniak

eprasa.pl 52de2ecb5e



Michała Archanioła wzięła sobie na swojego patrona, mistrza i opiekuna.



Największa miłość Edyty Górniak – jej syn, Allan Krupa.

że w duszy Edyty odżyła tęsknota za głębszym sensem życia. Punktem zwrotnym stała się jednak modlitwa, do której ponownie wróciła za namową przyjaciółki Urszuli. W tym czasie regularnie odwiedzała kościoły, przede wszystkim Mariacki w Krakowie i opactwo benedyktynów w Tyńcu, a także ulubione sanktuarium Matki Bożej z Lourdes w Warszawie. – Chrystus jest jedyną drogą do spokoju, zbawienia i harmonii – pisała po mszy rezurekcyjnej i procesji, w których brała udział na Podhalu.

Z czasem Edyta zaczęła odmawiać Koronkę do Bożego Miłosierdzia. Szczególne miejsce w jej sercu zajął obraz „Jezu, ufam Tobie". Właśnie te słowa św. siostry Faustyny Kowalskiej stały się jej życiowym mottem, dawały wyciszenie, poczucie sensu i pociechy w najtrudniejszych chwilach.

Po rozstaniu z mężem piosenkarka zabrała syna do USA, posłała Allana do katolickiej szkoły, a podczas spaceru na plaży w Malibu odnalazła różaniec – symbol Bożej obecności, który przyjęła jako znak nadziei.

Modlitwa za syna

Najtrudniejsze chwile przyszły, gdy jej kilkunastoletni syn trafił do szpitala z zagrażającą życiu infekcją po operacji. Na początku był leczony na zapalenie wyrostka robaczkowego. Po operacji doszło jednak do powikłań – zakażenia organizmu. Życie 12-letniego wówczas chłopca było zagrożone. – W szpitalu zobaczyłam Allanka podłączonego do takiej aparatury, że bez słów lekarzy zrozumiałam, że jego stan jest bardzo ciężki – mówiła. Rozpoczęła modlitewny szturm Nieba. Klęczała i leżała na ziemi w szpitalnym ogrodzie, błagając o uzdrowienie syna. Była gotowa oddać wszystko, byle tylko uratować dziecko. Na szczęście Allan wyzdrowiał, a mama do dziś jest wdzięczna Bogu, że jej modlitwy zostały wysłuchane.

„Jeśli nie będziemy trzymali się Boga, źródła światłości, to już nie mamy czego się trzymać. Bóg jest miłością"

Sama też miała problemy ze zdrowiem. Jak wyznaje w dokumencie kilka lat temu poroniła dziewczynkę. Cierpienie ponownie zbliżyło ją do Chrystusa. – Czuję wielką pokorę i wdzięczność za wszystko, czego doświadczam. Za ból, który przyjęłam i który przetrwałam – podkreślała.

Piosenkarka znalazła też patrona dla siebie i swoich bliskich – jest nim św. Michał Archanioł. – To mój obrońca i mistrz – wyznała pokazując swoją komórkę, na której tapecie znajduje się podobizna pogromcy szatana.

Podążać za Chrystusem

Szczególną rolę w życiu Edyty Górniak odgrywał Jan Paweł II. Jego nauki i pamięć o nim dawały jej wsparcie w trudnych chwilach. „Miłość jest światłem i nie posiada w sobie żadnej agresji" – pisała, wspominając papieża Polaka, który był dla niej nie tylko autorytetem moralnym, ale i znakiem czułości Boga dla człowieka.

Nieprzypadkowy sen o papieżu sprzed lat poprzedził najtrudniejszy okres w jej życiu, św. Jan Pawła II uczył ją przebaczenia. Po latach samotności artystka pojednała się z matką i siostrą, porządkując rodzinne życie właśnie w duchu nauk wielkiego Polaka.

Dziś gwiazda dzieli się wiarą publicznie. Podczas jednego z koncertów dla dotkniętej wojną Ukrainy powiedziała: „Przesyłam miłość i światło do całego świata. Jest tylko jedna droga do pokoju. Musimy podążać za Chrystusem!".

Nie dla Halloween

Od lat obserwuje w Ameryce jak celebrowane jest Halloween i przed tym przestrzega. Uważa, że to otwiera przestrzeń dla zła, a sama angielska nazwa Halloween bardzo przypomina stwierdzenie: „Piekło wygrywa". – Uważajcie zatem kochani, które drzwi otwieracie do swojego życia i do swojej duszy. Bądźcie czujni, ostrożni i rozważni – apelowała.

eprasa.pl 52de2ecb5e

Sydonia Marciniak

Chciałam odwdzięczyć

Kiedy pokonała chorobę, czuła że musi coś zrobić, znaleźć jakiś sposób na to, by podziękować Maryi za zdrowie i życie. Odpowiedzi szukała w modlitwie. Wtedy Matka Boża do niej przemówiła.



Przez długi czas nie rozumiała Bożych wyroków.



Rodzina na wakacjach. Zawsze starali się spędzać ze sobą dużo czasu.

Swoje imię, Sydonia, dostała po kuzynce babci. Kuzynka była siostrą zakonną. A babcia miała bardzo duży wpływ na wychowanie wnuczki. To ona uczyła ją pacierza, zabierała do kościoła, a kiedy Sydonia podrosła, jeździły razem na pielgrzymki.

Gdy dziewczynka miała 6 lat, straciła brata. Michał wpadł pod wóz konny. To był cios dla całej rodziny. A mama tak naprawdę nigdy się z tym nie pogodziła...

Zawsze znajdowała pocieszenie

Sydonia także bardzo cierpiała. Na szczęście babcia była przy niej cały czas, pocieszała ją jak mogła.

– Michałek jest już w niebie z Panem Bogiem i będzie na ciebie tam czekał – tłumaczyła dziewczynce.

Z czasem smutek minął. Życie wracało do normy. W trudnych chwilach dziewczynka zawsze zwracała się do Boga, tam znajdowała pocieszenie i wsparcie. Mogła oczywiście liczyć też na babcię. Kiedy miała 16 lat poznała na zabawie Błażeja.

– Zatańczymy? – zapytał i spędzili razem resztę wieczoru.

Spotykali się przez jakiś czas, ale potem się rozstali. Ona była zazdrosna o inną dziewczynę, docierały do niej różne plotki... Jednak nie mogła o nim zapomnieć.

– Każdego chłopca porównujesz do Błażeja – powiedziała jej pewnego dnia mama. – Powinniście być razem, nie pozwólcie żeby ludzie was rozdzielili – dodała.

„Już w dzieciństwie zwracała się do Boga ze swoimi problemami."

Niestety, matce nie dane było cieszyć się szczęściem córki, ponieważ w 1990 r. zmarła. Sydonia miała wówczas 18 lat. To był dla niej cios, poradziła sobie z tym, tylko dzięki wsparciu Błażeja. Obraziła się wówczas na Pana Boga, nie mogła zrozumieć, dlaczego zabiera jej tych, których kocha.

– Mama bardzo tęskniła za Michałkiem, w końcu są razem – tłumaczyła jej babcia.

I znów, tak jak było z bratem – z czasem ból minął.

Błażej się jej oświadczył. Pobrali się w 1990 r. Rok po ślubie urodziła się Elwira, a dwa lata później Dawid. Żyła blisko kościoła, ale to nadal nie była świadoma wiara. Kiedy była w ciąży, modliła się o ich zdrowie i oddawała je Bogu pod opiekę. Wszystko byłoby dobrze, gdyby nie... problemy z sąsiadem.

Oddała swoje dzieci pod Bożą opiekę

Mężczyzna awanturował się przy każdej okazji. A pewnego dnia... rzucił w Sydonię metalowym wiadrem. Kobieta upadła. Zbiegli się sąsiedzi, ktoś zadzwonił po pogotowie.

W szpitalu okazało się, że Sydonia ma wstrząs mózgu i pękniętą kość policzkową. Długo dochodziła do siebie. Kiedy rany się zagoiły, postanowiła sąsiadowi przebaczyć.

– To jest po chrześcijańsku – stwierdziła.

Dwa lata po wypadku, ponownie zaszła w ciążę. Niestе-

Fot.: Anna Wyszyńska/archiwum domowe (4)

eprasa.pl 52de2ecb5e

z Grodziska Wielkopolskiego

się za całe to dobro





Z mężem Błażejem są razem od 18 roku życia.



Teraz na pielgrzymki zabiera wnuczkę.

ty, nie dane jej było znów zostać matką. Straciła dziecko...

Kolejny raz doświadczyła bólu i cierpienia. Czuła jednak, że Bóg jest przy niej. Mimo wszystko. Tyle, że nie do końca rozumiała, dlaczego musi przez to wszystko przechodzić.

W 2009 r. odeszła jej ukochana babcia. Już wcześniej chorowała. Sydonia była przy niej do końca.

– Będę się o ciebie modlić w niebie – powiedziała staruszka. odchodząc.

W tym samym roku zdiagnozowano u Sydonii raka szpiku kostnego. Bez słowa skargi znosiła kolejne fazy leczenia, wierzyła bowiem że i tym razem Bóg ją uratuje. Niestety, choroba okazała się groźniejsza, niż się spodziewała.

– Możliwe, że będzie potrzebny przeszczep – usłyszała od lekarza. – Czy ktoś z rodziny mógłby być dawcą? – spytał.

Kiedy jej siostra o tym usłyszała, zgodziła się bez wahania. Okazało się, że mają pełną zgodność.

„Wsłuchała się w głos Maryi i dowiedziała się, co ma zrobić."

Przed samą operacją, kobieta usłyszała w sercu głos Maryi: – Przyjedź do mnie, do Medjugorie.

Powtórzyła to wszystko mężowi, licząc na pomoc.

– Dobrze, zawiozę cię tam – obiecał od razu.

Przywieź do mnie ludzi – usłyszała

Zabrał ją w drogę prosto ze szpitala. Pojechała z nimi teściowa i zaprzyjaźnione małżeństwo. Całą drogę leżała na tylnym siedzeniu auta. Na miejscu doświadczyła niewyobrażalnej miłości i poczuła bliskość Maryi.

– Jaki piękny zapach róż – szepnęła wzruszona.

Po powrocie do Polski poddała się zabiegowi przeszczepu szpiku kostnego od siostry.

Wszystko poszło zgodnie z planem. Doświadczyła wielu cudów, kiedy była w izolatce przeszczepowej. Powoli wracała do zdrowia. W trakcie choroby wstąpiła do wspólnoty neokatechumenalnej. Dużo czytała i modliła się regularnie.

Kiedy wyzdrowiała, poczuła że musi zrobić coś więcej, musi podziękować Maryi i Bogu za zdrowie i życie. Odpowiedzi szukała w modlitwie. Wtedy ponownie Matka Boża do niej przemówiła.

– Przywieź mi ludzi do Medjugorie – usłyszała kobieta.

Z początku nie odpowiedziała, ale pragnienie nie zniknęło, wręcz przeciwnie. Maryja dawała jej wyraźne znaki.

W końcu, w 2013 r. postanowiła zorganizować pierwszą pielgrzymkę do Medjugorie. Wyjazd zakończył się sukcesem, Sydonia zrozumiała, że to jest jej droga. Założyła własne biuro podróży i nazwała je „Serce Maryi", dokładnie tak, jak życzyła sobie tego Matka Boża.

Zaczynała od jednej pielgrzymki rocznie, a teraz wyjeżdża prawie co miesiąc.

– Wszystko, przez co przeszłam, pokazuje, że jestem żywym świadectwem, tego, że Bóg kocha nas zawsze, nawet kiedy grzeszymy – twierdzi.

Anna Wyszyńska

eprasa.pl 52de2ecb5e

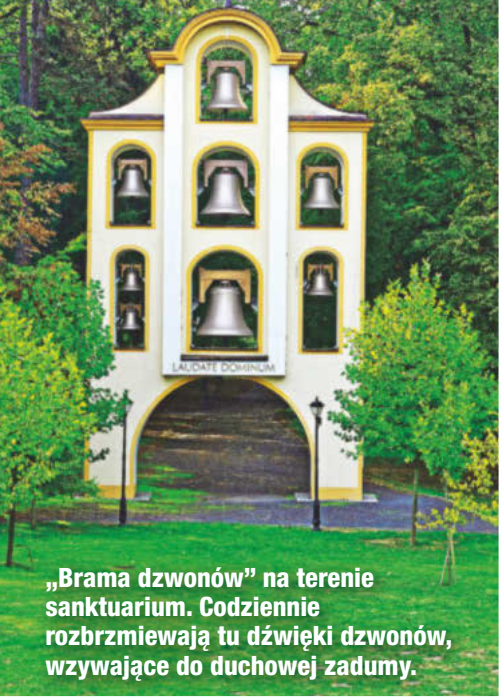
Wieś pod opieką świętego

Przecinają się tu szlaki pielgrzymów, turystów i kuracjuszy. W Kamieniu Śląskim można przeżyć duchową oraz zdrowotną odnowę – w pięknym otoczeniu.



Kamień Śląski to ciekawa, pielgrzymkowa wieś, położona na Opolszczyźnie.

eprasa.pl/52de2ec0be



„Brama dzwonów” na terenie sanktuarium. Codziennie rozbrzmiewają tu dźwięki dzwonów, wzywające do duchowej zadumy.



Kościół i sanatorium otoczone są pięknym parkiem. To miejsce na przyjemną przechadzkę.



Główny ołtarz kościoła przyciąga wzrok misternym zdobieniem i obrazem św. Jacka, patrona parafii.

Wśród malowniczych pól i lasów kryje się wieś, której serce stanowi kościół i staw. Tuż obok rozciąga się odnowiony kompleks pałacowo-parkowy. Biel i złoto historycznych budynków pięknie współgrają z soczystą zielenią starych drzew.

Kult św. Jacka – dominikanina z przełomu XII i XIII wieku, jednego z patronów Polski – tak żywy na Opolszczyźnie, a zwłaszcza w Kamieniu Śląskim, nadaje temu miejscu wyjątkowy wymiar duchowy.

Miejsce urodzenia apostoła Słowian

Według przekazów, święty Jacek urodził się właśnie tutaj, w jednej z komnat barokowego zamku. Nazwany później apostołem Słowian, przemierzał pieszo ziemie polskie, głosił Ewangelię na Pomorzu i w Prusach, działał z niezwykłą gorliwością. Już za życia uważano go za świętego. W XVI wieku został oficjalnie kanonizowany przez papieża Klemensa VIII. Do Kamienia Śląskiego pielgrzymowano od wieków, wierząc, że miejsce narodzin świętego zachowało cząstkę jego świętości. Rzeczywiście, zamek i klasztor przetrwały wojenne zawieruchy, także II wojnę światową. Dopiero po jej zakończeniu spotkał je dramat – zostały splądrowane przez radzieckich żołnierzy i ostatecznie zniszczone (w latach 70. podpalono budynki). Na szczęście po latach, rozpoczęto odbudowę, która przywróciła miejscu dawny blask i duchową siłę.

Modlitwa, kuracja i… zupa z siana

Dziś barokowy pałac z kaplicą narodzin św. Jacka stanowi serce sanktuarium – dostępne dla pielgrzymów przez cały rok. Wiele osób przybywa tu, by prosić św. Jacka o wstawiennictwo, dziękować za otrzymane łaski lub powierzać mu swoje troski. Ale szczególnie tłumnie odwiedzane jest 17 sierpnia, gdy przypada odpust. Warto przyjechać właśnie wtedy, by poczuć duchowość miejsca.

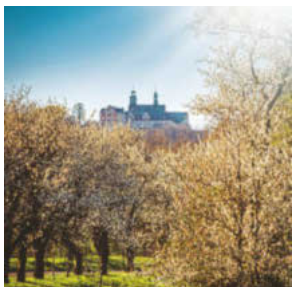
Na miejscu działa także sanatorium. Leczy się tu różne choroby, według naturalnej metody księdza Sebastiana Kneippa. Kuracjusze spacerują po rozległym parku, zanurzają stopy w wodzie. Czasem zatrzymają się przy zagrodzie z kozami. Zwierzęta są tu nie tylko ozdobą – mają uspokajać i łagodzić nerwy. W tutejszej restauracji warto spróbować czegoś absolutnie niezwykłego – zupy z siana. Przygotowuje ją szefowa kuchni z lokalnych składników i ogromnych pokładów wyobraźni! Zupa pachnie łąką i ma aromatyczny, grzybowo-warzywny posmak – zaskakuje i koi.

Kamień Śląski nie jest ani głośny, ani modny. I może dlatego tak mocno zostaje w pamięci. Są w nim prostota, duchowość, ślad świętości. Warto tu przyjechać, by posłuchać ciszy. Zobaczyć miejsce, w którym narodził się święty.



Barokowa kaplica narodzin św. Jacka zachwyca wystrojem.

OPOLSZCZYZNA



To niewielki, ale niezwykle urokliwy region Polski, który potrafi zaskoczyć spokojem i różnorodnością. Znajdziesz tu malownicze wsie, zielone lasy i klimatyczne miasteczka. To idealne miejsce na odpoczynek z dala od tłumów. Z Kamienia Śląskiego jest blisko na Górę św. Anny – sama trasa warta jest wycieczki, a na szczycie znajduje się też sanktuarium.

Fot.: Adobe Stock (6)

eprasa.pl 52de2ecb5e

Mocny z Chrystusem

Na jego męczeństwie zbudowany został fundament naszego państwa i Kościoła. Mówił o tym Jan Paweł II podczas pielgrzymki w millenium jego śmierci.



Jan Paweł II podczas mszy odprawianej w 1997 roku na Wzgórzu Lecha mówił, by „jak Wojciech iść za Chrystusem”.

Brunon z Kwerfurtu „Żywocie św. Wojciecha” pisał, że „Chłopcu towarzyszyła łaska Boża, to też obficie spłynęły na niego dary zdolności, rozumu i pojętności”.

Ziarno, które obumrze, przynosi plon obfity. Jakże dosłownie spełniły się te słowa w życiu i śmierci św. Wojciecha! Jego męczeńska krew, zmieszana z krwią innych polskich męczenników leży u fundamentów Kościoła i państwa na ziemiach piastowskich. Wojciechowy zasiew krwi przynosi wciąż nowe duchowe owoce – mówił Ojciec Święty podczas pielgrzymki do Polski w 1997 roku.

Z Czech do Rzymu

Wojciech, urodzony około 956 r. w książęcej rodzinie Sławnikowiców, miał siedmiu braci. Rodzice chcieli, by został rycerzem, ale gdy zachorował, obiecali Bogu, że jeśli wyzdrowieje, przeznaczą go na służbę Bogu. Tak się stało. W 972 r. 16-letni Wojciech został wysłany do szkoły katedralnej w niemieckim Magdeburgu. Uczył się około 10 lat, po czym wrócił do Pragi, gdzie przyjął święcenia i został biskupem. Do swego pałacu szedł w wielkiej pokorze – boso i bez nakrycia głowy.

Młody biskup wymagał wiele od siebie i nie był pobłażliwym pasterzem dla wiernych. Brunon z Kwerfurtu pisał o tym okresie jego życia tak: „Dobrze żył, dobrze nauczał, tego, co usty głosił, nigdy nie zaprzeczył”. Wojciech piętnował szczególnie niezgodne z prawem małżeństwa między krewnymi, sprzedaż niewolników chrześcijańskich niewiernym i niewłaściwe obchodzenie świąt. Buntowali się przeciw niemu możni, duchowień-

Modlitwa za wstawiennictwem św. Wojciecha

Prosimy Cię, Panie, niech święty Wojciech; biskup i męczennik, wyjedna nam miłosierdzie Twoje, abyśmy otrzymali grzechów odpuszczenie i upragnione łaski. Święty Wojciechu, patronie naszej Ojczyzny! Użyźniłeś siejbę słowa Bożego krwią swoją, a w sercach naszych zaszczepiłeś miłość do Bogurodzicy. Bądź nam nadal przewodnikiem do nieba i uproś nam u Boga potrzebny hart ducha, abyśmy za twoją pomocą mężnie wyznawali swą wiarę i przez nią otrzymali nagrodę wieczną. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

eprasa.pl 52de2ecb5e



Katedra w Gnieźnie, nazywana „Matką kościołów polskich" jest miejscem pochówku św. Wojciecha.



Srebrny relikwiarz świętego spoczywa na sześciu orłach. Całość dźwigają postacie symbolizujące cztery stany.

stwo i zwykli ludzie. Biskup, nie mogąc zwalczyć zła, uznał za konieczne ustąpić. W 989 r. wyjechał do Rzymu i wstąpił do klasztoru benedyktynów. Jednak w 992 r. przełożeni nakazali mu powrót do Pragi. Tam stanął w obronie kobiety cudzołożnej, którą ukrył w klasztorze. Niestety żołnierze nie uszanowali świętego miejsca. Kobietę zabito, a w zemście na Wojciechu zgładzono jego braci wraz z rodzinami. Duchowny rzucił klątwę na poddanych i znów wyjechał do Rzymu. Ostatecznie papież zwolnił Wojciecha z obowiązków biskupa praskiego i zgodził się na jego działalność misyjną.

„Abyście wierząc w imię Jego mieli życie i zasłużyli na zażywanie w nagrodę niebiańskich rozkoszy w wiecznych przybytkach"

Wszędzie niósł krzyż

Bolesław Chrobry zaprosił go wtedy do Polski, skąd wyruszył z misją nawracania Prusów. Zakończyła się ona dramatycznie – 23 kwietnia 997 roku został zabity. Chrobry wykupił ciało męczennika i nakazał pochować go w Gnieźnie. Dwa lata później papież Sylwester II ogłosił Wojciecha świętym, a już w marcu 1000 r. cesarz Otton III odbył pielgrzymkę do jego grobu. Wtedy właśnie obaj władcy proklamowali pierwszą kościelną metropolię w Gnieźnie z biskupstwami w Krakowie, Kołobrzegu i Wrocławiu podległą wyłącznie papieżowi, a nie hierarchom niemieckim.

Św. Wojciech, choć wpisał się w dzieje kilku państw, nie bez przyczyny został głównym patronem Polski. Niestety, wkrótce jego grób został ograbiony przez Czechów, którzy wywieźli jego głowę do Pragi. Przez wieki jeszcze kilka razy zdarzały się grabieże relikwii świętego, a w 1986 roku ukradziono okrywającą je srebrną trumnę. Niestety, udało się odzyskać tylko jej część, resztę trzeba było zrekonstruować.

Jak widać, nasz patron nie miał spokoju za życia, nie miał go i po śmierci, ale tak jest ze świętymi, którzy dali mocne świadectwo swojej wiary. Módlmy się do niego, prosząc, by wstawiał się za naszą Ojczyznę.

Jolanta Winiarska



Czaszka św. Wojciecha w katedrze w Pradze. Jest tam od czasu najazdu czeskiego na Polskę w roku 1038.

Fot.: East News (3), Adobe Stock (3), materiały prasowe (2)

PYTANIA O WIARĘ



Na pytania odpowiada ks. Marek Dziewiecki, dr psychologii, wykładowca, rekolekcjonista, dyrektor telefonu zaufania, autor ponad 70 książek o małżeństwie i rodzinie. Pytania można przesyłać listownie na adres redakcji lub mailowo: wiara@dobrytydzien.com.pl

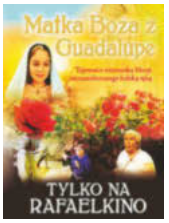
Jak nie zwątpić, gdy tak boli samotność?

Dlaczego Bóg pozwala na samotność wdowy, która wciąż tęskni za bliskością i wsparciem? Anna z Wrocławia

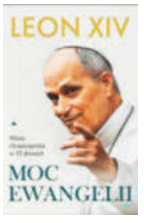
Droga Pani Anno! Bóg cierpi razem z każdą kobietą, której umarł mąż i która przeżywa ból samotności. Pragnie, by każdy człowiek w każdej fazie życia był szczęśliwy. Chrystus pozwolił przybić się do krzyża, bo pragnął, byśmy wzruszeni jego miłością, odtąd wzajemnie się miłowali. Gdy to czynimy, uwalniamy się z samotności i smutku. Bóg nie ma natomiast możliwości nakazania komuś, żeby nas pokochał i uwolnił nas z bólu osamotnienia. Osoby owdowiałe – podobnie jak osoby, które nie założyły jeszcze rodziny – nie powinny czekać biernie na kogoś, kto je pokocha i kto wniesie radość w ich życie. To one powinny zrobić pierwszy krok i iść do ludzi z otwartością i życzliwością. Powinny skupiać się na spotykanych osobach i na ich potrzebach bardziej niż na własnym osamotnieniu. Największe szanse na spotkanie kogoś, kto kocha, ma bowiem ten, kto pierwszy okazuje miłość.



FILMY I KSIĄŻKI DLA KATOLIKA



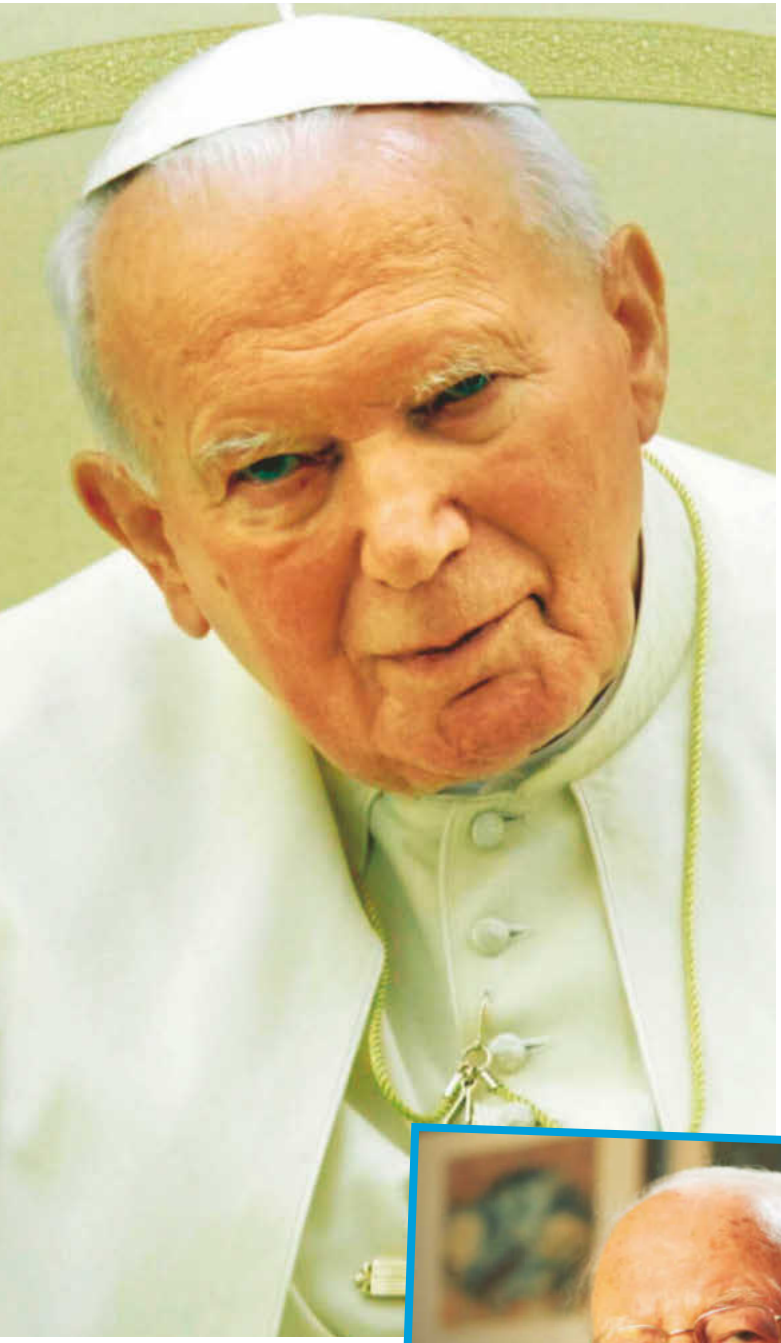
„Matka Boża z Guadalupe" to film łączący XVI-wieczne objawienie z pytaniami współczesnego człowieka. Punktem wyjścia jest spotkanie Juana Diego z Maryją i cud, który odmienił serca ludzi. Z kolei w dzisiejszym Meksyku młodzi archeologowie, którzy naukowo zgłębiają tajemnicę tilmy, opowiadają jak to doświadczenie zmieniło ich samych.



Pierwsza książka Leona XIV „Moc Ewangelii. Wiara Chrześcijańska w 10 słowach" przedstawia duchową i teologiczną myśl nowego papieża. Te słowa – klucze stanowią swoisty kod, według którego papież odczytuje i ukazuje nam istotę wiary chrześcijańskiej: Chrystus, serce, Kościół, misja, komunia, pokój, ubodzy, kruchość, sprawiedliwość i nadzieja.

eprasa.pl 52de2ecb5e

Nigdy nie myślał o sobie



Osobisty lekarz był świadkiem wielu trudnych dla Ojca Świętego sytuacji, kiedy bardzo cierpiał. A podczas wycieczek w góry zamieniał się w... dyrygenta.

Zanim jeszcze Renato Buzzonetti został lekarzem papieża, Jan Paweł II zlecił mu ważną misję. Włoch był lekarzem konklawe w październiku 1978 roku. – Kierowałem ekipą medyczną, której zadaniem była opieka sanitarna nad jego uczestnikami – wspominał. Papież zaraz po wyborze chciał się dowiedzieć o stan zdrowia ks. Andrzeja Deskura, który przeszedł udar. – Telefony są zablokowane z powodu konklawe – tłumaczył lekarz, ale papież poprosił, by mimo wszystko czegoś się dowiedział. Wkrótce papież sam odwiedził przyjaciela w szpitalu.

Pierwszy udzielił papieżowi pomocy

Renato Buzzonettiego kilka miesięcy później, drugi prywatny sekretarz papieża, ks. prał. John Magee, zaprosił do Pałacu Apostolskiego. Lekarz sądził, że hierarcha zachorował, ale ku jego zdziwieniu w saloniku pojawił się papież i zaproponował mu stanowisko swego osobistego lekarza. Tak zaczęła się ich trwająca 27 lat współpraca.

To właśnie on jako pierwszy udzielał pomocy medycznej Janowi Pawłowi II, gdy 13 maja 1981 roku na pl. św. Piotra został ranny. – W karetce, która wiozła go do polikliniki Gemellego, powtarzał bez przerwy po polsku: „Jezu, Matko moja" i nic więcej – relacjonował w wywiadzie przeprowadzonym przez Włodzimierza Rędziocha dla „Niedzieli".

Ujawnił też pierwsze słowa Jana Pawła II, które wypowiedział, gdy wybudził się po kilkugodzinnej operacji. – Jak Bachelet – powiedział, nawiązując do osoby wiceprzewodniczącego Najwyższej Rady Sądownictwa, który był też członkiem Papieskiej Rady ds. Świeckich, i został w 1980 roku zamordowany przez skrajnie lewicową włoską organizację terrorystyczną – Czerwone Brygady.

– Nie, ponieważ Ojciec Święty przeżył i będzie żyć, a Bachelet zginął – powiedział do Jana Pawła II jego osobisty lekarz. Miał rację, choć droga Ojca Świętego do odzyskania zdrowia była daleka – po powrocie do Pałacu Apostolskiego poczuł się jeszcze gorzej i znów musiał walczyć o życie – winne było zakażenie wirusem cytomegalii.

Po ataku serca chciał iść do wiernych

Renato Buzonetti ujawnił, że papież był pacjentem posłusz-



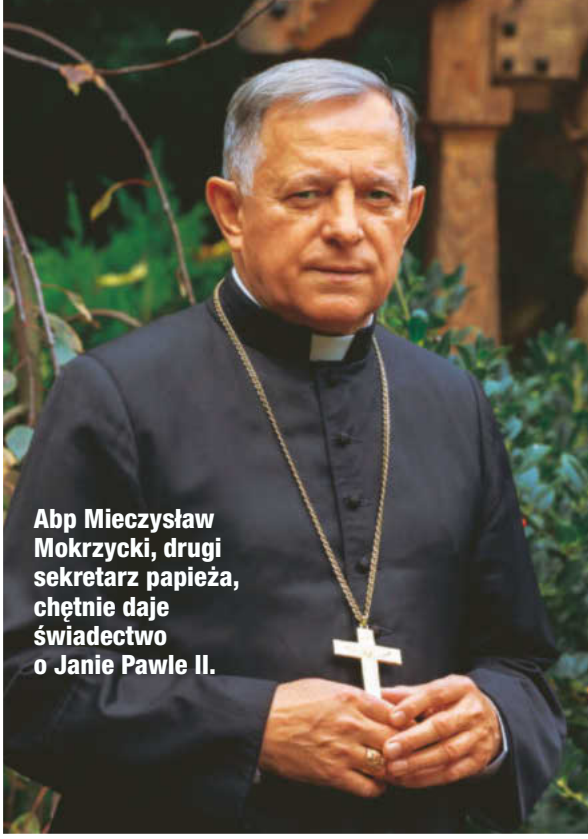
Pod koniec pontyfikatu Jan Paweł II pełnił swą posługę mimo cierpienia.

Dr Renatto Buzzonetti był osobistym lekarzem św. Jana Pawła II.

eprasa.pl 52ud2ecb5e



Papież miał wielkie serce dla chorych, okazywał im troskę.



Abp Mieczysław Mokrzycki, drugi sekretarz papieża, chętnie daje świadectwo o Janie Pawle II.

nym i uważnym, bo za każdym razem zależało mu, by jak najszybciej wrócić do zdrowia i wykonywania swoich obowiązków. Nie okazywał przygnębienia ani zniechęcenia, nie chciał też zażywać leków przeciwbólowych.

To osobisty lekarz papieża pierwszy dostrzegł u głowy Kościoła wczesne objawy choroby Parkinsona.

Doktor należał do najbliższych współpracowników papieża – mieszkał blisko Watykanu, w okolicy Zamku św. Anioła, dzięki czemu mógł szybko przybyć do apartamentów papieskich. Tak było np. 6 października 1996 roku, co wspominał sekretarz papieża, abp Mieczysław Mokrzycki, w rozmowie z Krzysztofem Tadejem w książce pt. „Widziałem to, czego nie widzieli inni". Papież przed niedzielną modlitwą „Anioł Pański" wymiotował i skarżył się na ból brzucha. Doktor, po badaniu, rozpoznał zapalenie wyrostka robaczkowego. Papieża przewieziono do kliniki Gemelli, gdzie dwa dni później był operowany.

Najtrudniej było pod koniec pontyfikatu, gdy stan Ojca Świętego był poważny. Pewnego razu w Dniu Chorego miał odprawić mszę w Bazylice św. Piotra. Udzielono mu pomocy, nabożeństwu przewodniczył inny hierarcha. – Gdy stan się poprawiał, papież powiedział: „Pójdę po mszy świętej przywitać wszystkich chorych". Buzzonetti stanowczo zaprotestował: „Ale ja muszę. Tam są chorzy, cierpiący!" – mówił papież – wspomina abp Mieczysław Mokrzycki.

Lekarz przekonywał, że w tym stanie to niebezpieczne dla Ojca Świętego. Jan Paweł II nie mógł się z tym pogodzić. Uznał, że skoro nie może pójść do ludzi, którzy przybyli tam na spotkanie z nim, to przynajmniej pozdrowi ich z okna. Renatto Buzzonetti odradzał papieżowi także to, ale na próżno. – Decyzja Ojca Świętego, ale w tym stanie to narażenie zdrowia – ostrzegał. Ale dla papieża ważniejsze było to, by pobłogosławić chorych – o sobie, tak jak zawsze, nie myślał.

Taką postawę św. Jan Paweł II przyjmował przez ostatnie lata pontyfikatu. Mimo cierpienia, które coraz bardziej narastało, papież nie rezygnował ze swoich obowiązków, choć wiele osób doradzało mu, by ustąpił. Ale Ojciec Święty z poświęceniem, mimo bólu, pełnił posługę do końca. – Chrystus nie zszedł z krzyża. Dlaczego ja miałbym z niego zejść? – mówił.

Czasem zmieniał się w dyrygenta

Lekarz papieża bardzo przeżył jego odejście do Domu Ojca. Towarzyszył mu do ostatnich chwil. Pozostały mu po służbie w Watykanie piękne wspomnienia. – Nasze stosunki charakteryzowała wielka prostota. Ja zawsze byłem z nim szczery, na sposób synowski i pełen szacunku, on z kolei darzył mnie głębokim zaufaniem – mówił.

Towarzyszył Janowi Pawłowi II także podczas zagranicznych podróży, wakacyjnych wyjazdów czy cotygodniowych wtorkowych wypadów w góry.

Wtedy doktor Buzonnetti wchodził w inną rolę. – Przed zachodem słońca, przed wyruszeniem w drogę do Rzymu, papież uwielbiał słuchać pieśni górskich, intonowanych przez jego mały orszak, do którego dołączali żandarmi watykańscy i włoscy policjanci z ochrony, a mnie przypadało dyrygowanie tym improwizowanym chórem, ku rozbawieniu Jana Pawła II – wspominał z nostalgią medyk.

Kinga Szafruga



Renatto Buzzonetti (z prawej), podobnie jak kamerdyner Angelo Gugel (z lewej) towarzyszyli papieżowi na co dzień.

Fot.: East News (4), Krzysztof Tadej/FOTONOVA

eprasa.pl 52de2ecb5e

Kulinarne pocztówki

Wybierz się w smakowitą podróż po świecie w poszukiwaniu ciekawych pomysłów na aromatyczne oraz soczyste mięsne potrawy.



Frykadelki ormiańskie

SKŁADNIKI:

- 500 g wołowiny
- 1 jajko • 200 g ziemniaków
- 70 g orzechów włoskich
- 50 g rodzynek
- po 1/2 pęczka mięty, kolendry i natki pietruszki
- mąka pszenna • olej
- sól • pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Ziemniaki ugotuj w mundurkach, wystudź, obierz. Pokrój na kawałki. Posiekaj orzechy i rodzynki. Zioła opłucz, poszatkuj. Mięso zmiel razem z ziemniakami.
2. Do mięsa i ziemniaków dodaj rozdrobnione orzechy, rodzynki oraz zieleninę: miętę, natkę, kolendrę. Wbij jajko i wszystko dobrze wymieszaj ręką. Dopraw do smaku solą oraz pieprzem.
3. Z przygotowanej w ten sposób masy wilgotnymi rękoma uformuj nieduże kulki (na jeden kęs). Obtocz je w mące. Porcjami wkładaj na patelnię z rozgrzanym olejem. Usmaż na rumiano ze wszystkich stron. Podawaj z sosem tzatziki czy pomidorowym, oraz chlebkami pita.

CZAS PRZYGOTOWANIA: 70 minut
PORCJE: 4 STOPIEŃ TRUDNOŚCI: średni

Nie tylko do sałatki

Majonez pomorski, Ocetix, z jajek z chowu ściółkowego. Możesz używać jako sos, jak i do gotowania czy pieczenia.



• Ok. 12 zł/ 620 ml

Pyszna wędlinka

Kurczak gotowany, Duda, składa się w 90 proc. z filetu drobiowego, bez konserwantów. Idealny do kanapek i np. zapiekanek.



• Ok. 6 zł/ 80 g

Fot.: House of Food (2), Adobe Stock, arch./123RF/Picsel (2), materiały prasowe (2)



Czy wiesz, że...

... solenie mięsa tuż przed smażeniem to błąd? Sól wyciąga wilgoć na powierzchnię, przez co mięso zamiast się rumienić, zaczyna się gotować. Dlatego posól mięso minimum 40 minut wcześniej.

Turecki placek nadziewany

SKŁADNIKI:

Ciasto: • 2 szkl. mąki pszennej • po 1 łyżeczce drożdży instant, soli, cukru oraz oliwy;
Farsz: • 400 g mięsa mielonego • 20 g koziego sera • 1 puszka pomidorów • 1 duża cebula • 5 łyżek oleju • 1 chili • 4 ząbki czosnku • sól • pieprz • słodka i ostra papryka • tymianek

PRZYGOTOWANIE:

1. Składniki na ciasto wymieszaj. Wlej 1 szklankę ciepłej wody, wyrób ciasto, jak na pizzę. Odstaw na godzinę do wyrośnięcia.
2. Cebulę i czosnek obierz, drobno posiekaj, zeszklij na oleju. Dodaj mięso, podsmaż. Wymieszaj z pokruszonym drobno serem i pomidorami z puszki razem z zalewą. Przyprawa solą, pieprzem, papryką i tymiankiem.
3. Ciasto zagnieć, podziel na 4 jednakowe części. Rozwałkuj, nadając im kształt łódeczki. Nałóż farsz. Na wierzchu posyp chili pokrojonym w cienkie plasterki.
4. Piecz placki 12–15 minut w 200°C. Podawaj ciepłe.

CZAS PRZYGOTOWANIA: 90 minut
PORCJE: 4 STOPIEŃ TRUDNOŚCI: średni

eprasa.pl 52de2ecb5e



Praska szynka w chlebie

SKŁADNIKI:

• 1 wędzona szynka (2 i 1/2 kg) • 2 cebule • 5 liści laurowych • 5 ziaren ziela angielskiego; Ciasto: • 300 g mąki chlebowej • 150 ml mleka • 10 g drożdży • 1 łyżeczka cukru

PRZYGOTOWANIE:

1. Cebule obierz, przekrój wzdłuż. Szynkę włóż do garnka. Dodaj cebule, listki laurowe i ziarenka ziela angielskiego. Zalej wodą. Poczekaj, aż całość zawrze, po czym zmniejsz płomień i gotuj jeszcze 90 minut. Po ugotowaniu szynkę wystudź, zdejmij skórę i usuń nadmiar tłuszczu.
2. Mleko podgrzej. Rozpuść w nim drożdże i cukier. Mąkę przesiej. Wlej mleko z cukrem i drożdżami. Zagnieć ciasto. Odstaw na godzinę.
3. Wyrośnięte ciasto rozwałkuj. Plackiem oblep szynkę. Ułóż na blasze z pergaminem. Całość piecz ok. 90 minut w 180°C, aż skórka chleba ładnie się zrumieni.

CZAS PRZYGOTOWANIA: **4 godziny**
PORCJE: 12 STOPIEŃ TRUDNOŚCI: trudny



Sycylijskie polędwiczki

SKŁADNIKI:

• 200 g surowych kiełbasek • 80 g szynki • 1 polędwiczka • gałązki tymianku • 25 g suszonych pomidorów • 2 łyżki oliwek • skórka z 1 cytryny • pieprz • olej • 2 cebule • 1 ząbek czosnku • 150 g gorgonzoli • 200 g szpinaku • 300 ml mleka • sól • miód • 300 g makaronu

PRZYGOTOWANIE:

1. Tymianek, oliwki i pomidory posiekaj. Dodaj mięso wyciśnięte z kiełbasek oraz skórkę z cytryny. Wyrób.
2. Plastry szynki ułóż na kawałku folii aluminiowej, aby utworzyły prostokąt. Nałóż na nie mięsną masę. Ułóż polędwiczkę i owiń ją plastrami szynki. Piecz 45 minut w 100°C.
3. Cebule i czosnek posiekaj, zeszklij na oleju. Dodaj szpinak. Wlej mleko, wkrusz gorgonzolę i duś, aż ser się stopi. Przypraw solą, pieprzem oraz miodem. Makaron ugotuj wg przepisu. Dodaj sos szpinakowy i pieczone mięso.

CZAS PRZYGOTOWANIA: **60 minut**
PORCJE: 4 STOPIEŃ TRUDNOŚCI: średni





Gruziński kurczak tapaka

SKŁADNIKI:

• 1 sprawiony kurczak • 1 łyżka masła • 2 łyżki gruzińskiego sosu adżyka • 5 ząbków czosnku • 1/2 szkl. ciepłej, przegotowanej wody • 1 pęczek kolendry

PRZYGOTOWANIE:

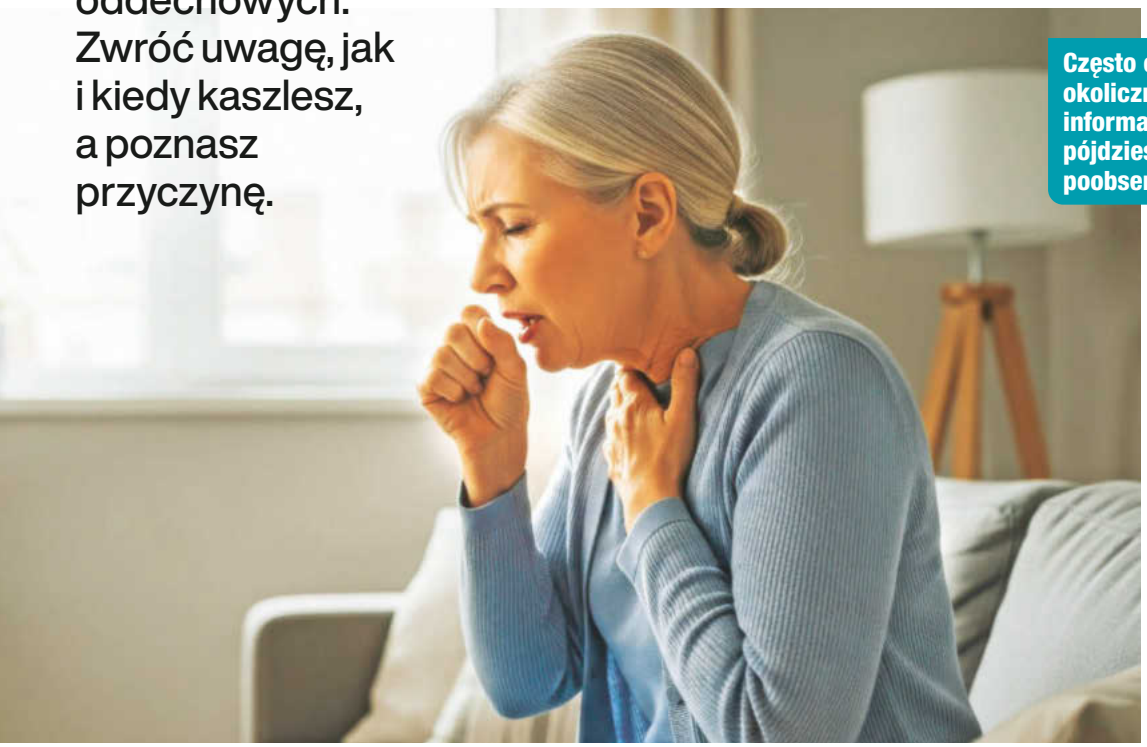
1. Kurczaka ułóż na desce piersiami do góry. Przetnij wzdłuż, rozłóż, odwróć grzbietem do góry. Przykryj kawałkiem folii i rozbij tłuczkiem. Tuszkę posmaruj sosem adżyka. Przykryj folią, obciąż (np. garnkiem z wodą) i włóż na kilka godzin do lodówki. Na patelni rozgrzej masło. Najlepsza będzie specjalna patelnia tapa wyposażona w ciężką pokrywkę (stąd nazwa: kurczak tapaka, ew. tabaka). Jeśli takiej nie masz, wybierz patelnię żeliwną. Ułóż na niej kurczaka i obciąż go (np. garnkiem z wodą). Smaż po ok. 20 minut z obu stron.
2. Czosnek posiekaj, zalej wodą, odstaw na 10 minut. Gdy kurczak się zrumieni, posmaruj go wodą czosnkową. Smaż chwilę bez obciążenia. Dowolnie udekoruj.

CZAS PRZYGOTOWANIA: **75 minut**
PORCJE: 4 STOPIEŃ TRUDNOŚCI: średni

eprasa.pl 52de2ecb5e

Skąd ten kaszel?

To nie musi być infekcja górnych dróg oddechowych. Zwróć uwagę, jak i kiedy kaszlesz, a poznasz przyczynę.



Często charakter kaszlu czy jego okoliczności mogą dostarczyć informacji o przyczynie. Zanim pójdziesz do lekarza, warto się poobserwować.

Zwykle suchy, męczący przewlekły kaszel jest skutkiem przebytej infekcji dróg oddechowych. Zdarza się jednak, że trwa długo i wywołany jest inną chorobą. Dlatego zawsze taki objaw powinien być skonsultowany z lekarzem. Lepiej zachować czujność, bo przyczyny mogą być różne.

Krztusiec

Głośno było o nim w latach 50. i 60. XX wieku. Wtedy choroba dotyczyła głównie dzieci. Dziś najczęściej chorują nastolatki i seniorzy. Kaszel przy krztuścu jest napadowy, męczący. Może być tak silny, że prowadzi do wymiotów i omdleń, a wywołane nim napięcie mięśni klatki piersiowej może skutkować złamaniem żeber. Jego charakterystyczne odgłosy przypominają pianie koguta (ataki kaszlu ze świszczącym wdechem). Konieczny jest antybiotyk. Zwalcza bakterie wywołujące chorobę (pałeczki krztuśca), dzięki temu chory przestaje zarażać. Antybiotykoterapia zmniejsza też ryzyko rozwoju powikłań.

Gruźlica

W ostatnich latach odnotowano wzrost przypadków gruźlicy, choć nie jest ich dużo. Zwykle chorują osoby osłabione, np. inną przewlekłą chorobą, mające obniżoną odporność czy niedożywione (np. po leczeniu onkologicznym). Kiedy prątki gruźlicy atakują płuca, pojawia się charakterystyczny objaw: kaszel trwający dłużej niż dwa miesiące – początkowo suchy, potem z odkrztuszaniem plwociny. Towarzyszą mu nawracające stany podgorączkowe, nocne poty, osłabienie i łatwe męczenie się, brak apetytu. Aktualnie gruźlica jest chorobą w pełni wyleczalną. Terapia musi trwać co najmniej sześć miesięcy – pierwsze tygodnie w szpitalu, potem w domu.

Słabe serce

Suchy kaszel po wysiłku fizycznym, który nasila się też w pozycji leżącej, może oznaczać, że serce jest przeciążone czy uszkodzone. Przy niewydolności serca często suchemu kaszlowi towarzyszy duszność, kołatanie serca czy szybkie męczenie się. Aby potwierdzić sercowe pochodzenie kaszlu potrzebne są badania EKG, echo serca, RTG klatki piersiowej. Przy pozytywnych wynikach konieczne są leki wspomagające pracę serca.

Refluks żołądkowo-przełykowy

Zwykle kojarzy się z takimi objawami, jak zgaga, kwaśne odbijanie, pieczenie za mostkiem. Ale mogą one w ogóle nie występować, a jedynym sygnałem choroby refluksowej może być kaszel. Pojawia się, gdy kwaśna treść żołądkowa cofa się do przełyku i drażni jego błonę śluzową. Odruch kaszlu czy charakterystyczne pochrząkiwanie odzywa się wtedy podczas leżenia, snu, pochylania się albo po obfitym posiłku. Pomagają regularne posiłki, unikanie dań tłustych, mocno przyprawionych, gazowanych napojów, spanie na wysoko ułożonych poduszkach, na lewym boku.



Kaszel może być reakcją obronną organizmu na pyłki.

A może to przez pyłki?

- Suchy, napadowy kaszel nasilający się w słoneczne, wietrzne dni może mieć związek z pyleniem drzew i traw. Często towarzyszy mu katar, kichanie, swędzenie w nosie, łzawienie oczu.
- Przy alergii zwykle nie ma stanu podgorączkowego ani ogólnego poczucia „rozbicia" jak przy infekcji. Kaszel może utrzymywać się długo i nawracać o tej samej porze roku.
- Uczulenie może prowokować nadreaktywność oskrzeli, a nawet być początkiem astmy alergicznej. Jeśli kaszlowi towarzyszy świszczący oddech lub duszność, konieczna jest konsultacja lekarska i ewentualna diagnostyka alergologiczna.

eprasa.pl 52de2ecb5e

BĄDŹ NA BIEŻĄCO

Aplikacje przydatne zdrowiu



- Moje Zdrowie – powiązana z systemami NFZ aplikacja wspierająca pacjentów z przewlekłymi chorobami. Pozwala śledzić parametry życiowe, przyjmowane leki, dietę i aktywność fizyczną. Podobne dzienniki badań to m.in. KidneyUp czy MedControl.
- Zdrowe Zakupy to aplikacja do skanowania produktów spożywczych w sklepach i wyboru zdrowszych opcji.
- Aplikacje TwojPsycholog, Daylio, Moodpress, MindHealth edukują i pomagają śledzić nastrój oraz zachowania zdrowotne, co może wspierać identyfikację zbliżających się problemów ze zdrowiem psychicznym i zachęcać do rozmowy ze specjalistą.

LEKARZ ODPOWIADA



Cierpię na przewlekły stan zapalny żołądka i dwunastnicy. Jak komponować poranne posiłki, by nie zaostrzać dolegliwości?

Sylwia z Poznania

Proszę wystrzegać się gotowych płatków śniadaniowych i drożdżówek. Lepsza będzie domowa owsianka lub kanapka z białym serem. Na czczo lepiej też unikać owoców. Mniej zdradliwe będą, gdy zje je Pani z jogurtem i orzechami. Proszę uważać też na pomidory – ważne, by nie jeść ich samych. Najlepiej wkroić do jajecznicy, zjeść z kanapką. Złym pomysłem jest kawa na pusty żołądek. Po przebudzeniu lepiej wypić ciepłą wodęalbo słabą herbatę – mocna podrażni żołądek.

CZY TO PRAWDA?

O zdrowiu intymnym

TAK

NIE NALEŻY PRZESADZAĆ Z HIGIENĄ

Miejsca intymne wystarczy myć 2 razy dziennie. Pochwa ma zdolność do samooczyszczania się. Dobre bakterie, które się w niej znajdują, dbają o utrzymanie odpowiedniej mikroflory, która jest zaporą dla drobnoustrojów.

WARTO SPAĆ BEZ BIELIZNY

Ginekolodzy zwracają uwagę na korzyści wynikające ze spania bez bielizny. Skóra w okolicach intymnych powinna oddychać. To ułatwia regenerację i zapobiega infekcjom pochwy.

NIE

INFEKCJE MOŻNA LECZYĆ SAMODZIELNIE

Przy ich wczesnych objawach można stosować dopochwowe probiotyki i globulki z kwasem hialuronowym – wzmocnią mechanizmy obronne. Po 2-3 dniach jeśli dolegliwości nie ustąpią, warto sięgnąć po kapsułki z fentikonazolem – działają na mieszane i grzybicze zapalenia pochwy. Jednak zaleca się, żeby w przypadku nasilających się objawów, takich jak świąd, pieczenie, upławy zgłosić się do ginekologa. Domowe sposoby jak np. nasiadówki mogą nasilić dolegliwości i rozszerzyć stan zapalny pochwy.

DOMOWA FIZJOTERAPIA

Ćwiczenia z krzesłem

Jeśli dużo siedzisz, kręgosłup i biodra cierpią. Wykorzystaj stabilne krzesło i poświęć kilka minut dziennie na ćwiczenia, które przyniosą ciału odrobinę ulgi i rozruszają cię.



- Usiądź na krześle z prostymi plecami. Wyprostuj obie nogi przed sobą i z wydechem pochyl się do kolan (na ile możesz). Trzymaj plecy proste. Wróć do pozycji wyjściowej i powtórz jeszcze 5-6 razy.



- Wyciągnij nad głową prawą prostą rękę i pochyl tułów do lewej strony. Powinnaś poczuć przyjemne rozciąganie w plecach i boku. To samo wykonaj na drugą stronę. Całość powtórz 5 razy. Oddychaj przy tym spokojnie.

Fot.: Adobe Stock (6)

eprasa.pl 52de2ecb5e

Dokucza ci alergia? Są na nią sposoby

TOP 4

Poznaj kilka naturalnych metod, które pomogą zmniejszyć objawy. Kuracje najlepiej zacząć stosować od dziś i kontynuować przez cały sezon.

Gdy jedni cieszą się wiosenną pogodą, inni najchętniej wykreśliliby najbliższe miesiące z kalendarza. Kojarzą się im one bowiem z bólem głowy, katarem, łzawieniem oczu. Niestety, ta druga grupa, czyli liczba osób uczulonych na pyłki, z roku na rok rośnie. Dobra wiadomość jest taka, że są naturalne metody, dzięki którym objawy będą mniej uciążliwe.

1 Herbatka z pachnotki. Jednym z głównych jej składników o działaniu antyalergicznym jest kwas rozmarynowy. Obniża on stężenie histaminy – a to właśnie ta substancja odpowiada za nasilanie się objawów uczulenia. Pij codziennie napar z ziela pachnotki – łyżeczkę suszu zalej szklanką wrzątku, parz 5 minut.

2 Czarnuszka – prawdziwy hit przeciw alergii. Stosowanie oleju z tej rośliny to jeden z najlepiej przebadanych naturalnych sposobów na jej złagodzenie. Badania wykazały, że zmniejsza objawy choroby m.in. u osób uczulonych na pyłki roślin. Ważne jest, by przyjmować go przez dłuższy czas (np. kilka miesięcy). Przyjmuj jedną łyżkę oleju z czarnuszki dziennie przez cały sezon pylenia tych roślin, które cię uczulają.

3 Kwercetyna – nieznana broń alergików. Niewiele osób o niej wie, a jest to dobrze przebadany pod kątem łagodzenia objawów alergii, naturalny związek roślinny. Występuje m.in. w cebuli, jabłkach czy jagodach. Może ograniczać symptomy uczulenia, gdyż stabilizuje tzw. komórki tuczne, dzięki czemu uwalniają one mniej histaminy. Co ciekawe, mechanizm ten przypomina działanie wielu leków przeciwalergicznych. Najczęściej zaleca się przyjmowanie preparatów zawierających tę substancję – dawka to ok. 500–1000 mg kwercetyny dziennie.

4 Im mniej histaminy, tym lepiej. Już wiemy, że organizm alergika traktuje pyłki jako zagrożenie i w odpowiedzi na kontakt z nimi uwalnia histaminę. Jeśli jest jej dużo, może pojawić się nietolerancja, czyli stan, w którym nie jest ona prawidłowo rozkładana i jej nadmiar kumuluje się w organizmie. Może to nasilać objawy alergii. Dlatego tak ważne jest, by nie dokładać sobie kolejnych porcji histaminy wraz z jedzeniem. Produkty zawierające najwięcej tej substancji to kiszonki, dojrzewające sery, owoce morza, czerwone wino.



Poza domowymi metodami, warto udać się do lekarza alergologa, który przepisze leki. Poczujesz ulgę podczas spacerów!

Fot.: Adobe Stock (2), materiały prasowe (3)

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL
eprasa.pl 52de2ecb5e

CZYTELNICZKI RADZĄ

Okład z szałwii pomoże na zastrzał

Szałwia działa ściągająco i odkażająco. Ja przekonałam się o jej dobroczynnym działaniu na zastrzał. Wcześniej ta opuchlizna palca babrała się, a po szałwiowym okładzie nie boli i ropa ładnie schodzi. Zaparzam w 3 łyżeczki (można też saszetki) tego ziela. Gdy lekko przestygnie, zanurzam wacik i przykładam go do zaczerwienionego miejsca na kilka minut.

Anna z Kutna

Masz sprawdzony sposób na złagodzenie jakiejś dolegliwości? Podziel się nim z innymi. Przyślij poradę na adres redakcji, z dopiskiem „Czytelniczki radzą" lub e-mailem: zdrowie@dobrytydzien.com.pl

BEZ RECEPTY



Cukierki Pokrzywowe
To zioło oczyszcza organizm, wspomaga pracę serca i przemianę materii. Pokrzywa poprawia również wygląd włosów i paznokci.
• Cena: ok. 12 zł

Cefasel 200 nutri
Selen wpływa na kondycję włosów oraz paznokci, jest też ważny dla funkcjonowania tarczycy.
• Cena: 44 zł





Biała Perła Hyaluro Dent
Pasta do zębów z kwasem hialuronowym i probiotykami utrzymuje naturalny mikrobiom jamy ustnej, pomaga zapobiegać próchnicy.
• Cena: 25 zł

DLA URODY

Na wzmocnienie naczynek

Masz cerę naczynkową? Co 4 dni (przez miesiąc) nakładaj na miejsca z tzw. pajączkami ziołową maseczkę. Pół łyżeczki suszonych płatków nagietka zalej ½ szklanką wrzątku. Zaparzaj 10 minut. Dodaj łyżeczkę zielonej glinki, pół łyżeczki miodu, 2 krople olejku różanego. Wymieszaj. Uzyskaną masą posmaruj twarz (grubszą warstwę nanieś na policzki i nos). Zmyj letnią wodą po kwadransie. Twarz osusz, wklep krem z wit. K.



REKLAMA

KOLAGENCITO
- doskonały wybór!

Niedobór kolagenu widoczny jest na naszej twarzy: zmienia się jej owal, gęstość skóry, opadają policzki, pogłębiają się zmarszczki. Nie inaczej jest z resztą ciała - biust nie jest w najlepszej formie, skóra na dekolcie i szyi robi się mniej napięta, na brzuchu i ramionach staje się mniej elastyczna, a na udach pojawia się cellulit. Pobolewają mięśnie, łokcie, biodra, kolana, łydki, kręgosłup. Niedobory kolagenu także pogarszają stan włosów, które stają się matowe i wypadają. Dlatego tak ważne jest jego regularne uzupełnianie od wewnątrz. Jednak musi to być produkt wysokiej jakości, jak na przykład KolagenCito niemieckiej firmy Reutter, który w jednej pastylce zawiera aż 400 mg wysokogatunkowego kolagenu oraz witaminę C wspierającą proces odbudowy włókien kolagenowych. Każda przemyślana receptura firmy Reutter jest oparta na wyjątkowo bogatym doświadczeniu jej ekspertów - firma Reutter ma aż ponad 100 lat doświadczenia! KolagenCito to produkt 100 % oryginalny i chroniony prawem patentowym na świecie. Dobroczynny KolagenCito jest w aptekach i zielarniach.



eprasa.pl 52de2ecb5e

Tadeusz Dołęga-Mostowicz

Mógł jeszcze wiele zdziałać

Dwudziestolecie przyniosło mu sławę i majątek. Jego książki czytali wszyscy. Przenoszono je na ekran, scenariusze zamawiali u niego nawet producenci z Hollywood.



Każda jego powieść była gotowym scenariuszem. Nakręcony w 1937 r. „Znachor" był kasowym hitem kina okresu II RP.

Był przystojny, utalentowany, bogaty. Kochała się w nim cała Warszawa.

Zawistni koledzy po piórze nazywali jego twórczość „literaturą wagonową", „brukową" i „powieściami dla kucharek". Nie mieli racji, jego książki do dziś cieszą się niesłabnącym powodzeniem.

Urodził się w sierpniu 1898 r. na dalekich Kresach, w Okuniewie. Pochodził ze szlachty zagrodowej. Po gimnazjum w Wilnie rozpoczął studia prawnicze na uniwersytecie w Kijowie. Jako ochotnik uczestniczył w wojnie z bolszewikami w 1920 r., a po jej zakończeniu, zdemobilizowany, znalazł się w Warszawie... bez środków do życia; majątek został po sowieckiej stronie.

Od zecera do milionera

Znalazł zatrudnienie jako zecer w redakcji „Rzeczypospolitej", ale szybko awansował. Niebawem pojawiły się jego felietony, w końcu pierwsze opowiadanie. Wtedy w jego życie wkroczyła polityka.

Mostowicz stał się jedną z ofiar zamachu majowego 1926 r. Zbyt gorliwie interesował się sprawą zaginięcia gen. Włodzimierza Zagórskiego, wroga marszałka Piłsudskiego. 8 września 1927 r., wracający do domu dziennikarz został ogłuszony, wywieziony do lasu koło Janek, ciężko pobity i wrzucony do rowu z wodą. Przed utonięciem w mule ocalił go miejscowy rolnik. Sprawców napadu nigdy nie odnaleziono, a Mostowicz postanowił zmienić zawód. Zaczął koncentrować się na pracy literackiej.

„Gdy zarobię wystarczająco dużo i zbiję majątek, wezmę się do pisania czegoś wielkiego i prawdziwego"

Już jego druga powieść przyniosła mu sukces. „Kariera Nikodema Dyzmy" łączyła w sobie sensacyjny wątek, niedyskrecje z życia sfer polityczno-finansowych i satyrę obyczajową. Powieść spotkała się z entuzjastycznym przyjęciem czytelników dziennika „ABC". Mostowicz natychmiast zdyskontował sukces, publikował dwie książki rocznie i zarabiał gigantyczne pieniądze.

Miał niezwykłą łatwość pisania, a przy tym był tytanem pracy. Do wybuchu wojny na podstawie jego prozy zrealizowano 7 filmów z udziałem największych gwiazd polskiego kina.

We wrześniu 1939 r. Tadeusz został zmobilizowany i trafił na front. W dniu sowieckiej agresji na Polskę znalazł się w Kutach nad Czeremoszem. Do tego miasteczka przy granicy z Rumunią ściągały ewakuujące się oddziały wojskowe i tysiące cywili uciekających przed niemiecko-sowiecką agresją.

Powrót po latach

Nie wiadomo, czy Mostowicz nie chciał się ewakuować, czy też do końca wypełniał jakieś rozkazy. W każdym razie pozostał w Kutach. Do dziś nie ustalono okoliczności jego śmierci. Nieznana jest nawet jej data, 41-letni pisarz zginął 18 lub 20 września 1939 r. Pewne jest tylko to, że został zastrzelony przez Sowietów. Pochowano go na miejscowym cmentarzu. Dopiero osobiste starania kard. Stefana Wyszyńskiego i Jarosława Iwaszkiewicza sprawiły, że sprowadzono prochy pisarza do Polski. 24 listopada 1978 r. złożono je w katakumbach na Powązkach.

Fot.: Filmoteka Narodowa, East News

eprasa.pl 52de2ecb5e

RELAKS Z KRZYŻÓWKĄ

Drodzy Czytelnicy. W poniższej krzyżówce panoramicznej rozwiązanie odczytacie z liter wpisanych na niebieskich, ponumerowanych polach.

TRUDNOŚĆ ★★★☆☆

otacza nasiona
coś tajemniczego
miękki ser
rodzaj haftu
rybi tłuszcz
ryżowy trunek
szara papuga
głosiciel wiedzy
miękki zamsz
tandeta
głos myszy
chodak z drewna
żagiew
zaleta
pozycja w jodze
miękka wełna
nawleczona na igłę
typ lasu
niewielki z pasażerami
zakładane przestępcom
1
z martenami
5
łupina ziemniaka
6
podaje je kelner
tura
... rycerski
szaniec
szkoda moralna
zamyka właz
w kalendarzu
morski rabuś
napad na wroga
opłata za naukę
na omlet
szkolna godzina
samochód
3
dysharmonia
rąbane na opał
uczucie wstrętu
logika
do spływu Dunajcem
objaw świadczący o czymś
liturgiczna lub graficzna
schody dla chóru
krążek kiełbasy
jesienny kwiat
weranda
zbrojny atak
twaróg
warszawski teatr
Stewart ze sceny
odniesiona w boju
suplement
doznała obrażeń
spór, konflikt
prawo muzułmańskie
dowód jakości
fachowiec
4
do transportu rannych
wiązany pod szyją
... Kowalska, mistyczka
wzburzona toń
bezbarwny gaz
popłoch
7
chroni głowę
szyb na odpadki
wielkanocny żurek
tło herbu
pruł ją Kwinto
gra kobrze
dawniej napad
kartoteka
poczucie umiaru
ryba drapieżna o długim ciele
handlowy kontrakt
auto z Korei
... bzdur
2
miejsce grzybobrania
Wenus, Jowisz
głos kobiecy

Chcesz sprawdzić, czy masz poprawnie rozwiązane krzyżówki? Zeskanuj kod QR.

Rozwiązanie

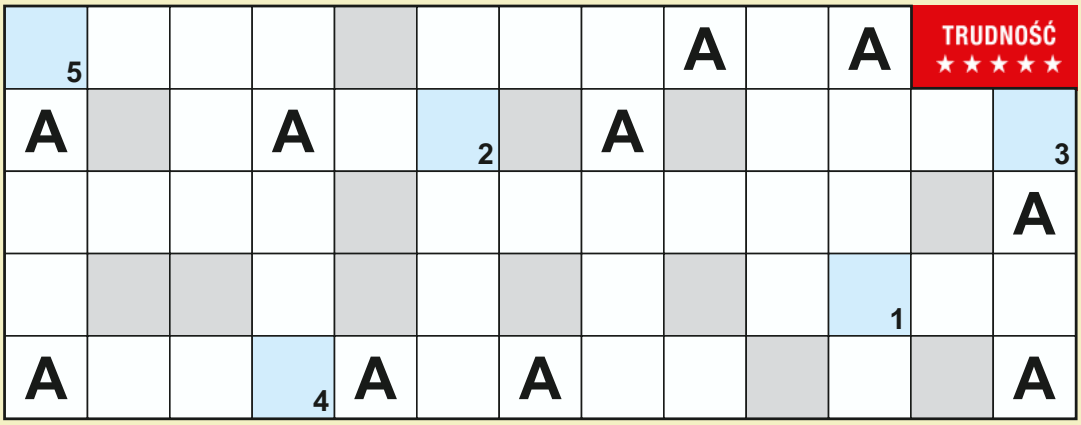
1	2	3	4	5	6	7

eprasa.pl 52de2ecb5e

RELAKS Z KRZYŻÓWKĄ

JOLKA

Miejsce wpisywania wyrazów należy ustalić samemu. Dla ułatwienia ujawniliśmy jedną z liter. W nawiasach podano, z ilu liter składa się odgadywane słowo. Rozwiązanie utworzą litery z ponumerowanych pól.



- w parze z bułką (5)
- mały bar (6)
- cukrowy syrop (6)
- rodzaj, kategoria (3)
- wielki poemat (4)
- regularne powtarzanie (4)
- dzieje rodu (4)
- fotel, komoda (5)
- rozkaz dla psa (5)
- nieprzyjaciel (4)
- tnie metal (5)
- rywal Harvardu (4)
- wyjście tenisisty (4)
- „stróż” pojazdu (9)
- oświetla scenę (5)
- można się nudzić jak on (4)

Rozwiązanie

1	2	3	4	5

DOBRY TYDZIEŃ

Redaktor Naczelna: Marta Lubartowska
Redaktor Zarządzający: Paweł Górnikowski
Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa,
e-mail: redakcja@dobrytydzien.com.pl
Sekretariat: Marta Stolarska 22 5170100

Hub Rozrywka i TV
Redaktor Zarządzająca: Anita Nawrocka
Planerzy: Paulina Kluczek-Sawa, Dariusz Baran
Koordynatorzy: Wojciech Chełchowski, Barbara Stasiak, Gabriela Wolak-Wereśniak
Redaktorzy: Krzysztof Beśka, Marta Drobnik, Aleksandra Jarosz, Angela Kołowiecka, Violetta Kraskowska, Dariusz Mól, Anna Napierała, Agnieszka Pacuła, Anna Ratigowska, Marek Stecko, Kinga Szafruga, Ewa Tarasiuk, Barbara Włodarska-Molęda

Hub Poradniki
Redaktor Zarządzająca: Monika Bobowska

Hub Reportaż i Story
Redaktor Zarządzająca: Agnieszka Walczak

Hub Fotoedycji:
Lider: Agata Zasada
Koordynatorzy: Emil Przygodzki, Magdalena Wojno
Fotoedytorzy: Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska

Hub Graficzny
Dyrektor: Robert Latek
Liderzy: Agnieszka Andrzejewska, Michał Leuszniewicz, Wojciech Makowski
Koordynatorzy: Małgorzata Kaptur, Bartłomiej Raźny
Graficy: Leszek Chyliński, Jacek Czekała, Anna Fortuna, Małgorzata Kaptur, Robert Kowalczyk, Monika Grunt-Maj, Grażyna Szulkowska, Robert Zalewski.

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j. ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa

Bauer Media Group

Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota
Publisher/Wydawca: Anna Marak
Dyrektor ds. produkcji: Piotr Orełko
Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta Piotr Ludwicki
Dział Kolportażu: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa,
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05 (w godz. 8–17).
Dyrektor Biura Reklamy: Izabela Sarnecka

Dyrektor Segmentu Pism Poradniczo-Rozrywkowych: Katarzyna Kilanowska, e-mail: katarzyna.kilanowska@bauer.pl

Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp. j., ul. Niechodzka 25, 06-400 Ciechanów.

Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawcy jest zabronione. Wydawca czasopisma ostrzega P.T. sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe.

PBC
POLSKIE BADANIA CZYTELNICTWA

Fot.: Adobe Stock (2)

WYKREŚLANKA

Podane słowa wykreśl z diagramu (poziomo, pionowo albo na ukos – wprost lub wspak). Nieskreślone litery czytane rzędami utworzą rozwiązanie.

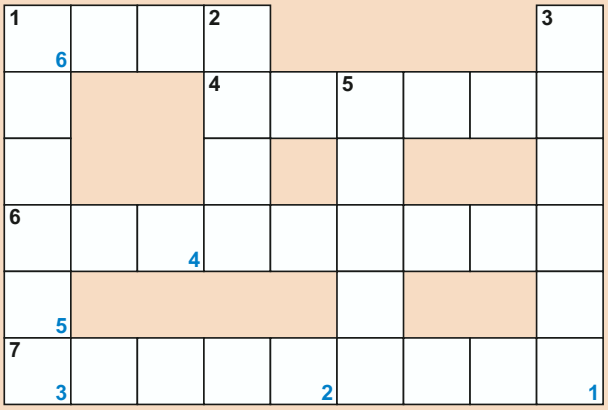
- BAROK
- BORDO
- DANIE
- IDEAŁ
- KOZŁEK
- MROŻONKA
- NADBRZEŻE
- PAPUGA
- PEDAGOG
- PNĄCZE
- TRZON
- WAŁEK
- WROTA

TRUDNOŚĆ ★★☆☆☆

K	E	Ł	A	W		
P	P	I	D	E	A	Ł
O	E	O	I	Ż	K	W
I	D	N	E	E	N	K
A	A	R	Ł	Z	O	Ś
D	G	Z	O	R	Ż	N
Ć	O	U	A	B	O	O
K	G	B	P	D	R	Z
W	R	O	T	A	M	R
E	Z	C	Ą	N	P	T

Rozwiązanie

eprasa.pl 52de2ecb5e



NA MINUTKĘ

TRUDNOŚĆ ★★☆☆☆

Odgadnij słowa na podstawie definicji.
Rozwiązanie utworzą litery z dodatkowo ponumerowanych pól.

POZIOMO:
1. naczynie na datki
4. kuzyn komara
6. ... na niebezpieczeństwo
7. teledysk

PIONOWO:
1. miasto nad Białą
2. miękławka, ryba
3. Meryl ..., aktorka
5. arabski magnat

1	2	3	4	5	6

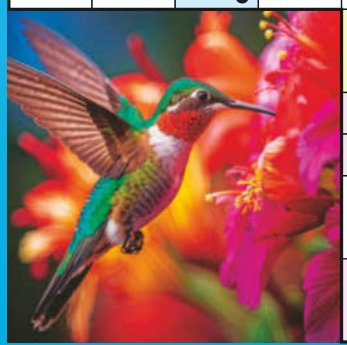
Chcesz sprawdzić, czy masz poprawnie rozwiązane krzyżówki? Zeskanuj kod QR.

PANORAMKA Z OBRAZKAMI

TRUDNOŚĆ ★★★☆☆

Wyrazy w żółtych kratkach odgadnij na podstawie zdjęć. Rozwiązanie odczytasz z liter wpisanych na niebieskich, ponumerowanych polach.



papierowy stożek na cukierki
komosa biała
pęka wiosną
pękaty owad
duży sklep samoobsługowy
piętrowy z masą
blizna
duży pokój
siedziba rajców
3
sygnalizator dźwiękowy
cecha osła
stop miedzi
bagienna mgła
siedziba biskupa
owoc w aksamitnej skórce
zapisane na dysku
zna organizm
obieżyświat
miednica
kobierzec
ogół księży
gatunek muzyki
apopleksja
gruby naleśnik
dychawica
na czele sekty
niemieckie auto
5
gruby kij
w niej wykłady
czysty dochód
na głowie muzułmanina
rodzaj opału
miejsce pracy suflera
uroczysta msza z kazaniem
kształt jajka
cięta odpowiedź
2
leśna świnia
4
skrzynka wyborcza
spory, waśnie
kawałek, fragment
górskie kolce
śniadaniowa mieszanka
... dzierżawczy
wodny ptak
kolisty plac
potrawa z ryb
hańba, niesława
składnik kości
ptasi przełyk
obramowanie stołu
6
pora roku po wiośnie
lekkie ciastko
tura, runda
niegdyś do krycia dachów
gorąco, żar

odmiana kwarcu
zastępuje gips
rodzi siemię
nagły przypływ uczuć
1
wciąga opary kuchenne

Rozwiązanie

1	2	3	4	5	6

eprasa.pl 52de2ecb5e

RELAKS Z KRZYŻÓWKĄ

PANORAMKA

Sprawdź swoją wiedzę, ćwicz pamięć i baw się dobrze! Uzupełnij słowa w diagramie. Rozwiązanie odczytasz z liter wpisanych na niebieskich polach.

TRUDNOŚĆ ★★★★★

meander rzeki / zalotnik
z neutronami
białko w zbożu
sprzączka
jon ujemny
wybryk natury / kukający ptak
zlot czarownic
buduje tamy
biblijne miejsce cudu
kartka z rysunkiem
na niej opona
zaborca / na nim książki
7
ubranie, strój
rozmiar książki
5
może się przebrać
atmosfera danego miejsca
aluminium
komórka nerwowa
2
wpływy z handlu
czynele, talerze
ćwierćbeczka
wojsko chana
w ręku żeńca
duża jaszczurka
np. hubara
ciasto na tort
buty piłkarza
tułów / gra na koniach
„... Twardowska", ballada
powieść historyczna Bolesława Prusa
paciorek
zgiełk, trwoga
pokaz na scenie
1
pustynny pies
pieśń operowa
pomaga podjąć decyzję
olej skalny
infuła biskupia
bursa / stos atomowy
zmierzch
miara gruntu
tworzy szuwary
widliszek
cenna karta / tłuczeń
6
bawole serce / torba giermka
np. „Tosca" / długie ciastko
wzór, ideał / sugestia
mahometanizm / narzuta
pryzma, stóg
szybka karetka
rodzaj promieniowania
cukrowy puch
statek Noego / śpiewak jarłów
zapora wodna
po pachy
4
talerz z nóżką
3
bolesne wspomnienie
grecka nimfa gór
prowadzi działacza
praca ze stałą pensją
podawana na zgodę
potocznie bójka, kłótnia

Chcesz sprawdzić, czy masz poprawnie rozwiązane krzyżówki? Zeskanuj kod QR.

Rozwiązanie krzyżówki

1	2	3	4	5	6	7

eprasa.pl 52de2ecb5e

NOWOŚĆ!

REKLAMA

OFERTA WAŻNA DO WYCZERPANIA ZAPASÓW!

BEZPRZEWODOWA MIKROKAMERA MONITORINGOWA

Wideopułapka przesyła obraz z Twojego domu i podwórka 24h na dobę!



Inteligentny czujnik ruchu
Inteligentny czujnik ruchu wykrywa ruch i uruchamia nagrywanie nawet nocą, kiedy śpisz.



Pole widzenia 150°
Szerokokątna kamera monitoruje całą szerokość pomieszczenia/terenu.



Łączność bezprzewodowa
Kamera łączy się ze smartfonem przez sieć Wi-Fi. Masz więc dostęp do obrazu i dźwięku nawet setki kilometrów dalej.



Ultraczuły mikrofon
Uchwyci każdy podejrzany szept lub szmer i automatycznie włączy nagrywanie.



Mocny magnes
Mocny uchwyt magnetyczny ułatwia mocowanie kamery do metalowej rynny, lampy czy grzejnika.

Coraz więcej osób, zarówno w mniejszych miejscowościach, jak i w dużych miastach, decyduje się na dodatkowe zabezpieczenie garażu, piwnicy czy domku na działce. W końcu to miejsca, w których przechowujemy cenne przedmioty: rowery, narzędzia, elektronikę i różne sprzęty. Nie zawsze możemy pilnować naszego dobytku osobiście. Co zrobić, by mieć go zawsze pod kontrolą i zyskać spokój także w te dni, gdy nie ma nas w pobliżu?

Zadbaj o dobry monitoring siebie, swoich bliskich i swojej posesji. W razie włamania czy utraty kosztowności będziesz mieć wszystko nagrane i zarejestrowane. To wszystko dzięki mikrokamerze monitoringowej, która połączona ze smartfonem spełnia trzy funkcje:

- **prewencyjną** (może odstraszyć włamywaczy i złodziei),
- **nadzorczą** (obserwacja obiektu),
- **dowodową** (zapis z kamer można wykorzystać, jako dowód w sprawie).

Zabezpiecz już dziś swój dom przed intruzami i złodziejami, którzy najczęściej za cel wybierają domy bez systemów monitoringu!

Z tej kompaktowej kamery monitoringowej można korzystać przez smartfon. W dzisiejszych czasach liczą się proste rozwiązania, które dają większą kontrolę i poczucie bezpieczeństwa. Dodatkowa kamera nie jest już luksusem, lecz podstawowym sposobem na zwiększenie bezpieczeństwa. Dzięki nowoczesnej technologii możesz przez całą dobę monitorować to, co dla Ciebie ważne - szybko, dyskretnie i bez dużych kosztów.

Bezprzewodowa MIKROKAMERA MONITORINGOWA **to system całodobowego monitoringu domowego.** Dzięki małym rozmiarom i specjalnemu magnetycznemu statywowi możesz ją dyskretnie zamontować na dowolnej powierzchni. Tam, gdzie potrzebujesz: na werandzie, tarasie, w salonie, garażu, na dachu. Tak zamontowana i aktywowana, ostrzeże Cię w porę przed niebezpieczeństwem i nagra intruzów o każdej porze dnia i nocy.

Wszystkie nagrane materiały łatwo **zgrasz ze smartfona na komputer** w celu ich przeglądania lub udostępniania.

Czujnik ruchu uruchamia się nawet nocą i rozpoczyna nagrywanie



- Wyraźny obraz i dźwięk
- Nagrywa do 32 godzin wideo
- Szerokie pole widzenia
- Wbudowane widzenie nocne
- Możliwość podłączenia wielu kamer do jednego telefonu
- Obudowa czarna lub biała

W zestawie:
- mikrokamera
- wspornik
- kabel ładujący USB
- instrukcja obsługi

Kamera nagrywa obraz na kartę, gdy Cię nie ma w pobliżu lub przesyła obraz do smartfona

Oglądasz zajście na żywo, możesz przybliżyć obraz, aby nagrać każdy szczegół



Działa z każdym smartfonem. Smartfon nie jest częścią zestawu.

WIOSENNA OFERTA DO WYCZERPANIA ZAPASÓW!

Zadzwoń i odbierz **Bezprzewodową MIKROKAMERĘ MONITORINGOWA za 139 zł!**

Bezpieczna i szybka przesyłka kurierem - 23 zł

42 300 35 67

Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00;
Standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora.

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy I Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/

eprasa.pl Szczecebse

BÓG MÓWI DO CIEBIE KA



Słowo Boże rozważa ksiądz Przemysław Kawecki SDB, salezjanin, wychowawca, dziennikarz. Autor książek i programów TV. Proboszcz Polskiej Misji Katolickiej w Berlinie.

20 IV PONIEDZIAŁEK

„(...) przyglądali się uważnie Szczepanowi, zobaczyli twarz jego, podobną do oblicza anioła” Dz 6, 15

Można być w środku nienawiści i nosić w sobie światło. To chwila prawdy o człowieku. Oblicze Szczepana to owoc życia zakorzenionego w Bogu, pełnego ufności, że będzie prowadził dalej, nawet za kurtyną śmierci.



Patronka dnia: święta Agnieszka z Montepulciano. Jej narodziny poprzedziła światłość. Gdy była mała, nadleciały znad domu schadzek w Montepulciano kruki. Obiecała, że tam powstanie kiedyś klasztor. Dotrzymała słowa.

21 IV WTOREK

„Niech Twoje oblicze zajaśnieje nad Twym sługą, wybaw mnie w swoim miłosierdziu” Ps 31, 17

Nie zawsze największym problemem jest to, co dzieje się na zewnątrz. Największa ciemność potrafi być w środku: lęk, wstyd, poczucie porażki, grzech, który wraca jak echo. Psalmista prosi o miłosierdzie, wie, że tylko ono może go ocalić. Bo kiedy Bóg daje światło, nie znika problem, ale pojawia się droga.



MODLITWA DO ŚW. KONRADA Z PARZHAM

Patron dnia: święty Konrad z Parzham. Nazywany świętym furtianem. Kucharze w zakonie musieli ukrywać przed nim jedzenie, by nie rozdał wszystkiego biednym. Miłował modlitwę i milczenie.

Wszechmogący Boże, dałeś Kościołowi świętego Konrada, który ukochał skromną służbę na furcie, wyproś mi łaskę pokornego serca, abym umiał rozpoznać i spełniać wolę Bożą i w każdym człowieku widział swego brata. Amen.

22 IV ŚRODA

„To bowiem jest wolą Ojca mego, aby każdy, kto widzi Syna i wierzy w Niego, miał życie wieczne (...)” J 6, 40

Wiara nie usuwa śmierci, ale odbiera jej ostatnie słowo. Jezus mówi jasno: życie wieczne nie zaczyna się po śmierci. Wieczność zaczyna się teraz w relacji z Nim. Kto przestaje budować wszystko na sobie i zaczyna opierać się na Nim, odziedziczy życie wieczne. To jest decyzja, nie emocja.

Patron dnia: błogosławiony Idzi z Asyżu. Mówili o nim: nieuczony teolog, bo był analfabetą, a mądrość zyskał dzięki modlitwie i postom.



23 IV CZWARTEK

„Ci, którzy we łzach sieją, żąć będą w radości” Ps 126, 5

Człowiek cierpiący słyszy: „Będzie dobrze”, „czas leczy rany”. A on wie, że czas sam z siebie niczego nie uzdrawia. Prawdziwe pocieszenie nie polega na tym, że ból znika, ale na tym, że ktoś wchodzi w ten ból z Tobą. Tak działa Bóg. I nawet jeśli wszystko się rozpada, to nie rozpada się to, co najważniejsze: relacja z Nim.

Patron dnia: święty Wojciech. Gdy został biskupem Pragi, wszedł boso do miasta. Pełnił posługę misyjną. Poniósł męczeńską śmierć za wiarę, gdy chrystianizował Prusy. Patron Polski.



Uwolnił go w jednej chwili



Rodzice Emila ciągle się kłócili, mama mówiła, że ojciec jest zły, tata odwrotnie. W końcu rodzice się rozstali. – Wstydziłem się, że nie są razem – wspomina. Ukojenie znajdował w imprezach. Pojawiła się pornografia, agresja, przemoc, narkotyki. Długo próbował z tym zerwać, ale dopiero Bóg uwolnił go w jednej chwili. Jak do tego doszło? W wyszukiwarkę serwisu YouTube wpisz: „Byłem na krawędzi piekła – Świadectwo Emila”.

Fot.: mat. redakcyjne (3), Facebook.com/HonduCatholic, martyrologium.blogspot.com, Wikipedia (2), Adobe Stock (3), YouTube_Salwe TV

eprasa.pl 52de2ecb5e

ŻDEGO DNIA



Ewangelia przy kawie

Ksiądz Przemysław Kawecki SDB odpowiada na pytania Izabeli Waszkiewicz



24 IV PIĄTEK

„«Szawle, Szawle, dlaczego Mnie prześladujesz?». «Kto jesteś, Panie?» – powiedział. A On: «Ja jestem Jezus, którego ty prześladujesz».” Dz 9, 4-5

Człowiek może być przekonany, że robi dobrze, stoi po właściwej stronie, broni prawdy, a jednocześnie totalnie się mylić. Szaweł też był pewny. Gorliwy, radykalny. To jedno pytanie Jezusa rozbija wszystko: „Dlaczego Mnie prześladujesz?”. Nie: „dlaczego ich”, ale „Mnie”. Bo każde zranienie drugiego człowieka dotyka samego Boga. I nagle okazuje się, że można walczyć o Boga… i iść przeciw Niemu. Masz odwagę zapytać Boga, czy na pewno idziesz Jego drogą, a nie tylko swoją?



Patron dnia: święty Jerzy. Podczas prześladowań za czasów Dioklecjana odmówił złożenia ofiary bóstwom rzymskim. Bestialsko torturowany, poniósł śmierć męczeńską za wiarę.

25 IV SOBOTA

„Bądźcie trzeźwi! Czuwajcie! Przeciwnik wasz, diabeł, jak lew ryczący krąży, szukając, kogo pożreć (...)” 1 P 5, 8-9

Nie wszystko, co wygląda jak dobro, naprawdę nim jest. Są wybory, które smakują dobrze na początku, potem zostaje pustka. I są takie, które bolą, wymagają, ale to one budują człowieka od środka. Dlatego w centrum duchowości chrześcijańskiej stoi rozeznanie. Umiejętność odróżnienia tego, co daje życie, od tego, co tylko dobrze je udaje. Człowiek często oszukuje sam siebie, nazywa słabość „wyborem”, a lęk „rozsądkiem”. I dopiero po czasie widzi, że to nie była droga, tylko krąg. Często diabelski krąg. Trzeba się zatrzymać i zapytać: dokąd mnie to prowadzi?



Patron dnia: święty Marek Ewangelista. Był uczniem św. Piotra Apostoła, który prawdopodobnie zaraz po zesłaniu Ducha Świętego udzielił mu chrztu i dlatego nazywał go synem.

26 IV NIEDZIELA



„«(...) Kto nie wchodzi do owczarni przez bramę, ale wdziera się inną drogą, ten jest złodziejem i rozbójnikiem. Kto jednak wchodzi przez bramę, jest pasterzem owiec. (...) owce słuchają jego głosu; woła on swoje owce po imieniu i wyprowadza je. (...) staje na ich czele, owce zaś postępują za nim, ponieważ głos jego znają. Natomiast za obcym nie pójdą, lecz będą uciekać od niego, bo nie znają głosu obcych». (...) «Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Ja jestem bramą owiec (...)” J 10, 1-10

Izabela Waszkiewicz: Dlaczego Jezus mówi tak ostro: „kto nie wchodzi przez bramę, jest złodziejem i rozbójnikiem”?

Ks. Przemysław Kawecki: Jezus nie mówi o teorii religijnej, tylko o tym, co dzieje się w sercu człowieka. Są w naszym życiu głosy, które nas prowadzą i takie, które nas okradają. Złodziej nie przychodzi z napisem „zło”, ale jako coś atrakcyjnego: kariera za wszelką cenę, relacje bez odpowiedzialności, życie bez prawdy. I powoli zabiera człowiekowi pokój, wolność, sens. Jezus to nazywa wprost: kradzież życia.

A kim dziś są ci „złodzieje i rozbójnicy”? Nie chodzi tylko o „innych”, złodziejem może być ideologia lub moda, która mówi: „sam sobie wystarczysz”. A także uzależnienie lub własne ego. Ewangelia idzie głębiej. Człowiek potrafi być złodziejem własnego życia. Sam sobie zabiera sens, gdy idzie za głosem, który nie prowadzi do dobra.

Jak dziś człowiek ma rozpoznać głos Jezusa? Owce nie rozpoznają pasterza po argumentach, tylko po relacji, doświadczeniu. Bo ten głos już je prowadził i ocalił. Bóg nie krzyczy, nie manipuluje. On prowadzi do życia, nawet jeśli wymaga trudnych decyzji. Człowiek żyje dziś w hałasie, wszystko krzyczy. A głos Boga przychodzi często w ciszy, w sumieniu, w Słowie, w konkretnym wydarzeniu. Jezus mówi: „jestem bramą”, czyli miejscem przejścia z chaosu do sensu, z lęku do wolności, z grzechu do życia. To On jest Drogą, Prawdą i Życiem.

eprasa.pl 52de2ecb5e

Tytuł jak zły omen

Utwór „Nic nie może wiecznie trwać” przeszedł w kilkanaście miesięcy drogę od refleksji o przemijaniu do złowróżbnego proroctwa.



Dla Anny Jantar ta piosenka stała sie ponurą wróżbą tragicznej przyszłości.



14 marca 1980 r. samolot z piosenkarką na pokładzie rozbił się niedaleko lotniska Okęcie w Warszawie.

Nic nie może przecież wiecznie trwać.
Co zesłał los, trzeba będzie stracić.
Nic nie może przecież wiecznie trwać.
Za miłość też przyjdzie nam zapłacić…

Gdy samolot Ił-62 „Mikołaj Kopernik” Polskich Linii Lotniczych LOT rozbił się 14 marca 1980 r., podczas podchodzenia do lądowania na warszawskim Okęciu, piosenka „Nic nie może wiecznie trwać” – jeden z największych przebojów Anny Jantar (†29), w jednej chwili nabrał nowego znaczenia. Jantar, wówczas jedna z największych gwiazd polskiej piosenki, wracała tym lotem z USA po serii koncertów dla amerykańskiej Polonii. Jej przedwczesna śmierć sprawiła, że tekst, dotychczas traktowany jak uniwersalna refleksja o przemijaniu, zaczęto odbierać jako symboliczne, prorocze słowa. Nagrania dokonano jednak kilkanaście miesięcy wcześniej, gdy nikomu do głowy by nie przyszło, że dojdzie do tragedii...

Zdziwiona i zaciekawiona

Cofnijmy się do drugiej połowy 1978 r. Pomysł wydawał się szalony: Anna Jantar i Budka Suflera. Ona, kojarzona z lekkimi przebojami, oni zaś – zespół rockowy z ciężkim brzmieniem. Ale obie strony zdecydowały się na ten eksperyment. Lider Budki Romuald Lipko skomponował dwie piosenki dla gwiazdy, a napisanie tekstu przypadło w udziale Andrzejowi Mogielnickiemu.

– Wziąłem się do roboty i napisałem dwa teksty, do „Nic nie może wiecznie trwać” i „Układu z życiem” – wspomina tekściarz w książce „Bursztynowa dziewczyna” autorstwa Marioli Pryzwan. – Bardziej przykładałem się do pierwszego. Napisałem go trochę inaczej, niż się wtedy pisywało: coś w rodzaju luźnego monologu wewnętrznego z mocno podkreśloną, obsesyjnie powtarzającą się pointą: nic nie może wiecznie trwać.

Czy był pewien efektu? – Pokazałem go Ance. Bardziej niż zadowolona była zdziwiona i zaciekawiona, co z tego wyniknie – wyjaśnia.

Inny tekściarz współpracujący z piosenkarką, Bogdan Olewicz, dodaje w tej samej książce, że Jantar nie ingerowała w napisane dla niej piosenki. – Jak każda profesjonalistka Anka umiała nie odnosić tekstu osobiście do siebie – mówi.

Piosenka roku

Pod koniec grudnia 1978 r. piosenka była gotowa. Zarejestrowano ją w Lublinie, sprawnie, pierwsza wersja została zaakceptowana bez poprawek. Ale wracając nocą do Warszawy, w okolicach Garwolina, twórcy niemal ugrzęźli w zaspach. Mogielnicki żartował wtedy, że jeśli piosenka będzie się przebijać do słuchaczy z takim trudem jak oni przez ten śnieg, nie wróży jej wielkiej przyszłości.

– Ale stało się inaczej. Utwór od momentu wejścia na antenę nie schodził z niej aż do końca roku i w końcu wygrał plebiscyt na najpopularniejszą piosenkę 1979 r. – mówi tekściarz.

Z perspektywy radiowego studia tamten czas zapamiętała Danuta Lubecka, dziennikarka, która przez lata prezentowała utwory Anny Jantar na antenie.

– Takich znaczących, złowróżbnych tytułów Anna miała wiele w repertuarze, ale czy przywiązywała do tego wagę? – rozważała w „Bursztynowej dziewczynie”.

– Na pewno nie. Była młoda, piękna, utalentowana, pełna życia i planów na przyszłość. Za dziesięć, piętnaście, dwadzieścia lat chciała jeszcze śpiewać, ciągle śpiewać. Śpiewała więc, a my odtwarzaliśmy na antenie te jej melodyjne, chwytliwe przeboje, których ludzie tak chętnie słuchali – opowiadała.

Fot.: East News, Forum

eprasa.pl 52de2ecb5e



Ojciec Święty chwilę po wylądowaniu na lotnisku w Algierze.



Zasadził drzewko oliwne w Hipponie.

Śladami św. Augustyna

Ojciec Święty odbywa pielgrzymkę po Czarnym Lądzie. Rozpoczął ją od Algierii, bliskiej jego sercu. Leon XIV jest pierwszym papieżem, który odwiedził ten kraj.

To trzecia pielgrzymka zagraniczna papieża, choć pragnął ją odbyć jako pierwszą. – Już w maju ubiegłego roku powiedziałem: na swoją pierwszą podróż chciałbym wybrać się do Afryki – wyznał Leon XIV. Jednak dopiero teraz, po podróżach apostolskich do Turcji, Libanu i Monako, z radością wyruszył na Czarny Ląd.

Spędzi tam 11 dni, a swoje pielgrzymowanie rozpoczął od Algierii – kraju, którego nie odwiedził przed nim żaden następca św. Piotra. A Leon XIV bardzo pragnął przybyć do znajdujących się tam miejsc związanych z jego ojcem duchowym – św. Augustynem, założycielem zakonu, którego członkiem jest Ojciec Święty.

Zanim jednak papież podążył śladami patrona, spędził dzień w stolicy kraju – Algierze. Tam Leon XIV, który jest oddanym czcicielem Maryi, odprawił mszę w Bazylice Matki Bożej Królowej Afryki.

Jak podkreślił arcybiskup Algieru, kard. Jean-Paul Vesco OP, ta świątynia jest miejscem spotkania i braterstwa. Na dziesięć osób, które przekraczają jej próg, dziewięć wyznaje islam.

– Madame l'Afrique, jak często się ją tu nazywa, jest wpisana w dziedzictwo Algierii i serca Algierczyków – podkreślił hierarcha. – Napis, który wita wchodzących: „Módl się za nas i za muzułmanów", wyraża macierzyńskie powołanie Maryi wobec całej ludzkości oraz powołanie tej bazyliki, która gości wiele wydarzeń kulturalnych lub religijnych, w tym islamsko-chrześcijańskie dni maryjne – wyjaśnił kard. Vesco.

„Zostańcie na tej ziemi, bądźcie świadkami"

To wpisuje się w pokojowe przesłanie głoszone przez papieża, który niestrudzenie nawołuje do wzajemnego szacunku i braterstwa.

W Algierii – kraju liczącym 47 milionów mieszkańców, gdzie islam jest religią państwową, wspólnota wyznawców Chrystusa liczy zaledwie dziewięć tysięcy wiernych. Ojciec Święty porównał tamtejszych katolików do ziarenka kadzidła. „które rozprzestrzenia woń, bo oddaje chwałę Panu, a wielu braciom i siostrom niesie radość i pociechę". – Zostańcie na tej ziemi, bądźcie świadkami – apelował Leon XIV.

Media przekazały przerażające wieści – podczas pobytu papieża, w mieście położonym czterdzieści kilometrów od Algieru, doszło do „incydentów zagrażających bezpieczeństwu, o charakterze terrorystycznym". Dwóch zamachowców samobójców wysadziło się w powietrze i zginęło, ponoć planowany był także trzeci zamach, a za wszystkim stoi Państwo Islamskie. Na szczęście wydarzenia z udziałem papieża nie zostały w żaden sposób zakłócone.

Drugiego dnia pobytu w Algierii Leon XIV pojechał do Annaby – starożytnej Hippony, w której św. Augustyn przez 34 lata był biskupem. Wzruszony Ojciec Święty udał się na stanowisko archeologiczne, gdzie zachowały się pozostałości miasta rzymskiego i chrześcijańskiego – Hippony, w tym tzw. Bazylika Pokoju, w której na przełomie IV i V wieku pełnił posługę św. Augustyn. Mimo deszczu i porywistego wiatru papież przechadzał się wśród ruin. Potem złożył tam wieniec kwiatów, krótko się pomodlił i posadził drzewko oliwne.

Z Algierii Leon XIV udał się do Kamerunu, następnie odwiedzi Angolę i Gwineę Równikową. Wszystkie te kraje miały okazję gościć u siebie św. Jana Pawła II.



Leon XIV otrzymał w darze ceramikę z wizerunkiem św. Augustyna.

SŁOWO DO WIERNYCH

„Świadczcie o Ewangelii prostymi gestami, prawdziwymi relacjami i dialogiem przeżywanym dzień po dniu: w ten sposób dajecie smak i niesiecie światło tam, gdzie żyjecie"

Fot.: East News (3)

eprasa.pl 52de2ecb5e

AKUMULATOROWA, BEZPRZEWODOWA, PRZENOŚNA MYJKA WYSOKOCIŚNIENIOWA

REKLAMA

TURBOJET CLEANER

TURBOJET CLEANER

NOWOŚĆ! ZAMÓW ZA 199 ZŁ!



Działa z wężem, kranem lub wiadrem!

Idealna do samodzielnego czyszczenia okien, tarasów, ścieżek, samochodów, rowerów, rynien, narzędzi ogrodowych, ogrodzeń i wielu, wielu innych...

TurboJet Cleaner to znacznie więcej niż tradycyjna myjka – sprawdzi się nie tylko przy codziennych porządkach, ale także jako wszechstronne narzędzie do konserwacji i utrzymania czystości w domu, garażu, aucie, ogrodzie czy na działce. W sekundę radzi sobie nawet z najbardziej uporczywym brudem – **bez wysiłku, bez kabli, bez ujęcia wody.** Wystarczy kliknięcie! Lekka, bezprzewodowa konstrukcja i wytrzymały akumulator pozwalają czyścić każdą powierzchnię i zakamarki bez ograniczeń. Dzięki regulowanym dyszom ciśnieniowym, wielu trybom rozpylania i systemowi oszczędzania wody, uzyskasz **świetne efekty.**

Nie potrzebujesz dostępu do prądu ani stałego źródła wody! Możesz podłączyć myjkę do węża ogrodowego i kranu, a nawet do zwykłego wiadra z wodą, co zapewnia **mobilność i swobodę pracy.** Potężny strumień wody w mig usunie kurz, błoto, ziemię, osady, pajęczyny i zaschnięte zabrudzenia. To idealny sprzęt dla osób, które chcą samodzielnie zadbać o czystość w domu, odświeżyć ogród czy przywrócić samochodowi fabryczny blask.

PRECYZYJNE DYSZE

- Strumień bezpośredni
- Myjka wachlarzowa
- Myjka pianowa



DZIAŁA Z WIADREM!



Podłącz swój ***Turbojet Cleaner*** do kranu lub włóż wąż do zwykłego wiadra z wodą – ***czyść bez kablii ograniczeń!***

ZASIĘG DO 10 METRÓW!



- WYDAJNA POMPA 150W
- WYSOKIE CIŚNIENIE
- AKUMULATOR LITOWO-JONOWY 21V
- BEZPRZEWODOWA

W ZESTAWIE OTRZYMASZ:

- 1 x Myjka Turbojet Cleaner
- 1 x Lanca przedłużająca
- 1 x Wąż wodny 5 metrów
- 1 x Filtr
- 1 x Pojemnik na pianę
- 1 x Dysza 0°
- 1 x Dysza 40°
- 1 x Złącze do butelki
- 1 x Ładowarka do akumulatora
- 1 x Akumulator litowo-jonowy 21V



NOWOŚĆ!

ZADZWOŃ I ZŁÓŻ ZAMÓWIENIE!

Masz szansę otrzymać oryginalną myjkę TurboJet Cleaner

w cenie 199 ZŁ!

Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasów

Zadzwoń teraz:

42 300 35 26

Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00; Standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora.

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy I Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.

eprasa.pl 52de2ec05e