KRZYŻÓWKI Z KSIĄŻKAMI DO WYGRANIA

PIĘKNY PLAKAT Z MODLITWĄ

Nr ind. 413143
Nr 10 październik 2026
Cena: 6,49 zł
(w tym 8% VAT)

ludzie i wiara

ŻYCIE • WARTOŚCI • NADZIEJA

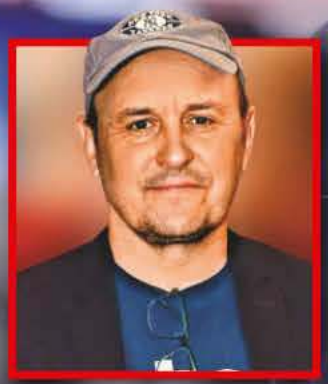


Matka Boża Swarzewska



SYLWIA GRZESZCZAK

Zaśpiewała, żeby dać świadectwo



ADAM WORONOWICZ

Jednak cuda się zdarzają



DOROTA CHOTECKA

Niezwykłe wcielenie

Ze świeżo poślubioną żoną, Bianką

FILIP CHAJZER

Ocalony do nowego życia



Pompeje: Co tam robił św. Maksymilian Kolbe?

PRZEWODNIK KATOLIKA

• 7 PYTAŃ O RÓŻANIEC

Gdzie można go odmawiać i co on zmienia w relacji z Panem Bogiem? Jak zachęcić do niego młodych? Co oznaczają poszczególne tajemnice?

• MEDALIK, KTÓRY CHRONI NAS PRZED ZŁEM



Zadbaj o nerki

ISSN 2451-4926
9 772451 492604 10

Ostatni dzień sprzedaży: 3.11.2026

epapier.pl dr73312260

Motto miesiąca: „Modlić się to nie znaczy wiele mówić, ale wiele kochać” – Święta Teresa od Dzieciątka Jezus

Dorota Chotecka

Bóg mówi DO WSZYSTKICH

Taka rola zdarza się raz na całe życie. Od aktorki wymagała skupienia, ciszy i wejścia w świat wiary.



W dorobku ma dziesiątki filmów, seriali i sztuk teatralnych, ale to było szczególne zawodowe wyzwanie.

Niedawna premiera filmu „Mistyczka” była dla Doroty Choteckiej (60) jednym z najbardziej wyjątkowych momentów w jej dotychczasowej karierze. Aktorka wcieliła się w Alicję Lenczewską (†77) – kobietę, która po swoim nawróceniu zaczęła zapisywać rozmowy z Jezusem.

Jej duchowe zapiski zostały później opublikowane w książce „Świadectwo”. Dla aktorki była to jednak historia znacznie głębsza niż zwykła opowieść o mistyczce. Sama doświadczyła w życiu sytuacji, w której cierpienie i trudne wydarzenia skierowały ją w stronę Boga.

BARDZO WYMAGAJĄCE ZADANIE

Zanim Alicja Lenczewska doznała objawienia, była po prostu nauczycielką i prowadziła zwyczajne życie. W przeszłości należała nawet do PZPR. Kochała podróże, a szczególnie Włochy. Dorota Chotecka stanęła przed trudnym wyzwaniem aktorskim – musiała przedstawić swoją bohaterkę zarówno jako 36-latkę, jak i u schyłku życia. Ale właśnie ta możliwość przekonała ją do przyjęcia roli. – To przydarza się aktorowi raz na całe życie. Nigdy wcześniej nie grałam jednej postaci zarówno w młodości, jak i w starszym wieku – mówi aktorka.

Przygotowania do roli potraktowała bardzo poważnie. Zanim rozpoczęły się zdjęcia, poświęciła wiele czasu na poznanie Alicji Lenczewskiej. Oglądała nagrania i zwracała uwagę nawet na drobne gesty i reakcje, które mogły pomóc jej zbudować wiarygodną postać. Obserwowała między innymi jej pielgrzymki, sposób, w jaki się poruszała, przekładała torbę, odpoczywała podczas wędrówki czy reagowała na spotykających ją ludzi.

Aktorka potrzebowała ciszy i odcięcia od codzienności. Jej mąż Radosław Pazura (57) i 19-letnia córka Klara wiedzieli, że aktorka musi na pewien czas skoncentrować się wyłącznie na pracy. – Rodzina mnie zostawiła. Znają mnie i wiedzieli, że muszą mi dać przestrzeń – opowiada Dorota.



Alicja Lenczewska odeszła w 2012 roku, ale pozostawiła po sobie wspaniałe świadectwo.

OSOBISTY WYMIAR DOŚWIADCZENIA

Takie przygotowania pozwoliły jej lepiej zrozumieć świat bohaterki. Tym bardziej że tematyka filmu ma dla Doroty Choteckiej osobisty wymiar. W 2003 roku sama po tragicznym wypadku samochodowym, w którym zginął aktor Waldemar Goszcz, a jej mąż Radosław Pazura został ciężko ranny, mocniej zwróciła się ku wierze.

Czy aktorce udało się wiarygodnie odtworzyć postać Alicji Lenczewskiej? Zdaniem Doroty Lenczewskiej, szwagierki mistyczki, nie ma co do tego żadnych wątpliwości. Była obecna na planie. Już gdy po raz pierwszy zobaczyła aktorkę w mieszkaniu pani Alicji, przygotowanym na potrzeby filmu, emocje wzięły górę. – Autentycznie miałam łzy w oczach. Bo ja od pierwszych sekund w Dorocie zobaczyłam Alicję... – wspomina.

Dorota Chotecka wielokrotnie sięgała też do duchowych zapisków mistyczki. Szczególnie zapadł jej w pamięć fragment jednej rozmowy z Jezusem. Pani Alicja pytała, dlaczego to właśnie ona może Go słyszeć. W odpowiedzi usłyszała: „Nie jesteś wyjątkowa. Kocham Cię i chcesz słuchać. Mówiłbym każdemu, gdyby chcieli słuchać”.

W „Mistyczce” Jezus nie jest jednak pokazywany na ekranie. Jego obecność zaznaczona została poprzez głos, którego użyczył Radosław Pazura, prywatnie mąż Doroty Choteckiej. – Radek ma piękny głos i bardzo bogatą duszę – mówi aktorka.

Fot. na okładce: Akpa (4), Forum, Adobe Stock (3) Fot.: Akpa (2), East News, Reporter, archiwum Doroty Lenczewskiej, Instagram.com/sylwia_grzeszczak_official, Instagram.com/marcin.zielinski

eprasa.pl df733f1200

Małgorzata Kożuchowska

To miał być wzruszający powrót

Jeszcze na początku lata bardzo się cieszyła i nie potrafiła ukryć wzruszenia. Małgorzata Kożuchowska (55) po dwudziestu latach miała wrócić w miejsce, które w latach 1994–2005 mocno ją ukształtowało – zarówno zawodowo, jak i prywatnie.

– W najśmielszych snach nie wymyśliłabym tego. Wojtek Faruga i Julia Holewińska po raz kolejny stawiają przede mną nietuzinkowe zadanie. Trudne, ale arcyciekawe. Zmierzenie się z legendą polskiej sceny teatralnej, ale i kobietą, której prywatne wybory budziły wiele kontrowersji – mówiła o powrocie do Teatru Dramatycznego w Warszawie. Miała wcielić się w Ninę Andrycz (†101) w spektaklu „Nina. Wieczna królowa". Tym większe zaskoczenie wywołała niedawno wiadomość, że aktorka zrezygnowała z udziału w produkcji. Premierę zaplanowano na 4 grudnia, a w roli, którą miała zagrać pani Małgorzata, pojawi się Anita Sokołowska. Co stoi za tak nagłą zmianą?





W postać Niny Andrycz (na fot. powyżej) wcieli się Anita Sokołowska.

Nieoczekiwanie zrezygnowała z roli w Teatrze Dramatycznym, do którego miała wrócić po 20 latach.

„Informujemy, że Małgorzata Kożuchowska, z przyczyn osobistych, nie wystąpi w spektaklu" – dyrekcja teatru wydała oświadczenie, a menedżerka gwiazdy nie rozwiała wątpliwości. – Podany jest powód i nic więcej nie mamy do powiedzenia – wyznała.

Przyczyną jest choroba? Kłopoty rodzinne? A może zmęczenie? Jak się wydaje nic z tych rzeczy, bo aktorka cały czas zgodnie z planem gra w Teatrze Narodowym. Można ją tam oglądać w głównej roli w spektaklu „Moralność pani Dulskiej" i zapewne niedługo sama wyjaśni dlaczego nie zagrała Niny Andrycz.

Kolejny numer miesięcznika ludzie i wiara ŻYCIE • WARTOŚCI • NADZIEJA

w kioskach 4 listopada

DZIĘKCZYNNA PIEŚŃ



Wokalistka zaśpiewała z portugalskim DJ-em.

To właśnie wiara miała pomóc Sylwii Grzeszczak (37) uporać się z tragicznym wydarzeniem, którego doświadczyła jako 16-latka. Wokalistka od dawna marzyła, by zaśpiewać z portugalskim duchownym DJ-em Padre Guilherme. Gdy do niego napisała, odpowiedział natychmiast. Zaledwie dwa dni później wystąpili razem w Opolu. Ich wzruszające wykonanie psalmu „Pan jest pasterzem moim" już podbija sieć.

Bez taryfy ulgowej



Ks. Jana Kaczkowski umiał poruszać także serca niewierzących.

Nigdy nie przestał służyć – mówi Magdalena Sekuła o swoim bracie – zmarłym w 2016 roku ks. Janie Kaczkowskim (†38). Film dokumentalny „Dzień dziecka księdza Jana Kaczkowskiego", który można oglądać w kinach, stał się dla jego bliskich okazją do wspomnień. – Jan był wcześniakiem, ważył około kilograma i miał problemy ze wzrokiem, ale w domu nie dostawał taryfy ulgowej – wspomina brat kapłana, Filip Kaczkowski.

Adam Woronowicz

Adam Woronowicz (52) podczas „Dnia Uwielbienia i Chwały" w Świątyni Opatrzności Bożej podzielił się osobistą historią o przemianie, jakiej doświadczyła jego teściowa. Kobieta od lat zmagała się z problemami zdrowotnymi i z czasem niemal przestała wychodzić z domu. Przełom nastąpił podczas modlitwy ze znanym ewangelizatorem Marcinem Zielińskim. – Ona się uśmiecha, ma nadzieję, zaczyna chodzić. To był początek nowego etapu w jej życiu – wyznał, że teściowa jest teraz inną osobą. Dla aktora i jego rodziny to piękny dowód na niezwykłą moc modlitwy.



Modlitwa z Marcinem Zielińskim przyniosła przełom.

eprasa.pl df733f1200

Filip Chajzer

PATRONKA Z CASCII ocaliła mu życie

Jest pewny, że gdyby nie święta Rita, orędowniczka w sprawach beznadziejnych, nie uszedłby z życiem z groźnego wypadku drogowego. Wie, że ona wciąż nad nim czuwa.



Wypadek na motocyklu mógł się skończyć tragicznie, ale ochroniła go św. Rita.

Byłem w piekle – mówi szczerze dziennikarz. Nie ukrywa, że był uzależniony od narkotyków. – Byłem ćpunem, waliłem kokę hardcorowo – wyznał. Jak zapewnia Filip Chajzer (41), nie szukał Boga. To Stwórca pierwszy wyciągnął do niego pomocną dłoń.

To się stało w Toskanii, w San Pietro Belvedere. Dziennikarz był wtedy wrakiem człowieka. – Trafiłem tu w bardzo ciężkim stanie – wyznał szczerze. Odnosił wrażenie, że umiera za życia.

OSTATNIA DESKA RATUNKU

Przyjechał na agroturystykę z synem. Gdy zobaczył mały kościół, wszedł do środka. Tam ujrzał figurę Matki Bożej Fatimskiej. Poczuł nagłą potrzebę, by poprosić o pomoc Maryję. To była dla niego ostatnia deska ratunku. – Ja już nie mam siły. Zawierzam Ci moje życie, prowadź mnie – poprosił.

Ja już nie mam siły. Zawierzam Ci moje życie, prowadź mnie

Od tamtej chwili wszystko zaczęło się powoli układać, a on prawie codziennie był w kościele. Odwiedzał miejsca kultu, np. Medziugorje, Fatimę, Watykan, Guadalupe. Znalazł też wyjątkową patronkę, która nad nim czuwa. Gdy przeniósł się z Warszawy do Krakowa i wynajął mieszkanie na Kazimierzu, chodził do pobliskiego kościoła pw. św. Katarzyny i właśnie tam odkrył św. Ritę z Cascii – skuteczną orędowniczkę w sprawach beznadziejnych, które po ludzku wydają się nie do rozwiązania. Kiedy szukał własnego lokum w Krakowie, wpadła mu w oko jedna z ofert w internecie. Modlił się, by to mieszkanie stało się je-

Filip Chajzer zbliżył się do Boga i dzięki temu stał się innym człowiekiem.

Fot.: Akpa, Reporter, Instagram.com/filip_chajzer, Wikipedia.org, 123RF/Picsel

eprasa.pl df733f1200



Sarkofag z ciałem św. Rity w jej sanktuarium w Cascii we Włoszech.

go miejscem na ziemi. – Ale Pan Bóg też w teorii nie miał wtedy dużo do roboty, bo wystarczyło się wreszcie dodzwonić i umówić się na kupno – opowiada. Gdy dodzwonił się do agentki, usłyszał, że mieszkanie zostało już sprzedane, ale agencja nie zdjęła ogłoszenia. – To mieszkanie i tak będzie moje – uznał. Sprawę powierzył św. Ricie. Wybrał się do Włoch, by podziękować jej za opiekę. Jechał samochodem z Rzymu do Cascii, gdzie jest grób świętej i sanktuarium. Zbliżał się już do celu, gdy zadzwoniła pani z agencji nieruchomości. Zanim odebrał, podziękował św. Ricie. Wiedział, co usłyszy. – Mówiłem pani, że to mieszkanie będzie moje – oznajmił, zanim rozmówczyni wyjaśniła, po co dzwoni. Nie mylił się – właścicielka zrezygnowała ze studiów w Krakowie i sprzedawała lokal. Zdziwiona agentka spytała, skąd wiedział, że tak się stanie. – Modlę się do św. Rity – wyjaśnił krótko.

Tej wyjątkowej patronce Filip Chajzer zawdzięcza życie. Pewnego pięknego słonecznego dnia wybrał się na przejażdżkę motocyklem. Wyruszając z Warszawy, dziennikarz założył kask „otwarty”. Gdyby miał go na sobie w chwili wypadku, mogłoby się to skończyć tragicznie. – Na trasie jednak zjechałem na przerwę. Jakbym coś przeczuwał. Z kufra wyjąłem pełny kask, kołnierz ochraniający kręgosłup i kurtkę z ochraniaczami – wspomina Filip Chajzer. Ruszył dalej i już wkrótce jego motocykl, zahaczony przez auto, uderzył w bariery energochłonne. Skończyło się na operacji barku. Filip Chajzer wierzy, że ocaliła go niezawodna św. Rita.

Na trasie zjechałem na przerwę. Jakbym coś przeczuwał.

BIANKA TO ANIOŁ I DAR Z GÓRY

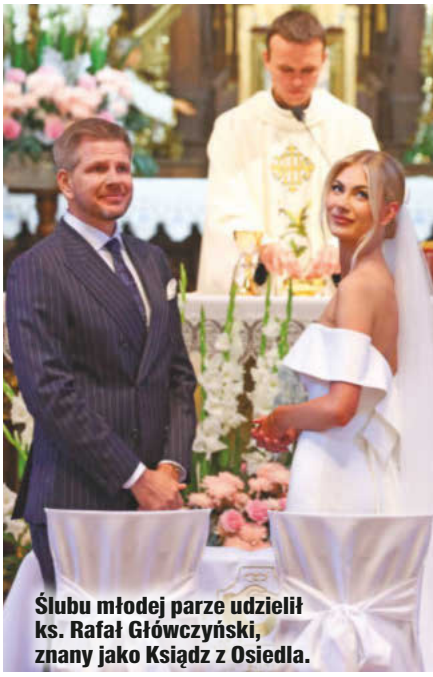
Niedawno dziennikarz poślubiła Biankę. Filip i jego wybranka są ludźmi wierzącymi. – Głęboko wierzę w to, że ten anioł, który siedzi obok mnie, to dar z góry – mówił dziennikarz podczas wspólnego wywiadu. Nie kryje, że w sylwestrową noc, którą spędzał samotnie w Honolulu, modlił się do Boga o to, by nadał sens jego życiu. Rok później spotkał Biankę, którą uważa za odpowiedź nieba na jego błagania.



W Medziugorje odzyskał spokój i wymodlił dar ojcostwa.

Wyprosił syna w Medziugorje

Dwa lata po strasznej tragedii, która go spotkała – 9-letni synek dziennikarza zginął w wypadku samochodowym – Filip Chajzer udał się do Medziugorje. – To niesamowite miejsce, pełne skupienia, zadumy i głębokiej modlitwy – opowiadał. Chciał choć trochę ukoić swój ból i prosić Boga, by pozwolił mu jeszcze doświadczyć ojcostwa. Wkrótce powitał na świecie synka Aleksa.



Ślubu młodej parze udzielił ks. Rafał Główczyński, znany jako Ksiądz z Osiedla.

Słowo do Ciebie

„Naturalną rzeczą jest to, że ludzie popełniają błędy. Mniejsze, większe, bardzo duże. Ale póki życie trwa, jest czas, żeby je naprawić…”

eprasa.pl df733f1200



Dorosłe dzieci są bardzo z nimi związane.

Dorota dba o potrzeby ukochanego męża. Z wzajemnością.

Dorota i Dariusz Balcerzykowie

PO LATACH ZAPROSIŁAM PANA BOGA do naszego życia

Jako lekarka zaczęła wyraźnie dostrzegać, że praktyki religijne dają pacjentom siłę do pokonywania kryzysów. Zaczęła umiejętnie łączyć duchowość chrześcijańską z psychiatrią...

Wychowała się wraz z bratem w domu, gdzie katolicyzm był jedynie pustą, mocno poobijaną tradycją. Rodzice szybko się rozwiedli, a ciężar utrzymania rodziny spadł na mamę. Mała Dorota bardzo pragnęła życiowej stabilności. Jednocześnie w jej rodzinnym domu nie brakowało barwnych momentów – mama dbała o wyjątkową oprawę świąt i spotkań ze znajomymi, a Dorota od dzieciństwa chętnie rysowała.

Idąc w ślady mamy, lekarki, wybrała medycynę. Na studiach, w uniwersyteckim prosektorium, straciła resztki dziecięcej wiary.

– Kroiliśmy człowieka na plasterki i tam nigdzie nie było widać Pana Boga – wspomina ten czas.

Jej serce zabiło mocniej w 1987 r., podczas studenckiego wyjazdu na narty do Zakopanego. Pewnego poranka do wieloosobowego pokoju wszedł chłopak, który właśnie dojechał do nich pociągiem. Otworzyła zaspane oko i pomyślała: „A może to będzie twój mąż?”. Już na tym wyjeździe Darek zafascynował ją swoim spokojem, stabilnością i ciepłem. Dawał jej prawdziwą miłość, której po odejściu ojca tak mocno brakowało. Zaręczyli się rok później. Kiedy w 1990 r. brała ślub kościelny z Dariuszem, robiła to wyłącznie ze względu na utartą tradycję. Gdy na świat przychodziły ich kolejne dzieci: Ewa (dziś 33 l.), Arkadiusz (31 l.) i Joanna (23 l.), w ich domu Bóg wciąż był wielkim nieobecnym.

ODNALAZŁA WTEDY SWOJE POWOŁANIE

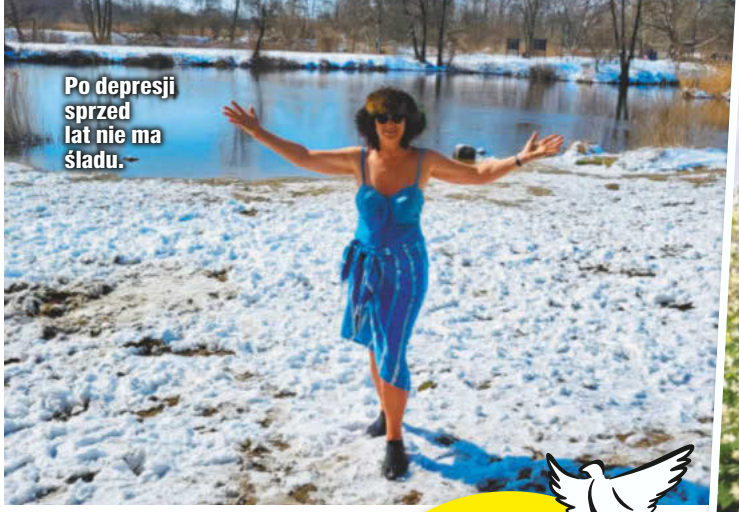
Dorota była tytanem pracy. Z energią ukończyła 4-letni kurs psychoterapeuty, kupiła wraz z mężem dom, pracowała na pełnych obrotach i wychowywała dzieci, wstając do nich nocami.

– Dużo radości sprawiały nam wspólne spacery, wypady do lasu, na narty czy rower. Wieczorami oglądaliśmy filmy lub w coś graliśmy – mówi.

Ciężka praca na hematologii, gdzie na co dzień miała

Fot.: Dorota Niedźwiecka/archiwum domowe (4)

eprasa.pl df733f1200



Po depresji sprzed lat nie ma śladu.



Nieustannie pogłębia swoją relację z Panem Bogiem.

do czynienia ze śmiercią, wpędziła ją w depresję. Równocześnie, dzięki niej odnalazła swoje powołanie: została psychiatrą.

– Chciałam docierać do głębokich przyczyn ludzkiego cierpienia i skutecznie pomagać ludziom – mówi.

Był 2005 rok, czas kryzysu ekonomicznego. Mała agencja PR, którą prowadził Dariusz, straciła część klientów, inni zalegali z płatnościami. Zaczęło brakować pieniędzy.

Rozwiązaniem okazała się emigracja do Anglii. Dorota pracowała tam jako psychiatra, dzieci perfekcyjnie nauczyły się języka, syn brylował na boisku niczym „mały Lewandowski", a mąż pisał dla angielskiego czasopisma przemysłowego i obronił magisterium na londyńskim Imperial College z pisarstwa popularnonaukowego. Po pięciu latach wrócili, ponieważ tęsknili za ojczyzną.

„Zastanówcie się, czy naprawdę jesteście wierzący? Czy chcecie, żeby wasze dzieci przystąpiły do Pierwszej Komunii?" – zapytał przenikliwy kapłan, gdy Ewa szła do Pierwszej Komunii św. Dorotę pobudziło to do poszukiwań historycznych dowodów na istnienie Jezusa. Analizowała m.in. Całun Turyński, Boskie Oblicze z Manopello, pochłaniała fakty o historyczności Jezusa.

„Tak, Panie Boże, widzę, że Ty istniejesz" – powiedziała wreszcie. To było jednak wciąż tylko chłodne uznanie faktów.

Słowo do Ciebie

„Bóg wraz z nawróceniem daje olbrzymie wsparcie w codziennym życiu. Obecnie pracuję mniej, a zarabiam więcej i mogę rozmawiać z pacjentami o duchowości…"

W budowaniu głębszej wiary pomogły jej konferencje, które coraz częściej pojawiały się na YouTube. Zmęczona, pracująca na pełen etat mama, mogła ich słuchać podczas domowych obowiązków. Zaczęła dostrzegać, że praktyki religijne dają życiu pacjentów sens i siłę do pokonywania kryzysów. Zaczęła delikatnie włączać duchowość chrześcijańską w psychiatrię.

W marcu 2021 r. przypadkiem trafiła na rekolekcje Odnowy w Duchu Świętym w warszawskiej Świątyni Opatrzności.

PANIE JEZU, CO MOGĘ DLA CIEBIE ZROBIĆ?

– Tu po raz pierwszy wzięłam udział w adoracji Najświętszego Sakramentu – wspomina. – Wpatrywałam się w Hostię, a w sercu zaczęłam słyszeć głos. Doświadczyłam, że Bóg naprawdę jest i mówi bezpośrednio do mnie. Tu też po raz pierwszy oddałam życie Jezusowi i doświadczyłam działania Ducha Świętego. Od tego momentu wszystko się zmieniło.

„Panie Jezu, ale ja już mam tyle lat, co ja mogę dla Ciebie zrobić?" – pytała z powątpiewaniem podczas modlitwy, zbliżając się powoli do wieku emerytalnego.

„Nie przejmuj się, starsi u mnie posługują" – usłyszała w odpowiedzi.

Dorota była już pewna, że w swojej pracy musi łączyć pomoc psychiatryczną z głębią duchową. W klinice, w której pracowała od pięciu lat, chciała założyć poradnię dla osób wierzących. Niestety, pracodawcy nie byli tym zainteresowani.

– Doszłam do wniosku, że musimy się rozstać – wspomina. – Gdy zostałam nagle bez pracy, poczułam przerażenie. Musieliśmy się przecież nadal utrzymać i spłacać kredyt.

Zawierzyła tę sprawę Bogu, a kilka dni później miała już trzy oferty pracy, w tym dwie – z poradni chrześcijańskich, gdzie swobodnie może łączyć medycynę i ducha.

– Bóg wraz z nawróceniem daje olbrzymie wsparcie w codziennym życiu – mówi Dorota. – Obecnie pracuję mniej, zarabiam więcej i mogę rozmawiać z pacjentami o duchowości, wspieram osoby konsekrowane i wszystkie, którym zależy na tym, żeby uwzględniać w leczeniu wiarę,

Po kilkuletniej posłudze we wspólnocie Przymierze w Świątyni Opatrzności Bożej, obecnie angażuje się we wspólnocie Thalitha Kum w Zalesiu Górnym. Z radością posługuje modlitwą wstawienniczą, podejmuje ewangelizację uliczną, prowadzi profile w mediach społecznościowych (Poradnia Preventis).

Im bardziej pogłębia swoją relację z Panem Bogiem, tym bardziej zwraca też uwagę na potrzeby męża i dba o relację z nim.

WSZYSTKO ZMIENIA SIĘ NA LEPSZE

– Spędzamy ze sobą więcej czasu – mówi. – Często wyjeżdżamy we dwoje na weekendy czy rekolekcje. Lub uciekamy w plener.

Dają ujście pasjom: on z zaangażowaniem pisze, a ona oddaje się malowaniu obrazów.

Dzieci Doroty i Dariusza, dziś dorosłe, z radością powracają do rodzinnego domu. Zazwyczaj celebrują wtedy imieniny, urodziny, święta.

Lubią też wspólnie rozmawiać i dzielić się wrażeniami z podróży, grać w planszówki.

– Nie ma sensu czekać, bo szkoda życia – podsumowuje lekarka. – Zaproście Boga do swojego życia i pozwólcie Mu działać. Zobaczycie, jak wszystko zmieni się na lepsze.

DOROTA NIEDŹWIECKA

eprasa.pl df733f1200

Jolanta

BEZ NASZE niewiele

Jola od razu wiedziała, że anioły to wzór właśnie dla niej.

Zawsze była religijna, teraz cieszy się z tego, że jej dzieci podzielają wartości, które z mężem wyznaje.

Słowo do Ciebie

„To Bóg układa nasze plany, i jak dotąd robi to bez zarzutu."



Jolanta i Jan są małżeństwem od 7 lat.



Wychowała się w religijnej rodzinie.

Wychowała się na wsi w tradycyjnej, wierzącej rodzinie jako najmłodsza z trójki rodzeństwa. W gimnazjum poczuła, że potrzebuje głębiej zanurzyć się w wiarę. Zaczęła chodzić na spotkania Ruchu Apostolstwa Młodzieży i brała czynny udział w nabożeństwach i adoracjach.

ZAWSZE MOGŁA LICZYĆ NA SWOICH BLISKICH

Wyjeżdżała też na rekolekcje. Najpierw jako zwykły uczestnik, ale potem, prowadząc zajęcia z dziećmi.

– Uczyłam je śpiewu, wspólnie modliliśmy się i rozmawialiśmy o Bogu – opowiada Jola – a wieczorami siedzieliśmy przy ognisku.

To był dla niej dobry czas. Kiedy skończyła 16 lat, nagle zmarł jej tata. Bardzo to przeżyła. Oparcia szukała w Bogu i rodzinie. Chociaż nie rozmawiali ze sobą o emocjach, to jednak sama obecność bliskich była krzepiąca.

Po maturze poszła na studia pedagogiczne, potem muzyczne. Kiedy skończyła oba kierunki, była z siebie bardzo dumna. Dość szybko znalazła pracę w żłobku. Podczas wakacji nadal jeździła na rekolekcje. Brała także udział w spotkaniach Wspólnoty Odnowy w Duchu Świętym. To właśnie tam w 2015 r. poznała Jana.

– Na początku ciągle sobie dogryzaliśmy – wspomina

Augustyn z Rzeszowa

J TRADYCJI *znaczymy*


Ignaś, Antosia i Rozalka.

ze śmiechem. – Ale potem poszliśmy razem na wesele moich znajomych i zaczęliśmy się spotykać – dodaje. Pobrali się w 2018 r. Zaraz po ślubie wynajmowali pokój. Gdy dowiedzieli się że urodzi się Ignaś, zaczęli rozglądać się za czymś większym.

– Może pomodlę się, żeby ktoś kupił nam mieszkanie – zażartowała Jolanta.

I zaczęła się modlić. Jakiś czas później znajomy zaproponował:

– Wiem, że szukacie mieszkania. Znajdźcie jakieś fajne, a ja je kupię i wynajmę wam w dobrej cenie.

I tak zamieszkali na obrzeżach miasta.

– Następnym razem musisz być bardziej precyzyjna, modląc się – śmiał się Jan. – Pan Bóg jest konkretny, jak widać. To mieszkanie było dla nich dużym błogosławieństwem. W grudniu na świecie pojawił się Ignaś.

– To była Wigilia, od rana byłam podekscytowana, czułam że to dziś. Zdążyliśmy jeszcze pójść do kościoła, zanim pojechaliśmy do szpitala – uśmiecha się Jola.

Kiedy Ignaś podrósł, Jola wróciła do pracy. Synek miał 2 latka, gdy okazało się że znów jest w ciąży. To była radosna wiadomość.

ZROBIŁA PREZENT DLA SIOSTRZENICY

Niestety, źle się czuła, musiała się oszczędzać, więc przeprowadziła się do mamy, żeby być ciągle pod opieką. Przypomniała sobie wtedy o makramach, które kiedyś zobaczyła u znajomej. Bardzo się jej wtedy spodobały i też chciała się nimi zająć. Janek kupił Joli pierwszy zestaw do makramy.

Szybko wciągnęła się w robienie ozdób ze sznureczków. Wymyślała nowe wzory i wszyscy ją chwalili. W sieci trafiła na aniołka ze sznurka. Od razu poczuła, że to wzór bliski jej sercu. Pierwszego aniołka zrobiła dla siostrzenicy.

– Nie wyszedł mi zbyt ładny – przyznaje.

Któregoś dnia odwiedziła ją koleżanka i poprosiła: – Możesz zrobić aniołki dla moich rodziców?

POCZUŁA, ŻE TO STRZAŁ W DZIESIĄTKĘ

To chyba było jej pierwsze zamówienie. Poczuła, że to może być nie tylko pasja, ale też dodatkowe zajęcie.

Po urodzeniu Rozalki nie miała jednak wiele czasu na zainteresowania. Aniołki robiła wieczorami. Chociaż miała coraz więcej zamówień, zawsze znajdywała czas dla dzieci i męża oraz na wspólną rodzinną modlitwę. Gdy Rozalka podrosła, Jola wróciła do pracy. Liczba zamówień spadła.

„Odmawiają modlitwę Jabeza, która zapewnia im pomyślność i szczęście.”

– Jakby Bóg wiedział, że mam teraz mniej czasu – śmiała się.

Rok 2023 był rokiem wielkich zmian. Zdecydowali się na odkupienie części domu rodzinnego, w której wcześniej mieszkał brat Joli.

– To może być nasze miejsce na ziemi – postanowili oboje.

W tym czasie dowiedzieli się, że Jola ponownie jest w stanie błogosławionym. Po kilku miesiącach zamieszkali w nowym miejscu, blisko jej mamy.

Joli zależało na tym, żeby Ignaś chodził do przedszkola, prowadzonego przez siostry zakonne. Niestety, był dopiero na 4. miejscu na liście rezerwowej.

– Kto jest patronem waszego przedszkola? – zapytała podczas wizyty. – Pomodlę się do niego.

Nieformalnym patronem był św. Józef. Jola żarliwie się modliła o pomyślność swoich planów. I udało się!


Podczas występu w kościele.

WIEDZĄ, CO JEST NAJWAŻNIEJSZE

Antosia urodziła się wiosną tego samego roku. Na urlopie macierzyńskim Jola wróciła do robienia aniołków. Obecnie ma coraz więcej zamówień.

– Jeśli chodzi o przyszłość, czekam na znak od Boga – uśmiecha się. – To On układa nasze plany, i jak dotąd robi to bez zarzutu.

Teraz kobieta skupia się na dzieciach i rodzinie. Regularnie jeździ z mężem na spotkania wspólnoty do Rzeszowa. Modlą się całą rodziną, odmawiając modlitwę Jabeza, a Bóg zapewnia im pomyślność i szczęście. Dużo rozmawiają z dziećmi, przekazują im najważniejsze wartości.

– Bo najważniejsze jest....

– zaczyna czasami Jola.

– Najważniejszy to jest Pan Bóg, a dopiero po Nim cała reszta – dopowiada rezolutnie chłopiec.

I tym kierują się w życiu na co dzień. To On zesłał jej Anioły, które opiekują się jej rodziną i które posyła w świat, realizując tym samym Boży Plan.

Anna Wyszyńska

Fot.: Anna Wyszyńska/archiwum domowe (5)

eprasa.pl df733f1200



Artysta jest człowiekiem głębokiej wiary. Tak też wychował swoje dzieci.

Lider zespołu Bauer Full w ostatnim czasie coraz częściej tworzy muzykę religijną, która jest dla niego bardzo ważna. Obecnie pracuje nad pieśnią na Adwent. – To nie jest czas smutku. To czas oczekiwania – podkreśla.

Sławomir Świerzyński

CAŁE ŻYCIE pogłębiam wiarę

Zawsze dbał o dobre relacje ze swoimi dziećmi: Sebastianem, Nikolą i Damianem.

Koncerty, podróże, nowe piosenki... Co Pan teraz zajmuje najbardziej?

Do końca października jesteśmy w trasie koncertowej, a w listopadzie i grudniu czekają nas występy w katedrach w Stanach Zjednoczonych. Będziemy tam śpiewać przede wszystkim pieśni religijne, ale oczywiście nie zabraknie też repertuaru tanecznego. Mam również nowy pomysł. Kolega z Jory Wielkiej zaproponował mi kilka kameralnych koncertów akustycznych – szanty i piosenki turystyczne. Tam wczuję się w zupełnie inny klimat. Bardzo mi się to spodobało.

Chyba można powiedzieć, że wraca Pan do muzycznych korzeni?

Dokładnie. Pierwszy koncert szantowy w Mikołajkach zagrałem w 1981 roku. Wtedy czułem na scenie ogromną radość i nadal lubię takie kameralne spotkania, gdzie jest kilkadziesiąt osób, wszyscy siedzą blisko siebie i po prostu razem śpiewamy. A przy okazji dokładnie 15 października przechodzę na tak zwaną emeryturę. Po 45 latach przestaję płacić ZUS, ale absolutnie nie zamierzam przestać pracować.

Czyli status emeryta w Pana przypadku będzie jedynie formalnością?

Nie zamierzam nawet przez pół minuty być na emeryturze. Kiedy zobaczyłem niektórych wykonawców na letnich trasach telewizyjnych, poprosiłem tylko Pana Boga o zdrowie i jeszcze 40 lat śpiewania. Chciałbym nadal wychodzić na scenę, grać, śpiewać i dawać ludziom radość. Mam jeszcze mnóstwo planów i to nie tylko zawodowych.

Za to pojawi się więcej czasu dla bliskich i kolejne przygody.

To prawda, choć staram się być przygotowany na wszystko. Niedawno spotkała mnie i wnuki. zaskakują-

eprasa.pl df733f1200

ca przygoda. Wypłynąłem z dzieciakami swoim jachtem na Wisłę. Owszem mam zapasowy silnik, ale pomyślałem, że skoro za kilka dni paliwo stanieje, to tym razem go nie wezmę. No i oczywiście zapowietrzyłem jedyny silnik. Przez około trzy godziny dryfowaliśmy po Wiśle.

Pewnie byliście przerażeni?

Na szczęście wszystko dobrze się skończyło, bo przypłynęła po nas pomoc. Ale z tej całej sytuacji wyniknęło coś bardzo dobrego – miałem czas tylko dla wnuków. Siedzieliśmy, rozmawialiśmy, a że są już nastolatkami, więc zadawali mi bardzo konkretne pytania i w pełni wykorzystałem okazję, by dzielić się z nimi swoją wiedzą. Zawsze odpowiadam im po prostu tak, jak jest. To jest chyba najważniejsze w relacji między dziadkiem a wnukami – szczerość.

A kiedy myśli Pan o swoich kolejnych podróżach, wnuki będą Panu towarzyszyć?

Z pewnością w niejedną wyprawę wyruszymy razem. Ale na najbliższy wypad, mam zamiar pojechać tylko z żoną. Wybieramy się do Afryki, bo marzy mi się safari, kontakt z dziką przyrodą, parki narodowe. Na takiej atrakcji jeszcze nie byłem.

Nie boi się Pan dzikich zwierząt?

Trochę się boję, oczywiście. Ale udało się w Chinach odwiedzić park safari, gdzie tygrysy chodziły po samochodzie, który był specjalnie zabezpieczoną klatką. Próbowały nawet przegryźć opony. Kierowca musiał cały czas ruszać do przodu i do tyłu, żeby nie dopuścić do takiej sytuacji. Więc wiem, czym jest spotkanie z dzikim zwierzęciem z bliska i mam w sobie gotowość, by te lęki przełamywać. Myślę jeszcze o Skandynawii. Tam można spotkać ogromne łosie, zobaczyć niezwykłe krajobrazy.

Słowo dla Ciebie

Bardzo często zapominamy, czym właściwie jest Adwent. To nie jest czas smutku. To czas oczekiwania. A skoro całe życie jest czasem oczekiwania na życie wieczne, więc powinniśmy się na tym skupić.



Z ukochaną żoną rzadko pojawia się na ściankach. Wolą budować swoje szczęście z dala od mediów.

Czy te podróże to Pana recepta na udany związek z żoną?

Razem z Renatą przeżyliśmy razem ponad cztery dekady. Były różne etapy w naszej relacji. Wiadomo, że najpierw dzieci były małe, dorabialiśmy się. Ale to jest właśnie ten etap życia, kiedy człowiek zaczyna bardziej doceniać wspólny czas. Dzieci mają swoje życie, wnuki dorastają, a my możemy powiedzieć: dobrze, teraz jedziemy razem i zobaczymy coś, czego jeszcze nie widzieliśmy.

„Codziennie sięgam po książki związane z wiarą. Człowiek całe życie może się czegoś nowego dowiedzieć”

Obok koncertów świeckich coraz ważniejsze miejsce zajmuje w Pana twórczości muzyka religijna. Skąd ta potrzeba?

Od pewnego czasu bardzo dużo czytam na tematy religijne. Właściwie codziennie sięgam po książki związane z wiarą. To nie jest dla mnie obowiązek ani przygotowanie do egzaminu. Po prostu mnie to interesuje. Jeżeli czegoś nie wiem, sięgam do źródeł, czytam, rozmawiam z księżmi. Człowiek całe życie może się przecież czegoś nowego dowiedzieć i pogłębiać swoją wiarę. Napisałem między innymi piosenkę o Bożym Miłosierdziu. Została sprawdzona pod względem merytorycznym przez osoby, które znają się na teologii. W przypadku takich utworów nie można sobie pozwolić na dowolność. Jeżeli śpiewam o Bogu, Trójcy Świętej czy Bożym Miłosierdziu, chcę mieć pewność, że wszystko jest zgodne z nauczaniem Kościoła.



Wokalista coraz częściej realizuje koncerty sakralne.

Teraz pracuje Pan nad pieśnią adwentową. Dlaczego akurat ten temat?

Bardzo często zapominamy, czym właściwie jest Adwent. To nie jest czas smutku. To czas oczekiwania. A skoro całe życie jest czasem oczekiwania na życie wieczne, więc powinniśmy się na tym skupić.

Rozmawiała Agnieszka Pacuła

Fot.: East News (3), Reporter

eprasa.pl df733f1200

Wydarzenie w Kościele **1 i 2 listopada – Wszystkich**

Święci w niebie



„Obraz Wszystkich Świętych" mistrza niemieckiego renesansu Albrechta Dürera jest artystyczną wizją życia wiecznego oraz ostatecznego triumfu zbawionych.

Jest jeden dzień w roku, gdy wspominamy wszystkich świętych – znanych i nieznanych. Dla wierzących jest to kluczowe przypomnienie o powołaniu do świętości oraz wyraz wiary w życie wieczne i zmartwychwstanie.

W odróżnieniu od radosnej uroczystości Wszystkich Świętych, Dzień Zaduszny ma charakter refleksyjny, modlitewny i pokutny.

Słowo do Ciebie

„Potem ujrzałem: a oto wielki tłum, którego nie mógł nikt policzyć, z każdego narodu i wszystkich pokoleń, ludów i języków, stojący przed tronem i przed Barankiem. Odziani są w białe szaty, a w ręku ich palmy. I głosem donośnym tak wołają: «Zbawienie u Boga naszego, Zasiadającego na tronie i u Baranka»" (Ap 7, 9-10)

Kościół, czyli wspólnota wierzących, której przewodzi Jezus Chrystus, składa się z trzech części: Kościoła triumfującego – w niebie, walczącego – na ziemi i cierpiącego i oczyszczającego się – w czyśćcu.

W niebie, czyli w obecności kochającego Boga przebywają ci, których znamy, kanonizowani przez Kościół, ale też nieznani powszechnie, cisi i pokorni – np. nasi pobożni przodkowie, co do których mamy nieomal pewność, że dostąpili łaski zbawienia. Czcimy ich ze względu na Boga, bo modląc się do nich, zwracamy się właśnie do Niego, wypraszając łaski.

TYSIĄC LAT TRADYCJI

Uroczystość Wszystkich Świętych kształtowała się już w początkach chrześcijaństwa, szczególnie wtedy, gdy w pierwszych jego wiekach prześladowano Kościół, mordując wierzących. Męczennicy ci byli szczególnie wspominani, a modlący się za ich wstawiennictwem doświadczali wielu łask. Dlatego kult świętych zatwierdzono już w V wieku. Pierwotnie Kościół wspominał wszystkich męczenników 13 maja. Datę tę wybrał papież Bo-

KALENDARZ LITURGICZNY 7 października – 3 listopada

Kolory szat liturgicznych

☐ 7 X ŚRODA

Wspomnienie Najświętszej Maryi Panny Różańcowej. Święto to zostało ustanowione na pamiątkę zwycięstwa chrześcijan pod Lepanto w 1571 roku, które przypisuje się modlitwie różańcowej. Maryja jest czczona jako Matka i Orędowniczka, która poprzez różaniec prowadzi wiernych do Chrystusa i pomaga w duchowej walce.

■ 13 X PIĄTEK

Bł. Honorata Koźmińskiego. Był polskim kapucynem, teologiem i jednym z najbardziej nowatorskich duszpasterzy w historii polskiego Kościoła. Odegrał heroiczną rolę w ratowaniu polskiego życia zakonnego pod zaborami, kiedy władze carskie zakazały działalności tradycyjnych klasztorów. Stworzył unikalną sieć 26 bezhabitowych zgromadzeń zakonnych, których członkowie ewangelizowali społeczeństwo, pracując w zwykłych zawodach. Jako niestrudzony spowiednik i żarliwy patriota podtrzymywał w Polakach wiarę oraz tożsamość narodową.

☐ 15 X CZWARTEK

Św. Teresy od Jezusa. Hiszpańska mistyczka, żyjąca w XVI wieku, zreformowała zakon karmelitański. Była pierwszą kobietą w historii ogłoszoną Doktorem Kościoła. Dokonał tego Paweł VI w 1970 roku. Jej dzieła duchowe, jak „Twierdza wewnętrzna" czy „Droga doskonałości", do dziś stanowią fundament chrześcijańskiej teologii mistycznej i uniwersalny przewodnik po modlitwie wewnętrznej dla wiernych na całym świecie.

eprasa.pl df733f1200

NAS WSPIERAJĄ

nifacy IV w 610 roku, gdy przekształcił pogańską świątynię Panteon w Rzymie na kościół pod wezwaniem Maryi i Wszystkich Męczenników. Przeniesienia święta na 1 listopada dokonał papież Grzegorz III w 731 roku, a powód był czysto praktyczny – jesienią, po zbiorach, łatwiej było wykarmić tysiące pielgrzymów przybywających do Rzymu. Oficjalnie święto ustanowił papież Jan XI w 935 roku.

Kościół oddaje cześć świętym w sposób hierarchiczny – na pierwszym miejscu jest Najświętsza Maryja Panna, następnie św. Józef, św. Jan Chrzciciel, Apostołowie, a wśród nich wyróżnieni św. Piotr i św. Paweł, następnie święci, których kult jest szczególny w danym zakonie, parafii, diecezji, narodzie czy państwie, a dalej ci święci, którzy są dla nas szczególnie bliscy.

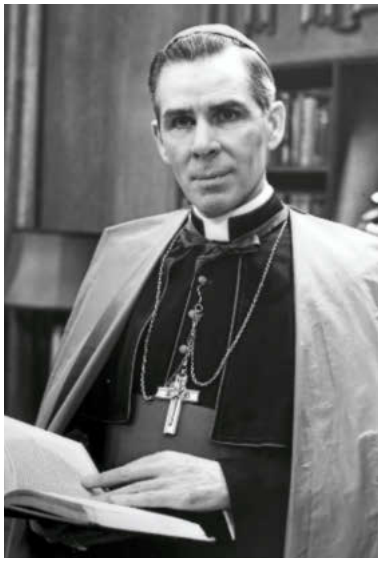
WSPOMNIENIE WIERNYCH ZMARŁYCH

2 listopada obchodzimy Dzień Zaduszny, czyli Wspomnienie Wszystkich Wiernych Zmarłych, obchodzone oficjalnie od X wieku. Tego dnia wznosimy modlitwy za te dusze, które są w drodze do Boga, czyli w czyśćcu. Odwiedzamy ich groby, zapalamy świece i oczywiście modlimy się za nich. Warto pamiętać, że możemy ofiarować duszom odpust. Spełnienie jego warunków i ofiarowanie go to najwyższy religijny wyraz chrześcijańskiej miłości bliźniego wobec tych, którzy sami już sobie pomóc nie mogą. Poprzez „komunię świętych" (duchową łączność żywych i umarłych) oraz zasługi Jezusa Chrystusa, mogą realnie skrócić czas oczyszczenia zmarłych i otworzyć im bramy nieba.

WYNIESIENI NA OŁTARZE W OSTATNIM CZASIE

W roku 2025 i 2026 Kościół ogłosił wielu nowych świętych i błogosławionych. Są to między innymi: św. Carlo Acutis, św. Pier Giorgio Frassati, św. Bartolo Longo, św. Maria Troncatti, św. Vincenza Maria Poloni, bł. Jan Bula i Vaclav Drbol, bł. 9 salezjanów męczenników z Polski, bł. Salvator Valera Parra oraz beatyfikowany we wrześniu bł. abp Fulton Sheen. Warto ich poznawać i prosić ich o wstawiennictwo w naszych sprawach, bo są jeszcze mniej „zapracowani" w służbie Bożej niż wielu znanych świętych.

JOLANTA WINIARSKA



Bł. abp. Fulton J. Sheen jako pierwszy w dziejach wykorzystał radio i telewizję do celów ewangelizacyjnych. Słuchały go miliony, mimo to pozostał skromnym kapłanem, codziennie adorującym Chrystusa.

Św. Carlo Acutis, „Boży influencer", powtarzał, że Eucharystia jest jego autostradą do nieba i o jej mocy opowiadał w sieci.





Św. Teresa z Lisieux obiecała, że w niebie będzie kradła Boże łaski i zrzucała je na ziemię w postaci róż.

JAK WYBRAĆ SWOJEGO ŚWIĘTEGO?

Warto mieć jednego lub kilku swoich świętych patronów. Ale jak ich wybrać? Bardzo prosto. Najpierw trzeba o nich poprosić Boga, modląc się w tej intencji. Potem rozejrzeć się wśród świętych i poznawać ich – wtedy oni sami niejako „zgłoszą się" do nas – poczujemy zaciekawienie nimi i chęć poznania ich życia. Warto wtedy o nich poczytać, mieć ich wizerunek, modlić się, a zaopiekują się nami serdecznie.

Fot.: Wikimedia Commons, Adobe Stock, East News (2), Forum

☐ 16 X PIĄTEK

Św. Jadwigi Śląskiej. Wzór chrześcijańskiej władczyni, żony i matki oraz prekursorki dzieł miłosierdzia. Jako żona piastowskiego księcia wspierała chrystianizację i rozwój kulturalny Śląska, fundując liczne kościoły, szpitale oraz słynny klasztor cysterek w Trzebnicy, w którym spędziła ostatnie lata życia. Kościół czci ją jako główną patronkę Śląska i pojednania polsko-niemieckiego, ponieważ jej ród łączył narody Europy, a jej postawa stała się symbolem budowania mostów ponad podziałami narodowościowymi.

■ 18 X NIEDZIELA

Św. Łukasza Ewangelisty. Autor dwóch fundamentalnych dzieł: Ewangelii oraz Dziejów Apostolskich. W pismach kładł szczególny nacisk na Boże miłosierdzie, ubogich oraz historyczną dokładność opisywanych wydarzeń. Uważa się, że to on namalował pierwsze ikony Matki Bożej. Patron służby zdrowia i artystów.

☐ 22 X CZWARTEK

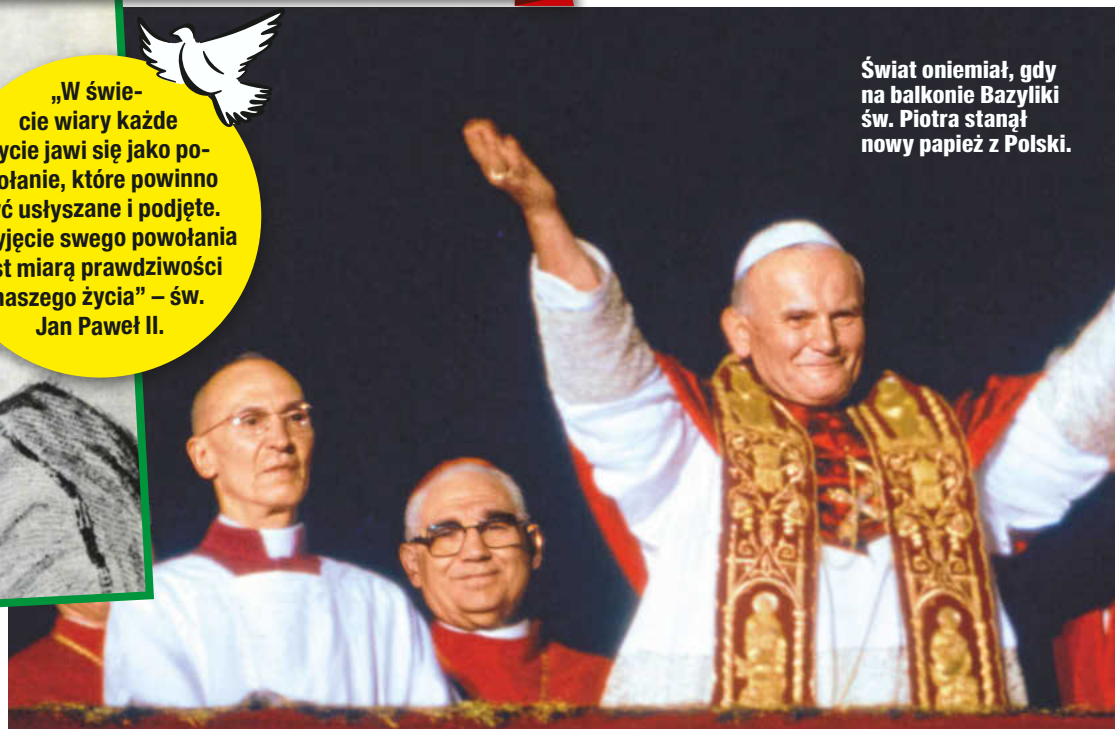
Św. Jana Pawła II. Odegrał kluczową rolę w procesie pokojowego obalenia komunizmu w Europie Środkowo-Wschodniej. Rekordową liczbą 104 zagranicznych podróży apostolskich nadał papiestwu wymiar globalny i zbliżył Kościół do milionów wiernych na całym świecie. Prekursor dialogu międzyreligijnego oraz inicjator Światowych Dni Młodzieży, które stały się stałym elementem duszpasterstwa młodych pokoleń.

eprasa.pl df733f1200



Polski wieszcz narodowy w 1848 roku pisał o słowiańskim papieżu.

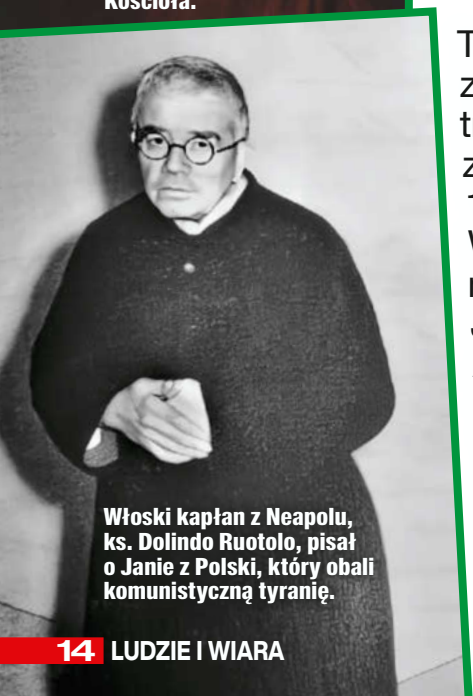
„W świecie wiary każde życie jawi się jako powołanie, które powinno być usłyszane i podjęte. Przyjęcie swego powołania jest miarą prawdziwości naszego życia" – św. Jan Paweł II.



Świat oniemiał, gdy na balkonie Bazyliki św. Piotra stanął nowy papież z Polski.



Stygmatyk św. ojciec Pio wiedział, że biskup z Krakowa stanie na czele Kościoła.



Włoski kapłan z Neapolu, ks. Dolindo Ruotolo, pisał o Janie z Polski, który obali komunistyczną tyranię.

Proroctw

O PAPIEŻU Z PO

To, że nasz rodak zasiądzie na tronie Piotrowym, zapowiadano już 130 lat wcześniej. Wieszczył to m.in. wielki poeta Juliusz Słowacki. Ale dopiero, kiedy Karol Wojtyła został papieżem, zrozumiano sens tych znaków.

To była prawdziwa sensacja! Pierwszy raz od 456 lat papieżem nie został włoski hierarcha. I pierwszy raz w dziejach stery Kościoła miał dzierżyć Słowianin. Nie byłby zaskoczony ten, kto odpowiednio interpretowałby proroctwa i znaki, które od lat to zapowiadały, ale pozostawały niezrozumiane lub zapomniane.

Nasz romantyczny wieszcz Juliusz Słowacki, 130 lat przed konklawe, w 1848 roku zapowiadał: „Pośród niesnasek Pan Bóg uderza/ W ogromny dzwon/ Dla słowiańskiego oto papieża/ Otworzył tron". I choć poeta pisał to w odniesieniu do ucieczki ówczesnego papieża Piusa IX z Rzymu w czasie trwającej wtedy Wiosny Ludów, to kolejne strofy też można odnieść do niezwykłego pontyfikatu Polaka: „On rozda miłość, jak dziś mocarze/ Rozdają broń/ Sakramentalną moc on pokaże/ Świat wziąwszy w dłoń". Sam Jan Paweł II odwoływał się czasem do słów poety o słowiańskim papieżu. Młody Karol Wojtyła, student polonistyki, z kolegą z roku, Juliuszem Kydryń-

eprasa.pl df733f1200

cki, o. Pio, ks. Dolindo





Figura Maryi w Ludźmierzu przechyliła się i wysunęło się berło, które złapał biskup Wojtyła.

a mówiły

LSKI

skim, natknęli się kiedyś w „Ilustrowanym Kurierze Codziennym" na pochodzącą z 1893 roku przepowiednię z Tęgoborzy. „Trzy rzeki świata dadzą trzy korony Pomazańcowi z Krakowa" – brzmiały tajemnicze słowa. – Popatrz, Karolu, ten „Pomazaniec z Krakowa" to na pewno ja! – powiedział Juliusz. Karol przytaknął. – Bardzo możliwe – uznał. A wtedy Juliusz zapytał przyszłego papieża: – „No a ty? Kim ty będziesz?"

Ten jednak milczał. Odpowiedź przyszła, gdy stanął na czele Kościoła: trzy korony – to tiara papieska, a trzy rzeki: Wisła, Tyber płynący przez Rzym i Skawa, nad którą leżą Wadowice.

OJCIEC PIO DAWNO O TYM WIEDZIAŁ

W 1962 roku przyjaciółka biskupa Wojtyły, Wanda Półtawska zachorowała na raka. Duchowny wysłał list do stygmatyka ojca Pio, który miał dary nadprzyrodzone, m.in. czytał w duszach, znał przyszłe wydarzenia i wypraszał cuda. „Wielebny Ojcze, proszę o modlitwę w intencji czterdziestoletniej matki czterech córek z Krakowa w Polsce (podczas ostatniej wojny przebywała pięć lat w obozie koncentracyjnym w Niemczech), obecnie ciężko chorej na raka i będącej w niebezpieczeństwie utraty życia: aby dobry Bóg przez wstawiennictwo Najświętszej Dziewicy okazał swoje miłosierdzie jej samej i jej rodzinie" – pisał biskup Karol Wojtyła. List, podobny do wielu innych docierających do San Giovanni Rotondo, odczytał zakonnikowi jego duchowy syn, świecki pracownik Sekretariatu Stanu – Angelo Battisti. Zaskoczyła go reakcja stygmatyka: – Angelino, jemu nie można odmówić. Zapewnij go, że będę się gorąco modlił za tę mamę – powiedział zagadkowo. A gdy wkrótce z Krakowa nadeszło podziękowanie, ojciec Pio poprosił, by zachować oba listy, bo „pewnego dnia będą bardzo ważne".

„Trzy rzeki świata dadzą trzy korony Pomazańcowi z Krakowa" „Pojawi się nowy Jan, który rozerwie kajdany"

Rok później biskup Karol Wojtyła był w sanktuarium maryjnym w Ludźmierzu na uroczystości koronacji łaskami słynącej Matki Bożej Ludźmierskiej. Czterej biskupi znosili po schodach feretron z figurą Maryi, który nagle się przechylił, a berło wysunęło się z Jej rąk. Nie upadło, bo w ostatniej chwili złapał je hierarcha z Krakowa. – Karolu, Maryja dzieli się z Tobą władzą – tak skomentował to celebrujący uroczystość prymas Polski kard. Stefan Wyszyński. Kilka miesięcy później (13 stycznia 1964 roku) ks. biskup Karol Wojtyła został arcybiskupem, metropolitą krakowskim, a 15 lat później – następcą świętego Piotra. Gdy po latach, w czerwcu 1997 roku Jan Paweł II przybył do Ludźmierza, wręczono mu wierną replikę berła, które kiedyś złapał w locie. Czas pokazał, że było zapowiedzią przełomowego pontyfikatu, który przebiegał pod znakiem zawierzenia Maryi, a Ona czuwała nad polskim papieżem. Ocaliła życie papieża podczas zamachu 13 maja 1981 roku – w dniu, gdy Kościół czci Matkę Bożą z Fatimy. Maryja zapowiedziała pontyfikat Polaka za pośrednictwem skromnego duchownego z Neapolu, ks. Dolindo Ruotolo, najbardziej znanego z modlitwy „Jezu, Ty się tym zajmij".

POLSKA UWOLNI ŚWIAT OD TYRANII

Włoski kapłan miał dary nadprzyrodzone i słyszał w duszy głos Jezusa i Maryi. Zapisywał ich przesłania na obrazkach, a potem rozdawał je tym, do których były skierowane. „Maryja do duszy" lub „Jezus do duszy" – brzmiały pierwsze słowa. Taki właśnie obrazek otrzymał mieszkający w Rzymie polski dyplomata, hrabia Witold Laskowski 2 lipca 1965 roku. „Maryja do duszy. Świat idzie ku zatracie, ale Polska, jak w czasach Sobieskiego, dzięki pobożności do Mojego serca będzie dzisiaj jak tamci w liczbie 20 tysięcy, którzy uratowali Europę i świat przed turecką tyranią" – te słowa przekazała Maryja, nawiązując do zwycięskiej bitwy pod Wiedniem w 1683 roku. „Polska uwolni świat od najstraszliwszej tyranii komunistycznej. Pojawi się nowy Jan, który w heroicznym marszu rozerwie kajdany i pokona granice narzucone przez komunistyczną tyranię" – brzmiało proroctwo. Nikt wtedy nie mógł powiązać zapowiedzi Jana z Polski z krakowskim biskupem Karolem. Obrazek trafił do rąk biskupa Pavla Hnilicy, który zamknął go w swoim sejfie z innymi dokumentami. Przypomniano sobie o nim dopiero, gdy proroctwo zaczęło się spełniać...

Fot.: East News (3), Adobe Stock, Wikimedia Commons

eprasa.pl df733f1200

Święte miejsce

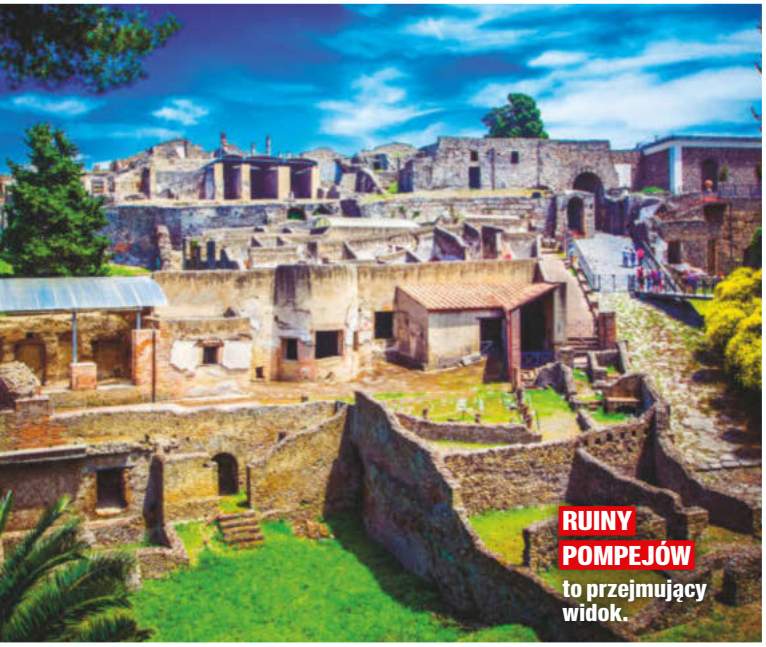
Pompeje
MIASTO RÓŻAŃCA

W cieniu ruin u stóp Wezuwiusza wznosi się bazylika Matki Bożej Różańcowej. Październik, miesiąc różańcowy, to szczególny czas, by zajrzeć do tego miejsca.



POMPEJE mocno doświadczyła historia i przyroda — wybuch wulkanu doszczętnie zniszczył miasto.

eprasa.pl df733f1200



RUINY POMPEJÓW to przejmujący widok.



BIAŁA FASADA bazyliki zwieńczona jest figurą Maryi.



NA OŁTARZU GŁÓWNYM znajduje się czczony obraz Matki Bożej Różańcowej, otoczony przedstawieniami tajemnic różańca.

W Pompejach od ponad 150 lat znajduje się sanktuarium odwiedzane przez pielgrzymów z całego świata. I choć mogłoby się wydawać, że jego historia jest częścią dziejów starożytnych Pompejów, jest zupełnie inaczej. Bazylika powstała dopiero w XIX wieku, a wraz z nią zaczęły rozwijać się współczesne Pompeje – obok tych, po których zostały ruiny.

SANKTUARIUM U STÓP WULKANU

W 1872 roku do Doliny Pompejańskiej przyjechał Bartolo Longo, młody prawnik. Gdy zobaczył biedną, zaniedbaną okolicę, postanowił poświęcić się jej mieszkańcom. Zaczął uczyć ich modlitwy różańcowej i organizować pomoc dla najuboższych. Wkrótce pojawił się pomysł budowy kościoła poświęconego Matce Bożej Różańcowej.

W 1875 roku do Pompejów trafił obraz Matki Bożej Różańcowej. Był w kiepskim stanie i wymagał odnowienia, ale szybko otoczyli go wierni. Wkrótce zaczęły napływać ofiary na budowę świątyni. Kamień węgielny położono w 1876 roku. Rosnąca liczba pielgrzymów sprawiła, że w latach 30. XX wieku świątynię rozbudowano do obecnego kształtu.

Dziś uwagę przyciąga przede wszystkim monumentalna fasada, zwieńczona ponadtrzymetrową figurą Matki Bożej Różańcowej. Longo chciał, by była także symbolem pokoju. Świątynia kryje bogate, ale harmonijne wnętrze: marmury, freski, mozaiki i liczne kaplice. Najważniejszy jest oczywiście obraz Madonny z Dzieciątkiem, znajdujący się przy ołtarzu głównym. Maryja podaje różaniec św. Katarzynie ze Sieny, a Jezus – św. Dominikowi. Obraz otaczają przedstawienia tajemnic różańca.

Różańcowy motyw powraca w całej bazylice. W bocznych ołtarzach znajdują się bogate mozaiki przedstawiające tajemnice różańca, a nad główną nawą można zobaczyć fresk ukazujący ukoronowanie Maryi – ostatnią z tajemnic chwalebnych.

WOKÓŁ TAJEMNIC RÓŻAŃCA

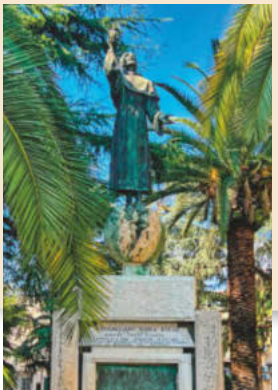
Październik ma tu szczególne znaczenie. W pierwszą niedzielę miesiąca, w południe, przed fasadą bazyliki odmawiana jest uroczyście modlitwa błagalna do Matki Bożej Różańcowej, napisana przez Longo w 1883 roku. By modlić się, zanosić prośby i powierzać Maryi swoje intencje przyjeżdżają pielgrzymi z całych Włoch i ze świata. Wciąż jednak największym magnesem Pompejów są antyczne ruiny. Ulice, domy i kolorowe freski pozwalają zajrzeć w codzienność rzymskiego miasta, które pewnego dnia po prostu przestało istnieć.

Ale historia Pompejów się nie skończyła. Wieki po erupcji Wezuwiusza w tej samej dolinie powstało nowe miasto. Starożytne Pompeje przypominają o świecie, który przeminął, współczesne zaś żyją modlitwą i nadzieją.



MOZAIKA przedstawia drugą tajemnicę bolesną – biczowanie Pana Jezusa.

Maksymilian Maria Kolbe



Przed bazyliką stoi także pomnik św. Maksymiliana Kolbego, który w 1919 roku odwiedził pompejańskie sanktuarium i był szczególnie związany z kultem Matki Bożej Różańcowej. Ojciec Kolbe był w Pompejach krótko po odzyskaniu przez Polskę niepodległości. Pamiątka jego wizyty jest jednym z polskich śladów w sanktuarium.

Fot.: Adobe Stock (6)

eprasa.pl df733f1200

KRZYŻÓWKA NR 1

Krzyżówki z

Św. Juda Tadeusz

Był jednym z Dwunastu Apostołów i krewnym Jezusa, odróżnianym od Judasza Iskarioty. W Ewangelii św. Jana pojawia się podczas Ostatniej Wieczerzy, gdy pyta Jezusa: „Panie, cóż się stało, że nam się masz objawić, a nie światu?”. Po Zesłaniu Ducha Świętego, według tradycji, głosił Ewangelię w Palestynie, Syrii, Egipcie i Mezopotamii, niekiedy razem ze św. Szymonem. Przypisuje mu się autorstwo Listu św. Judy. Zginął śmiercią męczeńską, a Kościół wspomina go 28 października. Jest czczony jako patron spraw trudnych i beznadziejnych.

TRUDNOŚĆ ★★★★★

szacunek, cześć / towarzyszy ospie
ośla cecha
sznur kowboja
święto patrona parafii
zgiełk na ulicy
opłata targowa
świadectwo jakości
kształt jajka
głos Carrerasa
... na bungee
1
tłum, gromada
kruche ciasto z nadzieniem
zmiękcza wodę / wpływy z handlu
Greczynka ze stolicy / szaniec
pomarańcza, mandarynka
powieść Franza Kafki
6
Mururoa lub Midway
tłuszcz z wieloryba
9
sojowy twarożek
gniazdko elektryczne
po jesieni / dawny młyn
może być rzucone na wiatr
kajakowa impreza
rozkaz, polecenie
ślad stopy zwierzęcia
rożny to korner
ważna osobistość
piłka za boiskiem
5
zamiar, pomysł
4
cukrowy puch / przerost tarczycy
podpora chmielu
atrakcja Sopotu
konkurent, przeciwnik
leżakuje w beczkach
sklepowy mebel
przedmiot na ołtarzu
8
w paszporcie
7
końskie podkute
rozśmiesza na arenie
runda rozmów
lżejszy od cegły
krótka, cienka linia
górnik przodowy
brzęczyk / na dwoje ... wróżyła
energia, chęć do pracy
nożyce ogrodowe
nadawane na chrzcie
do wiązania przy ubraniu
starszy pasterz owiec
zabawa po pachy
odmiana kredy
jego igły nie opadają na zimę
Wirginia albo Ohio
wybryk, wyskok
zefir, monsun / zielona na boisku
świątynia baptysty
sprawdzian
3
2
pisemny przekaz pieniężny do banku
kompromitacja
z wielkim ekranem
obraz bez wartości
wykładana na ławę
cieknie w kuchni

Litery z ponumerowanych kratek utworzą rozwiązanie

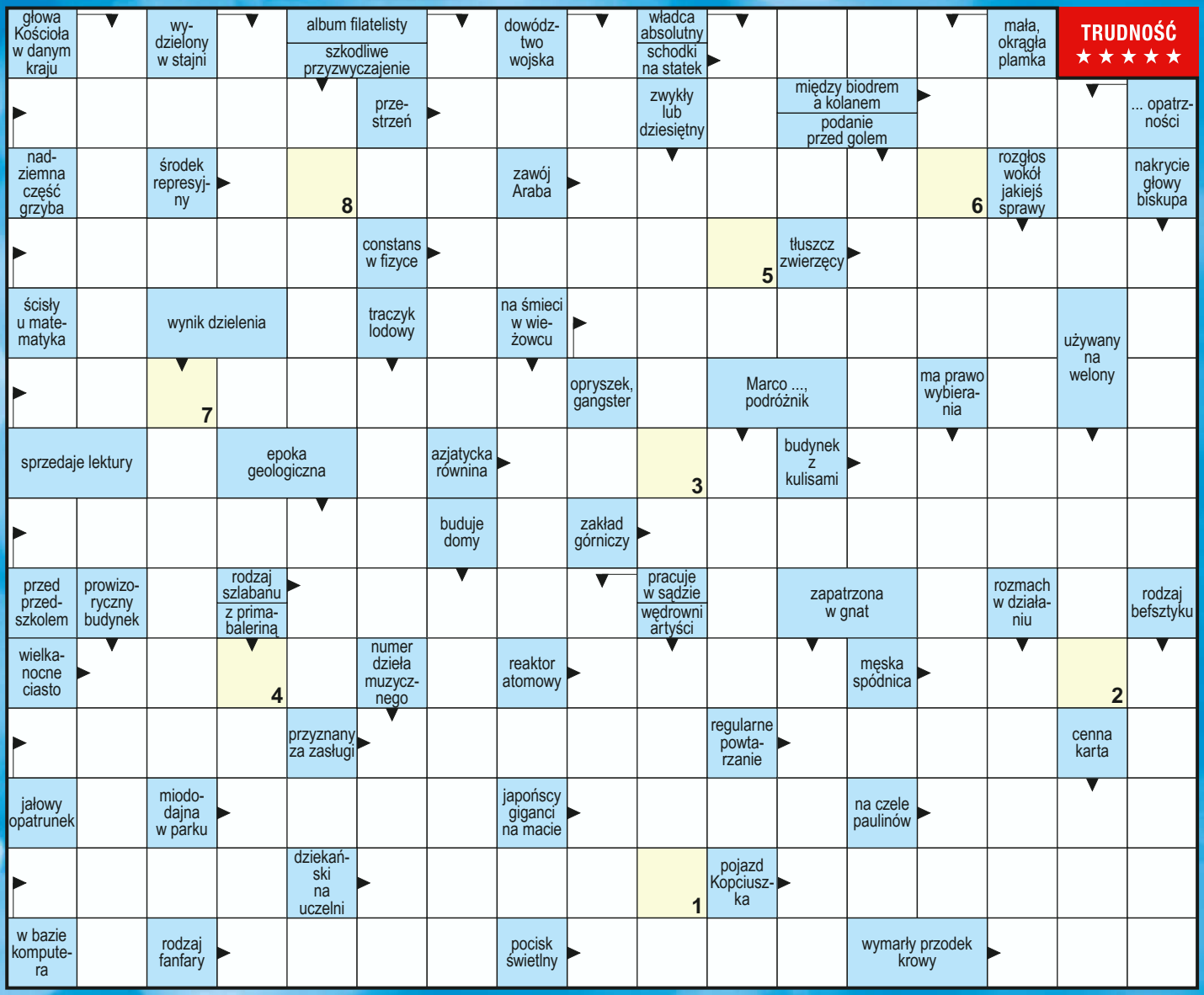
1	2	3	4	5	6	7	8	9

Fot. Shutterstock

eprasa.pl df733f1200

patronem

KRZYŻÓWKA NR 2



Litery z ponumerowanych kratek utworzą rozwiązanie

1	2	3	4	5	6	7	8

MODLITWA DO ŚWIĘTEGO JUDY TADEUSZA

Święty Judo Tadeuszu, Apostole Chrystusa i patronie spraw trudnych, z ufnością zwracam się do Ciebie w mojej potrzebie. Ty, który wiernie głosiłeś Ewangelię i oddałeś życie za Chrystusa, wstawiaj się za mną u Boga. Proszę Cię, wyproś mi łaskę wiary, nadziei i cierpliwości, abym nie poddawał się zwątpieniu, lecz z ufnością przyjmował wolę Bożą. Pomóż mi dostrzegać Bożą obecność także w trudnościach i zachować pokój serca. Jeśli moja prośba jest zgodna z wolą Boga i służy mojemu dobru, uproś jej spełnienie. A jeśli Pan prowadzi mnie inną drogą, wyjednaj mi siłę, mądrość i odwagę, bym umiał ją przyjąć. Święty Judo Tadeuszu, módl się za mną. Amen.

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

eprasa.pl df733f1200

Krzyżówki z

KRZYŻÓWKA NR 3



Litery z ponumerowanych kratek utworzą rozwiązanie

1	2	3	4	5

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

eprasa.pl df733f1200

nagrodą

Wygraj książkę

„Spowiedź na 5”. 3 egzemplarze rozlosujemy po nadesłaniu kuponów!

KRZYŻÓWKA NR 4

TRUDNOŚĆ ★★★★★

polski taniec ludowy		samiec owcy, tryk		nocne widziadło		sportowiec na emeryturze		wielka uroczystość / przedsionek, weranda		zajmuje się spławem drewna		z wójtem na czele				
					9	... Ochrony Przyrody			5						... rzymski, przyprawa	
konsylium		bodzie nimi koza		dynastia / fach, profesja				forma turystyki wysokogórskiej								
niechęć, pretensja						Włoszka na polskim tronie				stosowany w lodówkach		odmiana hodowlana			pasek wokół hełmu	
					dziany kostium gimnastyczny			udział w zawodach		władca starożytnego Egiptu				3		
podobna do kruka	sterta dokumentów		wpuszcza masę do formy / 100 lat											zejście z linii kursu		klejona lepikiem
			2			kij służący do podpierania się			lecznicza woda	kinowa z widzami		drapieżny czyścioch / rupieciarnia				
kołdra turysty		sielanka / na nim głowa							carskie zesłanie					4		
	8			tam sprzedaje farmaceuta		kulisy wiedzy tajemnej							zbiorcza na dachu		zasłona z grubej tkaniny	
polska nagroda literacka						powstaje w hucie / anonsuje koncert				7	element karoserii / płaczek, mazepa					
czekoladowy proszek / zapłacisz nim we Francji		opierzony i lata / tworzywo na obicia						stado koni / majątek ziemski						dawniej usypiał		formacja piłkarska
					portugalska pieśń ludowa					wrażliwy na piękno						
czytany przez lektora		czapka z czworokątnym daszkiem		6			zatopiony statek					daje stały dochód				
					kopa siana					skąpiec, liczykrupa				1		
nie ma pnia		muzyka Urszuli Dudziak					dobra zawsze w cenie					mocny napój alkoholowy				

Rozwiązania z nr 9/2026 Krzyżówka nr 1: KROPIDŁO; krzyżówka nr 2: SAKRAMENT; krzyżówka nr 3: MEDALIK; krzyżówka nr 4: CHRZEST.

Litery z ponumerowanych kratek utworzą rozwiązanie

1	2	3	4	5	6	7	8	9

Wygraj swoją książkę!

Rozwiązanie wpisz na kupon (str. 46) i wyślij na karcie pocztowej na adres redakcji. Termin – do 02.11.2026 r. Nazwiska laureatów podamy w numerze 12/2026. Regulamin na stronie www.regulaminy.pl i u organizatora. Książki z numeru 8 otrzymują: Artur Barylski, Inowrocław; Antoni Marciniak, Gliwice; Zofia Przeździecka, Ostrów Mazowiecki.



Książka ks. Sebastiana Picura przybliża pięć warunków dobrej spowiedzi. Krok po kroku pokazuje, jak przygotować się do sakramentu i głęboko go przeżyć. Zwięzły, nowatorsko opracowany, a jednocześnie wierny nauczaniu Kościoła katolickiego praktyczny poradnik może się stać realną pomocą w pojednaniu z Bogiem, sobą i drugim człowiekiem.

eprasa.pl df733f1200



Matka Boża del Pilar znajduje się w sanktuarium w Saragossie. Jest patronką Hiszpanii, wielkim kultem otaczają Ją także mieszkańcy Ameryki Południowej.



Obraz przedstawiający cud, którego pewnej nocy doświadczył Miguel Pellicer. Jego amputowana noga odrosła.

Słowo dla Ciebie

„Idąc za Nią, nie zbłądzisz. Modląc się do Niej, nie zwątpisz. Myśląc o Niej, nie zmylisz się. Jej się trzymając, nie zginiesz. Pod Jej opieką nie doznasz lęku” – św. Bernard z Clairvaux.

Amputowana noga odrosła

CUD MATKI BOŻEJ de Pilar

Chirurg, który uciął Miguelowi nogę, nie mógł uwierzyć, że kończyna odrosła! Ten cud mężczyzna zawdzięczał Matce Bożej de Pilar – co dzień smarował kikut olejem z lampek palących się wokół Jej wizerunku.

Miguel Juan Pellicer był biednym i pobożnym chłopem, analfabetą. Gdy miał dwadzieścia lat, zasnął z lejcami w dłoniach i spadł z wozu, a przednie koło zmiażdżyło mu nogę. Był 29 marca 1640 roku. Miguel spał na podłodze w domku rodziców okryty zbyt krótkim płaszczem. Od trzech lat cierpiał z powodu amputacji nogi tuż pod kolanem. Rana się nie goiła. Gdy w nocy do izby weszła jego mama, poczuła piękny zapach, a potem dostrzegła... obie nogi syna wystające spod okrycia! Zaczęła krzyczeć, postawiła na nogi cały dom. Nikt nie mógł uwierzyć w to, co się stało.

AŻ DO SKOŃCZENIA ŚWIATA

Zanim Miquel wrócił do rodziców, co dzień żebrał pod sanktuarium Matki Bożej del Pilar w Saragossie. Zbudowano je w miejscu, gdzie Maryja objawiła się świętemu Jakubowi. Apostoł przybył do Hiszpanii głosić naukę Chrystusa, ale nikt nie chciał go słuchać. Zebrał tylko ośmiu uczniów i załamany chciał już wracać do Palestyny. Wtedy to, 2 stycznia 40 roku, na polu pełnym śmieci i odpadków, pojawiła się jasność i ukazali się aniołowie, którzy nieśli kolumnę (po hiszpańsku: pilar) z Matką Bożą. – Synu mój, to miejsce jest przeznaczone do oddawania mi czci. Dzięki tobie na moją pamiątkę ma tu być wzniesiony kościół. Kolumna ta ma stać tutaj aż do skończenia świata – powiedziała Maryja.
Miguel znał tę historię, darzył wielką czcią Matkę Bożą del Pilar i co wieczór smarował kikut olejem z lampek palących się wokół kolumny. Potem wrócił do rodziców. Żył z jałmużny, jeździł na osiołku po okolicznych wsiach, pokazywał kikut i prosił o datki, dlatego wszyscy go znali. Kiedy odrosła mu noga, wszyscy byli zdumieni.

CHIRURG PRZEŻYŁ SZOK

Wieść o cudzie rozniosła się lotem błyskawicy, zwołano specjalną komisję, przesłuchano wielu świadków.
25 kwietnia 1640 roku Miguel z rodzicami wybrał się do Saragossy, by podziękować Matce Bożej del Pilar. Szok przeżył profesor Estanga, chirurg, który go operował i przez 2 lata opatrywał ranę. Proces i przesłuchania świadków potwierdziły cud. Miguel pracował w sanktuarium jako pomocnik organisty i opiekun lampek oliwnych. Odszedł do domu Ojca w święto Matki Bożej del Pilar – 12 października 1654 roku.

Fot.: www.casavirgendelpilar.com (2)

eprasa.pl df733f1200

POD OPIEKĄ Gwiazdy Morza

Swarzewska Madonna nazywana jest między innymi Królową Polskiego Morza, ale nie każdy wie, że Maryjny kult sięga tu jeszcze odległych czasów przed reformacją…



Swarzewo jest pięknie położone nad Zatoką Pucką.



Swarzewo słynie też ze studzienki znajdującej się w Kapliczce Matki Boskiej. Czerpanej stąd wodzie pielgrzymi przypisują właściwości uzdrawiające.



Późnogotycka figura Matki Bożej Swarzewskiej została wykonana przez nieznanego autora z drewna lipowego.

Swoje królowanie oficjalnie rozpoczęła przed drugą wojną światową, bo uroczysta koronacja na Królową Polskiego Morza, poświadczona specjalnym dekretem papieża Piusa XI, odbyła się w obecności ponad 50 tysięcy wiernych 8 września 1937 roku. Co ciekawe o wcześniejszych koronach, prawdopodobnie będących dziękczynnymi wotami za wyproszone łaski, wspominano już w XVIII-wiecznych źródłach. Niestety, opisywane tam korony zostały skradzione w 1936 roku. Ale pod opiekę Matki Bożej miejscowi rybacy oddawali się tutaj już od wielu stuleci, a o zamierzchłych początkach tego kultu opowiada wiele miejscowych podań i legend.

NA NIC SZTORMY, NA NIC WROGOWIE…

Jedna z przekazywanych z pokolenia na pokolenie opowieści mówi o pewnym tonącym podczas straszliwego sztormu żaglowcu, którego załoga, widząc już niemal oblicze rychłej śmierci, żarliwie modliła się przed okrętową figurą Matki Bożej, prosząc o cudowne ocalenie. Kiedy przeżyli starcie z żywiołem, mieli figurę pozostawić nieopodal wiejskiej studzienki, by tak upamiętnić to wydarzenie... A promienie, które rzeźba zaczęła wokół siebie roztaczać, sprowadziły tu rybaków ze Swarzewa i okolic, którzy postawili tu kapliczkę i czcili Najświętszą Panienkę z Dzieciątkiem. Jednak w połowie XV wieku przeniesiono ją do do kościoła pw. Świętych Apostołów Piotra i Pawła w Helu. Kiedy helska parafia przeszła w ręce protestantów, figurkę wystawiono z kościoła. I tu znowu głos oddajmy legendzie, według której wrzucono ją w morskie odmęty, a ona mimo odległości... trafiła z powrotem do Swarzewa! Jego mieszkańcy podkreślają, że ich Madonna wielokrotnie wychodziła cało z opresji, czy to podczas ataków Szwedów czy wówczas, gdy gestapo poszukiwało rzeźby, by wywieźć ją w głąb Rzeszy, czy to, gdy była narażona na działania złodziei...

O ŁASKI PROSZĄ JĄ NIE TYLKO LUDZIE MORZA

Tyle głoszą legendy, a co o wyrzeźbionej w lipowym drewnie Madonnie Swarzewskiej mówią historycy sztuki? Otóż datują oni powstanie figury na pierwszą połowę XV wieku. Ich zdaniem, pochodzi ona z tego samego warsztatu, co ołtarz św. Jakuba z Bazyliki Mariackiej w Gdańsku oraz rzeźba Matki Bożej w Rumii. Co ciekawe, kult Gwiazdy Morza z czasem tak się rozwinął, że w okresie międzywojennym niemal wszystkie statki i okręty zostały wyposażone w plakietki z Jej wizerunkiem. Dzisiaj również Opiekunka Rybaków i Patronka Żeglarzy otoczona jest należną Jej czcią, a pielgrzymują do Niej nie tylko ludzie morza. Oprócz licznych pielgrzymów z całej Polski zaglądają tu również turyści zmierzający na Półwysep Helski nie tylko w czasie wakacji....

ADAM PIOSIK

Fot.: East News (2), Reporter

eprasa.pl df733f1200



eprasa.pl dl73311200

Matka Boża Swarzewska

ludzie i wiara
ŻYCIE • WARTOŚCI • NADZIEJA



eprasa.pl dl73311200

Najświętsza Maryja Panna jest naszą Orędowniczką – dlatego z ufnością zanośmy do Niej nasze intencje, by przedstawiła je Synowi.

Modlitwa do Matki Bożej Swarzewskiej

Matko Boska Swarzewska,
Królowo Polskiego Morza,
Maryjo, Matko Zbawiciela,
jak latarnia morska pośród ciemności
i burzy wskazujesz nam zawsze
właściwy kierunek
drogi do Jezusa.

Powierzamy Ci wszystkich
ludzi morza.
Marynarzom daj szczęśliwe rejsy,
a rybakom obfite połowy.
Strzeż ich nie tylko na morzu,
ale i w bogatych portach.
Amen.

Modlitwa do Matki Bożej od spraw niemożliwych

Matko Boża, opiekunko
wszystkich, którzy się źle mają,
bardzo dziś potrzebuję Twojego
wstawiennictwa.
Nie ma nikogo bardziej pewnego
od Ciebie, że Bóg jest wszechmocny
i że nie ma dla Niego nic niemożliwego.
Nie ma też nikogo wśród ludzi,
kto bardziej kochałby każdego człowieka
i chciał jego dobra, niż Ty.

To Ty, kiedy moje sprawy idą
nie tak, wstawiasz się za mną,
gdy tylko Cię o to poproszę.
Mam w sobie pewność, że możesz
mi pomóc także w tym problemie,
który dziś niemal mnie zwycięża.
Ty widzisz cały smutek, ból, złość
i rozgoryczenie, które mam
w sercu, i zniechęcenie, które mnie
ogarnia w moim kryzysie.

Błagam Cię, wyproś mi łaskę,
by Bóg wyrwał mnie z mojego
trudnego położenia.
Podpowiedz mi, jak zmienić siebie
i moje nastawienie do problemów.
Wstaw się za mną, by ten kryzys,
przez który przechodzę
i który mi się wydaje niemożliwy
do pokonania, stał się dla mnie otwierającym momentem życia.

Pomóż mi rozwiązać ten życiowy węzeł,
który wygląda teraz na niemożliwy
do rozwiązania.

Maryjo, Ty uważnie słuchasz
wszystkich słów, które ludzie
do Ciebie wypowiadają.
Dziękuję, że przyjmujesz
także słowa mojej modlitwy.
Wiem, że dla mojego dobra
zaczniesz działać, wypraszając mi
taką łaskę, która teraz jest najbardziej
mi potrzebna. I że przypilnujesz mnie,
by ta łaska się nie zmarnowała.

Proszę, prowadź mnie swoją mądrością
i miłością do rozwiązania tego,
co mnie przerasta, zgodnie z Bożą wolą.
Przedstaw Jezusowi moją gorącą
prośbę, którą do Ciebie przynoszę
z przekonaniem, że Twój Syn
niczego Ci nie odmówi,
co ma przynieść dobro w moim życiu.
Wyproś mi jasność myśli, pocieszenie
i mądrość rozwiązań, które wyprowadzą
mnie wreszcie na prostą.

Razem z Tobą chcę uwielbiać Boga
za to, że dla Niego nie ma
nic niemożliwego
i czyni wielkie rzeczy dla wierzących
w Niego ludzi. Amen!

Fot. na str. 24-25: Forum

eprasa.pl df733f1200

SIŁA NATURY.
PROSTO ZE SKAŁY.



DOSTĘPNY W APTEKACH I ZIELARNIACH

Zacznij dzień z uczuciem świeżości, które zostaje z Tobą na dłużej.

Super Deo to naturalny dezodorant ze skały – prosty, elegancki, uniwersalny. Bezzapachowy, dla Niej i dla Niego.

Mała forma, która staje się częścią Twojego codziennego rytuału.

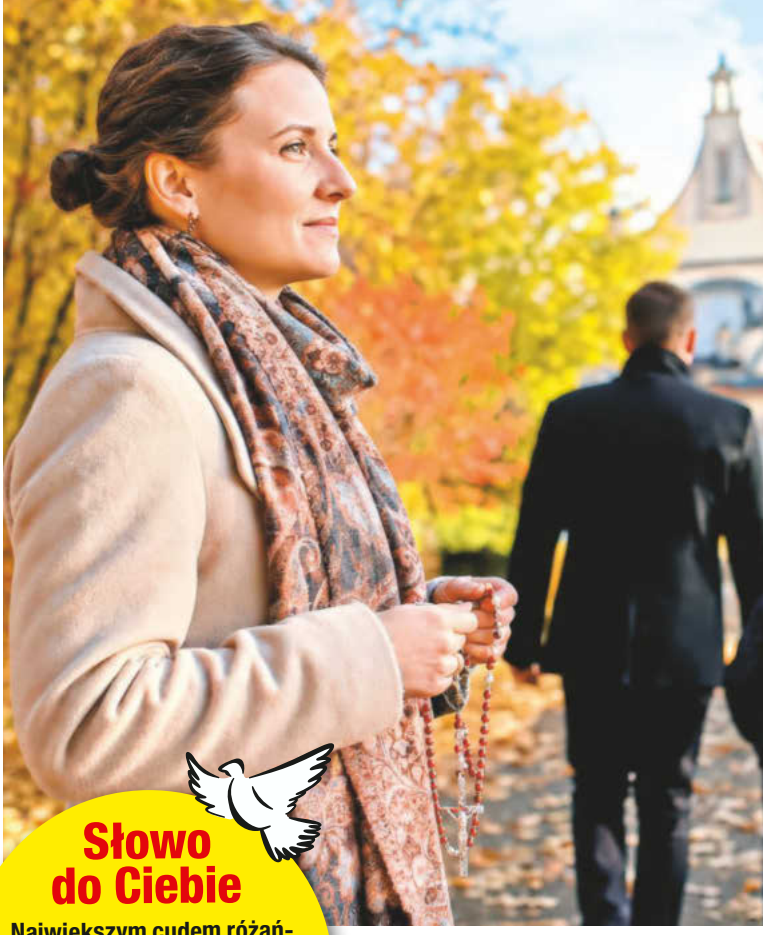
Reutter – *ponad 100 lat zaufania. Dostępny w aptekach i zielarniach.*

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL, ul. Dąbrowskiego 5, 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl

eprasa.pl df733i1200

7 pytań o modlitwę różańcową

Październik jest szczególnym miesiącem różańcowym, który ma pomóc wiernym odkryć tę modlitwę na nowo. Ale warto sięgać po nią przez cały rok.



Słowo do Ciebie

„Największym cudem różańca nie jest to, że otrzymujemy wszystko, o co prosimy. Największym cudem jest to, że po pewnym czasie zaczynamy pragnąć tego, czego pragnie Bóg”.

Jan Paweł II pisał, że różaniec powinien wejść w codzienny rytm życia, towarzysząc nam w chwilach radości, troski i doświadczenia. To codzienna szkoła patrzenia na Jezusa oczami Maryi, a nie sezonowe nabożeństwo.

1 PO CO WŁAŚCIWIE ODMAWIA SIĘ RÓŻANIEC?

Żeby nie zgubić Jezusa w hałasie własnego życia. Świat bez przerwy walczy o naszą uwagę i bombarduje informacjami. Różaniec zmusza do zatrzymania. Bierzesz do ręki paciorki, zwalniasz oddech i przez kilkanaście minut nie uciekasz od jednej myśli do drugiej. Ale nie chodzi tylko o uspokojenie. Różaniec nie jest chrześcijańską techniką relaksacyjną. Jest modlitwą, podczas której człowiek wchodzi w wydarzenia z życia Jezusa i próbuje spojrzeć przez nie na własne życie. Jan Paweł II nazwał go „streszczeniem Ewangelii”. To bardzo trafne określenie: w różańcu przechodzimy od narodzenia Chrystusa, przez Jego nauczanie i mękę, aż do zmartwychwstania.

2 CO ON MA ZMIENIAĆ W RELACJI Z BOGIEM?

Różaniec pomaga patrzeć na własne radości, lęki, cierpienia i nadzieje w świetle Ewangelii. Uczy od Maryi słuchania Boga, zgody na Jego wolę oraz wrażliwości na drugiego człowieka. Jeśli więc codziennie rozważam nawiedzenie Elżbiety, a nigdy nie zauważam człowieka potrzebującego pomocy, to czegoś w tej modlitwie nie zrozumiałem. Maryja po zwiastowaniu nie zamknęła się w domu, by celebrować własne wybranie. „Poszła z pośpiechem” do Elżbiety (Łk 1,39). Podobnie jest z tajemnicami bolesnymi. Nie można naprawdę rozważać cierpienia Jezusa i pozostawać obojętnym na krzywdę człowieka. Modlitwa, która nie prowadzi do miłości, przebaczenia, odwagi i służby, wymaga uczciwego rachunku sumienia. Różaniec zmienia życie nie dlatego, że posiada magiczną moc, lecz dlatego, że dzień po dniu stawia człowieka wobec Jezusa. Z czasem zaczynamy bowiem upodabniać się do Tego, na którego długo i z miłością patrzymy.



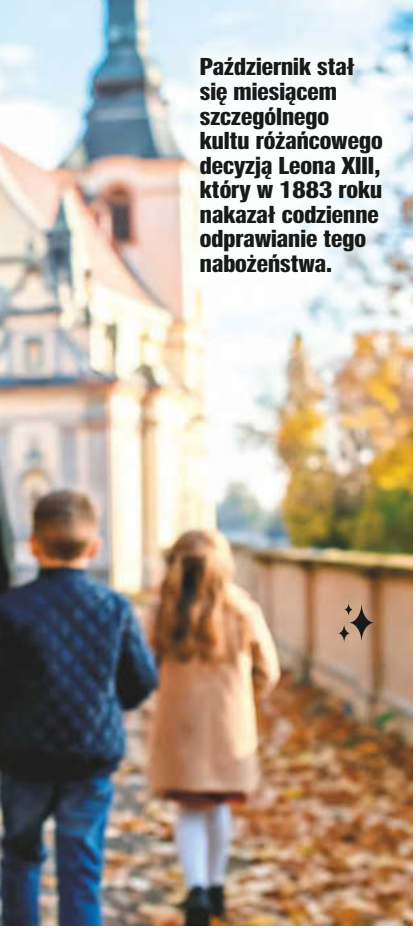
Odmawiać różaniec można wszędzie. Ważne jednak, by działo się to w rytmie spokojnej modlitwy i refleksji.

3 JAK ROZWAŻAĆ TAJEMNICE, JEŚLI NIE UMIEM MEDYTOWAĆ?

W Ewangelii czytamy, że Maryja „zachowywała wszystkie te sprawy i rozważała je w swoim sercu”. Medytować to po prostu zatrzymać się przy wydarzeniu z życia Jezusa, szukać jego znaczenia i pytać, co przez nie Bóg mówi dzisiaj do mnie. Kiedy więc, np. modlę się tajemnicą narodzenia Jezusa, próbuję zobaczyć Betlejem: ubóstwo, brak miejsca, bezbronne Dziecko. Następnie pytam, gdzie w moim życiu brakuje miejsca dla Boga i człowieka. Jeśli podczas tajemnicy Ogrójca myślę o swojej chorobie, lęku czy trudnej rozmowie, nie muszę uważać tego za katastrofę. Mogę zobaczyć obok siebie Jezusa, który również doświadczał strachu i samotności. Wtedy moje życie spotyka się z Ewangelią. I właśnie o to chodzi. Najprostszą formą rozważenia tajemnicy jest uświadomienie sobie co się wydarzyło i co to ma wspólnego z moim życiem. Skąd brać krótkie rozważania do tajemnic? Najlepszym źródłem jest sama Ewangelia, ale istnieją też sprawdzone inspiracje: rozważania świętych i papieży, teksty publikowane np. przez Vatican

Fot.: Adobe Stock (3), materiały redakcyjne/AI

eprasa.pl df733f1200



Październik stał się miesiącem szczególnego kultu różańcowego decyzją Leona XIII, który w 1883 roku nakazał codzienne odprawianie tego nabożeństwa.



Aby znaleźć aplikację do modlitwy różańcowej, najlepiej skorzystać z oficjalnych sklepów z aplikacjami na swoim smartfonie. Są one bezpłatne.

Różaniec z aplikacji też się liczy?

Tak, różaniec w telefonie lub aplikacji jest jak najbardziej w porządku. Telefon może pomagać w odmawianiu modlitw, przypominać tajemnice, podawać fragmenty Ewangelii albo prowadzić rozważania. Nie jest ważne, czy trzymasz w dłoni tradycyjny różaniec, czy korzystasz z aplikacji, lecz czy naprawdę zwracasz serce ku Bogu.
Trzeba tylko uważać, żeby powiadomienia i inne treści nie rozpraszały modlitwy. Warto więc wtedy włączyć tryb „nie przeszkadzać". Aplikacja ma być pomocą w spotkaniu z Jezusem, a nie kolejnym ekranem, który pochłania uwagę.

News, DEON.pl czy miesięcznik „Różaniec" wydawany przez Siostry Loretanki. Dobre rozważanie nie zasłania Ewangelii, ale pomaga zobaczyć ją we własnym życiu.

4 CO ODPOWIEDZIEĆ, GDY KTOŚ MÓWI, ŻE „POWTARZANIE ZDROWAŚ MARYJO" TO „PUSTE KLEPANIE"?

Każda modlitwa może stać się mechanicznym obowiązkiem. Można ustami wypowiadać święte słowa, a myślami układać listę zakupów. Ks. Józef Kudasiewicz pisał wręcz, że różaniec pozbawiony kontemplacji staje się jak „ciało bez duszy". Powtarzanie może być jednak językiem miłości. Kochająca matka nie mówi dziecku: „Powiedziałam ci już kiedyś, że cię kocham, więc nie będę się powtarzać". Jan Paweł II porównał różaniec do miłości, która powraca do ukochanej osoby i za każdym razem wypowiada podobne słowa z nową czułością.

5 CZY MOŻNA ODMAWIAĆ RÓŻANIEC W BIEGU – W AUTOBUSIE, AUCIE, NA SPACERZE?

Różaniec nie jest związany z jednym miejscem ani określoną postawą ciała. Można go odmawiać wszędzie. Jan Paweł II zachęca, aby przeżywać go „w kontekście codziennego życia" i przypomina o wezwaniu do nieustannej modlitwy. Trzeba jednak pamiętać, że różaniec jest przede wszystkim kontemplacją Chrystusa z Maryją, a nie tylko wypowiadaniem kolejnych „Zdrowaś Maryjo". Dlatego spokojne miejsce i skupienie pomagają przeżyć go głębiej, ale ich brak nie czyni modlitwy nieważną czy bezwartościową. Granicę między „modlitwą w codzienności" a brakiem szacunku wyznacza postawa serca i sposób traktowania modlitwy, szczególnie gdy świadomie sprowadzamy różaniec do bezmyślnego „zaliczania" słów i nie próbujemy nawet zwrócić serca ku Bogu. Jan Paweł II ostrzega, że bez kontemplacji różaniec może stać się „bezmyślnym powtarzaniem formuł". Czasem lepiej odmówić w drodze jedną dziesiątkę świadomie niż cały różaniec bez najmniejszej uwagi tylko po to, aby „zaliczyć" modlitwę.



Czasem wystarczy jedno zdanie Ewangelii i proste pytanie: „Co Bóg chce mi dzisiaj przez to wydarzenie powiedzieć?", by znaleźć inspirację do rozważań.

6 JAKIE SĄ OBIETNICE RÓŻAŃCOWE I JAK JE ROZUMIEĆ, ŻEBY NIE POPAŚĆ W MYŚLENIE ŻYCZENIOWE?

Mówią one m.in., że człowiek modlący się wytrwale: otrzyma potrzebne łaski i szczególną opiekę Maryi; znajdzie pomoc w walce z grzechem; będzie umacniany w wierze podczas cierpienia i pokus; otrzyma pomoc w godzinie śmierci; zostanie poprowadzony drogą wytrwania ku zbawieniu. Nie są jednak magiczną gwarancją, że Bóg spełni każde nasze życzenie tylko dlatego, że odmówiliśmy różaniec. Jan Paweł II uczył, że różaniec prowadzi przede wszystkim do kontemplowania Chrystusa, przyjmowania Jego łaski i upodabniania się do Niego. Nie chodzi więc o to, że po odmówieniu określonej liczby modlitw Bóg spełni każde życzenie. Najważniejszą obietnicą różańca jest to, że człowiek, który modli się szczerze, pozwala Bogu przemieniać swoje serce.

7 JAK ZACHĘCIĆ DZIECI DO RÓŻAŃCA?

Warto zacząć od jednej dziesiątki i nie nakładać od razu wielkich zobowiązań. Można przeczytać krótki fragment Ewangelii, pozwolić dziecku wybrać intencję, chwilę pomilczeć, a następnie spokojnie odmówić „Ojcze nasz", dziesięć „Zdrowaś Maryjo" i „Chwała Ojcu". Dobrze także powierzyć dzieciom proste zadania: zapalenie świecy, pokazanie obrazu danej tajemnicy czy prowadzenie części modlitwy. Najważniejszy jest przykład rodziców oraz atmosfera spokoju, a nie kontrolowanie i rozliczanie. Jedna dziesiątka odmówiona wspólnie i sercem może znaczyć więcej niż cały różaniec wypowiedziany w pośpiechu i napięciu. Różaniec nie jest wyścigiem ani testem pobożności. Ma pomóc dziecku odkryć, że modlitwa jest spotkaniem z Jezusem, a nie kolejnym obowiązkiem.

KS. PRZEMYSŁAW KAWECKI

eprasa.pl df733f1200

Ten medalik CHRONI PRZED ZŁEM

W ostatnich dziesięcioleciach stał się niezwykle popularnym znakiem naszej przynależności do wspólnoty wierzących. Warto więc wiedzieć, czym jest.

Nasze życie powinno być oparte na sakramentach – widzialnych znakach niewidzialnej łaski, dzięki której wzrastamy w wierze (KKK 1084).
Do ich przyjęcia przygotowują nas sakramentalia, czyli błogosławieństwa, woda święcona, sól egzorcyzmowana, poświęcone dewocjonalia. Same w sobie nie przynoszą skutków duchowych – przynosi je dopiero modlitwa Kościoła i nasza wiara. Takim sakramentalium jest też medalik św. Benedykta, który w połączeniu z wiarą i modlitwą stanowi gruby mur ochraniający nas przed złem.

POWIEDZIAŁ: MÓDL SIĘ I PRACUJ

Jeden z ojców Kościoła, główny patron Europy, uważany za duchowego ojca wszystkich mnichów Zachodu przyszedł na świat ok. roku 480 w Nursji we Włoszech. Europa pogrążała się w barbarzyństwie. Benedykt, chcąc intensywnie słuchać Boga, osiedlił się w pustelni w Subiaco, modlił i medytował. Gdy po pewnym czasie znaleźli się chętni go naśladować, założył klasztor na Monte Cassino. Gdy chętnych do zakonu było więcej, zakładał następny, pilnując, by w każdym było nie więcej niż 12 braci. Napisał surową regułę, a hasłem zakonu było: Ora et labora (Módl się i pracuj). Benedyktyni modlili się, pracowali, przepisywali księgi, ratując starożytne dziedzictwo przed zniszczeniem, rozwijali też naukę i sztukę. Reguła zakonna była jednak tak radykalna, że w pewnym momencie kilku zakonników chciało otruć swego opata. Podali mu zatruty chleb i zatrute wino. Gdy Benedykt uczynił nad pokarmem znak krzyża, kielich pękł, a chleb zmienił wygląd i zabrał go kruk. Święty ocalał, dlatego na jego medaliku jest kruk i kielich.
Pierwszym, który propagował medalik, był papież Leon IX, sprawujący władzę na początku XI wieku. Jako młodzieniec został ukąszony przez jadowitego węża i gdy już umierał, przybył do niego św. Benedykt i go uzdrowił. Pod wpływem tych wydarzeń został zakonnikiem, a potem papieżem, szerzącym kult świętego. Pierwszy oficjalny wzór medalika został jednak oficjalnie zatwierdzony dopiero w 1742 roku przez papieża Benedykta XIV.

CUDA I NAWRÓCENIA

Medalik św. Benedykta nosi mnóstwo ludzi na całym świecie. Wiele klasztorów benedyktyńskich zbiera informacje o cudach i nawróceniach za sprawą tego sakramentalium. Oczywiście należy je nosić z wiarą, korzystać z sakramentów, pogłębiać swoje życie duchowe, dużo się modlić. Warto, by każdy, kto ma przy sobie ten medalik, znał słowa: „Vade retro satana" (Idź precz szatanie) albo: „Święty Benedykcie, broń mnie!" i wypowiadał je w chwili pokusy, ale przede wszystkim ufał w opiekę dobrego Boga nad nami i we wstawiennictwo wielkiego patrona Europy, świętego Benedykta.

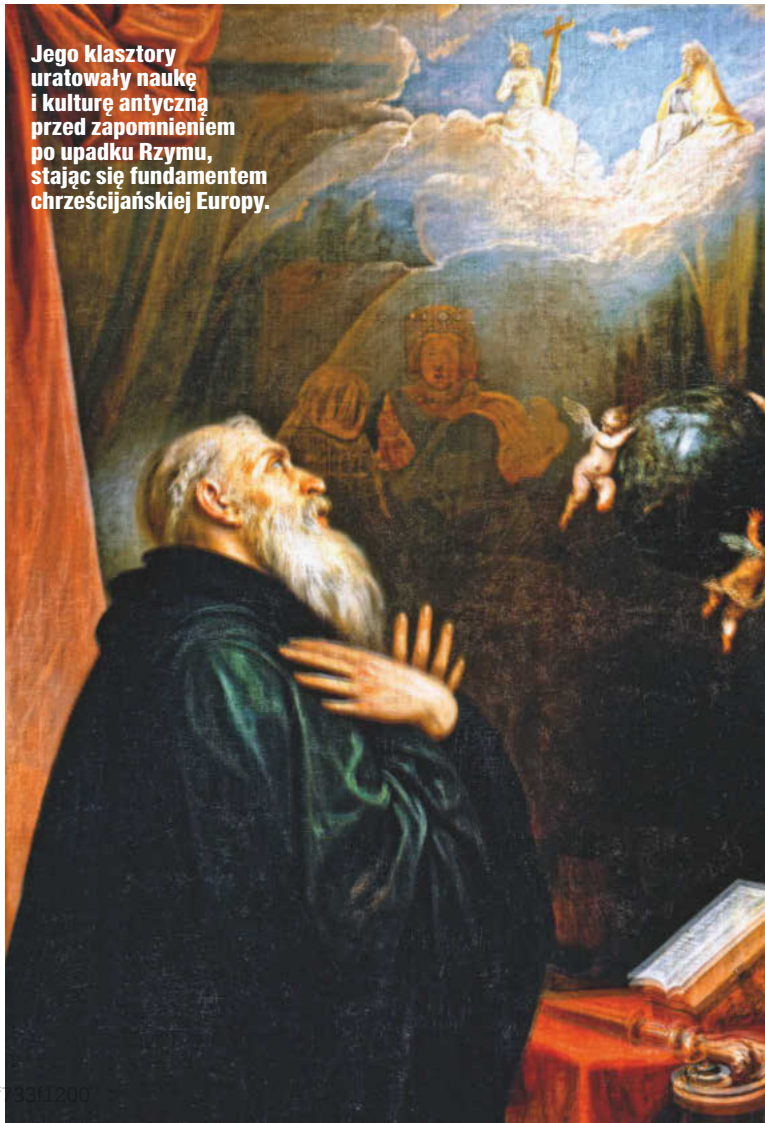
JOLANTA WINIARSKA



Obecny wzór medalika powstał w 1880 roku w 1400. rocznicę urodzin świętego Benedykta.



Awers to postać świętego i łacińska sentencja, na rewersie jest krzyż i litery — symbole.



Jego klasztory uratowały naukę i kulturę antyczną przed zapomnieniem po upadku Rzymu, stając się fundamentem chrześcijańskiej Europy.

eprasa.pl df 33t1200

Symbole i litery na medaliku świętego Benedykta

Na awersie jest św. Benedykt, który trzyma krzyż. W lewej dłoni ma księgę – Świętą Regułę. Wokół jest prośba o jego wstawiennictwo w chwili śmierci: „Eius in obitu nostro praesentia muni amur” – „Niech jego obecność broni nas w chwili śmierci”. Na wysokości rąk umieszczony jest napis „Crux sancti patris Benedicti” – „Krzyż świętego Ojca Benedykta”. Poniżej widać kielich, z którego wychodzi wąż. Jest to przypomnienie, że świętego chciano otruć. Po drugiej stronie stoi kruk – ptak, który ukrył zatruty chleb podany zakonnikowi.

Na rewersie jest krzyż, a nad nim dewiza zakonu benedyktyńskiego: „Pax” – „Pokój”. Są też litery: C S P B „Crux Sancti Patris Benedicti” – „Krzyż Świętego Ojca Benedykta”. Na belce pionowej krzyża są litery: C S S M L: „Crux Sacra Sit Mihi Lux” – „Krzyż święty niech mi będzie światłem”, a na belce poprzecznej: N D S M D „Non Draco Sit Mihi Dux” – „Diabeł niech nie będzie mi przewodnikiem”. Na obrzeżu medalika: V R S N S M V – S M Q L I V B: „Vade Retro Satana, Numquam Suade Mihi Vana – Sunt Mala Quae Libas, Ipse Venena Bibas” – „Idź precz szatanie, nie kuś mnie do próżności. Złe jest to co podsuwasz, sam pij swoją truciznę”.

CZY TO WYPADA?



By ksiądz czekał z komunią na wiernych

Panie nie jestem godzien, abyś przyszedł do mnie, ale powiedz tylko słowo, a będzie uzdrowiona dusza moja – mówimy podczas mszy i podchodzimy, by przyjąć Komunię Świętą. Często jest jednak tak, że zanim wstaniemy z klęczek, jeszcze chwilę się modlimy albo czekamy w ławkach, aż kapłan stanie u stóp ołtarza z kielichem wypełnionym komunikantami i wtedy dopiero ruszamy.

Nie chodzi o „wyścig do ołtarza”, tylko o dojrzałą postawę serca, która łączy tęsknotę za Jezusem z szacunkiem dla liturgii i bliźnich.

Jest to niewłaściwa sytuacja. To nie Jezus ma oczekiwać nas, tylko my z tęsknotą i radością oczekujemy na Niego. Chodzi tu o zachowanie hierarchii ważności, ale też o to, żeby okazać, jak bardzo nam zależy na przyjęciu Ciała i Krwi Pańskiej. Bo Komunia Święta nie jest „momentem technicznym”, który zaczyna się dopiero wtedy, gdy kapłan ustawi się w wyznaczonym punkcie. To ciągłość jednego wydarzenia – od słów „Oto Baranek Boży...”, przez nasze „Panie, nie jestem godzien...”, aż po samo przyjęcie Ciała Pańskiego. Jeśli więc w ławkach zapada cisza oczekiwania, jakby trzeba było, by „najpierw ksiądz był gotowy”, a dopiero potem my, łatwo tracimy z oczu, że to my mamy odpowiedzieć na zaproszenie. Nie chodzi o nerwowy pośpiech ani o przepychanie się, ale o prostą, czytelną gotowość serca: skoro Pan wychodzi do mnie, ja nie udaję, że to sprawa drugorzędna. Dlatego, jeśli wybrzmiały już słowa liturgii, nie czekamy w ławce tylko jak najszybciej podchodzimy, klękamy i czekamy, aż otrzymamy Najświętszy Sakrament. W ten sposób okazujemy swój szacunek i radość z przyjęcia Pana Jezusa do swojego serca.

CZY ZNASZ TEN SYMBOL

Muszla świętego Jakuba



Stylizowana muszla to dziś symbol i drogowskaz na Camino.

To znak pielgrzyma. Wziął się z Camino de Santiago: w średniowieczu pątnicy dochodzący do Santiago de Compostela zabierali z wybrzeża Galicji muszlę przegrzebka jako dowód przebytej drogi. Z czasem stała się ona „pieczęcią” całej pielgrzymki. Co oznacza? Przede wszystkim drogę i nawrócenie: żłobienia muszli zbiegają się w jednym punkcie jak wiele dróg, które ostatecznie prowadzą do jednego celu. Jest w tym obraz Kościoła i życia – różne historie i trasy, a sens spotyka się w Bogu. Muszla kojarzy się też z gościną i ochroną (jak „schronienie” dla tego, co kruche) oraz z wodą, czyli motywem oczyszczenia i chrztu: pielgrzym idzie, by zostawić stare i wrócić odnowiony. Dlatego muszla św. Jakuba to nie pamiątka, ale skrót całej duchowej logiki Camino: iść, szukać, dojść – i dać się przemienić.

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

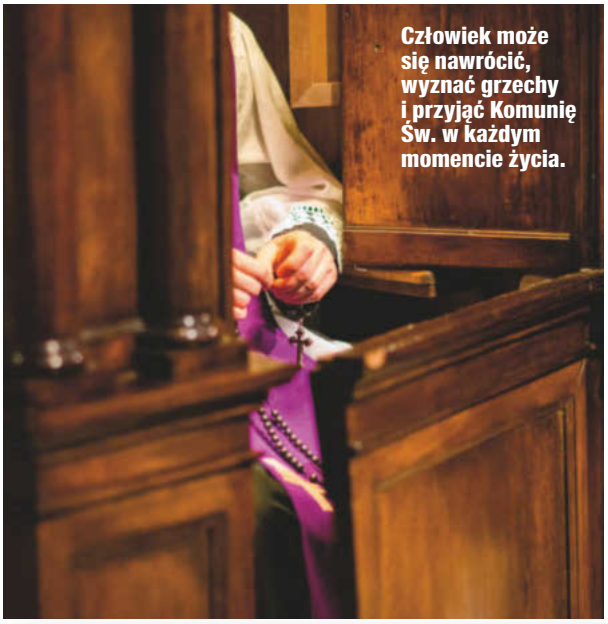
eprasa.pl df733f1200

Słowo Boże dla Ciebie

PROBLEM: *Czy ateista może mieć katolicki pogrzeb?*

Znany mi człowiek przez całe swoje życie był niewierzący. Żył z dala od Pana Boga i Kościoła, miał dwa rozwody, nie postępował zgodnie z Dekalogiem. Później trochę słuch o nim zaginął. Dowiedziałam się, że poważnie chorował. Ostatnio usłyszałam o jego śmierci. Zdziwiło mnie, że ma mieć kościelny pogrzeb. Jak to możliwe?

(Janina z Lubina)



Człowiek może się nawrócić, wyznać grzechy i przyjąć Komunię Św. w każdym momencie życia.

Co na to Biblia

Albowiem królestwo niebieskie podobne jest do gospodarza, który wyszedł wczesnym rankiem, aby nająć robotników do swej winnicy. Umówił się z robotnikami o denara za dzień (...). Gdy wyszedł około godziny trzeciej, zobaczył innych, stojących na rynku bezczynnie (...). Wyszedłszy ponownie około godziny szóstej i dziewiątej, tak samo uczynił. Gdy wyszedł około godziny jedenastej, spotkał innych stojących (...)". Rzekł im: „Idźcie i wy do winnicy!". A gdy nadszedł wieczór, rzekł właściciel winnicy do swego rządcy: „Zwołaj robotników i wypłać im należność (...). Gdy więc przyszli pierwsi, myśleli, że więcej dostaną; lecz i oni otrzymali po denarze. (...) szemrali przeciw gospodarzowi, mówiąc: „Ci ostatni jedną godzinę pracowali, a zrównałeś ich z nami, którzyśmy znosili ciężar dnia i spiekoty". Na to odrzekł jednemu z nich: „Przyjacielu, nie czynię ci krzywdy; czy nie o denara umówiłeś się ze mną? Weź, co twoje i odejdź! Chcę też i temu ostatniemu dać tak samo jak tobie. Czy mi nie wolno uczynić ze swoim, co chcę? Czy na to złym okiem patrzysz, że ja jestem dobry?". Tak ostatni będą pierwszymi, a pierwsi ostatnimi.

(Mt 20, 1 – 16)



Jeśli ktoś był ateistą, a pod koniec życia pojednał się z Bogiem, może mieć katolicki pogrzeb.

JAK ROZUMIEĆ BIBLIJNY CYTAT

Zdarza się, że człowiek nawraca się u kresu życia, przystępuje do spowiedzi i przyjmuje Komunię Świętą. Może liczyć wtedy na kościelny pochówek. Nie można natomiast udzielać go tym, którzy do końca nie pojednali się z Bogiem.

Wszyscy jesteśmy w drodze i każdy pisze swoją własną historię. Nawet Ewangelia, w ślad za słowami Pana Jezusa, podpowiada nam, posługując się przypowieścią, że możemy wejść na ścieżkę wiary bardzo późno, choćby i w ostatniej chwili. Zaznaczmy od razu: to ostatnie zdarza się rzadko, jest efektem nadzwyczajnej łaski Opatrzności i nie powinniśmy odkładać nawrócenia w czasie, bo z Pana Boga drwić nie można.

Zazwyczaj więc przez całe życie, dokonując codziennych wyborów, krok za krokiem pracujemy na wieczność i na nasze ostatnie chwile na ziemi. Zbliżamy się do świętości albo do potępienia. Odchodzenie z tego świata jest podsumowaniem tych wysiłków, kropką na „i". Jest też naszą najważniejszą bitwą, w której nie poradzimy sobie bez wsparcia Maryi, aniołów, świętych, zmarłych, za których modliliśmy się za życia... W pojedynkę tej batalii o własną duszę nie wygramy. Zwróćmy uwagę na słowa jednej z najbardziej popularnych modlitw. „Módl się za nami, grzesznymi teraz i w godzinę śmierci naszej. Amen". A więc w każdym „Zdrowaś Maryjo..." już prosimy Matkę Bożą o pomoc w naszych ostatnich chwilach.

Nie zawsze nawrócenie i duchowa walka człowieka są widoczne dla świata. Mogą dokonywać się w ciszy. Czasem wie o nich tylko sam zainteresowany, ewentualnie najbliżsi, i spowiednik. Zwłaszcza, gdy choroba przykuła kogoś do łóżka. A cierpienie, choć to trudne doświadczenie, niejednego grzesznika skłoniło do myśli o wieczności i Bogu. Dlatego powrót do Boga to czasem tajemnica, którą trzeba uszanować i cieszyć się, że ktoś ocalił swoją duszę. Na pewno też potrzebuje wiele modlitwy, bo winy z całego życia bardzo mu teraz ciążą. Oczywiście jeśli ktoś publicznie grzeszył, powinien też w taki sam sposób okazać żal i zadośćuczynienie, ale nie zawsze wystarcza na to czasu. Natomiast księża, którzy udzieliliby komuś kościelnego pogrzebu bez prawdziwego nawrócenia tej osoby, popełniliby wielkie nadużycie i zgorszenie. Takie sytuacje są też możliwe, jednak trudno o nich przesądzać, patrząc z boku i nie mając pełnej wiedzy o ostatnich chwilach zmarłego.

Fot.: Adobe Stock (2)

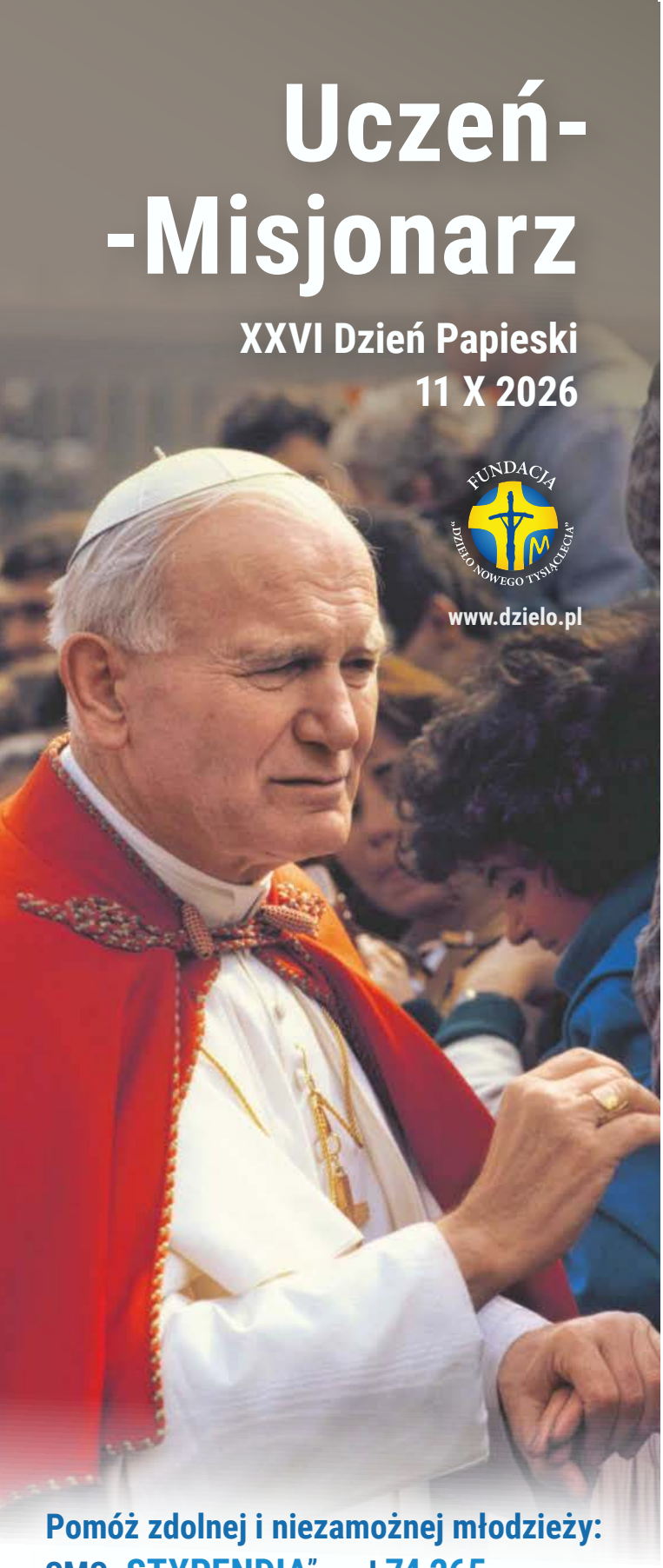
eprasa.pl df733f1200

Uczeń-Misjonarz

XXVI Dzień Papieski
11 X 2026

FUNDACJA „DZIEŁO NOWEGO TYSIĄCLECIA”

www.dzielo.pl



Pomóż zdolnej i niezamożnej młodzieży:
SMS „STYPENDIA” pod 74 265 (4,92 zł z VAT)

fot. Adam Bujak © Biały Kruk



Julita Gostkowska

Mam na imię Julita, jestem z Warszawy. Urodziłam się z bardzo rzadką wadą kręgosłupa, miednicy i kończyn dolnych (Zespół Regresji Kaudalnej) i od dziecka opiekuje się mną samotnie mama. Zawsze byłam osobą ambitną, chciałam dorównać rówieśnikom, a swoją determinację przekładałam na naukę.

Od gimnazjum szczególnie interesowały mnie biologia i chemia, z którymi już w tamtym czasie wiązałam swoją przyszłość. Dzięki możliwości edukacji w liceum z maturą międzynarodową oraz motywacji przyjaciół postanowiłam spróbować swoich sił w rekrutacji na studia za granicą. Wybrałam mało znany kierunek w Polsce, jakim jest **biomedycyna (Biomedical Science)**. Kierunek ten, łączący medycynę i biotechnologię, koncentruje się na badaniu ludzkiego ciała i chorób na poziomie komórkowym i molekularnym. Ku mojej ogromnej radości zostałam przyjęta na uczelnię mojego pierwszego wyboru, University of Warwick w Wielkiej Brytanii. Niestety trudna sytuacja finansowa okazała się dużym wyzwaniem i byłam zmuszona odroczyć rozpoczęcie nauki. Przez rok zwracałam się do wielu fundacji wspierających młode osoby w edukacji i/lub pomagających osobom z niepełnosprawnościami, niestety otrzymywałam odmowy lub brak odpowiedzi. Fundacja „Dzieło Nowego Tysiąclecia” była jedyną fundacją w Polsce, która nie tylko pozytywnie rozpatrzyła moją prośbę o wsparcie, ale także towarzyszyła mi przez cały okres studiów.

Po kilku wymagających latach intensywnej nauki, w czerwcu 2025 roku obroniłam pracę magisterską, a w lipcu zakończyłam szczęśliwie studia z wynikiem First Class with Honours. Dzięki studiom zagranicznym zdobyłam nie tylko wiedzę i nowe umiejętności, lecz także wspaniałe doświadczenie życiowe i kulturowe. Uczelnia ta umożliwiła mi również zdobycie ważnych kompetencji oraz wzmocniła moją pewność siebie.

Jestem ogromnie wdzięczna Fundacji za wiarę we mnie oraz wsparcie przez te wszystkie lata nauki. Pomoc finansowa była dla mnie nieoceniona, a udział w konferencjach i spotkaniach online był zawsze inspirujący i dodawał mi motywacji. Dzięki Fundacji „Dzieło Nowego Tysiąclecia” **mogłam spełnić marzenie o studiach** i zakończyć ten etap z poczuciem dużej satysfakcji oraz wdzięczności.

eprasa.pl df733f1200

Za kulisami Watykanu

Miłość ZA SPIŻOWĄ BRAMĄ

Miłość cierpliwa jest, łaskawa jest. Miłość nie zazdrości, nie szuka poklasku... – pisał św. Paweł w 1 Liście do Koryntian. A miłość w Watykanie ma różne oblicza.

Prawdziwa miłość małżeńska nie kończy się na uczuciach i wzajemnej fascynacji, ale dojrzewa w darze z siebie — mówi Leon XIV.



Joanne Bergamin poślubiła swojego męża, Dominika, w najstarszym kościele w Watykanie.



Pilar Patron poznała swojego męża Raphaela w jej rodzinnym Meksyku. W Watykanie wychowują synka Ignacio.



Benedykt XVI chrzcił córkę Magdaleny Wolińskiej-Riedi, żony gwardzisty.

Choć większość obywateli Watykanu stanowią duchowni, to wcale nie znaczy, że za Spiżową Bramą nie ma miejsca dla porywów serca! Na papieskich audiencjach co tydzień zjawiają się nowożeńcy w strojach ślubnych, zakochani przysięgają sobie na Placu św. Piotra. A zdarza się także, że odwiedzająca Watykan turystka wpadnie w oko innemu pielgrzymowi.

W każdą środę Franciszek udziela także błogosławieństwa dopiero co poślubionym parom. Droga na papieską audiencję dla nowożeńców wcale nie jest trudna. Każdy, kto wziął ślub kościelny, w terminie dwóch miesięcy od ślubu może zarezerwować miejsce na audiencji i przyjechać do Watykanu w strojach ślubnych. Spotkanie, podczas którego papież błogosławi pary młode, to niezwykłe wydarzenie w życiu katolickich małżeństw. Uczestnicy ceremonii gromadzą się na placu św. Piotra, w cieniu monumentalnej kolumnady Berniniego, atmosfera jest przesycona wzruszeniem i radością. Po przyjęciu błogosławieństwa, para młoda opuszcza miejsce ceremonii z poczuciem, że ich miłość została uświęcona przez samego papieża, co umacnia ich zobowiązanie miłości i wierności przed Bogiem i społecznością wierzących.

TEQUILLA OD PAPIEŻA FRANCISZKA

Na szczególne łaski mogą liczyć kobiety, które za Spiżową Bramę zaprowadzi miłość do... gwardzisty szwajcar-

eprasa.pl df733f1200



Tradycyjnie raz w roku papież chrzci dzieci pracowników Państwa Kościelnego w Kaplicy Sykstyńskiej.



Małgorzata Kożuchowska i Bartłomiej Wróblewski idą razem przez życie.

Odnaleźli się w Watykanie

Decyzja o tym, żeby wyjść za mąż była bardzo ważna, ponieważ wiedziałam, że chcę, by to była decyzja na całe życie. Jestem szczęśliwa i modlę się, żeby tak było nadal – mówi aktorka, która spotkała przyszłego męża w Watykanie. Wychowują razem syna Jana Franciszka.

skiego. Wybranki oficerów papieskiej armii spotykają się z Ojcem Świętym na specjalnym błogosławieństwie, a uroczystości zaślubin odbywają się w niezwykłej atmosferze najpiękniejszych watykańskich świątyń. Często zdarza się, że papież udziela im sakramentu ślubu, a także chrzci narodzone z tego małżeństwa pociechy. Żony gwardzistów po ślubie zostają obywatelkami Watykanu, ich ścieżki często przecinają się z papieskimi, a żony gwardzistów są z nim w serdecznych relacjach. Pochodząca z Australii Joanne Bergamin pracowała w biurze prasowym Watykanu, a przyszły mąż gwardzista Dominik, któremu wpadła w oko, podrywał ją czekoladkami od Benedykta XVI, który kibicował ich związkowi. Z kolei Pilar Patron, żona gwardzisty Raphaela, dostaje od Franciszka tequilę, bo papież pamięta o jej meksykańskim pochodzeniu. – Kiedyś spotkałam go i podziękowałam za prezent. A on zapytał „A co, już się skończyła?" – śmieje się Pilar Patron. Gdy gwardzista przechodzi na emeryturę, cała rodzina wyprowadza się z Watykanu i traci obywatelstwo. Zachowują je tylko dzieci.

ROZWÓD NIE WCHODZI W GRĘ

Bartłomiej Wróblewski pierwszy raz zobaczył Małgorzatę Kożuchowską w Rzymie. Każde z nich poleciało do Watykanu osobno na pogrzeb Jana Pawła II. Uczucie, którego Bartłomiej doświadczył na placu św. Piotra, nie pozwalało mu zapomnieć o aktorce. Po powrocie do Polski długo ją zdobywał, bo ona poważnie traktowała decyzję o zamążpójściu. – Tworzenie domu to decyzja dwojga ludzi na całe życie. Lepiej poczekać, niż potem żałować. Rozwód? Nie wchodzi w grę – uważa, Z czasem dostrzegła w Bartku bratnią duszę, a podczas kolejnej, wspólnej już, podróży do Wiecznego Miasta, on ofiarował jej pierścionek zaręczynowy tam, w którym ich oczy spotkały się po raz pierwszy. Ślubu udzielił im już w Polsce charyzmatyczny ks. Piotr Pawlukiewicz.

HUMOR ŚWIĘTYCH



Stary, ale jesteś obkuty

Była sesja zimowa na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. Studenci czekali na księdza profesora Wojtyłę, który miał egzaminować ich z etyki. Jeden ze zdających przez cały semestr nie był na żadnym wykładzie ks. Wojtyły i nie wiedział nawet, jak on wygląda. Tymczasem ksiądz profesor z pociągu przyszedł prosto pod salę egzaminacyjną. Wspomniany student od razu go zapytał: – Stary, ty też na egzamin? –Tak – odpowiedział ksiądz Wojtyła, nie dodając, że w charakterze egzaminatora. Usiadł obok niego i zaczęli pogawędkę, która przerodziła się w rozmowę związaną z zagadnieniami etycznymi, będącymi – dziwnym trafem – przedmiotem egzaminu. Na koniec student z podziwem spojrzał na ks. Wojtyłę i stwierdził: – Stary, jak ty jesteś obkuty! Proszę cię, nie wchodź przede mną na egzamin, bo z pewnością obleję! – Dobrze – zgodził się pokornie ks. Karol Wojtyła.

Analfabeta kontra papież



Kiedy przyszły namiestnik Rzymu, Jan XXIII, miał 6 lat, posłano go do szkoły. Dzieci wszystkich trzech klas uczyły się w jednym pomieszczeniu. Kierownikiem szkoły był Don Francesco Rebuzzini. Mały Angelo odznaczał się dużymi zdolnościami i doskonałą pamięcią. Był bardzo pilnym uczniem. W przeciwieństwie do innych wiejskich dzieci, regularnie chodził do szkoły i chętnie się uczył. Jego brat, Saverio, szczerze wyznał: „Wyobraźcie sobie, on chciał chodzić do szkoły! Jeśli o mnie idzie, przez 20 lat nie pokazałem się w szkole, z wyjątkiem jednego roku i to tylko wtedy, kiedy padał deszcz. Ale jak świeciło słońce, wyrywałem się na pola. Dlatego też ja zostałem analfabetą, a on papieżem".

Nietypowe metody

Św. Pius X, syn listonosza, zawsze rozdawał wszystko ubogim. Nic dziwnego, że gdy dowiedział się o nominacji na kardynała, sam musiał pożyczyć pieniądze na pociąg do Rzymu! Mówi się o nim, że był papieżem Eucharystii (przesunął Pierwszą Komunię Św. na 7. rok życia). Raz podczas audiencji zadał czterolatce kilka pytań: Kogo przyjmuje się w Komunii? Dziewczynka odpowiedziała – Jezusa. – A kim On jest? Rezolutna 4-latka stwierdziła – Bogiem. Pod wrażeniem jej dojrzałości na drugi dzień papież sam udzielił jej Pierwszej Komunii. Jako biskup pilnował powierzonych jemu księży. Gdy pewien proboszcz spóźniał się na mszę św. i nie miał czasu wyspowiadać, biskup przyjechał do jego parafii i sam siadł za niego w konfesjonale.

Fot.: East News (5), Instagram.com/joannebergamin, Facebook.com/wolinskarieti

eprasa.pl df733f1200

Siostra Barbara Żaba

W KOŃCU ZNALAZŁA SIĘ NA drodze

Długo czekała na ten telefon. Usłyszała, że siostry z Peru potrzebują rąk do pracy...



Siostra Barbara wierzy, że wypełnia Bożą Wolę.

Powiedziała rodzicom, że idzie do zakonu. Byli zaskoczeni, długo nie mogli wydusić z siebie słowa. – Pierwszy odezwał się tata, stwierdził, że mi przejdzie i za trzy dni wrócę do domu. Ale tak się nie stało – wspomina z uśmiechem siostra Barbara.

Jej rodzice, Marianna i Wiktor prowadzili małe gospodarstwo. Miała czworo rodzeństwa. Dla dzieci odskocznią od pracy i nauki były spotkania w scholi, prowadzonej przez księdza Stanisława Łątka. Śpiewali, czytali Pismo Święte i rozmawiali o Bogu. Podziwiała kapłana, który prowadził te spotkania.

– Chciałabym być taka jak on, jest blisko Boga – mówiła do koleżanki.

Raz w roku wyjeżdżała z tą grupą do Zakopanego.

– Kiedyś przyjechała do nas zakonnica i opowiadała o życiu w klasztorze – wspomina. Pod jej wpływem postanowiły z koleżanką, że pojadą na rekolekcje organizowane we Włocławku.

POCZUŁA POWOŁANIE, BYŁA TEGO PEWNA

To wtedy poczuła, że chciałaby żyć tak jak zakonnice.

Idąc za radą księdza z parafii, wybrała zakon sióstr urszulanek w Lublinie. W 1986 r. była pewna, że chce do niego wstąpić. Pamięta reakcję rodziców. Było im trudno pogodzić się z jej decyzją.

W zakonie czuła się szczęśliwa. Miała wrażenie, że Bóg ją prowadzi i wyznacza jej drogę.

Słowo do Ciebie

„Bóg odpowiada na nasze prośby, jeśli wie, że naprawdę ma to służyć dla dobra innych ludzi.”

Ludzie są tam naprawdę biedni. Pomoc z Polski ratuje niektórym życie.

eprasa.pl df733f1200

WŁAŚCIWEJ



Peruwiańczycy nie kryją swojej wdzięczności.


Nie ma lepszego sposobu, by pokazać Boże Miłosierdzie.

Postulat odbyła w Częstochowie, potem została przeniesiona do Krakowa. Skończyła teologię. Opiekowała się starszymi siostrami, pracowała jako katechetka. Pamięta, jakie wrażenie w 1991 r. zrobiła na niej wiadomość o męczeńskiej śmierci dwóch polskich franciszkanów w Peru. Poczuła, że chciałaby pojechać na misje. Nikomu nie powiedziała o tym pragnieniu, tylko modliła się o taki wyjazd.

– Wie działam, że jeśli taka jest wola Boga, to mnie poprowadzi – tłumaczy.

I tak się stało.

W 2016 r. zadzwoniła do niej przełożona prowincjalna. Mówiła, że misjonarki z Peru potrzebują pomocy i zapytała czy ona by tam nie po jechała. Przytaknęła. W październiku 2016 r. wylądowała w Limie. Pierwsze tygodnie były trudne, nie znała przecież języka ani obyczajów. Ale szybko się uczyła. Jeździła z misjonarkami i poznawała ludzi.

BARDZO ZŻYŁA SIĘ Z MIESZKAŃCAMI

Zaczęła pracować w kaplicy Matki Bożej z Gwadelupy, przygotowywała dzieci do katechezy. Raz w tygodniu zawoziła jedzenie i ubrania do ośrodka pomocy społecznej w slumsach Pachacutec.

– Tam jest bieda, ci ludzie nie mają prawie nic – mówi ze smutkiem siostra Barbara. I dodaje, że podziwia ich... bezinteresowność.

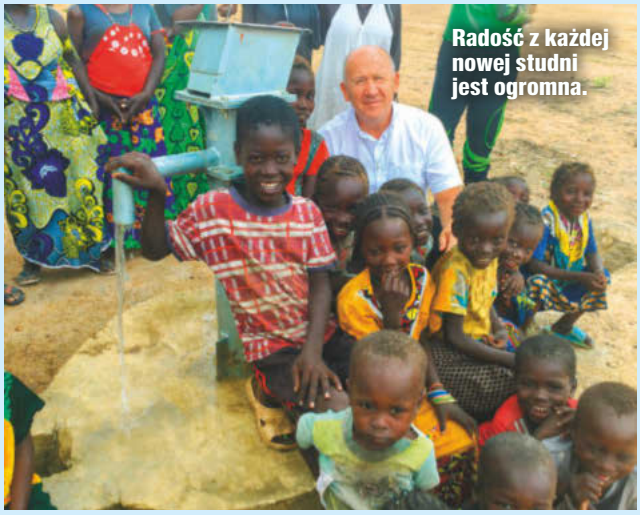
– Kiedyś widziałam jak pewna kobieta z dziećmi, szła z daleka po ziemniaki, ale nie zdążyła, już wszystko zostało rozdane. I wtedy jedna z rodzin podzieliła się z nią swoim jedzeniem. W takich sytuacjach czuję działanie Boga, jego dobro jest wszędzie – zaznacza.

Przyznaje, że miała na misji być rok, a jest już prawie 10 lat. Bardzo zżyła się z mieszkańcami Limy. Widzi, że jej wysiłek nie idzie na marne. Daje Peruwiańczykom nadzieję na lepsze życie.

– To jest dziś moje miejsce na ziemi, odpowiedź Boga na moje pragnienia. Ci ludzie mnie potrzebują, nie mogę ich zawieść – mówi z pokorą.

ANNA WYSZYŃSKA

Fot.: Anna Wyszyńska/archiwum prywatne (4), materiały prasowe


Radość z każdej nowej studni jest ogromna.

Nasza wspólna misja!

NAJPIERW WODA

Prawo do bezpiecznej i czystej wody uznaje się za fundamentalne prawo człowieka. To piękna teoria, która niestety w kraju takim jak Czad nie ma wiele wspólnego z rzeczywistością. Czad jest jednym z najbiedniejszych krajów na świecie. Około 2/3 powierzchni stanowi Sahara i obszary półpustynne. Zaledwie 6% ludności korzysta z wody sklasyfikowanej jako bezpiecznie zarządzana...

ZAPASY SZYBKO SIĘ KOŃCZĄ

Z tych wszystkich powodów Sekretariat Misji Zagranicznych Księży Sercanów od kilku lat przekazuje misjonarzom w Czadzie pieniądze na budowę studni głębinowych. – W Czadzie są tylko dwie pory roku – deszczowa i sucha. Ta pierwsza trwa zaledwie około trzech miesięcy. W porze suchej wszystko wysycha – mówi ks. Edward Ryfa, misjonarz posługujący w Czadzie od 30 lat. Mieszkańcy korzystają z wody gromadzącej się w zagłębieniach terenu, jednak zapasy szybko się kończą. Później kopią płytkie studnie. Piją z nich zarówno zwierzęta, jak i ludzie. To jest niestety idealne środowisko dla rozwoju bakterii i pasożytów.

TO ZMIENIA WSZYSTKO

Tymczasem jedna studnia głębinowa zapewnia czystą i bezpieczną wodę nawet 300 osobom. – Największą zmianę odczuwają kobiety i dzieci. To one każdego dnia o świcie przynoszą wodę do domu w 50-litrowych pojemnikach. Poprawia się również sytuacja zdrowotna mieszkańców. Studnia zmienia właściwie wszystko – mówi ks. Edward. Jednak jej budowa przekracza możliwości finansowe Czadyjczyków. Aktualny koszt odwiertu jednej studni to 15 000 zł.

Możesz pomóc!

Projekt budowy studni w Czadzie można wesprzeć przez stronę www.misjesercanow.pl lub wpłatą bezpośrednią na konto: Sekretariat Misji Zagranicznych Księży Sercanów ul. Rakowa 11, 10-185 Olsztyn Bank BNP 79 1600 1462 1847 3641 5000 0008 tytułem: Studnia w Czadzie – daj mi pić

ADVERTORIAL

eprasa.pl df733f1200

Jak mąd ZADBAĆ O NER



Każdej doby oczyszczają z toksyn aż 150–180 l krwi i produkują ok. 1,5 l moczu. Jeśli pracują prawidłowo, mamy dobre samopoczucie i dużo energii.

SZCZEGÓLNIE UWAŻAJ, GDY...

• **...cierpisz na przewlekłe schorzenia tego narządu (więcej w ramkach na dole). Mogą one bowiem prowadzić do pogorszenia funkcji lub nawet niewydolności nerek. Trzeba je systematycznie leczyć pod kierunkiem specjalisty!**

Odpowiadają za nawodnienie tkanek i ciśnienie krwi. Gdy zaczynają szwankować, odczuwamy to całym ciałem! Pierwszym objawem nie musi być ból w dole pleców, ale zmęczenie, obrzęki nóg, nadciśnienie. Wspierajmy więc nerki stosując kilka prostych zasad.

NAWADNIAJ SIĘ

• Nawet lekkie odwodnienie, jeśli trwa długo, szkodzi nerkom. Są dowody na jego związek z kamicą moczową, zapaleniem układu moczowego, hiperglikemią czy kwasicą moczanową. Pij więc ok. 2 l płynów (wody, naparów ziołowych, kompotów) dziennie. Nerki od rana pracują pełną parą, a po nocy jesteśmy lekko odwodnione. Dzień zaczynaj więc od szklanki wody wypitej 15 minut po wstaniu.

UNIKAJ NADMIARU SOLI

• Nerki muszą ciężej pracować, by wydalić dużą jej ilość. Sód zatrzymuje też wodę w tkankach, co podnosi ciśnienie – gdy jest ono za wysokie nerki są narażone na uszkodzenie. Wysokie spożycie sodu zwiększa też wydalanie wapnia z moczem, co może sprzyjać powstawaniu kamieni nerkowych.

• Unikaj żywności wysokoprzetworzonej – nawet 75 proc. soli dostarczamy sobie wraz z nią! Tak przyzwyczajamy się do zbyt słonego smaku. Ale jest na to sposób. Przez 4 tygodnie zrezygnuj z gotowych dań i przekąsek: chipsów, paluszków, orzeszków, serów dojrzewających i pleśniowych, wędlin, kabanosów (upiecz mięso i jedz na kanapkach). Staraj się też solić jak najmniej. Odzwyczajona od przesolonych dań zacznij używać soli z minerałami (np. kłodawskiej) i doprawiaj potrawy do „nowego" smaku.

BIAŁKO JEDZ Z GŁOWĄ

• Nerki muszą usuwać z organizmu produkty jego przemiany, a to zmusza je do cięższej pracy. Staraj się jeść nie więcej niż 1–1,2 g białka na kg masy ciała (unikaj też czerwonego mięsa), a je-

NAJCZĘSTSZE CHOROBY NEREK – NIE BAGATELIZUJ ICH



KAMICA MOCZOWA

Gdy w drogach moczowych tworzą się nierozpuszczalne złogi (drobne wypłukiwane są z moczem) mogą one zatkać moczowód, co prowadzi do kolki nerkowej (oznaki to m.in. ból lędźwi, podbrzusza, pachwiny, mdłości, parcie na mocz).



NIEWYDOLNOŚĆ

Z powodu uszkodzenia funkcji nerek organizm zatruwany jest produktami przemiany białek. Pierwsze objawy to obrzęki nóg i zmęczenie. Konieczne jest ograniczenie białka w diecie (najlepiej zrobić to pod kontrolą dietetyka).



ODMIEDNICZKOWE ZAPALENIE NEREK

To rodzaj bakteryjnego zakażenia układu moczowego, które rozprzestrzenia się aż do nerek. Objawy to gorączka (zwykle powyżej 38°C), dreszcze i silny ból okolicy lędźwiowej. Potrzebne jest leczenie antybiotykami.



NEFROPATIA CUKRZYCOWA

To jedna z głównych przyczyn dializoterapii. Dotyczy diabetyków: za wysoki poziom cukru we krwi (przez dłuższy czas) uszkadza nerki, co prowadzi do ich niewydolności. Trzeba przestrzegać zaleceń lekarza.

Fot.: Adobe Stock (6)

eprasa.pl df733f1200

rze

KI

śli chorujesz na nerki, zapytaj lekarza o to, jaka porcja jest dopuszczalna.

MIEJ LEKI POD KONTROLĄ

• Nerkom nie służy m.in. długotrwałe przyjmowanie leków z grupy NLPZ – np. z ibuprofenem, naproxenem czy ketonalem. Nefrotoksyczne (czyli nawet uszkadzające ten narząd) działanie wykazują szczególnie preparaty łączące leki z grupy NLPZ z kodeiną i kofeiną. Unikaj więc przyjmowania ich przez długi czas i konsultuj ich zażywanie z lekarzem.
• Zachowaj szczególną ostrożność, jeśli cierpisz na choroby przewlekłe, zwłaszcza cukrzycę, problemy sercowo-naczyniowe, otyłość i nadciśnienie. Te choroby i leki stosowane w ich terapii obciążają nerki. Przy chorobie nerek warto też ograniczać paracetamol.

REAGUJ OD RAZU!

• Nie lekceważ infekcji układu moczowego. Przechodzone mogą szkodzić nerkom. Bądź też wyczulona na: zmianę wyglądu moczu i rzadkie jego oddawanie, puchnięcie palców u rąk, obrzęki nóg, worki pod oczami, brak energii, ospałość i wysokie ciśnienie.

WAŻNY WSKAŹNIK

To kolor moczu. Im ciemniejsza barwa, tym większe odwodnienie. Nie dopuszczaj do tego, by miała jasnobrązowy lub ciemnopomarańczowy odcień. Ale za jasna (przypominająca wodę z sokiem z cytryny) też nie jest wskazana, bo oznacza za dużą ilość płynów w diecie – ich nadmiar rozcieńcza elektrolity we krwi i nasila pracę nerek.

CZYTELNICZKA RADZI



Latami nie mogłam sobie poradzić z problematyczną cerą. Aż pewien lekarz wojskowy poradził mi, bym całkowicie zmieniła dietę. Moja twarz wygląda dużo ładniej, gdy dbam nie tylko o kosmetyki, ale też o mikrobiotę.

Karolina z Magnuszewa

W DIECIE STAWIAM NA WARZYWA, STRĄCZKI, PEŁNE ZIARNA I PRODUKTY FERMENTOWANE, NP. NATURALNY JOGURT CZY KEFIR.

• Jem też codziennie kasze: jaglaną, gryczaną, pęczak i seler naciowy (ma dużo błonnika).
• Ograniczam do minimum słodycze, słodkie napoje i wszelkie kupne produkty, także pieczywo – lekarz podpowiedział, że dieta o niskim ładunku glikemicznym może zmniejszać nasilenie trądziku. I faktycznie, miał rację!
• Raz w roku robię sobie profilaktycznie kurację aptecznymi probiotykami. Stosuję je przez miesiąc.
• Dodatkowo zamiast agresywnie ją „odtłuszczać" twarz, myję ją delikatnym preparatem na bazie ziół i nie szoruję ani nie wyciskam zmian.

PISZCIE DO NAS I DZIELCIE SIĘ SWOIMI RADAMI!
Domowe mikstury, napary, maseczki... Znasz sposób, który może pomóc innym, podaj go dalej!
Czekamy na listy: „Ludzie i Wiara"
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
e-mail: redakcja@ludzieiwiara.pl
Za opublikowane porady płacimy 40 zł.

REKLAMA

KolagenCito

- świadomy wybór dla Twojego organizmu

To prosty sposób na wzbogacenie codziennego jadłospisu o kolagen i witaminę C. Zadbaj o siebie każdego dnia z KolagenCito!

Dlaczego KolagenCito – ponieważ zasługujesz na to co najlepsze! KolagenCito to produkt wzbogacony, który łączy kolagen z witaminą C. Witamina C pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania kości, chrząstki, dziąseł, skóry oraz naczyń krwionośnych. Dodatkowo witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. KolagenCito doskonale wpisuje się w codzienny styl życia osób, które cenią świadome wybory żywieniowe. Wybierając KolagenCito, stawiasz na znane składniki oraz wygodę codziennego stosowania. Wystarczą 3 pastylki dziennie. Niezależnie od stylu życia, KolagenCito może być wygodnym wyborem dla osób, które chcą wzbogacić swoją dietę. Wybierz KolagenCito – produkt stworzony z myślą o nowoczesnych osobach. Wprowadź KolagenCito do swojej codziennej diety i przekonaj się, jak łatwo zadbać o wartościowe składniki każdego dnia.



Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich.

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL ul. Dąbrowskiego 5 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl

eprasa.pl df733f1200



Filety drobiowe
EFEKTOWNIE PODANE

PYSZNE DANIE

BARDZO KRUCHA

Pierś z kaczki z jabłkami

SKŁADNIKI: • 800 g filetów z kaczki • po 600 g marchewki i pietruszki • 4 jabłka • 150 g mrożonej żurawiny • 100 ml mleka • 6 szalotek • 30 g migdałów bez skórki • 1 słony precel lub bułka • pieprz • sól • po 3 gałązki natki i tymianku • olej

PRZYGOTOWANIE:

1. Migdały posiekaj. Natkę opłucz, osusz, pokrój. Pieczywo potnij w kosteczkę, zalej je wrzącym mlekiem. Gdy nim nasiąknie, wymieszaj z migdałami i natką. Zagnieć z solą i pieprzem. Jabłka umyj, wydrąż środki. Napełnij masą. Szalotki przekrój na pół. Obrane marchewki i pietruszki pokrój w podłużne plastry. Warzywa wymieszaj z listkami tymianku i 2 łyżkami oleju, przypraw. Ułóż na blaszce. Piecz 15 minut w 200°C. Posyp żurawiną.
2. Filety opłucz, osusz. Ułóż na rozgrzanej patelni skórką do dołu. Smaż 6 minut. Obróć i smaż 3 minuty. Przypraw solą i pieprzem, ułóż na warzywach. Obok ustaw jabłka. Piecz 20-30 minut w 200°C. Pokrój w plastry.

Czas przygotowania: 75 minut
Porcje: 4 **Stopień trudności:** średni

Rolowana pieczeń z indyka

SKŁADNIKI: • 1 kg filetu z indyka • 120 g bazyliowego pesto • 180 g surowego boczku • 1 l bulionu warzywnego • po 450 g mrożonych różyczek brokułu i kalafiora • 125 ml wytrawnego białego wina • 200 ml mleka • 30 g masła • 25 g mąki • 2 łyżki bułki tartej • sól • pieprz • uprażone orzeszki piniowe ew. nasiona słonecznika

PRZYGOTOWANIE:

1. Boczek pokrój w cienkie plastry. Mięso rozkrój na duży płat, rozbij, natrzyj z obu stron solą i pieprzem. Posmaruj z jednej strony pesto wymieszanym z bułką tartą. Zroluj, a następnie owiń plasterkami boczku, tak by jeden zachodził na drugi. Ułóż roladę w formie, podlej winem i 300 ml bulionu. Piecz 70 minut w 180°C.
2. Warzywa zalej resztą bulionu, gotuj 8 minut. Odlej, bulion zachowaj. Przygotuj na patelni zasmażkę z masła i mąki. Mieszając, wlej 400 ml bulionu i mleko. Gotuj, aż sos zgęstnieje. Przypraw go solą i pieprzem do smaku. Pieczeń pokrój w plastry. Podaj z warzywami, polej sosem i ozdób zrumienionymi orzeszkami (nasionami).

Czas przygotowania: 90 minut
Porcje: 6 **Stopień trudności:** średni

Fot.: House of Food (4)

eprasa.pl df733f1200

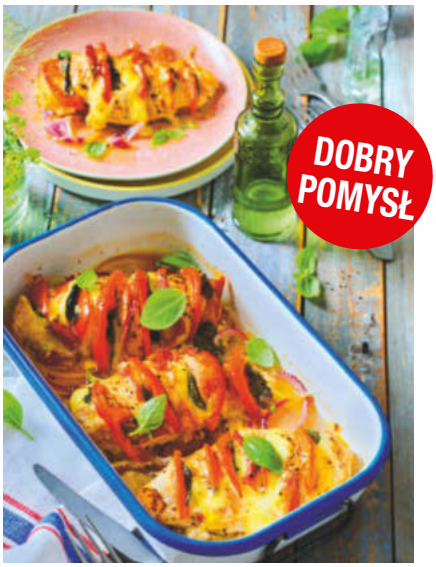
Zapiekanka w stylu włoskim

SKŁADNIKI: • 4 filety z kurczaka • 2 czerwone cebule • 4 plastry szynki dojrzewającej • 2 pomidory • 200 g mozzarelli • 1/2 pęczka bazylii • sól • pieprz • 150 ml bulionu warzywnego lub drobiowego • tłuszcz do posmarowania formy

PRZYGOTOWANIE:

1. Piekarnik rozgrzej do 200°C. Cebule obierz i pokrój w krążki. Pomidory umyj, mozzarellę osącz z zalewy, pokrój w podobnej grubości plastry. Oderwij listki bazylii. Bulion zagotuj. Każdy plaster szynki dojrzewającej podziel na 2-3 kawałki.
2. Filety umyj, osusz ręcznikiem papierowym. Oprósz solą i pieprzem. Każdy filet natnij 6-7 razy, tworząc kieszonki. Włóż w nie szynkę, pomidory, mozzarellę i bazylię, zostawiając trochę bazylii do dekoracji.
3. Filety ułóż w formie do zapiekania. Wokół rozłóż cebulę. Wlej bulion. Skrop oliwą. Dopraw pieprzem. Piecz 20 minut. Wyjmij i udekoruj bazylią. Podawaj z ciabattą lub ryżem.

Czas przygotowania: 30 minut
Porcje: 4 **Stopień trudności:** łatwy





TO JEST EFEKT!

Cordon bleu w cieście

SKŁADNIKI: • 1 op. (275 g) ciasta francuskiego • 4 filety z kurczaka (po 150 g) • po 4 plastry gotowanej szynki oraz żółtego sera • 1 żółtko • 2 łyżki musztardy • po 2 łyżki masła i śmietany 30% • garść groszku cukrowego • 2-3 małe marchewki • 8 ziemniaków • 1 szkl. bulionu • sól • pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Ciasto wyjmij z lodówki 10 minut przed przygotowaniem potrawy. Filety opłucz, osusz. Rozkrój na płaty, rozbij. Natrzyj solą i pieprzem, na każdym płacie ułóż po plastrze szynki i żółtego sera. Zroluj.
2. Ciasto rozwiń. Pokrój na 4 prostokąty. Posmaruj je musztardą. Na każdym kawałku ciasta ułóż zrolowany mięsny pakiecik. Owiń go ciastem. Zlep brzegi. Wierzch ciasta posmaruj żółtkiem rozmąconym z 1/2 śmietany. Pakieciki ułóż na wyłożonej pergaminem blasze. Piecz ok. 25 minut w 200°C.
3. Ziemniaki obierz, opłucz, ugotuj w osolonej wodzie. Marchewki oczyść, pokrój. Obsmaż na maśle. Dodaj, groszek, bulion i resztę śmietany. Duś 5 minut. Dopraw solą i pieprzem. Podaj do mięsa razem z ziemniakami.

Czas przygotowania: 35 minut
Porcje: 4 **Stopień trudności:** łatwy

REKLAMA

Cukierki pokrzywowe - Reutter

Pokrzywa, którą ceniono od pokoleń.

Cukierki Pokrzywowe Reutter to połączenie tradycji z wygodą.
W składzie mają cenny ekstrakt z pokrzywy — a nie sok.
To ziołowa klasyka w nowoczesnej, poręcznej formie: zawsze pod ręką, bez zaparzania.

Produkt wyróżniony przez Fundację Rozwoju Kardiochirurgii w Zabrzu.
Cukierki pokrzywowe Reutter to oryginały, a nie kopie!



Reutter ponad 100 lat zaufania!

Dostępne w aptekach i zielarniach.

POKRZYWA — ZIOŁOWA KLASYKA W NOWEJ ODSŁONIE

Pokrzywa towarzyszy ludziom od pokoleń i na stałe wpisała się w kulturę wielu regionów. Napar z suszonej pokrzywy to jeden z tych ziołowych smaków, po które chętnie sięgamy, zwłaszcza zimą. Nie zawsze jednak mamy czas na zaparzanie herbatki. Właśnie z myślą o wygodzie powstały Cukierki Pokrzywowe Reutter — sprawdzone i chwalone przez Klientów, zawsze pod ręką. Zawierają cenny ekstrakt z pokrzywy (a nie sok), a ich receptura to efekt ponad stuletniego doświadczenia firmy Reutter w tworzeniu markowych produktów ziołowych. Czytaj etykiety i wybieraj oryginały — dostępne w aptekach i zielarniach.

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL, ul. Dąbrowskiego 5, 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl

epresa.pl df733f1200

OJCIEC ŚWIĘTY POWIEDZIAŁ

WATYKAN 24 WRZEŚNIA



„Im większa jest nasza moc przemiany świata, tym większa musi być nasza zdolność do rozeznania tego, co naprawdę służy nadanej przez Boga godności ludzkiej, do mądrego sprawowania władzy” – do Papieskiej Akademii Nauk.

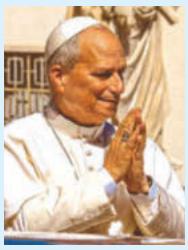
PARYŻ 25 WRZEŚNIA

„Najpierw uciekaj – od pychy, próżności, przemocy i chciwości. Za nimi kryje się często głęboka samotność i styl życia, który każe człowiekowi posiadać coraz więcej, nie dając mu prawdziwego spełnienia” – podczas drugiej części spotkania z młodymi na na Stade de France.



METZ 28 WRZEŚNIA

„Wartości Europy: prymat osoby ludzkiej i nienaruszalność życia na każdym jego etapie, ochrona wolności, znaczenie rodziny, troska o ubogich, gościnność dla obcych i szacunek dla starszych” – podczas homilii.



PARYŻ 29 WRZEŚNIA

„Kiedy Kościół mówi o obronie życia lub o kwestiach należących do nauki społecznej, nie uprawia polityki, lecz odnosi Ewangelię do życia ludzi” – podczas konferencji prasowej na pokładzie samolotu.





CZTERY DNI WYPEŁNIONE *cudami*

Ta katedra narodziła się na nowo, abyście wraz z nią mogli się odrodzić w nowym porywie świętości i codziennej misji – mówił Leon XIV w Notre Dame, nawiązując do pożaru, który wybuchł w świątyni w 2019 roku.

Zainteresowanie pielgrzymką papieża do Francji, która jest krajem mocno zlaicyzowanym, przeszło najśmielsze oczekiwania. Wszędzie tam, gdzie pojawiał się Leon XIV, także na trasie przejazdu papamobile, towarzyszyły mu niezliczone rzesze wiernych. – To piękna Boża niespodzianka – ocenił. Z trudem powstrzymywał łzy wzruszenia, gdy przed katedrą Notre Dame śpiewał wraz z wiernymi „Salve Regina”, spoglądając na figurę Maryi z Dzieciątkiem Jezus, której nie strawiły języki ognia. Podobnych, chwytających za serce chwil podczas tej podróży apostolskiej było znacznie więcej.

JESTEŚCIE ŚWIĘTYMI FRANCJI

W podparyskim Saint-Denis papież spotkał się z ok. 80 tysiącami młodych ludzi – wszystkie wejściówki na tę ucztę duchową zostały zarezerwowane zaledwie w ciągu godziny po ich udostępnieniu. Młodzi ludzie zadawali papieżowi ważne pytania – o to, jak wyznawać wiarę w dzisiejszym świecie. – Drodzy przyjaciele – mówił papież. – Dziękuję za waszą odwagę! Dziękuję za waszą obecność. Dziękuję za waszą wiarę. Jesteście świętymi Francji! – Leon XIV był zachwycony ich otwartością i szczerym poszukiwaniem Boga, prawdy i miłości. Na koniec zawierzył młodych całego świata Najświętszemu Sercu Pana Jezusa.

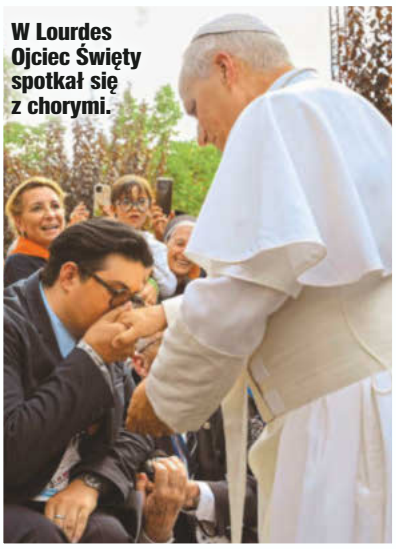
O tym, jak wielkie emocje budziła wizyta Leona XIV, świadczy opowieść 12-letniej dziewczynki, która uczestniczyła we mszy św. odprawianej przez Ojca Świętego. W rozmowie z mediami wyznała, że trzy lata wcześniej straciła ukochanego tatę, a na widok papieża przepełniło ją uczucie ulgi i pocieszenia. – Poczułam



eprasa.pl df733f1200



Nocne czuwanie z papieżem zgromadziło rzesze młodych ludzi.



W Lourdes Ojciec Święty spotkał się z chorymi.



Leon XIV odbył czterodniową pielgrzymkę do Francji.



Pilotem papieskiego samolotu była kobieta.

w sercu, jakbym znów była blisko ojca. Papież reprezentuje Jezusa, a Jezus jest z moim Ojcem w niebie – wyjaśniła z prostotą Jeanne. Gdy Leon XIV przybył do sanktuarium maryjnego w Lourdes, jak wszyscy pielgrzymi, którzy przyjeżdżają tam z całego świata, modlił się w ciszy i skupieniu przed słynącą łaskami i cudami figurą Matki Bożej, napił się wody ze źródła, dotknął skały i postawił świecę. Jako papież błogosławił chorych i cierpiących. Ta chwila była dla niego niezwykle ważna. – Należy stanowczo odrzucić pokusę zadawania śmierci pod pozorem fałszywego współczucia. Nie można uznać zadawania śmierci za coś normalnego. Nie wszystko, co jest zgodne z prawem, jest moralnie słuszne – przypomniał Ojciec Święty. Tak odniósł się do eutanazji niedawno zalegalizowanej we Francji.

PAPIEŻ W KABINIE PILOTÓW

Gdy Leon XIV leciał z Lourdes do Metz, zasiadł w kabinie pilotów. – Prowadziliśmy z nim nieformalne rozmowy. Pasjonuje się on lotnictwem, samochodami i mechaniką w ogóle – opowiadał potem Eric Marguerite, drugi pilot. Lotem dowodziła kobieta – kapitan Clemence Coussonneau, co zdarzyło się po raz pierwszy w historii papieskich lotów. A gdy Ojciec Święty wracał z Francji samolotem do Rzymu, podczas konferencji prasowej na pokładzie maszyny, podsumował pielgrzymkę do Francji. – Te cztery dni były dosłownie wypełnione błogosławieństwem. Powiedziałbym, że niemal cudami – podkreślił Ojciec Święty.

Wyznania Johna Prevosta

MAMA BYŁABY BARDZO DUMNA



Leon XIV ceni więzi rodzinne i często dzwoni do średniego brata.

Jestem dumny, że jeszcze się nie załamał, że się trzyma, daje sobie radę – wyznał John Prevost, brat Leona XIV, w wywiadzie dla włoskiej telewizji, którego udzielił w swoim rodzinnym mieście Chicago. Średni z braci Prevostów, John, emerytowany dyrektor szkoły katolickiej, zdecydował się też opowiedzieć, jaki jest prywatnie papież. Zawsze znajduje czas dla bliskich i jest gotowy przyjść im z pomocą. John Prevost ujawnił, że niedawno kupił nowy komputer i nie umiał go uruchomić, dlatego zadzwonił do brata. – Wyjaśnił mi dokładnie przez telefon, jak mogę rozwiązać problem – zdradził. Papież zna się nie tylko na komputerach, ale także na podatkach. Dlatego John w zeszłym roku, w okresie składania deklaracji podatkowych, zadzwonił do papieża, który pomógł mu przy zeznaniu podatkowym. Brat Leona XIV wspominał też dzieciństwo, gdy on, Robert i najstarszy Louis z rodzicami spędzali wakacje w domku nad Jeziorem Michigan. Do dziś śmieją się na wspomnienie ucieczki przed pszczołami, które leciały za nimi aż do domu i użądliły ich tatę. Brat papieża wspominał też ukochaną mamę – Mildred Martinez Prevost. Zmarła w 1990 r., w wieku 78 lat, gdy Robert przebywał na misjach w Peru. Jej najmłodszy syn 35 lat później stanął na czele Kościoła. John zastanawiał się, jak zareagowałaby na to wielkie wyróżnienie. – Nie sądzę, żeby się chwaliła i mówiła: „Och, mój syn jest papieżem” – uważa. – Ale myślę, że byłaby bardzo dumna. Dałaby mu znać i powiedziała, że jest obecny w jej modlitwach – dodał.



John Prevost pokazuje zdjęcie braci z dzieciństwa.

Fot.: East News (10)

eprasa.pl df733f1200



To mama Wiktorii jako pierwsza zwróciła się ku Bogu. Później modliła się o nawrócenie córki.

Wiktoria Kumpin

Najpierw nawróciła się jej mama, dopiero potem Wiktoria. Z mężem, o którego modliła się przez lata, długo starali się o dziecko. Święta Rita wyprosiła im upragnione maleństwo...



Słowo do Ciebie

Życie z Bogiem nie powinno być dodatkiem. Trzeba zrozumieć, że w Bogu żyjemy i poruszamy się. On jest w każdej sekundzie naszego życia.

W pewnym momencie poczuła, że może oddać Bogu wszystko, co niesie na barkach.

WSZYSTKO ZACZYNA SIĘ *w głowie*

Byliśmy katolikami od święta – wspomina rodzinny dom Wiktoria Kumpin (42 l.) z Wrocławia. – Wiara nie była centrum naszej codzienności, choć podchodziliśmy do niej z szacunkiem. Szło się do spowiedzi raz w roku, w trakcie Wielkanocy, bo tak trzeba. Traktowaliśmy to jak zwyczaj, a nie spotkania z Bogiem – dodaje.

Kiedy miała sześć lat, jej rodzice się rozstali. Ponad dekadę później mama Wiktorii, pani Maria, związała się z Jackiem. On był ateistą, oboje sporo zarabiali. Prowadzili nowoczesne życie.

– Miałam pieniądze, studiowałam. Jednak czegoś mi brakowało. Codzienność mnie przytłaczała. Z zewnątrz wszystko wyglądało dobrze, ale w środku był chaos – mówi Wiktoria.

WYPŁAKAŁA WIADRO ŁEZ

Kiedyś weszła do dominikanów. Uklęka przed obrazem Jezusa Miłosiernego.

„Jeśli naprawdę jesteś, zrób coś!” – modliła się własnymi słowami, ze łzami w oczach.

Jakiś czas później mama Wiktorii wybrała się na rekolekcje. Już wcześniej jej koleżanki z pracy należące do wspólnoty, modliły się o jej nawrócenie. Zapraszały na rekolekcje, a nawet ofiarowywały w jej intencji komunie święte. Kobieta się wymigiwała. W końcu, dla świętego spokoju, rzuciła: „Dobra, pojadę, żebyście już mnie nie męczyły”.

Wróciła odmieniona. Zaczęła żyć inaczej. Modlitwa przed jedzeniem, nowe zwyczaje.

– Musimy się rozstać. Chcę iść za Bogiem – oznajmiła partnerowi.

Nagle w bardzo nowoczesnym domu pojawiła się wiara, która przestała być świątecznym dodatkiem. Dla rodziny był to szok.

– Z jednej strony było to ciekawe, ale z drugiej byliśmy tym wszystkim zażenowani – przyznaje Wiktoria.

eprasa.pl df733f1200



Wiele osób pyta, jak to się dzieje, że są tak dobrą parą.



Prowadzi warsztaty dla małżeństw.



Tworzą szczęśliwą rodzinę.

Po kilku tygodniach na rekolekcje pojechał Jacek. I też się nawrócił. Dziś oboje z Marią, już jako małżonkowie, posługują we wrocławskiej wspólnocie Betania.
– Wikuniu, będziemy się za ciebie modlić – zwróciła się Maria do córki tuż po nawróceniu Jacka.
Niedługo później Wiktoria trafiła na te same rekolekcje.
– Była spowiedź, modlitwa o uzdrowienie. Wypłakałam wiadro łez. Czułam, że mogę oddać Bogu wszystko, co niosę na swoich barkach. Poczułam się spokojna i wypoczęta – wspomina.

TO BYŁ PALEC BOŻY

Przez kilka lat Wiktoria modliła się o dobrego męża. Chciała znaleźć kogoś, kto byłby złotą rączką. Ktoś doradził jej, by prosiła Boga o konkretną cechę przyszłego męża. Niestety, nie mogła znaleźć odpowiedniej osoby.
– Jak chcesz kogoś poznać, skoro nawet nie dasz się zaprosić na kawę! – powiedział jej znajomy. Te słowa w niej zostały.
Tydzień później organizowała w klubie imprezę urodzinową. Kuzynka, którą zaprosiła, przyszła z kolegą, Arkadiuszem. Wiktoria mu się spodobała. Zaprosił ją na kawę.
– Posłuchałam rady znajomego i przyjęłam zaproszenie. Kiedy jechałam na randkę, zepsuły mi się wycieraczki w aucie. Stałam na poboczu, bo padał deszcz i spóźniłam się na to spotkanie. Arek od razu powiedział, że może to naprawić. Wtedy jednak mi się nie podobał – wyznaje. „Panie Boże, chyba żartujesz, że to właśnie ten człowiek ma zostać moim mężem!” – zwróciła się do Stwórcy.
– Był wówczas niewierzący. A ja myślałam, że jak kogoś poznam, będzie to ktoś ze wspólnoty – opowiada.
On jednak chciał poznać świat, w którym ona żyje. Rok później byli już małżeństwem. Arkadiusz jeszcze przed ślubem chodził z Wiktorią na msze. Jednak nie korzystał z sakramentów.
– Nic nie stoi na przeszkodzie, żebyś do nich wrócił – zasugerowała. Ale nie naciskała, bo sama tego nie lubi.
– W pewnym momencie mąż sięgnął po materiały ze wspólnoty. Dużo czytał. Aż w końcu poszedł do spowiedzi. Było to jeszcze przed ślubem. I do dziś korzysta z sakramentów, jest wierzącą osobą – mówi.

WYPROSIŁA DZIECKO

Para przez lata starała się o dziecko. Jednak lekarze nie potrafili odpowiedzieć na pytanie, dlaczego Wiktoria nie może zajść w ciążę. Rozpoczęli więc z mężem modlitewny szturm nieba.
– Jedziemy do Włoch, więc zajrzymy do Cascii, gdzie żyła święta Rita - stwierdzili na początku 2015 r. Tam przy grobie augustianki modlili się o potomstwo. Dokładnie rok później, w rocznicę pielgrzymki, urodził się ich syn, Wincenty.
– Święta Rita wyprosiła nam dziecko. Ale coś jeszcze się wydarzyło po tym wyjeździe. W moim sercu pojawił się ogromny spokój. Potrafiłam odpuścić. Zgodzić się, by działa się wola Boga, nawet jeżeli jest inna niż moja – mówi. – Po powrocie z tej pielgrzymki staraliśmy się już o adopcję. A tu taka niespodzianka! – dodaje.

DROGA SERC

W 2018 r. po raz drugi zostali rodzicami. Na świat przyszła ich Klara. Tworzą szczęśliwą rodzinę. – Nie kłócimy się, ale przede wszystkim się przyjaźnimy. Ludzie pytają, jak to robimy, że jesteśmy tak udanym małżeństwem. Odpowiadam, że wszystko zaczyna się w głowie – mówi.
Chcąc podzielić się swoim doświadczeniem, wpadła na pomysł organizowania warsztatów dla małżeństw „Droga Dwóch Serc”.
– Cieszą się powodzeniem – zaznacza. – Jeśli ktoś nie może w nich uczestniczyć, ich treść jest także dostępna w formie książki „Słowa pełne nieba”.
Kiedyś, podczas innych warsztatów, zapytała uczestników, czego żałowaliby, gdyby okazało się, że jest to ich ostatni dzień życia. I potem sama sobie odpowiedziała na to pytanie: „Bardzo bym żałowała, że nie napisałam książki o łasce bożej”.
– Dlatego napisałam e-booka „Bóg chce Ci błogosławić. Nie ograniczaj Go”. I szukałam pomysłów, jak go wypromować. Tak narodził się pomysł założenia konta „Niebo w głowie” na Instagramie. Pokazuję tam, że z Bogiem trzeba bardzo konkretnie. Trzeba wiedzieć, czego się chce – podkreśla.
Mówi, że życie z Bogiem nie powinno być dodatkiem.
– Trzeba zrozumieć, że w Bogu żyjemy i poruszamy się. On jest w każdej sekundzie życia. A im bardziej odpuszczam i daję się prowadzić, tym więcej przestrzeni daję Bogu do działania – przekonuje.

KAMIL WASZCZUK



To święta Rita pomogła Wiktorii, gdy starała się z mężem o dziecko.

Fot.: Kamil Waszczuk/archiwum domowe (6)

eprasa.pl df733f1200

Święci patroni

Św. Carlo Acutis

IŚĆ DROGĄ wiary



Uważany jest za patrona Internetu

12 PAŹDZIERNIKA

Z sieci korzystał mądrze, zawsze z myślą o innych. Jest nawet nazywany „Bożym influencerem”...

Pierwszy komputer dostał na ósme urodziny i z pasją odkrywał jego tajemnice. Jako nastolatek umiejętnościami dorównywał już studentom informatyki. Programował, tworzył strony internetowe. Uwielbiał też gry komputerowe, ale grał tylko godzinę tygodniowo, ponieważ – jak mówił – chciał być wolny. Zawsze powtarzał, że „Eucharystia jest jego autostradą do nieba” i o jej mocy opowiadał rówieśnikom w sieci.

Urodził się 3 maja 1991 w Londynie, gdzie pracował jego ojciec. Do Mediolanu rodzina wróciła, gdy chłopiec miał pięć miesięcy. Rodzina Carla nie była zbyt religijna. Niektórzy biografowie twierdzą, że to polska niania powiedziała mu, jak się modlić. Do Pierwszej Komunii przystąpił w wieku 7 lat i od tamtej pory nigdy nie opuścił codziennej mszy świętej. Codziennie też odmawiał różaniec. Był dobrym synem i oddanym przyjacielem. Pomagał kolegom w nauce. Pracował też jako wolontariusz w jadłodajni dla ubogich, a kieszonkowe wydawał na jedzenie i pomoc dla bezdomnych. Jego mama Antonia Salzano wspomina, że miał do niej pretensje, gdy kupiła coś droższego, wyliczając, ile dobrego można byłoby zrobić za te pieniądze. Był też gorliwym katechetą, stworzył w sieci serwis opisujący cuda eucharystyczne (miracolieucaristici.org dostępny w 16 językach). Jesienią 2006 r. wykryto u niego ostrą białaczkę. Lekarze dawali mu tylko kilka dni życia. Nie upadł na duchu, powtarzał, że ofiarowuje „swe cierpienia Panu, za papieża i Kościół, aby uniknąć czyśćca i iść prosto do nieba”. Chciał tylko, by pochować go w Asyżu, mieście św. Franciszka. Zmarł 12.10.2006. – Liczę, że jego przykład pomoże młodym ludziom iść drogą wiary – mówiła Antonia Salzano po uroczystości beatyfikacji syna. We wrześniu 2025 roku został ogłoszony świętym.

TERESA ZUŃ

Fot.: PAP, materiały prasowe (2)

POLECAMY
LEKTURĘ Z DUSZĄ!

SKĄD TA PUSTKA?
Wydawnictwo Esprit

W „Doświadczyć Jezusa naprawdę” John Eldredge przypomina, że chrześcijaństwo nie jest zbiorem zasad, lecz spotkaniem z Jezusem. Diagnozuje współczesne zmęczenie, duchową pustkę, a jako wyjście wskazuje powrót do prostoty serca, dziecięcej ufności i relacji z Bogiem znanej mistykom.



WAŻNE OSTRZEŻENIE
Wydawnictwo Esprit

„O siłach zła” abp. Fultona J. Sheena to dzieło, które po latach powstało z jego rozproszonych tekstów (wybór ks. Dave Tomaszycki). Sheen zawsze ostrzegał przed kulturą odrzucającą Boga, oswajającą przemoc i hedonizm. Analizował pokusy odwracania się od krzyża. Pokazywał chrześcijańską historię walki duchowej, uczył rozpoznawać zło w różnych ideologiach i codziennych wyborach.



ludzie i wiara ŻYCIE • WARTOŚCI • NADZIEJA

Redaktor Naczelna: Marta Lubartowska
Redaktor Zarządzający: Paweł Górnikowski

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa,
e-mail: redakcja@ludzieiwiara.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-Mołęda
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: Bartłomiej Raźny, Małgorzata Kaptur
Graficy: Leszek Chyliński, Jacek Czekała, Anna Fortuna, Robert Kowalczyk, Monika Grunt-Maj, Grażyna Szulkowska, Robert Zalewski.

Bauer Media Group

Wydawca: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota
Publisher/Wydawca: Małgorzata Grono
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: www.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: P/mint Sp. z o.o. ul. Pułtuska 120, 07-200 Wyszków

Wydawnictwo jest członkiem Polskiej Izby Wydawców PIPC

Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawcy jest zabronione. Wydawca czasopisma ostrzega PT. 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. Niezamówionych materiałów nie zwracamy. Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: reklama@bauer.pl

Fotorealistyczne obrazy w tym wydaniu, które zostały wygenerowane lub zmodyfikowane przy użyciu sztucznej inteligencji, oznaczamy symbolem ✨

ludzie i wiara ŻYCIE • WARTOŚCI • NADZIEJA

Kupon Krzyżówka nr 4 10/2026

Termin nadsyłania do 3.11.2026 r., decyduje data stempla pocztowego.

Kupon należy wypełnić pismem drukowanym, wyciąć i wysłać na adres redakcji.

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI:

1	2	3	4	5	6	7	8	9

Krzyżówka nr 4 str. 21

Imię ..... **Nazwisko** .....

Ulica, nr domu, nr lokalu.....

Kod, miejscowość.....

Poczta ..... **Tel.:** .....

Administratorem danych osobowych jest Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j. z siedzibą w Warszawie (04-035) przy ul. Motorowej 1, tel. (22) 51 70 123. Dane osobowe Uczestników Krzyżówki będą przetwarzane w celu realizacji umowy przystąpienia do Krzyżówki, jej prawidłowego przeprowadzenia i wydania przyznanych nagród. Podstawą prawną jest art. 6 ust. 1 lit. b) RODO. Dane przetwarzane będą przez 6 lat. Każdej osobie, która podała dane przysługuje prawo żądania dostępu do danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, a także prawo sprzeciwu wobec ich przetwarzania i wniesienia skargi do organu nadzorczego.
Przekazanie danych jest dobrowolne lecz niezbędne do wzięcia udziału w Krzyżówce.

eprasa.pl df733f1200

REKLAMA

Dlaczego coraz GORZEJ SŁYSZYMY?





Specjaliści nie mają wątpliwości, co może się do tego przyczyniać.

Problem pogarszającego się słuchu dotyczy dorosłych, jak i dzieci. Mogą przyczyniać się do tego **błędy, które nieświadomie popełniamy.**

Przede wszystkim **należy przestać używać patyczków kosmetycznych**. Odkąd pojawiły się w sklepach, lekarze ostrzegali, żeby nie używać ich do higieny ucha. Wkładanie patyczków do przewodu słuchowego jest jedynie złudnym wrażeniem wyczyszczenia uszu.

ZATKANE UCHO TO NIESŁYSZĄCE UCHO...

*„Czyszczenie uszu patyczkiem jest bardzo złą metodą ze względu na to, że **może ona powodować wiele różnych skutków ubocznych**”* – mówi Katarzyna Kasperek-Mosoń, laryngolog z Wrocław Medical Center (artykuł pt. „Czyszczenie uszu patyczkiem może być niebezpieczne dla zdrowia – ostrzega laryngolog” z portalu Medonet.pl.).

O ryzyku związanym z używaniem patyczków kosmetycznych możemy przeczytać nawet na... ich opakowaniach. Niestety większość z nas nie czyta etykiet.

JEŚLI NIE PATYCZKIEM, TO CZYM?

Na pewno nie wodą! Woda sprawia, że woskowina pęcznieje i zamyka przewód słuchowy. Warto sprawić sobie dobrej jakości aparat do czyszczenia uszu. Taki, który będzie delikatnie wysysał z uszu nadmiar woskowiny, zanieczyszczenia i wodę, pozostawiając je czyste i suche.

URZĄDZENIE DO CZYSZCZENIA USZU DLA CAŁEJ RODZINY!

WaxVac

WaxVac nie przepycha woskowiny w głąb przewodu słuchowego. Zamiast tego „wysysa” nadmiar woskowiny, nagromadzone zanieczyszczenia i wodę – czyli wszystko to, czego nie powinno być w naszym uchu.



JAK TO DZIAŁA?

Najważniejszą częścią urządzenia jest **system nanossący,** działający na zasadzie siły odśrodkowej. W ciągu zaledwie kilkunastu sekund struktura korka woskowinowego rozpada się i zostaje łagodnie wyciągnięta z ucha.

JAK UŻYWAĆ?

Nałóż na końcówkę miękką nakładkę z silikonu i włącz urządzenie. Potem przyłóż aparat do ucha. Poczujesz, jak urządzenie delikatnie wysysa wodę oraz zanieczyszczenia.



Aparat wyposażony jest w **4 wymienne nakładki** – tym samym może korzystać z niego cała rodzina. Nakładki są wykonane z zaawansowanego technologicznie silikonu.



Tak! Tylko za **87 ZŁOTYCH!**

JESIENNA OKAZJA

Mamy wyjątkową ofertę dla Czytelników „Ludzie i Wiara”.
Pierwsze 100 osób, które zgłosi się telefonicznie, otrzyma urządzenie do czyszczenia uszu **za 87 zł!**
Oferta ważna do wyczerpania zapasów.

71 300 37 08

Poniedziałek-niedziela 8:00-20:00 (koszt zwykłego lokalnego połączenia)

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne 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 df733f1200

REKLAMA

WIELKI JUBILEUSZ 150-LECIA OBJAWIEŃ MARYI W POLSCE.

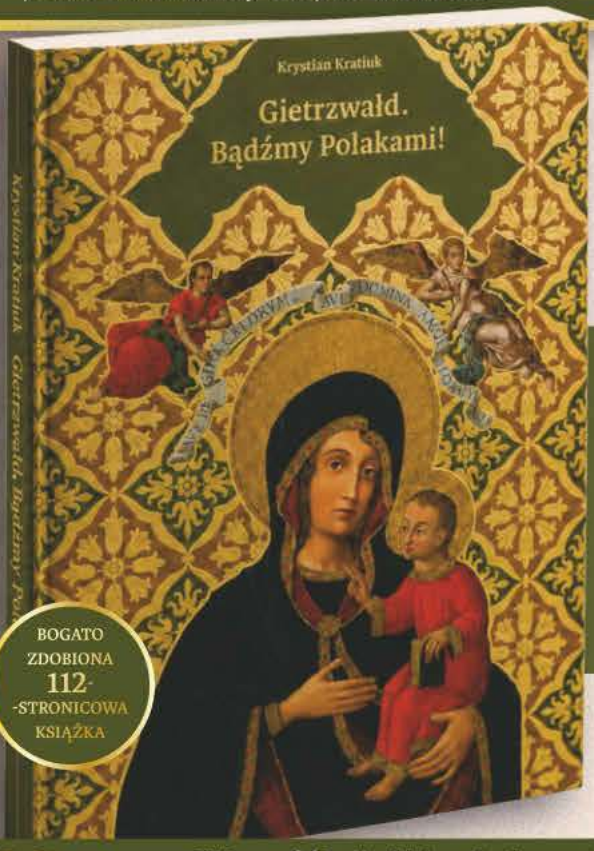
Znasz ich treść?

150. ROCZNICA OBJAWIEŃ GIETRZWAŁD 1877 – 2027



Czy wiesz, że...

- w całej historii Kościoła tylko kilkanaście objawień Maryjnych zostało oficjalnie uznanych przez Stolicę Apostolską;
- jedne z nich miały miejsce w Polsce!



W 1877 roku w Gietrzwałdzie, niepozornej wsi na Warmii, dwójce dzieci ukazała się Matka Boża siedząca na polskim tronie. Objawiła się jako Królowa kraju, który był wówczas pozbawiony nie tylko władcy, ale i własnej państwowości czy granic. Maryja wezwała Polaków do nawrócenia, koniecznego aby Jej królestwo na ziemi mogło odrodzić się i wzrastać w chwale.

Czy Polacy spełnili prośby Matki Zbawiciela? **Odpowiedź znajdziesz w wyjątkowej książce...**

Każdy Polak powinien znać te objawienia! Poznaj je i Ty! TERAZ!

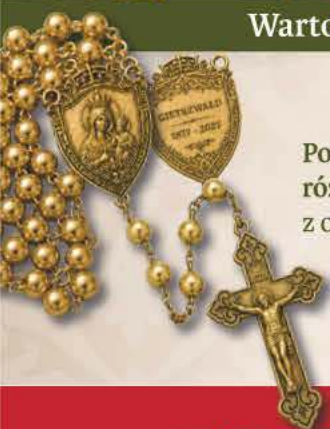
Książka pt. *Gietrzwałd. Bądźmy Polakami!* zawiera wszystko, co każdy katolik powinien wiedzieć o objawieniach w Gietrzwałdzie:

- kontekst historyczny, w jakim doszło do objawień;
- dokładną treść przesłania Matki Bożej do narodu polskiego;
- rolę Gietrzwałdu w całej historii objawień Maryjnych;
- historię obrania Matki Bożej na Królową Polski.



Autor publikacji, **Krystian Kratiuk**, jest redaktorem naczelnym portalu PCh24.pl, zajmującego się sprawami wiary i Kościoła. Tematykę objawień w Gietrzwałdzie zgłębiał przez wiele lat. Ta książka jest zwieńczeniem jego pracy.

Wartość książki to jedyne 12 zł. Odbierz teraz, a otrzymasz w prezencie:



Poświęcony różaniec wydany z okazji **150. rocznicy objawień w Gietrzwałdzie.**



Kartę Zawierzenia, dzięki której możesz przesłać swoje podziękowania i prośby do Gietrzwałdzkiej Pani!



Poświęcony przez kapłana duży piękny obrazek z wizerunkiem Matki Bożej Gietrzwałdzkiej.

Zatem nie zwlekaj i...

JUŻ DZIŚ SIĘGNIJ PO KSIĄŻKĘ *GIETRZWAŁD. BĄDŹMY POLAKAMI!*

zadzwoń:
12 444 78 88
i podaj kod:
01 00 01

lub

wyślij SMS
o treści **1 00 01** pod nr:
661 007 676
(koszt zwykłego SMS-a)

lub

zeskanuj kod QR lub odbierz książkę na **Gietrzwald.org**

eprasa.pl df733f1200