

www.diecezjaelk.pl

MARTYRIA

ISSN 1428-1627
Miesięcznik Diecezji Etckiej

GRUDZIEŃ 2025 NR 11 (407)
Rok XXXI



**On bowiem
zbawi swój lud
od jego grzechów
Mt 1,21**

- str. 2 Czas życzeń
- str. 3 List Pasterski
- str. 5 W pędzie życia
- str. 6 Moc sakramentów
- str. 7 Zapytaj Księdza
- str. 8 Zakończenie Roku Jubileuszowego
- str. 9 Ciche oczekiwanie
- str. 10 Idź za Gwiazdą
- str. 11 Na progu wdzięczności
- str. 12 Młodzi młodym
- str. 13 Posłani by głosić
- str. 14 Sztuka otrzymywania
- str. 15 Dar wspólnoty
- str. 16 O obecności
- str. 19 Smart phone, watch, home
- str. 20 Zwierzęta Betlejemskie
- str. 21 Świadectwo
- str. 22 W sile wieku
- str. 24 Przedwieczna miłość Boga
- str. 26 Polak z Sercem
- str. 27 Wielkie posłanie
- str. 28 Z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Suwałkach
- str. 29 Jubileuszowa radość
- str. 30 CARITAS
- str. 33 Ona naszą tarczą
- str. 34 Martyria dzieciom
- str. 35 Gotowanie z Martyrią



Drodzy Czytelnicy Martyrii

Tegoroczne święta Bożego Narodzenia obchodzimy w Roku Jubileuszowym, Roku Nadziei, co jeszcze bardziej potęguje naszą radość. Taką radość zwiastował światu Anioł: „Nie bójcie się! Oto zwiastuję wam radość wielką, dziś w mieście Dawida narodził się wam Zbawiciel, którym jest Mesjasz, Pan”. (Łk 2,10-11) Niech ta Dobra Nowina, że Bóg z miłości do nas stał się człowiekiem, aby nas zbawić, napełni nasze serca radością, pokojem i nadzieją.

Idźcie do Betlejem jako Pielgrzymi Nadziei, by spotkać Jezusa Chrystusa. Tym aktualnym „Betlejem” dla nas jest ołtarz na którym sprawowana jest Eucharystia.

W czasie każdej Mszy świętej Jezus Chrystus staje się obecny na ołtarzu po to, aby Boże Narodzenie mogło powtórzyć się w nas. Jezus Chrystus pozostał z nami w Eucharystii pod postaciami chleba i wina. Jak sam zapowiadając ustanowienie Eucharystii powie o sobie „Ja jestem chlebem żywym, który zstąpił z nieba. Jeśli kto spożywa ten chleb, będzie żył na wieki” (J 6,51). Boże Narodzenie staje się wtedy, gdy ten dar przyjmujemy do naszego serca, gdy On w nim się rodzi.

Dzieląc się opłatkiem, życzę umocnienia osobistej relacji z Dzieciątkiem Jezus i przyłgnięcia do Niego z całą mocą i zaufaniem. Niech to spotkanie z Jezusem Chrystusem uczyni z nas uczniów misjonarzy, którzy z misyjnym zapalem zwiastują radość, pokój i nadzieję z przyjścia Boga na świat dla naszego zbawienia.

W te Święta oraz wszystkie dni Nowego Roku 2026 otaczam Was modlitwą i z serca błogosławię.

+ Jerzy Mazur SVD
Biskup Ełcki

Miesięcznik Diecezji Ełckiej Wydawca: Kuria Biskupia Diecezji Ełckiej

Redaguje zespół: Red. naczelny: ks. mgr lic. Krzysztof Zubrzycki, red. Weronika Tomaszewska, współpraca: Monika Rogińska, korekta: mgr Małgorzata Wójcik. Adres redakcji: ul. 3 Maja 10/1, 19-300 Ełk, tel. 730 38 39 40, e-mail: martyria.redakcja@gmail.com. Konto bankowe: 47 1600 1462 1023 5618 6000 0008. Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych. Zastrzega sobie prawo skracania i opracowywania tekstów oraz zmian tytułów. Nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń. Drukarnia Libra-Print, al. Legionów 114 B, 18-400 Łomża, tel. 86 473 77 84, 86 218 52 87. Skład i łamanie - Pixel Agencja Reklamowa Marcin Pokropski, 19-300 Ełk, ul. Magazynowa 7, tel. 87/ 621 02 05, www.pixel.elk.pl



Diecezja
Ełcka



List pasterski Biskupa Elckiego na Adwent 2025 roku

Umiłowani Diecezjanie!

Tegoroczny Adwent przeżywamy w Roku Jubileuszowym, Roku Nadziei. Jest to czas łaski dany nam od Boga. Ten czas łaski jest wezwaniem do osobistego spotkania się z Panem Jezusem, który jest źródłem nadziei i bramą zbawienia. Przeżywanie czasu Adwentu niech umocni w nas pragnienie wielkiej Nadziei, którą jest jedynie Bóg i tylko On może dać to, czego sami nie możemy osiągnąć.

Prorok Izajasz przestrzega nas, że jeśli ludzie będą zachowywać pouczenia Boże, zapanuje pośród narodów prawdziwy pokój: Naród przeciw narodowi nie podniesie miecza, nie będą się więcej zaprawiać do wojny (Iz 2, 4). Jakże to pragnienie pokoju jest nam dzisiaj bliskie.

Podczas adwentowego oczekiwania na ziemskie narodziny Jezusa Chrystusa Kościół przypomina nam zapowiedź przyszłego sądu nad całą ludzkością. Nikomu z nas nie jest znany czas ponownego przyjścia Pana Jezusa, dlatego to przypomnienie powinno być wezwaniem do ustawicznego czuwania: Czuwajcie więc, bo nie wiecie, w którym dniu Pan wasz przyjdzie (Mt 24, 42). W praktyce oznacza ono życie w stanie łaski uświęcającej i takie zagospodarowanie naszej codzienności, aby każdy dzień był przeżyty na większą chwałę Boga i pożytek drugiego człowieka.

Wszyscy jesteśmy uczniami-misjonarzami

Wraz z pierwszą niedzielą Adwentu wchodzimy w nowy rok liturgiczny i duszpasterski, który przeżywać będziemy pod hasłem: „Uczniowie-misjonarze”. Z nadzieją wejźmy w ten program, który przygotowuje nas do roli uczniów-misjonarzy Chrystusa. Za papieżem Franciszkiem pragnę powtórzyć: Na mocy otrzymanego Chrztu, każdy członek Ludu Bożego stał się uczniem- misjonarzem (EG 120).

Tak, to na chrzcie świętym staliśmy się uczniami-misjonarzami, bo przyjęliśmy wiarę i winiliśmy się dzielić tą wiarą z innymi. W sakramencie bierzmowania Duch Święty czyni nas dojrzałymi członkami Kościoła na drodze do świętości i zdolnymi do prawdziwego świadectwa Ewangelii.

Wszyscy jesteśmy zaproszeni do szkoły Jezusa. To Jezus pragnie uczynić z nas dojrzałych uczniów-misjonarzy. Zadajemy sobie pytanie, czego od nas jako uczniów-misjonarzy oczekuje Jezus Chrystus? Z całą pewnością możemy powiedzieć, że On chce naszego życia, naszego szczęścia, naszego zbawienia. Jezus sam nam mówi: Przyszedłem po to, aby owoce miały życie i miały je w obfitości (J 10,10). Jezus przyszedł na świat, by obwieszczać Królestwo niebieskie, czyli pano-



wanie Boga w świecie i głosić zbawienie. Jezus pragnie, byśmy kontynuowali Jego misję zbawienia wszystkich ludzi, byśmy głosili Dobrą Nowinę o życiu wiecznym w naszych rodzinach, miejscach pracy, wszędzie, gdzie jesteśmy i aż po krańce ziemi. Dlatego Jezus wzywa nas, by wyruszyć w drogę razem z Nim i za Nim. On pragnie, byśmy Go poznawali, miłowali i naśladowali.

Chcemy ujrzeć Jezusa (J 12,21)

Dzisiaj wypowiadamy te słowa: Chcemy ujrzeć Jezusa. Niech to pragnienie spotkania się, poznawania i trwania w nauce Jezusa stanie się najważniejszym naszym celem w szkole Jezusa. Sam Jezus nam mówi: Jeżeli będziecie trwać w nauce mojej, będziecie prawdziwie

moimi uczniami i poznacie prawdę, i prawda was wyzwoli (J 8,31-32). Jako uczniowie-misjonarze spotykajmy się z Chrystusem, słuchajmy Jego Słowa, rozmawiajmy z Nim na modlitwie, adorujmy Go w Najświętszym Sakramencie, spotykajmy się z Nim w sakramentach świętych, szczególnie w Eucharystii, miłujmy i służmy Mu w naszych braciach i siostrach.

Spotkanie i poznawanie Chrystusa rodzi i umacnia wiarę w Niego jako jedynego Zbawiciela świata. Wiara jest spotkaniem z Chrystusem i oznacza całkowite zawierzenie się Jemu, przyłgnięcie do Chrystusa, nawrócenie się, czyli odrzucenie tego wszystkiego, co oddala człowieka od Boskiego Mistrza. On daje nam dobrą radę: Wytrwajcie w miłości mojej (J 15,9), a wtedy umocnicie relację Mistrz – uczeń.

Przylgnięcie i zawierzenie Jezusowi Chrystusowi to wkroczenie na Jego drogę. Ta droga to droga Ewangelii, przykazań, błogosławieństw, to droga krzyża. Krzyż staje się kluczem do zrozumienia drogi naśladowania Jezusa: Kto nie nosi swego krzyża, a idzie za Mną, ten nie może być Moim uczniem (Łk 14,27). Droga za Chrystusem rodzi zobowiązania. Nie można wybiórczo traktować przykazań, Ewangelii, nauki Kościoła, ale trzeba nauczyć się Jezusowego stylu działania, czyli przepowiadania, trwania na modlitwie, dawania świadectwa, pełnienia woli Ojca.

Uczniowie stają się misjonarzami, kiedy zaczynają świadczyć o Jezusie, głosić Ewangelię o życiu wiecznym, kiedy zaczynają dzielić się z innymi radością i pięknem spotkania z Chrystusem. Do tej misji są posłani przez Chrystusa słowami: Idźcie i czyncie uczniami!, Idźcie i głosście! On ich zapewnia: Ja jestem z wami aż do skończenia świata.

Formacja ucznia-misjonarza

Pierwszą i szczególną wspólnotą formacyjną jest rodzina. Od momentu narodzin, a szczególnie od chrztu świętego jesteśmy formowani przez rodziców i kształtowani przez najbliższe otoczenie. Z własnego doświadczenia wiemy, że najszybciej upodobniamy się do tych, których kochamy i z którymi spędzamy czas.

Formacja w rodzinie dokonuje się nie tylko poprzez słowa, ale przede wszystkim poprzez świadectwo życia, wzajemne przebaczenie i prośenie o przebaczenie, przez codzienne praktykowanie mi-

łości miłosiernej. Codzienne życie rodziców, ich postawa, sposób mówienia, a głównie okazywanie miłości są wzorcami, które dzieci chłoną i naśladują. Jako rodzice w mocy Ducha Świętego pomagajcie Waszym dzieciom w tej formacji stawania się uczniem-misjonarzem, do czego zobowiązaliście się poprzez sakrament małżeństwa i chrztu świętego Waszego dziecka.

Jednak największym darem, jaki możecie ofiarować swoim dzieciom, jest dar wiary w Boga. Jak nas uczył papież Benedykt XVI: Kto nie daje Boga, daje zbyt mało. Czyńcie wszystko, by dawać Boga najbliższemu, a będziecie dawać zawsze dużo. Zachęcam do trwania razem na modlitwie w rodzinie, do czytania Pisma Świętego, dobrej literatury religijnej, do życia zgodnie z Ewangelią i przykazaniami. Twórzcie dobry klimat Nazaretu w Waszych rodzinach. Umacniajcie wiarę na modlitwie, bo tak wierzymy, jak się modlimy.

Bardzo ważną po rodzinie przestrzenią wzrastania w wierze jest wspólnota Kościoła, parafia. Dużą rolę tutaj pełnią biskupi, kapłani, diakoni, którzy głoszą Słowo Boże, pełnią posługę sakramentalną i posługę miłości miłosiernej. W parafii uczniowie-misjonarze formują się przez słuchanie Słowa Bożego, przez łaski, które płyną z poszczególnych sakramentów, zwłaszcza z uczestniczenia w Eucharystii, adoracji Najświętszego Sakramentu, otwierania się na miłosierdzie Boże w sakramencie pokuty i pojednania.

W poszczególnych parafiach istnieją ruchy, wspólnoty, stowarzyszenia czy bractwa, które mobilizują do ewangelicznego stylu życia.



Wszystkie te wspólnoty mają pogłębiłą formację, aby być bliżej Jezusa i nieść Jezusa innym. Zachęcam szczególnie tych, którzy nie należą do żadnej ze wspólnot, aby dołączyli do jednej z istniejących w parafii.

Inną przestrzenią formacji ucznia-misjonarza jest szkoła, a w niej lekcje religii. Zajęcia te pomagają kształtować sumienia i budować relacje z Bogiem, promują takie wartości moralne, jak miłość, wdzięczność, uczciwość, szacunek, współczucie. Lekcje religii pomagają dzieciom i ludziom młodym rozwiązywać konflikty, kryzysy, przeciwdziałać przemocy, agresji, różnym uzależnieniom oraz pomagają kształtować właściwe postawy i zachowania. Dlatego zachęcam dzieci i młodzież do uczestniczenia w lekcjach religii, pomimo krzywdzących zarządzeń ze strony rządzących. Drodzy Rodzice, współpracujcie z katechetami i dołóżcie wszelkich starań, by Wasze dziecko brało udział w tych zajęciach.

Eucharystia źródłem formacji ucznia-misjonarza

Źródłem formacji każdego ucznia-misjonarza jest Eucharystia. Dlatego zachęcam Was do regularnego i pobożnego uczestnictwa we Mszy Świętej w niedziele, święta,

a także i w dni powszednie. Zachęcam do adoracji Najświętszego Sakramentu, bo tylko wtedy, gdy w obecności Jezusa Eucharystycznego spędza się długie chwile, wówczas łatwiej jest zrozumieć ten dar, który otrzymujemy i którym winniśmy się dzielić.

Przez Komunię św. nasz Zbawiciel pozwala nam wejść w niezwykłą bliskość ze Sobą. Nie da się trwać w bliskości z Jezusem bez życia Eucharystią, bez uczestnictwa w Niej, bez karmienia się Ciałem Chrystusa. Ta bliskość z Jezusem uzdalnia nas do pragnienia jeszcze większej więzi z Bogiem, do przezwyciężania własnych słabości i egoizmu oraz do niesienia Chrystusa innym.

Niech Wasze zaangażowanie w Kongres Eucharystyczny umocni wiarę w żywą obecność Chrystusa w Eucharystii i pogłębi pragnienie przyjmowania Go w Komunii św. Zachęcam do przeżywania katechez eucharystycznych w gronie rodziny i korzystania z książeczek „Rodzina zjednoczona na modlitwie”, które otrzymacie od Waszych duszpasterzy w czasie kolędy.

Na owocne przeżywanie Adwentu i całego roku duszpasterskiego z serca błogosławię: w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

+ Jerzy Mazur SVD
Biskup Ełcki



Paulina Brzozowska

– fotograf, dziennikarka,
bloggerka zakochana w Słowie
i podróżach, absolwentka
Uniwersytetu Gdańskiego

Bóg się rodzi, świat szaleje...?

Chociaż w jednej z kołęd śpiewamy: „Bóg się rodzi”, wielu z nas czuje w sercu ciszę, której nie potrafi napelnić, która przytłacza i zasmuca. Miało być inaczej — ciepłej, głębiej, bardziej „jak dawniej”. A może właśnie w tym rozczarowaniu ukrywa się prawdziwe Betlejem?

Jeśli wierzyć tekstom kołęd — Bóg rodzi się w ciszy. Nic więc dziwnego, że w wielu miejscach nie ma przestrzeni na to, by narodził się Jezus. W niektórych sklepach bożonarodzeniowe ozdoby można kupić już we wrześniu, przytłacza nas chaos zakupów, przygotowań, coraz mniej kartek przedstawiających żłóbek, coraz więcej życzeń, w których są wesołe bałwanki, reniferki i Mikołaje rodem z Coca-Coli. Świat oszalał. Zmienia się nazewnictwo, nie „Boże Narodzenie” a „Przerwa Świąteczna”, przytaczane są historie o tym, jak to specjalnie Kościół symbolicznie przyjął tę datę, by zastąpić pogańskie święto związane z przesileniem zimowym (ma to swoją genezę, ale nie o tym). Łatwo się zgubić. I rozczarować.

Szukasz czy uciekasz?

Maryja i Józef też mogli czuć się przygnębieni. Szli z nadzieją, że znajdą miejsce, a spotkali wiele zamkniętych drzwi. Mieli obietnicę Boga,

a trafili do stajni. Mędrcy ze Wschodu natomiast wyruszyli w drogę, nie wiedząc, dokąd dokładnie idą. Ludzie doświadczyli trudu, niepewności i zmęczenia, zanim spotkali Dziecię.

Może więc Bóg nie przychodzi tak, jak sobie życzymy, bo chce, byśmy Go szukali naprawdę?

Trudne zadanie, może być zniechęcające. Wymaga ciszy, skupienia, wytrwałości, zaufania, wiary...

Niektórzy Go nie chcieli — Herod się przestraszył, bał się zmian i utraty swojej pozycji. Inni nie otworzyli drzwi, bo skupili się na zysku, bo nie mieli miejsca na włączkę. I my często jesteśmy podobni. Chcemy Boga, który rozwiąże nasze problemy, uleczy relacje, da spokój. A On przychodzi jako niemowlę — bezbronne, ciche, zależne. Może nawet — problematyczne? Nie narzuca się, nie przekonuje siłą. Być może zadaje nawet pytanie: czy przyjmiesz Mnie takim, jakim jestem, a nie takim, jakim chcesz, żebym był? Czy mamy gotowość na takiego Boga?

Jak Mędrcy, jak Gospodarze

Bóg rodzi się co roku, może stało się to taką oczywistością, że nie robi to na nas wrażenia, a nawet męczy, przez te wszystkie oczekiwania, które świat nam narzuca w tym



czasie i które sami na siebie nakładamy. A On nadal, nieustrudzenie, chce przychodzić na świat — nawet jeśli ten świat na Niego nie czeka, nie rozumie Go i Nim gardzi. Dlaczego? Bo kocha.

Co można zrobić, by to nie były „kolejne święta i po świętach”? Jak co roku sprawdzą się „stare, dobre metody”, które tak ciężko zastosować w praktyce: wyhamować, iść do spowiedzi, uczestniczyć w rekolekcjach, iść na roraty... Otworzyć drzwi — być uważnym, ciekawym drugiego człowieka. Rozmawiać. Zatrzaszczyć się o siebie i innych. Wypić herbatę z kimś, kto żyje obok. Mieć na uwadze, że Jezus się rodzi dla każdego, a zmiany zaczynają się od małych kroków. Nie pomoże dom wysprzątny na błysk, jeśli zabraknie w nim świątecznej atmosfery bliskości, radości — ciepła bijącego z relacji. I otwartych do serca drzwi.

Albo tak, jak Mędrcy, być w drodze, szukać Światła. Być

ważnym na znaki, czytać Pismo. Przyjąć, że tak właśnie wygląda Betlejem: jak się zabierze z niego te wszystkie kolorowe bombki, jest jakieś takie ciche, biedne i nieimponujące. Jak żłóbek. Wierzę, że Bóg naprawdę przychodzi. Nie zawsze w blasku, nie zawsze tam, gdzie się Go spodziewamy, dlatego tak łatwo Go przeoczyć.

Może więc te Święta nie muszą być „jak dawniej, jak kiedyś”, wystarczy docenić to, że są. Niech będą prawdziwe, warte wspomnień, z sercem gotowym na spotkanie. Bo w ciszy, wśród zwyczajnych dni i ludzi, takich jak my... w miejscach, gdzie się nie spodziewamy — rodzi się Ten, który przynosi pokój.

Bóg nie rodzi się w chaosie. Rodzi się w ciszy serca, które czeka. Które chce Go spotkać. I może właśnie tam — w naszej codzienności, w tym, co kruche i niedoskonałe — jest nasze prawdziwe Betlejem.



Rafał Wójcicki

– mgr obojga praw, doktor nauk prawnych w dyscyplinie prawo kanoniczne, adwokat kościelny

Piękno sakramentów – sakrament pokuty

Sakrament pokuty to jeden z siedmiu sakramentów świętych. W sakramencie tym wierni wyznający uprawnionemu szafarzowi grzechy, wyrażający za nie żal i mający postanowienie poprawy, dzięki udzielonemu rozgrzeszeniu otrzymują od Boga odpuszczenie grzechów po chrzcie popełnionych i jednocześnie dostępują pojednania z Kościołem.

Pokuta ma społeczny charakter. Grzech jest obrazą Boga, która zrywa lub osłabia z Nim przyjaźń. Pokuta zmierza do umiłowania Boga. W Sakramencie pokuty chodzi o nawrócenie się do Boga całym sercem. To wewnętrzne nawrócenie serca obejmujące żal za grzechy i postanowienie nowego życia, wyraża się przez wyznanie grzechów wobec Kościoła, przez należyte zadośćuczynienie i poprawę życia.

Najważniejszym aktem penitenta jest żal za grzechy. Szczerłość pokuty zależy od skruchy serca.

Wyznanie grzechów to „wewnętrzne badanie serca” i zewnętrzne oskarżenie, winno się dokonać w świetle Bożego miłosierdzia.

Skutkiem sakramentu pokuty jest zadośćuczynienie za winy, poprawa życia oraz

naprawienie wyrządzonych szkód. Rodzaj i miara zadośćuczynienia powinny być dostosowane do penitenta. Pokuta winna być lekarstwem za grzech i środkiem odnowy życia. Grzesznikowi w sakramencie pokuty Bóg udziela przebaczenia przez znak rozgrzeszenia i w ten sposób sakrament pokuty zostaje dopełniony. W sakramencie pokuty Ojciec niebieski przyjmuje powracającego do Niego syna.

Osoby, które przez grzech ciężki zerwały wspólnotę miłości z Bogiem, w sakramencie pokuty „wracają do życia”. Natomiast Ci którzy popełnili grzechy powszednie przez powtarzanie tego sakramentu, otrzymują umocnienie, aby osiągnąć pełną wolność dzieci Bożych.

Sakrament spowiedzi ma charakter indywidualny, czyli pojedyncza osoba wyznaje swoje grzechy upoważnionemu do tego szafarzowi.

Ogólne rozgrzeszenie może nastąpić tylko wtedy gdy: występuje zagrożenie niebezpieczeństwem śmierci i brak czasu, by kapłani wyspowiadali poszczególnych penitentów; zaistnieje poważna konieczność a mianowicie, kiedy z uwagi na liczbę penitentów brakuje spowiedników, którzy by mogli w odpowiednim czasie wyspowiadać każdego z osobna. Zgodę na spowiedź ogólną i wydanie osądu czy zachodzą ku temu warunki należy do biskupa diecezjalnego. Wymagana do tego jest odpowiednia dyspozycja:



żal za grzechy, postanowienie poprawy oraz pragnienie naprawienia ewentualnego zgorznięcia i wyrównania wyrządzonych szkód. Kapłani powinni informować wiernych, których sumienie obciąża grzech ciężki, a mając możliwość spowiedzi indywidualnej, powinni ją dokonać.

Miejscem sprawowania spowiedzi jest kościół lub kaplica i miejsca, gdzie Ordynariusz pozwala odprawiać Mszę św., w koniecznych przypadkach kapłan może wyspowiadać w każdym godziwym miejscu. Konfesjonał powinien być w widocznym miejscu i posiadać kratkę między penitentem i spowiednikiem. W Polsce ogólna spowiedź może być również zastosowana w przypadku penitentów innej narodowości z powodu braku znajomości języka.

Szafarzem pokuty jest kapłan (prezbiter i biskupi), mający upoważnienie do jej wykonywania. Upoważnienie takie kapłan otrzymuje z mocy prawa albo dokonane przez kompetentną władzę. Upoważnienie do spowiadania wiernych na całym świecie mają: Papież, Kardynałowie, Biskupi, którym w poszczególnym wypadku nie sprzeciwia się biskup diecezjalny. Z mocy prawa upoważnienie posiadają wszędzie w odniesieniu do członków lub innych osób dniem i nocą przebywających w domu instytutu lub stowarzyszenia ci, którzy z racji urzędu lub udzielenia otrzymali upoważnienie do spowiadania. Upoważnienie na mocy urzędu posiadają: ordynariusz miejsca, kanonik penitencjarz, proboszcz oraz inni, którzy go zastępują.

Upoważnienia do spowiadania na mocy urzędu posiadają ordynariusz miejsca, kanonik penitencjasz, proboszcz oraz inni, którzy go zastępują. Odwołania upoważnienia może dokonać ordynariusz miejsca jedynie w wypadku poważnej przyczyny. Każdy kapłan nawet niemający upoważnienia może ważnie i godziwie rozgrzeszyć penitentów znajdujących się w niebezpieczeństwie śmierci z wszelkich cenzur i grzechów nawet, gdy jest obecny kapłan upoważniony. Jeżeli cenzura była wymierzona, deklarowana albo zarezerwowana Stolicy Apostolskiej penitent z chwilą wyzdrowienia ma obowiązek odnieść się do kompetentnego przełożonego. Rozgrzeszenie współnika grzechu przeciw szóstemu przykazaniu dekalogu jest nieważne, chyba, że następuje niebezpieczeństwo śmierci.

Kapłan ukarany ekskomuniką lub interdyktem nie może spowiadać, jeżeli został ukarany suspensą nie może spowiadać, gdy został pozbawiony tej władzy.

Kara kościelna oznacza poważne wykroczenie moralne czyli grzech ciężki. Istnieją sytuacje dotyczące osób lub okoliczności, w których spowiednik otrzymuje upoważnienie do uwalniania z kar kościelnych w spowiedzi.

Szafarza sakramentu pokuty obowiązuje tajemnica spowiedzi, za naruszenie tej tajemnicy spowiednik z mocy prawa otrzymuje ekskomunikę zastrzeżoną Stolicy Apostolskiej.

Wierny, aby uzyskać zbawienie, musi: żałować za grzechy, mieć mocne postanowienie poprawy, dokonać zadośćuczynienia. Każdy wierny po osiągnięciu wieku

rozeznania obowiązany jest przynajmniej raz w roku być u spowiedzi i wyznać wszystkie grzechy ciężkie.

Odpust, czyli darowanie wobec Boga kary doczesnej za grzechy odpuszczone już co do winy. Otrzymuje wierny odpowiednio przygotowany, po wypełnieniu określonych warunków. Odpust może być cząstkowy albo zupełny. Odpustu udzielać mogą oprócz najwyższej władzy kościelnej tylko ci, którym tę władzę przyznaje prawo albo udziela Biskup Rzymski. Żadna władza poza Papieżem nie może przekazywać innym władzy udzielania odpustów chyba, że zostało to jej wyraźnie przyznane przez Stolicę Apostolską. Warunek uzyskania jakiegokolwiek odpustu: osoba musi być ochrzczona, być wolna od ekskomunikacji, być w stanie łaski, podlegać władzy udzielającego odpustu, powinna mieć przynajmniej ogólną intencję uzyskania odpustu, wypełnić w określonym czasie i we właściwy sposób. Odpust zupełny można uzyskać tylko jeden raz dziennie, oprócz odpustu w godzinę śmierci. Cząstkowy można uzyskać kilka razy dziennie. Wykonanie czynności nawiedzenie konkretnego kościoła (najczęściej modlitwa), do której ktoś jest obowiązany zyskuje się bez względu na język w jakim jest odmawiana.

Warunek uzyskania odpustu zupełnego wymaga się ponadto: spowiedzi sakramentalnej, komunii eucharystycznej, modlitwa w intencji Papieża, wykluczenie od wszelkiego grzechu nawet powszedniego.

Zatem spowiedź to oczyszczenie z grzechu i możliwość rozpoczęcia jakby życia na nowo. Pokuta to zadośćuczynienie za grzechy.

Tym razem się odegram

Mój syn jest hazardzistą, ale nie chce się leczyć. Kiedy pospłacaam jego długi, zostaje mi nieraz sto złotych na jedzenie na cały miesiąc. Już nie mam sił. Co robić?

Uzależnienie od hazardu jest jak alkoholizm czy narkomania. To postępująca i podstępna choroba, której nie można wyleczyć. Można ją jedynie zatrzymać.

Hazardzista wie, że niszczy samego siebie i swoją rodzinę, ale dalej marzy o wygranej. Po dziesięciu latach abstynencji od grania może mieć wpadkę i np. przez jedną dobę przegrać dom i cały majątek rodzinny. Drugą specyficzną cechą tego zniewolenia jest niesamowity poziom kłamstw. Nie dać się oszukać, ale samemu przechrzyć drugiego człowieka czy maszynę - to natura hazardu. Kontaktując się z hazardzistami, miałem poczucie, że nigdy nie mówią oni do końca prawdy. Kiedyś, poproszony przez przestraszoną rodzinę, poszukiwałem w ogromnym kasynie pewnego miłośnika gier, który nie potrafił wrócić do domu. Znalazłem go skrajnie wyczerpanego i odebrałem siłę od maszyny o piątej rano. Byłem jednak zdziwiony podczas tych poszukiwań, że wielu ludzi po całonocnym graniu wyglądało niezwykle świeżo i spokojnie. Zaskoczyły mnie te „nadnaturalne” zdolności hazardzistów i niewytłumaczalne szczęście w grach losowych. Istnieje również teoria, że hazardziści podświadomie chcą przegrać, aby ukarać siebie - i wiele wskazuje na to, że teoria

ta nie jest pozbawiona sensu. Mam osobiste przypuszczenie, że to diabeł mocno nęci w hazardzie. A diabeł wypuszcza z niewoli jak faraon - dopiero po dziesięciu plagach od Boga. Stąd bardzo potrzebny będzie wielki wysiłek modlitwy i postu w intencji Pani syna.

Co powinien zrobić Pani syn, jeśli zechce przestać grać? Po pierwsze, ma udać się na mityngi dla uzależnionych, takie jak dla AA, anonimowych alkoholików. Przez pierwsze tygodnie powinien chodzić tam codziennie. W Warszawie jest taka możliwość. Hazardzista musi spotkać ludzi, którzy mają podobne problemy i dlatego nie dają się oszukiwać. Po drugie, musi stawić czoła wszystkim faktom dotyczącym swojej choroby, bo inaczej odnowi się w nim destrukcyjny wzór zachowania. Według reguł postępowania anonimowych hazardzistów, nie powinna Pani szukać pomocy dla syna. Nadmiar troski o hazardzistę, ratowanie go, pożyczanie mu pieniędzy, wyszukiwanie specjalistów opóźnia tylko powrót do abstynencji. Uzależniony powinien najpierw sam chcieć sobie pomóc, a dopiero później można mu tę pomoc zaoferować.

Zatrzymanie choroby hazardowej polega na głębokiej zmianie własnego charakteru. Należy przejść proces terapeutyczny i utrzymać zasady programu anonimowych hazardzistów. Dołączający do anonimowych hazardzistów przestają grać i kiedy uczciwie nawracają się, Bóg pozwala wyjść nawet z tarapatów finansowych.



ks. dr Jacek Uchan

– dyrektor Wydziału Duszpasterstwa Ogólnego Kurii Biskupiej w Ełku

Zakończenie Roku Jubileuszowego w diecezji ełckiej, podobnie jak we wszystkich diecezjach na świecie, nastąpi w niedzielę – 28 grudnia 2025 roku, w Święto Świętej Rodziny: Jezusa, Maryi i Józefa. Tego dnia Biskup Ełcki zaprasza wszystkich duchownych, osoby życia konsekrowanego i świeckich do Katedry Ełckiej na godz. 15.00. Wszyscy będziemy uczestniczyli w Uroczystej Eucharystii, która zakończy Rok Jubileuszowy.

Rok Jubileuszowy

Rok Jubileuszowy 2025, związany z rocznicą narodzin Jezusa Chrystusa, ogłoszony został przez papieża Franciszka w bulli z 9 maja 2024 r. „Spes non confundit” (Nadzieja zawieść nie może) i przebiegał pod hasłem: „Pielgrzymi nadziei”. Jubileusz był osobistym dla każdego z nas wyzwaniem do pojednania i odnowy wiary, wyzwaniem do tego, by w naszym życiu, najpierw i przede wszystkim – zgodnie z życzeniem papieża Franciszka – dokonało się żywe i osobiste spotkanie z Panem Jezusem, który jest źródłem nadziei oraz „bramą” zbawienia. Jednocześnie wspólnie szukaliśmy odpowiedzi na pytanie, jak w naszych domach i wspólnotach parafialnych stworzyć taki klimat nadziei, aby każdy odzyskał siłę i pewność, żeby

patrzeć w przyszłość otwartą duszą, ufnym sercem i dalekosiędnym myśleniem. Nadzieja człowieka wierzącego karmi się przede wszystkim modlitwą, Słowem Bożym i Eucharystią. Chcąc ją obficie zaczerpnąć w Roku Świętym, korzystaliśmy z każdej możliwości adorowania Najświętszego Sakramentu. Ci, którzy poznali owoce takiej modlitwy, dzielili się swoim świadectwem i zachęcali innych, aby trwali z Jezusem. Wszyscy byliśmy zaproszeni, aby w niedzielę wielkanocną na ulicach miast dawać świadectwo wiary w realną obecność Chrystusa w Eucharystii. Organizowaliśmy również wieczory uwielbienia przed Najświętszym Sakramentem z wdzięcznością, że Jezus nigdy nie zostawia nas samych.

Korzystajmy z łask ostatnich dni Roku Jubileuszowego

Nawiedzając kościół jubileuszowy, mogliśmy i nadal jeszcze możemy uzyskać odpust zupełny. Zgodnie z nauczaniem Kościoła, każdy nasz grzech ma podwójny skutek: winę i karę. Jeśli ze skruchą wyznajemy w spowiedzi nasze grzechy, mamy darowaną winę. Pozostaje jednak jeszcze kara. Są to konsekwencje grzechu, które musimy odpokutować w ciągu naszego ziemskiego życia lub w czyśćcu po śmierci. Dlatego odpust zupełny uwalnia nas od wszystkich kar należnych

Zakończenie Roku Jubileuszowego w diecezji ełckiej



za grzechy odpuszczone co do winy w sakramencie pokuty i pojednania. Ten odpust zupełny możemy uzyskać w Roku Jubileuszowym, spełniając następujące warunki: być w stanie łaski uświęcającej, a jeśli trzeba przystąpić do sakramentu pokuty i pojednania, przyjąć Komunię św.,

wykluczyć wszelkie przywiązywanie do jakiegokolwiek grzechu (tzn. tolerowanie u siebie złych przyzwyczajęń lub dobrowolne trwanie w jakimś nałogu), nawiedzić kościół jubileuszowy oraz odmówić modlitwę w intencjach Ojca Świętego (Ojcze nasz, Zdrowaś Maryjo i Wierzę w Boga).





Weronika Tomaszewska
- dziennikarz, pracownik działu medialnego diecezji ełckiej

Roraty

– czas światła i oczekiwania

Adwentowe poranki z zapaloną świecą to jedna z najpiękniejszych polskich tradycji. Roraty, choć znane głównie jako nabożeństwa dla dzieci, w rzeczywistości są duchowym skarbem dla wszystkich: dorosłych, młodzieży i najmłodszych. To wspólne czuwanie, które uczy nadziei, ciszy i wrażliwości na obecność Boga.

Skąd wzięły się roraty?

Historia rorat sięga średniowiecza. Pierwsze Msze ku czci Najświętszej Maryi Panny w Adwencie odprawiano już w XIII wieku, a w Polsce szczególną popularność zyskały dzięki królowi Zygmuntowi III Wazie, który sam uczestniczył w nich przy świetle świecy – symbolizującej Maryję niosącą światu Chrystusa. Z czasem roraty stały się wyjątkowym elementem naszej duchowej tożsamości: Mszą odprawianą o świcie, w półmroku, kiedy wierni czekają na wschód słońca, przypominający o bliskości Zbawiciela.

Dla dorosłych – chwila ciszy w świetle pełnym hałasu

Roraty to zaproszenie do zatrzymania się. Poranny trud wstania wcześniej nabiera sensu, gdy staje się gestem ofiary i duchowej dyscypliny. Dorosli mogą odnaleźć w roratach przestrzeń wyciszenia, modlitwy o uporządkowanie

codzienności i odnowienie relacji z Bogiem. To także okazja do doświadczenia wspólnoty – spotkania z innymi, którzy chcą rozpocząć dzień od światła Ewangelii.

Dla młodzieży – czas odkrywania

Młodzi często szukają głębi i autentyczności. Roraty, ze swoim niecodziennym klimatem, mogą stać się dla nich początkiem prawdziwego spotkania z wiarą.

Zapalone lampiony symbolizują nie tylko czuwanie, lecz także gotowość na zmiany, których oczekuje serce.

Uczestnictwo w roratach uczy odwagi w podejmowaniu decyzji, systematyczności i świadomego kształtowania życia duchowego.

Dla dzieci – światło, które prowadzi

Z kolei dla najmłodszych roraty są swego rodzaju niezwykłą przygodą. Wielu z nas wspomina ten czas w dzieciństwie. Lampiony, śpiew adwentowych pieśni i procesja tworzą atmosferę, która zapada w pamięć na całe życie. Dzieci uczą się, że przygotowanie na Boże Narodzenie to coś więcej niż dekoracje i prezenty – to otwieranie serca na Jezusa. Wspólne uczestnictwo



rodziców i dzieci buduje rodzinne więzi i wprowadza najmłodszych w piękno liturgii.

Roraty – wspólne oczekiwanie

W świecie, który stale przyspiesza, roraty są wołaniem o powrót do źródeł. Przypomi-

nają, że Boże Narodzenie zaczyna się w sercu człowieka – w ciszy, pokorze i gotowości na światło, które rozprasza mrok. Dlatego warto wykorzystać ten czas, by odnowić w sobie adwentową nadzieję i doświadczyć bliskości Boga, przychodzącego w codzienności.

PERU BOLIWIJA
13-28.07.2026
Pielgrzymka samolotowa

Cena od 13 800 PLN + 7 200 PLN bilet lotniczy HB / osoba

VARIUSTUR
BIURO PODRÓŻY

BIURO@VARIUSTUR.PL 55 239 43 35 WWW.VARIUSTUR.PL



dr Danuta Świącka
- teolog

e-mail: d1a2@poczta.onet.pl

Idź za Gwiazdą

Gwiazda ma wiele znaczeń, od ciała niebieskiego, po symbol duchowy, prestiżowe odznaczenie, a także określenie znanej osoby. W literaturze gwiazdy bywają porównywane do oczu ukochanych. W zależności od kontekstu, może oznaczać marzenia, nadzieję, sukces, przywództwo, ochronę lub doskonałość. Gwiazda jest symbolem nadziei, szczęścia, ducha, marzeń i dążenia do celu. Może symbolizować gwiazdę przewodnią, która wskazuje drogę, na przykład Gwiazdę Betlejemską, która doprowadziła Mędrców do Jezusa.

Tęsknota

W życiu każdego człowieka pojawia się chwila, gdy trzeba odpowiedzieć sobie na pytanie: za czym naprawdę podążam? Świat oferuje niezliczone „gwiazdy” – obietnice sukcesu, bogactwa, uznania czy wygody. Jednak wszystkie one migoczą jedynie przez chwilę, po czym gasną, pozostawiając pustkę. Każdy człowiek niesie w sobie pragnienie światła, choć często nie potrafi go nazwać. W głębi serca istnieje ciche wołanie, które domaga się sensu większego niż codzienne troski i sukcesy.

Znak

Ewangelia pokazuje, że Bóg prowadzi człowieka poprzez znaki, tak jak prowadził Mędr-



ców gwiazdą Betlejemską. Ich wędrówka była nie tylko podróżą fizyczną, lecz duchową: musieli zaufać światłu, którego nie rozumieli, musieli wyjść poza znane granice i własne wyobrażenia.

Dla chrześcijan tym światłem jest Chrystus – żywa Gwiazda, która wskazuje kierunek, ale także przemienia wnętrze człowieka. Chrystus zaprasza nas, byśmy pozwolili, aby Jego blask padał na nasze lęki i zranienia. Nie zawsze rozumiemy dokąd prowadzi, często droga wiedzie przez ciemność, trud, ale Jego światło nigdy nie przestaje świecić.

Relacja

Iść za Chrystusem to pozwolić, by Jego obecność wypełniała nasze decyzje, słowa i gesty. To nie tylko praktyka religijna to postawa serca: gotowość, by zaufać, nawet wtedy gdy droga staje się trudna. Wejść w relację,

w której serce uczy się słuchać Boga. W chwilach ciszy, modlitwy, adoracji czy lektury Pisma świętego odkrywamy, że Jego światło nie jest czymś zewnętrznym, bowiem rozświetla najbardziej tajne zakamarki naszego serca. Chrystus nie prowadzi jak nauczyciel stojący obok, ale prowadzi jak Ten, który mieszka w sercu i porusza je od środka.

Chrystus

Gwiazda jest odbiciem obecności Chrystusa w historii zbawienia. On jest światłością, która „w ciemności świeci, a ciemność jej nie ogarnęła” (J1,5). To światło, które objawia prawdę o Bogu – Miłości, która szuka człowieka i prawdę o nas samych. Kiedy Jego blask dotyka naszego życia.

Zaczynamy widzieć nie tylko drogę przed sobą, lecz także

to, kim naprawdę jesteśmy, umiłowaniemymi dziećmi Boga.

Wybór

Osobiście ta droga jest codziennym wyborem. Każdy dzień stawia nas wobec pytania: za jaką gwiazdą idę? Czy pozwalam, by prowadził mnie Chrystus, czy migotliwe światełka, które prowadzą d nikąd?

Za każdym razem, gdy zwracam się ku Niemu, odkrywam na nowo, że Jego światło jest pewne, wierne, łagodne, ciche i cierpliwe. Nie gasnie nawet, gdy ja je oddalam.

Warto podjąć decyzję, by iść za tą jedyną prawdziwą gwiazdą, którą jest Chrystus. Nie po to by odnaleźć łatwe życie, lecz by odnaleźć życie pełne prawdy. Kto pozwala prowadzić się Chrystusowi, ten idzie z Bogiem, który idzie obok i rozświetla noc w sercu.



ks. Krzysztof Zubrzycki
– pastoralista,
redaktor naczelny
Martyrii

Przyjmując dar od drugiego człowieka i od Boga...

W codziennym zabieganiu łatwo zapomnieć, że życie składa się nie tylko z wyzwań, ale także z darów. Jedne przychodzą do nas przez ręce drugiego człowieka: dobre słowo, pomoc, zainteresowanie, poświęcony czas. Inne – głębsze, bardziej tajemnicze – odbieramy jako dary od Boga: zdrowie, talenty, możliwości, a czasem nawet doświadczenia, które dopiero z perspektywy czasu okazują się błogosławieństwem. Choć dar jest czymś, czego nie da się wymusić, to sposób jego przyjęcia kształtuje naszą relację zarówno z ludźmi, jak i z Bogiem.

Dar od drugiego człowieka – lekcja pokory i wdzięczności

Przyjęcie daru od drugiego człowieka bywa trudniejsze, niż mogłoby się wydawać. Wymaga bowiem uznania, że nie jesteśmy w pełni samowystarczalni, że czasem potrzebujemy czyjegoś wsparcia. W kulturze, która podkreśla niezależność i siłę, łatwo odczytać przyjęcie pomocy jako słabość. A jednak jest dokładnie odwrotnie.

Przyjęcie daru jest formą otwartości – gestem, który pozwala drugiej osobie dać coś z siebie. Pozwala odkryć, że relacja jest wymianą: nie tylko obowiązków i oczekiwań, ale także dobroci. Kiedy przyjmujemy dar z wdzięcznością, dajemy drugiemu czło-

wiekowi poczucie, że jego gest ma wartość. A wdzięczność, wyrażona słowem, uśmiechem czy pamięcią o tym dobrym czynie, buduje mosty między ludźmi.

Dar od Boga – przyjąć to, co przerasta

Dary, które odbieramy jako pochodzące od Boga, często mają inną naturę. Nie zawsze są takie, jakie byśmy wybrali. Czasem przychodzą jako szanse, talenty czy spotkania z ludźmi, ale czasem jako doświadczenia wymagające zaufania. Przyjęcie daru od Boga wiąże się z wewnętrzną zgodą na to, że nie wszystko zależy od nas. To akt pokory – uznania, że istnieje Ktoś większy, kto widzi pełniej i szerzej.

W duchowości wielu tradycji przyjęcie daru od Boga nie oznacza biernego poddania

się, lecz współpracę: rozwijanie talentów, wykorzystywanie okazji do czynienia dobra, odczytywanie sensu w wydarzeniach, które nas spotykają. Dar jest początkiem drogi, a nie jej końcem. I dlatego wymaga otwarcia serca, odwagi i zaufania.

Wdzięczność – wspólny język obu relacji

Niezależnie od tego, czy dar przychodzi przez drugiego człowieka, czy przez Boga, ich wspólnym mianownikiem jest wdzięczność. To ona nadaje sens temu, co otrzymujemy.

Wdzięczność nie jest jedynie uprzejmością – jest sposobem patrzenia na świat.

Człowiek wdzięczny żyje głębiej, uważniej, z większym

pokojem. Widzi więcej, ponieważ każde dobro, nawet drobne, ma dla niego wartość.

Wdzięczność otwiera nas na kolejne dary, uczy pokory i sprawia, że relacja – zarówno z ludźmi, jak i z Bogiem – staje się bardziej autentyczna.

Sztuka przyjmowania

Przyjmowanie daru nie jest słabością, ale wyrazem miłości i zaufania. Uczy nas, że nie wszystko musimy wypracować sami, że dobro przychodzi także wtedy, gdy się tego nie spodziewamy. W świecie pełnym pośpiechu dar – czy to od człowieka, czy od Boga – staje się momentem zatrzymania i przypomnieniem, że w życiu najcenniejsze rzeczy nie mają ceny, lecz znaczenie.

A przyjmując je z sercem to pozwolić, by zmieniały nie tylko nasz dzień, ale i nas samych.



Przyjaźń z Bogiem vs codzienność

Dla wielu z nas trwanie przy Panu Bogu nie jest łatwym zadaniem. Dlaczego tak jest? Jak sobie z tym radzić?

Gdy rutyna przejmuję kontrolę

Szkoła, obowiązki, znajomi, druga połówka – wszystkie te zagadnienia to codzienność młodych osób. W zabieganiu i chęci odpoczynku często ciężko znaleźć jest odrobinę czasu na rozmowę z Chrystusem. W wielu momentach to też lenistwo i myśl, że to pewnego rodzaju wysiłek, na który wcale nie ma się ochoty.

Sytuacja jest odrobinę lepsza, gdy ktoś uczęszcza na daną wspólnotę, wtedy w ciągu tygodnia poświęca na nią czas, a więc i w jakimś stopniu na Pana Boga.

Jednak pozostaje reszta tygodnia. Czas, który przy ogromie przyjemności, które proponuje świat, trudno przeznaczyć na coś, co wymaga konkretnej pracy. Nie warto się zniechęcać, a szukać sposobu na to, aby wszelkie bariery przewycięzać.

Krok po kroku

Jak mówi przysłowie: „nie od razu Rzym zbudowano” tak i oczywistym jest, że z dnia na dzień nie da się stać skupionym w 100% na Bogu człowiekiem.

Najważniejszym jest, aby mieć w sobie chęci. Dobrym rozwiązaniem jest prosić

Chrystusa o wszelkie potrzebne łaski, które pomogą nam zacząć budować z Nim więź.

Dla nikogo odkryciem nie będzie, że posiadanie przyjaciela to wielki dar. Tak więc starajmy się od początku patrzeć tak na Pana Boga. On zawsze spogląda na nas z miłością i pragnie naszego dobra.

Jak natomiast trwać w takiej postawie?

Wierność, a ludzka słabość

Z początku zafascynowani, z czasem tracący zainteresowanie – tacy często jesteśmy.

Niestety tak i bywa z naszym zapałem do modlitwy i bycia przy Panu. Kiedyś spotkałam się z takim stwierdzeniem: nawet jeśli mamy w domu nieporządek i nie chce nam się sprzątać, musimy to zrobić, aby było tam czysto. I może to być wspaniałe odniesienie do wiary i relacji z Bogiem. Mogę sama przyznać, że niekiedy, gdy pomimo niechęci do modlitwy rozpoczynam rozmowę z Bogiem i trwanie przy Nim, nigdy tego nie żałuję. Wiem, że owocnie spożytkowałam ten czas, pomimo że nie zawsze jest łatwo.

Może brzmieć to jak swego rodzaju zmuszanie się, ale stałość jest ważna w wierze.

Tak jak nie wyobrażamy sobie relacji z kimś bez rozmowy, tak i nie uda nam się być w przyjaźni z Bogiem bez regularnej modlitwy. Mamy to szczęście, że istnieje mnóstwo form na spędzanie czasu z Pa-



nem i nie musimy się ograniczać do jednej.

Niepojęta miłość Boża

Bycie przy Chrystusie to piękna sprawa i każdy, kto tego doświadcza, z pewnością to potwierdzi. Warto być przy Nim, bo kto jednocześnie jest kochającym ojcem, troskliwym przyjacielem i miłosiernym doradcą? Droga, której możemy doświadczyć dzięki byciu przy Bogu, może nas nie jeden raz zaskoczyć, ale

co najważniejsze jest ścieżką prowadzącą do miejsca, które jest najlepsze dla każdego z nas – nieba.

Lecz idee i cele to jedno, a codzienny wir obowiązków i słabości to drugie. Wtedy, gdy po raz kolejny upadniemy, pomyślmy o tym, że Bóg jest miłością. Jeśli tylko podejmimy decyzję, że chcemy znów być przy Nim, On z wielką radością przyjmie nas z powrotem do siebie. Nigdy z nas nie zrezygnuje, dlatego warto walczyć do końca.



ks. dr Marcin Sieńkowski
– Moderator Szkoły Katechistów Diecezji Łódzkiej
Rektor Wyższego Seminarium Duchownego w Łodzi

Pierwsi katechiści diecezji łódzkiej

23 listopada 2025 r. w Uroczystość Jezusa Chrystusa, Króla Wszechświata podczas Mszy św. w kościele Pokamedulskiego Klasztoru w Wigrach bp Jerzy Mazur pobłogosławił pierwszych katechistów diecezji łódzkiej. Błogosławieństwo otrzymało 98 absolwentów Szkoły Katechistów Diecezji Łódzkiej.

Po dwuletniej formacji w Szkole, zdany egzaminie i przeżytych rekolekcjach, katechiści otrzymali pasterskie błogosławieństwo, a także krzyż – znak Jezusa Chrystusa Ukrzyżowanego i Zmartwychwstałego, którego będą głosić i o którym będą świadczyć. Powierzoną im misję potwierdza legitymacja, którą wręczono każdemu z nich.

Najbliższy rok ich posługiwania będzie związany z pełnieniem misji i zadań, które z czasem przerodzą się w stałą posługę katechisty zgodnie z zaleceniem papieża Franciszka zawartym w Liście Apostolskim „Antiquum ministerium” z 10 maja 2021 r.

Obok wielu podejmowanych w Kościele funkcji i posług, katechiści diecezji łódzkiej uosabiają tych świętych (mężczyzn i kobiety),



którzy z entuzjazmem zaangażowali się w różne formy działalności Kościoła parafialnego, a zwłaszcza w misję ewangelizacyjną. Dlatego, na mocy chrztu i błogosławieństwa, pierwsi katechiści zostali posłani (jako uczniowie misjonarze) przede wszystkim do przekazywania wiary we współpracy z rodzicami i duszpasterzami, głoszenia kerygmatu, prowadzenia katechez ewangelizacyjnych oraz przygotowywania dzieci i dorosłych do sakramentów, a także wychodzenia na peryferie Kościoła.

Szkoła Katechistów Diecezji Łódzkiej przy Wyższym Seminarium Duchownym w Łodzi została powołana do istnienia przez bpa Jerzego Mazura 1 października 2023 r. Obecnie trwa nabór kandydatów do drugiej edycji Szkoły.

Patronem katechistów jest św. Piotr To Rot (katechista z Nowej Gwiny) – kanonizowany przez papieża Leona XIV 19 października 2025 r. (WSD w Łodzi posiada jego relikwie).

Licznej grupie osób (duchownych i świeckich) animujących i prowadzących zajęcia w Szkole w postaci wykładów i warsztatów (zarówno w Łodzi,

jak i w Suwałkach) ogromnie dziękuję za zaangażowanie i współudział w formowaniu pierwszych katechistów diecezji łódzkiej.

INAUGURACJA

Szkoły Katechistów Diecezji Łódzkiej

(druga edycja 2025-2027)

Dzień skupienia

6 grudnia 2025 r.

Wyższe Seminarium Duchowne w Łodzi

ul. Kościuszki 9; 19-300 Łódź

- 10.30 Filizanka gorącej kawy i rozmowy (refektarz)
- 11.00 **Konferencja:** Chrzczenie a misja katechisty w Kościele (Aula Magna) – ks. Paweł Tarasiewicz
- 12.00 **Msza Święta** (kaplica) – bp Jerzy Mazur
- 13.00 Obiad (refektarz)
- 13.45 **Konferencja:** Organizacja i funkcjonowanie SKDE (Aula Magna) – ks. Marcin Sieńkowski
- 14.30 **Adoracja Najświętszego Sakramentu** (kaplica)
- 15.00 Koronka do Bożego Miłosierdzia
Błogosławieństwo i zakończenie dnia skupienia



Grzegorz Kacperski

– nauczyciel i wychowawca,
specjalista marketingu
i sprzedaży, miłośnik gitary
i śpiewu – społecznik

Darowanemu koniowi...

Mawia się, że jeśli dostaniemy coś za darmo, to tego nie poszanujemy. Ciekawe to jest i bardzo prawdziwe w kontekście rzeczy materialnych, ale czy tylko? Czy bezpłatne znaczy mniej cenne? Czy bezpłatne znaczy mniej wartościowe? Czy wszystko da się przeliczyć na pieniądze? W dzisiejszych czasach wielu ludzi pieniądze przedkłada przed wszystkie inne wartości. To i dobrze i niedobrze – bo w sumie to nic złego dbać o kwestie materialne (oczywiście z poszanowaniem wartości i przyzwoitości).

Zpracowanie na dobrobyt nie zawsze jednak oznacza zarobienie dużych pieniędzy. Nie jest niczym bardzo skomplikowanym, czy szczególnie wymagającym zarobienie 100 tys złotych. Wymagające i niełatwe jest zarobienie 100 tys złotych co roku przez 30 lat. Wymaga to od nas nie lada heroizmu, cierpliwości, znoszenia przeciwności i uporów. Czy bardziej szanujemy 100 tys, które wpadnie ot tak – bez wysiłku, czy 100 tys zarobione po raz kolejny w kolejnym roku naszego życia? Nie wiem. To przecież taka sama suma pieniędzy, a sposób i cel jej wydania powinien być rozważnie przemyślany.

To właśnie jest dobrobyt – bycie dobrym i dobrze, rozważnie i zgodnie z zasadami przyzwoitości wydawanie (czy też rozporządzanie) tym co za-



robimy. Każdą wydaną złotówkę oglądamy skrupulatnie na wszystkie strony. Można uczciwie zarobić wielkie pieniądze – ale nieuczciwie je wydać – i to w naprawdę szerokim znaczeniu tego słowa. Interpretację pozostawiam Tobie, drogi Czytelniku. Jak trudno jednak przychodzi nam podzielić się tym dobrobytem z potrzebującym? A jak absolutnie nierealnym jest podzielenie się z kimś niepotrzebującym (z naszej perspektywy – ta kwestia jest zawsze subiektywna).

No, ale jak to jest w przypadku naszego życia? Dostajemy je całkowicie za darmo.

Mamy wolną wolę w wykorzystaniu tego czasu, a mimo wszystko tak samo jak zarobionymi pieniędzmi bardzo często mamy problem, żeby się nim tak naprawdę podzielić z kimś, kto nas potrzebuje. Zamykamy się, widząc tylko swoje sprawy, ignorujemy potrzeby otaczających nas ludzi. Mamy problem z miłością do drugiego człowieka. Tłumaczymy sobie, że przecież szanujemy drugiego człowieka, mówimy mu dzień dobry, mijamy – nie robimy krzywdy, nie żywimy nienawiści. Nie dajemy jednak nic więcej od siebie niż tylko pozory.

Przeciwieństwem miłości jest obojętność. To nasza obojętność sprawia, że przysłowiowemu „darowanemu koniowi” w „zęby nie zajrzemy” – bo po co?

Największym ludzkim wysiłkiem, choć naprawdę nieskomplikowanym jest miłość. Obdarowujemy się przede wszystkim sobą i prawdziwą miłością do siebie, a 100 tys wpadnie samo, co roku, przez 30 lat, albo i dłużej – i to „... nie zaglądnij w zęby”.

Dzień Skupienia Suwalskich Amazonek w Berżnikach

26 października 2025 roku, na zaproszenie ks. Szymona Klimaszewskiego, proboszcza parafii pw. Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny, panie z Suwalskiego Stowarzyszenia Amazonka wraz ze swoimi bliskimi udały się do Berżnik, by modlić się o zdrowie i o umocnienie dla osób zmagających się z chorobą nowotworową.

Ksiądz Klimaszewski wielokrotnie otaczał opieką duszpasterską osoby chore na raka w trakcie ogólnopolskich pielgrzymek Amazonek na Jasną Górę. W tym roku, w dniach 3-5 października również wybrał się z nami na pielgrzymkowy szlak i jak zawsze inicjował modlitwę brewiarzową, różańcową, włączając nas w poszczególne części. W trakcie tego wyjazdu Ksiądz wyszedł z inicjatywą, żeby w najbliższym czasie spotkać się razem z naszymi rodzinami i przyjaciółmi w Berżnikach na wspólnej modlitwie. Zaproszenie zostało przyjęte przez nas z dużym entuzjazmem i radością, uznając, że jest to kolejna, piękna okazja do duchowego skupienia oraz pogłębienia relacji między nami i Panem Bogiem a także integracji naszej społeczności.

W ostatnią niedzielę października, podziwiając uroki złotej jesieni, dotarliśmy przed południem na plebanie w Berżnikach, gdzie przy rozpalonym kominku można było ogrzać się i przygotować naszą Agapę.

O godz.12-tej uczestniczyliśmy we Mszy św. sprawowanej w intencji suwalskich Amazonek a także ich rodzin, modląc się o zdrowie i błogosławieństwo dla żyjących oraz o życie wieczne dla zmarłych koleżanek. Swoją modlitwą ogarnialiśmy też wszystkie osoby chore, którym choroba nie pozwoliła na przyjazd na nasze spotkanie. Ksiądz Szymon w czasie homilii przypomniał nam znaczenie cierpienia i wskazał na możliwość ofiarowania go w różnych osobistych intencjach. Po raz kolejny usłyszeliśmy wskazanie, by trzymać się Eucharystii i Najświętszej Maryi Panny, by mieć pociechę, siłę, wsparcie i zwycięstwo. Była też zachęta, aby wsłuchując się w słowa Maryi z Fatimy, modlić się na różańcu i pokutować za grzechy swoje i innych. W codziennej rzeczywistości moglibyśmy to realizować poprzez praktykowanie Godziny Świętej, nawet w swoich domach.

Po zakończeniu Mszy św. Ksiądz Proboszcz przedstawił nam historię tej pięknej, przygranicznej parafii oraz zachęcił do zapoznania się z miejscową, niedawno wykonaną Drogą Światła, rozpościerającą się w malowniczym otoczeniu kościoła, nad brzegiem jeziora o nazwie Kielig. Wprawdzie nie przeszliśmy wszystkich kolejnych jej etapów, ale zapoznaliśmy się z jej przesłaniem, obiecując sobie i Księdzu, że w okresie wiosennym przyjedziemy ponownie, by z pełną

świadomością uczestniczyć w tym szczególnym nabożeństwie.

Kolejnym punktem programu była krótka, wspólnie przygotowana Agapa,

w czasie której Ksiądz szerzej przedstawił uroczystości, rekolekcje i inne formy duszpasterskie mające miejsce w tej parafii w ciągu całego roku.

Następnie, Ksiądz ponownie zaprosił nas do kościoła na emisję niezwykle ciekawego filmu o św. Peregrynie, przedstawiającego w syntetyczny sposób jego burzliwe życie, niesamowitą przemianę i cuda, których dokonał. Po obejrzeniu filmu,

przed wyjazdem do naszych domów, Ksiądz zaproponował nam krótką adorację, którą zakończył indywidualnym błogosławieństwem Najświętszym Sakramentem każdego z uczestników spotkania. Dla wielu z nas było to mocno poruszające przeżycie pozwalające na poczucie niezwykle bliskości naszego Pana. Umocnieni bogactwem SŁOWA, WSPÓLNOTĄ EUCHARYSTYCZNĄ a także tym szczególnym błogosławieństwem z nową NADZIEJĄ, jako Pielgrzymi Nadziei, wracaliśmy do naszych środowisk.



**Intencje modlitwne
Róż Żywego Różańca
na grudzień 2025 r.**

† Róża Żywego Różańca

- Módlmy się, aby chrześcijanie żyjący w strefie wojny lub konfliktu, szczególnie na Bliskim Wschodzie, byli siewcami pokoju, nadziei i pojednania.
- Polecamy Bożej Opatrzności Księdza Arcybiskupa Mirosława Wachowskiego, prosząc dla Niego o obfitość łask do trwania w woli Bożej w służbie Kościołowi Jezusowemu.
- Niech wszystkie matki oczekujące przyjścia na świat swojego potomstwa otrzymają potrzebną pomoc i wsparcie. Matko Najświętsza, prosimy Cię o twoje pełne miłości wejrzenie na te kobiety i ich rodziny.
- Módlmy się, by czas Adwentu stał się okazją do wyciszenia serca i pogłębienia relacji z Bogiem.
- Za Księdza Biskupa Dariusza Zalewskiego z okazji Jego imienin. Niech Dobry Bóg obejmuje Go swoją Obecnością, dając siły do pełnienia posługi i osobistego uświęcenia.

By może trochę bardziej być - nie tylko w święta



Rozmawiamy z p. Anitą Klebanowską, teologiem, certyfikowaną specjalistką profilaktyki uzależnień behawioralnych. Prowadzi także warsztaty profilaktyczne, edukujące medialnie „Media i my”.

Nadchodzą święta Bożego Narodzenia a wraz z nimi radość wzajemnego obdarowywania. Często naszym dzieciom spełniamy marzenia i znajdują pod choinką coraz lepsze smartfony. My jesteśmy zadowoleni, że dzieci mają radość, a po chwili denerwuje nas, że ciągle dzieciaki siedzą w telefonach. Czy dzisiaj możemy mówić tu o jakimś „złotym środku”, bo rozwiązaniem niestety nie jest brak telefonu?

Przed wszystkim ważne jest, gdy mówimy o dzieciach, to w jakim są one wieku. Bo jeśli o najmłodszych, to jak najbardziej brak telefonu będzie tu rozwiązaniem najlepszym z możliwych. Owa ogromna radość, która z czasem zmienia się w kompulsywne korzystanie i nadużywanie smartfona przez dzieci to naturalna konsekwencja wynikająca z tego, że większość gier i wszystkie aplikacje społecznościowe mają interfejsy o charakterze hazardowym. Innymi słowy są zaprojektowane tak, by uzależniać.

W większości są też legalne od 13. roku życia tj. popularny wśród dzieci TikTok, Instagram czy Discord. Z samokontrolą w temacie chociażby scrollowania tego typu aplikacji mamy problem my dorośli, a co dopiero dzieci, u których wciąż rozwija się płat czołowy mózgu odpowiedzialny za samoświadomość. Złoty środek? Istnieje zawsze, szczególnie w czasach, kiedy wszelkich gadżetów mamy na rynku przesył. Nie podam jednak jednego uniwersalnego rozwiązania, ponieważ ono nie istnieje. Każde dziecko jest inne - ma inne zainteresowania, wrażliwość, talenty i związane z tym potrzeby. Jeśli rodzice potrzebują jakiejś rady, to będzie ona zawsze brzmiała: porozmawiaj ze swoim dzieckiem, zastanów się, jakie realnie ma potrzeby i czy na pewno nie da się zamienić smartfona na coś, co przysłuży się dla jego rozwoju albo relaksu czy wyciszenia. Choć smartfon ma opcje, by służyć tym celom, nie są one przez dzieci chętnie wybierane, kiedy równolegle mają możliwość korzystania z nieskończonej ilości wciągających treści. Warto zastanowić się więc nad potrzebami dzieci. Warto pochylić się też nad własnymi pobudkami. Jeśli potrzebujemy z dzieckiem kontaktu, to możemy sprawić mu tzw. dumphone, czyli telefon bez dostępu do internetowych aplikacji albo prosty smartwatch z funkcją dzwonienia. Jeśli chcemy spo-

koju, to niestety, ale podarowanie smartfona w dłuższej perspektywie przyniesie odwrotny skutek. Smartfon to nowe obowiązki wzmożonej kontroli i edukacji w tematach związanych chociażby z bezpieczeństwem w sieci. Popularne dziś myślenie, że dziecko zamknięte w pokoju z internetem to już norma czy jedyna gwarancja ciszy i spokoju, jest niczym innym jak współczesną formą zaniedbania wychowawczego.

Ryzykiem, które podejmujemy, kiedy zbyt wcześnie damy dziecku smartfon, jest pogłębiający się brak zainteresowań poza siecią. Wiąże się to z brakiem umiejętności samodzielnego znajdowania zajęcia w czasie wolnym, które byłoby alternatywą ekranową.

Natomiast skutkiem ubocznym posiadania smartfona, w każdym wieku, jest permanentny stan rozproszenia i rozregulowany poziom dopaminy, czyli hormonu wzmacniającego motywację. Jonathan Haidt, amerykański psycholog społeczny, informuje, że typowy nastolatek otrzymuje ponad dwieście powiadomień dziennie. Uwaga młodych ludzi jest dziś szatkowana na małe kawałki, a w konsekwencji coraz ciężiej przychodzi się im skupić chociażby na czytaniu ze zrozumieniem czy analizie informacji. Ma to odzwierciedlenie nie tylko w nauce, ale też relacjach. Rodzice w paczeczce ze smartfonem ściągają na siebie wychowawczy

obowiązek wzmożonej walki o prawidłowy rozwój dzieci. W tym kontekście zawsze powtarzam za Jessem Weinbergenem: "Nie pytaj, czy Twoje dziecko jest gotowe, aby dostać własny smartfon, tylko czy Ty jesteś gotowy".

Dzisiaj dzieci lepiej poruszają się w świecie wirtualnym niż pokolenie ich rodziców, dziadków. Co powinniśmy wiedzieć o tym świecie, zanim damy dzieciom smartfona?

Powinniśmy wiedzieć, że nasz Internet wygląda inaczej niż Internet naszych dzieci, nawet jeśli będziemy korzystać z tych samych aplikacji np. społecznościowych, czy nawet ChatGPT. A to za sprawą personalizacji treści. Algorytm dostosowuje się na bieżąco pod nasze preferencje, zgaduje co może się nam spodobać na podstawie cyfrowych śladów, które zostawiamy: danych sugerujących wiek i płeć, lajków, zapytań, dłuższego zatrzymania się przy pewnych treściach. Druga istotna sprawa to fakt, że Internet cały czas się zmienia: co chwilę nowi influencerzy, trendy, challenge, nowomowa, coraz atrakcyjniejsze aplikacje typu chatboty AI, z którymi można wchodzić w przekonującą iluzję głębokiej relacji albo aplikacje z filmami i obrazami wygenerowanymi przez sztuczną inteligencję... Naturalnie istnieją też narzędzia pomocne dla rodziców i możemy próbować nadążać za tym, co najmodniejsze wśród dzieci w Internecie. Przykładem może być aplikacja alertowa dla rodziców prowadzona przez fundację

Bezpieczne Dziecko, informująca o niebezpiecznych trendach m.in. na TikToku: "Kids Alert". Jednak wyłącznie informacje z zewnątrz, jak i sama kontrola rodzicielska, na której obejście dzieci znajdą swoje sposoby, to za mało. Podstawą bezpieczeństwa dzieci zawsze będzie relacja budowana przez dialog. Jeśli chodzi o temat ekranów, sprawdzi się tu najlepiej relacja "ja też się z tym zmagam". Rodzic sam może mieć problem z nadużywaniem ekranów, dziecko to widzi, więc wchodzenie w rolę autorytetu, kiedy się nim nie bywa, a tym bardziej rządy autorytarne nie przyniosą dobrego skutku. Sprawdzi się natomiast wspólny czas, rozmowa, wspólne ustalanie zasad, które wraz z wiekiem dziecka i z rozwojem technologii będą ulegały przemianom. To proces, część współczesnego wychowania.

W jaki sposób świat rzeczywisty może być bardziej interesujący dla dzieci i młodzieży, a także dla dorosłych od tego, co znajdujemy w sieci?

Tylko pełna świadomość iluzji, którą niesie ze sobą szybki, kolorowy, dopasowany do użytkownika świat z ekranu, daje jakąkolwiek możliwość otwarcia na nową jakość życia. Spisanie bilansu zysków i strat bycia online może bardzo pomóc w uzyskaniu takiej świadomości. Dopiero z przekonaniem, że do pełni życia potrzebujemy natury, kontaktów bezpośrednich, polisensorycznego doświadczania chwili, tzn. uważnego korzystania ze zmysłów w danej chwili jak chociażby

smakowania spożywanego potraw, pozwalanie sobie na odczucie nudy, ale też radości z zabawy... Dopiero, kiedy jesteśmy uważni, możemy odnajdywać wartość świata rzeczywistego. Jeśli chodzi o dzieci i młodzież, to umożliwiamy im doświadczanie przyjemności płynącej z analogowych zajęć wymagających pewnego wysiłku: z zabawy z innymi, ze sportu, z muzykowania, z gotowania etc., zanim pozwolimy im doświadczać tej najprostszej i najszybszej formy przyjemności: z ekranu. Ważny, a być może najważniejszy, będzie nasz przykład. My również wybieramy autorytety ściągające nas do bycia offline. Możemy z czasem stać się kimś takim dla kolejnych osób.

Jak Pani odkryła, że smartfon, świat wirtualny powinien być tylko narzędziem, a nie naszym życiem?

Nie ja to odkryłam. Bazuję co prawda również na swoim doświadczeniu, ale przede wszystkim jednak na wiedzy naukowej, głównie z aktualnych raportów badawczych i wciąż dających mi szerszą perspektywę studiów teologicznych i specjalizacji "Edukacja medialna i dziennikarstwo". Żyjemy w czasach kiedy prawo, edukacja, a nawet kwestie rozwoju duchowego człowieka - wszystkie te jakże ważne sfery (!) nie nadążają za rozwojem technologii. Ten szybki niekontrolowany wręcz rozwój oddala się coraz bardziej od norm chociażby etycznych. Szkoły też robią dziś ogromny szpagat między wprowadzaniem aktywizujących technologii informacyjno-komunikacyj-

nych a promowaniem higieny cyfrowej, mającej wspomagać umiejętność skupienia i indywidualnej pracy w ciszy. Gubimy się i choć wciąż staramy się złapać tego uciekającego króliczka, zwinnie się nam wymyka, ponieważ wielkie firmy technologiczne stać na najlepszych prawników, marketing i kary finansowe.

Wmawia się nam, że smartfon jest narzędziem ułatwiającym życie, tymczasem ułatwiając jedno, komplikuje drugie. Chciałabym podkreślić, że dziś, w dobie smartfonów i sztucznej inteligencji, internet jest nie tyle wirtualną rzeczywistością, co rozszerzoną rzeczywistością - to świat naszych zainteresowań, bankowość, mapy z lokalizacją, opinie o miejscach, szkolenia, sklepy, zegarki i biżuteria mierząca nasze parametry zdrowia a teraz jeszcze przedłużenie naszej inteligencji tą sztuczną... Internet ewoluował w bardzo ekspansywną postać wraz z pojawieniem się smartfonów: już nie wylogowujemy się z wirtualnego świata jak miało to miejsce przed laty, ale bez przerwy funkcjonujemy równolegle w przestrzeni cyfrowej i fizycznej. Okazuje się jednak, i nie muszę przytaczać tu wyników badań, ponieważ większość z nas zna to z autopsji, że zachowanie równowagi, dobrostanu psycho-fizycznego, daje nam tylko rezygnacja z bycia online. Puentą niech będą słowa św. Ignacego Loyoli: "Człowiek ma korzystać z rzeczy stworzonych w całej tej mierze, w jakiej pomagają mu do tego celu (tzn. do zbawienia), a znów w całej tej mierze winien się od nich uwalniać, w jakiej są mu one przeszkodą do tegoż".

Przed nami dłuższy czas, kiedy będziemy mieli okazję rodzinnie spędzać czas. Czy jest to jeszcze możliwe?

To pytanie do każdego z nas z osobna. To my sami jesteśmy jedyną zmianą w świecie, na którą mamy jakikolwiek wpływ zarówno w swoim indywidualnym funkcjonowaniu, jak i w rodzinach, które tworzymy. Jesteśmy przykładem dla swoich dzieci, współmałżonków. Wspólny świąteczny spacer może być inspiracją dla innych rodzin. Stety - niestety wszyscy jesteśmy nie tylko istotami duchowymi, ale przede wszystkim cielesnymi, a to sprawia, że kiedy mamy wybór między tym co słuszne, wymagające pewnego wysiłku a tym, co przyjemne i na wyciągnięcie ręki, w pierwszym odruchu skłonimy się ku drugiej opcji. Tak chcąc, nie chcąc, działają nasze mózgi, które często fizycznie lubią oszczędzać energię. W dzisiejszych czasach taką przyjemnością na wyciągnięcie ręki są smartfony, które okazują się skutecznymi blokerami nowych wspólnych doświadczeń. Jednak niezależnie od tego jakie znaki czasu towarzyszą naszemu losowi, nigdy nie zdezaktualizuje się prawda, że życie nie ma się nam przydarzać, lecz ma się wydarzać. Wspólne doświadczenie, bycie ze sobą, a dzięki temu budowanie więzi czy wspólnych wspomnień było, jest i będzie prawdziwym życiem. By naprawdę przeżywać nie wystarczy siedzenie obok siebie na kanapie, kiedy nasze umysły błądzą gdzieś między postem na Instagramie a promocją świąteczną w Zarze.

Z każdym rokiem wchodzą nowinki technologiczne. Dzisiaj zachwyty, ale też i wiele kontrowersji budzi AI. Taki zwykły człowiek już przestał nadążać za tym światem. W jaki sposób nie zatracić poczucia bezpieczeństwa?

Zdroworozsądkowe jest zachowanie czujności. Jeśli czujemy się bezpiecznie w Internecie - w świecie, który jest projektowany tak, by jak najdłużej utrzymywać naszą uwagę, to znak, że tę czujność straciliśmy. Realne poczucie bezpieczeństwa da nam balans, zakorzenienie w tzw. oflajnie: w prawdziwych relacjach, aktywnościach, dzięki którym odkrywamy swoje powołanie i które budują sens życia, wreszcie zachowywanie indywidualnych, odpowiadających naszym potrzebom, zasad higieny cyfrowej, ustalenie tych zasad.

Gdzie rodzice mogą szukać pomocy, aby dowiedzieć się więcej, jak mądrze wprowadzać dziecko w świat wirtualny?

Od czasu do czasu na pogadankę edukacyjno-profilaktyczną dla rodziców i nauczycieli zapraszają mnie szkoły oraz przedszkola i chciałabym w tym miejscu zaapelować: jest to spotkanie nieobowiązkowe, najczęściej traktujące temat dość skrótowo, ale zachęcam, by z takich szans korzystać. Szkoły w tym roku szkolnym mają zapisane w priorytetach oświatowych w punkcie 5.: "Promowanie higieny cyfrowej i bezpiecznego poruszania się w sieci" i na tej podstawie rodzice mogą też skierować do



dyrekcji prośbę o zorganizowanie wydarzenia edukacyjnego z tego zakresu.

Aktualnie w diecezji ełckiej podjęłam współpracę z Wydziałem Duszpasterstwa Rodzin, która polega na umożliwieniu chętnym parafiom spotkań edukacyjnych z rodzicami w tym właśnie temacie. Takie spotkania to nie tylko pomoc w zdobyciu świadomości na temat najnowszych zagrożeń czy uzyskanie wskazówek, ale przede wszystkim otrzymanie realnych narzędzi do rozpoczęcia konstruktywnego dialogu w temacie rodzinnych zasad ekranowych.

Z treści, które każdy rodzic może pobrać z Internetu za darmo szczególnie polecam raport "Internet dzieci", który przedłożony był w Sejmie RP a powstał dzięki współpracy Instytutu Cyfrowego Obywatelstwa z Polskimi badaniami Internetu, Gemusem i Państwową Komisją ds. Przeciwdziałania Pedofilii. Jest to nie tylko szczegółowy raport o obecności polskich dzieci w sieci, ale jedna z tych publikacji, która wywołuje aktualnie mocne reakcje ze strony lobbingu dużych firm technologicznych. W kontrze do niewygodnej zapisanej tam

prawdy mamy właśnie do czynienia z wysypem treści pseudoedukacyjnych sponsorowanych przez TikToka, Metę, Google'a itd., tworzonych przez influencerów, promowanych nawet w telewizji czy radiu. Jak rozpoznać takie treści? Oprócz tego, że sponsorzy powinni być oznaczeni, oczywiście poznamy je po owocach. Niech nie zmylą Was treści, kiedy to całą odpowiedzialność za dobrostan dzieci w sieci zrzuca się na rodziców, a brakuje słowa prawdy o szkodliwości produktów cyfrowych. W dobie tego typu dezinformacji na wagę złota są dobre książki. Polecam szczególnie dwie: "Wychowanie przy ekranie" Magdaleny Bigaj oraz "Niespokojne pokolenie" Jonathan Haidta.

W odpowiedzi na brak konkretnego narzędzia, które mogłabym polecić do indywidualnej pracy nad sobą rodzicom czy ich starszym dzieciom, pracuję nad workbookiem. Proszę o modlitwę, by moja praca przynosiła owoce, by w dobie uzależnień behawioralnych była pomocą na drodze do prawdziwej wolności.

Dziękuję za rozmowę



Marcin Kawko

- lektor, doktorant SGH - filozofia ekonomii i etyka w biznesie, działacz społeczny, suwalczanin

SMART phone, watch, home

Teraz wszystko już może być SMART. Mamy „mądre” telefony, zegarki, mieszkania, samochody, lodówki. Jakoś tylko przeoczyliśmy, że doprowadziło nas to w drugą stronę. My sami stajemy się coraz mniej smart... Na szczęście jeszcze jest czas na uratowanie siebie przed zalewem technologicznego ścieku.

Farmy lajków jako haczyk

Niezależnie w jakim jesteś wieku, drogi Czytelniku, z pewnością natrafiłeś już w Internecie na kliwne historie, jak to samotna matka wychowuje dziecko i potrzebuje Twojego lajka, żeby poczuć się docenioną. Albo strażak ściąga z drzewa kotka i potrzebuje Twojej uwagi. Albo po prostu miły kotek życzy Ci pięknego dzionka i smacznej kawusi.

Niby nic, czemu miałbym nie dać im lajka? Właśnie dlatego, że to oszustwo, które chce na Tobie zarobić. Takie posty są brutalnie zmyślnymi historyjkami, których wyłącznym zadaniem jest zebranie lajków dla podbicia zasięgów w Internecie, które później można monetyzować, nierzadko po prostu zmieniając nazwy profili na takie, na których da się zarobić. Nasza darmowa uwaga nie jest taka darmowa. My natomiast oddajemy swój najcenniejszy zasób zwykłym internetowym oszustom.

Prawdziwe zagrożenie

To jednak nie jest jeszcze szczyt. W Internecie łatwo jest nam podesłać niewinny link, który doprowadzi nas do wyjawienia oszustom np. danych dostępu do naszego konta bankowego. To jednak wciąż nie jest szczyt – jesteśmy dorośli, więc to my sami jesteśmy odpowiedzialni za swoje decyzje. Jak jednak wymagać odpowiedzialności od 10-latką wtłoczonego siłą w konsumpcyjno-pornograficzną spiralę uzależnienia od algorytmów aplikacji i portali internetowych?

Siłą? Oczywiście, że siłą! Nad tym pracują tysiące uzdolnionych programistów, których zadaniem jest wciągnięcie nieukształtowanych jeszcze umysłów w konsumpcyjną bańkę. Zobaczysz reklamę nawet gdzieś przy okazji, ale już będziesz miała to w głowie podczas zakupów. I gospodarka rośnie... Tymczasem ponad 30% ruchu w Internecie to treści czysto pornograficzne. Wiek inicjacji w strefie treści porno obniżył się do 8-10 roku życia. Rozumiecie to? 8-latek ma na wyciągnięcie ręki całą pornografię dostępną na świecie. Chyba nie muszę mówić, jak wpływa to na jego mózg – ot, choćby na postrzeganie kobiet przez młodych mężczyzn, coraz bardziej niezdolnych do budowania jakichkolwiek relacji międzyludzkich.



Świąteczne prezenty

Tymczasem w Polsce wciąż najpopularniejszą kategorią prezentową jest elektronika. Dania (podobnie jak wiele innych rozwiniętych państw) wprowadziła właśnie zakaz korzystania z mediów społecznościowych dla osób poniżej 15 r.ż., my tymczasem z okazji wspomnienia Narodzenia Boga zafundujemy – w dobrej wierze! – naszemu wnukowi narzędzie potencjalnej traumatyzacji na resztę życia.

Spróbujmy tym razem nieco inaczej. Zależnie od wieku wybierzmy inny pre-

zent. Sami bądźmy prezentem – otworzymy się przed członkami naszych rodzin. Sprezentujmy im – popularny w sieci – dziennik wspomnień rodzinnych, stwórzmy razem album ze zdjęciami, kupmy voucher na wspólne warsztaty. A co, może nawet starszym zafundujemy dostęp do wartościowej części Internetu – np. do któregoś z serwisów genealogicznych, żeby złapał jakąś wartościową zajawkę.

Wysilmy się choć chwilę, żeby nasz prezent niósł nie tylko dobre intencje. Niech niesie choćby małą cząstkę Dobra. Z takich małych cząstek powstaje bowiem właściwe Dobro.



ks. Grzegorz Kunko

– - proboszcz parafii pw. Matki Bożej Częstochowskiej w Grabniku

Zwierzęta Betlejemskie

obrazie żłobu nie brakuje wołu i osła.

Wół

Dorośle woły były używane jako zwierzęta pociągowe. Podczas gdy owce i kozy dostarczały rolnikom mięsa i mleka, woły wykonywały pracę dzisiejszych traktorów. Po ukończeniu trzech lat zwierzęta zaprzęgano do pługa, używano do młócenia ziarna i ciągnięcia wozów. Gdy zwierzęta były przeznaczone na ubój, trzymano je w zagrodach i karmiono paszą.

W biblijnych obrazach wołu widoczne jest połączenie jego dominujących cech: płodności i brutalnej siły. W Piśmie Świętym wół symbolizuje największą siłę znaną w ówczesnym świecie; jednak podobnie jak ludzie i całe stworzenie jest poddany Bogu. Biblijny obraz wołu dowodzi, że siła poddana woli Bożej może okazać się wspaniała i majestatyczna, gdy jednak staje się samowolna, szybko się degeneruje. W ten sposób wół pełni rolę metafory ludzkiego przywództwa.

Za wierną służbę i współdziałanie zwierzęcia z człowiekiem nie mogło spotkać woła złe traktowanie. Troška człowieka o zwierzęta była obowiązkiem. W Biblii wół symbolizuje pracowitość i wysiłek oraz – co jest bardzo ważne – odpoczynek.

Osiół

Był typowym zwierzęciem pociągowym w czasach Jezusa.

Wystarczyło mu skromne pożywienie, był odporny na różnorodne warunki atmosferyczne. Oślicę można było doić. Podobnie jak wół, osioł pomagał człowiekowi orać pole i deptać kłosa. Jeżeli ktoś wolał jechać wierzchem, zamiast iść piechotą, zwykle dosiadał osła. Ludzi pełniących wysokie funkcje w społeczeństwie, stać było na kupienie białego osła.

Należy wystrzegać się skojarzeń i uprzedzeń wobec osła przedstawianego tylko jako symbol głupoty, uporu i lenistwa. Stosunek do tego zwierzęcia był różny, w różnych okresach i miejscach. Osioł jako zwierzę spokojne i silne jest zdecydowanie silniejsze od konia i może transportować o jedną trzecią większe ciężary niż one, wytrzymałe i o bardzo małych wymaganiach pokarmowych. Także wysoka odporność osła na brak wody była pożądaną cechą. Inną cechą osłów jest silny instynkt samozachowawczy – i to jest źródło słynnego „osłego uporu” – osły dbają o swoje bezpieczeństwo i po prostu niesłuchanie trudno zmusić je do zrobienia czegoś, co uznają za niebezpieczne dla siebie. Osły są jednak inteligentnymi zwierzętami, co wynika z życia w bardzo trudnym środowisku.

Mimo, że zwierzę to było wykorzystywane do codziennych, trudnych zajęć, osioł uważany był w starożytności także za symbol piękna kobiety oraz godności jego właściciela. Osioł uczestniczył w ceremoniach koronacyjnych



na obszarze starożytnego Bliżniego Wschodu w czasie ceremonialnego wjazdu króla do miasta, co jest opisane w Biblii i dokumentach królewskich.

Żłób jak ołtarz

Papież Benedykt XVI w książce „Jezus z Nazaretu” napisał, że św. Augustyn objaśniał znaczenie żłobu betlejemskiego, posługując się myślą, która w pierwszej chwili wydaje się niemal niestosowną, ale gdy się jej bliżej przyjrzeć, zawiera głęboką prawdę. Żłób jest miejscem, gdzie zwierzęta znajdują pokarm. Teraz w żłobie leży Nowonarodzony Jezus, który nazywa siebie samego chlebem danym z nieba – prawdziwym pokarmem, którego człowiek potrzebuje do podtrzymania swego człowieczeństwa. Jest to pokarm zapewniający człowiekowi właściwe, wieczne życie. Dlatego żłób betlejemski wskazuje na stół Pański, czyli ołtarz, do którego człowiek jest zaproszony, aby otrzymać chleb od Boga.

Czy w miejscu narodzenia Pana Jezusa w Betlejem, w stajence, były zwierzęta? Św. Łukasz napisał w Ewangelii o żłobie, do którego położono Dzieciątko Jezus po narodzeniu, ale nie wspomina o zwierzętach. Świat zwierząt stał się jednak nieodłącznym elementem szopki bożonarodzeniowej.

Co z tymi zwierzętami?

W celu wyjaśnienia wątpliwości dotyczących zwierząt w stajni betlejemskiej warto przypomnieć treść książki Benedykta XVI „Jezus z Nazaretu”. Papież wyjaśnia, że żłób ze znajdującą się w nim paszą wskazuje na zwierzęta. Jest dla nich miejscem pobierania pokarmu. W Ewangelii nie ma tu mowy o zwierzętach.

Połączenie lektury Pisma Świętego Starego i Nowego Testamentu bardzo szybko wypełniło tę lukę poprzez wskazanie na Księgę Proroka Izajasza: „Wół rozpoznaje swego pana i osioł żłób swego właściciela; Izrael na niczym się nie zna, lud mój niczego nie rozumie”.

Dwa zwierzęta symbolizują ludzi zamieszkujących Palestynę w czasach Jezusa, dla których nadeszła godzina poznania Jezusa jako prawdziwego Boga i prawdziwego człowieka. Chrześcijańska ikonografia już w IV wieku nawiązała do tego motywu i od tamtego czasu w żadnym

Mali uczniowie – misjonarze

Koło misyjne „Mali Misjonarze Jezusa – Aniołki” już od wielu lat istnieje w Szkole Podstawowej nr 5 w Elku. Od września 2022 r. przejęłam opiekę nad tym kołem misyjnym. Do udziału zaprosiłam dzieci z klas I–III. Zależało mi na tym, aby uczniowie od najmłodszych lat poznawali ideę pomocy misjom i uczyli się wrażliwości na potrzeby innych.

Jednym z pierwszych moich działań było przybliżenie dzieciom pracy misyjnej. Zaprosiłam do szkoły o. Jerzego Wilka, misjonarza, który pracował na Madagaskarze. Podczas spotkania na auli opowiadał o swojej posłudze i życiu ludzi, wśród których pełni posługę misyjną. Dzieci słuchały go z wielkim zainteresowaniem. W czasie spotkania wspominał, że w jego wiosce chorzy na trąd często nie mają nawet miski ryżu, bo ich nie stać na jedzenie. I to właśnie wtedy zrodził się pomysł, by nasze koło misyjne zorganizowało pomoc. Zorganizowaliśmy zbiórkę w klasach I–III. Dzięki ofiarności uczniów i rodziców udało się przekazać nasz dar do sekretariatu misyjnego.

Szczególne misje – po sąsiedzku

Kiedy uczestniczyłam w rekolekcjach prowadzonych przez o. Mariusza Wójcika w katedrze ełckiej, jego słowa również bardzo mnie poruszyły i umocniły w misyjnym zaangażowaniu. Poprosiłam, by także odwiedził naszą spo-

łeczność szkolną i opowiedział dzieciom o swojej pracy w Zawoi. Widziałam, jak dzieci bardzo przeżywają sytuację Kościoła misyjnego.

Na spotkaniach naszego koła misyjnego modlimy się za misjonarzy i misjonarki, a także za chorych i cierpiących na całym świecie. Podczas jednej z Mszy św., usłyszałam ogłoszenie, że siostra zakonna z Tęczowego Domu zaprasza, by odwiedzać dzieci niepełnosprawne. Poczułam, że to zaproszenie jest skierowane również do mnie i do moich małych misjonarzy. Podjęłam tę inicjatywę i zaczęłam jeździć z dziećmi do Tęczowego Domu. Zabieraliśmy ze sobą upominki: zabawki i dobre słowo, ale przede wszystkim — chęć wspólnej zabawy i rozmowy. Chciałam, aby nasi mali misjonarze nauczyli się wrażliwości na cierpienie innych, umiały dawać radość i były obecne tam, gdzie ktoś potrzebuje serca i uśmiechu. Doświadczylśmy, że każde takie spotkanie uczy wszystkich empatii, szacunku i wdzięczności. Moi podopieczni z wielkim zaangażowaniem poświęcają swój czas, a ja razem z nimi doświadczam ogromnej radości. Widzę jak to, co robimy, przemienia serca — zarówno naszych dzieci, jak i tych, które odwiedzamy.

Miejsca pamięci

Jako koło misyjne włączyliśmy się również w akcję organizowaną przez Caritas Diecezji Ełckiej – coroczne sprzątnięcie grobów dzieci nienarodzonych.



Chciałam, aby mali misjonarze uczestniczyli w tym dziele z sercem i zrozumieniem jego głębokiego znaczenia. Wspólnie porządkujemy groby, zapalamy znicze i modlimy się w ciszy. Dla dzieci jest to ważna lekcja szacunku do życia, modlitwy za zmarłych i troski o miejsca pamięci. Widzę, że te chwile uczą je refleksji, powagi i wdzięczności za dar życia. Rodzą też pytania o życie wieczne, o zamysł Boży jaki wpisany jest w życie dzieci nienarodzonych.

Kolędniczy Misyjni

Mali misjonarze bardzo chętnie włączają się również w życie parafii i miasta. Co roku biorą udział w Kolędnicach Misyjnych. Takim szczególnym świętowaniem jest uczestnictwo w ełckim Orszaku Trzech Króli. Dzieci z radością śpiewają kolędy. Wszystkie są barwnie ubrane. To jest również dobry czas, aby mogły dawać świadectwo wśród swoich rówieśników, a także społeczności miasta. Poprzez modlitwę, śpiew i zaangażowanie w życie Kościoła, uczniowie uczą się, że

misyjność to nie tylko pomoc materialna, ale przede wszystkim świadectwo wiary, dobroci i obecności w życiu wspólnoty.

Adopcja na odległość

Nasze koło misyjne podjęło również Adopcję na odległość. Spośród wielu krajów wybraliśmy Ugandę, a naszym celem stało się wspieranie młodzieży, aby mogła się uczyć i rozwijać.

Aby zebrać potrzebne środki, zorganizowaliśmy w szkole kiermasz misyjny. Rodzice z wielkim zaangażowaniem przygotowali wypieki, różne smakołyki. Zgromadziliśmy także sporo drobnych, misyjnych gadżetów i pamiątek, które można było nabyć w czasie kiermaszu. Wszystko po to, aby pomóc młodym ludziom w Afryce w zdobyciu wykształcenia, a jednocześnie sprawić radość tym, którzy wspierają misje. Dzieci uczą się w ten sposób, że pomaganie innym ma sens, że dobro wraca, a każdy, nawet najmniejszy gest, może zmieniać czyjeś życie.

dokończenie str. 23

Nigdy nie jest za późno



„Chciałem dać seniorom miejsce, w którym znów poczują skrzydła” - z ks. Krzysztofem Zubrzyckim, proboszczem Parafii pw. MB Gromnicznej w Wiśniowie, rozmawiamy o marzeniach Seniorów, potrzebie spotkań oraz o powołaniu Uniwersytetu Trzeciego Wiek w Parafii...

Uniwersytet Trzeciego Wiek w parafii Wiśniowo-Elckiej niedawno rozpoczął działalność. Jakie emocje towarzyszą temu momentowi?

To ogromna radość i satysfakcja. Pomysł kiełkował od dawna, a teraz mogliśmy go wreszcie wcielić w życie. Widziałem na inauguracji mnóstwo uśmiechniętych twarzy – to dla mnie największy dowód, że ta inicjatywa jest potrzebna i ma sens. Parafia jest miejscem żywym, otwartym.

Co było główną inspiracją do utworzenia UTW właśnie przy parafii?

Parafia w Wiśniowie Elckim jest miejscem, które zawsze łączyło ludzi. Wielokrotnie słyszeliśmy od seniorów, że brakuje im przestrzeni do rozwoju, kontaktu z innymi, zajęć edukacyjnych. Stwierdziliśmy: skoro mamy energię, ludzi dobrej woli i chęci, to zrobmy coś więcej niż tylko spotkania okazjonalne. UTW wydał się naturalnym rozszerzeniem tej wspólnoty.

Jakie są główne cele Uniwersytetu?

Po pierwsze — aktywizacja intelektualna. Chcemy, by nasi seniorzy czuli, że mogą się rozwijać i uczyć nowych rzeczy przez całe życie. Po drugie

— integracja społeczna. Po trzecie – aktywizacja w parafii, rozwój duchowy. UTW ma być miejscem spotkań, rozmów, wzajemnej inspiracji, modlitwy. I po czwarte — promocja zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej, bo wiemy, jak wielkie ma to znaczenie w wieku dojrzałym.

Jakie wartości leżą u podstaw tej inicjatywy?

Godność, edukacja i wspólnota. Seniorzy często mówią: „Już jestem za stary, już mi nie wypada”. A ja uważam, że człowiek może rozwijać się całe życie. Chcemy im przypominać, że są potrzebni, mądrzy, wartościowi. Druga

rzecz – wspólnota. Samotność to jedna z największych trudności osób starszych. UTW pozwala ją przełamać.

Jakie zajęcia już zostały zaplanowane?

Na dobry początek ruszają wykłady z historii regionu, o wartości szczęścia, zdrowym odżywianiu, pozytywnym myśleniu o sobie, naszych marzeniach, no i jak być pięknym wewnątrz i zewnątrz. W przygotowaniu są spotkania z lekarzami, warsztaty kulinarne i zajęcia artystyczne. Chcemy, żeby oferta była jak najszersza — każdy znajdzie coś dla siebie.

Ilu uczestników zapisało się na start?

Zgłosiło się ponad 20 osób, co jak na naszą miejscowość jest wynikiem wspaniałym. Co tydzień ktoś nowy pyta o możliwość dołączenia. To pokazuje, że seniorzy chcą być aktywni i czują, że UTW jest dla nich atrakcyjnym miejscem.

Parafia to zwykle miejsce kultu, a UTW to projekt edukacyjny. Jak udało się połączyć te przestrzenie?

To prawda, ale parafia zawsze była także centrum lokalnej wspólnoty. Nie chodzi o to, by tworzyć miejsce tylko religijne, ale by budować przestrzeń służącą ludziom. UTW działa w klimacie otwartości: jest świecki, dostępny dla każdego mieszkańca, niez-

leżnie od przekonań. Parafia daje wsparcie i życzliwość, jak będzie potrzeba, to i dach nad głową — a reszta należy do uczestników i kadry.

Jakie reakcje dotarły do księdza po inauguracji?

Najczęściej słyszę: „Dobrze, że w końcu ktoś o nas pomyślał”. To bardzo wzruszające. Jedna z pań powiedziała mi, że dawno nie czuła takiej energii i chęci działania. To pokazuje, jak wielki sens ma ta inicjatywa.

Jakie są plany na przyszłość?

Rozwój, rozwój i jeszcze raz rozwój. Chcemy współpracować z innymi UTW z regionu, organizować wyjazdy, konferencje, a w przyszłości być może stworzyć własne mini-klubowe sekcje tematyczne, zainteresowań. Chciałbym, aby powstał klub filmowy. Marzę też o doposażeniu sali w sprzęt multimedialny, aby seniorzy mogli korzystać z nowoczesnych narzędzi.

Czym dla księdza osobście jest ten projekt?

To piękna forma służby. Czuję, że UTW daje ludziom coś ważnego – poczucie sensu i wspólnoty. A mnie uczy pokory i wdzięczności. Widzę, jak wiele możemy zrobić, jeśli jesteśmy razem.

Czego życzyć UTW na dalszą drogę?

Przed wszystkim ludzi — zaangażowanych, otwartych, ciekawych świata. Jeżeli oni będą, to reszta przyjdzie sama. My tworzymy miejsce, ale to uczestnicy nadają mu duszę.

Dziękuję za rozmowę

Czas na miłość

W ramach działalności naszego koła misyjnego odwiedziliśmy również Dom Pomocy Społecznej „Misericordia” w Ełku. Chcieliśmy sprawić radość seniorom – dziadkom i babciom, którzy tam mieszkają. Dzieci przygotowały słodki poczęstunek, śpiewały piosenki i rozmawiały ze starszymi osobami, ofiarowując im swój czas, uśmiech i obecność. To spotkanie przyniosło wiele wzruszeń. Cieszyłam się, widząc, jak starsi ludzie z radością przyjmowali dzieci, jakby to były ich własne wnuki. A moi mali misjonarze uczą się szacunku, cierpliwości i wdzięczności wobec osób starszych. Dla mnie to była wielka radość i potwierdzenie, że warto wychowywać młodych do dobra i miłości bliźniego. Mają bardzo czułe i otwarte serca na potrzeby innych.

Nasze małe wyrzeczenia

Adwent, Wielki Post są dla nas okazją do czynienia dobra. Nasze małe wyrzeczenia zamieniamy na dobro. Tak zorganizowaliśmy w naszym gronie zbiórkę na panią chorą onkologicznie. Dzieci z wielkim sercem rezygnowały z drobnych przyjemności – z kupna słodyczy w sklepiku czy innych drobiazgów – i wrzucały swoje oszczędności. Dzięki ich hojności udało się zebrać sporą sumę pieniędzy, które przekazaliśmy na leczenie tej, konkretnie chorej. To wydarzenie pokazało mi, jak wielką wrażliwość mają dzieci i jak potrafią dzielić się dobrem, gdy widzą, że ktoś naprawdę potrzebuje pomocy. Nauczyło nas wszystkich, że misje zaczynają się tu, gdzie jesteśmy – od



zauważenia drugiego człowieka w potrzebie. Innym razem wsparliśmy dziewczynkę, która potrzebowała wsparcia w leczeniu i w zakupie wózka inwalidzkiego. Traktowaliśmy te zbiórki jako – znak miłości do Pana Jezusa i drugiego człowieka. Uczyliśmy się, że poprzez modlitwę, wyrzeczenia i dobre uczynki można naprawdę pomóc potrzebującym. Dzieci z radością włączały się w akcję. Widziałam, jak w ich sercach rodzi się zrozumienie, że prawdziwa miłość polega na dawaniu i że pomagając innym, schodzimy ze swojego egoizmu, uczymy się widzieć tych, którzy potrzebują naszej obecności i dobra.

Znaczki mają wartość

Od września rozpoczęliśmy kolejną akcję – zbieranie znaczków pocztowych dla misjonarzy. Werbiści zachęcają, by nie wyrzucać znaczków z listów, które otrzymaliśmy pocztą, lecz przekazać je do ich placówek. Tam są one sprzedawane, a uzyskane w ten sposób środki przeznaczane są na działalność misyjną. Chciałam, by dzieci zrozumiały, że pomagać można na wiele sposobów – nawet tak prostych, jak zbieranie zużytych znaczków. Uczymy się, że każdy znaczek ma wartość, bo każdy wspiera misję i dzieła dobra. Dzieci z zapałem zbierają znaczki w domu i w szkole,

a rodzice chętnie włączają się w tę inicjatywę. Wspólnie liczymy zebrane znaczki. Cieszę się, że zarówno uczniowie, jak i ich rodzice odkrywają, że misyjność to codzienne małe gesty miłości wobec drugiego człowieka.

Nasza misyjna integracja

Staram się również wynagrodzić moich małych misjonarzy za ich zaangażowanie i dobre serce. Zabieram ich na lody, pizzę, do kina, a czasem po prostu spędzamy wspólnie czas przy śpiewie, ognisku i zabawie. Te spotkania są dla nas wszystkich ogromną radością i dodatkową motywacją. Widzę, jak cieszą się z bycia razem, jak przeżywają wspólne chwile i jak umacnia się ich poczucie wspólnoty oraz radości z pomagania innym. Bardzo cieszę się, że jestem opiekunem koła misyjnego i że mogę współpracować z tymi wspaniałymi dziećmi. Angażujemy się także w życie parafii pw. św. Jana Pawła II w Ełku. Jestem wdzięczna, że mam małych misjonarzy, zaangażowanych rodziców i wspólnotę, która pozwala nam razem działać na rzecz drugiego człowieka. Pomagamy, uczymy się wrażliwości i empatii, a każde spotkanie przynosi nam radość i umacnia w przekonaniu, że misyjność jest piękną drogą życia.

Przedwieczna miłość Boga

Boże Narodzenie to czas, gdy Bóg przychodzi na ziemię, by stać się człowiekiem. Stać się jednym z nas. Narodziny Boga – Człowieka.

Życie mamy tylko jedno. Jak bardzo jest ono kruche, doświadczamy w chwilach cierpienia, słabości, starości. Czasem zastanawiamy się, w którym momencie się ono zaczyna? Od chwili narodzin, czy w chwili poczęcia zaczęliśmy istnieć? Gdy się rodzimy, mówią nam, że „całe życie przed nami”, by „zakosztować życia.” W zgiełku codzienności, pomiędzy pędem o odpowiedni status ekonomiczny, a zmaganiem z trudnościami, pytamy czy nasze życie jest jedynie przypadkową sumą zdarzeń, czy ma głębszy, ukryty sens? Św. Faustyna w Dzienniczku napisała takie zdanie: „Poznałam, jak bardzo mnie Bóg miłuje. Przedwieczna jest miłość Jego ku mnie”/Dz. 16/.

Odpowiedź jest jednoznaczna: życie każdego z nas jest odpowiedzią na dar Boga, na Jego przedwieczną i bezwarunkową miłość.

Miłość Boga nie narodziła się w momencie stworzenia człowieka, ani w chwili jego nawrócenia. Istniała od wieczności. Jak pisze prorok Jeremiasz: „Ukochałem cię odwieczną miłością, dlatego też zachowałem dla ciebie łaskawość” /Jr 31,3/. To, co przed-



wieczne, jest niezmiennie. Oznacza to, że miłość, którą Bóg darzy dziś każdego z nas, jest tą samą, nieskończoną miłością, jaką umiłował nas, zanim tchnął w nas życie. Nie może się ona wyczerpać, nie osłabnie ani nie przemienie.

OB DAROWANI

Ta perspektywa stawia nas nie w roli samotnych „kowali” własnego losu, ale w pozycji obdarowanych. Na początku naszej historii jest Stwórca, który powołał nas do istnienia nie z konieczności, lecz z miłosierdzia. „Bóg jest miłością, a miłosierdzie jest Jego czynem, w miłości się poczyną, w miłosierdziu się przejawia” /Dz. 651/. – to klucz do zrozumienia naszego życia. Jesteśmy

pomyślni i stworzeni w akcie miłości, a to oznacza, że nasza wartość nie wynika z czynów, statusu czy opinii innych, ale z faktu, że Bóg nas umiłował. Kiedy uświadamiamy sobie, że Miłość Boga jest przedwieczna, to znaczy, że jest ona naszą niezbywalną, wartością, a nie nagrodą za dobre sprawowanie, nie jest warunkiem naszego istnienia, ale jego powodem.

Uświadczenie sobie, że życie jest darem, radykalnie zmienia jego postrzeganie. Nie jest to coś, na co sobie zapracowaliśmy, lecz łaska, która została nam bezinteresownie ofiarowana. Tajemnica Betlejem przypomina, że Bóg stał się jednym z nas – Dzieciątkiem, które przyszło na świat, aby nas zbawić i obda-

rzyć Życiem Wiecznym. Narodziny Zbawiciela są pieczęcią tej nieustrudzonej miłości, która dąży do zjednoczenia z nami mimo naszej słabości. S. Faustyna poznała dobrze tę prawdę „Jezu utajony, Miłości wiekuista, Żywocie nasz, Boski Szaleńcze, żeś zapomniał o sobie, a widzisz tylko nas. Nim stworzyłeś niebo i ziemię, wpierw nosiłeś w Sercu swoim nas.” /Dz.278/

ODPOWIEDŹ

Ten Dar domaga się jednak odpowiedzi. Prawdziwa miłość nigdy nie jest jednostronna, zawsze domaga się wzajemności. Bóg obdarowuje nas wolnością – i to właśnie w naszej wolnej odpowiedzi realizuje się sens życia. Szcz-

gólną wrażliwość na dar i odpowiedź na niego miała św. Faustyna Kowalska. Jej duchowość, skoncentrowana na Miłosierdziu Bożym, jest praktycznym wezwaniem do życia jako odpowiedź na miłosierdzie. Święta Faustyna uczy, że człowiek ma stać się „odbiciem Miłosierdzia” w codzienności. Dla niej, życie było nieustannym aktem zawierzenia i dawania siebie, motywowanym świadomością Bożej miłości.

Święta Faustyna uczy, że przyjęcie daru Miłości polega na zaufaniu Bogu w każdej sytuacji „Jezu, ufam Tobie!” i na przemianianiu swojego serca, aby mogło miłować innych Jego miłością. Uczy nas, że nasza odpowiedź na Bożą Miłość dokonuje się w gestach miłosierdzia – słowem, czynem i modlitwą – które są niczym innym jak podarowaniem części siebie na wzór Dzieciątka z Betlejem. Jak notowała: „Niech się nie lęka do Mnie zbliżyć żadna dusza, chociażby grzechy jej były jako szkarłat” /Dz. 699/. A naszym zadaniem jest odpowiedź w tym samym duchu: „Pragnę się cała przemienić w miłosierdzie i być żywym odbiciem Ciebie, o Panie” /Dz. 163/.

ŻYCIE JAKO NIEUSTANNE „TAK”

Jak zatem wygląda to „odpowiadanie”? Nie polega ono na wielkich, heroicznych czynach, lecz przejawia się w codzienności. Pierwsza i najważniejsza odpowiedź to świadomość otrzymanego daru, czyli wdzięczność za życie, za każdy dzień, za talenty i za drugiego człowieka. Miłość przejawia się w czynie, dlatego Bóg, który jest Miło-

ścią, chce abyśmy stawiali się do Niego podobni. Odpowiedź na Jego miłość realizuje się w miłości do bliźniego. Jak ujął to św. Jan Paweł II: „człowiek nie może odnaleźć się w pełni inaczej jak tylko poprzez bezinteresowny dar z siebie samego” /Gaudium et spes, nr 24/. Każdy akt życzliwości, przebaczenia, troski o potrzebujących, jest przedłużeniem Bożej miłości w świecie. Nasze życie staje się darem dla innych.

Odpowiadanie na dar Boga to również dążenie do zjednoczenia z Nim poprzez

modlitwę, sakramenty i posłuszeństwo Jego woli. To nie jest zewnętrzny przymus, lecz pragnienie, by trwać w Źródle, które nas umiłowało. Nie można dać innym tego, czego się samemu nie otrzymało. Dopiero doświadczenie bezwarunkowej miłości Bożej uzdalnia nas do kochania innych – zwłaszcza tych trudnych i „niezasługujących” – tą samą miłością.

W dzisiejszym świecie, gdzie człowiek często mierzy wartość życia miarą produktywności, siły czy posiadania, wizja życia jako odpowiedzi

na dar Miłości jest rewolucyjna. Przypomina nam, że nasza godność nie zależy od sukcesu, lecz od faktu bycia ukochanym przez Boga. W okresie Bożego Narodzenia, kiedy obdarowujemy się wzajemnie, pamiętajmy, że największym prezentem jest sam Jezus i to, że możemy Mu odpowiedzieć na Jego miłość własnym życiem. Nie bójmy się tej odpowiedzi, nawet jeśli wymaga ona trudu i ofiary. Bowiem tylko stając się darem, w pełni realizujemy swoje człowieczeństwo i wchodzimy w obiecanie nam szczęście.



Polak z Sercem

Serce, które bije dla rodaków

Już po raz kolejny młodzi ludzie z Katolickiego Stowarzyszenia Młodzieży w całej Polsce włączają się w ogólnopolską akcję „Polak z Sercem”. To wyjątkowa inicjatywa, która pokazuje, że pamięć o naszych rodakach mieszkających na Kresach Wschodnich wciąż jest żywa i bliska sercom młodych Polaków.

Akcja ma na celu pomoc materialną i duchową Polakom mieszkającym na Litwie, Białorusi i Ukrainie, szczególnie dzieciom i młodzieży, którzy często zmagają się z trudnościami w codziennym życiu, edukacji i wychowaniu. Zebrane środki przeznaczone są m.in. na zakup żywności, środków czystości, przyborów szkolnych czy ciepłej odzieży.

Młodzi z diecezji ełckiej nie zostają obojętni

W akcję „Polak z Sercem” aktywnie włączają się oddziały Katolickiego Stowarzyszenia Młodzieży z diecezji ełckiej, w tym m.in. z Ełku, Suwałk, Mikołajek i Piza. Młodzi ludzie z pasją angażują się w organizację zbiórki, promocję akcji w swoich parafiach oraz działania w mediach społecznościowych, pokazując, że troska o rodaków mieszkających na Kresach jest żywa. Ich otwarte serca potrafią czynić realne dobro nawet poprzez codzienne, proste gesty. Każdy, kto chce wspierać inicjatywę, może przekazać

darowiznę online lub włączyć się duchowo – przez modlitwę w intencji Polaków na Kresach.

Nowe inicjatywy – „Torba z Sercem” i „Dodaj Dobra”

Tegoroczna edycja „Polaka z Sercem” przynosi nowe formy pomocy. Jedną z nich jest „Torba z Sercem” – można nabyć fizyczną lub wirtualną torbę, wypełnioną artykułami szkolnymi i przesłaniem solidarności. Jej zakup wspiera edukację i codzienne potrzeby dzieci i młodzieży Polaków na Kresach.

Drugą nowością jest platforma „Dodaj Dobra”, która daje możliwość pomagania w przestrzeni internetowej. To miejsce, gdzie każdy może w prosty sposób włączyć się w czynienie dobra, przekazując wsparcie finansowe, dowolną darowiznę czy wspierając modlitwą. Dzięki temu pomoc trafia tam, gdzie jest najbardziej potrzebna, a każdy użytkownik może realnie przyczynić się do budowania wspólnoty serc otwartych na innych.

Akcja, która wychowuje

„Polak z Sercem” to nie tylko projekt charytatywny, ale również działanie wychowawcze. Uczy młodych ludzi odpowiedzialności, empatii i troski o drugiego człowieka. W wielu parafiach akcja stała się okazją do rozmów o patrio-

tyzmie, historii i wartościach, które łączą nas jako wspólnotę wierzących i Polaków.

Jak pokazuje doświadczenie poprzednich lat, pomoc ofiarowana z serca wraca ze zdwojoną siłą w postaci wdzięczności, modlitwy i poczucia wspólnoty, która nie zna granic.

Więcej informacji o akcji znajdziesz na stronie polakzsercem.pl.

Tam dostępna jest również zbiórka online, możesz wspomóc akcję poprzez formularz „eDaromat” lub przekazać darowiznę, co umożliwi szybkie i bezpieczne wsparcie naszych Rodaków na Kresach.

Opracowała Dagmara Hołoweńko - koordynator akcji „Polak z Sercem” w diecezji ełckiej

POLAK Z SERCEM
VIII Edycja

JAK POMÓC?

Wpłać darowiznę na dodajdobra.pl

Wejdź na polakzsercem.pl i przekaz dary przez Edaromat

Pomóżmy dzieciom na Kresach!

Organizator: **FDM** (FEDERACJA DZIECI I MŁODZIEŻY)

Partnerzy: **SEJAM** (Stowarzyszenie Ewangelizacji i Kultury), **GOTOW**, **VERIFIS**, **Złoty Krzyż**

Patron medialny: **kai**, **GOŚĆ** (WIELKOPOLSKIE)

Wspólnota małej ojczyzny

Wczwartek 13 listopada 2025 r. w elckiej katedrze miała miejsce Msza św. prymicyjna abp Mirosława Stanisława Wachowskiego. Bp Jerzy Mazur, Biskup Elcki w słowie wprowadzenia powiedział: „18 września 2025 r. z radością przyjęliśmy informację, że Ojciec Święty Leon XIV mianował Nuncjuszem Apostolskim w Iraku ks. prał. Mirosława Stanisława Wachowskiego, kapłana diecezji elckiej, dotychczasowego podsekretarza ds. Relacji z Państwami i Organizacjami Międzynarodowymi Stolicy Apostolskiej. Wyniósł go jednocześnie do stolicy tytularnej Villamagna di Proconsolare, z godnością arcybiskupa.”

Mszy św. prymicyjnej przewodniczył abp Mirosław Wachowski, a homilię wygłosił bp Jerzy Mazur, biskup elcki. Do wspólnej modlitwy włączyli się zaproszeni biskupi: abp Tadeusz Wojda, metropolita gdański, przewodniczący Konferencji Episkopatu Polski, abp Józef Górczyński, metropolita warmiński, abp Adrian Galbas, metropolita warszawski, który w tej katedrze otrzymał sakrę biskupią, bp Dariusz Zalewski, biskup pomocniczy, a także ks. prał. Krzysztof Seroka, sekretarz Nuncjatury Apostolskiej w Mińsku, księży rektorzy, księży moderatorzy, wykładowcy Seminariów z Białegostoku, Łomży, Drohiczyzna, Siedlec i Elku, kapłani diecezji elckiej, osoby życia konsekrowanego,

przedstawiciele władz miasta Elku, Gminy Elk oraz wierni diecezji elckiej.

W homilii bp Jerzy Mazur podkreślał znaczenie dla Kościoła elckiego tego wydarzenia: „Ks. abp. Mirosławie, Twoja nominacja to dla nas zaszczyt i wyróżnienie, że z tak młodej diecezji elckiej, z ziemi piskiej Ojciec Święty Leon XIV mianuje Ciebie i posyła jako swojego reprezentanta do Iraku. A z drugiej strony jest to także wielkie zadanie dla nas biskupów, kapłanów, osób konsekrowanych i wiernych świeckich, by towarzyszyć Ci i otaczać modlitwą w tej niełatwej misji, którą będziesz pełnił.”

W niedzielę, 16 listopada, w parafii pw. św. Józefa Oblubieńca NMP w Piszcu, skąd pochodzi abp Mirosław Wachowski, odbyła się jego Msza św. z udziałem rodziny kapłana. Nowo wyświęconego arcybiskupa przywitani przedstawiciele dzieci, młodzieży i dorosłych. W Eucharystii wzięli również udział bp Romuald Kamiński, Biskup Warszawsko-Praski, bp Dariusz Zalewski, biskup pomocniczy diecezji elckiej, który wygłosił homilię, ks. kan. Artur Gawrychowski, proboszcz parafii, ks. kan. dr Arkadiusz Orzeł, Dziekan dekanatu św. Huberta, kapłani z terenu dekanatu, mama i siostra wraz z rodziną abp. Wachowskiego, przyjaciele i parafianie.

W homilii bp Zalewski zwrócił się do nuncjusza apostolskiego w Iraku: „W twojej,



Księżu Arcybiskupie, historii powołania rozpoznajemy tę delikatną, lecz stanowczą rękę Boga. On prowadził cię najpierw do ołtarza, jako prezbitera, potem przez lata posługi Kościołowi, a dziś posyła cię jeszcze dalej – tam, gdzie Kościół żyje często w cieniu krzyża, ale nigdy bez nadziei”.

Bp Dariusz odwołał się do liturgii słowa: „W Iraku Kościół od lat żyje w świetle, który przypomina sceny z dzisiejszej Ewangelii: napięcia,

wojny, przesiedlenia, nienawiść wobec wierzących. A jednak chrześcijanie w Iraku nie przestają świadczyć o Chrystusie. Są znakiem nadziei, którą niosą mimo wszystkiego. Ekscelecncjo, jesteś posłany właśnie tam – nie po to, by uciekać od trudności, ale by stać się świadkiem obecności Boga pośród nich. Nie po to, by komentować dramaty, lecz by im towarzyszyć. Nie po to, by zastępować Chrystusa, lecz by Go ukazywać”.



W pierwszej adhortacji apostołskiej - „DILEXI TE” - „O miłości do ubogich” - papież Leon XIV podkreśla, że: „Służba ubogim nie jest gestem wykonywanym „z góry ku dołowi”, ale spotkaniem równych sobie. Nie chodzi o to, by „przynosić im” Boga, ale aby spotkać Go w nich...”

W Suwalskim Sanktuarium Bożego Miłosierdzia doświadczamy nie tylko różnorodności służebnego działania w kierunku ubogich tego świata i to we wszystkich wymiarach owego ubóstwa, ale nade wszystko korzystamy z prawdziwego ewangelicznego Wzoru - staramy się naśladować Chrystusa ubogiego, który jest bogaty w nieskończone Miłosierdzie Boże...

Dzień Dziecka Utraconego – doroczna Msza św. w intencji rodziców i najbliższych, dzieci utraconych – zgromadziła w Suwalskim Sanktuarium nie tylko rodziców dzieci utraconych przed narodzeniem, ale też zaprzyjaźnionych z nimi...

Po Koronce do Bożego Miłosierdzia i po Mszy św. dokonane zostało „nadanie imion” utraconym dzieciom, aby w geście „wysłanych ku niebu” balonów z imiennymi kartkami, wyrazić wiarę w Ich obecność w Domu Ojca. Skupienie, modlitwa i pokój serc towarzyszyły tej wymownej ceremonii.

Pielgrzymka Jubileuszowa Pracowników Służby Zdrowia – to żarliwa modlitwa tych, którzy w sposób szczególny poznają z bliska człowiecze ubóstwo, aby też owej biedzie na ciele, jak i na duszy, zaradzić. Ksiądz Kapelan Służby Zdrowia, zwłaszcza w czasie adoracji Pana Jezusa i w homilii we Mszy św. podkreślał wymowę posługiwania najuboższym: słabym, cierpiącym i najbardziej potrzebującym pomocy na ciele i duszy. Lekarze i pracownicy Służby Zdrowia - to wielki dar także, a może szczególnie ważny, we współczesnym świecie. Wdzięczna modlitwa za dar takiego powołania jest ważna.



41. Rocznica męczeńskiej śmierci bł. Ks. Jerzego Popiełuszki - jest dla mieszkańców Suwałk coroczną możliwością spotkania modlitewnego, ale też okazją do wdzięcznej pamięci o Błogosławionym Kapelanie Solidarności naszych czasów, który aż do końca, aż do szaleństwa Krzyża, dał świadectwo, że trzeba zło dobrem zwyciężać. W obecności Sztandaru Solidarności byli obecni suwalczanie, którzy uczestniczyli we Mszy św. za Ojczyznę. Ks. Jarema Sykułski, kustosz sanktuarium, podkreślił, że współcześni Polacy potrzebują takich Świadców jak Bł. Ks. Jerzy, ale też potrzebują mocy ducha, aby podejmować walkę z panującym złem i to aktualne zło, zwyciężać dobrem. Pan Leszek Lewoc - Dyrektor MOPR-u, w Suwałkach odczytał Telegram Prezydenta RP - który objął Patronat nad Suwalskim Marszem „Zło dobrem zwyciężaj”. I tak w czasie modlitwy różańcowej wyruszył Marsz z Relikwiami pod Obelisk Bł. Ks. Jerzego, gdzie złożone zostały kwiaty, odbyły się okolicznościowe wystąpienia, wysłuchanie ostatniej homilii bł. Ks. Jerzego i wspólnotowa agapa.

„**Św. Hubercie, Patronie nasz, wstawiaj się za nami...**” – słowami pieśni

do św. Huberta, chór powitał na dorocznej uroczystości Hubertusa'2025, licznie zgromadzonych myśliwych, łowczych i leśników, ich rodziny i przyjaciół, a także delegację myśliwych Litwy w Suwalskim Sanktuarium. Dzięki Ks. Andrzejowi Horacemu, Kapelanowi Okręgu w Białymstoku, św. Hubert był obecny w Znak swoich Relikwii (jedna z 5. w Polsce). Ks. Jarema powitał także przedstawicieli wszystkich władz, poczty sztandarowe oraz 15 kandydatów do ślubowania, a tym samym złożenia przysięgi na etos myśliwski. Uroczysta Msza św. - którą koncelebrowali kapelani poszczególnych kół Polskiego Związku Łowieckiego - była centralnym punktem świętowania tegorocznego Hubertusa. W homilii Ks. Jarema zaznaczył, że Rota ślubowania wskazuje na ważną postawę myśliwego, gdyż zobowiązuje się on do sumiennego i właściwego traktowania dzieła Stwórcy i zobowiązuje do sumiennego realizowania praw łowieckich, aby właściwie rozpoznawać Znaki Czasu i nade wszystko chronić porządku i hierarchii wartości. Po uroczystościach w Sanktuarium, wszyscy spotkali się na wspólnej agapie.



30 lat minęło...

Wsobotę, 15 listopada, Katolickie Stowarzyszenie Młodzieży Diecezji Ełckiej świętowało jubileusz 30-lecia istnienia. Uroczystości rozpoczęły się Mszą św., której przewodniczył bp Jerzy Mazur, Biskup Ełcki. W Eucharystii uczestniczyli również ks. Robert Galicki, który powitał zebranych gości, Asystent Diecezjalny KSM, ks. Jacek Łukasiewicz, Wiceasystent Diecezjalny, asystenci parafialni z terenu diecezji, obecni oraz byli członkowie KSM Diecezji Ełckiej, sympatycy.

W homilii bp Jerzy Mazur podkreślał wdzięczność za 30 lat wspólnoty ludzi młodych: „To ludzie młodzi tworzyli i tworzą KSM. A więc patrząc dzisiaj na was to widzę Kościół ludzi młodych, radosnych, pełnych nadziei. Jesteście młodą, piękną, pełną entuzjazmu, żywą twarzą Kościoła ełckiego. O takim Kościele marzę, który tętni życiem, tętni młodzieńczym zapałem, misyjnością, odwagą, wrażliwością na potrzebujących, który mówi „GOTÓW”.

Ordynariusz ełcki zaznaczył, jak wiele osób i czynników tworzyło KSM Diecezji Ełckiej: „Bóg był i jest z nami. Dzisiaj wyrażamy Mu wdzięczność. Wyrażamy wdzięczność Matce Najświętszej za opiekę i Patronom szczególnie bł. Karolinie Kózkównej, św. Stanisławowi Kostce, św. Karolowi Akutowskiemu i innym, ze wstawiają się za wami u Boga. Wyrażamy wdzięczność ludziom, którzy rozpoczęli KSM w diecezji

ełckiej i przez 30 lat tworzyli KSM pełniąc różne funkcje i zadania. Wyrażamy wdzięczność kapłanom, opiekunom duchowym diecezjalnym parafialnym, którzy przez tych 30 lat umacniali was duchowo i nadal to czynią. Zapewne Gala będzie dobrym momentem na to by wspominać i podziękować wszystkim zaangażowanym w KSM”.

Na zakończenie homilii Biskup Ełcki mówił również o swoim własnym świadectwie, związanym z młodzieżą: „Dzisiaj w dniu Jubileuszu pragnę powiedzieć: Wy jesteście nasza nadzieją. I jako Pasterz Kościoła Ełckiego z wielką dumą i pokorą mogę powiedzieć: Wy jesteście moja nadzieją. Po Mszy św. zebrani uczestnicy udali się na Jubileuszową Galę, podczas której życzenia i gratulacje złożyli m.in. przedstawiciele Gminy Ełk, prezydent Ełku, Tomasz Andrukiewicz, który wręczył Dorocie Kruszewskiej, Prezes Zarządu Diecezjalnego medal z okazji 600-lecia Ełku oraz bp Jerzy Mazur.

Następnie odbyło się uhonorowanie byłych Prezesów Zarządu Diecezjalnego: Karola Marchla, Piotra Kurianowicza i Moniki Milanowskiej, sympatyków i działaczy, po którym Monika Milanowska została odznaczona Orderem im. ks. prałata Antoniego Sołtysika przez przedstawicieli Prezydium Krajowej Rady KSM na czele z Przewodniczącą Prezydium, Gabriellą Kleczkowską.

Order im. ks. prałata Antoniego Sołtysika to najwyż-



sze honorowe wyróżnienie przyznawane przez Katolickie Stowarzyszenie Młodzieży osobom, które w sposób szczególnie przyczyniły się do rozwoju Stowarzyszenia, kształtowania postaw młodego pokolenia oraz wspie-

rania misji KSM w Kościele i społeczeństwie.

Po zakończonej części oficjalnej, wszyscy zaproszeni goście rozpoczęli zabawę podczas jubileuszowego balu.

KSM Diecezji Ełckiej powstał 9 kwietnia 1995 roku.

ks. Dariusz Kruczyński, ks. Ryszard Sawicki

Zapal świecę, podziel się dobrem

Caritas Diecezji Ełckiej rozpoczyna kolejną edycję Wigilijnego Dzieła Pomocy Dzieciom – akcji, która od lat przypomina, że światło wigilijnej świecy może stać się realnym wsparciem dla najmłodszych. Zakup świecy to prosty gest, dzięki któremu

Caritas przez cały rok pomaga dzieciom z rodzin ubogich i wielodzietnych: finansuje kolonie, leczenie, rehabilitację i edukację. Każda zapalona świeca na wigilijnym stole to wyraz solidarności i troski o tych, którzy najbardziej potrzebują naszej

uwagi. Zachęcamy do włączenia się w to piękne dzieło miłosierdzia. Niech czas Bożego Narodzenia przyniesie pokój serc, umocni wiarę i obudzi w nas gotowość do dzielenia się dobrem. Błogosławionych Świąt Bożego Narodzenia!



ks. Ryszard Sawicki, Urszula Sawicka

Wigilia Caritas – świąteczne spotkanie, które łączy ludzi

Co roku w grudniu w wielu miastach Polski osoby ubogie, bezdomne i samotne spotykają się przy wspólnym stole podczas ogólnopolskiej akcji Wigilia Caritas. Jej celem jest to, by nikt w czasie świąt nie czuł się opuszczony czy pozbawiony bliskości — w okresie kojarzonym z ciepłem domu, obecnością najbliższych i gotowością do dzielenia się dobrem.

Akcję wspiera firma Selgros, dzięki czemu możliwe jest organizowanie tak wielu spotkań w całym kraju. Caritas Diecezji Ełckiej również w tym roku włącza się w to piękne dzieło. W 11 miejscowościach naszej diecezji do wigilijnych stołów zasiądzie blisko 1600 osób, na które czekają tradycyjne potrawy, świąteczne paczki oraz życzliwa atmosfera.

Serdecznie zapraszamy do udziału w Wigiliach Caritas organizowanych w Diecezji Ełckiej:

16 grudnia
– Suwałki, Parafia pw. św. Aleksandra, godz. 13:00
– Giżycko, Parafia pw. św. Brunona i św. Kazimierza Królewicza, godz. 15:00

17 grudnia
– Krasnopol, Parafia pw. Przemienienia Pańskiego, godz. 11:00
– Regiel, świetlica wiejska, godz. 16:00

18 grudnia
– Orzysz, Ośrodek Kolonijny „Arka”, godz. 17:00
– Boćwinka k. Krukanek, świetlica wiejska, godz. 18:00

19 grudnia
– Gołdap, Warsztaty Terapii Zajęciowej, godz. 11:00
– Pisanica, Dom Kultury, godz. 15:00

20 grudnia
– Wigry, Refektarz Domu Królewskiego w Pokamedulskim Klasztorze, godz. 12:00

21 grudnia
– Liski k. Pisz, świetlica wiejska, godz. 15:00

23 grudnia
– Ełk, Ełcka Kuria Diecezjalna, godz. 16:00.

Niech te spotkania staną się przestrzenią dobra, życzliwości i braterskiego wsparcia. Wspólnie sprawmy, by w tym wyjątkowym czasie nikt nie był sam.



Agnieszka Szymańska

Podólamy bezdomności 2025


 Ministerstwo Rodziny,
Pracy i Polityki Społecznej

Trwa najtrudniejszy dla bezdomnych okres jesienno-zimowy. Wiele z tych osób nie posiada dachu nad głową, jedzenia, miejsca do spania i nie ma odwagi albo nawet nie wie, gdzie można zgłosić się po pomoc i wsparcie w celu poprawy swojej sytuacji. Caritas Diecezji Ełckiej w trosce o te osoby, już po raz kolejny podjęła się realizacji projektu niosącego pomoc i wsparcie dla osób znajdujących się właśnie w kryzysie bezdomności.

W październiku 2025 r. została podpisana po raz kolejny umowa z Ministerstwem Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej na realizację zadania

publicznego pod tytułem: „Podólamy bezdomności 2025” w ramach programu „Pokonać bezdomność. Program pomocy osobom bezdomnym” edycja 2025 r. Głównym celem projektu jest zapewnienie bezpośredniej pomocy osobom bezdomnym w postaci prowadzenie działań interwencyjnych, pomocy doraźnej oraz zapewnieniu wsparcia specjalistycznego i aktywizującego, np. spotkania indywidualne z psychologiem, doradcą zawodowym, doradcą finansowo-ekonomicznym, prawnikiem czy specjalistą z dziedziny uzależnień. W ramach projektu

odbyły się również warsztaty grupowe dla bezdomnych np. warsztaty nt. relacji międzyludzkich w rodzinie, dysponowania budżetem osobistym, czy warsztaty kulinarne, a dodatkowo uruchomiono Punkt Pomocy Doraźnej zlokalizowany w Ełku w budynkach przy ulicy Kościuszki 17, 18 oraz 27. Ponadto w ramach projektu podjęto szereg interwencji streetworkerów w terenie, bezpośrednio w miejscach gromadzenia się i przebywania bezdomnych.

Jak pokazują wcześniejsze doświadczenia, wszystkie działania podejmowane w ramach projektu mogą mieć ogromne

znaczenie dla przyszłości osób bezdomnych, szczególnie, że mogą zmotywować je do podjęcia jakichkolwiek działań w celu rozpoczęcia procesu wychodzenia z bezdomności. Choć nie jest to łatwe, to jak pokazuje praktyka, jest to możliwe, szczególnie przy wsparciu specjalistów do podjęcia pierwszych kroków. Istnieje ogromna potrzeba pracy nad tym procesem nie tylko samej osoby bezdomnej nad sobą, ale również wsparcie psychologa, terapeutów, często asystenta, opiekuna, którzy pomogą stopniowo pokonywać napotkane trudności w wychodzeniu z bezdomności.

ks. Ryszard Sawicki

XX Ogólnopolska Pielgrzymka Osób w Kryzysie Bezdomności

15 listopada 2025 r. podopieczni Caritas Diecezji Ełckiej ze Schroniska św. Ojca Pio uczestniczyli w XX Ogólnopolskiej Pielgrzymce Osób w Kryzysie Bezdomności na Jasną Górę. Towarzyszyli im p. Emilia Faszczewska oraz ks. Ryszard Sawicki. Spotkanie rozpoczęło się modlitwą w kaplicy św. Józefa, a jego centralnym punktem była Msza św. w Kaplicy Matki Bożej, której przewodniczył abp Wacław Depo. Po Eucharystii w siedzibie Caritas w Częstochowie odbyła się wspólna agapa.



Pielgrzymka przypomina o dramacie bezdomności i tworzy przestrzeń zarówno do wdzięczności za przeżyte trudności, jak i do

modlitwy o siłę w pokonywaniu kolejnych. Dla uczestników to ważne doświadczenie wspólnoty, nadziei i duchowego umocnienia. W wyda-

rzeniu wzięło udział około 650 osób z całej Polski: osoby w kryzysie bezdomności, pracownicy oraz wolontariusze Caritas.

Urszula Sawicka, ks. Ryszard Sawicki

„Tak. Pomagam!” – dołącz do świątecznej zbiórki żywności

5–6 grudnia 2025 r. w wybranych sklepach odbędzie się Ogólnopolska Zbiórka Żywności „Tak. Pomagam!” organizowana przez Caritas. To wyjątkowa okazja, by w przedświątecznym czasie podzielić się dobrem z osobami, które zmagają się z ubóstwem i codziennymi trudnościami.

Wolontariusze Caritas będą zbierać produkty o długim terminie przydatności, takie jak: mąka, cukier, olej, kasze, makarony, konserwy, słodycze, kawa, herbata oraz artykuły dla dzieci. Każdy, nawet najdrobniejszy dar, pomoże przygotować paczki dla ubogich rodzin i osób samotnych.

Zachęcamy, by podczas zakupów sięgnąć po jeden dodatkowy produkt i przekazać go potrzebującym. Wspólnie możemy sprawić, że na wielu stołach pojawi się w te święta więcej nadziei i ciepła. Dziękujemy za każdy gest serca.



prof. Piotr Kosiak

– Teolog, biblista, profesor zarządzania, miłośnik mazur – okolic Elku, gdzie ze swoją rodziną spędza lepszą połowę życia.

Grudzień w Kościele zawsze prowadzi nas ku tajemnicy, która jest zarazem najprostszą i najgłębszą: Bóg staje się dzieckiem. Narodzenie Jezusa nie jest jedynie wspomnieniem wydarzenia sprzed dwóch tysięcy lat, ale zaproszeniem do wejścia w dynamikę Wcielenia tą dynamikę, w której Bóg pragnie narodzić się także dzisiaj – w sercu człowieka. Adam Mickiewicz w Wierusz pt. Boże Narodzenie napisał: „Wierzysz, że się Bóg zrodził w betlejemskim żłobie, Lecz biada ci, jeżeli nie zrodził się w tobie”

Evangelista Łukasz opisuje scenę narodzin w sposób oszczędny, niemal surowy: „Porodziła swego pierworodnego Syna, owinęła Go w pieluski i położyła w żłobie, gdyż nie było dla nich miejsca w gospodzie” (Łk 2,7). Ta prostota staje się jednak wielką teologią. Bóg wybiera nie pałac, lecz grotę; nie majestat, ale bezbronność; nie hałas, lecz ciszę nocy. Betlejem – „Dom chleba” – staje się miejscem, gdzie Głodny świata zaspokaja najgłębszy głód człowieka: pragnienie sensu, miłości i bliskości.

Bóg, który przychodzi w ubóstwie

Wcielenie nie jest Bożą demonstracją siły, lecz radykalnym gestem pokory. Św.

Paweł ujmuje to w sposób przejmujący: „On, istniejąc w postaci Bożej, ogołocił samego siebie” (Flp 2,6–7). Bóg rezygnuje z dystansu, staje się bliski, dotykalny, kruchy. Przyjmuje ludzką historię wraz z jej niepewnością, lękiem i biedą. To właśnie dlatego Boże Narodzenie ma tak głęboki wymiar antropologiczny. Mówi nam, że żadna ludzka kondycja nie jest Bogu obca. Żaden żłób naszego życia – nawet najbardziej zimny, opuszczony czy zapomniany – nie jest dla Niego zbyt ubogi.

Serce jako nowe Betlejem

Boże Narodzenie nie chce zatrzymać się na poziomie wzruszenia czy estetyki świątecznej tradycji. Bóg nie szuka dekoracji, lecz mieszkania. Jak pisał św. Augustyn: „Bóg, który stworzył cię bez ciebie, nie zbawi cię bez ciebie”. Potrzebna jest zgoda serca. Dlatego pytanie adwentowe brzmi dziś: czy w moim wnętrzu jest miejsce dla Niego? Czy moje serce staje się Betlejem – przestrzenią ciszy, pokory i gotowości? A może przypomina zatłoczoną gospodę, w której nie ma już miejsca na Tego, który chce przyjść? Adwent przygotowuje właśnie do tego momentu: przemiany serca w dom. Modlitwa, sakrament pojednania, cisza, pojednanie z drugim człowiekiem – to wszystko są deski, z których

Betlejem zaczyna się w sercu



budowane jest wewnętrzne Betlejem.

Maryja – wzór serca gościnnego

Nie sposób mówić o Bożym Narodzeniu bez Maryi. To Ona pierwsza pozwoliła, by Bóg zamieszkał w Jej wnętrzu. Jej „fiat” stało się początkiem historii zbawienia. Maryja uczy nas, że największe cuda dokonują się w ciszy i zaufaniu. Ona „zachowywała wszystkie te sprawy i rozważała je w swoim sercu” (Łk 2,19), czyniąc ze swojego wnętrza świątynią obecności Boga.

W świetle Jej postawy każdy wierzący zostaje zaproszony, by nie tylko adorować Dziecię, ale stać się miejscem Jego narodzin.

Boże Narodzenie jako szkoła bliskości

Święta nie są jedynie celebracją tradycji, ale szkołą

relacji. Uczą nas, że miłość zaczyna się od obecności. Od bycia blisko. Od dostrzeżenia drugiego. Od pojednania. Betlejem przypomina, że Bóg przychodzi zawsze tam, gdzie człowiek jest mały, zagubiony, spragniony. Tam, gdzie nie ma miejsca na pychę, lecz jest przestrzeń na miłość.

Zamiast zakończenia – zaproszenie

Niech tegoroczne Boże Narodzenie będzie czymś więcej niż tylko datą w kalendarzu. Niech stanie się wydarzeniem duchowym. Momentem, w którym pozwolimy, by Bóg naprawdę się narodził – nie tylko w świecie, ale w nas. Bo prawdziwe Betlejem nie znajduje się na mapie Bliskiego Wschodu. Ono zaczyna się w sercu, które mówi:

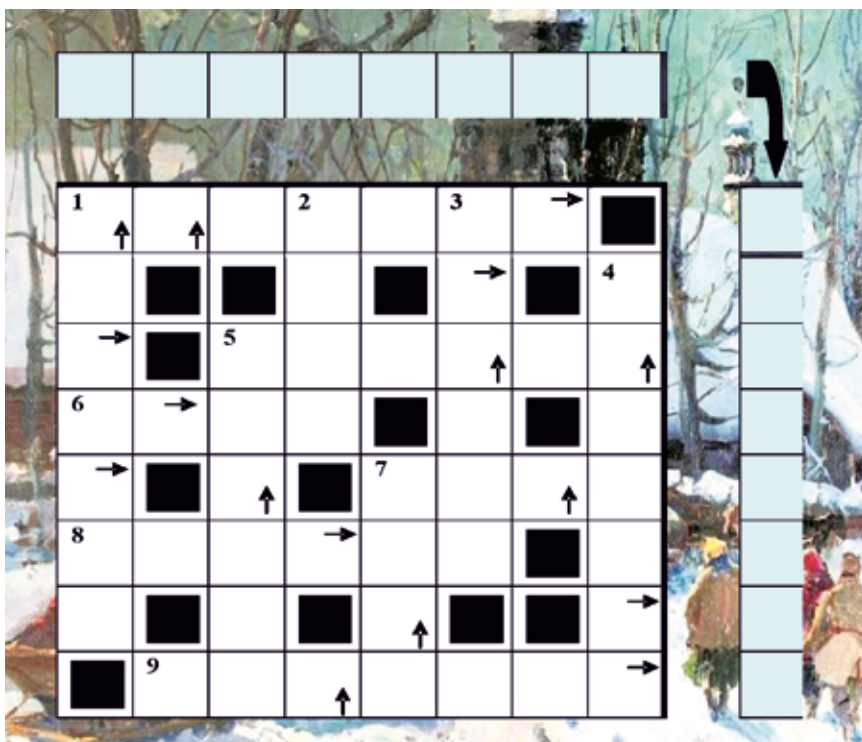
Przyjdź, Panie Jezu. Jest miejsce dla Ciebie

Dlaczego czekamy?

Adwent to czas wyjątkowego czekania na narodziny Jezusa. To trochę jak czekanie na ważnego gościa, którego bardzo kochamy. Dlatego w kościele pojawiają się fioletowe ozdoby, zapalamy świece na wieńcu adwentowym, a na roraty zabieramy lampiony. Światelko w lampionie przypomina nam, że Jezus jest jak jasna gwiazda, która rozświetla każdy mrok.

W Adwencie chcemy przygotować nasze serca. Jak? Robiąc dobre uczynki! Możemy pomóc w domu, powiedzieć komuś coś miłego albo pobawić się z kimś, kto czuje się samotny. Każdy taki gest to jak mały prezent dla Jezusa.

Czekanie w Adwencie nie jest nudne. To codzienna przygoda, w której uczymy się dobra i odkrywamy, że Bóg jest blisko nas – nawet w zwykłych, małych rzeczach.



KRZYŻÓWKA Z HASŁEM

Litery w polach ze strzałką, przeniesione do kolorowych kratek, utworzą rozwiązanie.

POZIOMO:

- 1) Polska lub Watykan.
- 5) dopływ Czarnej Nidy (skojarz z bobrami).
- 6) „W leży”, w kolędzie.
- 7) Ewy dla koleżanek.
- 8) ... boska, to człowiek.
- 9) 12 na wigilijnym stole.

PIONOWO:

- 1) kompletna pustka.
- 2) pozer, szpaner.
- 3) rutyna u zawodowca.
- 4) ludzie pochłonięci jakąś pasją.
- 5) Bóg Ojciec.
- 7) dawny środek do usypiania.

Prawidłowe rozwiązania prosimy przesyłać do 19 grudnia. Poprawna odpowiedź z poprzedniego numeru, to: LISTOPAD. Nagrody wylosowali: Kasia Szpakowska (Leśniewo) oraz Milena Murawska (Suwałki). Gratulujemy!

Śledzie pod pierzynką

Składniki:

- 30 dag śledzi (w oleju lub marynowane)
- 2 cebule
- 3 marchewki
- 4 ziemniaki
- 3 jajka
- 2 ogórki kiszone
- majonez
- szczypiorek lub natka pietruszki
- sól, pieprz ziołowy

Wykonanie:

Cebulę drobno pokroić. Marchewkę obrać i ugotować w całości, w osolonej wodzie. Po ostudzeniu zetrzeć na tarce do warzyw. Ziemniaki ugotować w mundurkach. Ostudzić, obrać i pokroić w kostkę. Także ogórki obrać i pokroić w drobną kostkę.



Jajka ugotować na twardo. Po ostudzeniu zetrzeć na tarce do jarzyn. Śledzie osączyć i pokroić w cienkie paseczki lub kostkę.

W przezroczystej misce układamy warstwami poszczególne składniki. Na dno śledzie, następnie cebulę i ziemniaki. Doprawić solą i pieprzem. Posmarować majonezem. Na to dać marchewkę i również cienko posmarować majonezem. Następnie ułożyć ogórki i jajka, lekko posolić i popieprzyć. Wierzch pokryć majonezem i posypać zieleniną.

oprac. Andrzej Mariusz Pereszczako



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	

W kolorowe pola wpisujemy słowa związane ze zdjęciem. Litery w prawym dolnym rogu (1 – 33), dadzą rozwiązanie – tytuły dwóch kołęd.

POZIOMO:

- 1) działo łączące cechy armaty i haubicy;
- 7) sprzedawane i kupowane na giełdzie;
- 8) wodociągowa lub kanalizacyjna;
- 9) siłacz z „Quo vadis”;
- 10) pod kuchennym kranem;
- 11) celność wypowiedzi lub wyboru;
- 13) ornat lub kapa zakładana przez księdza;
- 15) sąsiedzkie niesnaski;
- 17) z czułością o żonie Adama w raju;
- 18) jedna z potraw na zdjęciu;
- 19) ogrodowe orchidee;
- 22) japońska organizacja mafijna;
- 23) biały, do łamania się, na zdjęciu;
- 25) jasnogórskie, codziennie o 2100;
- 26) w daw. Polsce czas wolny od daniny;
- 27) jeden z największych proroków biblijnych;
- 28) towarzyszy biskupowi podczas Mszy świętej;

PIONOWO:

- 2) zła koniunktura gospodarcza;
- 3) ... Śląska wybitna polska aktorka;
- 4) jedna z potraw na zdjęciu (B. Z. U.);
- 5) kumowie;
- 6) jedna z potraw na zdjęciu (K. Z. G.);
- 12) uroczystość związana ze zdjęciem;
- 14) cmentarz na Rossie lub Łyczakowski;
- 16) przechowywany w niej tytoń ;
- 20) drogocenny kamień;
- 21) do rozczyniania swojskiego chleba;
- 24) konkurs z zagadkami.

W listopadowym numerze wkradł się błąd, za który przepraszamy. W związku z tym nagrody wylosowali zgłoszeni w poprzednich numerach: Romualda Kalejta (Olecko) oraz Jadwiga Szady (Stare Juchy). Poprawne rozwiązania prosimy przesyłać do 19 grudnia.

Przekonaj się, że warto zamówić prenumeratę „Martyrii”!

Prenumerata “Martyrii” to same zalety - pewność otrzymania wszystkich wydań zamówionego tytułu, gwarancja niezmienności ceny w czasie trwania okresu prenumeraty oraz atrakcyjne bonusy specjalnie dla prenumeratorów.



podjmuje aktualne tematy, jednak koncentruje się przede wszystkim na zagadnieniach dotyczących wiary.

W atrakcyjnej formie przekazuje istotne kwestie dla współczesnego wierzącego człowieka.

**Zachęcamy Państwa do prenumeraty
Miesięcznika „Martyria”
(od stycznia 2026 r.)**

Wysyłka pocztą:

- roczna 120 zł, półroczna 90 zł

Drogą mailową (w PDF):

- roczna 100 zł, półroczna 70 zł

**Wpłat należy dokonać na konto bankowe Martyrii;
47 1600 1462 1023 5618 6000 0008**

z określeniem rodzaju prenumeraty
i podaniem adresu miejsca zamieszkania
bądź e - maila

**Prosimy o przesłanie potwierdzenia prenumeraty
na adres: martyria.redakcja@gmail.com**