

MARTYRIA

ISSN 1428-1627
Miesięcznik Diecezji Ełckiej

LUTY 2026 NR 2 (409)
Rok XXXI



**Nie wyście Mnie wybrali,
ale Ja was wybrałem
i przeznaczyłem was na to,
abyście szli i owoc przynosili**

J 15,16

- str. 2 Prenumerata
 str. 3 Zaproś Go do domu
 str. 4 Abyś dzień święty święcił
 str. 5 Boże stworzenia
 str. 6 Moc sakramentów -
 namaszczenie chorych
 str. 8 Znaj swoje prawa
 str. 9 Relikwie Bł. Katarzynek
 Męczenniczek
 i nowe witraże w DPS
 „Misericordia” w Ełku
 str. 10 Doświadczać SIEBIE
 str. 11 Rodzinne świadectwo
 str. 12 Młodzi młodym
 str. 13 Inauguracja drugiej
 edycji Szkoły
 Katechistów
 Diecezji Ełckiej
 str. 14 Zamyślenia
 str. 15 Niedziela – dzień
 odpoczynku,
 modlitwy i bliskości
 str. 16 O liturgii naturalnie
 str. 17 Tydzień Modlitw o
 Jedność Chrześcijan
 str. 18 (Nie)dzielić czy dzielić
 str. 20 Za jakim Kościołem
 tęsknię?
 str. 21 Od wschodu przybyli
 str. 22 Z drugiego końca świata
 str. 24 Świątowanie niedzieli
 – biblijny dar, który
 buduje człowieka,
 rodzinę i wspólnotę
 str. 26 Inauguracja XXIV roku
 nieustannej modlitwy
 str. 27 Zastanów się
 str. 29 Z Sanktuarium
 Bożego Miłosierdzia
 w Suwałkach
 str. 30 CARITAS
 str. 32 Świątowanie niedzieli
 str. 34 Martyria dzieciom
 str. 35 Gotowanie z Martyrią

DUSZPASTERSTWO RODZIN
DIECEZJI EŁCKIEJ

PRZESTRZEŃ
DUCHA

GDY DZIECI CHRZEŚCIJAN PORZUCAJĄ WIARĘ

Rekolekcje nie tylko dla rodziców w kryzysie

20-22 marca 2026 r.

ORZYSZ
Dom Świętej Rodziny

ZGŁOSZENIA:

więcej informacji na
www.wdr.diecezja.elk.pl

Prowadzący
Monika i Aleksander Bańka

Miesięcznik Diecezji Ełckiej Wydawca: Kuria Biskupia Diecezji Ełckiej

Redaguje zespół: Red. naczelny: ks. mgr lic. Krzysztof Zubrzycki, red. Weronika Tomaszewska, współ-praca: 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



ks. dr Jacek Uchan

– dyrektor Wydziału Duszpasterstwa Ogólnego Kurii Biskupiej w Ełku

Rok Świętego Franciszka z Asyżu

Papież Leon XIV ogłosił okres od 10 stycznia 2026 do 10 stycznia 2027 Rokiem Świętego Franciszka, z okazji 800. rocznicy śmierci św. Franciszka z Asyżu. Według zamysłu Ojca Świętego, ten czas ma być dla całego Kościoła okazją odnowy duchowej, pogłębienia wiary oraz naśladowania postawy „Biedaczyny z Asyżu”, czyli jego prostoty, pokory, miłości do Boga, bliźniego i stworzenia oraz zaangażowania na rzecz pokoju i pojednania.

Św. Franciszek z Asyżu

Pewnego dnia w kościele św. Damiana usłyszał głos: „Franciszku, odbuduj mój Kościół”. Wezwanie to zrozumiał dosłownie, więc zabrał się do odbudowy zrujnowanej świątyni. Aby uzyskać potrzebne fundusze, wyniósł z domu kawał sukna. Ojciec zareagował na to wydziedziczeniem syna. Pragnąc nadać temu charakter urzędowy, dokonał tego wobec biskupa. Na placu publicznym, pośród zgromadzonego tłumu przechodniów i gapiów, rozegrała się dramatyczna scena między ojcem a synem. Po decyzji ojca o wydziedziczeniu Franciszek zdjął z siebie ubranie, które kiedyś od niego dostał i nagi złożył mu je u stóp, mówiąc: „Kiedy wyrzekł się mnie ziemski ojciec, mam prawo Ciebie, Boże, odtąd wyłącznie nazywać Ojcem”. Po tym wyda-

rzeniu Franciszek zapragnął żyć według Ewangelii i głosić nawrócenie i pokutę.

Być świadkiem Ewangelii

Rok Świętego Franciszka ma pomóc każdemu wier-nemu stawać się świadkiem Ewangelii w codziennym życiu, człowiekiem pokoju, miłosierdzia i braterstwa. W tym celu Penitencjaria Apostolska, na mocy dekretu wydanego z woli Papieża, udziela wier-nym możliwości uzyskania odpustu zupełnego, pod określonymi warunkami.

Kto i na jakich warunkach może uzyskać odpust zupełny?

Odpust zupełny mogą uzyskać wszyscy wierni, którzy spełnią zwykłe warunki odpustu: spowiedź sakramentalna, Komunia święta, modlitwa w intencjach Ojca Świętego oraz wewnętrzny przywiązanie do jakiegokolwiek grzechu.

Członkowie Rodzin Franciszkańskich (I, II i III Zakonu — regularnego i świeckiego), instytutów życia konsekrowanego, stowarzyszeń apostołskich oraz wspólnot inspirowanych duchowością św. Franciszka mogą uzyskać od-



pust, uczestnicząc pobożnie w obchodach Roku Świętego i zachowując zwykłe warunki odpustu.

Pozostali wierni mogą uzyskać odpust, jeśli w duchu pielgrzymki odwiedzą kościół franciszkański lub miejsce kultu związane ze św. Franciszkiem i tam: pobożnie wezmą udział w obrzędach jubileuszowych albo spędzą czas na modlitwie i medytacji, kończąc modlitwą Ojcze nasz, Credo oraz wezwaniami do Najświętszej Maryi Panny, św.

Franciszka, św. Klary i Świętych Rodziny Franciszkańskiej. Osoby chore, w podeszłym wieku oraz ci, którzy się nimi opiekują, a także wszyscy, którzy z poważnej przyczyny nie mogą opuścić domu, mogą uzyskać odpust, jeśli duchowo połączą się z obchodami Roku Świętego, ofiarując Bogu swoje modlitwy, cierpienia i trudy życia oraz mają postanowienie spełnienia zwykłych warunków odpustu, gdy tylko będzie to możliwe. Odpust może być ofiarowany również za zmarłych, jako pomoc duszom w czyśćcu.



Paulina Brzozowska

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

Patrząc na zegarek, czyli o świętej nudzie i pustych ławkach

Pamiętam takie kazania, podczas których byłam znudzona jak mops. Oglądałam sobie dokładnie kościół, ludzi, którzy do niego przyszli. Nawet zdarzyło mi się raz ostentacyjnie wyjąć różaniec z nadzieją, że coś to księdzu zasugeruje, ale skądże. Płynął już tak daleko w swoich dywagacjach i rozważaniach, że nie zauważył nawet, że dwie osoby wyszły z kościoła. To były za długie, nudne, polityczne, nie na temat.... Dla wielu z nas niedzielna Eucharystia stała się „godziną do odhaczenia”, a dla tych, którzy zostali w domu – potencjalną zmarnowaną godziną, symbolem skostnienia, od którego lepiej trzymać się z daleka.

Dlaczego tak jest? Dlaczego miejsce, które ma być źródłem wody żywej, tak często kojarzy się z duchową pustynią?

Osobiście, aktualnie już rzadko się nudzę w kościele. Mam taki luksus, że mogę sobie wybrać, do którego kościoła pójść, a w większości i tak są „fajni księża” i coś z Mszy świętej duchowo wynoszę. Myślę jednak, że nuda to najmniejszy problem.

Ludzie często odchodzą z Kościoła nie dlatego, że przestali wierzyć w Boga.

Rezygnują, bo nie mogą już znieść „opakowania”, w jakim

im się Go podaje. Denerwuje język — archaiczny, czasem górnolotny, który nie dotyka naszych realnych problemów. Moralizowanie z ambony przyprawia o grymas twarzy tym bardziej, kiedy człowiek wie, że ten, który na tej ambonie stoi, sam nie jest bez winy, a poucza i krytykuje wszystkich naokoło. Bywałam na kazaniach, gdzie dostawałam opieprz, że ludzie nie chodzą do kościoła. A przecież ja tam byłam! I byłam rugana za tych, co w tym samym czasie spokojnie pili sobie, w domu, kawę.

Nie mamy relacji z ludźmi, którzy do tego kościoła chodzą albo widzimy, że chodzą tacy, którzy na co dzień rozmijają się z naukami Chrystusa. To

boli i drażni. Ile razy słyszałam: „wierzę z Boga, ale odrzucam to, co robią księża, co tam się dzieje”. Wszyscy wiemy, co. Zamiatanie pod dywan, nieszczerość, chciwość, cenniki w parafiach, czasem wręcz roszczeniowość. Zamykamy się, izolujemy od „tamtych”. A tamci często robią to samo z wiernymi. Drażni nas brak autentyczności, chłód biurokracji w kancelarii i poczucie, że jesteśmy tylko cyfrą w statystyce, a nie żywą wspólnotą

Z drugiej strony jest nuda. Ta wynika często z faktu, że Liturgia stała się dla nas obcym rytuałem. Monotonnie nieciekawym. Stoimy, siadamy, kłękamy – wykonujemy gimnastykę ciała, podczas gdy

duch śpi. Bez zrozumienia, że każda kropla wody i każdy gest ma swoją wagę. Ciało jest obecne, ale duch jednak daleko.

Jak temu zaradzić?

Zanim jednak trzaśniemy drzwiami (zamykając się w domu lub wychodząc z kościoła), warto zadać sobie pytanie: po co tam idę? Jeśli szukam rozrywki, kino zawsze wygra z kościołem. Podobnie jak większe emocje da koncert, a spokój — leżenie w łóżku. Czy wygrywa lenistwo, bo pójście nie jest wystarczająco ważne? A może nie umiem odpoczywać, czuję, że marnuję czas. Pytanie, dlaczego? Może dlatego, że nie rozumiem, co



NICNIEROBIENIE

tam się dzieje, i że idę tam dla Boga?

Nie na wszystko mamy wpływ. Spróbujmy „odczarować” mszę poprzez przygotowanie. Krótka lektura czytań w sobotni wieczór sprawia, że w niedzielę nie słuchamy już szumu słów, ale konkretnego przesłania. Warto też szukać wspólnot, małych grup, w których wiara przestaje być anonimowa. Kościół odzyskuje sens wtedy, gdy staje się domem, w którym znamy imiona siedzących obok nas ludzi.

Maryja – Mistrzyni uważności

W tym całym zniecierpliwieniu i irytacji warto spojrzeć na Maryję. Ona jest zaprzeczeniem nudy, choć Jej życie nie było pasmem efektownych wydarzeń. Maryja uczy nas duchowej uważności. Ona nie potrzebowała efektów specjalnych, by spotkać Boga. Jej życie to sztuka „rozważania w sercu”.

Maryja uczy nas, by trwać pod krzyżem, na pewno nie było „ciekawie” ani „przyjemnie” – było strasznie i boleśnie. A jednak Ona tam stała. I warto pamiętać, że nasza wiara, to nie tylko ten krzyż i cierpienie. Jezus lubił się śmiać, robił cuda, szukał człowieka. A my lubimy fikszować się na tym co kiepskie i narzekać. Ona, która jako pierwsza niosła Boga pod sercem, przypomina nam, że nuda znika tam, gdzie pojawia się miłość. Bo czy można nudzić się na spotkaniu z Kimś, kogo się kocha?

Może zamiast patrzeć na zegarek, warto tym razem spojrzeć na Nią? Ona najlepiej wie, jak w tym całym chaosie rozpraszaczy odnaleźć Boga.



ks. Grzegorz Kunko
– - proboszcz parafii pw.
Matki Bożej Częstochowskiej
w Grabniku

Czasami, brak chęci do modlitwy, można opisać tekstem z filmu Stanisława Barei: „Nie wiem, nie znam się, nie orientuję się, zarobiony jestem”. Ogromne zniechęcenie do modlitwy wynika m.in. z poczucia nudy i bezsensu na rozmowie z Bogiem. Dlaczego tak jest? Poszukajmy odpowiedzi na to pytanie w książce ojca Józefa Augustyna, jezuita, „Modlitwa i życie”.

Nie ma sensu

W chwilach zniechęcenia i oschłości możemy odczuwać niechęć wobec modlitwy, ale to nie znaczy, że jej nie potrzebujemy. Właśnie wtedy potrzebujemy jej bardziej niż w innych sytuacjach życiowych. Rzeczywistość ludzkiego życia – duchowa, psychiczna, a niekiedy także fizyczna – nie jest mierzona jedynie przez nasze odczucia.

Niewierzący

Osobiste wewnętrzne przekonanie, że jestem wątpiący lub niewierzący, nie zamyka nam drzwi do modlitwy. Każdy z nas jest zaproszony do modlitwy i jest do niej zdolny. Nasze zaniechania w modlitwie nie wynikają z braku pomocy od Boga, ale z braku ludzkiej woli i decyzji a niekiedy wewnętrznej walki. Każdy z nas może zacząć modlić się, także w chwilach za-



gubienia, zwątpienia, niewiary. Wystarczy okrucieństwo szczerości i otwartości wobec Boga. Twierdzenie: „Nie modłę się, ponieważ brak mi wiary” bywa nieraz wyrazem zakłamania. Może szczerzej brzmiałyby słowa: „Nie modłę się, ponieważ nie jestem tym zainteresowany”.

Szansa na sukces

Święty Karol de Foucauld po latach moralnego zagubienia pragnął wrócić do Boga. Poprosił księdza o rozmowę na temat wiary. Duchowny powiedział mu prosto: „Uklęknij i wyspowiadaj się Bogu, wtedy w Niego uwierzysz”. Karol uklękł i wyznał swoje grzechy. Był to przełomowy moment w jego życiu. Po spowiedzi zrodziło

się w jego sercu wewnętrzne pragnienie, by od tej chwili żyć dla Boga. Karol miał do czego wrócić. Pamiętał o wartościach religijnych, według których został wychowany. To przykład dla rodziców, że ich trud wychowania dziecka do wiary może zaowocować nawet po wielu latach.

Czy pamiętasz?

Do czego konkretnie mielibyśmy wrócić? Do budowania serdecznej więzi z Bogiem: do lektury Pisma Świętego, w szczególności Ewangelii, do uczestnictwa we Mszy świętej, adoracji Najświętszego Sakramentu, spowiedzi świętej oraz codziennej modlitwy. Naszą drogą do modlitwy jest poznanie i naśladowanie Jezusa.

dokończenie str. 7



Rafał Wójcicki

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

Sakrament małżeństwa

Sakrament małżeństwa dokonuje się w momencie, gdy dwoje ludzi składa przysięgę małżeńską w obecności kapłana i dwojga świadków oraz zaproszonych gości. W przysiędze deklarują, miłość, wierność i uczciwość małżeńską oraz to, że nie opuszczą siebie aż do śmierci. Taki związek musi być oparty o prawdziwą miłość, poświęcenie i gotowość do niesienia pomocy nie tylko w dobrych chwilach, ale i w trudnych sytuacjach, np. chorobie.

Ślub jest świadomą i dobrowolną obietnicą złożoną Bogu, dotyczącą dobra możliwego i lepszego, powinien być wypełniony z cnoty religijności.

Ślub, czyli sakrament małżeństwa, jest szczególnym sposobem uczczenia Boga, przez złożenie mu obietnicy, czyli zobowiązanie się do uczynienia lub zaniechania czegoś. Obietnica musi być złożona rozważnie i dobrowolnie, czyli w sposób przemyślany i swobodny. Obowiązek wypełnienia ślubu wynika z cnoty religijności, czyli ze względu na część należną Bogu.

Składający przysięgę mają zdolność używania rozumu, są zdolni do złożenia przysięgi małżeńskiej. Zarówno prawo naturalne jak i kanoniczne może niektórym osobom zabronić zawierania sakramentu małżeństwa, jeśli jest on zawierany pod wpływem ciężkiej nieusprawiedliwionej bojaźni



lub podstępny z mocy prawa, jest nieważny. Jeśli ślub złożony był świadomie bez podstępny lub przymusu, sakrament małżeństwa jest ważny.

Dobrowolne przymierze dwóch ochrzczonych osób polega na stworzeniu wspólnoty na całe życie. Nastawione jest na dobro małżonków oraz zrodzenie i wychowanie potomstwa. Sakrament ten nadaje małżeństwu cechy jedności i nierozzerwalności, a zawarcie wymaga wyrażenia ważnej zgody małżeńskiej. Jest to także dar, który uświęca ludzką miłość, wspierając małżonków w codziennym życiu i pomagając im w dążeniu do świętości.

Sakrament małżeństwa to religijny związek monogamiczny mężczyzny i kobiety, który w kościele katolickim i prawosławnym jest uważany za święty znak miłości Chrystusa i Kościoła. Zawarcie sakramentu przypieczętowane jest przez Boga, który tworzy

nierozzerwalny i wieczysty węzeł między małżonkami, ma on na celu wzajemne wspomaganie się w dążeniu do świętości i wychowaniu potomstwa.

Decydujący się na małżeństwo powinni zgłosić się do kancelarii minimum trzy miesiące przed planowanym ślubem. Nupturienci muszą odbyć nauki przedmałżeńskie z księdzem i doradcami życia rodzinnego, ponadto muszą złożyć odpowiednie dokumenty m.in. metrykę chrztu, zaświadczenie o bierzmowaniu, dowód osobisty, zaświadczenie o ukończeniu nauk przedmałżeńskich i poradni życia rodzinnego, zaświadczenie o odbyciu spowiedzi, dane świadków oraz zaświadczenia z ich parafii. W przypadku ślubu konkordatowego potrzebne są ponadto dokumenty z Urzędu Stanu Cywilnego; mianowicie: zaświadczenie o braku przeszkód (świeckich) do zawarcia

małżeństwa, skrócone odpisy aktu urodzenia,

Moc sakramentu polega na tym, że uświęca ludzką miłość, czyniąc ją znakiem Bożej miłości do Kościoła. Daje także siłę do wspólnego kroczenia drogą do świętości i życia wiecznego.

Ważny sakrament małżeństwa można zawrzeć tylko raz w życiu chyba, że narzeczeni są wdowcami lub mają stwierdzoną nieważność poprzedniego małżeństwa.

Ważne małżeństwo katolickie musi spełniać cztery warunki:

1. małżonkowie są wolni od konieczności zawarcia małżeństwa
2. świadomie wyrażają zgodę
3. mają zamiar pozostać w związku na całe życie, zachować wierność sobie nawzajem i być otwarci na posiadanie potomstwa
4. ich zgoda wyrażona jest w formie kanonicznej.

Sakrament małżeństwa to jeden z siedmiu sakramentów w kościele katolickim, w którym mężczyzna i kobieta przysięgają sobie miłość, wierność i uczciwość małżeńską oraz to, że nie opuszczą się aż do śmierci. Jest to sakrament powtarzalny, gdy małżonkowie są wdowcami lub mają stwierdzoną nieważność poprzedniego związku. Sakrament ten udziela małżonkom łaski potrzebnej do wypełnienia obowiązków małżeńskich i do wspólnej drogi do świętości, a jego zawarcie wymaga spełnienia odpowiednich warunków kanonicznych czyli

zgodność małżonków i dwóch świadków.

Warto wspomnieć o najważniejszych aspektach opisywanego sakramentu to jest: 1. zasada płci (jedności): małżeństwo zawiera jeden mężczyzna i jedna kobieta, 2. zasada nierozzerwalności: sakrament małżeństwa jest nierozzerwalny tzn. że ważnie zawarty sakrament małżeństwa nie może być rozwiązany żadną ludzką władzą,

2. forma zwyczajna, czyli dwoje małżonków wzajemnie sobie udzielają sakramentu małżeństwa w obecności kapłana i dwóch świadków.

Zawarcie małżeństwa pozwala dwojgu ludziom tworzyć jedność.

Jedność polega na tym, że dwie osoby są za siebie na równo odpowiedzialnie, że tworzą także wspólne gospodarstwo, wspólne finanse, podejmują wspólnie decyzje,

zatem muszą być zgodni, kompromisowi, uznawać racje drugiej osoby.

Efektom innego podejścia do tego aspektu są rozwody cywilne, a także próby wystąpienia do sądów kościelnych, by zbadać, czy dany związek został ważnie zawarty. Warto zaznaczyć, że coraz częściej takie skargi powodowe nawet nie noszą znamion nieważności związku. To tylko pokazuje na brak wiedzy o procesach kanonicznych dotyczących stwierdzenia nieważności małżeństwa. Główny powód to nie nieważność małżeństwa a nieodparta chęć zawarcia drugiego związku małżeńskiego.

Sakrament małżeństwa to sakrament, aby był ważny, nie występuje jedna osoba a dwie osoby zainteresowane sakramentem, czyli mężczyzna i kobieta. Założeniem takiego związku jest wspólne dobro małżonków oraz zrodzenie i wychowanie potomstwa.

Jednym z zasadniczych powodów częstego odchożenia z Kościoła, rezygnacji z wiary i fundamentalnych zasad moralnych przez wiernych, szczególnie przez ludzi młodych, jest niedoceniecie czy wręcz lekceważenie wartości, z którymi byli związani nieraz przez całe dziesięciolecia.

Po co to wszystko?

Dla nas, wierzących, modlitwa jest konieczna. Wszystkim. Tym, którzy starają się bardzo kochać Boga i żyć dla Niego. Ale jeszcze bardziej tym, którzy ledwie dostrzegają Boga w swoim życiu. Najbardziej jednak ludziom, którzy kuszeni są, aby Go zlekceważyć, oddalić się od Niego, porzucić Go. Szczera modlitwa karmi, ożywia i podtrzymuje naszą wiarę.

Święty zawsze uśmiechnięty?

Czytając listy św. Matki Teresy z Kalkuty czy św. Ojca Pio, możemy być zdumieni ich trudnościami w modlitwie. Matka Teresa pisała kiedyś: „Niebo nic nie znaczy, dla mnie wygląda, jakby było puste. Chciałabym być nikim, nawet dla Boga. Pro-

szę o modlitwę – bo wszystko we mnie jest ścięte lodem. Tylko ta ślepa wiara pomaga mi przetrwać”. A Ojciec Pio notował: „Mój stan jest gorzki, straszny i ekstremalnie przerażający mnie; wewnątrz mnie ciemności umysłu, udręki woli i trwoga pamięci”. Święta Teresa z Avila mówi, że jeśli człowiek ma pokorę, to powinien przyjąć to, co Bóg daje na modlitwie, zarówno odczucia oschłości, jak też „smaki modlitwy”.

Jest nadzieja

Z bólem serca patrzymy na kurczenie się wspólnot parafialnych, seminaryjnych, kapłańskich, zakonnych. Bądźmy jednak szczerzy. Osób, które nie są związane serdeczną więzią miłości i przyjaźni z Jezusem i Matką Bożą, nie zatrzymamy w kościołach, salkach parafialnych, seminariach, zakonach. A Chrystus, wokół którego gromadzimy się zagubieni i niepewni siebie, z całym spokojem zdaje się zadawać nam pytanie: „Czyż i wy chcecie odejść?”. Jedynie, co nam zostaje, to wołać jak Piotr z całym zaufaniem i miłością: „Panie, do kogo pójdziemy? Ty masz słowa życia wiecznego”. Dzięki adoracji Najświętszego Sakramentu możemy umacniać naszą osobistą wierność Bogu i Jego miłości oraz wspierać i chronić wiarę i miłość naszych bliskich



Intencje modlitwne Róż Żywego Różańca na luty 2026 r.

† Róża Żywego Różańca

1. Módlmy się, aby modlitwa Słowem Bożym była pokarmem dla naszego życia i źródłem nadziei w naszych wspólnotach, pomagając nam budować Kościół bardziej braterski i misyjny.
2. Za chorych, cierpiących oraz wspomagających swoją służbą te osoby, aby w Eucharystii odnajdywali łaskę uzdrowienia i siły do przeżywania trudnych okoliczności życia.
3. O pokój na świecie, by nikt nie wykorzystywał swojej przewagi do pozabawienia wolności i suwerenności żadnego człowieka czy narodu.
4. O otwarte serca na łaskę Bożą i odwagę dla wszystkich ochrzczonych, by w swoich środowiskach nie bali się świadczyć o swojej wierze i szukali prawdy Bożej, stając się uczniami-misjonarzami dla swoich najbliższych.
5. Módlmy się za ludzi, którzy stracili wiarę i tych, którzy pogubili się w swoim życiu. Niech dobry Bóg okaże im swoją łaskawość i da światło oraz siły potrzebne do wyprostowania życiowych ścieżek.





Marcin Kawko

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

Czy niedziela może być najlepszym dniem tygodnia?

Są dwa najbardziej oczywiste powody, dla których ludzie nudzą się podczas niedzielnej Mszy świętej. Pierwszy to bardzo nudne kazania, zabijające największy choćby entuzjazm liturgiczny. Drugi to ogólne zmiany, jakie zachodzą w naszych naszprycowanych telewizją i smartfonami mózgach, które potrzebują teraz ciągłej stymulacji. Czy możemy z tym cokolwiek zrobić?

Niedziela dawniej i dzisiaj

Zwłaszcza w dużych miastach niedziela nie jest już dzisiaj tym, czym była kiedyś – najważniejszym, odświętnym dniem tygodnia. Zredukowana została w dużym stopniu do smutku związanego z poniedziałkowym powrotem do pracy. Historycznie natomiast była wspaniałym zjawiskiem – najlepsze ubrania, niemal uroczyste obiady, spotkania, ale przede wszystkim coś znacznie głębszego, niezwykłego, niecodziennego – bezpośredni kontakt z Bogiem.

Pandemiczne następstwa

Absurdalnych pandemicznych ograniczeń nie ma już z nami od kilku lat, a jednak wciąż widzimy realne szkody, jakie one przyniosły. Jedną z tych szkód jest liczba osób regularnie uczestniczących w niedzielnej Mszy św., która spadła o prawie 20%. Niby odsiane zostały

osoby leniwe, które nagle zobaczyły w praktyce, że nie ma jako takiego obowiązku kulturowego chodzenia na mszę. Piszę „niby”, ponieważ nawet jeśli ten obowiązek był czysto kulturowy, to już będąc w tymże kościele, była większa szansa usłyszeć coś ciekawego o Bogu, niż gdyby taka osoba siedziała zamiast tego w domu. Nie mówiąc już o tym, że lenistwo odarło nas ze wspaniałego i potrzebnego nam psychologicznie mechanizmu – pewnego regularnego obowiązku wyjścia do ludzi, zmuszenia się do ruszenia się poza komfortową kanapę.

Staliśmy się leniwi

Lenistwo jest natomiast jednym z siedmiu grzechów głównych. Potrzebujemy mechanizmów, choćby kulturowych, które pomogą nam je przezwyciężyć. Kapitalizm zachęca nas do wygody. Najlepiej żebyśmy tylko siedzieli w fotelu i zamawiali kolejne elektroniczne zabawki, dzięki którym nasze życie będzie... wygodniejsze. Tak! Współczesne tzw. innowacje w przytłaczającej większości oferują nam nie sens, nie szczęście, miłość, dobro czy piękno, a właśnie wygodę... Każdego dnia jesteśmy wystawieni na setki komunikatów reklamowych, które mają z nas zrobić idealnych konsumentów. Idealnych, czyli bezmyślnych, bezrefleksyjnie kupujących kolejne niepotrzebne rzeczy.



Taka konsumpcyjna spirala jest uzależniająca. Coraz więcej kolorów miga nam przed oczami. Stajemy się coraz bardziej niecierpliwi. Nasza zdolność do skupienia uwagi spada do kilku sekund (zwłaszcza narkotyzowanych smartfonami dzieci). Jak w takiej sytuacji mielibyśmy z przyjemnością przychodzić na niedzielną mszę?

Prosta-nieprosta odpowiedź

Odpowiedź jest z jednej strony oczywista. Podczas Mszy świętej obcujemy z realnym ciałem Chrystusa. To możliwość absolutnie niezwy-

kła i niezastępowalna niczym innym. Do tego dochodzą rytuały mszalne, które mają zbudować atmosferę godną temu faktowi – śpiewy, wspólne formuły, klęknięcia, skłony itd. Oczywiście w tradycyjnym rycie (oraz współcześnie w prawosławiu) liturgia jest znacznie piękniejsza, ale nasza jest, jaka jest m.in. po to, żeby była dla nas wszystkich dostępna. I z tego powinniśmy się cieszyć.

Tym smutniejsze jest, że piękno liturgii niemal za każdym razem może popsuć ksiądz mówiący kazanie. I nie dotyczy to tylko naszej diecezji – jest tak dosłownie w całej Polsce (co mogą potwierdzić,

Dlaczego ludzie się nudzą podczas Mszy świętej?



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

pracując dla Kościoła i regularnie, odwiedzając wiele różnych diecezji). Nudne, banalne, absurdałne treściowo, płytkie, miałkie, bezsensowne i na dodatek czytane z kartki. Jakież to smutne, a na pewnym etapie już frustrujące.

Ucząc się pod koniec 1. dekady XXI w. w najlepszym suwalskim liceum miałem niezwykłą przyjemność uczęszczać na szkolne Msze św. Homilie wygłaszane podczas nich trwały każdorazowo około 15 sekund i składały się z max. 2 zdań. Nie muszę chyba mówić, że miały niewspółmiernie lepszy efekt niż 20-30-minutowe tyrady o wszystkim i niczym.

Moja prośba zatem do księży – jeśli z jakiegoś powodu nie masz czasu przygotować kazania, nie wydłużaj go niepotrzebnie, to działa jedynie na Twoją niekorzyść. Jeśli natomiast zależy Ci na dobrym kazaniu, weź przykład czy to z obecnego wikariusza parafii pw. św. Kazimierza Królewicza w Suwałkach, który tuż przed Bożym Narodzeniem wygłosił wspaniałą autorską homilię o imieniu nadawanym każdemu z nas przez Boga, czy z jej byłego proboszcza, który niezależnie od tematu potrafił zawsze dostosować język do odbiorców, mówiąc nie tak, żeby inni go podziwiali, tylko tak, żeby chcieli go zrozumieć.

I mała prośba do współwiernych – bądźcie wyrozumiali, ale oczekujcie też więcej. I co najważniejsze – chwalcie, jeśli jest za co! Kapłan jest takim samym człowiekiem jak my, więc będzie mu zwyczajnie milej i radośniej, gdy powiecie mu po Mszy Św. jedno proste zdanie o tym, że podołała się Wam jego homilia. Serio, to takie proste.

„Nudzę się na Mszy” – to zdanie coraz częściej pada w rozmowach duszpasterskich, na katechezie, w rodzinach, wypowiedziane między młodymi i starszymi. Nie jest prowokacją. Jest faktem. I jest jednym z najpoważniejszych wyzwań współczesnego Kościoła. Nie dlatego, że msza straciła sens. Ale dlatego, że my coraz trudniej ten sens odczytujemy.

Nuda nie zaczyna się w kościele

Nuda podczas mszy nie rodzi się w ławce. Ona zaczyna się dużo wcześniej – w stylu życia. Żyjemy w świecie nieustannej stymulacji: ekranów, dźwięków, powiadomień, obrazów, emocji. Umysł przyzwyczajony do szybkiej zmiany bodźców ma ogromny problem z ciszą, skupieniem i powolnością. A liturgia jest dokładnym przeciwieństwem współczesnego rytmu: wymaga uważności, wewnętrznego wyciszenia, cierpliwego trwania. Dla wielu ludzi msza jest więc pierwszym miejscem w tygodniu, gdzie nie da się „przewinąć”, „zmienić kanału”, „przyspieszyć”. I właśnie tam pojawia się nuda.

Msza to nie widowisko

Problem polega też na oczekiwaniach. Wiele osób – zupełnie nieświadomie –

podchodzi do liturgii jak do wydarzenia, które ma ich „zainteresować”. Tymczasem Msza święta nie została stworzona po to, by nas zabawiać. Nie jest koncertem, wykładem motywacyjnym ani spektaklem. Jest uczestnictwem w ofierze Chrystusa. Kiedy wchodzimy do kościoła z nastawieniem widza, szybko pojawia się rozczarowanie. Bo liturgia nie jest skonstruowana według praw rynku uwagi. Ona rządzi się logiką wiary.

Brak rozumienia rodzi znużenie

Nie bez znaczenia jest też fakt, że ogromna część wiernych zwyczajnie nie rozumie, co dzieje się na ołtarzu. Gesty, słowa, symbole pozostają nieczytelne. Konsekracja bywa odbierana jak kolejny moment obrzędu, a nie jak serce świata, w którym Chrystus realnie oddaje za nas swoje życie. Tam, gdzie brakuje zrozumienia, rodzi się dystans. A dystans bardzo szybko zamienia się w nudę.

Nuda dzieci – lustro dorosłych

Często mówimy: „dzieci się nudzą na mszy”.

Prawda jest taka, że dzieci bardzo często jedynie głośno pokazują to, co dorośli przeżywają w ciszy. Jeśli msza nie jest w domu tematem rozmowy,



jeśli nikt nie tłumaczy jej sensu, jeśli niedzielna liturgia nie przekłada się na styl życia – to trudno oczekiwać, by najmłodsi przeżywali ją inaczej.

Najcichszy cud świata

Największy paradoks polega na tym, że w chwili, gdy ktoś mówi „nic się nie dzieje”, na ołtarzu dokonuje się największa rzecz na świecie: uobecnia się ofiara Chrystusa, niebo dotyka ziemi, Bóg daje się człowiekowi w Chlebie. To cud bez fajerwerków. Bez efektów specjalnych. Cud wymagający serca, które potrafi się zatrzymać.

Może więc nie tyle msza stała się nudna, ile my staliśmy się niezdolni do przeżywania tego, co najważniejsze.



dr Danuta Świącka
- teolog

e-mail: d1a2@poczta.onet.pl

Gdy serce się nie spieszy. Nuda czy spotkanie?

Artykuł został napisany w oparciu o szczerze wypowiedzi młodzieży i osób dorosłych. Zebrane głosy nie są oceną ani oskarżeniem, lecz próbą wydobycia problemu. Próbą zrozumienia doświadczeń, wątpliwości i trudności z jakimi się mierzymy.

Coraz częściej słyszymy, że Msza święta bywa dla wielu osób trudna, nużąca, a czasem wręcz niezrozumiała. Mówią tak zarówno ludzie młodzi, jak i starsi. W ich wypowiedziach nie ma złej woli, lecz raczej szczerze zmęczenie, zagubienie i pytanie o sens.

Obok tych głosów pojawiają się też świadectwa osób, które mówią wprost: nie nudzę się, bo lubię słuchać o Bogu, Msza św. pomaga mi pogłębiać swoją wiarę, czekam na spotkanie z Jezusem w Komunii świętej. Eucharystia to najważniejsze wydarzenie całego dnia, to moje spotkanie z Bogiem, którego kocham. Mogę przyjąć do serca Ciało i Krew Jezusa. Jaka nuda? Spotkanie z Osobą Jezusa nigdy nie jest nudne, On ciągle odkrywa mi coś nowego... Te różne doświadczenia pokazują, że Eucharystia dotyka serca człowieka na tyle, na ile człowiek pozwoli się dotknąć.

W wypowiedziach wielu przyznaje, że nudzą się na Mszy św., z braku wiary lub jej osłabienia. Dla części osób obecność w kościele od dzieciństwa była obowiązkiem. Z czasem



rodziło to bunt i dystans. Gdy wiara nie została przeżyta osobście, Msza św., przestaje być spotkaniem, a staje się jedynie nudnym rytuałem.

Inna grupa osób mówiła o zmęczeniu, chorobie, braku sił, przepracowaniu i natłoku obowiązków. Niedziela jako jedyny dzień wytchnienia. W takich chwilach trudno o skupienie, zwłaszcza, gdy myśli wciąż krążą wokół pracy, rodziny czy spraw, które czekają w domu. Telefon, rozproszenia i przebodźcowanie dodatkowo utrudniają wejście w ciszę modlitwy.

Ale czy Msza św., nie powinna być odpoczynkiem serca? Jezus wzywa nas takimi, jacy jesteśmy, Bóg nie oczekuje formy, ale obecności.

Msza św., to moment oddania ciężarów, wystar-

czy powiedzieć już nie mam siły i to wystarczy.

To również szkoła ciszy i skupienia, w przeciwieństwie do świata proponuje prostotę znaków, powtarzalność, rytm, który uspokaja. To nie monotonia lecz stałość, która daje bezpieczeństwo. Dla chorych i osłabionych Msza św., jest momentem oddania ciężarów, nie trzeba dźwigać samemu. Jezus zachęca „Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię (Mt 11, 28).

W tle wielu wypowiedzi kryje się jednak brak zrozumienia tego, czym naprawdę jest Msza św., Wielu nie wie, co dzieje się na ołtarzu, nie rozumie znaków, czytań i gestów. Nie zatrzymuje się nad Słowem Bożym ani nad własnym życiem.

Bóg dał człowiekowi rozum po to, aby go używał również do szukania prawdy o Nim samym. Człowiek jest odpowiedzialny przed Bogiem nie w sensie straszenia, lecz prawdy Ewangelii. Bóg dał nam czas, możliwości, dostęp do słowa, do nauczania Kościoła jak nigdy wcześniej. Może nie zapyta nas, ile stron przeczytaliśmy, ale czy chcieliśmy Go poznać, czy szukamy Prawdy, która jest często na wyciągnięcie ręki. Msza św., nie stanie się zrozumiałą sama z siebie, jest Tajemnicą, w którą trzeba wejść. Bóg zaprasza, nie narzuca się siłą – czeka, aż człowiek zechce szukać. I to chcenie jest najważniejszym krokiem ku odkryciu Tajemnicy Eucharystii.

Eucharystia nie jest nudą, to obecność Boga, która daje sens, pokój i siłę do życia. Nie jesteśmy sami!



ks. Krzysztof Zubrzycki
– pastoralista,
redaktor naczelny
Martyrii

Dlaczego się nudzę...?

Wielu duszypasterzy zadaje sobie to samo pytanie: dlaczego część wiernych doświadcza nudy podczas Mszy świętej? To temat delikatny, ale bardzo potrzebny – bo dotyczy serca naszej wiary i jakości wspólnoty. Rozmawiając z ludźmi w różnym wieku, słuchając ich historii i obserwując parafialną codzienność, można dostrzec kilka powtarzających się wątków.

„Nie rozumiem, co się dzieje” – brak wprowadzenia w liturgię

Wielu wiernych przyznaje, że Msza święta jest dla nich piękna... ale niezrozumiała.

Pani Anna, 42 lata, mówi wprost:

„Chodzę do kościoła od dziecka, ale nikt mi nigdy nie wytłumaczył, dlaczego ksiądz robi to czy tamto. Czasem czuję się jak widz w teatrze, którego nie rozumiem.”

To doświadczenie jest częste. Liturgia ma głębię, symbolikę, rytm – ale jeśli człowiek nie wie, co oznaczają poszczególne gesty, łatwo traci uwagę. Wtedy msza staje się „obowiązkiem”, a nie spotkaniem.

„Kazanie mnie nie dotyka” – potrzeba języka życia

To jeden z najczęściej powtarzanych głosów. Pan Marek, 55 lat, mówi:

„Kiedy ksiądz mówi o życiu, o problemach, które

znam, słucham z zapartym tchem. Ale kiedy kazanie jest abstrakcyjne, oderwane od codzienności, mój umysł odpływa.”

Ludzie tęsknią za słowem, które dotyka ich realnych spraw: rodziny, pracy, lęków, relacji, zmęczenia. Nie oczekują wykładu teologicznego – oczekują światła, które pomoże im przeżyć kolejny tydzień.

„Wszystko jest tak samo” – rutyna bez zaangażowania

Msza święta ma stałą strukturę, ale nie musi być monotonna.

A jednak wiele osób mówi o powtarzalności, która nie niesie treści.

Pani Katarzyna, 29 lat:

„Kiedy widzę, że ksiądz odprawia mechanicznie, bez serca, trudno mi się skupić. Jeśli on nie jest poruszony, jak ja mam być?”

To bardzo szczere słowa. Ludzie widzą, kiedy celebrans modli się naprawdę, a kiedy tylko „odrabia”. Autentyczność przyciąga. Rutyna – usypia.

„Nie czuję się częścią wspólnoty” – anonimowość w kościele

Wielu wiernych mówi, że w kościele czują się... samotni.

Pan Tomasz, 37 lat:

„Przychodzę, stoję, wychodzę. Nikt mnie nie zna, nikt nie zapyta, jak żyję. To nie jest

wspólnota, tylko zbiór ludzi.”

Jeśli człowiek nie czuje więzi, msza staje się wydarzeniem „zewnętrznym”, a nie przeżyciem serca. Wspólnota rodzi się z relacji, a nie z samej obecności w jednym miejscu.

„Nie mam przestrzeni na ciszę” – przebudowanie wspólnoty człowieka

Dzisiejszy człowiek żyje w hałasie: telefony, powiadomienia, praca, obowiązki.

Msza święta jest jedną z niewielu przestrzeni ciszy – ale nie każdy potrafi ją przyjąć.

Pani Julia, 19 lat:

„Kiedy w kościele jest cisza, zaczynam się wiercić. Nie umiem wytrzymać bez bodźców. Ale jednocześnie czuję, że tego potrzebuję.”

To ważne świadectwo. Nuda czasem nie wynika z braku treści, ale z braku umiejętności bycia „tu i teraz”.

„Nie wiem, po co tu jestem” – kryzys sensu

Najbardziej bolesne, ale też najbardziej szczere zdanie, które usłyszałem od młodego mężczyzny:

„Nie nudzę się dlatego, że msza jest nudna. Nudzę się, bo nie wiem, po co tu jestem.”

To nie jest problem liturgii. To jest problem duchowego zagubienia. Człowiek, który nie ma relacji z Bogiem, nie będzie widział sensu w spotkaniu z Nim.

Co z tym zrobić?

Artykuł nie byłby pełny bez nadziei. A nadzieja jest bardzo konkretna:

- Potrzeba tłumaczenia liturgii – krótkie wprowadzenia, komentarze, katechezy.
- Potrzeba żywego słowa – kazania, które dotykają życia.
- Potrzeba autentyczności celebransa – modlitwa, nie recytacja.
- Potrzeba wspólnoty – małe grupy, rozmowy, relacje.
- Potrzeba ciszy – uczenia jej, a nie unikania.
- Potrzeba osobistego spotkania z Bogiem – bo bez tego liturgia staje się rytuałem. Nuda na Mszy świętej nie jest oskarżeniem wobec wiernych ani wobec księży.
- Jest wołaniem o głębię. O sens, o relację, o żywą wiarę.
- A każde takie wołanie jest szansą – dla parafii, dla duszpasterzy, dla wspólnoty.
- Bo tam, gdzie człowiek zaczyna pytać „dlaczego?”, tam zaczyna się droga do prawdziwego spotkania.



Monika Rogińska
– dziennikarz,
matka trójki dzieci

By znużenie na drodze wiary się nie utrzymało

Wostatnim czasie miałam okazję przysłuchiwać się rozmowom młodzieży na temat organizowanych przez nich imprez. Jak sami mówili, miało to być super wielkie wydarzenie, a jednak nie wszystkim się podobało. Pomyślałam sobie, jak trudno dzisiaj wzbudzić zainteresowanie i uznanie czymś wśród młodych. Choć trzeba im oddać, że mają odwagę mówić o tym, co im się nie podoba. Jak wspominałam sobie, to w ich wieku, nie przyszło by mi nawet do głowy, że można krytykować czyjąś pracę, czyjs trud, że-bym coś inaczej, ciekawiej przeżyła. Może warto właśnie młodych zapytać, czemu nie przychodzą na Mszę św.? Ale też warto zapytać tych, którzy są w Kościele, angażują się, czemu właśnie to robią?

By przezwyciężyć nudę

Ciekawą refleksją podzielił się o. Jacek Salij OP, mówiąc: „Nuda to ból duszy, która szuka czegoś więcej i czegoś głębiej. Dlatego tam, gdzie chodzi o autentyczne wartości, od nudy nie powinno się uciekać, powinno się ją raczej przezwyciężać. Kiedy mija pierwsze zakochanie i przychodzi znużenie sobą, wówczas tylko nieodpowiedzialni małżonkowie zaczynają myśleć o rozwodzie. Mądrzy małżonkowie traktują ten czas jako szansę pogłębienia swojej miłości – i uczą się takiej miłości, kiedy kocham ciebie

już nie dlatego, że mi z tobą dobrze, ani nawet nie dlatego, że nam ze sobą dobrze, ale dlatego, że chcę się tobie dawać i wspólnie chcemy się dawać naszym dzieciom. Ucieczka przed nudą prowadzi zazwyczaj do nudy znacznie gorszej. Kiedy ktoś ucieka od jakiegos sensownego zajęcia, dlatego że ono go nudzi, łatwo wpada w taką nudę, kiedy nie wiadomo, co z czasem zrobić. Albo jeszcze gorzej: zaczyna swoją nudę zagłuszać jakąś pustą lub nawet niszczącą go rozrywką, słowem, przemienia ją w stan rozpaczy, tyle że rozpaczy na wesoło.” Te słowa potraktujmy jak zaproszenie do wchodzenia w zmagania, a nie ich unikania.

Wiele zależy od nas samych

Dzieci są niesamowite w swoich obserwacjach. Wiele też zachowań odwzorowują od nas, dorosłych. Kiedy dla nas samych coniedzielna Msza św. jest przede wszystkim przykrym obowiązkiem, z czasem podobnie będą reagowały na Mszę św. dzieci. Jakąs szansą są Msze dziecięce, w których przynajmniej podczas kazania dzieci są bardziej zaangażowane. Choć chyba znacznie częściej z ust dzieci słyszymy: kiedy to się skończy; nudzi mi się; ja chcę do domu... Niektórzy podpowiadają, żeby uprzedzić te sytuacje, gdy dziecko zaczyna informować o tym, że



podczas liturgii się nudzi. Tak wprowadzać w przestrzeń sakralną dziecko, aby zafascynować wiarą. Jednak rodzic zostaje sam z pomysłem, jak to zrobić. Kiedy moje dzieci były małe, brałam kolorowanki, żeby cichutko sobie malowały. Nieraz słyszałam od innych uczestników Mszy św., że to jest kościół a nie przedszkole, czy inne podobne uwagi. Kolorowanki były biblijnymi obrazkami, ale to nie było wystarczające. Zresztą mogę zapewnić, że to jest tylko jakiś etap w rozwoju dziecka, że potrzebuje jakiś dodatkowych środków. Byłam uparta w swoim uczestnictwie z dziećmi na Mszy św., ale też kreatywna, żeby nie doświadczały nudy. Dzieci mają instynkt odbierania, co w nas, dorosłych jest autentyczne, a co takie nie jest. Jeżeli chcemy im przekazać wiarę, musimy sami na-

prawdę nią żyć. Powrócę do historii, w której mój czteroletni bratanek, kiedy rodzice nie dali mu tego, co chciał, zameldował im, że chce być Bogiem. Na pytanie, dlaczego, chłopczyk odpowiedział: - Bo wy słuchacie się Boga, a jak będę bogiem, to dacie mi, co będę chciał. W tym jest piękne świadectwo, że i dzisiaj możemy żyć tak, żeby dzieci widziały, że nasza wiara, nasza relacja z Bogiem jest autentyczna.

Nie tylko młodzież potrzebuje zadań

Zachęcona przeze mnie młodzież o przemyślane wypowiedzi na temat, kiedy nudzą się na Mszy św., czy ogólnie mówiąc w Kościele, wymieniła długą listę. Prawie każdy z 25 pytanym zaczął od tekstu: - bo tam się nic nie dzieje; są długie i nudne kaza-



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

nia, księżyza sprawiają wrażenie, że sami tu nie chcą być, itd... Jednak kiedy odpowiadają osoby zaangażowane w jakieś działania, czy ze wspólnot, odpowiedzi są zupełnie inne. Podkreślają, że nie zawsze się nudzą, bo mają dyżury np. przygotowania oprawy liturgicznej, poprowadzenia modlitwy, czy przygotowania adoracji. Sami wskazują na różnicę, kiedy mają opiekuna duchowego, któremu chce się być z nimi, prowadzi ich formację, który daje konkretne zadania. Kiedy udział młodzieży jest jakoś zauważony, to później jak trzeba, np. pograć liście wokół kościoła, też będzie i to zadanie chętnie podjęte przez młodzież. Podobnie dorośli czują większą satysfakcję, kiedy przełamali w sobie obawy przed czytaniem Słowa Bożego, czy modlitw i to im dobrze wyszło. Piękno liturgii nie tylko jest wtedy, kiedy ksiądz się bardziej postara, ale wówczas, kiedy jest ona dziełem całego Kościoła.

Jednak kiedy zdamy sobie sprawę z tego, że w jakimś stopniu nuda nas dopada podczas Eucharystii, może warto zmierzyć się z pytaniem, po co tu przychodzi. Bo jeżeli nie ze względu na Boga, to jak zapewniają wielkie autorytety, to nawet znudzi nas Msza św. celebrowana bardzo pobożnie i nawet najlepszy kaznodzieja. Może trzeba nam modlić się, aby Duch Święty rozpałił w nas ciekawość Bogiem, żeby każda chwila przebywania z Nim była przygodą ku wieczności. Szukajmy sposobów, aby ani nuda, ani rutyna nie zdążyły rozrosnąć się w naszym sercu do zniechęcenia. Niech nas zmienia każda przeżywana Msza św. – a może być ciekawie...

W życiu bywa różnie, kwadratowo i podłużnie. Raz na wozie, raz pod wozem. Swoista sinusoida emocjonalno-bytowa. Brak pasji i nuda przecinają się z euforią i fascynacją tak ogromną ilością bodźców, że można po prostu zwariować. Ze szczęścia – lub nudy!

Kurz po postanowieniach noworocznych już dawno opadł, nasze zrywy i szumne założenia o zmianach i odgruzowaniu się z codzienności pozostały tylko wspomnieniem sylwestrowej nocy. Wraca codzienność. Już po feriach – przed nami perspektywa pracy czy nauki bez żadnego dłuższego wolnego do samej Wielkanocy! Sama perspektywa przeraża. No wypadaloby jednak postawić tu dość ciekawe pytanie – dlaczego tak się dzieje? Dlaczego ludzie mając przed sobą trudne i męczące zadania do wykonania, są tym przerażeni i tęsknią za nudą, którą nazywają odpoczynkiem? Odpowiedź jest bardzo prosta, ale niestety niepopularna. Natura ludzka skrywa w sobie „małego leniuszka” i malkontenta, mając skłonności do poszukiwania raczej tych mniej wymagających zadań, jakie przed nami stawia życie. Ilu jest dookoła nas ludzi, którzy nie tylko w skrytości serca, ale na swoich ustach głośno niosą hasła typu – „moim

Śmiertelna nuda



ulubionym zajęciem jest nic nierobienie i leżenie”.

Innym typem ludzi są jednostki hiperaktywne. Patrząc z boku wręcz nadpobudliwe, którym ciągle jest mało emocji, działań i spektakularnych wydarzeń w życiu. To nie są osoby zazwyczaj lubiane, choć powszechnie podziwiane, a w prywatno-nieprywatnych rozmowach między sąsiadami prześmiewczo nazywani głupkami marnującymi swoje życie na ciągły, nieustający bieg.

W moim przekonaniu zarówno jedni (leniuchy), jak i drudzy (adehadowcy) są ludźmi szczęśliwymi – każde na swój sposób. Ocenianie tych zachowań jest niesprawiedliwe ze względu na brak obiektywizmu oceniającego, ponieważ zawsze jego usposobienie będzie się bardziej skłaniało do przychylności dla jednego z tych dwóch rodzajów „życia”. To dzięki tej różnorodności jesteśmy społeczeństwem tak wspaniale uzupełniającym się. Irytacja

to też jest stan emocjonalny – czyli coś przejściowego, dokładnie tak samo jak radość, czy zaskoczenie.

Gdyby na świecie było tylko radośnie – to byłoby dopiero nudno.

Stąd szanowny czytelniku, czasem trzeba być bezproduktywnym kanapowym kartoflem, bo jeśli w tej nudzie odnajdziemy siebie – to znaczy, że nasze życie ma sens. Jeżeli czasem jesteśmy nadaktywnym superbohaterskim pracownikiem miesiąca, a w tej aktywności odnajdziemy siebie – to znaczy, że nasze też życie ma sens.

Jutro jest kolejny poniedziałek naszego cudownego życia. Co się wydarzy i jak go przeżyjemy, zależy tylko i wyłącznie od nas samych. Ważne, żeby nie zanudzić się na śmierć w swojej hiperaktywności.

Dobrego dnia!

Kiedy prowadzi Cię Bóg, dzieją się cuda



Z Tadeuszem Wasilewskim, lekarzem specjalistą ginekologiem położnikiem i założycielem Kliniki Leczenia Niepłodności „NaProMedica”, rozmawiamy o odkrywaniu obecności Boga w życiu, o trudnych decyzjach i zawierzeniu Bogu.

Dzisiaj z odwagą mówi Pan o ingerencji Boga w swoim życiu, chociaż nie zawsze tak było?

Myszę, że podobnie u mnie było, jak i w dzisiejszym świecie, gdzie większość katolików jest takich trochę „zimnych”, nawet spośród tych, którzy chodzą do kościoła. Kultuwają wiarę, religijność tak tradycyjnie, bo robiła to babcia, dziadek, rodzice... Chociaż chodzimy do kościoła nie tylko w Boże Narodzenie, Wielkanoc, bo nierzadko nawet co niedziela. Jednak ta głębokość wiary w Boga jest na tyle płytka, że jak wychodzimy z kościoła, nie widzimy nic złego np. w obmawianiu innych. Sam byłem takim ka-

tolikiem. Pochodzę z rodziny katolickiej, praktykującej, byłem ochrzczony. To nie tak, że praktyka była od wielkiego święta. Co niedziela uczestniczyłem we Mszy św. W czasie studiów i później, przez pierwsze lata pracy, to uczęszczanie na Msze św., praktyki katolickie, były na pewno mocno zaniedbywane. Wówczas i moja wiara była bardzo płytka. Raczej się nawet nad tym nie zastanawiałem. Dlatego mając propozycję pracy w programie in vitro, wszedłem w to.

Naprotechnologia stała się alternatywą dla programu in vitro, ale kiedy Pan rozpoczął pracę, nie było w Polsce innej możliwości pomocy

małżonkom cierpiącym z powodu niepłodności.

Nawet dzisiaj metoda programu in vitro, jako narzędzie, jest używana do pomocy małżonkom, którzy cierpią z powodu braku dziecka. To metoda kosmopolityczna, która panuje na całym świecie. W każdym państwie jest dostępna. W wielu krajach jest również finansowana z budżetu państwa. Wszyscy się na to składają. Obecnie tak też jest i w Polsce. Wśród lekarzy położników, ginekologów, w klasycznej ginekologii też panuje przekonanie, że metody technicznej pomocy małżonkom cierpiącym z powodu niepłodności, czyli inseminacje, program in vitro, są jak najbardziej dozwolone i wielokrotnie przynoszą korzyść. Sam przez 14 lat byłem w tym nurcie. A pracowałem od poniedziałku do niedzieli, od 1 stycznia do 31 grudnia, nieustannie, niezależnie od świąt. Niejednokrotnie, mając kontakt ze znajomym księdzem, czy kimś innym, kto był bardziej świadomy ode mnie, na czym polega program in vitro w aspekcie etyki, moralności, nieprawości, stawał mi pytanie: po co to robię? Dlaczego to robię? Kiedy wracałem na drugi dzień do kliniki in vitro, przede mną siadało 25 pacjentek, które cierpiały z powodu braku dziecka. Pacjentek, które przyjeżdżały do Białegostoku z różnych miejsc na świecie, nie tylko z Polski. Kobiety, które jeżeli

im pomogłem, cieszyły się, przysyłały zdjęcia, dzwoniły, itd. Czulem się niesamowicie potrzebny, chociaż gdzieś już budziła się we mnie świadomość, że to nie do końca jest prawidłowe z punktu widzenia etyki, moralności. Bo przecież życie zaczyna się z chwilą poczęcia. Myszę, że sam nie byłbym w stanie zrezygnować z programu in vitro.

Co wpłynęło na Pana decyzję o odejściu z programu in vitro?

Przyszła noc styczniowa, z 24/25, to była wigilia przed świętem Nawrócenia św. Pawła Apostoła. Usiadłem na łóżku i oniemiałem. Byłem sam w pokoju, a zostałem obudzony, słysząc słowa: Ufaj Panu Jezusowi – i to powtórzono trzykrotnie. Pomyślałem sobie, że coś ważnego się dzieje. Nie spałem już do rana. Zrobiło się jasno, a ja nie spałem. Przy tym wydarzeniu odczuwałem ból lewego ucha, który był przeraźliwy. Nigdy do tej pory nie cierpiałem z powodu żadnych zapaleń, ani chorób uszy. Ale ten ból, chociaż dotkliwy trwał krótko, jednak na tyle był mocny, że to do dzisiaj pamiętam. Doświadczyłem głosu i bólu, że bym nie miał żadnych wątpliwości, że to ingerencja samego Boga. Wszystko co potem zaczęło się dziać, było coraz bardziej widoczną obecnością Pana Boga w moim życiu. To jest doświadczenie takiej Miłości, od której nie da się oderwać.

Nie można i nie chce się ode-
rwać. Człowiek jest w takim
stanie, że chce mówić i mó-
wić, i mieć nieustannie kontakt
z Bogiem. To jest tak wielka
Miłość. Myślę, że na tym po-
lega czyścić, że wiemy jak ta
Miłość smakuje, a jeszcze nie
możemy do niej dojść. I tro-
chę tu na ziemi już zaznałem
tej Miłości. Moja wiara, tak
płytko, stała się głęboka. Nie
mam wątpliwości, że Bóg jest
obecny w naszej codzienności,
że pomaga. Jest przy człowieku
i każdy dla Boga jest bardzo
ważny. Sam Bóg zaczął mnie
uczyć, że nie ma przypadko-
wych spotkań z ludźmi. Nie
ma przypadkowych zjawisk
przyrodniczych. To co nas ota-
cza, to jest jedna, wielka kon-
strukcja. Opowiadając o tym
doświadczeniu ludziom, tro-
chę porównuję to do szachów.
Nieraz mówiłem, że Pan Bóg
jest najlepszym szachistą na
świecie i dał mi możliwość od-
krywania, przynajmniej jakiejś
części tej szachownicy. Chciał,
żeby zobaczył, że spotkanie
z wroną, z gołębiem, z czło-
wiekiem, z jakimś zdaniem, ze
zjawiskiem atmosferycznym...,
że to wszystko ma znaczenie.
Bóg w ten sposób także roz-
mawia z nami. Ale pokazuje
także znaczenie tych zjawisk.
One każdego dnia nas ota-
czają, ale my często mówimy,
że to przypadek. Nie dość, że
to mnie spotkało, to Bóg od-
krywał, jakie to ma znaczenie.
Najpierw silnie doświadczałem
Boga w zjawiskach przyrod-
niczych, potem przyszły sny,
które były kolorowe jak film.
Widziałem w snach ludzi,
twarze, zdarzenie, człowieka,
który ze mną rozmawiał, po-
ruszał dany temat, a potem
rano wstawałem, myłem się,
ubierałem, jechałem do pracy
i spotykałem tego człowieka,
doświadczałem tych samych

zdań, tych samych sytuacji,
które widziałem już uprzednio
w sennym filmie. W ten spo-
sób Bóg uczył mnie zaufania
do siebie. Myślę, że Bóg dosko-
nale wiedział, że zdobył moje
pełne zaufanie. A jeszcze ob-
darował mnie tak wielką Mi-
łością, że nie sposób iść żadną
inną drogą. Dlatego myślę, że
święci nie zastanawiają się, czy
stracą życie, czy nie. Po pro-
stu idą, wypełniają wolę Pana
Boga, bo ta Miłość uzdalnia do
wszystkiego.

Jednak to wyjście z programu in vitro nie było tak proste?

Pan Bóg stopniowo, krok
po kroku uczył mnie zaufa-
nia do siebie. Myślę, że było
to w momencie, kiedy Bóg
doskonale wiedział, że ja chcę
iść za Nim. Wiedział też, że je-
stem w stanie zdjąć biały far-
tuch i wyjść z kliniki programu
in vitro. Miałem to poczucie
Bożego prowadzenia. Ale ten
krok wyjścia z programu in
vitro musiałem zrobić, kiedy
nie miałem jeszcze żadnej
alternatywy. Wszedłem,
kiedy jeszcze Pan Bóg mi nic
nie pokazał, tylko powiedział
mi, że to, co robiłem to nie-
prawość, że to nie jest droga
prawidłowej etyki, moralności,
prawidłowego postępowania
człowieka, który jest w bia-
łym fartuchu. Sam musiałem
podjąć decyzję. To była moja
wolna wola.

31 marca 2007 r. poszedłem
do właściciela kliniki i powie-
działem: Nie chcę już tak pra-
cować, nie mogę w tym brać
udziału. Nie mogę krzywdzić
pacjentek, które przyjeżdżają
do programu in vitro, ani cie-
bie krzywdzić. To jest dla mnie
bardzo ważne, aby życie trak-
tować już od chwili poczęcia,
a jako lekarz będę to traktował

jako pomoc już tej najmniej-
szej istocie ludzkiej. W tym
środowisku spotkałem się
z dużym niedowierzaniem.
Tam nie opowiadałem, co
mnie spotkało i czego do-
świadczam, bo myślę, że czło-
wiek musi być do tego przygo-
towany. Po prostu wyszedłem
na ulicę. Z dużych pieniędzy,
które wówczas zarabiałem,
z olbrzymiej popularności,
którą miałem już w świecie,
stałem się doktorem, który
nie miał nawet za co żyć.

Konsekwencje Pana decyzji wpłynęły na całą rodzinę, a jednak Pan się nie zawahał?

To nie było takie proste, ale
moja rodzina, syn, żona, moja
mama, teściowa, wszyscy oni
stanęli za mną. W tamtym
czasie to było dla mnie bar-
dzo ważne, że w moich naj-
bliższych miałem podporę.
Wiedziałem, że tą drogą nie
idę sam. To była moja de-
cyzja, ale wiedziałem też, że
u nich mam absolutne po-
parcie i przyzwolenie na to.
Myślę, że nawet gdyby nie
byli ze mną, to bym zrobił to
samo. Bo Bóg przyszedł z taką
miłością, że człowiek nie jest
w stanie oderwać się od niej
i zrobić coś na przekór, to nie
jest możliwe. Spotykałem się
ze znajomymi i opowiadałem
im o Panu Bogu. Bóg to był
jedyne temat, który chciałem
poruszać. Każde zjawisko,
każde zdarzenie miało swoje
znaczenie, było czytelnym
językiem Pana Boga, który
rozumiałem. Kiedy podjąłem
decyzję i wyszedłem z pro-
gramu in vitro bardzo szybko
Pan Bóg zaczął mi pokazy-
wać, co mogę robić innego.
Jak mogę wykorzystać swoją
wiedzę i swoje doświadczenie
do tego, żeby wejść na inną

ścieżkę również medyczną,
pomocy małżonkom, którzy
cierpią z powodu niepłodności,
używając do tego metod etycz-
nych, a zarazem skutecznych.

Jak udało się Panu od- kryć naprotechnologię?

To wszystko pokazał mi
Pan Bóg. W tamtych latach,
w Polsce nie było klinik zaj-
mujących się naprotechno-
logią. To był kierunek, który
powoli rozwijał się w Stanach
Zjednoczonych. Naprotechno-
logia opierała się dosłownie na
kilku lekarzach, instruktorach,
którzy uczyli obserwacji cyklu
modelem Creightona. Pew-
nego dnia zadzwoniła do mnie
koleżanka, która знаła moją
sytuację i zapytała, czy wiem,
co to jest naprotechnologia?
Wówczas zażartowałem, że
jeśli nie jest to jakieś brzydkie
słowo, to chętnie się dowiem
czegoś więcej. A już tak na
poważnie, to zorientowałem
się, że naprotechnologia jest
możliwością pomocy mał-
żonkom niepłodnym poprzez
obserwację cyklu miesięczko-
wego. Z czasem rozwinęła się
bardziej, poprzez spojrzenie na
organizm kobiety i męczyzny
holistycznie, czyli całościowo
pod względem zdrowotnym.
Każdy narząd, każda komórka
w naszym organizmie pracuje
na jakość naszej komórki ja-
jowej i jakość plemnika, a do-
datkowo jeszcze środowisko
kobiety musi być zdrowe,
żeby tam mógł się rozwijać
nowy człowiek. Tego w me-
dycynie klasycznej, w obrębie
programu in vitro nie ma. Tam
się ocenia pracę jajników i re-
zerwę tych jajników, ocenia
się, że mamy 10 plemników
czy 20 milionów plemników
i wykonuje się połączenia ko-
mórki jajowej z plemnikiem
poza organizmem matki. Nie

śledzimy zdrowia wątroby, nerek, tarczycy itd. tam nie ma spojrzenia holistycznego na człowieka. To rozbudziło moją ciekawość. Dowiedziałem się też, że prof. Bogdan Chazan ma jakieś książki m.in. prof. Thomasa Hilgersa i większą wiedzę na ten temat. Był w międzynarodowej organizacji skupiającej katolickich lekarzy ginekologów-położników z wielu krajów (MCI). Natomiast prof. Hilgers, to lekarz, który wprowadził pojęcie „naprotechnologii”. Pojechałem do prof. Chazana i dostałem jedną z tych książek. Napisał mi też opinię o innowacyjności tej metody i przekonywał, że warto tym się zająć. Później miałem okazję również spotkać się z prof. Hilgersem w Rzymie podczas spotkania naprotechnologów z całego świata. Będąc we Włoszech, wraz z żoną pojechaliliśmy do św. o. Pio w San Giovanni Rotondo. Przeżyłem tam coś niesamowitego. Oprócz długich godzin modlitwy, Drogi Krzyżowej po ścieżkach, którą chodził o. Pio, doświadczyłem ogromu miłości Pana Boga. Przyszła ona tak blisko, że same łzy cisnęły się do oczu. Wówczas usłyszałem też słowa: Tak blisko Ciebie jeszcze nigdy nie byłem. Ta wielka miłość, to doświadczenie było kolejnym potwierdzeniem, że idę właściwą drogą. Klinika leczenia niepłodności „NaProMedica” w Białymstoku zaczęła funkcjonować od stycznia 2009 r. Wiedziałem, że ta moja nowa praca jest dziełem Pana Jezusa. On chce, żebyśmy traktowali zarodki ludzkie nie jako kawałek nic nieznaczącej tkanki, ale żebyśmy już je traktowali w kategoriach osobowych. W kategoriach godności, w kategoriach obrony życia.

Jak wygląda życie człowieka, który widzi, jak Bóg się o niego troszczy?

Wiem, jak smakuje Miłość Boga i wiem, jak się czuję, kiedy nie doświadczam takiej bezpośredniej bliskości. W tej chwili jestem w trakcie przygotowania do zawierzenia Matce Bożej. Robię to zawierzenie. Zostało mi jeszcze parę dni. Przez ten czas spotykały mnie takie rzeczy, że myślałem, by to rzucić, ale moja wiara mi na to nie pozwala. Jaka to jest już inna wiara, od tej, kiedy kończyłem szkołę podstawową, średnią, studia czy jak chodziłem na Mszę św., ale nie po to, by przebywać z Bogiem, a tylko dla podtrzymania tradycji. Nie mam o to do nikogo pretensji, jak ktoś tak chce żyć, jednak widzę, że taka wiara jest bardzo płytka. Natomiast, jak przychodzi Pan Bóg, to robi w naszym życiu trzęsienie ziemi. Odwraca cały świat do góry nogami. Dzisiaj u mnie to wszystko już zupełnie inaczej wygląda. Na pewno mocno pociągnąłem całą rodzinę do wiary, do takiego prawdziwego praktykowania jej i dawania świadectwa o Bogu. Na co dzień swoim pacjentom przekazuję informację o prawdzie życia i mówię o Bogu. Wiem na pewno, że wiara, tym bardziej ta bardzo głęboka, nie kłóci się z wiedzą medyczną, że to się pięknie uzupełnienia. Tym bardziej przy leczeniu niepłodności małżeńskiej - tam jest tyle dowodów obecności Pana Boga, że trzeba być bardzo złośliwym albo nie chcieć pokazać Jego obecności. Leczenie niepłodności to jest walka z próbami. My diagnozujemy, dajemy leki, prowadzimy, ale nie możemy powiedzieć pacjentce, że np. za cztery tygo-

dnie przyjdzie pani w ciąży. Nie ma takiej możliwości. Na świecie nie ma takiej metody, włącznie z programem in vitro, z inseminacjami, które mogą to zagwarantować. A poczęcia zdarzają się w momentach najbardziej dla nas nieoczekiwanych. I to jest tajemnicą Boga. Jestem święcie przekonany, że wszystko jest po coś, nawet to, że dany człowiek jest poczęty wtedy, a nie kiedy indziej. Nie raz miałem wątpliwości, przecież to Ty Panie jesteś dawcą tego życia, do czego Ci tu jestem potrzebny? Pan Bóg dał nam dużo zjawisk, które poznajemy i dał nam możliwość panowania nad nimi, więc czasem wystarczy poprawa pracy tarczycy, poprawa pracy układu pokarmowego, układu immunologicznego itd., aby dać im możliwość poczęcia w sposób naturalny i rozwoju tego dziecka w łonie mamy, która będzie zdrowa. I po to ja jestem potrzebny. Pan Bóg pomaga w tym, bo pokazuje i uczy rzeczywiście tej dyscypliny i tej metody. Uczy również jej rozwoju. Bo od momentu, kiedy dr Hilgers powiedział, że może być taka naprotechnologia do dzisiaj, stała się ona małą częścią tzw. ochronnej medycyny prokreacyjnej. Medycyna stale się rozwija. Także w Polsce bardzo ten kierunek rozwinęliśmy. NaProMedica białostocka była pierwszym ośrodkiem naprotechnologii w Polsce, ale nie chcę mówić, że to ja jestem jego założycielem, bo bym kłamał i wpadał w jakąś dufność. To jest dzieło Pana Boga. Tej firmy Pana Boga nigdzie nie musimy reklamować. Przysyła pacjentów wtedy, kiedy chce, jakby sam rozdawał im bilety, a przybywają z różnych zakątków świata.

Kiedy pracuje się, jak to Pan sam określił, w „firmie” Pana Boga, to chyba już nic nie może dziwić?

Może raczej mam większą świadomość, że wszystko co się dzieje, jest jakoś wpisane w plan Pana Boga. Nie tylko to, co odbieramy jako coś dobrego, przyjemnego, radosnego, ale też te sytuacje trudne, czy zmagania. Myślę, że nawet bardziej dzięki tym trudnym doświadczeniom szukamy bliskości z Bogiem. Pamiętam, to było w grudniu 2009 r., wracałem do domu. Było ok. godziny 18.00. Miałem neodpartą potrzebę zajścia do kościoła na Mszę św., żeby podziękować Panu Bogu za cały rok pracy, za to gdzie mnie postawił i co zrobił. Po prostu nie mogłem nie pójść do kościoła pomimo, że byłem bardzo zmęczony. Zaczęła się Msza św., a że był to dzień powszedni, to było nas dosłownie kilka osób. W drugim rzędzie ławek, w moim rodzinnym kościele była kobieta z małą dziewczynką. Dziecko grymasiło, popłakiwało. W myślach mówię do tego dziecka: Dlaczego ty mi tak przeszkadzasz, kiedy chcę w skupieniu uczestniczyć w liturgii. Ale po chwili przyszła myśl, że to przecież dziecko, nie można tak. I zaraz jakoś zapomniałem o tym dziecku. Po chwili do kościoła wszedł mężczyzna, ubrany w łańchmany. Podszedł do samego ołtarza i tam ukląkł, a ksiądz dalej sprawuje liturgię. Chociaż przestałem widzieć tego mężczyznę, to jakoś mnie zaintrygował. Nadszedł czas Komunii św., wszyscy wyszliśmy z ławek, by przyjąć Jezusa. Widzę, że w drugim rzędzie idzie również kobieta z tą dziewczynką na rękach.

Cały czas ta mała kaprysi, wprowadza niepokój. W tym momencie wstał też i ten mężczyzna w łachmanach. Idzie od ołtarza do wyjścia między naszymi rzędami. Zatrzymuje się przy tym dziecku i podaje dziewczynce obrazek. Nastaje cisza, ona przestaje płakać, a on sobie poszedł. Wszystko obserwuję kątem oka. Po chwili widzę, jak ten obrazek wypada z rączki dziecka i spada przed moje nogi. A muszę dodać, że jak ten obrazek dostało dziecko, to moja pierwsza myśl była taka: Panie Boże, a dlaczego nie ja go dostałem. Ale ten obrazek spadł mi przed nogi. Podniosłem go i chociaż chciałem od razu podać go dziecku, to ciekawość była silniejsza. Spojrzałem, była na nim św. Wiktoria. Kiedy opowiadałem tę historię znajomym, ktoś mi powiedział, że z rąk dziecka dostałem symbol zwycięstwa, przekazany przez Pana Boga. To miało miejsce po roku pracy w tej klinice. A w nocy, miałem sen, w którym szedłem ulicą, przy której była szkoła. Ściany tego budynku były oszklone i widać było za szybami dużo dzieci. Kiedy przechodziłem wzdłuż budynku, to mijane dzieci biły mi brawo. Dla mnie to był taki symbol prawidłowo wybranej drogi, na której Pan Bóg mnie postawił. Sam tej drogi nie wybrałem. Dostałem informację, że mogę nią iść, ale Pan Bóg zostawił mi wolną wolę.

A myślał Pan, co by było, gdyby pozostał Pan w programie in vitro, gdyby Pan nie dał się prowadzić Panu Bogu?

Miałem takie zdarzenie, które wyraźnie pokazało mi, co wówczas by się stało ze mną, z moją rodziną. To

byłby kataklizm. Miałem łaskę zobaczenia tych nieprawości, które mogły na mnie czekać. A przede wszystkim doświadczyłem ogromu Miłości miłosiernej, z której nie chcę zrezygnować. Dlatego do dzisiaj tutaj jestem. Obecnie jestem już na emeryturze. Mógłbym już zamknąć na klucz firmę i poświęcić się zbieraniu grzybów, porządkowaniu działki, pasji wędkowania. Ale póki jeszcze mam siłę i świadomość, że mogę krzycić tę ochronną medycynę prokreacyjną, gdzie mogę jeszcze mówić o Panu Bogu, to tu jestem.

Jak uchwycić ten moment przechodzenia Pana Jezusa przez nasze życie?

Dostałem w swoim życiu niezасłużoną łaskę. Skoczyłem w przepaść bez spadochronu, bez żadnego zabezpieczenia. Nie wiedziałem, jak to wszystko się ułoży. Mogę dzisiaj powiedzieć, że na to nowe życie postawiłem wszystko. Musiałem wydać wszystkie pieniądze, zastawić dom i nasz rodzinny majątek. Nie wiedziałem, co będzie, ale szedłem za głosem Pana Boga. Nie jest to

jakaś wymyślona historia, jakaś bajka. Bóg kocha każdego z nas, największego grzesznika i chce żebyśmy powiedzieli: idziemy prawą drogą, zwracamy się do Ciebie, chcemy po śmierci trafić do Ciebie. To trochę tak, jak z tą rozmową bliźniąt w jamie macicy u mamy: jeden drugiego pyta: a czy ty wierzysz w naszą mamę? A czy ty ją kiedyś widziałeś? Myślę, że to nasze ziemskie życie tutaj też jest jak taka ciężka, gdzie mamy, każdy w swoim czasie urodzić się dla następnego świata, dla nieba.

*Dziękuję za rozmowę
Monika Rogińska*



Parafia p.w. Niepokalanego Poczęcia NMP w Wigrach
i Wigierski Areopag Nowej Ewangelizacji zapraszają na:

REKOLEKCJE

STYCZEŃ 2026	23-25.01 - Rekolekcje nt. Pieniądze w życiu katolika
LUTY 2026	07-08.02 - Rekolekcje dla osób należących do Kół Różańcowych*
	14.02 - Dzień skupienia dla Seniorów z sakramentem namaszczenia chorych*
	20-22.02 - Rekolekcje dla małżeństw*
MARZEC 2026	27.02-01.03 - Rekolekcje łacińskie*
	06-08.03 - Rekolekcje dla kobiet nt. Kobieta wolna od lęku
	14-15.03 - Rekolekcje dla nadzwyczajnych Szafarzy Komunii Św.
	21-22.03 - Rekolekcje dla mężczyzn, Bractwa św. Józefa, Rycerzy JP II*
KWIECIEŃ 2026	28-29.03 - Weekend Kursu Alpha
	02-06.04 - Triduum Paschalne i Święta Wielkanocne w wigierskim klasztorze
MAJ 2026	25.04 - Lectio divina - dzień w ciszy kamedulskiej*
	08-10.05 - Rekolekcje dla osób konsekrowanych z instytutów świeckich*
	15-17.05 - Rekolekcje formacyjne dla Rycerzy Jana Pawła II*
CZERWIEC 2026	22-24.05 - Rekolekcje o przebaczeniu i uzdrowieniu (Ks. K. Walendziuk)
	27-28.06 - Pielgrzymka autokarowa do Sanktuarium w Kaliszu Bractwa Św. Józefa
LIPIEC 2026	10-12.07 - Rekolekcje dla mężczyzn

WIGIERSKIE WTORKI Z BIBLIĄ*

A.D. 2026: 5.I / 3.II / 3.III / 7.IV / 5.V / 2.VI / 7.VII / 4.VIII / 1.IX / 6.X / 3.XI / 1.XII (po Mszy Św. wieczornej)

W CIĄGU ROKU JEST MOŻLIWOŚĆ INDYWIDUALNEGO KIEROWNICTWA DUCHOWEGO

*Rekolekcje prowadzi ks. dr Jacek Stefański, urodzony w Izraelu, kapłan diecezji ełckiej, biblista, były wieloletni ojciec duchowny kleryków oraz wykładowca Pisma świętego i języka hebrajskiego. Obecnie posługuje jako kierownik duchowy i zajmuje się formacją rekolekcyjną oraz biblijną w Pokamedulskim klasztorze i Wigierskim Areopagu Nowej Ewangelizacji.

WIĘCEJ INFORMACJI: (For more information:)

www.parafia.wigracze.pro
Wigracze 11: 16-402 Suwałki
tel.: 87 566 24 99
rekolekcje@wigracze.pro

FUNDACJA
WIGRY PRO
OFERUJE:

- noclegi w eremach wigierskich,
- dnia kamedulskie i regionalne
- zwiedzanie (m.in. wieża widokowa, krypty,
- apartamenty papieskie, wystawy,
- wystawy tematyczne, cela kamedulska),
- przystań (kajaki, jachty, łódzie wiosłowe),
- warsztaty z kuchni kamedulskiej i regionalnej



Spotkanie z Miłością

Dla św. s. Faustyny Eucharystia nie była ciężkim obowiązkiem, ale najbardziej ekskluzywnym spotkaniem w kalendarzu, na które zaproszenie dostaje każdy z nas. Zobaczmy, że patrząc przez swoje „duchowe okulary”, widziała, że to spotkanie z Kimś, kto kocha nas bezgranicznie i bez żadnych „ale”. Dla wielu z nas niedzielna Eucharystia stała się elementem rutyny. Przychodzimy, stoimy, odpowiadamy na wezwania, a potem wracamy do swoich spraw, nie czując większej zmiany. Tymczasem św. Faustyna Kowalska, skromna zakonnica znana na całym świecie, widziała we Mszy świętej coś, co nam często umyka: największy cud świata i bezpośrednie spotkanie z Żywym Bogiem.

Intymność

We współczesnym świecie, tak bardzo zabieganym, w którym wszystko musi być na już, budujemy relacje przez ekrany, często nakładając na siebie warstwy filtrów i pozorów, natomiast w głębi serca pragniemy autentycznej bliskości i wewnętrznego spokoju. Szukamy relacji, które nas nasycą, które wypełnią pustkę serca. Taką relację, relację Miłości odkryła s. Faustyna. To Bóg wypełnił jej serce i może wypełnić także nasze „Jezus - Miłość moja, dał mi dziś zrozumieć, jak bardzo mnie miłuje, chociaż jest tak wielka przepaść pomiędzy nami: Stwórca i stworzenie, a jednak poniekąd jest jakby

równość, miłość wyrównywała przepaść. On sam się zniża do mnie i czyni mnie zdolną do obcowania z Sobą. Pograżyłam się w Nim, tracąc się, niejako zupełnie, a jednak, pod Jego miłosnym spojrzeniem dusza moja nabiera mocy i siły, świadomości, że kocha i jest szczególnie kochana, wie, że Potężny ją broni.” (Dz. 815)

Pragnienie, które przyciąga Boga

s. Faustyna była przekonana, że to, jak wiele łask otrzymamy podczas Mszy św., zależy od wielkości naszego naczynia, czyli naszego pragnienia jeszcze przed wejściem do kościoła, czy kaplicy. W Hostii widziała Jezusa, który nie ocenia jej za słabości, ale czeka na nią z akceptacją, dlatego przed Najświętszym Sakramentem była radykalnie autentyczna. „Wychodzę na Jego spotkanie i zapraszam Go do mieszkania swojego serca, uniżając się głęboko przed Jego Majestatem, Lecz Pan podnosi z prochu mnie i jako oblubienicę zaprasza, abym usiadła obok Niego, abym Mu powiedziała wszystko, co mam w sercu. A ja, ośmielona Jego dobrocią, pochylam swą skroń na pierś Jego i mówię Mu o wszystkim.” (Dz. 1806) My również, zamiast wpadać do kościoła w ostatniej minucie z telefonem w dłoni, możemy dać sobie 5 minut ciszy przed rozpoczęciem Eucharystii i pomyśleć: z czym przychodzić? Co chcę dziś oddać Bogu?

Uważność

Dla nas, niejednokrotnie przebudźcowanych technologią, lekcja prostej siostry zakonnej nie jest taka łatwa: bądź obecny tu i teraz. Skupienie to pierwszy krok do spotkania. s. Faustyna często widziała Dziecię Jezus w rękach kapłana lub krew płynącą z Hostii – to przypomnienie, że pod osłoną chleba kryje się realna Osoba, a nie tylko religijny przedmiot. Była to rozmowa z Kimś, kto zna ją lepiej niż ona sama, to więź pełna miłości – tyle, że przeniesiona na poziom duchowy.

Moment, który trwa

Dla Faustyny msza nie kończyła się na słowach: „Idźcie w pokoju Chrystusa”. Ona stawiała się „żywą hostią” dla innych. Uważała, że skoro przyjęła Miłość, musi ją teraz rozdawać w kuchni, w ogrodzie, wobec osób, które są dla niej trudne. „Jezu, kiedy przychodzisz do mnie [w] Komunii św. — Ty, któryś raczył zamieszkać z Ojcem i Duchem Świętym w małym niebie serca mego — staram się przez dzień cały Ci towarzyszyć, nie pozostawiam Cię samego ani na chwilę. Chociaż jestem w towarzystwie ludzi czy razem z wychowankami, serce moje jest zawsze złączone z Nim, Kiedy zasypiam, ofiaruję Mu każde uderzenie serca swego, kiedy się przebudzę — pograżam się w Nim bez słowa mówienia. Kiedy się przebudzę, chwilę wiel-

bię Trójcę Świętą i dziękuję, że raczyła mi darować jeszcze jeden dzień — że jeszcze raz się powtórzy we mnie tajemnica Wcielenia Syna Twojego — że jeszcze raz w oczach moich powtórzy się bolesna męka Twoja. Wtenczas staram się ułatwić Jezusowi, aby przeszedł przeze mnie do dusz innych. Z Jezusem idę wszędzie, obecność Jego towarzyszy mi wszędzie.” (Dz. 486) Faustyna kochała Jezusa w Hostii tak bardzo, że zabierała Go ze sobą do obierania ziemniaków i sprzątanania korytarzy. Uczyla się dostrzegać tę samą obecność w drugim człowieku, zwłaszcza tym trudnym do kochania. To jeden z najważniejszych przekazów dla nas: Eucharystia ma nas zmieniać w lepszych ludzi.

Św. Faustyna uczy nas, że Msza święta to nie jest godzina wyjęta z życia, ale godzina, która nadaje życiu sens. To moment, w którym napełniamy się Bogiem. To moment, w którym Niebo dotyka ziemi, a my – niezależnie od tego, jak bardzo czujemy się zmęczeni czy niedoskonali – jesteśmy zaproszeni do wspólnego stołu z samym Bogiem. Kiedy wychodzimy z kościoła, mamy w sobie światło, które rozjaśnia nawet najbardziej szary poniedziałek. „Cała moc moja jest w Tobie, Chlebie żywy. Trudno by mi było przeżyć dzień, gdybym nie była u Komunii św. On jest tarczą moją; bez Ciebie, Jezu, nie umiem żyć.” (Dz. 814)

Między rutyną a Tajemnicą

Najtrudniejsza godzina w tygodniu

Znasz to uczucie? – Siedzisz w ławce w kościele, patrzysz prosto na ołtarz, ale myślisz o niedzielnym obiedzie, praniu, lekcjach, zaległym raporcie w pracy, co założysz na imieninową wizytę do sąsiadów, bo przecież zaprosili, jeszcze zakupy nie zrobione i... mimowolnie zerkasz na zegarek: „minęło dopiero piętnaście minut. Znowu to samo.” – Myślisz sobie z poczuciem winy.

Czy nuda w kościele to grzech? A może po prostu naturalna reakcja organizmu na świat, który narzucił nam zupełnie inne tempo?

Pułapka „świętego spektaklu”

Bardzo możliwe jest to, że powodem dla którego się nudzimy jest fakt, że podświadomie traktujemy Mszę Świętą jak widowisko. Wychowani w kulturze całoczaszagrającejtelewizji, a aktualnie subskrypcji różnych platform filmowo-serialowych czy streamingowych, oczekujemy, że każda chwila naszej uwagi będzie opłacona dawką dopaminy, jakąś ciekawą, wciągającą akcją czy emocjonalnym uniesieniem.

Tymczasem Liturgia - z definicji - jest powtarzalna. Te same słowa, gesty, struktura, schemat. Jeżeli jesteśmy „konsumentami duchowych treści”, to już przy „Pan z wami” przegramy z nudą. Msza Święta to nie zabawa, nie teatr, ale

wspólne działanie, w którym każdy ma swoją rolę. Jeśli jesteśmy widzami i patrzymy jak „ksiądz odprawia”, to zawsze będziemy mieć poczucie czegoś porównywalnego z nudnym wykładem, a nasze myśli będą odpływać coraz dalej.

Kiedy nie znasz Klucza

Wyobraź sobie, że oglądasz mecz siatkówki, albo szachowy i nie znasz ani jednej zasady tej gry. Nie minie dziesięć minut, a możesz być śmiertelnie znudzony. Tak samo jest z Eucharystią. Wiele osób przestało rozumieć język, którym mówi Liturgia.

-Dlaczego on obmywa ręce?

-Po co kolejny raz bije pokłony?

-Czym różnią się modlitwy eucharystyczne?

-Dlaczego teraz nikt nic nie mówi, po co jest ta cisza?

... Gdy nie rozumiemy, dla nas - widzów - gesty są tylko pustymi symbolami. Liturgia traci moc przyciągania. No, jeszcze czasem fajnie organista zagra, czy schola zaśpiewa.

Nuda nie jest wynikiem braku wiary, ale brakiem „instrukcji obsługi.”

W tym miejscu mogę polecić dokumenty Kościoła, podręczniki do liturgiki; warsztaty liturgiczne czy po prostu Formację Oazową.

Post (nie tylko) od jedzenia

Żyjemy w epoce konsumpcjonizmu. Jesteśmy przebudźcowani. Nasze mózgi są



bombardowane mnóstwem impulsów na minutę. Gdy nagle wchodzimy w przestrzeń ciszy, monotonnych śpiewów czy spokojnych gestów, to nasz układ nerwowy przeżywa swego rodzaju szok odstawienny. Tej ciszy, tej „nudy” nie potrafimy już znieść. A paradoksalnie to właśnie ta cisza, ta nuda jest najbardziej lecznicza. To moment w którym spadają maski, w których spotykamy się najpierw sami z sobą - a to chwila, która bywa trudniejsza niż najnudniejsze kazanie.

Nuda na Mszy Świętej to nie koniec świata ani dowód na utratę wiary. To zaproszenie, by zejść głębiej - pod powierzchnię emocji, tam, gdzie Dobry Bóg czeka właśnie na Ciebie.

Jak odzyskać Godzinę Godzin?

Jeśli nie chcesz powalczyć o swoje skupienie, to w tej chwili możesz przerwać czytanie. Jeśli jednak jesteś w tym

momencie, to pewnie zdajesz sobie sprawę, że nie potrzebujesz żadnego cudu, ale konkretnej strategii, planu działania i próbujesz, gratuluję Ci.

Co konkretnie potrzebujesz zrobić, co jest sprawdzone i działa:

1. Przyjdź uzbrojony - przeczytaj czytania z dnia jeszcze w domu, wieczorem lub rano, przy kawie. Kiedy usłyszysz znajome treści nuda nie będzie miała szans.

2. Znajdź tylko jedną rzecz - niemal niemożliwym jest przeżyć całą Mszę Świętą na 100% skupieniu. Postanów więc sobie, że wyniesiesz z niej jedno zdanie z Pisma lub homilii, które stanie się Twoim hasłem na cały tydzień.

3. Zmień perspektywę - zamiast pytać „co ja z tego mam?”, zapytaj: „co ja tu wnoszę?” Spróbuj ofiarować tę konkretną godzinę za kogoś kogoś kochasz lub z kim masz trudną relację, lub za kogoś, kto odszedł, a wtedy każde „Amen” nabierze ciężaru działania w Intencji.

Spotkanie opłatkowe Kolędników Misyjnych

10 stycznia w Ełku w parafii pw. św. Rafała Kalinowskiego odbyło się spotkanie opłatkowe Kolędników Misyjnych Diecezji Ełckiej. Kilkanaście grup z całej diecezji przyjechało wraz ze swoimi opiekunami, katechetami, siostrami zakonnymi i kapłanami.

Uczestników przywitał proboszcz parafii, ks. Marcin Koncewicz SDB: „Cieszę się, że zaczynamy to spotkanie Mszą św., bo to z Eucharystii będziemy mogli czerpać siłę, aby działać jako uczniowie misjonarze”.

Mszy św. koncelebrowanej przewodniczył bp. Jerzy Mazur, Biskup Ełcki, który w homilii podkreślił swoją radość ze spotkania w nowym roku kalendarzowym oraz liturgicznym, trwającym pod hasłem „Uczniowie misjonarze”: „Witam kolędników misyjnych. Witam uczniów misjonarzy. Uczniów, bo otrzymaliście dar wiary na chrzcie świętym. O ten dar prosili wasi rodzice Kościół, a przez lata umacnialiście swoją wiarę w domu rodzinnym, w parafii i na katechezie w szkole. Misyjnarzy, bo dzielcie się swoją wiarą. W Boże Narodzenie uklękliśmy w naszych kościołach przy żłóbku i wpatrywaliśmy się w żłóbek, a nasze

myśli biegły do Betlejem, do groty betlejemskiej, gdzie się narodził Jezus Chrystus”.

Ordynariusz ełcki zauważył istotę zrozumienia miło-



ści Boga do ludzi: „Dziękujmy i dzisiaj Bogu za te nasze spotkania z Nim, za to, że nas miłuje i nas kocha. O tej miłości Boga do nas słyszeliśmy w dzisiejszym

pierwszym czytaniu. To Bóg sam pierwszy nas umiłował. Jakie to piękne, że Bóg mnie kocha, mnie miłuje. Mogę wykrzyknąć: Jestem kochany przez Boga”. To zdanie powtórzyli wszyscy kolędnicy misyjni, po czym bp Jerzy dodał: „Św. Jan Apostoł zachęca nas byśmy my odpowiadali Bogu miłością na miłość. Będziemy kochać Boga wtedy kiedy będziemy zachowywać Jego przykazania. Ale nie możemy kochać Boga nie miłując naszych bliźnich. Takie zaś mamy od Boga przykazanie, aby ten, kto miłuje Boga, miłował też i brata swego. A więc mamy miłować naszych braci i nasze siostry, naszych bliźnich”.

Bp Mazur wspominał o tym, że Kościół kontynuuje zbawczą misję Chrystusa: „Także i wy drodzy kolędnicy misyjni włączyliście się w misję niesienia dobrej nowiny o zbawieniu. A dziś przybyliście do Ełku po dobrze spełnionej misji. Przez to kolędowanie byliście prawdziwymi misjonarzami, bo nieśliście dobrą nowinę, że narodził się Zbawiciel. Nieśliście dobrą nowinę o narodzeniu Syna Bożego w Betlejem. Głosiliście, że Syn Boży przyszedł na świat, by nas zbawić. Dzieliliście się radością, że spotkaliście Jezusa Chrystusa w czasie Eucharystii pod postacią chleba, że przyjęliście Go w Komunii świętej. Tego Chrystusa nieśliście do innych”.

Ordynariusz ełcki przypomniał, że formacja młodych kolędników misyjnych jest zależna od opiekujących się nimi dorosłych: „Pragnę podziękować wszystkim opie-

kunom: kapłanom, siostram zakonnym, katechetom, katechetkom, nauczycielom, a przede wszystkim rodzicom. To dzięki waszemu wsparciu dzieci mogły wyruszyć w drogę i dawać świadectwo wiary, mogły dzielić się wiarą zamiast pozostawać w

domu przy telewizorze czy przy grach. A wiara umacnia się kiedy jest przekazywana – uczył na św. Jan Paweł II”.

Na zakończenie bp Mazur zwrócił się bezpośrednio do kolędników: „Wiarę można porównać do wody. Stojąca woda psuje się, a płynąca daje życie. A więc zachęcam was dzielić się wiarą, pozwólcmy jej nieustannie wzrastać w nas. Dzielmy się wiarą jak chlebem. Dziękuję wam za waszą wiarę. Niech wasza wiara zwycięża świat. Niech wasza wiara zwycięża nienawiść, obojętność, znieczulicę, beznadziejność i grzech”.

W darach ofiarnych kolędnicy złożyli stułę oraz przybory szkolne i przedmioty codziennej potrzeby dla dzieci na Sri Lance, sękacz, jako wyraz wdzięczności Bp. Jerzemu Mazurowi za wsparcie wszelkich inicjatyw misyjnych i troskę o misjonarzy naszej diecezji, wodę i wino oraz hostię.

Po Mszy św. w hali sportowej przy salezjańskiej parafii dzieci z parafii pw. św. Jana Apostoła i Ewangelisty w Elku zaprezentowały przygotowane jasełka, którym towarzyszyło kolędowanie scholi z parafii pw. św. Tomasza Apostoła w Elku. Po nich nastąpił moment dzielenia się opłatkiem wszystkich uczestników spotkania.

Zwieńczeniem całego wydarzenia było rozstrzygnięcie konkursu na najpiękniejszą stajenkę betlejemską, zawierającą element misyjny. Spośród kilkunastu grup jury przyznało jedno wyróżnienie oraz trzy miejsca na podium:

- Wyróżnienie: par. pw. św. Tomasza Apostoła w Elku
- III miejsce: par. pw. MB Anielskiej w Lipsku
- II miejsce: par. pw. MB Królowej Polski w Pisanicy
- I miejsce: par. pw. NMP Królowej Polski w Olecku

Spotkanie zakończyło się poczęstunkiem przygotowanym w hali sportowej przy parafii pw. św. Rafała Kalinowskiego. Za całą organizację bp Jerzy Mazur podziękował Salezjanom, którzy udostępniili swój kościół oraz obiekty sportowe, ks. Wojciechowi Szypulewskiemu, Dyrektorowi Wydziału Misyjnego Diecezji Elckiej, p. Marcie Rózio, konsultantce W-MODN w Olsztynie Filia w Elku, Katolickiemu Stowarzyszeniu Młodzieży Diecezji Elckiej oraz elckim harcerzom, zaangażowanym w pomoc przy organizacji wydarzenia.

Elcki Orszak Trzech Króli pod znakiem nadziei

W dniu Uroczystości Objawienia Pańskiego, 6 stycznia, odbył się 13. Elcki Orszak Trzech Króli. Uczestnicy wzięli udział w korowodzie pod hasłem „Nadzieją się cieszą”. W elckim Orszaku wraz z setkami wiernych, rodzinami, dziećmi i młodzieżą, kapłanami oraz siostrami zakonnymi wzięli udział m.in Bp Jerzy Mazur, Biskup Elcki, Prezydent Miasta Elku Tomasz Andrukiewicz oraz Starosta Powiatu Elckiego Marek Chojnowski. W organizację włączyli się również członkowie Domu Samopomocy Społecznej w Elku.

Wydarzenie rozpoczęło się na Placu św. Jana Pawła II w Elku o godz. 13:00. Zebranych powitali Tomasz Andrukiewicz oraz bp Jerzy Mazur, który podkreślił, że dzisiejszy dzień jest również Misyjnym Dniem Dziecka i prosił najmłodszych, aby duchowo łączyli się z dziećmi z całego świata.

Każda osoba otrzymała od organizatorów, Akcji Katolickiej Diecezji Elckiej, koronę, w których, w kolorowym korowodzie, uczestnicy wyruszyli ulicami miasta. Na czele Orszaku znajdowała się Gwiazda, za którą wszystkie królowe i wszyscy królowie podążali w poszukiwaniu Jezusa, prowadzeni przez elckich harcerzy. Pochód zakończył się w parafii pw. św. Jana Apostoła i Ewangelisty. Uczestników powitał tam dziecięcy zespół parafialny, a Trzej Królowie złożyli dary Nowonarodzonemu.



Następnie odbyła się Adoracja Najświętszego Sakramentu – Orszak odbył się w czasie trwającego Kongresu Eucharystycznego Diecezji Elckiej, a oddanie pokłonu Chrystusowi ukrytemu w Hostii, było hołdem na wzór Trzech Mędrców.

Na zakończenie Orszaku, zarówno bp Jerzy Mazur, jak i Prezydent Tomasz Andrukiewicz wyrazili wdzięczność organiza-

torom, kapłanom, harcerzom oraz wszystkim uczestnikom. Ordynariusz elcki podkreślił, że mimo zakończenia Roku Jubileuszowego, Orszak odbył się w czasie innego jubileuszu – 600-lecia Miasta Elku, dzięki czemu wpisał się na karty historii miasta. Zebrane dzieci otrzymały od Trzech Króli słodkie upominki, a wszystkich uczestników pożegnało kolędowanie parafialnej scholi.





Weronika Tomaszewska
- dziennikarz, pracownik działu medialnego diecezji elckiej

Zczym kojarzy nam się miłość? Z pięknym uczuciem dwojga ludzi, opisywanym w książkach i pokazywanym na ekranie? Kochać można na wiele sposobów, a dodatkowo – jest jeden, którego żadne z nas nie jest w stanie przewyższyć.

Słowo „miłość” jest chyba najczęściej używanym i odmienianym słowem – w relacjach międzyludzkich, w kulturze, show-biznesie oraz w Kościele. Język polski zawiera tylko jedno słowo określające to uczucie, co przez swoją ubogość, nieco sphyca je, bowiem „miłość” zawiera całą gamę doświadczeń, począwszy od przyjaźni, przez relacje cielesne, rodzinne, aż do miłości Boga do ludzi.

Pismo Święte Pismem o miłości

Najpiękniejsza księga Starożytności o miłości, „Pieśń nad pieśniami”, która jest zbiorem pieśni weselnych Wschodu, używa dwóch określeń na oznaczenie miłości. Pierwsze z nich „dodim” wyraża miłość niepewną, nieokreśloną, poszukującą, natomiast drugie „ahaba” oznacza miłość głęboką, dającą się całkowicie, gotową do poświęceń i wyrzeczeń (Benedykt XVI).

Przenosząc te terminy na język grecki, pierwszy można utożsamiać z „erosem”, a drugi z „agape”. „Eros” oznacza miłość pożądania, miłość zmy-

słową, często egoistyczną. W świecie starożytnym „eros”, jako boska siła, związany był z sakralnym kultem płodności. Stary Testament zwalczał go jako perwersję religijności.

Drugie pojęcie „agape” oznacza miłość ofiarą, miłość jako dar, miłość, która czyni drugą osobę zdolną do miłości. W pełni źródłem takiej miłości jest tylko Bóg. Miłość „agape” jest pojęciem najczęściej występującym w Piśmie Świętym. Szwedzki teolog Anders Nygren proponuje następujące rozróżnienie między „erosem” a „agape”: „Eros” jest pragnieniem, dążeniem i napięciem skierowanym ku drugiemu. „Agape” jest ofiarą, uniżeniem i oddaniem się dla drugiego. „Eros” jest drogą człowieka do Boga. „Agape” jest drogą Boga do człowieka. „Eros” jest zdobyczą człowieka. „Agape” jest łaską. „Eros” jest egocentryczną, chwalebnią, szlachetną autoafirmacją. „Agape” jest miłością bezinteresowną i darem z siebie. „Eros” jest warunkowany pięknem umiłowanego przedmiotu. „Agape” kocha i stwarza wartość umiłowanego przedmiotu (cyt. za G. Ravasi).

Uczucie dla wszystkich

A czy miłość ma wielką moc? Czy ma wpływ na nasze życie? Oraz najważniejsze – czy KAŻDA miłość tę moc posiada? Warto przypomnieć sobie swojego przyjaciela lub przyjaciółkę z czasów młodości. Wspólne przygody,

rozmowy i śmiechy. Często mówi się: „Mój przyjaciel jest dla mnie jak brat”. Miłość do przyjaciół czy rodzeństwa polega często na trwaniu przy sobie na dobre i na złe, na wspieraniu swoich decyzji i zwracaniu sobie nawzajem uwagi, gdy popełnia się błąd. A miłość rodziców do dziecka? To nic innego, jak odczuwanie troski, chęci pomocy w rozwoju, wspieraniu w planach i pragnienia wychowania szczęśliwego człowieka. Kochają się również małżonkowie, zaczynając od miłości umysłowej, chęci spędzenia z kimś całego swojego życia, bycia dla siebie wzajemnie opoką, a kończąc na miłości fizycznej, bowiem dla każdego męża, jego żona powinna być najpiękniejsza na świecie i odwrotnie. Każda z tych miłości ma coś wspólnego, jest to przede wszystkim chęć sprawienia, żeby człowiek przez nas kochany był szczęśliwy, bezpieczny i spełniony.

Tego samego chce dla nas Bóg. Z tą różnicą, że w Jego miłości nigdy nie było, nie ma i nie będzie miejsca na m.in. zazdrość czy zaborczość, co może wystąpić w tzw. chorej miłości między ludźmi. Bóg kocha nas do tego stopnia, że dał nam wolną wolę, mimo iż wiedział, że nie zawsze będziemy żyć zgodnie z Jego planem. Bóg, kocha nas do tego stopnia, że zesłał swojego Syna, który za nas oddał życie. „Nikt nie ma większej miłości od tej, gdy ktoś życie swoje oddaje za przyjaciół swoich” (J 15,13) – to chyba jeden



z najpiękniejszych cytatów o miłości, choć jest ich wiele. Te słowa uświadamiają nam, że nie ma wyższej wartości niż śmierć za czyjeś życie w imię miłości.

Tak więc jeśli czasem zastanawiamy się, czy miłość ma wielką moc, odpowiedź wydaje się być prosta – ma. Niezależnie czy chodzi o uszczęśliwienie kogoś jego ulubionym ciastem, aby poprawić mu humor, czy o wybawienie go z grzechów. Bo choć te dwa czyny są nieporównywalne, oba mają w sobie moc miłości. Warto więc mieć świadomość, że dzięki temu, że zostaliśmy stworzeni na podobieństwo i wzór Boga, jesteśmy skłonni kochać i dawać swoją miłość drugiemu człowiekowi. Nie zapominajmy o tym, jaka moc drzemie w naszych dłoniach, czynach i sercach – jeśli tylko sami najpierw otworzymy się na miłość, którą Bóg obdarza nas każdego dnia.

Światowy Dzień Chorego

„Współczucie Samarytana: kochać, niosąc ból bliźniego” – to wybrany przez Ojca Świętego temat 34. Światowego Dnia Chorego, który przypada 11 lutego. Został on dziś opublikowany przez Dykasterię ds. Służby Integralnemu Rozwojowi Człowieka.

Jak wyjaśnia w komunikacie prasowym Dykasteria ds. Służby Integralnemu Rozwojowi Człowieka, temat ten „stawiając w centrum postać ewangelicznego Samarytana, który okazuje miłość poprzez troskę o cierpiącego człowieka, napadniętego przez zbójców, pragnie podkreślić ten właśnie aspekt miłości bliźniego: miłość potrzebuje konkretnych gestów bliskości, poprzez które bierze się na siebie cierpienie drugiego człowieka, zwłaszcza tych, którzy żyją w sytuacji choroby, często w kontekście kruchości spowodowanej ubóstwem, izolacją i samotnością”. Jak czytamy dalej w wyjaśnieniu, także dzisiaj Chrystus, „dobry Samarytanin” zbliża się do zranionej ludzkości, by poprzez sakramenty, opatrzyć ją „olejem pocieszenia i winem nadziei”. To zaś staje się inspiracją dla człowieka, by towarzyszyć i otaczać opieką chorych i cierpiących.

Nieprzypadkowa historia

Światowy Dzień Chorego został ustanowiony przez św. Jana Pawła II



13 maja 1992 roku, w setną rocznicę objawień Matki Bożej w Lourdes.

Papież, sam doświadczający wówczas narastających ograniczeń zdrowotnych, pragnął zwrócić uwagę Kościoła i świata na osoby chore, cierpiące i starsze, a także na tych, którzy im na co dzień towarzyszą: lekarzy, pielęgniarki, wolontariuszy i duszpasterzy. Nieprzypadkowo dzień ten obchodzony jest 11 lutego – we wspomnienie Najświętszej Maryi Panny z Lourdes, miejsca szczególnego spotkania ludzkiego cierpienia z nadzieją płynącą z wiary.

Z Jezusem w cierpieniu jest łatwiej

W wymiarze teologicznym Światowy Dzień Chorego przypomina, że cierpienie nie jest doświadczeniem pozbawionym sensu. W świetle Ewangelii staje się ono przestrzenią szczególnej bliskości Boga, który w Jezusie Chrystusie sam przyjął ludzką słabość i ból. Kościół, idąc za przykładem Chrystusa, widzi w chorych nie tylko adresatów pomocy, ale pełnoprawnych uczestników wspólnoty, zdolnych do duchowego ubogacania innych przez ofiarowanie własnego krzyża.

Aby zrozumieć sens

Równocześnie jest to dzień o wyraźnym znaczeniu społecznym. Stanowi wezwanie do budowania kultury troski, solidarności i szacunku wobec życia na każdym jego etapie. Przypomina o odpowiedzialności za system opieki zdrowotnej, o godnych warunkach leczenia oraz o konieczności obecności człowieka przy człowieku – zwłaszcza tam, gdzie choroba rodzi samotność i lęk. W tym sensie Światowy Dzień Chorego pozostaje nie tylko świętem, ale także stałym rachunkiem sumienia dla wspólnoty Kościoła i całego społeczeństwa.

Zmagania młodzieży z wiedzy religijnej

W czwartek 15 stycznia 2026 r. w bibliotece Wyższego Seminarium Duchownego w Ełku, odbył się diecezjalny etap XXXVI Olimpiady Teologii Katolickiej. W diecezji ełckiej do tego etapu zakwalifikowało się 10 laureatów ze szkół ponadgimnazjalnych z terenu całej diecezji.

Hasłem tegorocznej edycji Olimpiady są słowa: „Chrzest i misja św. Ottona z Bambergu”. Nad przebiegiem Olimpiady czuwał ks. dr Wojciech Kotarski, dyrektor Wydziału Katechetycznego Ełckiej Kurii Biskupiej oraz Marta Rózio, przewodnicząca Komisji Olimpiady z ramienia W-M ODN w Olsztynie Filia w Ełku.

Uczestnicy, po zakończonym egzaminie mieli okazję zwiedzić seminarium i bliżej poznać miejsce, gdzie kształcą się oraz odbywają formację przyszli kapłani diecezji ełckiej.

Celem tegorocznej Olimpiady przygotowanej przez arch. szczecińską jest pogłębienie wiedzy teologicznej, zainteresowanie uczniów zagadnieniami religijnymi, kształtowanie umiejętności samodzielnego zdobywania i rozszerzania wiedzy w zakresie fragmentów Pisma Świętego i wskazanych lektur. Wydarzenie to stanowi również doskonałą okazję do wymiany doświadczeń, poszerzenia horyzontów oraz nawiązania wartościowych znajomości.



Wszystkim, którzy uczestniczyli w etapie diecezjalnym olimpiady składamy podziękowania za udział, a ich katechetom za trud włożony w przygotowanie. Każdy uczestnik otrzymał pamiątkowy dyplom, natomiast trzy osoby z najwyższymi wynikami otrzymało nagrody.

Do etapu ogólnopolskiego, który odbędzie się w dniach 9 – 11 kwietnia 2026 r. w Szczecinie zakwalifikowali się laureaci diecezjalnej Olimpiady: miejsce I – Szymon Rybak z I LO im. M. Konopnickiej w Suwałkach; miejsce II – Szymon Czokajło z ZS nr 6 w Suwałkach oraz miejsce III – Szymon Ptak reprezentujący ZSZ z Biblioteką Pedagogiczną w Piszcu. Zwycięzcom gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów.

Za pomoc oraz współpracę Wydział Katechetyczny dziękuje Wyższemu Seminarium Duchownemu w Ełku, Wydzia-

łowi Duszpasterstwa Ogólnego Diecezji Ełckiej, Wydawnictwu Jedność oraz W-MODN w Olsztynie Filia w Ełku.



Środa Popielcowa

– początek drogi nawrócenia

Liturgia Środy Popielcowej wprowadza Kościół w czas Wielkiego Postu – czterdziestodniowej drogi duchowego odnowienia. To dzień o surowym charakterze, pozbawiony zewnętrznej okazałości, a zarazem głęboko teologiczny, dotykający fundamentalnych pytań o kondycję człowieka, sens życia i potrzebę nawrócenia.

Z prochu powstałeś

Centralnym znakiem Środy Popielcowej jest obrzęd posypania głów popiołem. Kapłan wypowiada wówczas słowa: „Pamiętaj, że jesteś prochem i w proch się obrócisz” albo „Nawracajcie się i wiercie w Ewangelię”. Popiół, powstały ze spalonych palm z Niedzieli Palmowej, przypomina o kruchości ludzkiego życia, jego przemijalności i zależności od Boga. Nie jest jednak znakiem rozpacz, lecz prawdy – tej samej, która otwiera serce na łaskę. Uznanie własnej słabości staje się pierwszym krokiem ku Bogu, który „nie gardzi sercem skruszonym”.

Czas łaski i decyzji

W sensie teologicznym Środa Popielcowa otwiera czas szczególny – kairos, moment dany przez Boga, aby człowiek na nowo uporządkował swoje życie.

Wielki Post nie jest jedynie okre-



sem umartwień, ale zaproszeniem do pogłębienia relacji z Bogiem poprzez modlitwę, post i jałmużnę.

Liturgia tego dnia wyraźnie wskazuje, że nawrócenie nie polega na zewnętrznych gestach, lecz na przemianie serca, dokonującej się w ciszy, prawdzie i wewnętrznej wolności.

Post, który prowadzi do życia

Środa Popielcowa jest jednym z dwóch dni w roku, w których Kościół nakłada obowiązek postu ścisłego. Nie ma on jednak charakteru wyłącznie ascetycznego. Post, rozumiany w perspektywie duchowej, uczy panowania

nad sobą, uwrażliwia na potrzeby innych i pomaga odzyskać właściwą hierarchię wartości. Otwiera również przestrzeń na solidarność z ubogimi oraz na głębsze przeżywanie tajemnicy paschalnej.

Droga do Paschy

Rozpoczynający się Wielki Post nie jest celem samym w sobie. Jego horyzontem jest

Pascha – zwycięstwo Chrystusa nad grzechem i śmiercią. Środa Popielcowa stawia więc przed wierzącym konkretne pytanie: w jakim kierunku zmierza moje życie? Odpowiedź rodzi się nie tyle w deklaracjach, ile w codziennych wyborach. Kościół, prowadząc wiernych przez czas pokuty, przypomina, że nawrócenie jest procesem, który dojrzewa w świetle krzyża i nadziei zmartwychwstania.



Święta Agata

– wiara silniejsza niż ogień

Dziewica i męczennica z Sycylii należy do grona najstarszych i najbardziej czczonych świętych Kościoła. Jej świadectwo, zakorzenione w realiach wczesnego chrześcijaństwa, do dziś pozostaje czytelnym znakiem wierności Chrystusowi oraz nadziei w obliczu cierpienia.

Męczeństwo młodej chrześcijanki

Święta Agata żyła w III wieku w Katanii na Sycylii. Pochodziła z zamożnej rodziny i od młodości złożyła ślub czystości, pragnąc całkowicie poświęcić swoje życie Bogu. W czasie prześladowań za cesarza Decjusza została aresztowana, gdy odmówiła wyrzeczenia się wiary i odrzuciła zaloty rzymskiego namiestnika Kwincjana. Poddana okrutnym torturom, nie uległa naciskom. Zmarła około 251 roku, pozostając wierną Chrystusowi aż do końca. Jej męczeństwo szybko stało się źródłem żywego kultu, który rozprzestrzenił się w całym Kościele.

Znaczenie teologiczne świadectwa

Postać św. Agaty ukazuje fundamentalną prawdę chrześcijaństwa: że prawdziwa wolność rodzi się z wierności Bogu. Jej ciało zostało zranione, ale duch pozostał niezłomny. W teologicznej per-



spektywie męczeństwo Agaty jest znakiem zwycięstwa łaski nad przemocą oraz przypomnieniem, że godność człowieka nie może zostać odebrana nawet w obliczu śmierci. Dlatego Kościół wspomina ją w Kanonie Rzymskim, stawiając ją w gronie najważniejszych świadków wiary.

Chleb św. Agaty – znak ochrony i nadziei

Z dniem wspomnienia św. Agaty, obchodzonym 5 lutego, związany jest zwyczaj święcenia chleba. Tradycja ta sięga Sycylii, gdzie wierzono, że po jej śmierci modlitwa za jej wstawiennictwem chroniła miasto przed ogniem i erupcjami Etny.

Poświęcony chleb stał się symbolem Bożej opieki, szcze-

gólnie w obliczu zagrożeń żywiołowych, ale także chorób i codziennych niepokojów.

Do dziś wierni przechowują go w domach jako znak zawierzenia i pamięci o świętej, która uczy, że nawet w największym doświadczeniu próby Bóg pozostaje blisko człowieka.



Jestem słaba, a Bóg jest moją mocą

Moim doświadczeniem była Mudreka duchowa znoszona przez wiele lat. Dotknięcie własnej słabości oraz odkrycie mocy Bożej uważam dzisiaj za wielki dar od Boga, którym chciałabym się podzielić.

W dzieciństwie przekazano mi fałszywy obraz Boga-Sędzię, siedzącego na tronie, którego wymaganiom nigdy nie mogłam sprostać. Ten fakt był źródłem wielkiego lęku we mnie, potęgowanego po każdym, najmniejszym nawet przewinieniu. Do tego dołączyła się nieakceptacja siebie. Wszystko to powodowało, że bardzo cierpiałam.

Bóg jednak powoli wchodził w moje pełne lęku życie. Zaczęło się od Maryi, której powierzałam swe obawy: „Maryjo, Matko moja, pamiętaj, żem Twoja, przeto strzeż mnie jak rzeczy i własności swojej”. Niepostrzeżenie w moje życie „wplątał” się różaniec. Pokochałam ciszę i samotność, coraz częściej przesiadywałam w pustych kościołach, klęcząc przed Tym, który napawał mnie lękiem i na którego miłość chciałam zasłużyć.

Tak upłynęło wiele lat. Momentem zwrotnym były rekolekcje ignacjańskie pierwszego tygodnia. Tam namacalnie doświadczyłam bezwarunkowej miłości Boga. Odkrycie, że na Jego miłość nie muszę zasłużyć, bo On mnie kocha taką, jaka jestem, było tak szokujące, iż chciałam tę prawdę ogłosić światu. Mówiłam o tym wszystkim stworzeniom - zatrzyma-

łam nawet małą mróweczkę, by przekazać jej tę radosną nowinę, ale ona poszła sobie dalej, nic nie rozumiejąc. A ja w jednym momencie pojęłam najistotniejszą prawdę naszej wiary. Aby mrówka mogła pojąć moją radość, musiałabym przyjąć jej naturę i w jej języku ją przekazać. I takiego szaleństwa dokonał dla mnie Jezus, stając się człowiekiem. Po tym wydarzeniu coś się we mnie zmieniło, na jakiś czas zniknął lęk, świat nabrał innych kolorów, a serce przepełniała wielka radość i pokój. Wydawało mi się, że wszystko już zrozumiałam. Nie wiedziałam wtedy, że było to umocnienie przed jeszcze większym cierpieniem.

Nagle straciłam wiarę, powrócił lęk i jeszcze większa nienawiść do siebie, życie wydawało mi się bezsensowne, odczuwałam wewnętrzną pustkę. Zaczęłam unikać ludzi, którzy mnie ranili. Żyłam jakby zamknięta w bunkrze, dusiłam się, to było moje piekło na ziemi. Doświadczyłam, co znaczy żyć bez Boga. Wszystko mi mówiło, że Boga nie ma, a jeśli pojawiała się jakaś myśl o Jego istnieniu, to była tak straszliwie raniąca, że z serca wyrывał się pełen buntu okrzyk: „Boże, jaki Ty jesteś okrutny!”. Szukałam różnych sposobów, aby wyjść z tej sytuacji o własnych siłach, jednak bezskutecznie. Czulałam się coraz słabsza. Podjęłam roczną terapię pod okiem psychoterapeuty; spotkania były trudne i coraz bardziej mnie zamykały. Poznałam bolesną prawdę o sobie, dotknęłam nie zagojonych ran z dzieciń-

stwa - obrazowo można to porównać do wycinania wrzodu na żywca. Uczestniczyłam w wielu sesjach poświęconych akceptacji siebie, ale nic mi to nie pomogło. Mimo gorącej prośby do Boga o pomoc, nie otrzymywałam jej. Ostatnia sesja zdruzgotała mnie zupełnie, wróciłam wewnętrznie rozbita, rozłożona na łopatki. Dotknęłam dna własnej słabości. Wydawało mi się, że nie ma już dla mnie ratunku, że to już koniec, nie ma sensu dłużej żyć. Bóg w swoich planach czekał na ten właśnie moment. Przysłał mi osobę, przed którą mogłam wypłakać swój bezsens, niewiarę i niemoc. Na kolejnym spotkaniu, nie mogąc mówić, przez długi czas słuchałam o możliwości wyjścia z mojej sytuacji. Niewiele z tego rozumiałam, ale w jednym momencie zabrzmiały mi w uszach słowa: „To Jezus jest Zbawicielem i tylko On może wybawić cię z tej sytuacji”. Przeżyłam wstrząs, przyjęłam sercem te słowa i uwierzyłam, iż tylko Jezus ma moc przywrócić mnie do życia. I w krótkim czasie to się rzeczywiście stało. Od tego momentu rozpoczął się trwający do dziś proces mojej przemiany.

Po życiu w ciemnościach niewiary - doświadczyłam mocy Jezusa Zbawiciela, który ukazał mi prawdziwy obraz Boga jako miłującego Ojca. Zobaczyłam Jezusa-Światłość (jestem wdzięczna za ciemności, gdyż tym bardziej zajaśniała mi Światłość prawdziwa). Ujrzałam radość Jezusa, Dobrego Pasterza, który tak się



natrudził, by mnie odnaleźć. Zostałam ogarnięta przez oblubieńczą miłość Jezusa, która wezwała mnie na drogę życia poświęconego wyłącznie Jemu.

Cierpienia duszy były dla mnie wielką łaską i darem. Przez nie odnalazłam miłość Boga w Jezusie Chrystusie, Ewangelia stała się dla mnie prawdziwie Dobrą Nowiną, a moje życie nabrało sensu. Bolesne doświadczenia stały się szkołą zrozumienia drugiego człowieka, odłoycia pokory serca. Wiem, że to nie jest koniec Bożego obdarowywania. Ale już dziś, dzięki łasce Bożej mogę powiedzieć: „Z radością dziękujcie Ojcu, który was uzdolnił do uczestnictwa w dziele świętych w światłości. On uwolnił nas spod władzy ciemności i przeniósł do królestwa swego umiłowanego Syna, w którym mamy odkupienie - odpuszczenie grzechów” (Kol 1,12-14). Z tej życiowej lekcji, jaką otrzymałam, płynie najważniejsza prawda: „Ja jestem słaba, a Bóg jest moją mocą”. Takie doświadczenia dają więcej niż najmądrzejsze księgi.

Także w Suwałkach „Pielgrzymi Nadziei” - wraz z zakończeniem Roku Jubileuszowego 2025- podjęli nowe wyzwania misyjne - „Uczniowie - misjonarze” i... wyruszyli w pierwszą tegoroczną podróż - w Orszaku Trzech Króli, aby ogłosić i przekazać całemu światu, że „Nadzieją się cieszą”... To kolejne wydarzenie ewangelizacyjne zgromadziło liczną rzeszę Suwałczan, aby w sposób radosny, pośród rodzinnego i wspólnotowego kolędowania, przeżyć kolejny raz Wielką Tajemnicę Objawienia się Boga ludom i narodom wszechczasów.

Główny pomysłodawca Orszaku w Suwałkach, Ks. Jarema Sykulisz, Moderator Miasta Suwałk od lat, wraz ze wspólnotami, parafiami miasta, przy współpracy z Suwalskim Ośrodkiem Kultury, przygotował to niebywałe i przepiękne wydarzenie religijne także w tym roku. Kolorowy Orszak przeszedł ulicami Suwałk, ukazując zebrany, co się naprawdę wydarzyło przeszło 2025 lat temu wtedy, gdy zaiste Bóg się nam narodził, a pogańscy Mędrcy przybyli, aby oddać Mu pokłon i z wiarą, i po-

korą uznali Nowonarodzonego jako Mesjasza... Zgromadzeni mieszkańcy Suwałk mogli naprawdę zmierzyć się z tą wielką Tajemnicą Wiary, kiedy to Bóg daje się poznać dalekim poganom, a nie jest przyjęty przez tych, którzy od wieków wypatrywali Zbawcę swego, Mesjasza. Ta rzeczywistość odrzucania Boga - jak zaznaczył w przesłaniu do obecnych Ks. Moderator - niestety trwa nadal. Wystarczy spojrzeć i dziś na smutne rzesze wędrujących przez ziemię, także suwalską; smutne rzesze tak wielu wykluczonych, uwarunkowanych cywilizacją śmierci... smutne rzesze blakających się donikąd, porzucanych przez samych siebie i biednych przez swą gonitwę za bogactwem... smutne rzesze oślepięte sztucznymi światłkami aż tak, że nie są w stanie ujrzeć Światła Betlejemskiej Gwiazdy, która dzięki wierze zawsze i każdego doprowadzi do prawdziwego Betlejem...

Na trasie Orszaku, po bogatych w treści bożonarodzeniowych „przystankach”, po wspaniałym wspólnotowym kolędowaniu w drodze do ostatniego „przystanku” - Stajenki Betlejemskiej



w Muszli Miejskiego Parku, na Pielgrzymów Nadziei Suwalskiego Orszaku 2026 - czekali wytrwali i zawsze tak samo chętni do posługi - Wolontariusze ze szkół przy parafii NSPJ: Parafialnej Podstawowej Szkoły Polsko - Romskiej z Oddziałami Integracyjnymi i oraz Wielozawodowej Szkoły Branżowej I Stopnia w Suwałkach. Przepyszne ciasta, różnorodne smakołyki przygotowane przez POAK przy tejże parafii, jak też gorąca herbata, czy barszcz corocznie podawana przez suwalskie „Rozmarino” - były w mroźny styczniowy dzień udanym i jakże „wzmacniającym dodatkiem” do wspólnotowego przeżywania Uroczystości Objawienia Pańskiego... Na pewno, pośród niepokoju, niepewności i wielu zagrożeń dzisiejszego świata - nie powinno się zaniedbywać takich wydarzeń, które są aż tak potrzebne współczesnemu człowiekowi... To dobrze, że nasi Suwalscy Pielgrzymi Nadziei, tak chętnie przyjęli zaproszenie do oddania hołdu Prawdzie - Nowonarodzonemu z Betle-

jem - i pokazali, że naprawdę Nadzieją się cieszą, i że w ten sposób włączyli się aktywnie w tegoroczne przesłanie duszpasterskie w naszym Polskim Kościele: „Uczniowie - Misjonarze”...

To ważne i odpowiedzialne zadanie każdego katolika, każdego kto się mieni być uczniem Chrystusa. Na pewno warto przejąć się i podjąć to wytrwale, i wierne misyjne posłanie, gdyż naprawdę świat się chwieje... Wielki Prymas Tysiąclecia - Bł. Ks. Stefan kard. Wyszyński przestrzegał z odwagą i mocą: „To nie Krzyż się chwieje, to świat się chwieje. Krzyż stoi...” Po radosnym Orszaku wejdziemy niebawem w Liturgiczny Okres Zwykły i jakże ważną, i wielką Tajemnicę Sakramentu Wielkiego Postu... Nie pozwólmy się zniechęcić nikomu i niczemu... Trwajmy wytrwale jako Uczniowie Misjonarze, w owym pielgrzymowaniu Bożej Nadziei, która „zawieść nie może, ponieważ miłość Boża rozlana jest w naszych sercach przez Ducha Świętego...”



Agnieszka Szymańska

Ochrona ludności i obrona cywilna

Pod koniec 2025 r. Caritas Diecezji Elckiej zakończyła realizację projektu pn. „Razem”, którego celem było prowadzenie działań edukacyjnych i szkoleniowych na rzecz lokalnej ludności, wpisujących się w zadania z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej.

W ramach projektu przeszkolono 225 osób dorosłych, mieszkańców woj. warmiń-

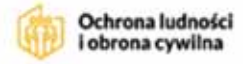
sko-mazurskiego, w zakresie podstawowych zagadnień ochrony ludności oraz obrony cywilnej.

Projekt „Razem” został zrealizowany w ramach zadania publicznego „Ochrona ludności i obrona cywilna”, obejmującego w szczegól-

ności organizowanie oraz udzielanie wsparcia gminom i powiatom na obszarze województwa, a także wojewodzie w realizacji zadań z tego zakresu, zgodnie z zapisami Uchwały nr 72 Rady Ministrów z dnia 27 maja 2025 r. w sprawie zatwierdzenia

Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej na lata 2025–2026.

Projekt był dofinansowany ze środków Wojewody Warmińsko-Mazurskiego. Całkowita wartość projektu wyniosła 73 750,00 zł, z czego 59 000,00 zł stanowiło



Agnieszka Szymańska

Zabezpieczenie lokalnych magazynów żywności

Z końcem 2025 r. Stowarzyszenie Pomocy Humanitarnej im. św. Łazarza z siedzibą w Elku zakończyło realizację projektu pn. „Zabezpieczenie lokalnych magazynów żywności celem udzielania pomocy humanitarnej i zabezpieczenia procesu ewakuacji”.

Celem projektu było zapewnienie zabezpieczenia energetycznego powierzchni magazynowych, w których przechowywana jest głównie

żywność przeznaczona na cele społeczne, a także usprawnienie procesów pracy magazynu w sytuacjach wymagających udzielania pomocy humanitarnej lub wsparcia działań ewakuacyjnych.

Projekt został zrealizowany w ramach zadania publicznego „Ochrona ludności i obrona

cywilna”, obejmującego w szczególności organizowanie oraz udzielanie wsparcia gminom i powiatom na obszarze województwa oraz wojewodzie w realizacji zadań z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej, zgodnie z zapisami Uchwały nr 72 Rady Ministrów z dnia 27 maja 2025 r. w spra-

wie zatwierdzenia Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej na lata 2025–2026.

Projekt został dofinansowany ze środków Wojewody Warmińsko-Mazurskiego. Całkowita wartość projektu wyniosła 187 500,00 zł, z czego 150 000,00 zł stanowiło dofinansowanie.



Bogumiła Świącka

Zakończenie 8. edycji Programu „Na codzienne zakupy”

Z końcem stycznia 2026 r. zakończyła się 8. edycja programu „Na Codzienne Zakupy”, realizowanego przez Caritas Polska we współpracy z Fundacją Biedronki.

Program ten stanowi formę wsparcia skierowaną do osób starszych, znajdujących się w trudnej sytuacji materialnej.

Na terenie Diecezji Elckiej z pomocy skorzystało



aż 350 seniorów. Istotnym elementem programu była przedpłacona karta na zakupy w sklepach sieci Biedronka, doładowywana kwotą 230

zł miesięcznie przez okres 10 miesięcy w roku. Karty te dały beneficjentom poczucie niezależności oraz możliwość samodzielnego decydowania

o codziennych potrzebach.

Przez cały czas trwania programu seniorów wspierało około 115 wolontariuszy z Parafialnych Zespołów Ca-

ritas, którzy niejednokrotnie pomagali także w realizacji zakupów oraz utrzymywaniu regularnego kontaktu z osobami objętymi pomocą.

Małgorzata Woškowiak, ks. Ryszard Sawicki

Przeznacz 1,5% podatku i pomóż

Twoje 1,5% podatku może realnie odmienić los osób z niepełnosprawnościami, seniorów oraz wszystkich tych, którzy na co dzień potrzebują wsparcia i troskliwej opieki. Stowarzyszenie Pomocy Humanitarnej im. św. Łazarza w Ełku od ponad 23 lat świadczy

profesjonalne usługi opiekuńcze, asystenckie i pielęgniarstwo. Z naszą pomocą docieramy do ponad 3000 osób potrzebujących.

Opieka nad osobami nie-samodzielnymi to wyzwanie, przed którym prędzej czy później może stanąć każdy z nas lub naszych bliskich.

W takich momentach szczególnego znaczenia nabiera dostęp do rzetelnej, fachowej i pełnej empatii opieki.

Jeśli nie są Ci obojętne losy osób z niepełnosprawnościami i chcesz, aby mogły liczyć na najlepiej przygotowanych opiekunów, nie zmarnuj tegorocznej

szansy. Przekazując 1,5% podatku na rzecz Stowarzyszenia Pomocy Humanitarnej im. św. Łazarza w Ełku (KRS 0000136508), realnie wspierasz tych, którzy najbardziej tego potrzebują. Za każde okazane wsparcie serdecznie dziękujemy. Razem możemy więcej.

1,5% PRZEKAŻ!

**1,5% podatku, który zmienia życie –
– razem dla osób potrzebujących**

Twój **1,5%** podatku na wsparcie osób z niepełnosprawnościami, seniorów i potrzebujących:

KRS: 0000136508

Za każdą pomoc serdecznie dziękujemy!

Stowarzyszenie Pomocy Humanitarnej im. Św. Łazarza w Ełku

ks. Ryszard Sawicki

Koncerty kołędowo-karnawałowe Rafała Brzozowskiego

W styczniu 2026 r. w placówkach Caritas Diecezji Elckiej odbyły się koncerty kołędowo-karnawałowe „Nie było miejsca dla Ciebie...” w wykonaniu Rafała Brzozowskiego. Wydarzenia te stały się okazją do wspólnego przeżywania radości okresu Bożego Narodzenia oraz do umocnienia więzi we wspólnocie Caritas.

Pierwszy koncert miał miejsce 19 stycznia i został połączony ze spotkaniem oplatkovym pracowników Caritas Diecezji Elckiej, w którym uczestniczył Biskup Elcki Jerzy Mazur SVD. Był to czas wspólnej modlitwy, kołędowania oraz wyrażenia wdzięczności za codzienną posługę miłosierdzia.

Kolejne koncerty odbyły się 20 stycznia w DPS „Misericordia” w Elku oraz w DPS „Misericordia” im. ks. prał. Kazimierza Hamerszmita



w Suwałkach. Spotkania zgromadziły mieszkańców domów, pracowników oraz zaproszonych gości, tworząc

atmosferę wspólnego kołędowania i radości płynącej z przeżywania tajemnicy Wcielenia. Śpiew kołęd i pa-

storalek stał się przestrzenią spotkania, nadziei i duchowego umocnienia na progu Nowego Roku 2026.



Wolontariat – szkoła wiary i odpowiedzialności

Wolontariat w Kościele nie rodzi się z nadmiaru wolnego czasu, ale z wrażliwości serca. Jest odpowiedzią na konkretne potrzeby drugiego człowieka oraz na ewangeliczne wezwanie do miłości czynnej. Tam, gdzie ktoś bezinteresownie ofiarowuje swój czas, umiejętności i uwagę, tam rodzi się przestrzeń spotkania – z drugim człowiekiem i z Bogiem. Chrześcijański wolontariat nie jest więc jedynie formą aktywizmu społecznego, lecz drogą dojrzewania wiary.

Szczególnym miejscem realizacji tej postawy są działania wolontariuszy Caritas, którzy od lat stanowią jedno z najbardziej rozpoznawalnych oblicz miłosierdzia Kościoła. Ich posługa pokazuje, że Ewangelia najlepiej przemawia poprzez konkret – poprzez obecność, gest i wierność codziennym obowiązkom wobec najsłabszych.

Parafialne Zespoły Caritas – blisko codziennych spraw

Parafialne Zespoły Caritas są często pierwszym miejscem, do którego trafiają osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej. Ich wolontariusze znają lokalne środowisko, realne potrzeby rodzin, osób starszych, chorych czy samotnych. Dzięki temu pomoc nie jest ano-

nimowa ani schematyczna, lecz zakorzeniona w relacjach i dostosowana do konkretnych sytuacji życiowych.

Działalność Parafialnych Zespołów Caritas to nie tylko rozdawanie paczek żywnościowych czy organizowanie zbiórek. To również towarzyszenie, rozmowa, cierpliwe słuchanie i pomoc w odzyskaniu poczucia godności. Wolontariusze stają się niejako „sąsiadami z otwartym sercem”, którzy potrafią zauważyć tych, których inni już nie widzą lub nie chcą widzieć.

Szkolne Koła Caritas – wychowanie do wrażliwości

Szczególną rolę w formowaniu postaw społecznych i religijnych odgrywają Szkolne Koła Caritas. To przestrzeń, w której dzieci i młodzież uczą się, że wiara nie kończy się na deklaracjach, ale domaga się konkretnych czynów. Udział w akcjach charytatywnych, zbiórkach, odwiedzinach osób starszych czy inicjatywach solidarnościowych kształtuje młode sumienia i uczy odpowiedzialności za drugiego człowieka.

Szkolne Koła Caritas są szkołą empatii, współpracy i dojrzałego przeżywania wiary. Dla wielu młodych wolontariat staje się pierwszym doświadczeniem bezin-

teresownego zaangażowania, które procentuje w dorosłym życiu – także poza strukturami kościelnymi. To właśnie tam rodzi się przekonanie, że pomaganie nie jest obowiązkiem narzuconym z zewnątrz, lecz naturalnym owocem spotkania z Ewangelią.

Formacja serca – fundament wolontariatu chrześcijańskiego

Nie można jednak mówić o wolontariacie chrześcijańskim bez odniesienia do formacji duchowej. Działanie pozbawione zakorzenienia w modlitwie i refleksji może z czasem prowadzić do znużenia, wypalenia lub utraty sensu. Dlatego Caritas, poprzez swoje struktury i inicjatywy, troszczy się nie tylko o sprawność organizacyjną, ale także o formację serca wolontariuszy.

Formacja ta obejmuje modlitwę, wspólnotę, refleksję nad Słowem Bożym oraz odkrywanie duchowego sensu służby. Wolontariusz, który uczy się patrzeć na potrzebującego oczami Chrystusa, nie traktuje swojej posługi jako ciężaru, lecz jako przestrzeń osobistego wzrostu. Miłosierdzie staje się wówczas nie tylko zadaniem, ale stylem życia.

Wolontariat jako świadectwo

W świecie, w którym dominuje logika zysku, skuteczności i rywalizacji, wolontariat pozostaje znakiem sprzeciwu wobec obojętności. Działania wolontariuszy Caritas – często ciche i niezauważalne – są czytelnym świadectwem Ewangelii realizowanej w codzienności. To właśnie ta dyskretna obecność sprawia, że Kościół jest postrzegany jako bliski ludzkim sprawom.

Wolontariusze nie rozwiązują wszystkich problemów społecznych, ale wnoszą coś, czego nie da się przeliczyć na statystyki: nadzieję, poczucie bycia ważnym, doświadczenie solidarności i przekonanie, że nikt nie jest pozostawiony sam sobie.

Zaproszenie do wspólnego dzieła

Wolontariat Caritas pozostaje otwarty dla każdego – niezależnie od wieku, doświadczenia czy życiowej drogi. Parafialne Zespoły Caritas i Szkolne Koła Caritas są miejscami, w których można nie tylko pomagać innym, ale także dojrzewać w wierze i odpowiedzialności za wspólnotę Kościoła.

Kościół, który angażuje się w wolontariat, nie tylko pomaga – on wychowuje do miłości. A tam, gdzie miłość przybiera postać konkretnego działania, tam Ewangelia staje się zrozumiała bez słów.

Czy w kościele musi być nudno?

Wielu dzieciom zdarza się pomyśleć: „W kościele jest nudno”. Długie czytania, chwile ciszy, poważne pieśni... łatwo wtedy zacząć się wiercić albo liczyć lampy pod sufitem. Ale czy naprawdę musi tak być?

Kościół to miejsce wyjątkowe. Jest trochę jak dom, w którym mieszka Pan Jezus. Podczas Mszy Świętej Bóg mówi do nas przez czytania i modlitwy, a potem przychodzi bardzo blisko – w Komunii Świętej. To nie jest zwykłe spotkanie ani przedstawienie, które ma nas tylko zabawić. To czas rozmowy i bycia razem z Kimś, kto nas bardzo kocha.

Gdy się nudzimy, często dlatego, że jeszcze nie wszystko rozumiemy. I to jest w porządku. Możemy jednak spróbować słuchać jednego zdania z Ewangelii, popatrzeć na ołtarz, pomyśleć o czymś dobrym albo w ciszy powiedzieć Panu Jezusowi, co wydarzyło się w naszym tygodniu.

Im częściej jesteśmy w kościele, tym łatwiej odkryć, że nie chodzi tam o nudę, ale o spokój, skupienie i spotkanie. A Pan Jezus cieszy się z każdej chwili, kiedy przychodzimy do Niego – nawet jeśli czasem jest nam trudno usiedzieć w miejscu.



LOGOGRYF

Wyrazy wpisujemy pionowo zgodnie z numeracją (pierwsza litera w polu z cyfrą). Litery w kolorowym rzędzie utworzą rozwiązanie.

Pionowo:

- 1) gra na nich organista podczas mszy św.
- 2) porodziła Jezusa.
- 3) strojona na Boże Narodzenie.
- 4) niewierny wśród apostołów.
- 5) zakładane przez księży do mszy św.
- 6) np. paschał.
- 7) Bóg ... jest częścią Trójcy.
- 8) studiuje w seminarium.

HASŁO:

1	2	3	4	5	6	7	8

Prawidłowe rozwiązania prosimy przysyłać do 16 lutego wraz z podaniem wieku. Poprawna odpowiedź z poprzedniego numeru, to: BALTAZAR i MELCHIOR. Nagrody wylosował Igor Krajewski (Sobiecin). Gratulujemy!

Schab w sosie

- 70 dag schabu bez kości
- 15 dag suszonych śliwek
- 6 cebul
- mąka do panierowania
- sól, pieprz
- 1/2 łyżeczki majeranku
- olej do smażenia

Wykonanie:

Śliwki zalewamy 3 szklankami wrzącej wody i moczymy 10 min. Schab kroimy na kotlety, panierujemy w mące i krótko obsmażamy na rozgrzanym oleju. Cebule kroimy w piórka, dodajemy majeranek i szklimy. W szerokim garnku wkładamy warstwami połowę plastrów mięsa, połowę cebuli, resztę mięsa i cebuli. Całość zalewamy wodą ze śliwkami i dusimy pod przy-



kryciem ok. 30 min. Przyprawiamy solą i pieprzem do smaku. Porcje mięsa wyjmujemy, a powstały sos miksujemy. Schab podajemy polany sosem z ziemniakami i ulubioną surówką.

oprac. Andrzej Mariusz Pereszczako

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

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

W kolorowe pola wpisujemy słowa związane z osobą na zdjęciu. Litery w prawym dolnym rogu (1 – 24), dadzą rozwiązanie.

POZIOMO:

- 5), 21) urząd sprawowany przez osobę ze zdjęcia;
- 8) igrzyskami sportowe co 4 lata;
- 9) imię osoby ze zdjęcia;
- 10) buzia jej nie zamyka się;
- 11) najstarszy w rodzie;
- 12) większy niż dwupak;
- 17) grają na nim tenisiści;
- 18) baśniowy arabski żeglarz;
- 22) adamaszek na oparciu krzesła;
- 23) miasto z pałacem Ogińskich;
- 24) droga przyfrontowa;
- 27) fioletowy kolor szat osoby ze zdjęcia;
- 29) Pete ..., tenisista amerykański greckiego pochodzenia;
- 30) miasto nad rzeką Nidą, kojarzone z arianami;
- 31) przyjęcie święceń przez osobę ze zdjęcia w 2017r.;
- 32) można je podziwiać z wieży obserwacyjnej;

PIONOWO:

- 1) duży port niemiecki nad Bałtykiem;
- 2) dekoracyjny płaski filar;
- 3) zapowiada programy radiowe;
- 4) część hufca harcerskiego;
- 5) w „trzedzie” osoby ze zdjęcia;
- 6) lincz;
- 7) Galina ..., wybitna tancerka rosyjska;
- 13) serialowy bohater w masce i płaszczu;
- 14) otula szyję damy;
- 15) najwyższy szczyt górski Meksyku;
- 16) adwersarz Rejenta z „Pana Tadeusza”;
- 19) posługują się językiem migowym;
- 20) sylwestrowy rekwizyt;
- 24) rozsyłane przez policję za przestępcami;
- 25) nazwisko osoby ze zdjęcia;
- 26) do odczedzania ugotowanego makaronu;
- 28) kozacki stopień oficerski.

Prawidłowe rozwiązania prosimy przysyłać do 16 lutego. Poprawna odpowiedź z poprzedniego numeru, to: CZAS JEST OJCEM PRAWDY. Nagrody wylosowali: Bożena Chalecka (Lipsk) oraz Jerzy Kotowicz (Więcki). Gratulujemy!



PERU BOLIWIA

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