

www.diecezjaelk.pl

MARTYRIA

ISSN 1428-1627
Miesięcznik Diecezji Ełckiej

MARZEC 2026 NR 3 (410)
Rok XXXI



OWOCE KOMUNII ŚWIĘTEJ

- str. 2 Zaproszenie
- str. 3 Pozbawieni Najświętszej Eucharystii
- str. 4 Nie zgubić się
- str. 5 Jak Eucharystia przemienia nasze życie
- str. 6 Miłość doskonała
- str. 7 Małżeńska Majówka
- str. 8 Odkryć Eucharystię
- str. 9 Zamyślenia
- str. 10 Doświadczać siebie
- str. 11 Czy to ma sens
- str. 12 Wydarzyło się
- str. 13 To, co zakiełkowało
- str. 14 Gdy Bóg przychodzi w ciemnościach...
- str. 15 Młodzi młodym
- str. 16 Rok św. Franciszka
- str. 18 Za św. s. Faustyną
- str. 19 Zapytaj Księdza
- str. 20 W duchu Soboru Watykańskiego II
- str. 22 O przestrzeganiu dialogu
- str. 23 Najważniejsze tak
- str. 24 Pamięć o bohaterach
- str. 25 Kochać na nowo
- str. 26 Maryja - kobiecość w blasku wiary
- str. 27 80. Rocznica Bitwy pod Gajrowskimi
- str. 28 Jak pościć, gdy wszystko wolno?
- str. 29 Z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Suwałkach
- str. 30 CARITAS
- str. 34 Martyria dzieciom
- str. 35 Gotowanie z Martyrią

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



**Diecezja
Ełcka**



ks. dr Jacek Uchan

– dyrektor Wydziału Duszpasterstwa Ogólnego Kurii Biskupiej w Ełku

Pozbawieni Najświętszej Eucharystii

Kongres Eucharystyczny naszej diecezji jest bardzo dobrą okazją, abyśmy podjęli refleksję nad tymi, którzy są pozbawieni Najświętszej Eucharystii, czyli Komunii św. Jedną z grup pozbawionych Eucharystii są ludzie wiekowi i chorzy, którzy o własnych siłach nie przybędą do kościoła na Mszę św. albo są tak wiekowi i schorowani, że nawet z pomocą bliskich nie przybędą na nabożeństwo do świątyni.

Pozbawieni Wiatyku

To prawda, że każdy jest odpowiedzialny przed Panem Bogiem za swoje życie i swoje decyzje. Jednak istnieje odpowiedzialność za innych. Jeżeli brakuje tej odpowiedzialności za innych chociażby na płaszczyźnie praktykowania życia sakramentalnego, możemy być wręcz współwinnymi zaniedbania naszych bliskich w tej kwestii. Coraz więcej osób odchodzi z tego świata bez posługi sakramentalnej, a przede wszystkim bez Wiatyku.

Wiatykiem nazywamy Komunię świętą udzielaną osobom w niebezpieczeństwie śmierci lub umierającym, stanowiąca duchowy pokarm na przejście do życia wiecznego.



Jest to zazwyczaj ostatnia Eucharystia przyjęta przez chrześcijanina, która jest dla niego źródłem siły i nadziei.

Nie czekajcie na ostatnią chwilę

Oprócz sakramentu namaszczenia chorych Komunia św. stanowi również wielkie umocnienie w ciężkiej chorobie. Dlatego należy zaprosić kapłana do osoby chorej odpowiednio wcześniej, nie czekając na ostatnie minuty doczesnego życia. Zaniedbanie tego obowiązku obciąża sumienie najbliższej rodziny. Poważny grzech stanowi sytuacja, gdy chory lub umierający człowiek prosi swoich najbliższych, aby zaprosić kapłana z posługą sakramentalną, a rodzina lekceważy tę prośbę. Wówczas ewentualna śmierć człowieka bez posługi sakra-

mentalnej całkowicie obciąża sumienia najbliższych osób.

Osoby wiekowe lub chore bez Eucharystii

Zdarza się spotkać osoby wiekowe lub mocno schorowane, które nie wychodzą już z domu, ze swojego mieszkania, a już z pewnością nie

udają się do kościoła na Mszę św. Istnieje piękna i zarazem głęboko zakorzeniona w tradycji Kościoła praktyka, że do takich osób systematycznie udają się kapłani w I Piątki miesiąca, aby zanieść Komunię św. Ta praktyka duszpasterska jest ściśle związana z kultem Najświętszego Serca Pana Jezusa.





Paulina Brzozowska

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

Siedząc w progu, zamiast nakarmić duszę

Pierwszy raz od dawna nie przyjechałam Komunii świętej. Dwie niedziele później w ogóle nie poszłam do kościoła. Czy to rezultat lenistwa, złej organizacji, pomyślonych priorytetów? Czy może naturalny skutek powolnego oddalania się od Źródła...?

Zaczęło się niewinnie. Czas kolędowy, w konfesjonałach pusto, w kościołach zimno. Nie miałam siły krążyć po mieście w poszukiwaniu spowiednika, więc nie poszłam do Komunii – nie byłam pewna, czy powinnam. Czy mogę. Potem duchowa dyscyplina zaczęła trzeszczeć i pękać. Przyszła niedziela, rano chciałam tylko umyć włosy, potem „uciekła” kolejna msza. Miałam iść wieczorem, ale nim się obejrzałam, było już po wszystkim.

Czułam się źle, bo przecież „niedziela to niedziela”, ale w tym poczuciu winy brakowało najważniejszego: tęsknoty.

Dlaczego w ogóle chodzimy do kościoła?

Chciałabym powiedzieć, że zawsze idę z głębokiej potrzeby serca. Prawda jest jednak bardziej prozaiczna – czasem idę, bo tak trzeba. Bo wypada podziękować za wszystko. Bo mam interes

do załatwienia i boję się, że jeśli nie pójdę, to Pan Bóg mi odmówi: „Do kościoła jej się iść nie chciało, ale prosić to pierwsza”. To myślenie niemal magiczne, nieprawdziwe i – wstyd przyznać – dość małostkowe. W sumie znam schemat mszy na pamięć, a genialne kazanie mogę włączyć w Internecie (albo duchowo posilić się audycją „Ósma godzina czytań” w Radio Plus – polecam!). Porozmawiać z Bogiem też mogę w pokoju. Jedyne, czego nie mogę zrobić poza kościołem, to przyjąć Komunii. I tu uderzyła mnie najsmutniejsza refleksja: opuściłam mszę nie tylko przez złą organizację, ale dlatego, że uznałam, iż skoro i tak nie idę do Komunii, to chyba i tak „nie warto”.

Gość, który nie siada do stołu.

To tak, jakby przyjść do kogoś bliskiego w odwiedziny, usiąść w progu i patrzeć na nakryty stół, odmawiając jedzenia. Niby się uczestniczy, rozmawiać można, ale jest jakos „nie tak”. Bóg nie zaprasza nas do kościoła, byśmy byli obserwatorami rytuału. On zaprasza nas na spotkanie. Kiedy stoimy w ławce, rezygnując z Chleba, dobrowolnie skazujemy się na duchowe niedożywienie. A świat jest dziś tak męczący, że bez tego pokarmu po prostu przestajemy dawać sobie radę.

Nasze codzienne zmęczenie to nie tylko brak snu. To



zmęczenie hałasem, oczekiwaniami i ciągłym „muszę”. Komunia święta jest jedynym momentem, kiedy odpoczynek jest pełny, bo polega na oddaniu sterów komuś innemu. Bóg nie osądza nas za to, że nie zdążyliśmy umyć włosów, mamy „niekościelny strój” czy że się pogubiliśmy. On chce w nas zamieszkać. Chce wlać w nasze serca pokój, którego nie da nam żaden serial, kawa czy nawet dodatkowa godzina snu. To pokój wynikający z obecności – z tego, że Niepojęty Bóg staje się częścią naszego krwioobiegu. Szalone, prawda?

W tym moim pogubieniu i smutnej refleksji, patrzę na Maryję. Ona była pierwszym Tabernakulum. Jej „fiat” nie było wynikiem doskonałej organizacji życia, ale bezgranicznej ufności. Maryja uczy nas, jak przyjmować Jezusa nawet wtedy, gdy czujemy

się niegodni lub zwyczajnie po ludzku „wypłuci”. Jako Matka nie stoi nad nami z batem, przypominając o niedzielnym obowiązku, ale delikatnie, z czułością wskazuje na ołtarz i mówi: „Idź, tam jest twoja siła”.

Kiedy w końcu przełamujemy ten opór i wracamy do Komunii, owoce pojawiają się niemal natychmiast. Przede wszystkim spokój. Subtelne zmiany: większa cierpliwość do bliskich, mniejszy lęk o jutro, siła, by rano wstać i znów spróbować być dobrym człowiekiem. Trzymać się dobra.

Prawdziwy odpoczynek nie zaczyna się od wyłączenia budzika. Zaczyna się wtedy, gdy pozwolimy Bogu wejść do naszego wnętrza i uciszyć burzę. Nie bądźmy tylko gośćmi w progu. Usiądźmy do stołu. Tam czeka Pokój, którego tak bardzo nam brakuje.



ks. Krzysztof Zubrzycki

– pastoralista,
redaktor naczelny
Martyrii,

Proboszcz Parafii pw. MB Grom-
nicznej w Wiśniowie Elckim

Jak Eucharystia przemienia nasze życie

Komunia święta jest jednym z najgłębszych i najbardziej intymnych spotkań człowieka z Bogiem. W codziennym zabieganiu łatwo zapomnieć, jak wielki dar otrzymujemy, gdy przyjmujemy Ciało Chrystusa. Tymczasem Eucharystia nie jest jedynie pięknym symbolem ani pobożnym zwyczajem. To realna obecność Boga, która niesie konkretne owoce w życiu tych, którzy otwierają na nią swoje serce.

Umocnienie więzi z Chrystusem

Najważniejszym owocem Komunii świętej jest pogłębienie osobistej relacji z Jezusem. Przyjmując Go, pozwalamy, by Jego życie przenikało nasze. To spotkanie nie jest chwilowe — ono ma moc przemieniać nasze myślenie, pragnienia i decyzje. Eucharystia staje się duchowym pokarmem, który daje siłę do codziennego świadectwa wiary.

Oczyszczenie serca i umocnienie w walce ze słabościami

Komunia święta gładzi grzechy powszednie i umacnia nas w walce z pokusami. Nie usuwa automatycznie naszych słabości, ale daje nam duchową odporność. Człowiek, który regularnie karmi się Eucharystią, stopniowo uczy

się patrzeć na siebie i świat oczami Chrystusa. To właśnie dlatego wielu świętych podkreślało, że częsta Komunia jest najlepszą drogą do wewnętrznej przemiany.

„Przez wiele miesięcy zmagalem się z lękiem i poczuciem bezradności. Chodziłem do kościoła, ale modlitwa była dla mnie trudna. Pewnej niedzieli, po przyjęciu Komunii świętej, poczułem głęboki pokój, jakiego nie doświadczałem od dawna. Nie była to żadna emocjonalna euforia, raczej ciche, spokojne przekonanie, że Jezus naprawdę jest ze mną. Od tamtej pory staram się częściej przystępować do Eucharystii. Widzę, jak stopniowo zmienia się moje życie — mam więcej siły, by mierzyć się z codziennością, i mniej lęku o przyszłość”. /Marek/

Budowanie wspólnoty Kościoła

Eucharystia nie jest tylko sprawą indywidualną. Przyjmując jedno Ciało Chrystusa, stajemy się bardziej zjednoczeni między sobą. Komunia święta uczy nas wrażliwości na drugiego człowieka, otwiera na przebaczenie i buduje prawdziwą wspólnotę. Kościół nie jest zbiorem jednostek — jest rodziną, którą spaja właśnie Eucharystia.

„Przez lata nosiłam w sobie żal do bliskiej osoby. Wiedziałam, że powinnam przebaczyć, ale nie potrafiłam. Podczas jednej z adoracji poprosiłam Jezusa, by pomógł mi zrobić



ten krok. Następnego dnia, po przyjęciu Komunii świętej, poczułam, jakby ciężar spadł mi z serca. Nie stało się to z dnia na dzień, ale Eucharystia dała mi siłę, by zacząć proces pojednania. Dziś mogę powiedzieć, że przebaczyłam naprawdę. To był dar, którego sama nie potrafiłabym sobie dać”. /Anna/

Źródło pokoju i nadziei

W świecie pełnym niepokoju i napięć Komunia święta staje się przestrzenią głębokiego pokoju. Jezus, który przychodzi w Eucharystii, przynosi ukojenie serca i przypomina, że nie jesteśmy sami. W chwilach trudnych to właśnie On daje siłę, by nie poddawać się lękowi. Eucharystia jest także źródłem nadziei — zapowiedzią życia wiecznego i przedsmakiem nieba.

Inspiracja do czynów miłości

Prawdziwe spotkanie z Chrystusem zawsze owo-

cuje miłością. Komunia święta uzdalnia nas do gestów dobroci, cierpliwości i ofiarności. To nie przypadek, że osoby głęboko eucharystyczne często stają się ludźmi pokoju i służby. Eucharystia nie zatrzymuje nas w kościele — ona posyła nas do świata, byśmy byli świadkami Bożej miłości.

Eucharystia – dar, który domaga się odpowiedzi

Owoce Komunii świętej nie pojawiają się automatycznie. Wymagają otwartego serca, pragnienia przemiany i gotowości, by pozwolić Bogu działać. Każda Komunia jest zaproszeniem do nowego życia — pełniejszego, głębszego, bardziej zakorzenionego w miłości.

Warto więc nie tylko przyjmować Chrystusa, ale także pozwolić, by On przyjmował nas: nasze radości, troski, słabości i pragnienia. Wtedy Eucharystia staje się prawdziwą siłą, która prowadzi nas ku świętości.



Rafał Wójcicki

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

Caritas

Artykuł ma na celu przybliżenie miłości i miłosierdzia Boga względem człowieka. Słowo Caritas pochodzi z języka łacińskiego i dosłownie oznacza miłość miłosierną, bezinteresowną miłość bliźniego i szacunek wobec drugiego człowieka wypływające z miłości do Boga.

Benedykt XVI w encyklice *Deus Caritas* zaznaczył, że działalność kościoła obejmuje każdego człowieka. Czyni to w kontekście miłości bliźniego, które polega na tym, że człowiek kocha drugiego człowieka, którego w danym momencie może nawet nie znać lub do którego nie czuje nawet sympatii. Miłość bliźniego jest najważniejszą zasadą chrześcijańskiego życia. Działalność charytatywna podejmowana przez Kościół jako inicjatywa wspólnotowa musi być łączyć także programowanie, przewidywanie i współpracę z innymi podobnymi instytucjami.

Caritas jako funkcja zbawcza kościoła stanowi realizację miłości miłosiernej będącej fundamentalnym zadaniem kościoła obok głoszenia słowa Bożego i sprawowania sakramentów świętych.

Przykładem miłosierdzia Bożego wobec drugiego człowieka jest założona międzynarodowa organizacja Caritas. Jest to organizacja charytatywna działająca w ramach Kościoła katolickiego pomagająca

potrzebującym, udzielając wsparcia moralnego, duchowego i organizacyjnego, także pomoc psychologiczną, materialną, finansową dla ubogich, chorych, bezdomnych, starszych, osób niesamodzielnych i fizycznie, i umysłowo a także w sytuacjach katastrof i wojen. Działa na całym świecie.

Caritas Polska to instytucja charytatywna Kościoła katolickiego. Od 2004 r. ma status organizacji pożytku publicznego. Działa pod nadzorem Konferencji Episkopatu Polski jest instytucją charytatywną prowadzącą wszelką pomoc potrzebującym tak osobom fizycznym jak i instytucjom obejmująca swym zasięgiem nie tylko obszar Polski.

Caritas Polska działa w ramach międzynarodowej sieci Caritas Internationalis, czyli ogólnoświatowa konfederacja ponad 160 katolickich organizacji działających w ponad 200 krajach mająca siedzibę w Watykanie oraz Caritas Europa. Finansowane są przez osoby prywatne jak i instytucje państwowe oraz międzynarodowe. Caritas Catholika powstał w 1926 r.

Caritas Polska działa po reaktywowaniu od 10 października 1990 r. przez księdza Mariana Subocz, który był pierwszym dyrektorem. Caritas działa w oparciu o ustawę z 17 maja 1989 r. o stosunku państwa do Kościoła katolickiego. Koordynuje pracę 44 Caritas diecezjalnych a one Caritas parafialnych.



Działalność tej instytucji oparta jest o tradycje pracy charytatywnej Caritas sprzed 1950 roku, czyli ściśle związanych z miłością Boga do człowieka.

W ciągu swego istnienia Caritas w Polsce przygotowała i wdrożyła wiele programów: krajowych m.in. organizacja zimowego i letniego wypoczynku dla dzieci z ubogich rodzin, Wigilijne Dzieło Pomocy Dzieciom, Jałmużna Wielkopostna,

Kromka Chleba, Program Skrzydła, Okno życia) oraz zagranicznych m.in. Rodzina Rodzinie. Ks. Marian Subocz zainicjował kwartalnik „Caritas”. To On, gdy wybuchła wojna w Bośni, wysłał 40 wagonów węgla. Dzięki jego inicjatywie odbyły się pierwsze szkolenia dla księży dyrektorów diecezjalnych Caritas w Austrii, Belgii, Niemczech. Obecnie dyrektorem Caritas Polska jest ks. Janusz Majda. Siedziba Caritas Polska mie-

ści się w Warszawie przy ul. Okopowej 55.

Natomiast obecnie przewodniczącym Caritas International jest kardynał Tarcisio Isao Kikuchi. Caritas działa na skalę międzynarodową. Współpracuje z Organizacją Narodów Zjednoczonych i suwerennymi rządami, realizując programy humanitarne i rozwijając globalne zdolności reagowania kryzysowego. Caritas podlega nadzorowi i kontroli pod jurysdykcją prawa kanonicznego, prawa międzynarodowego jak i prawa danego państwa.

Pracownikami i wolontariuszami Caritas mogą być wszyscy niezależnie do jakiego stanu należą. Mogą być m.in. osoby konsekrowane, zakonnicy, zakonnice, księża, osoby świeckie, którzy potrafią poświęcić się na rzecz drugiego człowieka. Są uczciwi i oddani bezgranicznie słabszym, chorym, nieumiejącym radzić sobie z przeciwnościami losu. Zatem będący empatycznymi, wrażliwymi, ale i odpornymi na stres i gotowi do szeroko rozumianej pomocy na rzecz godności człowieka, prowadząc działalność charytatywno – opiekuńczą, formacyjną także zapewniając doraźną i długofalową pomoc.

Jednym z wielu zadań Caritas jest organizowanie różnych zbiórek na potrzeby indywidualne jak i zbiorowe np. dla mieszkańców Ukrainy na skutek długotrwałej wojny.

W Polsce działa około 1600 placówek Caritas, które często są drugim domem dla ludzi w potrzebie. Caritas prowadzi m.in. ośrodki lecznicze, rehabilitacyjne, domy samotnych matek, domy małego dziecka. Warto wspomnieć o punktach tzw. „Okno Życia”, gdzie rodzice czy samotne matki po

podjęciu dramatycznej decyzji mogą anonimowo zostawić dziecko. Caritas prowadzi też świetlice środowiskowe, ogniska wspierające dla biednej oraz trudnej młodzieży, itp. takie placówki pomagają dzieciom w lekcjach, organizując posiłki, czas wolny, wycieczki. Dla osób starszych, samotnych organizują spotkania, wieczorki, odczyty poezji. Te placówki Caritasu pozwalają rozwijać twórczość osobom, które nie miały możliwości przez lata spełnić swoich marzeń.

Każda diecezja w Polsce prowadzi działalność miłości i miłości czyli Caritas. Jest wiele parafii, które w miarę możliwości czy to na mniejszą czy na większą skalę prowadzą oddziały Caritasu. Caritas działa bardzo prężnie i skutecznie dla każdego, kto się zwróci o pomoc. Ta pomoc to różne formy od zwykłych ubrań po pomoc prawną, medyczną, finansową i inne bezinteresownie i nieodpłatnie, i jeśli jest taka potrzeba, to Caritas pomaga w sposób indywidualny np. osoba, która zachorowała na zaburzenia psychiczne i chce być anonimowa, ma to zagwarantowane łącznie z profesjonalną pomocą. Warto wspomnieć, iż miłość podlega nieustannemu procesowi dojrzewania. Człowiek musi czuć się kochanym. Miłość nigdy nie jest skończona i spełniona. Miłość zmienia się wraz z biegiem życia, dojrzewa, dlatego pozostaje wierna sama sobie.

Zatem, główną misję Caritas jako instytucji charytatywnej Kościoła katolickiego jest pomoc drugiej osobie jako wyrażenie miłości Boga do bliźniego poprzez osoby trzecie.

Drodzy Małżonkowie,

Małymi krokami rozpoczynamy przygotowania i już teraz bardzo serdecznie zapraszamy Was na 5. edycję Majówki Małżeńskiej „Amoris laetitia”, która odbędzie się w dniach 30 kwietnia – 4 maja 2026 r. w Diecezjalnym Domu Rekolekcyjnym w Smolanach.

W tym roku Majówkę Małżeńską poprowadzą: Monika i Marcin Gomułkowie.

Zapisy ruszają 17 marca 2026 r. o godz. 19.00 :)

W trakcie rekolekcji zapewniemy opiekę nad dziećmi

Do zobaczenia na Majówce!



Intencje modlitewne Róż Żywego Różańca na marzec 2026 r.

† Róża Żywego Różańca

- Módlmy się, aby narody dążyły do skutecznego rozbrojenia, zwłaszcza nuklearnego i aby światowi przywódcy wybierali drogę dialogu i dyplomacji zamiast przemocy.
- O dobrze przeżyty czas Wielkiego Postu. Niech każdy z nas chętnie podejmuje praktyki pokutne aby życie duchowe mogło się w nas rozwijać.
- Za małżeństwa, by z radością i nadzieją przyjmowały każde nowe życie, które Bóg powierzy w ich ręce.
- Za osoby, które żyją przyrzeczeniem czystości. Niech święty Józef i przeczysta Maryja Panna wspomagają ich w trwaniu w tym szlachetnym postanowieniu.
- Módlmy się o to byśmy byli ofiarami i miłosiemami dla naszych bliźnich, o których wiemy, że potrzebują wsparcia duchowego czy materialnego.



Marcin Kawko

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

Ileż bogactwa mamy na wyciągnięcie ręki

Spadek liczby uczestników Mszy świętych po pandemii pokazuje doskonale, jak kulturowy i bezrefleksyjny jest polski katolicyzm w ujęciu ogólnym. Tymczasem, podczas Mszy św. możemy dosłownie dotknąć Boga. Nie w przenośni, dosłownie.

Pandemiczne urealnienie kościoła

Zmiana liczby wiernych w kościołach przed i po pandemii jest realna i zauważalna gołym okiem. To samo mówią liczby. Jak podaje Instytut Statystyki Kościoła Katolickiego, jeszcze w 2019 r. co tydzień w niedzielnej Mszy św. brało udział 36,9% Polaków. Po pandemii, czyli w 2021 r., wskaźnik ten spadł do 28,3% i stabilnie utrzymuje się do dzisiaj poniżej 30%.

W ogólnym ujęciu przestało nam się chcieć udawać. Pandemia pokazała nam, że nie musimy chodzić do kościoła na siłę, skoro i tak nie wiemy, po co to robimy. Dobrze to czy źle? W sumie nie wiem. Z jednej strony dobrze, że mniej jest bezrefleksyjnych katolików, z drugiej źle, że nawet jeśli bezrefleksyjnie to wciąż zyskiwali oni szansę na usłyszenie czegoś wartościowego, co mogło do nich przemówić.

Cieszymy się z naszego bogactwa

Zmiana jest jednak faktem i trzeba się do niej dostosować. Tym bardziej wartościowa jest refleksja nad niedzielną Mszą św. dla nas wszystkich, którzy nie zaliczamy się do tych ok. 70% Polaków niechodzących do kościoła.

Tym bardziej wartościowa jest refleksja przede wszystkim nad tym, co dzieje się w Komunii św. Rozumiem, że wzniosłe hasła w kazaniach mogły obrzydzić większości z nas takie sformułowania jak „Bóg Cię kocha”, „Bóg zstępuje” czy „relacja z Bogiem”. Ja też mam dość pustych słów w zbyt długich kazaniach.

Źłe kazania nie zmieniają jednak fundamentalnej prawdy. Tym się różnimy np. od protestantów, że wierzymy w prawdziwą, cielesną obecność Boga w komunikancie, który przyjmujemy pod koniec Mszy św. Rozumiecie to? Przyjmujemy Ciało realnego Boga. Nie da się znaleźć większego bogactwa w życiu codziennym. Nie mówimy tu już o sztucznej i wymyślonej „relacji w myślach”, tylko o fizycznym kontakcie z Absolutem.

Piękno w świecie relatywizmu

I to jest największe чудо, jakiego możemy doświadczać w zabieganym świecie wszędobylskiej konsumpcji, mówiącej nam codziennie „kup więcej”, „zasługujesz na chwilę przyjemności” czy



„nie przejmuj się niczym, nic nie ma sensu”.

Możemy raz w tygodniu (a nawet częściej) zatrzymać się i dostąpić realnego, prawdziwego i rzeczywistego zaszczytu.

Nie takiego z rycerskich baśni, tylko takiego, który mamy na wyciągnięcie ręki – 5 minut pieszo w najbliższym kościele (no, czasami

trochę dalej, ale tylko fizycznie dalej).

Doceniśmy to bogactwo. Poświęćmy temu jeśli nie dzień (wolny od handlu!) to przynajmniej chwilę refleksji. Nie nad wysokim uniesieniem i odległą, obiecaną nagrodą. Nad nagrodą, którą – podobnie jak tak nas absorbujący wystrzał radości z kolejnego śmiesznego kotka na Facebooku – możemy mieć każdego dnia lub przynajmniej raz w tygodniu. Korzystajmy do woli z tego przywileju!



Monika Rogińska
– dziennikarz,
matka trójki dzieci

Bez tej Drogi nie ma Zmartwychwstania

Trzyletni wnuczek leżał na wersalce w pokoju. Nad jego głową wisiał obraz Jezusa w koronie cierniowej. Przyglądał mu się od dołu i w pewnym momencie zapytał: – Babciu kto to jest? – To jest Pan Jezus, cierpiący – chłopczyk usłyszał w odpowiedzi. – On mi się nie podoba – powiedział maluch.

Babcia przystanęła, przyrzekała się całej sytuacji z perspektywy i powiedziała: – Bo źle patrzysz. Wstań, podejdz tu do mnie i teraz popatrz. Widzisz, jak Pan Jezus na ciebie patrzy, jak cię kocha? Chłopiec przyglądał się skupiony dłuższą chwilę, po czym zauważył, że spod korony cierniowej na skroni widniała stróżka krwi. Wskazała to miejsce rączką i zapytał: – Babciu, a czy to jest skaleczenie? Czy Go to boli? Babcia kiwnęła tylko głową. Widziała, że dziecko szczerze się przejęło. Po chwili usłyszała, jak maluch mówił do Pana Jezusa z obrazu: – A wiesz, że mnie też tu bolało, jak byłem w szpitalu. Kocham Ciebie. Wszyscy mnie kochają...” Babcia pomyślała sobie, jak często sama źle patrzy, bo tak trudno zobaczyć w swoim życiu miłość Jezusa. Może faktycznie wystarczy zmienić sposób patrzenia...

Przypomniałam to zdarzenie, kiedy przyglądałam się stacjom Drogi Krzyżowej. Chciałam w twarzy Jezusa zobaczyć, a przynajmniej spróbować dostrzec to spojrzenie,

tę miłość Boga, która tak bardzo chwyta za serce.

Historia Drogi Krzyżowej

Droga Krzyżowa, jako forma upamiętnienia swoje korzenie ma już w pierwszych wiekach chrześcijaństwa. Wczesne relacje o pielgrzymkach do Ziemi Świętej, szczególnie do Jerozolimy, wskazują na to, że już w IV wieku pątnicy przemierzali wąskie ulice miasta, by iść śladami Jezusa na miejsce ukrzyżowania. Z czasem zwyczaj ten przeniósł się z Jerozolimy do innych regionów chrześcijańskich. Św. Franciszek z Asyżu (XIII w.), był jednym z pierwszych, który zainicjował modlitwę Drogi Krzyżowej w kościołach. Dzięki jego staraniom Droga Krzyżowa zaczęła być modlitwą dostępną nie tylko dla pielgrzymów, ale także dla tych, którzy chcieli oddać cześć Jezusowi bez opuszczania swoich domów. I chociaż przez lata papieże byli przychylni tej formie pobożności, to jednak dopiero w XVIII wieku, papież Klemens XIII oficjalnie zatwierdził formułę Drogi Krzyżowej, dostrzegając w niej nie tylko opowieść o cierpieniu Jezusa, ale także głębokie znaczenie teologiczne i duchowe. Zgodnie z tradycją Kościoła, odprawienie Drogi Krzyżowej w piątek Wielkiego Postu daje możliwość uzyskania odpustu zupełnego.



Spotkania na Drodze Krzyżowej

Podczas jednych z rekolekcji uczestnicy dostali zadanie, aby przejść po stacjach Drogi Krzyżowej jak po „mapie stacji swojego życia”. Aby nie tylko zatrzymać się dziś, ale zobaczyć też tych, których spotykamy, mijamy, a nawet tych, którzy nas ranią, popychają, czy upokarzają. Żeby zobaczyć, jaki jest też i nasz własny udział w Krzyżu, który wziął Jezus na swoje ramiona... Jak inna staje się ta droga... Stacja pierwsza - Jezus skazany na śmierć: Jezus staje przed Piłatem. Milczy i przyjmuje wszystko. A my, spotykamy tych, którzy tak bardzo chcą udowodnić, że mają rację. Łapiemy się na konkretnym zdarzeniu, w którym pytamy: dlaczego ja? Przecież tak wiele można wytłumaczyć... A Jezus milczy. Stacja druga - Jezus bierze krzyż na swoje ramiona: Jezus przyjmuje krzyż - grzechy świata. A my w tak wielu sytuacjach doszukujemy się,

a nawet żądamy sprawiedliwości. I też wielu spotykamy ludzi, którzy utwierdzają nas w słuszności, że mamy przecież prawo..., że trzeba dochodzić swego..., że nie można być tak naiwnym... U jednego z rekolekcjonistów usłyszałam mocne słowo, że „jest w nas wiele Chrystusa, jeśli decydujemy się na to, żeby wziąć czyjś krzyż, krzyż Kościoła na swoje ramiona. Jest w nas wiele Chrystusa, kiedy nie uciekamy od Kościoła, nawet jeśli był dla nas nieraz bolesnym krzyżem.” Myślę, że warto pomyśleć i nad swoim miejscem w Kościele, kiedy będziemy przemierzali ścieżki kalwaryjskie... I tak idziemy przez kolejne stacje pełni zdumienia, że i w naszym życiu nie brak pomocnej ręki Szymona, ofiarnej Weroniki, czy matczynej obecności... Spotykamy na naszych drogach nie tylko tych, którzy nas wspierają, ale też takich, którzy przeszkadzają nam, nieraz wystawiają nas na próbę. Na drodze, którą jest nasze życie, nie traćmy z oczu Jezusa...



dr Danuta Świącka
- teolog
e-mail: d1a2@poczta.onet.pl

Owoce Komunii świętej w nauczaniu Świętych

Komunia święta jest sercem Mszy świętej. Jest realnym spotkaniem z żywym Chrystusem, które przynosi konkretne owoce w codziennym życiu. Jak przedstawiali je wybrani Święci Kościoła.

1. Zjednoczenie z Chrystusem

Św. Cyryl Jerozolimski: „Przez Ciało i Krew Chrystusa stajemy się współuczestnikami Jego natury”. Chrystus ma naturę boską – jest Synem Bożym i ludzką – stał się człowiekiem. Uczestniczyć w Jego naturze, to znaczy: mieć udział w Jego sposobie życia, myślenia i kochania oraz Jego relacji z Ojcem. Współuczestnictwo to znaczy wejście w relację i wspólnotę, jak ktoś kto jest przyjęty do rodziny.

Zatem Chrystus włącza nas w swoje życie: uczy nas kochać jak On, myśleć jak On i żyć w bliskości z Ojcem.

Komunia św. nie jest symbolem, lecz łączy nas z Jezusem jak gałąź z winoroślą.

2. Umocnienie duszy i serca

Św. Tomasz z Akwinu: „Eucharystia jest pokarmem duszy, który ją podtrzymuje, odnawia i wzmacnia”. Tak jak chleb daje siłę ciału, tak Ko-

munia daje siłę duchową. Bez Boga słabnie nasza dusza: pojawia się zniechęcenie, chaos, brak sensu, oschłość w modlitwie. Komunia działa jak oddech dla serca – odświeża, prostuje myślenie, porządkuje wnętrze. Daje siłę wewnętrzną, by kochać, przebaczać, być wiernym, nie poddawać się złu. Nie zabiera problemów, ale daje moc, by je unieść.

3. Wzrost miłości

Św. Augustyn: „Przyjmujcie to, czym jesteście, i stawajcie się tym, co przyjmujecie”: Kiedy przyjmujemy Komunię, bierzemy to, do czego już należymy (przez chrzest należymy do Kościoła, który jest Ciałem Chrystusa). Przyjmujemy w Eucharystii Chrystusa, z którym już jesteśmy związani, i mamy upodabniać się do Niego w życiu codziennym. Zwykły pokarm zamienia się w nas. W Komunii – On zmienia nas, nasze życie w swoje.

4. Ochrona przed grzechem

Św. Ignacy Antiocheński: „Eucharystia jest lekarstwem nieśmiertelności”. Nie chodzi tylko o zdrowie ciała, ale o życie wieczne i uzdrowienie duszy. Ponieważ grzech oddala nas od Boga, a oddalenie od Boga jest jak choroba duszy. Komunia działa jak lekarstwo, leczy to co w nas słabe i przywraca więź z Jezusem. Nie zastępuje spowiedzi, ale



wzmacnia nas, by do grzechu nie wracać. Eucharystia karmi w nas to, co wieczne – duszę, i przygotowuje ją na spotkanie z Bogiem do życia po śmierci.

5. Leczenie ran duszy

Św. Bonawentura: „Chrystus w Eucharystii leczy, umacnia i rozpala”. Komunia uzdrawia to co w nas poranione, zmęczone i zniechęcone. Nie od razu usuwa problemy, ale uzdrawia spo-

sób, w jaki je przeżywamy. Wzmacnia nas duchowo do przebaczenia, zaczynania od nowa, dźwigania obowiązków. Rozpala serce do Boga, gdy nie ma w nas pragnienia modlitwy, poczucia sensu, wiary, miłości. Komunia nie tylko podtrzymuje, ale ożywia całe wnętrze człowieka.

6. Pokój serca

Św. Teresa z Avila: „Po Komunii dusza nie jest już



Grzegorz Kacperski

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

sama”. Po Komunii Jezus pozostaje w nas tak długo, jak trwają postacie chleba, ale owoc Jego obecności zostaje w sercu dłużej: w smutku jest Ktoś, kto podnosi, w pokusie jest Ktoś, kto ostrzega, w pracy jest Ktoś, kto nadaje sens, w relacjach jest Ktoś, kto uczy kochać. Dusza po Komunii jest jak dom, do którego wszedł Gospodarz - Chrystus. On nie zostawia nas samych z pytaniami, sumieniem, krzyżem, ale idzie z nami przez całe nasze życie.

7. Przemiana życia

Św. Jan Maria Vianney: „Gdybyśmy naprawdę rozumieli Mszę świętą, umarlibyśmy z miłości”. Na ołtarzu dokonuje się coś nieskończenie większego, niż potrafimy objąć rozumem. Uobecnia się ofiara Chrystusa i Jego całkowity dar dla człowieka. Gdybyśmy zrozumieli to w pełni, serce nie potrafiłoby pozostać chłodne - byłoby poruszone, wdzięczne i zakochane w Bogu miłością, która „rozsadza serce”. Msza św., nigdy by nas nie nudziła.

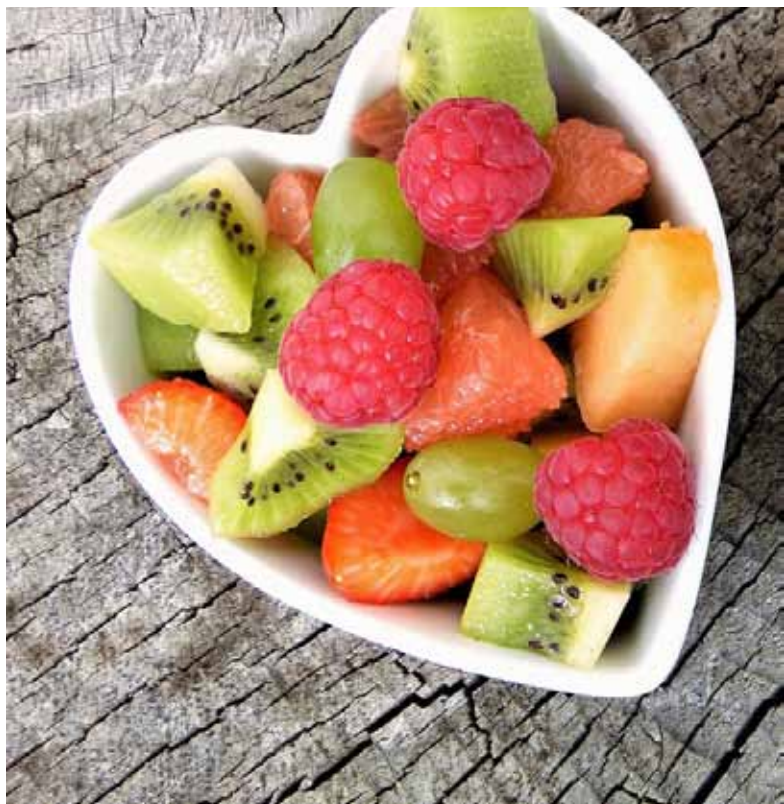
8. Zadatek życia wiecznego

Św. Ireneusz: „Eucharystia jest zadatkiem zmartwychwstania”. Komunia św., już teraz daje nam udział w życiu, które będzie po śmierci. Daje uczestnictwo w Jego zwycięstwie nad śmiercią. Każda Komunia to dotknięcie nieba na ziemi. Przyjmując Chrystusa, nasza dusza otrzymuje „zaliczkę” życia wiecznego – łaskę, pokój i siłę do kochania, które przygotowują nas na pełną jedność z Bogiem w niebie.

W szkołach, ale nie tylko, bo czasem też i różnych instytucjach publicznych czy prywatnych zakładach pracy promowany jest zdrowy styl życia poprzez dostarczanie w piątki świeżych owoców. Akcja ta ma na celu promowanie zdrowego stylu odżywiania, wskazując owoce i ich składniki odżywcze jako idealny sposób na regenerację sił po ciężkim tygodniu pracy. Genialny sposób – nieprawdaż? Samo jabłko tylko jest bogate w wodę, błonnik (pektyny), witaminy (C i B) oraz minerały takie jak: potas, magnez czy fosfor.

Czy to ma oznaczać, że pracownicy firm czy uczniowie szkół, w których owa akcja ma miejsce, są zdrowsi w weekend? Szczerze w to wątpię. Sama organizacja takiej akcji i podanie praktycznie „na tacy” zdrowej alternatywy żywieniowej nie sprawi od razu, że po nie sięgniemy. W naszym otoczeniu jest tyle niezdrowych przekąsek, że nie zawsze dostarczenie jabłek czy bananów jako dodatek do piątkowego lunchu sprawi, że z tej propozycji skorzystamy i zjemy te owoce z myślą o naszym zdrowiu i dobrym samopoczuciu. Może jednak kawa i czekoladka będzie bardziej pożądanym przez nas deserem. Mamy rozum, wolną wolę i po prostu dokonujemy wyboru. Wiedza tu na nic – bo nawet jeśli wiemy, że

Owocowe piątki



jabłko jest dla nas zdrowsze niż czekoladka – nierzadko wybierzemy czekoladkę, z postanowieniem, że przed latem po prostu pójdziemy na dietę i to nam nie zaszkodzi.

Podobna „akcja promocyjna” ma miejsce każdego dnia czy tygodnia podczas eucharystii. Mamy zorganizowane przez Pana Boga zaproszenie do spożywania Jego Ciała w Komunii Świętej. Jest to zorganizowana przez samego Pana Jezusa akcja promowania zdrowego stylu życia. Wystarczy sięgnąć po ten eliksir szczęścia, który przez Kapłana i rozdawany każdemu, kto chce z tego daru

skorzystać. Trzeba być w stanie łaski uświęcającej (czyli po prostu chcieć), podejść i najzwyczajniej ten „Najzdrowszy Owoc”, który posiada wszystkie składniki niezbędne do regeneracji sił, wziąć. Komunia Święta dostępna jest dla każdego, kto dokona tego wyboru i zechce ją przyjąć. To gwarancja zdrowia w pełnym tego słowa znaczeniu.

Wszystko co zdrowe jest dla nas dobre. „Po owocach ich poznacie” – czy to będą owocowe piątki, czy przynajmniej co niedzielę przyjmowane komunie święte – to po tych czynach właśnie rozpoznamy i doświadczymy dobra, które nas otacza! Codziennie!

30. Świątowy Dzień Życia Konsekrowanego w Elku

W Święto Ofiarowania Pańskiego, 2 lutego, w elckiej katedrze odprawiona została Msza św. koncelebrowana z okazji 30. Świątowego Dnia Życia Konsekrowanego, której przewodniczył bp Jerzy Mazur, Biskup Elcki. Uczestniczyli w niej kapłani diecezji elckiej, siostry zakonne oraz dziewczęta i wdowy konsekrowane.

W homilii bp Mazur odniósł się do uroczystości, obchodzonej tego dnia: „To dzień, w którym poprzez wiarę – wraz z Maryją i Józefem, starcem Symeonem i prorokinią Anną – uczestniczymy w tajemnicy Ofiarowania Pana Jezusa w Świątyni”. Msza św. rozpoczęła się poświęceniem świec, jako symbol dwóch tradycji – z X wieku, gdzie płomień symbolizuje Jezusa – Światłość Świata – a także polskiej, w święto Matki Bożej Gromnicznej, o czym również mówił bp Jerzy w homilii.



„Weszliśmy w procesji do kościoła, jako uczniowie misjonarze na spotkanie z Chrystusem niosąc zapalone świece. Oznacza to, że mamy stać się światłem świata, że nikt nie zapala światła i nie stawia go pod korcem. A więc Chrystus także nie zapalił naszego światła w dniu chrztu świętego, byśmy trzymali je w ukryciu,

lecz raczej byśmy oświetlali nim tych, którzy są obok nas i do których Bóg nas posyła” – dodał ordynariusz elcki.

W tym roku Dzień Życia Konsekrowanego obchodzony był po raz trzydziesty, a ustanowiony został przez św. Jana Pawła II: „Jest to wspólna okazja do podziękowania Panu Bogu za osoby życia konsekrowanego, które praktykując rady ewangeliczne, wiernie według tych rad żyją, poświęcając się Chrystusowi, który będąc dziewiczy i ubogi, przez posłuszeństwo aż do śmierci krzyżowej odkupił i uświęcił ludzi,,.

Bp Mazur odniósł się również do trwającego Kongresu Eucharystycznego Diecezji Elckiej: „To świętowanie przeżywamy w czasie trwania Kongresu Eucharystycznego w naszej diecezji elckiej. Warto zagłębić się nad słowami,

że Eucharystia jest źródłem i szczytem życia osoby konsekrowanej, że Eucharystia buduje wspólnotę zakonną. [...] Chciałbym was prosić – ubogacajcie naszą diecezję elcką waszą żarliwością eucharystyczną oraz miłością do Eucharystii, według waszych Konstytucji i Reguł”.

Po homilii odbyło się odnowienie ślubów wszystkich zebranych. Osoby życia konsekrowanego złożyły również w darach ofiarnych chleb i wino, kwiaty oraz ofiarę na rzecz rodzin diecezji elckiej.

Na zakończenie Mszy św. życzenia zebranych złożył również bp Dariusz Zaleski, który jest moderatorem wspólnot zakonnych. Po Eucharystii osoby konsekrowane udały się do elckiego WSD, aby wspólnie świętować, rozmawiać i dzielić się doświadczeniami.



Owoce Komunii Świętej

Komunia święta nie jest jedynie podniosłym momentem podczas Mszy świętej. Gdyby przyrównać Cię do nowoczesnego auta sportowego o wysokiej mocy silnika, to Komunia święta byłaby wysokooktanowym paliwem dla Twojej duszy. Czyli dodawałaby mocy, chroniła przed starymi przyzwyczajeniami i zanieczyszczeniami...

Jeśli po wyjściu z kościoła Twoje życie smakuje tak samo jałowo, to znaczy, że zapomniałeś odebrać „zamówione owoce”.

Ze Szczecina

Znana szczecińska mistyczka, Alicja Lenczewska, w swoich zapiskach często podkreślała, że Komunia święta nie jest żadnym symbolem, ale realnym s p o t k a n i e m, które ma nas „przebudować”.

W swojej drugiej książce pt. „Słowo Pouczenia” (nr zapisu 223, data: 14.09.1989 r.) znajduje się cytat: „Przyjmując Mnie w Komunii świętej, przyjmujesz Moje życie w sobie – z jego mocą, mądrością i miłością. Pozwól, aby Moja krew płynęła w twoich żyłach, a Moje myśli w twojej głowie”. – Oznacza to ni mniej ni więcej tylko tyle, że po Eucharystii powinniśmy w pewnym sensie „stawać się Chrystusami”. Rezygnując z siebie, tak naprawdę stajemy się bardziej sobą, realizując się jako Stworzenie „na wzór i podobieństwo” samego Boga.

Zatem, co powinno się zmienić po przyjęciu Komunii świętej?

1. Jezus uczy dystansu. Przyjmując Go, powinniśmy dostać odporność na tzw. „ludzkie dramaty” → zamiast wybuchnąć, gdy ktoś zajdzie nam drogę lub rzuci złośliwy komentarz, mamy w głowie te dodatkowe sekundy namysłu i możliwość wybrania spokoju. To owoc pokoju wewnętrznego. Jezus w nas jest cichy. Możemy tę Jego cichość i pokorę przejąć jako swoje.

2. Rentgen oczu duszy, czyli empatia. Praktycznym owocem jest to, że zaczynamy w ludziach dostrzegać coś więcej niż ich irytujące cechy. Widzimy zmęczenie, zagubienie czy ból. To pozbawia nas zdolności do nienawiści. – Bo rozumiejąc i widząc pewne mechanizmy działania, łatwiej nam zrozumieć sposób działania drugiego człowieka.

Z mądrością patrzymy na drugiego człowieka oczami Boga.

3. Detoksykacja. – Komunia święta usuwa duchowe pasożyty, czyli gładzi grzechy powszednie, te codzienne „trzaskanie drzwiami”, które sprawia, że jesteśmy niezdolni dla innych, a sami stajemy się mniej zatwardziali.

Działa to jak duchowy prysznic, dzięki któremu mamy więcej siły, bo powiedziec „nie”, gdy nasze stare, niszczące nawyki krzyczą „tak”, gdy odkła-

damy wciąż coś na później lub zaczynamy robić inne niszczące nas lub innych ludzi rzeczy.

4. Energia. – To najbardziej namacalny owoc. Będąc w relacji z Jezusem, mamy więcej mocy do robienia rzeczy, na które nie mamy ochoty. Mimo zmęczenia, mnóstwa wymówek, robimy, działamy.

To siła miłości ofiarnej. – Bóg daje nam Siebie w kawałku Chleba, a my mamy siły dać kawałek swojego czasu innym.

Czy łatwo Owoce Komunii zmarnować?

Oczywiście, że tak. Wystarczy nie być uważnym.

Co zrobić, by ich nie zmarnować?

Po Komunii warto być szczerym: „Jezu, ufam Tobie...” / „Jezu, Ty się tym zajmij”... / „Jezu, ogarnij moją cierpliwość do szefa/ koleżanki” / „Jezu, daj mi siłę, bym nie marudził.” ... – Konkretnie przedstawione problemy przynoszą najlepsze rezultaty.



BAŁKANY

17-24.09.2026

Pielgrzymka samolotowa

VARIUSTUR
BIURO PODRÓŻY

BIURO@VARIUSTUR.PL

55 239 43 35

WWW.VARIUSTUR.PL

Cena
od 4 190 PLN
HB / osoba
+ ok. 1 300 PLN
bilet lotniczy

Gdy Bóg przychodzi w ciemnościach...

Kiedy myślimy o nocy, przed oczami naszej wyobraźni pojawiają się zwykle ciemności. Noc spontanicznie kojarzymy z ciemnością. „Od pierwszych wersetów pierwszego rozdziału pierwszej księgi Pisma świętego spotykamy Boga... najpierw w ciemnościach. Czytamy, że: „Ziemia była bezładem i pustkowiem: ciemność była nad powierzchnią bezmiarów wód” (Rdz 1, 2), i zaraz Biblia dodaje, że „Duch Boży unosił się nad wodami”. Biblia nie przemilcza ciemności. Jest ich wiele na kartach Pisma świętego. Są nieraz wyjątkowo koszmarnie. Jednocześnie uczy nas patrzeć ponad ciemności. Uczy wpatrywać się nie w mrok, ale w Tego, który nad nim panuje. Ponad ciemnościami jest zawsze Duch Boży” (K. Wons).

W trzecim etapie trwającego w naszej diecezji Kongresu Eucharystycznego Diecezji Ełckiej, Wydział Duszpasterstwa Rodzin Ełckiej Kurii diecezjalnej we współpracy z parafią rzymskokatolicką pw. Opatrzności Bożej w Ełku organizuje wielkopostne wieczory eucharystyczne pod nazwą 4 Noce Zbawienia. Gdy Bóg przychodzi w ciemnościach...

Wielkopostne Wieczory Eucharystyczne to wieczór słuchania Słowa i adoracji Pana Jezusa w Najświętszym Sakramencie. Celem tego spotkania jest przygotowanie wierzących do Wielkiej Nocy poprzez odkrycie i zrozumienie treści 4 Nocy Zbawienia, w których Bóg się objawia, przychodzi

w ciemnościach i pozwala się poznać jako Zbawicie oraz lekcja rozeznawania przychodzącego Pana, kiedy wierzącego ogarniają ciemności. Ludzkie jest bać się tych momentów, kiedy ogarniają nas ciemności i redukują się do zera nasze religijne pewniki. Właśnie wtedy potrzebujemy umieć rozpoznać przychodzącego Zbawiciela i rozeznąć gdzie jest Bóg? Ksiądz Wons zauważa, że „Kiedy jednak nadchodzą ciemności, nie wystarczy wiara, że Bóg jest. Mogę bowiem wierzyć, że On jest, i jednocześnie zwątpić, że jest ze mną. Po co mi wierzyć w Boga, który jest, gdybym nie wierzył, że jest ze mną. W mroczne dni potrzebuję wiary prostej i bezpośredniej, która mi pomaga uwierzyć Jemu – że jest bardzo blisko, że nie wyprowadził się z mojego życia, nie zapomniał, ale idzie za mną krok w krok, zapisuje w księdze moje tułaczę życie i zbiera moje łzy do swego bukłaka (por. Ps 56, 9).

Wielkopostne Wieczory Eucharystyczne odbywać się będą w Ełku, w kościele Opatrzności Bożej (ul. Suwalska 21) w godz. 19:00 – 20:00. Rozpoczną się w środę 25 lutego, a zakończą w Wielką Środę 01 kwietnia 2026 r. Wieczory składać się będą z dwóch części: konferencji tematycznej i 30-minutowej adoracji w ciszy Najświętszego Sakramentu. Być może Eucharystii nie kojarzymy z ciemnością, ale ona zrodziła się w mroku.

Poszczególne tematy wygłoszą zaproszenia kapłani naszej diecezji.



Tematy:

- **25 lutego /środa/ CZTERY NOCE... ŚWIATŁOŚCI** głosi: ks. Michał Puczyłowski
- **4 marca /środa/ NOC STWORZENIA Bóg przychodzi w czeluściach chaosu i pustki** głosi: ks. Marek Bednarski
- **11 marca /środa/ NOC ABRAHAMA Bóg przychodzi w ciemnościach wiary** głosi: ks. Dariusz Konopko
- **18 marca /środa/ NOC WYJŚCIA Bóg przychodzi w nocy "bez wyjścia"** głosi: ks. Radosław Orchowski
- **25 marca /środa/ NOC MESJASZA Bóg zstępuje w otchłan grzechu** głosi: ks. Szymon Wysocki
- **1 kwietnia /Wielka Środa/ WIELKANOC Dzień wielkiej ciszy i światło Wielkiej Nocy** głosi: ks. Marcin Maczan

Tak zaproponowany podział głównego tematu opiera się o przekaz tradycji żydowskiej zawarty w Targumie Onkelosa, a dokładnie tekst w nim zawarty i nazwany poematem o czterech nocach. Jest on komentarzem do małego fragmentu Księgi Wyjścia, w którym czytamy: „Oto jest noc przygotowana i przeznaczona na wyzwolenie w imię Jahwe, dla wyprowadzenia synów Izraela uwolnionych z ziemi egipskiej. Cztery noce zostały opisane w Księdze wspomnień.

Pierwsza noc to była ta, podczas której Jahwe objawił się światu, aby go stworzyć - świat był pustkowiem, a ciemności okrywały powierzchnie otchłani (por. Rdz 1, 2). Słowo Boże było światłem, które oświecało. I nazwał ją – noc pierwsza.

Noc druga to była ta, podczas której Jahwe ukazał się Abrahamowi w wieku stu lat oraz jego żonie Sarze, która

miała lat dziewięćdziesiąt (Rdz 17, 17), aby się wypełniło to, co mówi Pismo: A może w wieku stu lat Abraham nie może wzbudzić potomstwa albo jego żona Sara w wieku lat dziewięćdziesięciu nie może począć dziecka? Izaak miał 37 lat, kiedy został złożony na ołtarzu, niebioso się obniżyły i zstąpiły z góry, tak że Izaak zobaczył doskonałość i oczy jego doskonałością zachwyciły się. I nazwał ją noc druga.

Noc trzecia to była ta, podczas której Jahwe ukazał się w środku nocy przeciw Egipcjanom (Wj – 35 – 12, 29; Mdr 18). Jego ramię zabijało pierworodnych Egipcjan, a Jego prawica wspierała pierworodnych z Izraela, aby wypełniły się słowa Pisma: Moim pierworodnym jest Izrael (Wj 4, 22). I nazwał ją – noc trzecia.

Noc czwarta to będzie ta, kiedy świat osiągnąwszy swój kres zostanie obalony. Żelazne jarzma zostaną połamane, a pokolenia bezbożne unicestwione. Mojżesz wyjdzie z pustyni... (luka w tekście). Ktoś pójdzie na czele stada, inny na szczycie chmury, a Jego Słowo będzie przed nimi postępować przodem i tak pójdą razem. Oto jest noc Paschy dla imienia Jahwe – noc ustanowiona i przeznaczona dla zbawienia wszystkich pokoleń Izraela” (Codex Neofiti I).

Cztery noce zawierają w sobie wszystkie noce biblijne, jakie wydarzyły się w ludzkiej historii, w historii pojedynczego człowieka. Jednak, aby je dobrze odczytać, konieczna jest wiara, ta sama, której potrzebujemy przy czytaniu Biblii. Bez wiary nie przeczytamy dobrze ani jednej stronicy Biblii i nie zrozumiemy znaczenia ciemnych nocy, jakie spotkały nas w życiu.

Pozwólmy sobie odetchnąć

Nieraz zdarza nam się wątpić w „moc” Eucharystii. Dlaczego?

Dlatego, że mamy skłonność do wiary w to, co widzialne i namacalne, a Komunia święta, po ludzku patrząc, jest zwyczajnym przyjęciem kawałka chleba do ust.

Jak więc uświadamiać sobie niezwykłą stronę Komunii świętej i to, jakie rodzi ona owoce?

Widzieć duchem, a nie oczami

Jak wielu zagadnień w naszym katolicyzmie nie da się pojąć ludzkim rozumem!

Gdybyśmy podchodzili do wiary tylko z nim, szybko byśmy odeszli zrezygnowani.

Jedną z ważnych postaw jest to, by otworzyć się na „niemożliwą” działalność Pana Boga.

Uświadamiać sobie, że jest potężniejszy niż my i może wszystko. Oczywiście nie jest to łatwe; wiara to dar od Boga, więc trzeba Go prosić o tą łaskę, natomiast dużo zależy także od naszej postawy i otwartości na Chrystusa. Gdy zaczniemy patrzeć na życie i to, czego doświadczamy oraz co się wokół nas dzieje z przekonaniem, że działa tam Bóg, zdziwimy się, jak często można doświadczyć Jego miłości.

Dlaczego Komunia święta jest tak ważna?

Myszę, że zalet Komunia święta ma mnóstwo, których nie sposób wymienić. Przede



wszystkim jest prawdziwą łącznością, autentycznym spotkaniem z Panem Bogiem. W żadnym innym wypadku nie jesteśmy w stanie być z Nim tak blisko. Ponadto, Komunia święta daje nam siłę, by być bliżej Chrystusa. Myślę, że praktykujący wierzący zgodnie potwierdzą, że inaczej czują się, tkwiąc w grzechu ciężkim, a inaczej, gdy przyjmują Pana Jezusa do serca. Obecność Boga w sercu daje ukojenie, spokój i radość.

„Moc” Eucharystii

Dlaczego ważna jest Eucharystia, w wielkim skrócie zostało to wyjaśnione, natomiast jaką skrywa w sobie moc?

Skrywa moc boskości – po prostu i aż.

„Jezus wziął chleb i odmówiwszy błogosławieństwo, połamał i dał uczniom, mówiąc: Bierzcie i jedzcie, to jest Ciało moje” (Mt 26, 26).

„Ja jestem chlebem żywym, który zstąpił z nieba. Jeśli kto spożywa ten chleb, będzie żył na wieki. Chlebem, który Ja dam, jest moje ciało za życie świata” (J 6, 51).

Jezus ustanowił Eucharystię po to, by być zawsze z nami i dla nas, byśmy mieli szansę, drogę do Nieba.

Jest wiele cudów Eucharystycznych, które potwierdzają Bożą obecność w Komunii świętej. To stanowi jej moc.

Jeśli będziemy wierzyć w to, że przyjmujemy Pana Boga, a nie zwykły kawałek chleba, damy szansę Chrystusowi na zamieszkanie w nas, w naszych sercach, a co za tym idzie – przemianę nas.

To, co niewidzialne może wzbudzać nasze wątpliwości, ale warto zaufać Bogu i Jego obecności, by osiągnąć (również nieuchwytnie ludzkim umysłem) wieczne szczęście w Niebie.

Drobne świadectwo

W moim życiu zdarzyło mi się kilka razy przyjąć Komunię świętą i czuć po niej w sobie ogromną radość. Były to naprawdę przyjemne chwile. Uważam, że dane mi było doświadczyć namiastki „mocy” Eucharystii.

Chwała Mu za to!

Rok św. Franciszka – jubileusz, który wzywa do odnowy Kościoła

Św. Franciszek z Asyżu to jeden z najbardziej rozpoznawalnych świętych Kościoła katolickiego. Jego życie zachwycało i pociągało ludzi różnych epok, kultur czy religii. Fascynuje ono również tych, którzy nie poznali jeszcze Boga. Przypominamy dziś jego postać, w związku z przypadającą 3 października 2026 r. osiemsetną rocznicą jego śmierci. Aby rocznica ta przyniosła jak najlepsze owoce duchowe, nie tylko dla duchowych synów i córek św. Franciszka, ale dla wiernych całego Kościoła świętego, papież Leon XIV ogłosił szczególny rok Jubileuszowy św. Franciszka trwający od 10.01.2026 do 10.01.2027 r., i na ten czas udzielił łaski specjalnego odpustu zupełnego.

Wyjątkowość Franciszka

„W mieście Asyżu, położonym na krańcu doliny Spoletańskiej, żył mąż imieniem Franciszek, który od pierwszej swej młodości był wychowywany przez swych rodziców w rażącej próżności świata, a długo naśladując ich mizerne życie i obyczaje, sam stał się jeszcze bardziej próżny i zuchwały”. Tak rozpoczyna swój życiorys świętego jego pierwszy biograf brat Tomasz z Celano. Czytając pierwsze zdania życiorysu, można by uznać, że to początek opowieści o lekkoduchu a nie o jednym z największych i najważniejszych świętych Kościoła.



Franciszek urodził się w roku 1181 lub 1182 jako syn bogatego kupca asyjskiego Piotra Bernardone oraz Piki. Na chrzcie świętym otrzymał imię Jan, lecz szybko zaczęto nazywać go Franciszkiem. Na jego życie składają się dwa etapy. Pierwszy to czas, kiedy wychowywany w rażącej próżności świata, poszukiwał szczęścia w ludzkiej sławie. Drugi to czas kiedy to, czego szukał, odnalazł w Bogu i w życiu wiernym ewangelii. Pierwszy etap sam określił jako czas życia w grzechu, drugi jako czas przyjęcia tego, czym obdarzył go sam Pan (por. Testament).

Radykalny sposób życia, wyrzeczenie się dóbr tego świata, dobrowolne ubóstwo, doskonałe posłuszeństwo, wierność ewangelii oraz całkowite posłuszeństwo Kościołowi szybko zaczęły przynosić

owoce. Wokół Franciszka zaczęła gromadzić się pierwsza wspólnota braci, którą przyjął on jako dar od Boga. Usłyszane w kościele św. Damiana słowa Chrystusa „Franciszku, idź i napraw mój dom, który, jak widzisz, cały ulega zniszczeniu” stały się programem jego życia. Realizacja tej misji uczyniła go wyjątkowym świętym przełomu XII i XIII wieku.

Aktualność Franciszka

Ogłoszony przez papieża Leona XIV rok św. Franciszka, to nie tylko czas przygotowania się do rocznicy osiemsetnej śmierci świętego, lecz przede wszystkim okazja do odkrycia aktualności tego wyjątkowego świętego. Duchowość Biedaczyny z Asyżu nie należy do przeszłości. Jego

sposób życia uczy nas, jak należy budować, umacniać, ale też naprawiać dom, jakim jest Kościół, szczególnie gdy ulega zniszczeniu, czy zdaje się chylić ku upadkowi.

Słyszac wezwanie do naprawy domu, Franciszek zaczął odbudowywać zniszczony kościół św. Damiana. Chociaż nie do tego został powołany, to praca przy odbudowie kościoła stanowi obraz prawdziwej troski o Kościół. Tomasz z Celano opisuje to tak: „Nie budował go od nowa, ale naprawiał stary, łątał dawny. Nie obalał fundamentów, ale na nich budował”.

Budowa Kościoła musi zawsze opierać się na fundamencie, który jest już położony, a którym jest Chrystus (por. 1 Kor 3,11). Postawa świętego z Asyżu uczy nas, byśmy nie budowali nowego Kościoła,

tylko dlatego, że obecny zdaje się popadać w ruinę. To grzech niszczy wspólnotę, a podstawą każdego grzechu jest pycha. Przeciwnością grzechu pychy jest cnota pokory. To nią kierował się Franciszek, naśladując Zbawiciela. Pokorę Biedaczyny z Asyżu widać w całkowitym posłuszeństwie Chrystusowi żywemu i obecnemu w Kościele. Nigdy nie sprzeciwiał się on woli Papieża, był posłuszny biskupom i do tego samego wzywał i zobowiązał swoich naśladowców.

Drugim ważnym elementem budowania na istniejącym już fundamencie, naprawiania starego, jest umiłowanie eucharystii i pokuty. Święty nie szukał przy tym „świętych” kapłanów. W „Żywocie naszego Ojca, błogosławionego Franciszka” czytamy: „Ponieważ w tym czasie bracia naszego Zakonu nie posiadali kapłanów, spowiadali się tak u dobrych, jak u złych kapłanów świeckich, nie rozpamiętując w nich nic złego, ale okazując im wszelką cześć i uszanowanie”. W Testamencie uzasadnił to tak: „postępuję tak, ponieważ na tym świecie nie widzę niczego wzrokiem cielesnym z Najwyższego Syna Bożego, tylko Jego Najświętsze Ciało i Najświętszą Krew, które oni przyjmują i oni tylko innym udzielają”.

Jubileuszowa łaska odpustu zupełnego

W związku z przypadającą w tym roku osiemsetną rocznicą śmierci św. Franciszka Penitencjaria Apostolska wydała specjalny dekret udzielający łaski odpustu zupełnego, w którym czytamy:

„Jego Świątobliwość Papież Leon XIV, Szafarz naszej wiary

i naszej radości, postanawia, aby od 10 stycznia 2026 roku, równocześnie z zakończeniem Jubileuszu Zwyczajnego, aż do 10 stycznia 2027 roku, został ogłoszony szczególny Rok Świętego Franciszka, w którym każdy wierny chrześcijanin - na wzór Świętego z Asyżu - stanie się wzorem świętości życia i stałym świadkiem pokoju.

Dla pełniejszego osiągnięcia zamierzonych celów Penitencjaria Apostolska, poprzez niniejszy Dekret, wydany zgodnie z wolą Najwyższego Pasterza, z okazji Roku Świętego Franciszka udziela odpustu zupełnego na zwykłych warunkach (spowiedź sakramentalna, Komunia eucharystyczna i modlitwa według intencji Ojca Świętego), który może być także ofiarowany za dusze w czyśćcu:

- członkom: Rodzin Franciszkańskich Pierwszego, Drugiego i Trzeciego Zakonu - regularnego i świeckiego, Instytutów życia konsekrowanego, Stowarzyszeń życia apostołskiego oraz publicznych lub prywatnych Stowarzyszeń wiernych, męskich i żeńskich, które zachowują Regułę św. Franciszka lub są inspirowane jego duchowością albo w jakikolwiek sposób podtrzymują jego charyzmat;

- wszystkim wiernym bez wyjątku, którzy, z sercem wolnym od przywiązania do grzechu, wezmą udział w Roku Świętego Franciszka, nawiedzając w formie pielgrzymki jakikolwiek kościół klasztorny franciszkanów lub miejsce kultu w dowolnej części świata poświęcone św. Franciszkowi bądź z nim związane z jakiegokolwiek przyczyny, i tam pobożnie uczestniczyć będą w obrzędach jubileuszowych albo spędzą odpowiedni czas

na pobożnej medytacji oraz zanosząc do Boga modlitwy, aby - na wzór św. Franciszka - w sercach rodziły się uczucia chrześcijańskiej miłości bliźniego i autentyczne pragnienia zgody i pokoju między narodami, kończąc modlitwą „Ojciec nasz”, „Wierzę w Boga” oraz wezwaniami do Najświętszej Maryi Panny, św. Franciszka z Asyżu, św. Klary i wszystkich świętych Rodziny Franciszkańskiej.

Osoby w podeszłym wieku, chorzy, ci, którzy się nimi opiekują, oraz wszyscy, którzy z poważnych powodów nie mogą opuścić domu, mogą również uzyskać odpust zupełny, pod warunkiem braku przywiązania do jakiegokolwiek grzechu i z zamiarem wypełnienia zwykłych trzech warunków tak szybko, jak to będzie możliwe, jeśli duchowo zjednoczą się z obchodami jubileuszowymi Roku św. Franciszka, ofiarując Bogu Miłosiernemu swoje modlitwy, bóle i cierpienia życia”.

W Roku Jubileuszowym szczególnym miejscem łaski jest kościół jubileuszowy. Bracia Franciszkanie, prowadzący parafię Bożego Ciała w Suwałkach (ul. 11 Listopada 6), zapraszają wiernych do jego nawiedzenia. To tutaj, w duchu modlitwy i nawrócenia, można wyprosić dar odpustu zupełnego, ofiarując go za siebie lub za zmarłych.

Zaproszenie skierowane jest zarówno do osób przybywających indywidualnie, jak

i do grup pielgrzymkowych, które pragną wspólnie modlić się, uczestniczyć w nabożeństwach ku czci św. Franciszka oraz głębiej zacerpnąć z bogactwa jego duchowości.

Dziękujemy Bogu za dar św. Franciszka, jego przykład pójścia za Jezusem, wierności Kościołowi oraz tak mocne upodobnienie się do Zbawiciela, iż nazwany został Alter Christus. Każdy ochrzczony wezwany jest, by pytać jak on: „Panie, co chcesz, abym czynił?” Poznając i wypełniając wolę Boga, budujemy wspólnotę Kościoła. Wzrost osobistej świętości naprawia to, co zniszczone jest przez grzech.

W owocnym przeżywaniu roku św. Franciszka z Asyżu, jubileuszu 800-lecia jego błogosławionej śmierci i w korzystaniu z łaski odpustu zupełnego niech pomagają nam jego słowa. Są one przestrogą przed zmarnowaniem tego szczególnego czasu. Zwracając uwagę na to, co jest podstawą świętości, przestrzegając zarazem przed pustym wspomnianiem i wychwalaniem świętych. W szóstym napomnieniu mówiącym o naśladowaniu Pana Biedaczyna pisze: „Bracia, spoglądajmy na dobrego Pasterza, który dla zbawienia swych owiec wycierpiał mękę krzyżową. Owce Pana poszły za Nim w ucisku i prześladowaniu, w upokorzeniu i głodzie, w chorobie i doświadczeniu, i we wszystkich innych trudnościach; i w zamian za to otrzymały od Pana życie wieczne. Stąd wstyd dla nas, sług Bożych, że święci dokonywali wielkich dzieł, a my chcemy otrzymać chwałę i cześć, opowiadając o nich”.

br. Konrad Paweł Kapuściński OFMConv.

Najuroczystsza chwila

Najuroczystsze momenty w życiu kojarzą nam się z hucznym weselem, awansem, czerwonym dywanem albo spektakularnym sukcesem. Często przypisujemy znaczenie tylko temu, co udało nam się osiągnąć własnymi siłami, co jest powszechnie uznawane jako ważne. Natomiast św. s. Faustyna chce zwrócić naszą uwagę na coś zupełnie innego, na to co może wydarzać się w naszym wnętrzu.

Moc z Nieba

Komunia św. u s. Faustyny to nie „nagroda za dobre sprawowanie”, ale „zestaw ratunkowy” dla kogoś, kto chce przejść przez życie, nie tracąc po drodze serca. Zamiast próbować być „silnym i niezależnym”, s. Faustyna podkreśla, by być zależnym od Boga, a wtedy stajemy się niepokonani. Jej życie udowadnia, że regularne przyjmowanie Pana Jezusa w Komunii św. zmienia strukturę naszej codzienności – z szarej i lękowej na pełną blasku i mocy. Moc Eucharystii to tarcza przeciwko negatywnym myślom, beznadziei i zniechęceniu. „Kiedy me siły poczną słabnąć, oto Komunia św. podtrzyma mnie i doda mi mocy. Naprawdę, lękam się dnia, w którym bym nie przyjęła Komunii świętej. Przedziwną moc ma dusza czerpie z Komunii św. (Dz.1826) S. Faustyna pisała, że szatan ucieka przed duszą, która jest „nasycona” Bogiem. Dla niej Komunia święta była

żywym ogniem, który ją spalał i jednocześnie regenerował. Dlatego Komunia święta nie jest tylko dla Ciebie. Dzięki niej zyskujemy moc, by uspokajać klótnie, wnosić nadzieję tam, gdzie jej nie ma i być punktem odniesienia dla zagubionych ludzi w naszym otoczeniu. W świecie, który chce nas widzieć jako zestresowanych, s. Faustyna przez Eucharystię pokazuje nam, jak być wolnymi dziećmi Boga.

Spotkanie z „Królem Królów”

„Najuroczystsza chwila w życiu moim, to chwila, w której przyjmuję Komunię świętą Ten wielki Pan, to Oblubieniec mój. Jemu śpiewają Chóry, przed Nim padają trony, przed jasnością Jego słońce gaśnie: A jednak ten wielki Pan, to Oblubieniec mój. Serce moje, wyjdź z tej głębokiej zadumy, jak Go wielbią inni, bo na to nie masz czasu, gdyż nadchodzi i już jest u twych drzwi.” (Dz. 1805).

Przyzwyczajaliśmy się do wielkich ekranów, wielkich budowli, wielkich ambicji, a Eucharystia jest szokująca w swojej prostocie. S. Faustyna rozumiała ten paradoks: Bóg, który stwarza galaktyki, staje się dostępny w kruszynie Chleba. Największe rzeczy w naszym życiu wcale nie muszą być głośne, ani wielkie. Jeśli najuroczystsza chwila naszego dnia to moment, w którym Bóg się z nami jednoczy, to pomyśl, jak wielką masz



wartość. Św. Faustyna przypomina nam, że jesteśmy żywym tabernakulum, w którym pragnie mieszkać Bóg.

Jezu przemień mnie w Siebie

„Najuroczystsza chwila” wymaga obecności. s. Faustyna nie przyjmowała Pana Jezusa w Komunii św. tak przy okazji, w pośpiechu. Dla niej był to punkt kulminacyjny, do którego przygotowywała się i którą bardzo świadomie przeżywała. Najgłębszym znaczeniem Komunii św. dla s. Faustyny była przemiana. „Kiedy przyjąłem Jezusa w Komunii św. serce moje całą mocą zawołało: Jezu, przemień mnie w drugą hostię. Chcę być żywą hostią dla Ciebie. Tyś wielki Pan, Wszemocny, Ty mi możesz tę łaskę uczynić: I odpowiedział mi Pan, że: jesteś żywą hostią, miłą Ojcu Niebieskiemu, ale rozmyślaj - czym jest hostia - ofiara, a więc...? O mój Jezu, rozumiem znaczenie hostii, rozumiem znaczenie ofiary. Pragnę być przed Majestatem Twoim żywą hostią, to jest

żywą ofiarą, która codziennie płonie na Twoją cześć.” (Dz. 1826) s. Faustyna nie chciała tylko odwiedzin Jezusa; chciała, by On przejął jej sposób myślenia, patrzenia i reagowania:

- by jej oczy patrzyły z miłosierdziem,

- by jej język nie ranił, lecz pocieszał,

- by jej ręce stawały się przedłużeniem rąk Boga.

To „przebóstwienie” praktyce oznacza, że po Komunii św. stajemy się lepszą wersją siebie – taką, która potrafi wybaczyć bezinteresownie i kochać mądrze. s. Faustyna wiedziała, że to nie dzieje się nagle, ale wymaga wysiłku i pozwolenia Bogu, by nas przemieniał. Współczesny świat zachęca do autopromocji i walki o swoje. Natomiast Komunia św. działa, jak lekarstwo na egocentryzm. Przyjmując Boga, który staje się mały i pokorny, sami zaczynamy inaczej patrzeć na siebie i ludzi.

Przygotowanie na wieczność

„Widzisz, opuściłem tron nieba, aby się z tobą połączyć. To, co widzisz, jest rąbek dopiero, a już dusza twoja omdlewa z miłości; lecz jak się serce twoje zdumieje, gdy Mnie ujrzysz w całej chwale? Lecz chcę ci powiedzieć, że to życie wiekuiste musi się już tu na ziemi zapoczątkować przez Komunię św. Każda Komunia św. czyni cię zdolniejszą do obcowania przez całą wieczność z Bogiem.” (Dz. 1810) Niebo polega na tym, że będziemy widzieć Boga „tworzącą w twarz” i będziemy do Niego podobni. S. Faustyna uważała, że ten proces musi zacząć się już tutaj na ziemi. Przyjęcie Pana Jezusa to moment, w którym Boże życie przenika do naszych komórek, by uczyć się kochać tak jak Bóg. Przygotowanie na niebo polega więc na budowaniu relacji z Bogiem, który staje się dla nas dobrze znanym Przyjacielem.

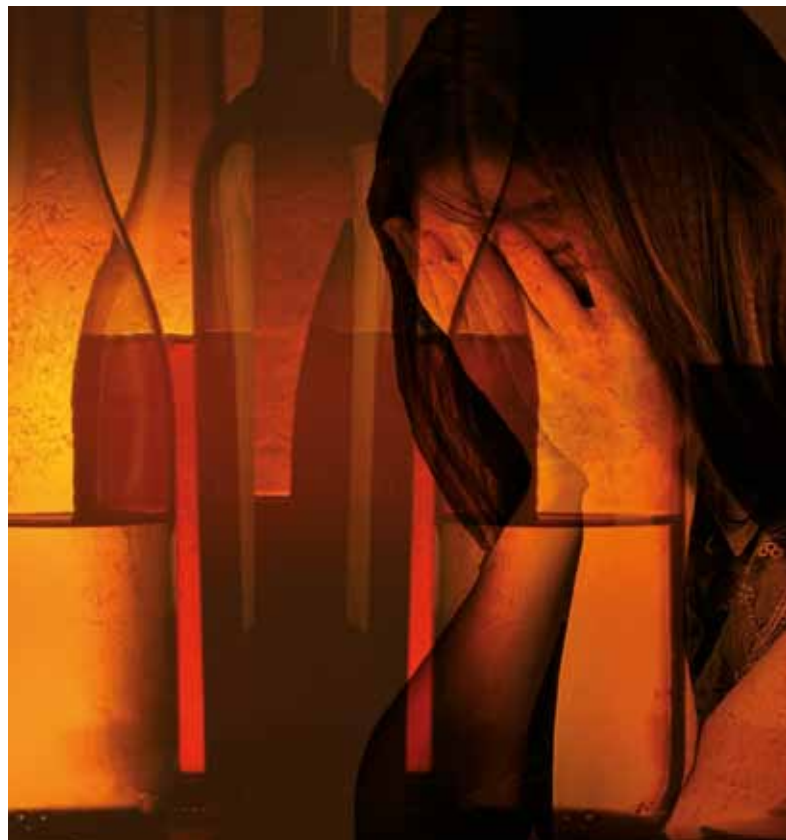
s. Faustyna była realistką. Wiedziała, że wola walki, cierpliwość i miłość to „zasoby wyczerpywalne”. Każdemu z nas nie są obce takie sytuacje: wstajemy z postanowieniem bycia miłym, a po trzech godzinach w pracy/szkole/korkach nasz „poziom miłości” drastycznie spada. s. Faustyna widziała w Komunii św. realną dostawę energii. To nie jest tylko symbol. To moment, w którym Bóg udziela nam swojej mocy pod nasze słabnące baterie. Komunia św. nie jest przeznaczona dla ludzi idealnych, ale jest Pokarmem dla tych, którzy czują, że „już nie dają rady”, którzy nie chcą ryzykować życia w oparciu tylko o własne siły, ale znając swoją kruchość, opierają się na Boskim Chlebie.

Wstydu nie doznam

Jestem żoną byłego alkoholika. Byłego, bo jest chory i nie może pić. On nie pije, a ja czuję, że to mnie ciągle rozwała. Poza tym mam poczucie, że dalej wszyscy widzą we mnie żonę pijaka. Nie wiem, jak się zachować.

Współzależnienie polega na współprzeżywaniu stanów emocjonalnych męża. Jego depresje i manie, agresję i wycofanie się nadal Pani odbiera całą sobą. Nawet jeśli ktoś jest trzeźwym alkoholikiem, to nie jest zdrowy. Bez głębokiej terapii będzie miał dalej uczucia i mentalność alkoholika. Pani natomiast - choć bez alkoholu w domu - będzie dalej funkcjonować jak osoba współzależniona.

Pierwszą rzeczą, na którą zwrócę Pani uwagę, jest nadmierne reagowanie współzależnionych na zachowanie innych. Przeważnie jest to reagowanie lękiem i niepokojem, uparte tkwienie w swoich uczuciach. Osoba współzależniona przeżywa trudne emocje, ale nie działa, nie wybiera, nie ma inicjatywy. Ona czeka, wygląda i reaguje: na to, co inni myślą, robią i czują, oraz na to, czego nie mówią, nie myślą i nie czują. Reaguje zwykle zbyt szybko, za mocno i bez dobrych rezultatów. W praktyce inni kierują życiem osoby współzależnionej. Czy się zgodzi, czy odmówi, czy coś powie, czy nie - dalej jest to tylko reakcja na kogoś, a nie własne, indywidualne życie.



Można też przypuszczać, że jest Pani zagubiona po części dlatego, że mąż przestał pić. Kiedy pił, wszystko było przewidywalne. Albo wróci trzeźwy, albo pijany. On był pijący, a więc zły, Pani cierpiąca, a więc dobra. Wszystko było prostsze.

Ważną rzeczą, jakiej wymaga Pani sytuacja, jest uniezależnienie się od opinii otoczenia. Kiedy inni odmówią Pani czegoś, nie oznacza, że jest Pani niewarta miłości albo że trzeba się zemścić. Również kiedy wydaje się, że ktoś Pani nie lubi albo powiedział coś głupiego o Pani, potrzeba zachować Boży pokój. „Spokojny Bóg uspokaja wszystko” - mówił św. Bernard. Zazwyczaj ludzie mniej o nas mówią

i mniej o nas debatują, niż nam się wydaje. Ludzie zwykle myślą o sobie. A to, co mówią, częściej wynika z humorów, niż z przemyśleń.

Warto tu modlić się Słowem Bożym, np. Iz 50,6 nn: „Podałem grzbiet mój bijącym i policzki moje rwącym Mi brodę. Nie zasłoniłem mojej twarzy przed zniewagami i opluciem. Pan Bóg Mnie wspomaga, dlatego jestem nieczuły na obelgi, dlatego uczyniłem twarz moją jak głąz i wiem, że wstydu nie doznam”. Jest Pani domem zbudowanym na skale, czyli na Bogu. Przetrwała Pani czas picia męża. Przetrwa Pani i ten trudny czas. I to coraz bardziej samodzielnie, inspirująco i twórczo.

Jubileusz 60. lat od zakończenia II Soboru Watykańskiego



W grudniu minęła 60. rocznica zakończenia II Soboru Watykańskiego. Jesteśmy uczestnikami „ciekawych czasów”. To skłania do refleksji i pytań o Kościół z perspektywy tych minionych lat w odniesieniu do Konstytucji soborowych. Na nasze pytania odpowiada ks. dr hab. Damian Wąsek, prof. UPJPII, dyrektor powołanego Centrum Badań nad Soborem Watykańskim II w Krakowie.

Jak doszło do utworzenia Centrum Badań nad Soborem Watykańskim II i czym ono się zajmuje?

Kilka lat temu zostałem zaproszony do udziału w międzynarodowym projekcie badawczym „Vatican II – Event and Mandate...”, którego celem było przygotowanie komentarza do dokumentów Soboru Watykańskiego II, uwzględniającego zarówno perspektywę poszczególnych kontynentów, jak i ujęcie całościowe. Wkrótce do zespołu dołączył także ks. prof. Marek Gilski. Jesteśmy współautorami opracowań soborowych dekretów „Optatam totius” i „Christus dominus”. Nasz udział w tym projekcie pozwolił nam spojrzeć na Sobór Watykański II z szerokiej

perspektywy i jednocześnie bardzo wyraźnie uświadomił nam, że w Polsce zarówno znajomość soboru, jak i refleksja nad jego recepcją pozostają na stosunkowo słabym poziomie. Stało się jasne, że wydarzenie to wymaga w naszym kontekście ponownego, pogłębionego odczytania – nie tylko poprzez analizę dokumentów, lecz także przez sięgnięcie do procesu ich powstawania: prac komisji przygotowawczych, schematów, votów biskupów, osobistych notatek i korespondencji ojców soborowych. Szczególnego znaczenia nabrała perspektywa Europy Środkowo-Wschodniej, gdzie recepcja soboru była silnie naznaczona doświadczeniem systemu komunistycznego. Naturalną konsekwencją tych przemysłów

było przygotowanie projektu grantowego „Kościół przestrzenią dialogu. Sobór Watykański II na nowo odczytany”, który uzyskał finansowanie ministerialne i jest w końcowej fazie realizacji. Z czasem jednak stało się jasne, że rozpoczęte w ten sposób badania domagają się trwałej, instytucjonalnej formy. Dlatego pojawiła się idea powołania Centrum Badań nad Soborem Watykańskim II – jako miejsca systematycznej refleksji naukowej, pracy źródłowej i odpowiedzialnej troski o recepcję soboru w Kościele współczesnym. Od samego początku zależało nam także na szerokiej i otwartej formule. Dlatego, powołując Centrum, stworzyliśmy Zarząd oraz Radę Naukowo-Programową, obejmującą ważnych teologów reprezentujących wszystkie istotne środowiska teologiczne w Polsce, a także kluczowych badaczy Soboru Watykańskiego II z różnych krajów świata. Taka struktura ma gwarantować pluralizm metodologiczny, wysoki poziom merytoryczny i realne włączenie polskich badań nad Soborem w międzynarodowy obieg naukowy.

Dlaczego tak trudno nam w dokumentach Soboru Watykańskiego II zobaczyć troskę biskupów o dobro Kościoła?

Nie podzielam tezy zawartej w pytaniu. Ta troska jest w dokumentach bardzo wyraźna. Jeśli ktoś jej nie widzi, to zwykle

dlatego, że czyta Sobór przez pryzmat dzisiejszych sporów, a nie w jego własnym kontekście. Wystarczy sięgnąć do *Lumen gentium* czy *Gaudium et spes*, by zobaczyć, że centrum refleksji stanowi pytanie: kim jest Kościół i jak ma wypełniać swoją misję w zmieniającym się świecie. To nie jest język rewolucji, lecz odpowiedzialności. Gdy dodatkowo sięgniemy do votów biskupów, schematów i notatek z prac soborowych – co bada Centrum Badań nad Soborem Watykańskim II – zobaczymy ogromną świadomość zagrożeń i głęboką troskę o przyszłość Kościoła. Sobór nie był zerwaniem, lecz aktem odwagi duszpasterskiej. A odwaga zawsze rodzi się z troski.

Skąd wśród niektórych osób duchownych i świeckich potrzeba zachowania tej Tradycji trydenckiej oraz tak wyraźnego sprzeciwu wobec postanowień Soboru Watykańskiego II? Jak przy tym nie dzielić Kościoła?

Historia Kościoła pokazuje, że każdy Sobór rodził napięcia. Gdy obradował Sobór Nicejski I, toczył się spór o bóstwo Chrystusa. Sobór Chalcedoński musiał odpowiedzieć na pytanie o naturę Chrystusa. Sobór Trydencki zmierzył się z reformacją. A Sobór Watykański II stanął wobec świata po dwóch wojnach, wobec ateizmu, sekularyzacji i gwałtownych przemian kulturowych. Każdy

z tych Soborów był nośnikiem Tradycji - nie przez powtarzanie form, lecz przez odważne szukanie odpowiedzi na pytania swoich czasów. Tradycja w Kościele nie jest muzeum. Jest żywym przekazem wiary. Dlatego potrzeba zachowania Tradycji trydenckiej często wynika z autentycznego pragnienia zakorzenienia, sacrum, ciągłości. Problem pojawia się wtedy, gdy jedna epoka zostaje absolutyzowana, jakby Duch Święty przestał działać później. Jak nie dzielić Kościoła? Trzeba zobaczyć całość historii. Sobory nie konkurują ze sobą. One się uzupełniają. Ten sam Kościół, który bronił dogmatów w Nicei, reformował dyscyplinę w Trydencie i otworzył się na dialog w Watykanie II, niesie tę samą wiarę. Podział rodzi się wtedy, gdy wybieramy jeden moment historii przeciw innemu. Jedność rodzi się wtedy, gdy uznajemy, że Tradycja to droga, a nie zatrzymany kadr.

Ducha w Kościele możemy dostrzec w mądrości Ojców Kościoła, którzy pomalu wprowadzali i wprowadzają zmiany, a jednak wydaje się, że świat znacznie się zmienił i wyprzedził widocznie przed 60. laty potrzeby Kościoła?

Kiedy patrzymy na Ojców Kościoła, widzimy, że zmiany w Kościele nigdy nie były gwałtowne. Dokonywały się powoli, dojrzewały w refleksji, modlitwie, sporze. Podobnie było z Soborem Watykańskim II. On nie był próbą dogonienia świata za wszelką cenę, ale próbą odpowiedzi na pytania, które świat wtedy stawiał Kościołowi. Od tamtej pory minęło 60 lat. Zmieniły się technologie, tempo życia, struktury społeczne. Ale

zasadnicze pytania pozostały te same: kim jest człowiek? gdzie jest granica wolności? czym jest prawda? jak ocalić godność osoby? Sobór nie dawał gotowych recept na każdy przyszły kryzys. On wyznaczył kierunek: powrót do źródeł, pogłębienie eklezjologii, większą odpowiedzialność świeckich, dialog zamiast izolacji. Świat mógł przyspieszyć, ale Kościół nie działa w logice przyspieszenia - działa w logice rozeznania. Dlatego nie powiedziałbym, że świat wyprzedził Sobór. Raczej powiedziałbym, że my wciąż uczymy się korzystać z narzędzi, które Sobór nam zostawił.

Które z dokumentów Soboru Watykańskiego II powinny być powszechnie znane i dlaczego?

Gdy pytamy o najważniejsze dokumenty Soboru, trzeba najpierw uświadomić sobie jedno: one nie zostały napisane w próżni ani „do wszystkich w ten sam sposób”. Jedne są bardziej skierowane do pasterzy Kościoła, inne do teologów, jeszcze inne - wprost do całego świata. Dlatego ich recepcja zależy także od tego, kim jesteśmy i za co w Kościele odpowiadamy. Jeśli jednak miałbym wskazać dokument o najbardziej uniwersalnym znaczeniu, to bez wątpienia jest nim *Gaudium et spes*. To tekst niezwykle nie tylko przez swoją treść, ale przez metodę. Sobór nie zaczyna w nim od osądu świata. Zaczyna od wsłuchania się w jego „radości i nadzieje, smutki i lęki”. Najpierw patrzy, próbuje zrozumieć, analizuje kondycję człowieka współczesnego - a dopiero potem konfrontuje ją z Ewangelią. To bardzo dojrzały, ewangeliczny sposób myślenia: rozeznanie zamiast pochopnej oceny. Ale

żeby zrozumieć Sobór w całości, warto czytać go jako spójną wizję. *Lumen gentium* odpowiada na pytanie, kim jest Kościół - nie tylko instytucją, ale Ludem Bożym. *Dei Verbum* przywraca centralne miejsce Słowu Bożemu. *Sacrosanctum Concilium* pokazuje, że liturgia nie jest dodatkiem, lecz źródłem życia Kościoła. Można powiedzieć, że te cztery konstytucje tworzą pewien fundament. A jeśli chcemy zrozumieć, jak Kościół ma być obecny w świecie - bez lęku, ale i bez utraty tożsamości - wtedy szczególnie warto wracać do *Gaudium et spes*. To dokument, który uczy stylu myślenia bardziej niż gotowych odpowiedzi.

Ksiądz z ogromną pasją mówi o Soborze Watykańskim II, co spowodowało u Księdza taki entuzjazm tym tematem?

Mój entuzjazm rodzi się z odkrycia, że Sobór pokazuje Kościół, który się nie boi. Kościół, który pozwala myśleć, który nie traktuje pytań jako zagrożenia, ale jako przestrzeń dojrzewania wiary. Kiedy czytam dokumenty Soboru, widzę wspólnotę, która ma odwagę spotykać się z Bogiem w Jego słowie, z drugim człowiekiem w jego realnych pytaniach, i ze światem - nie z poczuciem kompleksu zacołania, lecz z głęboką świadomością własnej tożsamości. Sobór nie proponuje Kościoła zamkniętego w defensywie. Pokazuje Kościół, który jest zakorzeniony w Tradycji, a jednocześnie zdolny do dialogu. Kościół, który nie ucieka od współczesności, ale potrafi ją rozeznawać w świetle Ewangelii. I to mnie fascynuje najbardziej: ta harmonia między wiernością a odwagą. Między głębią duchową a intelektualną uczci-

wością. Sobór przypomina, że wiara nie jest przeciwieństwem myślenia - jest jego pełnią.

W tym roku patrzymy na Sobór Watykański II z perspektywy nauczania już kilku papieży i 60 lat od zakończenia Soboru. Czy nadal możemy mówić o aktualności tych dokumentów soborowych? Jak wpisuje się w to synod o synodalności?

Odpowiem odważnie: jeśli ktoś dziś mówi, że Sobór się zestarzał, to najczęściej nie dlatego, że dokumenty są nieaktualne, ale dlatego, że nigdy nie zostały w pełni wprowadzone w życie. Sobór Watykański II nie był eksperymentem duszpasterskim lat 60. To było wydarzenie całego Kościoła, potwierdzone i konsekwentnie interpretowane przez kolejnych papieży - od Pawła VI, przez Jana Pawła II, Benedykta XVI, Franciszka, aż po Leona XIV. Trudno mówić o „błędzie Soboru”, skoro całe Magisterium ostatnich dekad na nim się opiera. Synod o synodalności nie jest zerwaniem z Tradycją. Jest konsekwencją wizji Kościoła jako Ludu Bożego, wyrażonej w *Lumen gentium*. To próba wzięcia na serio tego, że wszyscy ochrzczeni mają udział w misji Kościoła. To nie demokracja. To odpowiedzialność. Może więc problem nie polega na tym, że Sobór jest nieaktualny. Może problem polega na tym, że Sobór wymaga od nas większej dojrzałości a mniej nostalgii, więcej współodpowiedzialności; mniej idealizowania przeszłości, a więcej odwagi w teraźniejszości. Sobór się nie skończył. On wciąż nas sprawdza.

Dziękuję za rozmowę.

XIII Interdyscyplinarny Dzień św. Tomasza z Akwinu

W sobotę 31 stycznia 2026 r., odbyła się ogólnopolska konferencja naukowa pod hasłem: „Sobór Watykański II. Kościół – Człowiek”. Wśród zaproszonych prelegentów wystąpili: ks. dr hab. Mieczysław Różański (prof. UWM – Olsztyn); ks. dr hab. Dariusz Kurzydło (prof. UKSW – Warszawa); ks. dr hab. Marek Gilski, (prof. UPJPII – Kraków), ks. dr hab. Damian Wąsek, (prof. UPJPII – Kraków) oraz ks. dr Marcin Sieńkowski (WSD, Elk).

Symposium rozpoczęło się Mszą św. w kaplicy seminarialnej, której przewodniczył i homilię wygłosił bp Jerzy Mazur, biskup elcki. Zgromadzonych przywitał ks. kan. dr Marcin Sieńkowski, rektor elckiego seminarium. „Podczas tegorocznego sympozjum chcemy stawiać pytania, które związane są z Soborem Watykańskim II” – zauważył w słowach powitania ks. Rektor.

W homilii biskup zwrócił uwagę na słowa Jezusa z Ewangelii: „Przeprawmy się na drugą stronę.” „Te słowa można rozumieć także alegorycznie, jako wezwanie do zmiany, do przejścia, do porzucenia jednej rzeczywistości na rzecz innej. Odnosząc te słowa do czasów pontyfikatu św. Jana XXIII to możemy powiedzieć, że Kościół stał przed takim wyzwaniem. Gdyby pozostał na swojej stronie jeziora i z sentymentem konserwował przeszłość oraz twierdził że



zawsze tak było, to nigdy by nie doszło do żadnych zmian, do żadnego „aggiornamento” w Kościele” – zauważył biskup elcki.

Ks. kan. dr Marcin Sieńkowski, rektor WSD w Elku, wyjaśniając zamysł sympozjum, podkreślał, że z dokumentów Soboru Watykańskiego II widać jak odnowa Kościoła dotyczyła wielu aspektów. Przedstawiając bogactwo tematów, ksiądz Rektor szczególną uwagę zwrócił na dwa Dekrety poświęcone posłudze i formacji kapłańskiej.

Konferencję pt. „Aggiornamento Kościoła po II wojnie światowej” do uczestników skierował ks. dr hab. Mieczysław Różański. Swoje wystąpienie rozpoczął od zapewnienia, że Kościół odnawia się od samego początku. Jak

wyjaśniał, zwołanie Soboru miało być spojrzeniem na Kościół po hekatombie problemów, które powstały po II wojnie światowej. „To włoskie słowo „aggiornamento” oznacza aktualizację, unowocześnienie, odświeżenie lub dostosowanie do współczesnych potrzeb. W kontekście religijnym, początkowo używano tego określenia w odniesieniu przewidywanych zmian i rewizji Kodeksu Prawa Kanonicznego. W późniejszym czasie zostało rozszerzone również na inne aspekty” – mówił ks. prof. Różański. Prelegent przypomniał również geopolityczny kontekst zwołania Soboru Watykańskiego II.

Natomiast ks. dr hab. Dariusz Kurzydło w swoim wystąpieniu pt. „Sobór dziś. Świeccy wobec sekularyzacji

rodziny” wyjaśniał, że człowiek świecki jest osobą, żyjącą w relacjach, które ją budują lub rujnują. „Te relacje są bardzo istotne, a żeby obudzić w sobie ducha Soboru, powinniśmy czytać te dokumenty” – zachęcał prelegent.

Sympozjum zakończyło się otwartym panelem dyskusyjnym. Organizatorami tegorocznej ogólnopolskiej konferencji naukowej było Wyższe Seminarium Duchowne w Elku, Warmińsko-Mazurski Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Olsztynie Filia w Elku oraz Centrum Badań nad Soborem Watykańskim IIUPJPII. Symposium naukowe w elckim seminarium zainicjowali ks. prał. dr Andrzej Jaśko wraz z ks. dr hab. Tomaszem Kopiczko w 2013 r.



Weronika Tomaszewska
- dziennikarz, pracownik działu medialnego diecezji ełckiej

Zwiastowanie Pańskie – początek, który zmienił historię

25 marca Kościół obchodzi uroczystość Zwiastowania Najświętszej Maryi Pannie – wydarzenia cichego, ukrytego, a zarazem fundamentalnego dla dziejów zbawienia. To właśnie w Nazarecie, w spotkaniu młodej Dziewczyny z Bożym posłańcem, rozpoczęła się historia Wcielenia – tajemnica Boga, który wszedł w ludzką codzienność.

Między zwyczajnością a tajemnicą

Ewangeliczny opis Zwiastowania, przekazany przez Ewangelię według św. Łukasza, prowadzi nas do Nazaretu – miejsca niepozornego, oddalonego od religijnych i politycznych centrów ówczesnego świata. To właśnie tam Archanioł Gabriel zostaje

posłany do Maryi, by ogłosić Jej wolę Boga. Scena ta rozgrywa się w przestrzeni codzienności: w domu, pośród zwyczajnych zajęć, w rytmie życia młodej kobiety przygotowującej się do małżeństwa.

Zwiastowanie nie dokonuje się w świątyni ani w blasku publicznego wydarzenia. Bóg wybiera to, co ciche i pokorne, by objawić swój plan. W tym sensie wydarzenie to odsłania logikę działania Boga, który przychodzi nie przez spektakularne znaki, lecz przez dialog i wolną odpowiedź człowieka.

Fiat, które otwiera historię zbawienia

Centralnym momentem Zwiastowania jest odpowiedź Maryi: „Niech mi się stanie według twego słowa”. To krót-



kie „fiat” staje się początkiem nowego etapu w historii relacji Boga z człowiekiem. Zgoda Maryi nie jest jedynie aktem pobożności, lecz świadomym przyjęciem powołania, które przekracza ludzkie rozumienie.

Tradycja Kościoła wielokrotnie podkreślała, że w tej chwili dokonało się Wcielenie Słowa – Syn Boży przyjął ludzką naturę. Ojcowie Kościoła widzieli w Maryi nową Ewę, której posłuszeństwo odwraca skutki nieposłuszeństwa pierwszych rodziców. Tam, gdzie pojawiło się „nie”, teraz rozbrzmiewa „tak”, otwierające drogę odkupieniu.

Uroczystość nadziei i życia

Obchodzona 25 marca uroczystość ma również głę-

boki wymiar antropologiczny i duchowy. Przypomina o świętości ludzkiego życia od momentu poczęcia oraz o godności każdego człowieka jako nosiciela Bożego obrazu. Nieprzypadkowo tego dnia w Kościele w Polsce przeżywany jest także Dzień Świętości Życia.

Zwiastowanie ukazuje Boga, który wchodzi w historię nie poprzez siłę, lecz poprzez kruchość – przez życie, które zaczyna się w łonie Matki. To wezwanie do wrażliwości, odpowiedzialności i zaufania, że nawet w tym, co ukryte i niedostrzegalne, może rozpoznać się coś, co zmienia bieg dziejów.

Uroczystość ta pozostaje więc nie tylko wspomnieniem wydarzenia sprzed wieków, ale także zaproszeniem do osobistej odpowiedzi na Boże słowo – tu i teraz.



Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych

Pamięć o tych, którzy po zakończeniu II wojny światowej nie złożyli broni i walczyli o wolną Polskę, jest obowiązkiem każdego pokolenia. Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych przypomina nam o bohaterach, którzy pozostali niezłomni w imię prawdy i wolności.

Bohaterowie, o których nie wolno zapomnieć

Żołnierze Wyklęci, zwani również „Żołnierzami Niezłomnymi”, to mężczyźni i kobiety, którzy po 1945 roku kontynuowali walkę o niepodległość Polski. Wielu z nich to weterani Armii Krajowej, Narodowych Sił Zbrojnych czy Batalionów Chłopskich, którzy odrzucili podporządkowanie nowej, komunistycznej władzy narzuconej przez Związek Radziecki.

Ich codzienność wypełniały działania partyzanckie, ukrywanie się przed bezpieczeńką, często dramatyczne decyzje między ratowaniem własnego życia a lojalnością wobec ideałów. Mimo licznych tortur, a nieraz i śmierci, pozostali wierni przysiędze i wartościom, które wyznawali.

Wiara i moralność w cieniu represji

Nie można zapominać, że wielu Żołnierzy Wyklętych czerpało siłę z wiary. W ich działaniach obecna była głęboka świadomość duchowa –



modlitwa, sakramenty, a także moralne uzasadnienie walki o prawdę i sprawiedliwość. Dla nich patriotyzm był nierozdzielnie związany z wiarą w Boga i Kościółowi, co wyróżniało ich na tle zwykłych konfliktów politycznych.

Kościół katolicki, pomimo represji, stał się duchową podporą wielu partyzantów. Wspólnoty lokalne, księża i siostry zakonne niosły wsparcie, zarówno materialne, jak i duchowe, pomagając przetrwać lata strachu i samotności.

Dlaczego pamięć jest tak ważna

Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych, ustanowiony 1 marca, ma przypominać nie tylko o heroizmie, ale i o cenie, jaką przyszło im zapłacić. To dzień refleksji nad tym, jak wolność i niezależność nie są dane raz na zawsze, lecz wymagają odwagi, poświęcenia i czujności kolejnych pokoleń.

Pamięć o Żołnierzach Wyklętych to również zadanie edukacyjne. Przekazywanie historii młodszym pokoleniom pozwala zrozumieć złożoność powojennej Polski i dostrzec, że historia to nie tylko daty i bitwy, lecz ludzkie wybory, które kształtowały naszą tożsamość narodową i moralną.

Obchody 1 marca to więc nie tylko hołd dla przeszłości, lecz także wezwanie do refleksji nad współczesnym patriotyzmem i odpowiedzialnością za dobro wspólne. W świecie pełnym kompromisów i ułatwień, przykład Żołnierzy Wyklętych przypomina, że czasem warto trwać w prawdzie, nawet jeśli droga jest trudna i samotna.

Odwaga w cieniu zapomnienia

Nie wszyscy Żołnierze Wyklęci doczekali uznania. Wielu zginęło w ukryciu, zapomniani przez świat, który nie chciał przyjąć prawdy o ich walce. Dziś wspominając ich, odnajdujemy wzór do naśladowania: niezłomność w obronie wartości, odwagę w obliczu zagrożenia i wierność sumieniu.

Obchody 1 marca to więc nie tylko hołd dla przeszłości, lecz także wezwanie do refleksji nad współczesnym patriotyzmem i odpowiedzialnością za dobro wspólne. W świecie pełnym kompromisów i ułatwień, przykład Żołnierzy Wyklętych przypomina, że czasem warto trwać w prawdzie, nawet jeśli droga jest trudna i samotna.

Wielki Post – szkoła miłosierdzia

Wielki Post nie jest tylko kolejnym okresem w kalendarzu liturgicznym ani zbiorem pobożnych praktyk. To droga, którą Kościół podejmuje każdego roku, by uczyć się na nowo tego, co najważniejsze – miłosierdzia. W świecie napięć, pośpiechu i surowych ocen czterdzieści dni staje się czasem zachętą do formacji serca.

Spojrzenie, które rodzi miłosierdzie

Każdy Wielki Post zastaje nas w innej sytuacji życiowej. Niesiemy ze sobą doświadczenia sukcesów i porażek, trudnych relacji, nadziei i rozczarowań. Liturgia prowadzi nas ku Chrystusowi, abyśmy w Jego świetle zobaczyli własne serce. To Jego spojrzenie staje się miarą naszego nawrócenia.

Ewangelia ukazuje Jezusa, którego spojrzenie nie potępia, lecz podnosi. Nie neguje grzechu, ale nie pozwala, by był on ostatnim słowem o człowieku. „I Ja ciebie nie potępiam. Idź, a od tej chwili już nie grzesz” (J 8,11; por. J 8,1–11). Tak rodzi się miłosierdzie – z prawdy, która nie upokarza, lecz otwiera przyszłość. Wielki Post staje się czasem uczenia się takiego spojrzenia wobec najbliższych.

Miłosierdzie zaczyna się tam, gdzie przestajemy sprządać drugiego człowieka do jego potknięć. Tam, gdzie rodzi się gotowość, by dać komuś jeszcze jedną szansę. Bez tej przemiany spojrzenia nawet najbardziej surowe praktyki pozostaną zewnętrzne.

Post, który porządkuje serce

Tradycja Kościoła mówi o poście jako o drodze wolności. Ograniczenie pokarmów ma swoje znaczenie, lecz jest jedynie początkiem. Można bowiem pościć żołądkiem, a nie pościć sercem.

Prawdziwy post dotyka tego, co w nas najbardziej nieuporządkowane – ambicji, potrzeby uznania, skłonności do osądzania, niecierpliwości. To próba odzyskania wewnętrznej wolności. W ciszy i prostocie łatwiej zobaczyć, co naprawdę rządzi naszymi reakcjami.

Św. Augustyn przypominał, że grzech jest nieuporządkowaną miłością – kochaniem rzeczy mniejszych bardziej niż większych. Post pomaga przywrócić właściwy porządek miłości, aby serce znów było skierowane ku Temu, który jest źródłem wszelkiego dobra.

Wielkopostne wyrzeczenie nabiera sensu wtedy, gdy prowadzi do łagodności. Kiedy zamiast impulsywnego słowa pojawia się milczenie. Kiedy zamiast chłodu – próba zrozumienia. Taki post porządkuje serce, a wraz z nim relacje.

Post nie tylko żołądkiem

Jeśli zatrzymamy się jedynie na wymiarze zewnętrznym, łatwo przeoczyć to, co najważniejsze. Post może stać się formalnością, jeśli nie dotknie sposobu myślenia i mówienia.

Prorok Izajasz przypomina, że post miły Bogu polega na



„rozerwaniu kajdan zła”, „dzieleniu chleba z głodnym” i „przyjęciu pod dach biednych tułaczy” (Iz 58,6–7). Św. Jan Chryzostom dodawał, że nie ma pożytku z postu, jeśli język pozostaje nieopanowany, a serce zamknięte na potrzebujących. Prawdziwy post obejmuje całego człowieka – oczy, słowa, myśli i czyny.

Może więc warto podjąć post od nadmiaru słów, od ciągłego komentowania, od ironii, która rani. Post od gniewu, od pielęgnowanych urazów, od obojętności wobec cudzych problemów.

Taki post bywa trudniejszy niż rezygnacja z pokarmów, ale właśnie on najpełniej wpisuje się w logikę Ewangelii. Otwiera na solidarność z tymi, którzy cierpią niedostatek – materialny, ale też emocjonalny czy duchowy.

Konkret miłości w codzienności

Miłosierdzie nie jest wzniosłym hasłem. Ma smak codzienności. Może przybrać

formę rozmowy, której nie chcieliśmy podjąć. Może oznaczać odwiedzinę u chorego krewnego, telefon do osoby samotnej, wsparcie rodziny przeżywającej kryzys. Czasem będzie to dyskretna pomoc materialna, częściej – cierpliwa obecność.

Wielkopostne nabożeństwa, rekolekcje i sakrament pojednania prowadzą do jednego celu: przemiany serca. Owocem modlitwy ma być pojednanie, a owocem pokuty – nowy sposób bycia z innymi.

Czterdzieści dni prowadzi ku Paschalnemu światłu. Pascha oznacza przejście. Nie chodzi jedynie o dojście do poranka Zmartwychwstania. Chodzi o to, by w nas dokonało się przejście – od surowości do łagodności, od obojętności do wrażliwości, od zamknięcia do daru z siebie.

Jeśli w tym czasie ktoś dzięki nam poczuje się wysłuchany, jeśli jakaś relacja zostanie odbudowana, jeśli w naszym sercu będzie mniej gniewu, a więcej cierpliwości – wtedy Wielki Post naprawdę stanie się szkołą miłosierdzia.

Maryja – kobiecość w blasku wiary

Dzień Kobiet to nie tylko okazja do składania życzeń i wręczania kwiatów. To przede wszystkim moment, w którym warto zatrzymać się i spojrzeć na kobiecość w perspektywie głębszej niż codzienność. W tym spojrzeniu nie sposób pominąć Maryi – Kobiety, która w prostocie i pełni zawierzenia Bogu odkrywała swoją siłę, godność i piękno. Jej życie staje się inspiracją zarówno dla kobiet, by dostrzegały swoją wartość, jak i dla mężczyzn – by na nowo odkrywali rolę kobiety w rodzinie, Kościele i społeczeństwie.

Pokora, która przemienia świat

Maryja uczy nas, że prawdziwa siła nie zawsze objawia się w spektakularnych czynach czy głośnych słowach. Jej „fiat” – zgoda na Boży plan – było aktem odwagi i zaufania, który zmienił bieg historii. To pokora, która nie oznaczała bierności, lecz gotowość do przyjęcia odpowiedzialności za powierzona misję.

W dzisiejszych czasach kobieta często mierzy się z wieloma wymaganiami: zawodowymi, rodzinnymi, społecznymi. Oczekuje się od niej zaradności, siły, niezależności, a jednocześnie wrażliwości i troski. Maryja przypomina, że kobiecość nie polega na spełnianiu wszystkich oczekiwań świata, lecz na życiu w prawdzie o sobie i wierności powołaniu. Jej postawa pokazuje, że największa siła rodzi się z zaufania Bogu i świadomości własnej godności.

Matka i przewodniczka codzienności

Maryja nie jest jedynie postacią odległą, zamkniętą w kartach Ewangelii. Jest Matką, która towarzyszy człowiekowi w jego codziennych zmaganiach i radościach. Jej troska, empatia i gotowość do służby stanowią wzór dla kobiet, które każdego dnia podejmują trud budowania życia rodzinnego, zawodowego i wspólnotowego.

To od niej możemy uczyć się, jak łączyć codzienne obowiązki z głębią duchowego życia. Jak być obecną dla innych, nie tracąc przy tym swojej tożsamości. Jak w natłoku zadań i obowiązków zachować przestrzeń ciszy, w której można usłyszeć Boży głos. Maryja pokazuje, że kobiecość realizuje się nie tylko w wielkich momentach życia, ale przede wszystkim w drobnych gestach miłości i troski.

Wzór dla współczesnego świata

Patrząc na Maryję, dostrzegamy wartości, które są ponadczasowe: wrażliwość, intuicję, zdolność do budowania relacji i tworzenia wspólnoty. W świecie pełnym pośpiechu i rywalizacji kobiecość staje się przestrzenią, w której rodzi się dialog, zrozumienie i pokój.

Dla mężczyzn Maryja jest przypomnieniem, że kobieta obok nich nie jest jedynie wsparciem czy tłem codzienności. Jest partnerką, współtwórczynią życia rodzinnego i społecznego, osobą obdarzoną



godnością i powołaniem. Jej przykład zachęca do szacunku, uważności i wdzięczności wobec kobiet – matek, żon, córek, siostr i współpracownic.

Kobiecość jako dar i zadanie

Kobiecość Maryi jest darem, który wzbogaca świat. To dar obecności, empatii, zdolności do słuchania i gotowości do służby. To także odwaga w podejmowaniu decyzji i wierność wartościom, nawet w obliczu trudności.

Dzień Kobiet staje się okazją, by dostrzec piękno każdej kobiety – jej codzienną pracę, troskę o innych, wierność powołaniu i siłę, która często pozostaje niezauważona. Maryja uczy, że kobiecość nie jest

ograniczeniem ani słabością, lecz źródłem światła, miłości i mądrości.

Wdzięczność i inspiracja

Niech ten dzień będzie chwilą wdzięczności – dla kobiet za ich obecność, siłę i mądrość, a dla mężczyzn – za świadomość, jak wielką rolę odgrywają kobiety w ich życiu. Maryja przypomina, że prawdziwa wielkość kobiety tkwi w miłości, pokorze i wierności powołaniu, które Bóg każdemu z nas powierzył.

Niech jej życie inspiruje nas, byśmy każdego dnia dostrzegali wartość kobiecości w naszych domach, wspólnotach i sercach – i potrafili ją przyjmować jako dar, który przemienia świat.

80. rocznica Bitwy pod Gajrowskimi

Wniedzielę, 22 lutego, w Orłowie uczczono 80. rocznicę Bitwy pod Gajrowskimi. Centralnym punktem wydarzenia była uroczysta Msza św., której przewodniczył bp Jerzy Mazur, Biskup Ełcki. Licznie zgromadzeni uczestnicy modlili się w intencji pokoju oraz o zachowanie pamięci o Żołnierzach Wyklętych, których jedyną winą było to, że kochali Ojczyznę inną od tej, którą po II wojnie światowej rzeźbili komuniści radzieccy i polscy.

W obchodach wzięli udział przedstawiciele władz samorządowych, członkowie Związku Żołnierzy NSZ okręgu Warmińsko-Mazurskiego, licznie zgromadzone poczty sztandarowe, harcerze, goście oraz wspólnota parafialna.

Ks. Paweł Piekarczyk, proboszcz parafii pw. św. Kazimierza Królewicza w Orłowie powitał zgromadzonych na uroczystościach upamiętniających Bitwę pod Gajrowskimi. Zwrócił uwagę na konieczność odkłamywania historii, a przede wszystkim wychowywania w prawdzie kolejnych pokoleń.

W homilii ordynariusz ełcki odniósł się do Słowa Bożego: „Najważniejszą rzeczą, przesłaniem z dzisiejszej liturgii Słowa nie jest to, że szatan istnieje, ale to, że Chrystus zwyciężył szatana. Jezus uczy nas, że z szatanem nie wchodzi się w dialog, w rozmowę. Ze złem się nie polemizuje i nie negocjuje – zło się powinno radykalnie odcinać, jak uszłę

gałązki w sadzie. Wzywajmy Ducha Świętego, by przychodził z pomocą naszym słabościom, by pomagał nam odeprzeć kłamstwo i uludę diabła. Pamiętajmy, Jezus na pustyni uwolnił się od szatana, by nas uwolnić od niego. To jest radosna nowina. Szatana pokonuje się Słowem Bożym”.

Bp Jerzy podkreślił również wartość historyczną spotkania: „Miejmy świadomość, że od 2011 roku, 1 marca obchodzony jest w Polsce jako Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych. Ten dzień upamiętnia tych, którzy po II wojnie światowej z bronią w ręku przeciwstawiali się narzuconej siłą władzy komunistycznej. To nie byli „wrogowie ludu” jak ich określano w propagandzie PRL, to byli prawdziwi bohaterowie, patrioci, którzy nie poddali się złu, walczyli do końca, bo kochali Polskę, kochali wolność. Oni pragnęli Polski pięknej, suwerennej z tradycjami i wartościami. Oni mieli odwagę powiedzieć „NIE” wobec kłamstwa, przemocy i próby wyrwania polskiego ducha z serc naszych rodaków”.

Biskup Ełcki zwrócił się do zebranych: „To naszemu pokoleniu przypadł ten obowiązek, a z drugiej strony zaszczyt, by pamięć o tych bohaterach była przekazywana następnym pokoleniom. Niech śmierć tych bohaterów i pamięć o nich nas wszystkich jednoczy. Nie twórzcie różnych frakcji w upamiętnianiu, ale niech to będzie jedność w różnorodności i różnorodność w jedności”.



Bp Jerzy odniósł się również do cytowanego świadectwa Łukasza Ciepłińskiego: „Kiedy czytamy tak piękne świadectwo jakimi wartościami żyli ci Żołnierze Wyklęci i o jakie wartości walczyli to jesteśmy pełni podziwu dla nich. Oni mieli punkt odniesienia, punkt oparcia. Tym punktem oparcia była wiara w Boga, miłość do Kościoła i Ojczyzny. Dla nich słowa Bóg, Honor, Ojczyzna miały wielkie znaczenie”.

Na zakończenie ordynariusz ełcki dodał: „Pamiętajmy, bez Chrystusa nie zbudujemy przyszłości naszej Ojczyzny – szczęśliwej Ojczyzny nas wszystkich. Wszyscy powinni wiedzieć, że bez Chrystusa, nie damy szczęścia człowiekowi, bo odbieramy mu najwspanialszy w życiu punkt oparcia. Tym punktem oparcia jest wiara w Boga, który jest naszym Stworzycielem i Odkupicielem. Nie pozwólmy odebrać sobie tego punktu oparcia. Nie

pozwólmy ośmieszać wartości chrześcijańskich”.

Po Mszy św. uczestnicy w kolumnie przeszli na cmentarz pod Panteon, gdzie zostały złożone wieńce i kwiaty.

Bitwa pod Gajrowskimi była największą bitwą podziemia niepodległościowego na Warmii i Mazurach. Podczas postępu na kwaterach ok. 130 żołnierzy NZW zostało zaatakowanych przez 1,5-tysięczny oddział NKWD, KBW, UB i LWP. Jak podają źródła historyczne, w bitwie zginęło od 16 do 22 partyzantów. W parę dni po bitwie pośpiesznego pochówku dziewięciu ciał dokonała wspólnie z sąsiadem oraz bratem mieszkanka Gajrowskich, Stefania Gazda.

Organizatorami uroczystości, w porozumieniu z Diecezją Ełcką, były: parafia w Orłowie, Stowarzyszenie dla Niepodległej oraz Związek Żołnierzy Narodowych Sił Zbrojnych, Okręg Warmińsko-Mazurski.

Jak pościć, gdy wszystko wolno?

W pierwszych dniach Wielkiego Postu decyzje przychodzą łatwo. Ktoś odkłada słodycze, ktoś inny rezygnuje z alkoholu, jeszcze ktoś postanawia częściej uczestniczyć w nabożeństwach. Po dwóch tygodniach entuzjazm jednak słabnie. Nie dlatego, że post jest dziś trudniejszy niż kiedyś. Paradoksalnie — dlatego, że jest łatwiejszy.

Bo kiedyś wyrzeczenie oznaczało brak. Dziś oznacza wybór.

Nie trzeba już rezygnować z mięsa, skoro na wyciągnięcie ręki są dziesiątki innych potraw. Nie trzeba odmawiać sobie rozrywki, skoro kino, serial czy media społecznościowe są dostępne o każdej porze dnia i nocy. W świecie, w którym niemal wszystko wolno i wszystko jest dostępne, post przestaje być walką z głodem, a zaczyna być walką z przyzwyczajeniami.

Zapytaliśmy kilka osób, z czego naprawdę rezygnują w tym Wielkim Poście.

/Anna, nauczycielka w szkole podstawowej, mówi wprost:

– W zeszłym roku nie jadłam słodyczy. Wytrzymałam. Tylko że szybko zauważyłam, że w zamian zaczęłam więcej oglądać seriali. Jedno wyrzeczenie zastąpiłam inną przyjemnością.

Dlatego w tym roku jej post wygląda inaczej. Codziennie po powrocie z pracy odkłada telefon do szuflady na godzinę.



– Na początku nie wiedziałam, co ze sobą zrobić. Człowiek łapie się na tym, że ręka sama sięga po ekran. Teraz ten czas przeznaczam na rozmowę z dziećmi albo po prostu na ciszę. I to jest chyba trudniejsze niż rezygnacja z czekolady./

/Marek, kierowca autobusu, zdecydował się na coś jeszcze innego:

– Postanowiłem, że w Wielkim Poście nie będę narzekał.

Brzmi prosto, ale – jak przyznaje – już pierwszego dnia okazało się niemal niewykonalne.

– Korek, spóźnienie, ktoś zajedzie drogę... Normalnie człowiek od razu komentuje. A tu trzeba ugryźć się w język. Człowiek widzi, jak bardzo przyzwyczał się do ciągłego oceniania wszystkiego./

/Siedemnastoletnia Ola podjęła decyzję, która w jej środowisku wywołała zdziwienie:

– Usunęłam z telefonu wszystkie media społecznościowe.

Nie na stałe. Tylko na czterdzieści dni.

– Bałam się, że coś mnie ominie. Że nie będę wiedziała, co się dzieje u znajomych. Ale po kilku dniach przestało to mieć znaczenie. Mam więcej czasu na naukę, ale też na modlitwę. I w końcu nie zasypiam z telefonem w ręce./

/Magda, mama trójki dzieci, mówi, że jej wyrzeczenie ma bardzo konkretny wymiar:

– Postanowiłam, że codziennie znajdę czas tylko dla jednej osoby z mojej rodziny.

Bez gotowania w międzyczasie, bez sprzątanía, bez patrzenia w zegarek.

Jak przyznaje, to trudniejsze niż jakakolwiek dieta.

– Łatwiej jest czegoś nie zjeść, niż zatrzymać się w biegu i naprawdę kogoś wysłuchać./

Wielki Post w świecie nadmiaru nie polega już tylko na ograniczeniu jedzenia czy przyjemności. Coraz częściej oznacza rezygnację z tego, co wypełnia każdą wolną chwilę: hałasu, pośpiechu, nieustannego kontaktu z ekranem.

Może właśnie dlatego współczesny post boli inaczej. Nie odbiera nam tego, co zbędne, ale uczy dystansu do tego, co wydaje się konieczne.

A to – jak się okazuje – bywa najtrudniejszym wyrzeczeniem.

Po raz kolejny wsłuchujemy się w pasterskie słowo Ks. Jerzego Mazura, Biskupa Ełckiego, który z wielką determinacją przypomina nam, jak wielkie znaczenie i jak obfite owoce wypływają z naszego głębokiego przeżywania Kongresu Eucharystycznego. „Trwamy w ostatnim III etapie Kongresu Eucharystycznego Diecezji Ełckiej - podkreśla nasz Pasterz - Dla ludzi wierzących Eucharystia jest źródłem mocy, światła i odwagi w trudach i niepokojach, lękach i cierpieniach... Jesteśmy zaproszeni do tego, by czerpać radość z adoracji oraz wspólnotowej celebracji Eucharystii, podczas której spotykamy żywego i działającego Chrystusa oraz braci i siostry, i by stawać się wiernymi Jego świadkami...”

Trzeba zaznaczyć także, że tegoroczne przesłanie duszpasterskie „Uczniowie - misjonarze” połączone z III etapem Kongresu wpisało się na stałe w naszym suwalskim sanktuarium wielką modlitwą, istniejącej od kilku lat Wspólnoty Czcieli Ducha Świętego - Ogniska Pokutne. Nocne Czuwania, zakończone zawsze Eucharystią, gromadzą w Sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Suwałkach wspólnotę wiernych, którzy

w swoim pokutno - błagalnym czuwaniu, w sposób szczególny, podejmują także trud modlitewnej walki o ocalenie naszej umiłowanej Ojczyzny, a więc stają się „Misjonarzami - uczniami”, świadkami wiary wszędzie tam, gdzie czują się posłani... Dzięki z troską o ewangelizację w naszym suwalskim środowisku Ks. Jaroma Sykuliski, Kustosz Sanktuarium i Moderator Miasta, „przygarnął” poszukującą „stałego miejsca” - Wspólnotę Ognisk Pokutnych i od kilku lat w każdy czwarty piątek miesiąca trwają noce Czuwania. Warto przypomnieć, że... Wspólnota Czcieli Ducha Świętego - Ogniska Pokutne, założone przez s. Marię od Ducha Świętego, karmelitanek istnieją w Polsce od 1967 r. Ogniska Pokutne to wspólnota duchowa, żyjąca w świecie, w swoich rodzinach, poświęcona Bogu Duchowi Świętemu przez złożenie Ślubów Wieczystych Miłości, Wierności i Posłuszeństwa. Realizują one orędzie Matki Bożej w Fatimie, czynicie pokutę, odmawiajcie różaniec, natomiast formacja duchowa opiera się na Ośmiu Błogosławieństwach.

Nazwa Ogniska Pokutne oznacza, że w sercu każdego członka wspólnoty ma płonąć



Ogień Święty dany z Najświętszego Serca Jezusowego - Ogień Bożej Miłości. Pokuta zaś oczyszcza, uczy cnoty pokory. Bóg nie wymaga od nas nadzwyczajnych umartwień. On chce, byśmy pokornie, z miłością i z wdzięcznością przyjmowali to, co na nas dopuszcza. Wszystko, co przeszkadza, co boli, co powoduje cierpienie fizyczne, duchowe, codzienne trudności przyjmować w duchu pokuty. Pokuta jest miłością i miłosierdziem. Przez czynienie pokuty wypraszamy miłosierdzie Boże dla całego świata.

Powołanie do służby Bożej w świecie jako Ogniska Pokutne, to wezwanie do współpracy z Duchem Świętym, Matką Bożą przez modlitwę, pokutę, ekspiację. Wspólnota ofiarowała się jako pomoc Kościołowi Chrystusowemu. Ogniska Pokutne zobowiązały się do wynagradzania Panu Bogu za grzechy ciężkie takie jak: dzieciobójstwo, pijaństwo, narkomania, grzechy nieczyste przeciw naturze.

Będąc świadomi zagrożeń, jakie są w świecie, w Ojczyźnie naszej, podejmujemy nocne czuwanie w duchu wyna-

grodzenia za grzechy nasze i całego świata w każdy 4-ty piątek m-ca od godz. 21.00 - 24.00. W czasie czuwania rozważamy stacje Drogi Krzyżowej, modlimy się różańcem świętym, adorujemy Pana Jezusa, a o godz. 24.00 uczestniczymy we Mszy świętej w intencji Ojczyzny za wstawiennictwem św. Andrzeja Boboli i dusz czyścicowych.

Dzień 13-ty każdego miesiąca jest dniem modlitewnego czuwania Fatimskiego od godz. 18.00 do godz. 21.00; modlimy się nieustannie we wszystkich ważnych intencjach Ojczyzny i świata.

Należy zaznaczyć, że Wspólnota Ognisk Pokutnych jest wspólnotą otwartą, do której przyłączyć może każdy ochrzczony. Do podjęcia przez świeckich katolików, takich właśnie możliwości ewangelizacyjnych zachęca nas Biskup Ełcki: „Dlatego pragnę powiedzieć z mocą: święty laikat to przyszłość Kościoła. Niech ożywia się w was świadomość, że z chrztu świętego jesteście uczniami misjonarzami, że jesteście powołani do świętości i do ewangelizacji, do dzielenia się wiarą...”



ks. Dariusz Kruczyński, ks. Ryszard Sawicki

Przez Baranka Wielkanocnego ku dziełom miłosierdzia

PWraz z rozpoczęciem Wielkiego Postu wchodzimy w szczególny czas nawrócenia, modlitwy oraz bardziej intensywnego podejmowania dzieł miłosierdzia i jałmużny. W duchu tej wielkopostnej wrażliwości diecezjalna Caritas, jak co roku, zaprasza wiernych do włączenia się w Wielkanocne Dzieło Caritas poprzez nabycie Baranków Wielkanocnych.

Baranek z białej czekolady jest symboliczną cegiełką wspierającą budowę Domu Pomocy Społecznej w Augustowie. Powstająca placówka

ma służyć osobom starszym, które potrzebują stałej opieki, wsparcia i poczucia bezpieczeństwa. W obliczu postępującego starzenia się społeczeństwa troska o seniorów staje się jednym z ważnych zadań wspólnoty Kościoła.

Zachęcamy do włączenia się w to dzieło miłosierdzia. Niech wielkopostna jałmużna stanie się konkretnym znakiem solidarności z osobami w podeszłym wieku. Dziękujemy za każdą modlitwę i wsparcie. Niech Pan Bóg hojnie wynagradza wszystkim zaangażowanym w to piękne dzieło.



Jolanta Kamińska

Bal karnawałowy i Tłusty Czwartek w Przedszkolu „Pod Wesołą Chmurką”

Okres karnawału świętujemy wyjątkowo – organizując bal połączony z obchodami Tłustego Czwartku. To jedno z najbardziej wyczekiwanych wydarzeń w naszym kalendarzu.

Tego dnia sale wypełniają się kolorami, muzyką i radością dzieci. Przedszkolaki przychodzą w barwnych przebraniach, a na uczestników czekają zabawy ruchowe, konkursy i wspólne tańce sprzyjające integracji. Nieodłącznym elementem świętowania są także trady-



cyjne słodkości, zwłaszcza pączki. Bal to doskonała okazja do wspólnej zabawy oraz poznawania i kultywowania polskich tradycji.

Serdecznie zapraszamy rodziców i dzieci do dołączenia do społeczności Przedszkola „Pod Wesołą Chmurką” w Giżycku. Rekrutacja na

rok szkolny 2026/2027 rozpoczyna się w marcu 2026 r. Szczegółowe informacje można uzyskać w przedszkolu lub pod nr tel. 506 807 724.

Urszula Sawicka, ks. Ryszard Sawicki

Rozpoczęcie realizacji Podprogramu 2025 – Pomoc Żywnościowa

Caritas Diecezji Ełckiej oraz Parafialne Zespoły Caritas przyjmują skierowania do programu żywnościowego „Fundusze Europejskie na Pomoc Żywnościową” współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus – Podprogram 2025.

Ruszyły pierwsze transporty żywności w ramach programu. Parafialne Zespoły Caritas będą sukcesywnie odbierały produkty. Terminy odbiorów uzależnione są również od dostaw realizowanych do magazynu centralnego. Caritas Diecezji Ełckiej współpracuje z ponad 70 Parafialnymi Zespołami Caritas, dlatego – uwzględniając warunki organizacyjne – dostawy oraz wydawanie żywności będą realizowane stopniowo.

Z pomocy żywnościowej w ramach Podprogramu 2025 mogą skorzystać osoby i rodziny znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej, których dochód nie przekracza 2676,50 zł w przypadku osoby samotnie gospodarującej oraz 2180,95 zł na osobę w rodzinie.

Osoby spełniające powyższe kryterium dochodowe powinny zgłosić się do Ośrodka Pomocy Społecznej właściwego dla miejsca zamieszkania po skierowanie, a następnie przekazać je do najbliższej placówki zajmującej się dystrybucją żywności. Osoby, które złożyły skierowania w wybranych punktach odbioru, będą indywidualnie informowane o terminach wydawania żywności.



Fundusze Europejskie

Fundusze Europejskie na Pomoc Żywnościową 2021-2027

w okresie od stycznia 2026 do września 2026

Kto może otrzymać pomoc żywnościową?

Z pomocy żywnościowej w ramach Podprogramu 2025 mogą skorzystać osoby i rodziny znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej, których dochód nie przekracza 265% kryterium dochodowego, tj.

- **2 676,50 zł** dla osoby samotnie gospodarującej,
- **2 180,95 zł** na osobę w rodzinie.

Pomoc wydawana jest na podstawie:

- Skierowania stanowiącego załącznik nr 5/5a do Wytycznych IZ (wydaje OPS właściwy dla miejsca zamieszkania)
- Listy osób zakwalifikowanych załącznik nr 2 wraz z załącznikami nr 7 (wydaje OPS właściwy dla miejsca zamieszkania)
- Kwalifikacji osoby w kryzysie bezdomności na podstawie załącznika nr 6 do Wytycznych IZ (kwalifikuje OPR/ OPL)

ARTYKUŁ SPOŻYWCZY	LICZBA OPAKOWAŃ W ZESTAWIE ROCZNYM / OSOBĘ
GROSZEK ZIEŁONY	2
FASOLA BIAŁA	2
PASSATA POMIDOROWA	4
DŻEM TRUSKAWKOWY	4
SOK JABŁKOWY	3
SOS WARZYWNY SŁODKO-KWAŚNY	2
MAKARON 4 JAJECZNY WSTAŹKI	7
MAŚLA PSZENNIA	4
KASZA GRZYCZANA	3
PLATKI OWSIANE	2
HERBATNIA MAŚLANA	4
KAWA ZBOŻOWA RZEPUSZCZALNA	2

ARTYKUŁ SPOŻYWCZY	LICZBA OPAKOWAŃ W ZESTAWIE ROCZNYM / OSOBĘ
MLEKO UHT	8
SER PODPUŁCZKOWY DOJRZEWAJĄCY	4
SZYŃKA WIEPRZOWA	4
SZYŃKA DROBOWA	5
GULASZ ANGIELSKI	4
KIEŁBASA PODSUSZANA	3
FILETY Z MAKRELI W SOSIE POMIDOROWYM	4
CUKIER BIAŁY	4
MIÓD NEKTAROWY WIELOKMATOWY	2
OLEJ RZEPAKOWY	4
FASOLKA PO BRETOŃSKU	6
KŁOSIKI WIEPRZOWE W SOSIE KOPIERKOWYM	4

ŁĄCZNA ILOŚĆ ARTYKUŁÓW SPOŻYWCZYCH 91

Jednorazowa paczka zawiera minimum trzy różne produkty. Żywność dystrybuowana w ramach realizacji Podprogramu jest wydawana **nieodpłatnie**. Zestaw roczny artykułów spożywczych może być uzupełniany o żywność pozyskaną z darowizn.

Zapytaj o działania towarzyszące!
Przewodnimy działania na rzecz włączenia społecznego osób zakwalifikowanych do udziału w Podprogramie 2025

Małgorzata Woškowiak, ks. Ryszard Sawicki

1,5% podatku – gest, który staje się konkretną pomocą

Pośród nas żyją osoby, które bez wsparcia innych nie są w stanie samodzielnie funkcjonować – osoby z niepełnosprawnościami, ludzie starsi, przewlekle chorzy. Ich codzienność wymaga nie tylko profesjonalnej opieki, ale także cierpliwości, życzliwości i serca.

Stowarzyszenie Pomocy Humanitarnej im. św. Łazarza w Ełku od ponad dwóch dekad niesie taką właśnie pomoc. Świadczymy specjalistyczne usługi opiekuńcze, asystencje i pielęgniarstwo, obejmując wsparciem ponad 3000 osób. Nasza działalność to odpowiedź na realne potrzeby rodzin, które często stają wobec trudnego wyzwania opieki nad bliskimi.

Przekazanie 1,5% podatku nic nie kosztuje, a może znacząco wesprzeć rozwój pro-

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

**Stowarzyszenie
Pomocy Humanitarnej
im. Św. Łazarza w Ełku**

Za każdą pomoc serdecznie dziękujemy!

fesjonalnej i pełnej empatii opieki. Dzięki temu możemy jeszcze skuteczniej docierać tam, gdzie pomoc jest naj-

bardziej potrzebna. Zachęcamy do przekazania 1,5% podatku na rzecz Stowarzyszenia Pomocy Humanitarnej

im. św. Łazarza w Ełku (KRS 0000136508). Dziękujemy za każdy gest solidarności i miłosierdzia.

Weronika Tomaszewska

Świątowy Dzień Chorego w DPS „Misericordia” w Ełku

9 lutego, na dwa dni przed Świątowym Dniem Chorego, bp Dariusz Zalewski, biskup pomocniczy diecezji ełckiej, odwiedził mieszkańców i podopiecznym Domu Pomocy Społecznej Misericordia w Ełku.

Podczas Mszy św. bp Zalewski wygłosił do zgromadzonych homilię, w której mówił:

„Choroba często przychodzi niespodziewanie. Zabiera siły, niezależność, czasem radość życia. Pojawiają się pytania: dlaczego? po co? ile jeszcze? I bardzo dobrze, że te pytania się rodzą. Bóg się ich nie boi. On je zna.”

Bp Dariusz zwracał się bezpośrednio do chorych, odwołując się również do Słowa

Bożego: „Kochani, wielu z was mieszka tutaj, w Domu Pomocy Społecznej. To jest wasze miejsce codziennego życia. I właśnie tutaj Jezus dziś przychodzi. Tak, jak wtedy w Ewangelii. Nie trzeba jechać daleko, nie trzeba być zdrowym, nie trzeba wiele mówić. Wystarczy być. Wystarczy pozwolić Mu być blisko. Jezus

sam stał się chorym i cierpiącym – na krzyżu. Zna ból, lęk, samotność. Dlatego może być tak blisko każdego, kto dziś cierpi. Nikt z was nie jest Mu obojętny”.

Biskup pomocniczy diecezji ełckiej dodał: „W Dniu Chorego Kościół przypomina nam jedną bardzo ważną prawdę: choroba nie odbiera godności.

Starość nie odbiera wartości. Słabość nie oddziela nas od Boga. Wręcz przeciwnie – Jezus jest szczególnie blisko tych, którzy są słabi. On wie, jak to jest cierpieć. Sam przeszedł drogę krzyża”.

Na zakończenie bp Zalewski złożył podopiecznym DPS życzenia: „Na koniec chcę wam powiedzieć jedno, bardzo prosto: Jezus jest dziś tutaj. Przechodzi między łózkami, wózkami, pokojami. I każdy z was jest dla Niego kimś ważnym. Niech ten Dzień Chorego będzie dniem nadziei. Niech Jezus was umacnia, pociesza i błogosławi, a Maryja,

Uzdrowienie Chorych, otacza was swoją opieką”.

Po homilii nadszedł moment udzielenia zebrany sakramentu namaszczenia chorych, którzy na zakończenie Mszy św. złożyli na ręce bp. Dariusza Zalewskiego upominek w imieniu wszystkich podopiecznych.

Po zakończonej Eucharystii biskup pomocniczy diecezji ełckiej udał się do chorych, mieszkańców DPS Misericordia, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogli uczestniczyć w Mszy św.

Caritas Diecezji Ełckiej, który prowadzi dwa Domy



Pomocy Społecznej w diecezji ełckiej, nieustannie podejmuje działania, aby osoby chore

i starsze doświadczały wsparcia, szacunku oraz życzliwej obecności drugiego człowieka.

Agnieszka Iwanowska

Czas podarowany sobie nawzajem

Walentynki często kojarzą się z komercją, pośpiechem i jednorazowymi gestami. My postanowiliśmy przeżyć je inaczej – jako czas budowania relacji, radości i wdzięczności. Tegoroczne świętowanie w Warsztatach Terapii Zajęciowej w Gołdapi trwało trzy dni i stało się doświadczeniem, które zostanie z nami na długo.

Zaczęliśmy od dyskoteki. Karnawał stał się dobrą okazją do ruchu, radości i przełamania codziennej rutyny. Taniec szybko zamienił się w przestrzeń integracji – zniknęły dystanse, pojawił się śmiech i lekkość bycia razem.

Drugiego dnia przygotowaliśmy „słodką walentynkę”. Od lat staramy się żyć bardziej ekologicznie, dlatego zamiast kolejnych papierowych drobiazgów wybraliśmy coś, co można stworzyć i podarować. Każdy



otrzymał trzy duże ciasteczka w kształcie serca i kolorowe pisaki do dekoracji. Powstały serduszka, kwiaty, imiona i wzory – a w ich tworzenie z zaangażowaniem włączyli się wszyscy.

Trzeciego dnia nadszedł czas obdarowywania. Nie brakowało wzruszeń i uśmiechów. Nawet oczekujące deserki z czerwoną galaretką nie skróciły tej chwili – tak ważne było spotkanie i wymiana życzliwości.

Ktoś mógłby uznać to za trzy dni „bezproduktywne”. My widzimy w nich inwestycję w człowieka. Bo czas poświęcony relacjom nigdy nie jest czasem straconym.

40 kroków do Wielkanocy – czyli postna wyprawa Antka

Antek bardzo nie lubił marca. W marcu wszystko było jakieś takie... szare. Śnieg już zniknął, ale wiosny jeszcze nie było widać. Drzewa stały nagie, trawa była mokra, a na podwórku zamiast śniegu pojawiała się błoto.

– Babciu, dlaczego Wielki Post jest właśnie teraz? – zapytał pewnego dnia. – Przecież to najsmutniejszy czas w roku.

Babcia uśmiechnęła się i wyjęła z szuflady małe, okrągłe pudełko. W środku znajdował się kompas.

– To nie jest zwykły kompas – powiedziała. – On nie pokazuje północy. Pokazuje

drogę do dobra.

Antek spojrzał podejrzliwie.

– Jak to?

– Wielki Post to czas wędrówki do Wielkanocy. A każda dobra rzecz, którą zrobisz, to jeden krok bliżej spotkania z Panem Jezusem.

+ WIELKI POST +



POST



MODLITWA



JAŁMUŻNA

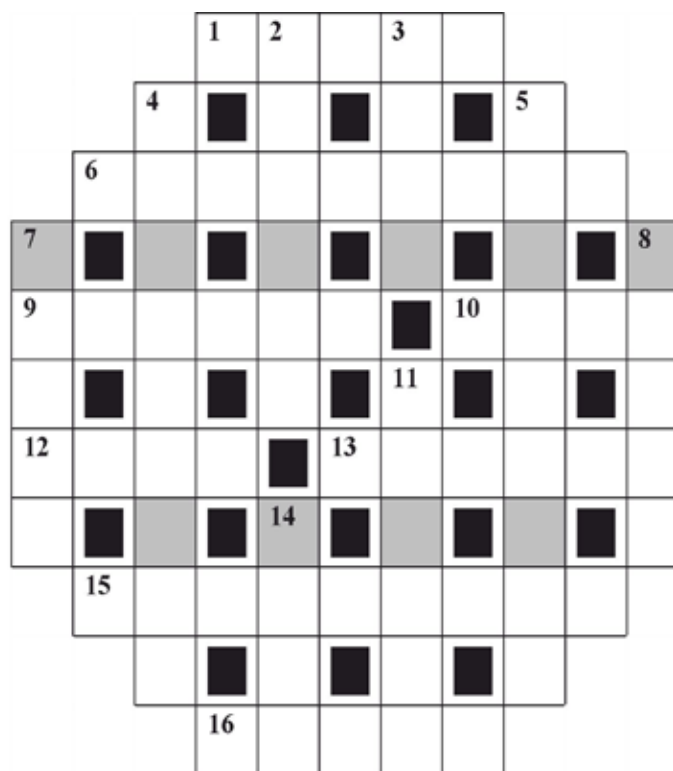
Od tego dnia Antek postanowił codziennie zrobić coś dobrego. Pomógł мамie sprzątać po obiedzie. Pożyczył koleżce kredki, chociaż sam bardzo je lubił. Nie odpowiedział złością, kiedy młodszy brat zniszczył jego rysunek.

I wiecie co? Im więcej robił dobrych rzeczy, tym bardziej czuł, że jego serce staje się... lżejsze.

– Babciu – powiedział po kilku dniach – chyba zrobiłem już kilka kroków do Wielkanocy!

Babcia tylko mrugnęła okiem.

KRZYŻÓWKA



Znaczenie wyrazów wpisujemy poziomo i pionowo zgodnie z numeracją. Litery w kolorowych polach (czytane poziomo) dadzą rozwiązanie.

POZIOMO:

- 1) miasto, z którego pochodził św. Tomasz;
- 6) godność biskupia, skojarz z apostołami;
- 9) wydawana w kasie;
- 10) narodowość św. Łukasza lub św. Pawła;
- 12) siedzi na nim biskup w czasie mszy św.;
- 13) biblijny siłacz;
- 15) noszony w procesji nad księdzem z monstrancją;
- 16) stoi na ołtarzu obok kielich w czasie mszy św.;

PIONOWO:

- 2) pudełko na taśmę filmową;
- 3) uwielbiany aktor lub piosenkarz;
- 4) wszyscy biskupi np. Polski;
- 5) w niej ksiądz przygotowuje się do mszy św.;
- 7) carskie ... w cerkwi;
- 8) obraz wyznawców prawosławia;
- 11) Święto Zmartwychwstania Pańskiego;
- 14) żona jego Penelopa, a syn Telemach.

HASŁO:

Prawidłowe rozwiązania prosimy przysyłać do 20 marca wraz z podaniem wieku. Poprawna odpowiedź z poprzedniego numeru, to: GROMNICE. Nagrody wylosowała: Hania Borkowska (Mazurów). Gratulujemy!

Sałatka z gotowaną rybą i ryżem

Składniki:

- 300-400 g filetów z białej ryby (np. dorsz, mintaj)
- 100 g ryżu (długozłazisty lub basmati)
- 3-4 ogórki konserwowe
- 1 czerwona papryka
- 1 cebula (biała lub czerwona)
- 1/2 pęczka natki pietruszki i koperku
- majonez (ok. 3-4 łyżki) lub jogurt grecki
- sól, pieprz, sok z cytryny do smaku
- opcjonalnie: kilka zielonych oliwek

Przygotowanie:

Rybę opłucz, osusz, posyp solą i pieprzem. Gotuj w osolonej wodzie (ok. 10 minut) lub na parze. Po wystygnięciu rozdrobnij na mniejsze kawałki, usuwając ewentualne ości. Ugotuj ryż na sypko według instrukcji na opakowaniu, ostudź. Paprykę, ogórki



i cebulę pokrój w kostkę. Pietruszkę drobno posiekaj. W dużej misce wymieszaj rybę, ryż, warzywa, oliwki (jeśli używasz). Wymieszaj majonez (lub jogurt) z koperkiem i sokiem z cytryny. Dopraw do smaku solą i pieprzem. Dodaj do sałatki i wymieszaj. Sałatka smakuje najlepiej, gdy schłodzi się w lodówce. Według uznania można dodać pomidor, jajko ugotowane na twardo, doprawić jeszcze łyżeczką musztardy.

oprac. Andrzej Mariusz Pereszczako

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

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

W kolorowe pola wpisujemy słowa związane z osobą na zdjęciu. Litery w prawym dolnym rogu (1 – 23), dadzą rozwiązanie.

POZIOMO:

- 1) zgodność, odpowiedniość;
- 8) tytuł naukowy osoby ze zdjęcia;
- 9) noś go nawet przy pogodzie;
- 10) ... Bardot, francuska aktorka;
- 11) lustro pokazujące całą osobę;
- 12) barwi jajka na stół wielkanocny;
- 13) izraelska agencja wywiadowcza;
- 15) rozwiązał zagadkę Sfinksa;
- 17) iluzja sztuki, zwłaszcza teatru (anagram: a etap);
- 19) zbierane przez ministrantów w czasie mszy św.;
- 21) ozdabiają książeczki dla dzieci;
- 25) w butelkach lub kartonikach;
- 26) modlitwa brewiarzowa odmawiana przez osobę ze zdjęcia;
- 27) symbol godności metropolity warszawskiego jaki otrzymała osoba ze zdjęcia ;
- 28) teren wyższy od niziny;
- 29) funkcja osoby ze zdjęcia w archidiecezji katowickiej w latach 2021 – 2023;

PIONOWO:

- 1) wychłodzenie organizmu;
- 2) marka popularnego auta niemieckiego;
- 3) miesiąc, w którym papież Franciszek mianował osobę ze zdjęcia na metropolitę warszawskiego;
- 4) nazwisko osoby ze zdjęcia;
- 5) imię osoby z zdjęcia;
- 6) rzecz o równej wartości do wymiany;
- 7) numery osób zapisanych w telefonie;
- 14) środek do odkażania ciała;
- 16) prototyp, np. maszyny;
- 18) przynależność zakonna osoby ze zdjęcia;
- 20) starorzyski wodociąg;
- 22) roślina siana na olej;
- 23) wkłada w ziemie na głowę;
- 24) aktorski image.

Prawidłowe rozwiązania prosimy przysyłać do 20 marca. Poprawna odpowiedź z poprzedniego numeru, to: NAJMILSZA LUDZIOM NADZIEJA. Nagrody wylosowali: Urszula Białogrzywa (Mikołajki) oraz Jan Sowul (Wobały). Gratulujemy!

STATIO KONGRESU EUCHARYSTYCZNEGO

Zwienczenie Kongresu Eucharystycznego nastąpi
w poniższych datach - w sobotę w rejonach,
a w niedzielę w każdej parafii:

18 -19 kwietnia – w Sejnach i Augustowie;

25 – 26 kwietnia - w Giżycku;

2 - 3 maja - w Olecku;

9 – 10 maja - w Piszcu;

16 -17 maja - w Suwałkach;

24 maja (niedziela) - w Studzienicznej;

30 -31 maja - w Ełku.

**23 maja (sobota) – Studzieniczna –
STATIO Kongresowe Dzieci**

**28 maja (czwartek) – Ełk –
STATIO Kongresowe młodzieży**

**W Uroczystość Najświętszego Ciała i Krwi
Chrystusa - 4 czerwca 2026r. (czwartek), w Ełku,
nastąpi zakończenie Kongresu Eucharystycznego
Diecezji Ełckiej**

