



KWARTALNIK  
FUNDACJI FIDELITAS



# DZWON WIERNOŚCI

LIŚTOPAD 2024

NR 9

## Słowo wstępne



Drogi czytelniku!

Oto kolejny numer „Dzwonu wierności”.

Minęły już dwa lata naszego bycia z Wami.

Tym razem wspólnie pochylimy się nad korzeniami i nad budzeniem nadziei u siebie i innych.

Będziemy się zastanawiać, czym jest towarzyszenie duchowe.

Poznamy propozycję Świeckiego Instytutu Pań Szensztatu.

Zawarliśmy też kilka refleksji dotyczących współczesnych zmagających w codziennym życiu oraz postanowień noworocznych.

I jak zwykle kropelki poezji pomagające spojrzeć nam w odpowiednim kierunku, ku Chrystusowi.

Życzymy owocnej lektury oraz ciekawych planów na Nowy Rok.

*Piotr Andrzejkowicz*

*Prezes Fundacji Fidelitas*

Gdańsk, 16 listopada 2024 roku

## Kazanie z Mszy św. kończącej Konferencję Delegatów - Triduum 22.09. 2024

Kochana Rodzino Szensztacka!

### **Bóg podtrzymuje całe moje życie.**

To słowa Psalmu 54 – żarliwej modlitwy o wybawienie z ludzkiej ręki w obliczu konfliktu i sporu. Żałosny lament i zagorzałe błaganie o pomoc przeradza się w drugiej części utworu w pewność zbawienia i poczucie bezpieczeństwa. To przecież obraz naszego życia - nieraz pełnego upadków i upokorzeń, a zaraz wzlotów i radosnego wytchnienia. Typowa prawda o nas. Żyjemy jednak w Przymierzu i wiemy, że Chrystus oddał za nas życie na krzyżu – swoją mękę zapowiada dziś w Ewangelii – i że to On jest wypełnieniem Przymierza. W Eucharystii świętujemy tę prawdę: Chrystus podtrzymuje całe nasze życie.

Drugi ciekawy element tego psalmu to fakt, że śpiewający nie chce sam mścić się na wrogach, ale pozostawia pomstę Bogu. Wie, że to nie on jest sędzią, ale tylko Bóg.

To właśnie Bóg podtrzymuje całe nasze życie. Ta prawda dziś dodaje nam otuchy. Bóg nas z tym słowem posyła w świat – do naszych domów, wspólnot i parafii.

Przeżyliśmy tu piękne i intensywne chwile. Obfitą miarą nabraliśmy w zanadrza i wiedzy, i inspiracji. Nabraliśmy ducha i teraz mamy wyruszyć w drogę – jako **pielgrzymi nadziei**. Takie jest hasło nadchodzącego Roku Jubileuszowego 2025, który już 24 grudnia zostanie otwarty przez papieża. Dla Ruchu Szensztackiego to też rok jubileuszowy 75-lecia Apostolatu Pielgrzymującej Matki Bożej z Szensztatu.

Jednym z największych wyzwań dla Ruchu Szentsztackiego w Polsce, ale też całego społeczeństwa w naszej Ojczyźnie jest sprawa jedności, zgody i pojednania. Trawią nas wyolbrzymiane różnice polityczne, rozbieżne poglądy na Kościół, lęk przed inaczej myślącymi oraz nieumiejętność szczerzej rozmowy. Chciałbym wytuścić słowo skierowane do naszego Ruchu przez Arcybiskupa Adriana Galbasa, naszego Protektora. Chodzi o fragmenty, gdy Arcybiskup mówi o synodalności:

„Praktyka synodalności nie jest niczym trudnym, gdy zrozumie się jej istotę. Ona się wydarza poprzez proste międzyludzkie relacje: otwarcie, słuchanie, dialog, szczerść, przejrzyść.”

„Praktykowanie [jej] (...) mogłoby też stać się bardziej powszechne w naszym Ruchu. Chodzi np. o taką organizację naszych spotkań, gdzie być może mogłoby być mniej tematów i mniej jednokierunkowego przekazu informacji, (...) a więcej czasu i miejsca na rozeznanie, dyskusję, panele, prace w grupach, szczerze rozmowy, itd. Często dystans wobec synodalności związany jest z brakiem doświadczenia takowej.”

Zdecydowany głos w sprawie naszych ludzkich relacji zabiera dziś święty Jakub Apostoł:

„Gdzie zazdrość i żądza sporu, tam też bezład i wszelki występki. Mądrość zaś zstępująca z góry jest przede wszystkim czysta, dalej – skłonna do zgody, ustępliwa, posłuszna, pełna miłosierdzia i dobrych owoców, wolna od względów ludzkich i obłądki. Owoc zaś sprawiedliwości sięją w pokoju ci, którzy zaprowadzają pokój.”

Nasze tegoroczne motto brzmi:

## **ZAKORZENIENI**

### **W PRZYMIERZU MIŁOŚCI**

#### **NIESIEMY NADZIEJĘ**

Jesteśmy zakorzenieni w Przymierzu Miłości, a więc w żywej i obustronnej relacji z Bogiem. Pielęgnowujemy tę relację radykalnie – to słowo pochodzi z łaciny – radix oznacza korzeń.

Korzeń to organ, który dostarcza roślinom wodę i sole mineralne, przytwierdza roślinę do podłoża a w przypadku roślin wieloletnich może pełnić rolę organu spichrzowego – a więc magazynuje substancje zapasowe. To wszystko korzeń czerpie z gleby a glebą jest dla nas cały duchowy system szensztacki, osadzony w nauce i tradycji Kościoła. Czy go znamy? Czy czerpiemy z niego w pełni? Czy głosimy go z należytą przykładnością?

Ten system to tzw. trzy miejsca kontaktu:

Matka Boża Trzykroć Przedziwna, Jej wizerunek słynący trzema łaskami: łaską zadomowienia, wewnętrznej przemiany i owocnego apostołstwa.

Założyciel – o. Józef Kentenich. Wiemy, że jego proces beatyfikacyjny został wstrzymany. Modlimy się o pokonanie tych trudności na drodze do beatyfikacji. Bez względu jednak na to, wiemy, że był narzędziem Boga i przekazał nam wielki charyzmat i naszą duchowość. Pamiętać też trzeba o św. Wincentym Pallottim, nazywanym pierwszym założycielem Szensztatu.

Sanktuarium – miejsce spotkania Boga z człowiekiem – osobista więź z sanktuarium jest strategiczna.

Ten system to tzw. trzy cele Szensztatu:

Nowy człowiek w nowej wspólnotocie.

Ratunek historio-zbawczego posłannictwa Zachodu.

Zjednoczenie wszystkich apostoelskich sił w Kościele.

Ten system to trzy filary duchowości szensztackiej:

Duchowość przymierza

Duchowość narzędzia

Świętość w życiu codziennym

Ten system to pięć gwiazd pedagogiki szensztackiej:

Pedagogika ideału

Pedagogika więzi

Pedagogika przymierza

Pedagogika ruchu

Pedagogika zaufania

Ten system to w końcu też tzw. myślenie organiczne, praktyczna wiara w Opatrzność Bożą, to w końcu biograficzne myślenie oraz cała historia Szensztatu ujęta najkrócej w czterech kamieniach milowych...

Można by sobie przygotować mapę naszego szensztackiego systemu, na której wszystkie te elementy – niczym szlaki, szczyty i przełęcze byłyby do zdobycia, do poznania i zgłębienia. Ile jeszcze z tych wymienionych rzeczy nie znamy?

Czas się ukorzenić, czas radykalnie poznać lepiej glebę, zapuścić się w nią z nowym zapałem. Charyzmat – aby przetrwał i został

wiernie przekazywany – musi być lepiej znany i na serio wprowadzany w życie.

Dopiero znając swoje korzenie i w pełni korzystając z całego bogactwa gleby, znając wszystkie jej drogocenne składniki możemy mieć prawdziwą nadzieję. Tylko ukorzenieni będziemy mogli rozwinąć własne skrzydła i dawać skrzydła innym.

Jako animatorzy i duszpasterze nigdy nie chcemy skrzydeł nikomu podcinać.

Świat już co raz mniej rozumie chrześcijańskie wartości. Stajemy się mniejszością. Czy będziemy tylko narzekać, że coś nam zabierają? Że jest gorzej, niż było? Że kiedyś to były czasy...?

O wartościach łatwo jest mówić, a nimi trzeba żyć.

W dobrej i złej dobie, tak w dzień radosny jak i w mroku beznadziei – my chcemy mieć nadzieję – wszędzie tam, gdzie stawia nas Bóg.

*Autor: o. Przemysław Skąpski ISchP  
Krajowy Duszpasterz Ruchu Szentszackiego  
w Polsce*

## Towarzystwo duchowe

To praktyka duszpasterska polegająca na duchowym wsparciu małżonków w realizacji ich powołania do Nieba na drodze wspólnego życia. Realizatorem takiej praktyki był już m.in. kard. Karol Wojtyła w czasach swojej posługi przedpapiejskiej, którą opisywał w adhortacji „*Familiaris Consortio*” i wielkim jej propagatorem jest dziś papież Franciszek.

„Pierwsze lata małżeństwa są okresem niezmiernie istotnym i ważnym, podczas którego małżonkowie wzrastają w świadomości wyzwań i znaczenia małżeństwa. Stąd wynika potrzeba towarzyszenia duszpasterskiego, które trwałoby po celebracji sakramentu (por. **Familiaris consortio**, część III). Bardzo wielkie znaczenie okazuje się mieć w tym duszpasterstwie obecność doświadczonych małżeństw. Parafia jest uważana za miejsce, w którym doświadczone pary mogą służyć młodszym, z ewentualnym współudziałem stowarzyszeń, ruchów kościelnych i nowych wspólnot.” (**Amoris Laetitia** 251)

Pojęcie towarzyszenia małżonkom przez innych małżonków pojawiło się także w znacznie wcześniejszej względem „*Amoris Laetitia*” encyklice Pawła VI „*Humane Vitae*”. Czytamy w niej:

„... sami małżonkowie często pragną podzielić się z innymi wynikami swoich doświadczeń. Dzięki temu w szerokich ramach powołania świeckich znajdzie się nowa i niezwykle doniosła forma apostołatu, w której równi usługują równym. Wtedy bowiem sami małżonkowie podejmują zadanie apostołskie względem innych małżonków, pełniąc rolę ich przewodników. Wśród tylu form chrześcijańskiego apostołatu ta wydaje się obecnie najpotrzebniejsza.” (26)

## Evangelii Gaudium

Posynodalna adhortacja apostolska *Evangelii Gaudium* (Radość Ewangelii) – to pierwszy dokument doktrynalny papieża Franciszka.

### Osobiste towarzyszenie procesom wzrostu

**169.** W cywilizacji paradoksalnie zranionej anonimowością, a jednocześnie obsesyjnej na punkcie szczegółów życia innych, bezwstydnie chorej na chorobliwą ciekawość, Kościół potrzebuje serdecznego spojrzenia, by kontemplować, wzruszyć się i zatrzymać przed drugim człowiekiem za każdym razem, kiedy jest to konieczne. W tym świecie wyświęceni szafarze oraz inne osoby pracujące w duszpasterstwie mogą uobecniać zapach bliskiej obecności Jezusa i Jego osobiste spojrzenie. Kościół będzie musiał wprowadzić swoich członków – kapłanów, zakonników i świeckich – do tej «sztuki towarzyszenia», aby wszyscy nauczyli się zawsze zdejmować sandały wobec świętej ziemi drugiego (por. Wj 3, 5). Musimy nadać naszej drodze zdrowy rytm bliskości, wraz ze spojrzeniem okazującym szacunek i pełnym współczucia, które jednak jednocześnie będzie leczyło, wyzwalało i zachęcało do dojrzewania w życiu chrześcijańskim. **170.** Pomimo, że może się to zdawać oczywiste, towarzyszenie duchowe powinno coraz bardziej prowadzić do Boga, w którym możemy osiągnąć prawdziwą wolność. Niektórym się wydaje, że są wolni, kiedy są daleko od Pana, nie zdając sobie sprawy, że zasadniczo pozostają sierotami bez ratunku, bez domu, do którego można by zawsze wrócić. Przestają być pielgrzymami i zamieniają się w błędzących, zawsze krążących wokół siebie, nigdzie nie dochodząc. Gdyby towarzyszenie stało się swego rodzaju terapią umacniającą ich zamknięcie we własnej immanencji, a nie pielgrzymowaniem z Chrystusem do

Ojca, przynosiłoby szkodliwy skutek. 171. **Bardziej niż kiedykolwiek potrzebujemy mężczyzn i kobiet, którzy mając doświadczenie w towarzyszeniu innym, znają sposób postępowania, wyróżniający się roztropnością, zdolnością zrozumienia, sztuką oczekiwania, uległością wobec Ducha Świętego, abyśmy wszyscy razem chronili powierzające się nam owce przed wilkami usiłującymi rozproszyć owczarnię. Musimy uczyć się sztuki słuchania, która jest czymś więcej niż tylko słyszeniem. W komunikacji z drugim człowiekiem pierwszą sprawą jest zdolność serca, umożliwiająca bliskość, bez której nie ma prawdziwego spotkania duchowego. Słuchanie pomaga nam dostrzec gest oraz stosowne słowo, które podważą naszą spokojną pozycję obserwatorów. Jedynie wychodząc od tego słuchania pełnego szacunku i zdolnego do współczucia, można znaleźć drogi do autentycznego rozwoju, można rozbudzić pragnienie ideału chrześcijańskiego, gorącą chęć, by odpowiedzieć w pełni na miłość Bożą i pragnienie rozwijania tego, co Bóg zasiał w naszym życiu. Wymaga to jednak zawsze zachowywania cierpliwości tego, który zna nauczanie św. Tomasza, że ktoś może mieć łaskę i miłość, ale może być niedoskonały w praktykowaniu tych cnót «z powodu pewnych skłonności przeciwnych», które się utrzymują [133]. Innymi słowy, organiczna jedność tych cnót zawsze i koniecznie istnieje «in habitu», chociaż uwarunkowania mogą utrudnić aktualizację tych cnotliwych nawyków. Stąd konieczność «pedagogiki prowadzącej osoby, krok po kroku, do pełnego przyswojenia sobie tajemnicy» [134]. Aby dojść do dojrzałości, czyli aby osiągnąć zdolność do naprawdę wolnych i odpowiedzialnych decyzji, nieodzowny jest czas i ogromna cierpliwość. Jak mówił błogosławiony Piotr Faber, «Czas jest wysłannikiem Boga». 172. Ten, kto towarzyszy, umie uznać, że sytuacja każdego człowieka przed Bogiem i własnym życiem łaski stanowi tajemnicę, której nikt nie może w pełni poznać, patrząc z zewnątrz. Ewangelia proponuje nam**

skorygować i pomóc wzrastać osobie, poczynając od uznania obiektywnego zła jej czynów (por. Mt 18, 15), ale bez wydawania sądów co do jej odpowiedzialności i winy (por. Mt 7, 1; Łk 6, 37). Kompetentna osoba towarzysząca nigdy nie zgadza się z fatalizmem lub małodusznością. Zawsze zachęca do podjęcia leczenia, powstawania, przyjmowania krzyża, pozostawiania wszystkiego, wychodzenia zawsze na nowo, by głosić Ewangelię. Osobiste doświadczenie poddania się towarzyszeniu i leczeniu, zdolność ukazania z całą szczerością własnego życia wobec towarzyszącej nam osoby, uczy nas cierpliwości i zrozumienia wobec innych i czyni nas zdolnymi do wzbudzenia w nich zaufania, otwarcia i gotowości rozwoju. **173.** Autentyczne towarzyszenie duchowe zawsze się rozpoczyna i rozwija w kontekście służby misji ewangelizacyjnej. Przykładem takiego towarzyszenia i formacji w czasie działalności apostolskiej jest relacja Pawła z Tymoteuszem i Tytusem. Powierząc im misję zatrzymania się w każdym mieście do «należytego załatwienia zaległych spraw» (por. Tt 1, 5; por. 1 Tym 1, 3-5), przekazuje im kryteria dotyczące życia osobistego i działalności pasterskiej. Jest to wyrażnie różne od wszelkiego rodzaju towarzyszenia intymistycznego, izolującej się samorealizacji. Uczniowie misyjni towarzyszą misyjnym uczniom.

## **Towarzyszenie duchowe**

### **Papież Franciszek, Katecheza, 06 marca 2023**

Drodzy Bracia i Siostry, dzień dobry!

Zanim rozpocznę tę katechezę, chciałbym, abyśmy połączyli się z osobami, które tuż obok oddają hołd Papieżowi Benedyktowi XVI, i skierować myśl ku niemu, który był wielkim mistrzem katechezy. Jego przenikliwa i wyrafinowana myśl nie była autoreferencyjna, ale eklezyjalna, bowiem zawsze chciał nas prowadzić na spotkanie z Jezusem. Jezus, ukrzyżowany i zmartwychwstały, Żyjący

i Pan, był celem, do którego prowadził nas Papież Benedykt, ujmując nas za rękę. Oby pomógł nam odkrywać na nowo w Chrystusie radość wiary i nadzieję życia.

Tą dzisiejszą katechezą kończymy cykl poświęcony tematowi rozeznania; uczynimy to, uzupełniając omawianie pomocy, które mogą i powinny je wspierać — wspierać proces rozeznania. Jedną z nich jest *towarzyszenie duchowe*, ważne przede wszystkim dla poznania siebie, co, jak widzieliśmy, jest nieodzownym warunkiem do rozeznania. Przyglądanie się sobie w lustrze, samemu, nie zawsze pomaga, bo ktoś może zafałszować obraz. Natomiast przyglądnięcie się sobie w lustrze z pomocą kogoś innego jest bardzo pomocne, bo drugi człowiek powie ci prawdę — kiedy jest prawdomówny — i w ten sposób ci pomaga.

Łaska Boża w nas zawsze oddziałuje na naszą naturę. Myśląc o przypowieści ewangelicznej, możemy porównać łaskę do dobrego ziarna, a naturę do gleby (por. Mt 4, 3-9). Ważne jest przede wszystkim, aby *dać się poznać*, nie bojąc się podzielić najbardziej delikatnymi aspektami, tym, w czym odkrywamy, że jesteśmy najbardziej wrażliwi, słabi lub obawiający się osądu. Trzeba dać się poznać, odsłonić samego siebie osobie, która nam towarzyszy w drodze życia. Nie po to, żeby za nas decydowała, nie — ale żeby nam towarzyszyła. Bowiem *słabość* jest w rzeczywistości naszym prawdziwym bogactwem — wszyscy jesteśmy pełni słabości; prawdziwym bogactwem, które powinniśmy się nauczyć respektować i przyjmować, ponieważ gdy zostaje ofiarowana Bogu, czyni nas zdolnymi do czułości, miłosierdzia i miłości. Biada tym osobom, które nie czują się słabe — są twarde, autorytarne. Natomiast ci, którzy z pokorą uznają własne słabości, są bardziej wyrozumiali dla innych.

Słabość — powiedziałbym — czyni nas ludzkimi. To nie przypadek, że pierwsze z trzech kuszeń Jezusa na pustyni — pokusa związana z głodem — próbuje pozbawić nas słabości, przedstawiając ją jako zło, którego trzeba się pozbyć, przeszkodę, uniemożliwiającą bycie takim jak Bóg. Tymczasem jest ona naszym najcenniejszym skarbem — w istocie Bóg, aby uczynić nas podobnymi do siebie, podzielił do końca właściwą nam słabość. Spójrzmy na Ukrzyżowanego — Boga, który zniżył się właśnie do słabości. Popatrzmy na żłóbek, który przychodzi w wielkiej ludzkiej słabości. On podzielił naszą słabość.

A towarzyszenie duchowe, jeżeli jest posłuszne Duchowi Świętemu, pomaga *ujawnić błędy*, nawet poważne, w mniemaniu o sobie samych i w relacji z Panem. Ewangelia przedstawia różne przykłady rozmów Jezusa, które wyjaśniają i wyzwalają. Weźmy, na przykład, rozmowę z Samarytanką, którą czytamy, czytamy ją, i zawsze jest ta mądrość i czułość Jezusa; pomyślmy o rozmowie z Zacheuszem, pomyślmy o rozmowie z jawnogrzesznicą, pomyślmy o rozmowie z Nikodemem i z uczniami z Emaus — o sposobie zbliżania się Pana. Osoby, które doświadczają prawdziwego spotkania z Jezusem, nie boją się otworzyć przed Nim serca, ukazać swojej słabości, swojej nieadekwatności, swojej bezbronności. W ten sposób ich dzielenie się sobą staje się doświadczeniem zbawienia, przebaczenia, dobrowolnie przyjętego.

Opowiadanie drugiemu człowiekowi o tym, co przeżyliśmy albo do czego dążymy, pomaga uzyskać jasność w nas samych, *wydobываяc na światło wiele myśli, które są w nas* i które często nas niepokoją swoimi uporczywymi nawrotami. Jakże często w mrocznych chwilach nachodzą nas takie myśli: «Wszystko źle robiłem, nie jestem nic wart, nikt mnie nie rozumie, nigdy sobie nie poradzę, jestem skazany na porażkę», ileż razy zdarzało się

nam tak myśleć. Myśli fałszywe i zatruwające, które pomaga *zdemaskować* konfrontacja z drugim człowiekiem, abyśmy mogli czuć się kochani i cenieni przez Pana tacy, jacy jesteśmy, zdolni czynić dla Niego dobre rzeczy. Odkrywamy ze zdumieniem różne sposoby widzenia spraw, oznaki dobra, od zawsze w nas istniejące. To prawda, możemy podzielić się naszymi słabościami z drugim człowiekiem, z tym, kto nam towarzyszy w życiu, w życiu duchowym, z mistrzem życia duchowego, czy jest to osoba świecka, czy kapłan, i powiedzieć: «Zobacz, co mi się przydarza — jestem nieszczęśnikiem, przydarzają mi się takie rzeczy». A osoba, która towarzyszy, odpowiada: «Tak, wszystkim nam się zdarzają». To nam pomaga dobrze je wyjaśnić i zobaczyć, gdzie są korzenie, i tym samym je przewyciężyć.

Ten albo ta, którzy towarzyszą — przewodnik lub przewodniczka — nie stawiają się na miejscu Pana, nie wykonują pracy zamiast osoby, której towarzyszą, ale idą u jej boku, zachęcają do odczytywania tego, co dzieje się w jej sercu — miejscu *par excellence*, gdzie mówi Pan. Duchowy przewodnik, którego nazywamy *kierownikiem duchowym* — nie lubię tego określenia, wolę *przewodnik duchowy*, jest lepsze — to ktoś, kto ci mówi: «W porządku, ale spójrz tu, popatrz tam», zwraca twoją uwagę na sprawy, które być może umykają; pomaga ci lepiej zrozumieć znaki czasu, głos Pana, głos kusiciela, głos trudności, których nie udaje ci się przewyciężyć. Dlatego bardzo ważne jest, żeby nie iść samemu. **W mądrości afrykańskiej istnieje powiedzenie — bo oni mają tę mistykę plemienną — które mówi: «Jeżeli chcesz dotrzeć szybko, idź sam; jeśli chcesz dotrzeć bezpiecznie, wędruj z innymi», idź w towarzystwie, idź z twoim ludem.** To jest ważne. W życiu duchowym lepiej jest pozwolić, żeby nam towarzyszył ktoś, kto dobrze zna nasze sprawy i nam pomoże. To właśnie jest towarzyszenie duchowe.

To towarzyszenie może być owocne, jeżeli jedna i druga strona doświadczyła *synostwa* i *braterstwa* duchowego. Odkrywamy, że jesteśmy dziećmi Bożymi, w chwili, kiedy odkrywamy, że jesteśmy braćmi, dziećmi tego samego Ojca. Dlatego jest niezbędne, byśmy byli *włączeni we wspólnotę w drodze*. Nie jesteśmy sami, należymy do jakiegoś ludu, narodu, miasta, które wędruje, Kościoła, parafii, danej grupy... *wspólnotą w drodze*. Do Pana nie idzie się w pojedynkę — tak nie należy. Musimy to dobrze zrozumieć. Jak w ewangelicznym opowiadaniu o paralityku, często jesteśmy wspierani i uzdrawiani dzięki wierze kogoś innego (por. Mk 2, 1-5), kto nam pomaga iść naprzód, bo wszyscy czasami ulegamy wewnętrznemu paraliżowi, i potrzebny jest ktoś, kto nam pomoże przezwyciężyć ten konflikt przez jakąś pomoc. Nie idzie się do Pana samemu, zapamiętajmy to dobrze; kiedy indziej to my podejmujemy się tego zadania na rzecz innego brata czy siostry i jesteśmy przewodnikami, aby pomóc temu drugiemu. Bez doświadczenia *synostwa* i *braterstwa* towarzyszenie może dać powód do nierealnych oczekiwań, do nieporozumień, do różnego rodzaju uzależnień, które sprawiają, że człowiek pozostaje w stanie infantylnym. Towarzyszenie, ale jako dzieci Boże i bracia dla siebie.

Maryja Dziewica jest nauczycielką rozeznania — *mówi niewiele, dużo słucha i zachowuje w sercu* (por. Łk 2, 19). **To trzy postawy Matki Bożej — mówienie niewiele, słuchanie dużo i zachowywanie w sercu.** A w tych nielicznych przypadkach, kiedy mówi, pozostawia znak. Na przykład, w Ewangelii Jana jest bardzo krótkie zdanie, wypowiedziane przez Maryję, które jest przekazem dla chrześcijan wszystkich czasów: «Zróbcie wszystko, cokolwiek wam powie» (2, 5). To ciekawe — kiedyś słyszałem pewną starsuszkę, bardzo pocziwą, bardzo pobożną, która nie studiowała teologii, była bardzo prosta. I powiedziała mi: «Czy wie ojciec, jaki

gest robi zawsze Matka Boża?». Nie wiem, przytula cię, wzywa cię... «Nie, gest, jaki robi Matka Boża, jest ten *[pokazuje palcem wskazującym]*. Nie rozumiałem, więc pytam: «Co to znaczy?». A staruszka odpowiedziała mi: «Zawsze wskazuje Jezusa. To jest piękne — Matka Boża nie bierze niczego dla siebie, wskazuje Jezusa. *Róbcie to, co mówi wam Jezus* — taka jest Matka Boża. Maryja wie, że Pan przemawia do serca każdego, i prosi, by przekładać te słowa na czyny i wybory. Ona umiała to robić bardziej niż ktokolwiek inny i rzeczywiście jest obecna w kluczowych chwilach życia Jezusa, zwłaszcza w szczytowej godzinie śmierci na krzyżu.

Drodzy bracia i siostry, kończymy ten cykl katechez poświęconych rozeznaniu — rozeznanie jest sztuką, *to sztuka, której można się nauczyć* i która ma swoje reguły. Jeśli jest dobrze wyuczona, pozwala przeżywać doświadczenie duchowe w sposób coraz wspólniejszy i uporządkowany. Przede wszystkim **rozeznanie jest darem Boga, o który zawsze trzeba prosić, nie uważając nigdy za rozumiałe, że jest się ekspertem i samowystarczalnym. Panie, daj mi łaskę rozeznawania w chwilach życia, co powinienem robić, co powinienem zrozumieć. Daj mi łaskę rozeznawania i daj mi osobę, która mi pomoże w rozeznawaniu.**

Głos Pana zawsze można rozpoznać, ma niepowtarzalny styl, jest głosem uspokajającym, dodającym otuchy i pewności w trudnościach. Ewangelia nieustannie nam o tym przypomina: «Nie bój się» (Łk 1, 30), jakże piękne są te słowa anioła, powiedziane Maryi! «Nie bój się», «nie bójcie się», taki właśnie jest styl Pana: «Nie bój się». «Nie bój się!», powtarza Pan także nam dzisiaj. «Nie bój się» — jeśli zaufamy Jego słowu, rozegramy dobrze mecz życia i będziemy mogli pomóc innym. Jak mówi Psalm, Jego słowo jest *lampą dla naszych kroków i światłem na naszej ścieżce* (por. 119, 105).

## **Irena i Jerzy Grzybowscy**

Przed kilku laty nazwaliśmy to, co robimy w **Spotkaniach Małżeńskich**, towarzyszeniem, wyzwalając się z coraz bardziej nieadekwatnego w naszej pracy pojęcia „**doradzanie**”, czy „**pomaganie**”. W adhortacji Amoris Laetitia pojęcie „towarzyszenie” pojawia się blisko 30 razy.

### **Towarzyszenie duchowe**

Przez inspirowanie dialogu, w wyniku którego uczestnicy różnych form naszej pracy będą mogli podjąć decyzje w miłości, otwieramy im drogę realizowania słów Jezusa: „Trwajcie w miłości Mojej” (J 15, 9b) i życia zgodnego z przykazaniem miłości Boga i bliźniego. (Mt 22,37-40). A dzieje się to na ich drodze do Emaus. Na tej drodze Jezus okazał dwóm uczniom swoje zainteresowanie. Zapytał ich, o czym rozmawiają. Oni opowiedzieli, czym żyją, poculi się wysłuchani i dlatego sami mogli wysłuchać Nieznajomego, który wytłumaczył im sens wydarzeń w Jerozolimie. Poculi do Niego zaufanie i zaprosili do domu. Wtedy Jezus objawił im siebie. To ich uzdolniło do podjęcia dobrej decyzji o powrocie do Jerozolimy.

**Towarzysząc małżonkom próbujemy, tak jak Jezus, wysłuchać ich i zrozumieć, towarzyszymy im w ich drodze do poznania Pana Boga i odnajdywania dróg do trwania w miłości Jezusa. Nie narzucamy im religijności. Oni sami prędeż, czy później „otwierają oczy” i mówią: „Bez Bożej łaski to byłoby niemożliwe”.**

**Reasumując: towarzyszyć, to słuchać drugiego, rozumieć go, dzielić się z nim sobą, przebaczać, prosić o przebaczenie i w ten sposób pozwolić drugiemu „być”, wzrastać. Tak w małżeństwie, jak i na wszystkich innych płaszczyznach relacji międzyludzkich.**

*Autor: s.M.Olga Szwałek ISSM*

## **Smartfon – nowoczesny narkotyk**

**W 2007 roku na rynek trafił nowy, silnie uzależniający „narkotyk” – urządzenie, które, choć na pierwszy rzut oka niewinne, zdolne jest wywoływać drastyczne zmiany psychiczne. W ciągu zaledwie siedemnastu lat niemal połowa ludzkości uległa jego uzależnieniu. Główne objawy? Chwilowa euforia, po której następuje obniżenie nastroju, depresja, lęk, a niekiedy i trwałe zaburzenia zdrowotne. Jest nim smartfon.**

Smartfony a nowe wyzwania dla młodych pokoleń

Żyjemy w erze cyfrowego eksperymentu na globalną skalę, gdzie ponad cztery miliardy ludzi ma codzienny dostęp do internetu. Dzieci, zamiast rywalizować o uwagę rodziców z rodzeństwem lub rówieśnikami, walczą dziś o uwagę z ekranami (najczęściej smartfonów). Dotychczasowe konsekwencje tego zjawiska są zatrważające: od problemów z koncentracją i regulacją emocji, przez izolację społeczną, aż po spadek samooceny oraz chroniczne zmęczenie. Nie mówię tu już nawet o przypadkach utraty życia pod wpływem nękania, prześladowania czy bezmyślnych wyzwań stawianych dzieciom przez rówieśników. A to dopiero początek tego eksperymentu. To ostatni moment, by dostrzec potencjalne zagrożenia płynące z codziennego kontaktu z ekranami i zastanowić się, jak ogromny wpływ mogą one wywierać na układ nerwowy – nie tylko dzieci, ale i dorosłych.

Dramatyczne statystyki

Przyjrzyjmy się kilku faktom:

Ponad 50% sześciolatków oraz 10% dzieci poniżej pierwszego roku życia korzysta codziennie ze smartfonów.

Nastolatki spędzają 93% wolnego czasu przed ekranem.

75% użytkowników korzysta ze smartfona podczas posiłków.

82% dorosłych używa telefonu tuż przed snem.

93% dorosłych sprawdza telefon natychmiast po nadejściu powiadomienia.

Te liczby pokazują, jak bardzo smartfon stał się integralną częścią życia codziennego. Smartfon – niegdyś urządzenie komunikacyjne – przekształcił się w osobiste centrum rozrywki, które dla młodych stało się źródłem stymulacji nieporównywalnym z żadną inną formą spędzania czasu. Co gorsza, jego wszechobecność prowadzi do uzależnienia porównywalnego do narkotyku. A dramat sytuacji wzmacnia fakt, że w przeciwieństwie do alkoholu, papierosów czy narkotyków jest on społecznie akceptowany i wciąż gloryfikowany jako narzędzie rozwoju. Niestety, wszelkie badania pokazują, że jest zupełnie przeciwnie. Dziecko, które miało rozbudowaną sieć relacji koleżeńskich, po otrzymaniu telefonu traci czas i możliwość na ich rozwijanie na rzecz czasu spędzanego przed telefonem. To ostatni moment aby zdać sobie z tego sprawę!

### Smartfon jako narkotyk

Smartfon, z jego natychmiastowym dostępem do informacji i rozrywki, aktywuje ośrodek nagrody w mózgu, co prowadzi do zwiększenia poziomu dopaminy. Każde powiadomienie, polubienie w mediach społecznościowych czy wiadomość dają poczucie natychmiastowej gratyfikacji, prowadząc do nieustannego pragnienia powtarzania tych zachowań. Dla wielu dorosłych smartfon stał się także narzędziem pracy, przez co granice między życiem zawodowym a prywatnym uległy zatarciu, sprzyjając jeszcze częstszemu sięganiu po urządzenie.

## Odpoczynek i jego znaczenie

Jednym z kluczowych elementów dobrostanu człowieka jest zdolność do odpoczynku. Nasze ciała i umysły potrzebują regeneracji po okresach mobilizacji. Tymczasem smartfon staje się nie tylko narzędziem ucieczki od stresu, ale również nawykowym sposobem na radzenie sobie z emocjami. Dzieci i dorośli, zamiast wyciszenia i prawdziwego odpoczynku, zanurzają się w cyfrowym świecie, z którego wychodzą często bardziej zmęczeni.

Kiedy człowiek szuka odpoczynku, może sięgać po różne aktywności, które mogą mieć zarówno korzystny, jak i negatywny wpływ na jego regenerację i samopoczucie.

Spacer na świeżym powietrzu – kontakt z naturą pomaga się wyciszyć, łagodzi stres i poprawia nastrój, a także wpływa pozytywnie na zdrowie fizyczne.

Czytanie książek – zanurzenie się w lekturze pozwala oderwać się od codziennych spraw, wyciszyć umysł, a jednocześnie może rozszerzać wiedzę i wyobraźnię.

Aktywność fizyczna – lekkie ćwiczenia, takie jak joga, stretching czy spokojny jogging, pomagają się zrelaksować, pobudzają krążenie i mają korzystny wpływ na nastrój poprzez wydzielanie endorfin.

Twórcze hobby – malowanie, rysowanie, majsterkowanie czy granie na instrumencie to aktywności, które pobudzają umysł, pomagają się zrelaksować i dają poczucie satysfakcji.

Spotkania z bliskimi – czas spędzony z rodziną i przyjaciółmi może być doskonałą formą odpoczynku, dając wsparcie emocjonalne i radość z budowania relacji.

Wiemy już jako społeczeństwo, że sięganie po używki takie jak alkohol, papierosy czy inne substancje psychoaktywne mogą dać chwilowe poczucie odprężenia, ale ich nadużywanie prowadzi do pogorszenia zdrowia, problemów emocjonalnych i wzrostu stresu. Taki sam skutek może mieć traktowanie jedzenia jako środka do rozładowania napięcia. Czynności te ani nie dają długotrwałej ulgi ani regeneracji. Do powyższych należy niezwłocznie dołączyć takie zachowania jak fonoholizm i binge-watching (jest to kompulsywne oglądanie kilku lub kilkunastu odcinków serialu z rzędu). Media społecznościowe, choć chwilowo odwracają uwagę od problemów, mogą wywołać zmęczenie, niepokój, a nawet poczucie przytłoczenia z powodu nadmiaru informacji lub porównań z innymi. Długotrwałe oglądanie seriali lub filmów może prowadzić do osłabienia zdolności koncentracji i poczucia pustki, a także do problemów z zasypianiem, szczególnie jeśli oglądamy je późno wieczorem. Ciągłe sprawdzanie powiadomień czy wiadomości uniemożliwia prawdziwe wyciszenie się i obciąża umysł, utrudniając oderwanie się od codziennych trosk.

### Nasze Wewnętrzne Sanktuarium

Badacze mediów mówią wprost: żyjemy w „za dużym świecie”, gdzie poczucie własnej wartości wielu młodych osób zależy od opinii innych, obserwowanych na ekranach smartfonów. Młodzi są poddawani ciągłemu monitoringowi i ocenie w mediach społecznościowych, co prowadzi do stresu, lęku i narusza ich intymne poczucie siebie. W tej wirtualnej rzeczywistości tracimy kontakt z własnym wnętrzem, które Biblia nazywa „sanktuarium serca”. To miejsce, gdzie powstają nasze najgłębsze pragnienia, gdzie spotykamy się sami ze sobą i odnajdujemy prawdę. Nieustanny kontakt z mediami – nawet w celu słuchania kolejnego mądrego podcastu – powoduje zatracenie umiejętności bycia sam na sam ze sobą a w konsekwencji także z innymi.

## Małe remedium na cyfrowe uzależnienia

Nie jest moim celem polecanie kolejnych aplikacji do monitorowania czasu spędzanego przed ekranem. Tym, co może ochronić dzieci przed uzależnieniami, jest rozwijanie pasji oraz budowanie zdrowych więzi z rodzicami i rówieśnikami. Kluczem jest wspólnie spędzany czas, który tworzy głębokie więzi, będące fundamentem zdrowego rozwoju emocjonalnego. Odłóżcie telefon i spędźcie wspólnie czas! Powodzenia!

*Autor: dr Monika Szetela*

*teolog, apologeta, medioznawca*

## Życ dla Boga pośrodku świata – Instytut Pań Szensztatu

Statystycznemu Polakowi Śląsk kojarzy się z przede wszystkim z krajobrazem przemysłowym. Kominy fabryk, rzadziej dziś dymiące, lecz wciąż widoczne na tle szarego nieba, wysokie szyby kopalń, domy „familoki” poczerniałe od węglowego pyłu i sadzy. Dopiero w drugiej kolejności na myśl o Śląsku przychodzą malownicze tereny parków z zabudowaniami pałacowymi, czy większe lub mniejsze ogrody. Sporym wkładem w przełamanie stereotypu myślowego o tym regionie Polski była książka Małgorzaty Szejnert *Czarny ogród*<sup>1</sup> o osiedlu domków robotniczych w dzielnicy Katowic Giszowcu, która od początku była zaplanowana jako harmonijne połączenie architektury mieszkaniowej i ogrodniczej. Dopiero uważniejszy rzut oka na tę część kraju pozwala odkryć, że jej mieszkańcy lubują się w zieleni, są zapalonymi ogrodnikami, organizują konkursy na najpiękniejszy teren zielony – prywatny lub instytucjonalny<sup>2</sup>. Niekiedy, owszem, trzeba chwilę poszukać, zajrzeć za róg ulicy, za zakręt, ale zawsze trud takiego poszukiwania się opłaca. Znaleźć bowiem można prawdziwe perełki.

Jednym z takich miejsc, oddalonych nieco od centrum życia miejskiego, jest ogród przy ulicy Gen. Andersa 67 w Rokitnicy – dzielnicy Zabrze. W Rokitnicy znajduje się osiedle niewysokich domów, zbliżone wyglądem i koncepcją do katowickiego Giszowca, wybudowane w latach 30-tych XX wieku przez hrabiego Ballestrema dla robotników pracujących w kopalni Castellengo. Wspomniany już ogród, a wraz z nim dwa domy, od ponad trzydziestu lat należy do Instytutu Pań Szensztatu. W ogrodzie stoi też sanktuarium Matki

---

<sup>1</sup> Szejnert, Małgorzata, *Czarny Ogród*, Kraków 2007

<sup>2</sup> <https://miastozabrze.pl/dla-mieszkancow/5457-2/konkurs-zielone-zabrze/>

Bożej Trzykroć Przedziwnej, szczególnie czczonej w nim jako Matka Jedności. W przyszłym roku minie dwadzieścia pięć lat od dnia poświęcenia sanktuarium.



Instytut Pań Szensztatu jest jedną ze wspólnot Ruchu Szensztackiego, założonego przez ojca Józefa Kentenicha. Za datę powstania ruchu przyjmuje się 18 października 1914. W tym roku Ruh Szensztacki obchodził więc 110-tą rocznicę swojego istnienia. Nasz dom macierzysty, Haus Regina, znajduje się w Schönstatt, w Niemczech. Na całym świecie – w Niemczech, Szwajcarii, Hiszpanii, Portugalii, Włoszech, Chile, Argentynie, Meksyku, Brazylii, Paragwaju, USA, Kongo i Indiach jest nas około 170 wspólnostr. Natomiast wspólnota Świeckiego Instytutu Pań Szensztatu z naszego regionu, określanego jako delegatura słowiańska,

liczy w chwili obecnej dziesięć osób. W skład delegatury, oprócz Polski (7 osób), wchodzi Czechy (2 osoby) i Słowacja (1 osoba). Kilka razy w roku spotykamy się jako wspólnota przy naszym domu i sanktuarium Matki i Królowej Jedności w Zabrze-Rokitnicy. Nieczęsto jednak można nas spotkać w komplecie. Wiąże się to ściśle z charyzmatem naszej wspólnoty, którym jest apostołstwo w świecie, a zwłaszcza w miejscu pracy. Na co dzień mieszkamy tam, gdzie pracujemy, zgodnie z naszym charyzmatem apostołstwa w środowisku pracy oraz w duchu rad ewangelicznych:

czystości, ubóstwa i posłuszeństwa. Pracujemy w różnych miejscach: w szkole, na uczelni, w bibliotece, w zakładzie optycznym, w domu opiekuńczo-wychowawczym, w sekretariacie, na plebanii. Symbolem naszego pozostawania w świecie jest Krzyż Jedności – jeden z charakterystycznych znaków Ruchu Szentszackiego. Matka Boża stoi u stóp krzyża, ściśle zjednoczona ze Swoim Synem, jako Ta, która uczestniczy w dziele zbawienia świata. Zainteresowanych historią Krzyża Jedności odsyłam do publikacji *Krzyż Jedności : znak posłannictwa Szentsztatu*<sup>3</sup>.



Historia naszej wspólnoty w Polsce zaczyna się również w latach trzydziestych ubiegłego wieku. Pierwsze kobiety – Hedwig Birn-

---

<sup>3</sup> Pollak, Gertrud, *Krzyż Jedności : znak posłannictwa Szentsztatu*, Vallendar 2014

bach i Agnes Kunz – pragnące żyć duchowością Ruchu Szensztackiego, mieszkały w Zabrze i w Bytomiu. Po tragicznych przejściach w czasie drugiej wojny światowej, łącznie z pobytem w obozie koncentracyjnym w Ravensbrück (Hedwig Birnbach), zdecydowały się pozostać w Polsce i podjąć pracę na rzecz rozwoju naszej wspólnoty w Polsce. Początkowo spotykały się w różnych miejscach na Śląsku: w Żąbkowicach Śląskich, w Kietrze, w Pietrowicach Wielkich, także w Zabrze, w domu, który w tamtych latach należał do Sióstr Notre Dame. A kiedy w 1992 roku siostry ze względu na braki personalne postanowiły dom sprzedać, kupiła go nasza wspólnota. Matka Boża Trzykroć Przedziwna wybrała sobie to miejsce, na dom dla Siebie i dla nas.

Ogród jest otwarty od wczesnych godzin porannych do zmierzchu. Wśród mieszkańców okolicznych domów, którzy lubią przychodzić tu na spacer, na krótką modlitwę osobistą lub na wspólną modlitwę Koronką do Miłosierdzia Bożego o 15:00, utarła się nazwa „klasztorek”. Jest ona bardzo trafna – oddaje charakter naszego powołania: żyć w świecie będąc całkowicie poświęconą Bogu.

Serdecznie zapraszamy do odwiedzenia naszego sanktuarium i ogrodu, a także do zajrzenia na naszą stronę internetową:

[www.frauen-von-schoenstatt.de](http://www.frauen-von-schoenstatt.de)



*Autor: Barbara Chmielewska*

*W imieniu Instytutu Pań Szensztatu*

# Refleksje

## Refleksja pierwsza - Uwolnieni

Mamy do czynienia z uwolnionymi ludźmi. Wielu jest uwolnionych od wymagań pracy nad sobą. Nie muszą już być doskonali. Wielu uwolniło się od opresji zasad. Nawet porządku! Nie muszą wstawać rano i pościelić łóżka, nie muszą uśmiechnąć się do bliskich, nie muszą zjeść śniadania. Nie muszą ubrać się starannie. Nie muszą pracować, wystarczy zarabiać. Uwolnieni nie muszą się uczyć i rozwijać w otoczeniu szukając prawdy. Czytają kryminały i horrory. Teksty lekkie i przyjemne. Filmy przyjemne. Opowieści przyjemne. Tylko. Przyjemności ! Zapraszałem na film spotkaną znajomą, usłyszałem: do kina to chodzę aby nie myśleć.

Kiedyś spotkałem się z takimi pozdrowieniami, życzeniami czy formą pożegnania: „Przyjemności” byłem lekko zdezorientowany ale po kilku latach zrozumiałem, że po prostu jest taki świat, takie grono uwolnionych. Uwolnieni mają ... nie mają... - wymagań.

To jest coś więcej: Jak w starym dowcipie gdzie kolega zwierza się, że ma problem bo się moczy, ten proponuje mu iść do psychologa. Kiedy następnym razem się spotykają, mówi szczęśliwy - moczę się dalej ale teraz jestem z tego dumny!

Jest coś co napędza tą narrację. Walka o osoby, najczęściej młode. O ich wartości w życiu o zachowanie tego co dobre i wypracowane przez pokolenia. Często wywalczone i zdobyte a dziś oczywiste albo powszechne. Niedoceniane bo zastane. Przyszłość to troska tych co pamiętają przeszłość. Historia jest nie bardzo lubiana. Historia to powiazania, skutki i przyczyny. Rozumiał to nawet Erazm z Rotterdamu kiedy zawrócił się do Marcina Lutra po kolejnej rzezi

w czasie powstania chłopów: Oto zbieramy plony z tego cośmy posiali!

Ale dziś wielu nie zna tej historii. A po niej przyszły następne: kolejni uwalniacze i oswobodziciele zakładają w milczeniu kolejne wędzidła mówiąc o zrzucaniu ograniczeń.

Uwolnieni maja w ręku telefon, (całą dobę, są nawet tacy, którzy chcą mieć chipa) i wszystko maja w aplikacjach. Układają klocki tego z instrukcji, robią posiłki, kupują co maja na monitorku, chodzą tam gdzie im pokaże strzałka. Uwolnieni są wolni od swej wolności, zwolnieni z zadawania sobie trudu myślenia. Skupieni na przyjemnościach. Nie wolno im mówić niczego co powoduje przykrość. Zwłaszcza uświadamiać czym jest wolność.

### **Refleksja druga - Noworoczne postanowienia**

Dziś nie jest łatwo odnosić się do kiedyś powszechnych i uznawanych zasad, popularnej wiedzy czy treści znanej wszystkim. Dzisiejsza edukacja to coraz bardziej wybrane wątki z historii, trochę kultury i całe mnóstwo opinii.

Dlatego kiedy siadamy do postanowień na Nowy Rok możemy mieć kłopot aby znaleźć wzór.

Kogo naśladować? Jak tylko wymyślę jakieś nazwisko zaraz okaże się, że są wobec niego wątpliwości. Dlatego jestem przekonany, że trzeba się zmierzyć z samotnością w czasie redakcji postanowień. Trzeba wiedzieć gdzie zmierzam i co jest ważne. Lepiej mieć uzasadnienie na nasze wybory, jednocześnie kiedy wszystko wokół nas można rozchwiać to jedyną ostoją są przyjęte przez nas wartości i wyznawane zasady. To one będą powodować spokój ducha i poczucie bezpieczeństwa. To nasz charakter i sposób funkcjonowania może być jedyną twierdzą. Zatem co można postano-

wić na Nowy Rok? Regularną pracę nad sobą? Kształcenie charakteru? Lekturę, która wywoła zmianę w moim postępowaniu? Oczywiście na lepsze! A może poznanie trzech albo pięciu biografii. Tylko w ten sposób będę wiedział czy ta postać jest mi bliska i może być dla mnie wzorem. A posiadanie wzorów pomaga w podejmowaniu dobrych decyzji. Nie aby robić tak samo ale by rozumieć, że podjęte wybory niosą konsekwencje. Przetoczył się niedawno przez kina obraz ks. Kaczkowskiego. Świetny film pokazujący prawdziwego człowieka. Pełnego wiary, zdecydowanego i wielkiego w swej słabości. Twórcy hospicjum. Uważnego na innych. Skupionego by pomagać. Blisko choroby i śmierci. Nic tak nas nie zachęci do zmiany jak śmierć. Osób bliskich a nawet zupełnie nieznanych. Mnisi w jednym z zakonów pozdrawiali się w ciszy zawołaniem „memento mori”. Pamiętaj o śmierci! Chodziło o stałe odniesienie do życia po śmierci, o pamięć, że żyjemy ale krótko i pamiętając o śmierci możemy codziennie stawać się lepsi. O ile więc możemy poprawić swoje życie w 2023 roku? Może w zakresie wiedzy – czego mam się dowiedzieć? Może w zakresie umiejętności – czego mam się nauczyć? Może w zakresie postaw – jakie zachowania mają być dominujące? Moje zachowania! Postanowienia noworoczne to świetny pretekst do refleksji nad własnym życiem. Jak żyję? Nie stracimy tej okazji aby sobie pomóc w Nowym Roku!

*Autor: Jerzy Mika*

*trener zarządzania, menager, wychowawca*

## Spotkałem Chrystusa...

Był tak blisko i mimo mej niegodności wstąpił do mnie!

Tak po prostu i tak jak zawsze, kiedy tylko chcę, kiedy pamiętam  
o Nim ...

Tak jak zawsze kiedy w codziennym życiu proszę by był!

Zaszedłem dziś do szkoły Maryi!

Tam czekał na mnie, słuchał i był mi bliski.

Trudno to opowiedzieć, widziałem kiedy wchodził.

Tak jak zawsze, drzwi były zamknięte w obawie przed zimnem

Ktoś je domknął, a nawet zasłonił kotarę, na dworze mróz  
przypomniał, że jest zima.

Pamiętałem dzięki niej, bo wspominała swoim uśmiechem, że On daje  
się nam w chlebie!

Przyszedłem wiec na posiłek.

Mówił o tym jak bardzo dawno temu jego Ojciec próbował wybranych  
uczyć żyć.

Potem wspominał co najważniejsze i jak bardzo pragnie byśmy razem  
chcieli być.

Były takie słowa, które były tylko dla mnie –

przeciskały się przez moje myśli, pomiędzy bałaganem emocji,  
oczekiwań i nagromadzonych treści.

A potem widziałem jak w połączeniu chleba i wina wszyscy  
obecni wypatrywali oczy.

I były dzwonki i słowa i gesty.

i śpiew I światło i szum obecnych.

On przechadzał się i usiadł tuż przy mnie. Zostaniesz? Bezgłośnie  
wołałem wzruszony.

Jesteś tu blisko jak człowiek, Bóg wcielony. Spostrzegam tu innych  
i Ciebie ponownie.

Nakarmiony.

Nie idę samotnie. Ta cisza jest we mnie.

Spotkałem Chrystusa. Jest tuż. I uśmiecha się do tych słów.

Słowo jest... Ale ta obecność to nie tylko gest.

*Autor: Jerzy Mika*

## Przed świtem

Samotność

szukam w niej przyszłości

Odkrywam głębię swej duszy

nie jestem sam

odnajdując zagubione dziecinne sny

Słońce

wkrótce wyjdzie zza chmur

Przywróci uśmiech na smutnej twarzy

i jak za dziecięcych lat

rozpromieni szarą rzeczywistość

Światło

wskazuje sens mojego życia

Nadzieje pośród powodzi rozpacz

poprowadzi przez codzienność

rozgrzewając zimne serce

Jezus

Słońcem błędzącej ludzkości

Światłem na ciemnej drodze

przemienia bezsensowną wegetację

w życie pełne radości

*Autor: ks. Dariusz Woźny*

## Spis treści

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| Słowo wstępne.....                                                             | 2  |
| Kazanie z Mszy św. kończącej Konferencję Delegatów - Triduum 22.09. 2024 ..... | 3  |
| Towarzyszenie duchowe.....                                                     | 8  |
| Smartfon – nowoczesny narkotyk .....                                           | 18 |
| Życ dla Boga pośrodku świata – Instytut Pań Szensztatu .....                   | 23 |
| Refleksje.....                                                                 | 27 |
| Spotkałem Chrystusa... ..                                                      | 30 |
| Przed świtem .....                                                             | 32 |

***Im dajesz więcej, tym większym się stajesz. Ale potrzebny jest ktoś, aby przyjmować. Bowiem dawać to nie znaczy tracić.***

*/Antoine de Saint-Exupéry/*

**WESPRZYJ NASZE STARANIA:**

FUNDACJA FIDELITAS

Konto: 47 1140 2004 0000 3602 7739 1190

Tytuł przelewu: Darowizna na cele Fundacji Fidelitas