

NR INDEKSU 374776  
PL. ISSN 0137-8287

# rodzina

NR 6  
(1845)  
2017

MIESIĘCZNIK KATOLICKI • CZERWIEC • CENA 2 ZŁ



# Trójca Przenajświętsza – największą tajemnicą

Liturgia Kościoła katolickiego w całej swej rozciągłości dąży do uwielbienia Boga w Trójcy Jedyne. Każda Msza święta rozpoczyna się znakiem krzyża: „W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego” oraz kończy się błogosławieństwem udzielanym przez kapłana w imię wszystkich trzech Osób Boskich. Po antyfonie zaś na Wejście błagamy Boga w Trójcy o zmiłowanie, powtarzając po trzykroć: „Panie, zmiłuj się nad nami... Chryste, zmiłuj się nad nami... Panie, zmiłuj się nad nami”. Wraz z celebransem recytujemy w czasie bezkrwawej Ofiary hymn na cześć Trójcy Świętej: „Chwała na wysokości Bogu...”. W szczególnie uroczystych chwilach w życiu Kościoła, w podzięce za otrzymane łaski, śpiewamy Bogu w Trójcy: „Ciebie, Boga, wysławiamy...”.

Bez przesady można stwierdzić, że obrzędy sakramentów świętych i sakramentaliów są nieprzerwanym hymnem na cześć Ojca, Syna i Ducha Świętego. Tak więc na progu naszego życia zostaliśmy ochrzczeni „w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego”. W sakramencie pokuty odpuszcza nam spowiednik grzechy, mówiąc: „Rozgrzeszam was ze wszystkich grzechów waszych: „w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego”. Łaski i dary Ducha Świętego – potrzebne do wyznawania naszej wiary i życia według niej – otrzymujemy w momencie, kiedy biskup udzielający nam sakramentu bierzmowania namaszcza nasze czoło, wymawiając formułę: „Znacę cię znakiem krzyża i umacniam cię krzyżmem zbawienia: w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego”. Kiedy zaś dwoje ludzi łączy się ze sobą sakramentem małżeństwa, kapłan – jako przedstawiciel Kościoła – błogosławi im na nową drogę życia, mówiąc: „Małżeństwo, któreście między sobą zawarli, ja powagą Kościoła katolickiego potwierdzam i błogosławię: w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego”.

W liturgii mszalnej na uroczystość Trójcy Przenajświętszej powtarzamy wraz z kapłanem słowa: „Błogosławiony niech będzie Bóg Ojciec

chrześcijańskie malarstwo religijne. W początkach średniowiecza przedstawiano Boga Ojca, Stwórcę nieba i ziemi, jako rękę wynurzającą się z obłoku. Wieki XIV i XV wyobrażały Go jako dostojnego starca w kosztownej kapie i tiarze, czyli potrójnej koronie. Syn Boży w epoce współczesnego chrześcijaństwa, a zwłaszcza w okresie katakumbowym, przedstawiany był jako Baranek Boży, jako ryba lub młodzieniec. W XI w. przedstawiano Chrystusa jako dojrzałego mężczyznę o bujnych włosach i gęstej brodzie. Ale już od XIII w. widzimy Go niemal zawsze na drzewie krzyża. Prawie zawsze malarstwo religijne prezentowało Ducha Świętego w postaci białej gołębiczy, a więc tak, jak ukazał się przy chrzcie Jezusa Chrystusa.



Trójca Święta – fragment ikony pisanej przez Andrieja Rubłowa

i Jednorodzony Syn Boży, a zarazem Duch Święty; gdyż okazał nad nami miłosierdzie swoje” (Antyfona na Ofiarowanie). Nie poprzestawajmy jednak na tym, by oddawać cześć Bogu w Trójcy Jedyne powtarzając tylko słowa. Chwalmy Go całym naszym życiem chrześcijańskim, poświęcając Bogu wszystkie nasze myśli, słowa i czyny.

Cała przyroda wielbi swego Stwórcę i Pana. W tym chórze głoszącym chwałę Bożą nie może zabraknąć głosu króla wszystkich stworzeń – człowieka. Niepoślednią rolę odgrywali tutaj zawsze mistrzowie pióra, pędzla i tonów, którzy najwspanialsze swoje dzieła poświęcali na chwałę Boga w Trójcy Jedyne.

Tę największą tajemnicę naszej wiary, jaką jest Trójca Przenajświętsza, starało się przedstawić

Średniowieczne miniatury – zdobące zazwyczaj księgi liturgiczne – przedstawiają Ojca i Syna siedzących na tronie i trzymających na kolanach otwartą księgę żywota. Na jej kartach widnieje pierwsza i ostatnia litera alfabetu greckiego: alfa i omega, symbolizujące początek i koniec wszystkiego. Ponadto Bóg Ojciec podtrzymuje swą dłonią kulę ziemską, zaś Syn Boży dźwży krzyż – znak zbawienia. Nad ich głowami unosi się Duch Święty w postaci białej gołębiczy z rozpostartymi skrzydłami. W sztuce niemieckiej, z okresu twórczości Albrechta Dürera, Trójca Przenajświętsza przedstawiona jest nieco inaczej. Bóg Ojciec wyobrażony jest jako sędziwy starzec, trzymający przed sobą krzyż z rozpiętym na nim Zbawicielem. Gest obu rąk Boga Ojca mówi o wielkiej miłości Boga do ludzkości, dla której poświęcił swego Syna. Nad nim w postaci gołębiczy unosi się Duch Święty.

## NASZA OKŁADKA

Dzieci jak lalki. Przepiękne stroje krakowskie, mieniające się tysiącami barw, zobaczyć można w tradycyjnej procesji w święto Bożego Ciała. (Boże Ciało – fotoreportaż z Krakowskiej Mogiły)

## Boże Ciało

Boże Ciało, czyli Uroczystość Najświętszego Ciała i Krwi Pańskiej, to jeden z najpiękniejszych i najbardziej podniosłych dni – Chrystus w Najświętszym Sakramencie opuszcza świątynię i idzie razem z nami ulicami i drogami miast i wiosek. To jedno z najważniejszych świąt w Kościele katolickim, obchodzone na pamiątkę Ostatniej Wieczerzy i przeistoczenia chleba i wina w Ciało i Krew Chrystusa.

**Święto Bożego Ciała jest publicznym wyznaniem wiary Kościoła w realną obecność Jezusa Chrystusa w Eucharystii, uwielbieniem Go, podziękowaniem Mu za otrzymane łaski, prześlaniem za zniewagi.**

Jest to święto ruchome, przypadające na 60 dni po Wielkanocy. Zgodnie z tradycją tego dnia w parafiach w całej Polsce mają miejsce procesje z Najświętszym Sakramentem.

Początki święta Bożego Ciała przypadają na XIII w. Najpierw zostało wprowadzone przez biskupa Roberta w 1246 r. w diecezji Liège w dzisiejszej Belgii, na pamiątkę widzeń bł. Julianny z Cornillon (1192-1258) i ustanowione w 1264 r. przez papieża Urbana IV dla całego Kościoła powszechnego. W Polsce jako pierwszy święto Bożego Ciała wprowadził w 1320 r. w diecezji krakowskiej biskup Nanker. Uplłynęło 100 lat, zanim święto stało się powszechne w całym kraju. Uroczyste procesje zaś rozpoczęły się dopiero w XVI w., zwłaszcza w Krakowie, ówczesnej stolicy. W procesji idącej od Wawelu do Kościoła Mariackiego szli królowie polscy ze swym dworem, różne formacje wojska, bractwa kupieckie i cechowe z godłami i chorągwiemi. Jeszcze w drugiej połowie XVIII w. procesje Bożego Ciała, zwłaszcza w miastach, uświet-

niały salwy armatnie i wystrzały z muszkietów.

Człowiek potrzebuje do szczęścia czegoś więcej niż tylko zaspokojenia biologicznych potrzeb. Pragnie uznania ze strony innych, chce być traktowany sprawiedliwie, tęskni za odrobiną dobroci i serca. Istnieje również głód ludzkiego ducha. Istnieje chleb, który taki głód zaspokaja. Daje go sam Bóg, który w Jezusie Chrystusie ukazał wszystkim ludziom przyjazne oblicze i odkrył zbawcze zamiary wobec człowieka. Ludzka tęsknota za szczęściem bez granic nie kieruje się więc w próżnię. Ma głęboki sens, gdyż pochodzi od Boga i do Boga prowadzi. W Jezusie Chrystusie poznaliśmy prawdziwe oblicze niebieskiego Ojca. Syn Boży chciał się nazywać Synem Człowieczym i stał się podobnym do ludzi we wszystkim oprócz grzechu. Podobnym również w śmierci. Każda Eucharystia przypomina i uobecnia tajemnicę Jego przejścia z życia do śmierci i ze śmierci do życia.

Zanim to przejście się dokonało, Jezus zasiadł ze swoimi uczniami do Ostatniej Wieczerzy. W dzień przed Męką zaprosił ich na ucztę, w czasie której sam stał się Pokarmem. Wziął chleb i zamienił go w swoje Ciało. Wziął wino i uczynił zeń swoją Krew. Tak ustanowił Eucharystię, wielką ofiarę dziękczynienia, w której Jezus codziennie przychodzi do ludzi, aby dzielić z nimi ich los. Wybrał najprostszy sposób obecności – w wymownym znaku chleba i wina. Jak chleb zaspokaja głód

ludzkiego ciała, tak On – nasz Pan – potrafi spełnić pragnienia ludzkich serc: „Chlebem, który Ja dam, jest Moje Ciało za życie świata” (J 6,51). Jak wino „rozweśla serce człowieka”, tak On prowadzi niezawodną drogą do radości nieprzemijającej: „Kto spożywa moje Ciało i pije moją Krew, ma życie wieczne” (J 6,54).

**W Uroczystość Bożego Ciała wychodzimy z Eucharystią na zewnątrz, na ulice i drogi naszych miast i wsi, aby publicznie wyznać wiarę w obecność Chrystusa w Najświętszym Sakramencie. W ten dzień wierni**



Ostatnia Wieczerza – mal. Otto van Veen (1595 r.)

**adorują Chrystusa, czczą Go i wielbią za wielkie dzieła, jakie czyni On pośród swego ludu. Boże Ciało to często najpiękniejsze i najważniejsze wydarzenie w parafiach, to dzień kochany przez Polaków, którzy chętnie budują ołtarze i dekorują trasy. Wierni idą w barwnych procesjach, podczas których do czterech ołtarzy niesiony jest pod baldachimem Najświętszy Sakrament. Wokół udekorowane domy, przystrojone zielenią ołtarze, barwny korowód asysty, dziewczynki w białych sukienkach sypią kwiatki, na wietrze powiewają kolorowe sztandary i chorągwie. Całe to bogactwo – dla małego – a tak wielkiego opłatka, zamkniętego w złotej monstrancji, bo Bóg jest obecny pośród nas pod postacią chleba i wina.**

# Starokatolicy pionierami ekumenii (4)

Na podstawie ustaleń (omówiono je w poprzednim numerze *Rodziny*) doszło do zwołania dwóch Konferencji Unijnych w Bonn (wrzesień 1874, sierpień 1875). W zredagowanym przez ks. prof. I. von Döllingera zaproszeniu podkreślono, że podstawę i zasadę ewentualnego porozumienia winny stanowić symbole wiary pierwszych wieków Kościoła oraz ówczesna nauka i praktyka, która w całym Kościele Wschodu i Zachodu uchodziła – przed wielkim podziałem – za istotną i konieczną. „Celem zjednoczenia nie jest jakaś unia absorpcyjna czy pełne zlanie się różnych Kościołów w jeden, lecz przywrócenie łączności kościelnej na podstawie *unitas in necessartis*, z utrzymaniem i poszanowaniem tych właściwości poszczególnych Kościołów, które nie należą do istoty wiary”.

Porozumienie z prawosławnymi i anglikanami w znacznej mierze ułatwiło wyjaśnienie ks.

prof. I. von Döllingera, złożone na I Konferencji Unijnej, iż dekrety Soboru Trydenckiego nie wiążą starokatolików, albowiem Soboru tego nie można uznać za ekumeniczny. Teologowie starokatolicy i anglikańscy (bez udziału prawosławnych) na specjalnym zebraniu przyjęli osiem tez (podają za U. Kūry: *Die altkatholische Kirche...*, s. 432 n.), które można streścić następująco: ograniczyć kanon ksiąg Starego Testamentu do protokanonicznych, oddać pierwszeństwo oryginalnemu tekstowi Biblii przed przekładami, znieść zakaz czytania Biblii, zastosować narodowe języki w liturgii, głosić usprawiedliwienie przez wiarę i miłość, odrzucić *merita de condigno*, odrzucić naukę o przenoszeniu zasług ze świętych na innych ludzi, przyjmując siedem sakramentów. Wspólnie z prawosławnymi przyjęto sześć kolejnych tez, a mianowicie: Pismo Święte uznano jako *regula fidei*, odrzucono dogmat o Niepo-

kalanym Poczęciu Maryi, utrzymano instytucję dobrowolnej pokuty, odrzucono rzymskokatolicką naukę o odpustach, uznano pożytek modlitwy za umarłych, przyjęto wyjaśnienie o Eucharystii św. Dyskutowano także nad sprawą *filioque* i stwierdzono, że sformułowanie to zostało wtrącone bezprawnie do Nicejskiego Wyznania Wiary. W interesie pokoju i jedności leży, by cały Kościół wziął ten fakt pod rozwagę i starał się przywrócić symbolowi wiary pierwotną formę. Problem *filioque* przekazano komisji do dalszego wyjaśnienia. Zajmowała się nim także II Konferencja Unijna w Bonn (1875).

Bardziej systematyczne zajęcie się kwestią rozmów zjednoczeniowych z anglikanami i prawosławnymi nastąpiło po zawarciu Unii Utrechckiej oraz wydaniu *Deklaracji Utrechckiej Biskupów Starokatolickich* (1889), która tchnie duchem ekumenizmu.

(cdn.)



Grupa uczestników IV Międzynarodowego Kongresu Starokatolików w Wiedniu (31 sierpnia – 3 września 1897). Fot. z książki Bpa Wiktora Wysoczańskiego pt.: *Polski nurt starokatolicyzmu*, s. 36

# Historyczne, teologiczne i prawnokościelne podłoże powstania starokatolicyzmu (6)

**Opoką jest każdy uczeń Jezusa.** „Nikt chyba nie przypuszcza – pisze Orygenes – że klucze królestwa niebieskiego dał Pan samemu tylko Piotrowi i nikomu więcej spośród błogosławionych (...). Natomiast wspomniany już św. Cyprian, pozostający pod czarem geniuszu Tertuliana, odrzucając prymat jurysdykcyjny biskupa rzymskiego nie przyznawał go także apostołowi Piotrowi i stawiał go na równi z innymi apostołami. Był zdania, że „każdy biskup postępuje i zarządza u siebie według swego sumienia, a za swe postępowanie zda rachunek przed Bogiem”. W rozdz. 4 swego oryginalnego i spekulatywnego traktatu *De ecclesia eunitate* (*O jedności Kościoła*) na podstawie tekstów Mt 16, 18-19 oraz J 20, 21-23 twierdzi, że Jezus celem udokumentowania jedności Kościoła „buduje go na jednym”, określając swym autorytetem początek „owej jedności”. Wyjaśnia jednak: „Niewątpliwie tym, czym był Piotr, byli także inni apostołowie, na równi z nim obdarzeni uczestnictwem w godności i władzy; zaczęło się wszakże od jedności, aby pokazać, że jeden jest Kościół Chrystusowy”. W czasie późniejszym **biskup Hippony, św. Augustyn († 430), znając poglądy św. Cypriana, traktował pierwszeństwo Piotrowe jako symbol jedności kościelnej.**

Sprawą pierwszeństwa biskupów główniejszych metropolii cesarstwa rzymskiego oraz zakresem ich jurysdykcji zajmowały się już pierwsze sobory ekumeniczne. Jak wynika z treści kan. 6 uchwalonego na Soborze nicejskim w 325 r., pierwsze miejsce wśród biskupów przyznano bi-

skupom: Rzymu, Aleksandrii i Antiochii. Analogiczne miejsce Sobór przyznał także biskupowi Jerozolimy (kan. 7). Sobór ekumeniczny konstantynopolitański I (381) przyznał „starszeństwo” biskupowi Konstantynopola, „po biskupie Rzymu, gdyż miasto to (Konstantynopol) jest Nowym Rzymem” (kan. 3). Zostało to następnie potwierdzone w kan. 28 na Soborze chalcedońskim. A zatem autorytet pewnych gmin w Kościele – poza względami religijnymi – w dużej mierze zależał od znaczenia politycznego miasta, będącego siedzibą gminy. W kan. 28 jest mowa nie tyle o przywilejach biskupów Rzymu i Konstantynopola, co raczej o przywilejach „świętego Kościoła Konstantynopola – Nowego Rzymu” i „stolicy Starego Rzymu”. Zdaniem ojców Soboru chalcedońskiego, „Nowy Rzym, zaszczycony pobytem cesarza i senatu i cieszący się identycznymi przywilejami, jak Stare Miasto cesarskie, winien mieć te same przywileje kościelne” i być na drugim miejscu po Rzymie.

Uprawnienia pięciu patriarchów: Rzymu, Konstantynopola, Aleksandrii, Antiochii i Jerozolimy były równe. **Pierwszeństwo wśród nich ojcowie niektórych soborów ekumenicznych przyznali patriarche Rzymu, a to przede wszystkim ze względu na znaczenie polityczne, kulturalne i gospodarcze stolicy imperium. Po upadku cesarstwa zachodniego (476) biskupowi rzymskiemu, jako jednemu patriarche na Zachodzie, udało się – w przeciwieństwie do pa-**



Apostołowie Piotr i Paweł – rzeźba, 1120 – 1132, Vezelay

**triarchów wschodnich – zachować względną niezależność od władzy cesarskiej, a także znaleźć poparcie u władców nowo powstałych państw germańskich. Odtąd papież różnymi sposobami będą zabiegać o utrzymanie niezależności od władzy świeckiej. W piśmie Gelazego I (492-496) z 494 r. skierowanym do Anastazego, cesarza wschodniorzymskiego, jest mowa o istnieniu dwóch władz: duchownej i świeckiej, rządzących światem. Papież zwrócił uwagę na wyższość władzy duchownej, bowiem kapłani muszą na Sądzie Boskim zdać sprawę także za władców świeckich. Te poglądy papieża zostały później przejęte przez kamedulę Gracjana († ok. 1159 lub 1179), twórcę nauki prawa kanonicznego, w zredagowanym przez niego Dekrecie w latach 1140-1144, i rozwinięte przez pisarzy politycznych średniowiecza.**

(cdn.)

## Największy z proroków

Jedną z najwspanialszych postaci wymienianych na kartach Nowego Testamentu jest niewątpliwie św. Jan Chrzciciel. Jest to wyjątkowy święty – jako jedyny cieszy się przywilejem obchodzenia jego uroczystości w dniu urodzin.

Jak czytamy na kartach Nowego Testamentu, św. Jan Chrzciciel urodził się pół roku przed Jezusem w Judei, w mieście Ain Karim leżącym ok. 7 km na północny zachód od Jerozolimy. Był on synem żydowskiego kapłana Zachariasza, i Elżbiety z kapłańskiego rodu Aarona, która była krewną Maryi. Ewangelista św. Łukasz bardzo wysoko ocenia moralno-religijną postawę Zachariasza i Elżbiety: „Oboje byli sprawiedliwi wobec Boga i postępowali nienaganie według wszystkich przykazań i przepisów Pańskich” (Łk 1, 6). Nie zaznali jednak pociechy, będącej największym pragnieniem hebrajskiego małżeństwa. „Nie mieli jednak dziecka, ponieważ Elżbieta była niepłodna; oboje zaś byli już posunięci w latach” (Łk 1, 7). Przeżywali więc w osamotnieniu smutne dni, nie mogąc zrozumieć, dlaczego Bóg poskąpił im pociechy. Niepłodność była uważana u Żydów za karę Bożą, podczas gdy liczne potomstwo – za znak szczególnego błogosławieństwa Pańskiego.

Narodzenie i szczególne posłannictwo św. Jana Chrzciciela zwiastował Zachariaszowi anioł Gabriel podczas służby, którą kapłan pełnił w świątyni. Wówczas wysłannik Boga przemówił do niego: „Nie bój się, Zachariaszu; twoja prośba została wysłuchana: żona twoja Elżbieta urodzi ci syna, któremu nadasz imię Jan. Będzie to dla ciebie radość i wesele; i wielu z jego narodzenia cieszyć się będzie” (Łk 1, 13-14). Niestety, Za-



Jezus i św. Jan Chrzciciel jako dzieci (Pinturicchio, Siena)

chariasz nie uwierzył archaniołowi, wskutek czego utracił mowę. Dopiero przy obrzezaniu chłopca, który otrzymał imię zgodnie z poleceniem anioła, Zachariasz wyśpiewał kantyk, w którym sławił wypełnienie się obietnic mesjańskich i witał swojego syna jako proroka, który będzie szedł przed Panem.

Po śmierci rodziców św. Jan rozpoczął ascetyczne życie na Pustyni Judzkiej. Kiedy skończył 30 lat, mógł według prawa występować publicznie i nauczać, co czynił w okolicach rzeki Jordan. Głównym celem jego misji stało się wzywanie ludzi do nawrócenia oraz przygotowanie drogi do publicznej służby Jezusa. Symbolem tego był chrzest udzielany przez proroka w rzece Jordan. Działalność św. Jana została zauważona przez starszyznę ludu oraz same-

go Heroda II Antypasa. Niedługo po chrzcie Jezusa twarde słowa św. Jana na temat małżeństwa tetrarchy Galilei stały się pretekstem, by wtrącić go do więzienia. W dniu urodzin Heroda, podczas uczyty, na skutek spisku jego żony Herodiady, Jan został ścięty mieczem (ok. 32 r).

Po tym wydarzeniu sam Jezus Chrystus – przemawiając do swoich słuchaczy -wygłosił pod adresem św. Jana Chrzciciela wspaniałą pochwałę: „Coście wyszli oglądać na pustyni? Trzcinę kołyszącą się na wietrze? Ale coście wyszli zobaczyć? Człowieka w miękkie szaty ubranego? Oto w domach królewskich są ci, którzy miękkie szaty noszą. Po coście więc wyszli? Proroka zobaczyć? Tak, powiadam wam, nawet więcej niż proroka. On jest tym, o którym napisano: Oto ja posy-

łam mego wystąpić przed Tobą, aby Ci przygotował drogę. Zaprawdę powiadam wam: Między narodzonymi z niewiast nie powstał większy od Jana Chrzciciela” (Mt 11, 7-11). Takiego świadectwa z ust Chrystusa nie otrzymał żaden inny człowiek.

Wyrażenie „powstał” – spotykane w Piśmie Świętym – odnosi się zawsze do proroków. Oni bowiem „powstawali” na wezwanie Boże, by w Jego imieniu głosić ludziom prorocze słowa objawione im przez Pana. Jednak Jan Chrzciciel przewyższał ich wszystkich nie tylko z powodu powierzonej mu misji, ale również swoim osobistym życiem. Zasłużył sobie, aby być nie tylko największym z proroków, ale nawet więcej niż prorokiem. Był bowiem poprzednikiem Tego, którego prorocy zapowiadali. Mówi o tym modlitwa ze Mszy św. na uroczystość jego narodzenia, gdzie czytamy, iż „nie tylko zapowiedział przyjsie Zbawiciela świata, lecz wskazał, że jest nim Pan nasz Jezus Chrystus”. Był więc pomostem między Starym i Nowym Przymierzem, jako ostatni z proroków i pierwszy z apostołów.



Chrzest Chrystusa – fragment obrazu Wojciecha Gersona (1831 – 1901)

## W Strzyżewie

# „Akcja dokarmiamy zwierzęta naszych lasów”



W dniu 23 marca dzieci ze szkoły im. Fryderyka Chopina w Strzyżewie oraz pracownik szkoły pan Boguś otrzymali skromne upominki i dyplomy. Pod opieką księdza Juliana Kopińskiego (proboszcza z tułejskiej parafii polskokatolickiej) została zorganizowana akcja „Zbieramy kasztany i żołędzie” dla Koła nr 4 Wielowieś. Zapraszamy wszystkich chętnych do udziału w kolejnej zbiórce i pomocy zwierzętom mieszkającym w wielowiejskich lasach.

**Wszystkim Uczestnikom oraz Ich Rodzinom bardzo dziękujemy.**

**Organizator**



## Pięćdziesiątnica

Święto Zesłania Ducha Świętego, zwane też Pięćdziesiątnicą (gr. *Pentecostes*, tj. pięćdziesiątka), a potocznie Zielonymi Świątkami, jest obchodzone na pamiątkę wydarzenia w Wieczerniku, gdy po pięćdziesięciu dniach od Zmartwychwstania Jezusa na zebranych tam Apostołów i Najświętszą Maryję Pannę zstąpił Duch Święty w postaci ognistych języków.

**„Nagle dał się słyszeć z nieba szum, jakby uderzenie gwałtownego wiatru, i nappełnił cały dom, w którym przebywali. Ukazały się im też języki jakby z ognia, które się rozdzieliły, i na każdym z nich spoczął jeden. I wszyscy zostali nappełnieni Duchem Świętym, i zaczęli mówić obcymi językami, tak jak im Duch pozwalał mówić” (Dz. Ap. 2, 2-4).**

Tak wypełniło się zapowiedziane w Starym Testamencie proroctwo o kontynuacji misji Jezusa na ziemi. „Gdy jednak przyjdzie Pocieszyciel, którego Ja wam pošlę od Ojca, Duch Prawdy, który od Ojca pochodzi, On będzie świadczył o Mnie” (J 15, 26).

W dniu Pięćdziesiątnicy Kościół, ożywiony Duchem Świętym, rozpoczyna przepowiadanie radosnej nowiny o zbawieniu wszystkim narodom. Nappełnieni Duchem Świętym, apostołowie zaczęli przemawiać w wielu językach, co miało uzdolnić ich do prowadzenia misji ewangelizacyjnej. Otrzymali też ku temu inne dary duchowe – charyzmaty. Dary Ducha Świętego to specjalne uzdolnienia, które pozwalają żyć w sposób godny ucznia Jezusa Chrystusa. Są nimi: dar Mądrości, dar Rozumu, dar Rady, dar Męstwa, dar Umiejętności, dar Pobożności, dar Bojaźni Bożej.



Zesłanie Ducha Świętego jest nieodłączną częścią i zwieńczeniem Zmartwychwstania Jezusa Chrystusa. Dar Ducha Świętego to najważniejszy dar, który czyni nas uświęconymi, mocnymi. Tymi, którzy są w stanie wierzyć i przekazywać wiarę innym. Żeby człowiek mógł spełniać przykazania, dostaje od Pana Boga dar Ducha Świętego. To bardzo ważne, bo sam z siebie nie byłby w stanie przykazań spełnić. Uroczystość Pięćdziesiątnicy kończy wydarzenia Wielkanocy, czyli śmierci i zmartwychwstania Pana Jezusa poprzez dar Ducha Zmartwychwstałego. Właśnie ten Duch ożywia Kościół, który „nie narodził się z woli ludzkiej, z refleksji, z biegłości człowieka i jego zdolności organizacyjnych”. – Albowiem gdyby tak było, dawno już by zginął, tak jak przemija każda ludzka rzecz. (przyp. Red.) „Duch Święty stworzył Kościół jako miejsce spotkania i modlitwy wszystkich ludów; obejmuje on cały świat, przekracza granice rasy, klasy, narodu; obala wszystkie bariery i jednoczy ludzi” (papież Benedykt XVI).

## „Ześlij Ducha Twego...”

Duch Święty nieustannie odnawia świat w każdej dziedzinie jego życia. Jego działalność objawia się w życiu jednostek i w życiu Kościoła. Św. Augustyn porównywał działalność Ducha Świętego z funkcjami ludzkiej duszy. Tak jak Bóg tchnął duszę w człowieka, tak samo Chrystus tchnął Ducha Świętego w Kościół. Z natury rzeczy trudno jest wskazać na konkretne formy działalności trzeciej Osoby Bożej, ponieważ każdy ludzki uczynek można interpretować w sposób naturalny.

Działalność Ducha Świętego w duszach, jakkolwiek trudna do spostrzeżenia, jest wspaniała i skuteczna. Jezus Chrystus porównał ją do rzeki: „Jeśli ktoś jest spragniony,

a wierzy we mnie – niech przyjdzie do Mnie i pije! Jak rzekło Pismo: Strumienie wody żywej popłyną z jego wnętrza. A powiedział to o Duchu, którego mieli otrzymać wierzący w Niego” (J 7, 37-39). Ludzie sprawiedliwi żyjący przed Chrystusem byli w pewnym stopniu także obdarzeni łaską Ducha Świętego, który w nich mieszkał. Przykładem są: Zachariasz, Jan Chrzciciel, Symeon i Anna. Duch Święty podtrzymywał w nich wiarę w przyjście Odkupiciela świata i rozpałał w nich miłość do Boga. Pełnia Ducha Świętego przeznaczona była jednak dla wiernych uczniów Chrystusowych. W swym nieskończonym miłosierdziu Bóg przez swego

Syna Jezusa Chrystusa przywrócił nam utraconą godność dzieci Bożych, odrodził nas do nowego życia, abyśmy się stali synami Bożymi. Tak dzieło uświęcenia człowieka w szczególny sposób przypisuje się Duchowi Świętemu. „Albowiem wszyscy ci, których prowadzi Duch Boży, są synami Bożymi. Nie otrzymaliście przecież ducha niewoli, by się znowu pogрузić w bojaźni, ale otrzymaliście ducha przybrania za synów, w którym możemy wołać: Abba, Ojcze” (Rz 8, 14-15).

Nasze wewnętrzne odrodzenie zostało zapoczątkowane przy chrzcie św. Stwierdza to Jezus Chrystus w rozmowie z Nikodemem: „Jeśli się ktoś nie narodzi z wody i z Ducha, nie może wejść do królestwa Bożego” (J 3, 5). W sakramencie bierzmowania Duch Święty udziela życiu chrze-



ścijańskiemu mocy i męstwa w miłości: „Miłość Boża rozlana jest w sercach naszych przez Ducha Świętego, który został nam dany” (Rz 5, 5).

Duch Święty mieszka w nas: „Czyż nie wiecie, żeście świątynią Boga i że Duch Boży mieszka w was?” (1 Kor 3, 16); „Czyż nie wiecie, że ciało wasze jest przybytkiem Ducha Świętego” (1 Kor 6, 19); „... który daje wam swego Ducha Świętego” (1 Tes 4, 8). Nie wnikając w niemożliwą do zrozumienia dla ludzkiego umysłu formę tej obecności, musimy sobie uświadomić, że On po prostu jest. Zamieszkanie w nas Ducha Świętego jest spełnieniem obietnicy Jezusa Chrystusa: „Ja zaś będę prosił Ojca, a innego Poczyciela da wam, aby z wami był na zawsze” (J 14, 16).

Św. Paweł w liście do Galatów wymienia owoce ducha, które przypisuje się Duchowi Świętemu: „Owoce zaś Ducha jest: miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność” (Gal 5, 22).

Tam, gdzie nie ma prawdziwej miłości, dobroci, uprzejmości, wspinałomyślności, skromności, tam nie ma Ducha Bożego.

Duch Święty działa nie tylko w poszczególnych jednostkach, ale również w Kościele. W dniu Zielonych

Świąt rozlał swe dobrodziejstwa na mistyczne Ciało Chrystusa. Apostołowie napełnieni Duchem Świętym zaczęli mówić różnymi językami.

Dar Ducha Świętego dla Kościoła nie był jednorazowy. Wspiera On następców Apostołów. „Duch Święty ustanowił was biskupami, abyście kierowali Kościołem Boga” (Dz 20, 28). W swoim posługiwaniu kapłani czerpią nadprzyrodzoną moc z Ducha Świętego.

Duch Święty kieruje Kościołem. Zdając sobie sprawę z kierowniczej roli trzeciej Osoby Bożej, Apostołowie, wydając dekret na soborze jerozolimskim, mogli powiedzieć: „Postanowiliśmy bowiem, Duch Święty i my” (Dz 15, 28). Dlatego też tak ważne są dla nas dekrety soborów powszechnych, które kryją w sobie nie tylko autorytet ludzi w nich uczestniczących, lecz również autorytet Ducha Świętego kierującego Kościołem.

Bezgraniczne dobrodziejstwa, jakimi nas obsypuje Duch Święty, zobowiązują do jego poznania i współdziałania. Wielu chrześcijan, podobnie jak uczniowie z Efezu, którzy nie wiedzieli nawet o istnieniu Ducha Świętego, posiada bardzo płytką wiarę w Ducha Bożego mieszkającego i działającego w człowieku. „Będziesz miłował Pana Boga twe-



go z całego serca swego...” odnosi się do wszystkich trzech Bożych Osób. Nie wolno nam gasić w sobie Ducha Świętego: „Ducha nie gasicie” (1 Tes 5, 19). Oznacza to, że nie wolno nam sprzeciwiać się Jego natchnieniom. „Dziś, jeśli głos Jego usłyszycie, nie zatwardzajcie serc waszych jak na puszczy, gdzie mnie kusili wasi ojcowie i doświadczałem mię, choć dzieła moje widzieli” (Ps 94, 8). Pan Jezus upominał, że „Jeśli ktoś powie słowo (...) przeciw Duchowi Świętemu, nie będzie mu odpuszczone ani w tym wieku, ani w przyszłym” (Mt 12, 32).

## Z polskich tradycji ludowych

# Zielone Świątki

**Zielone Świątki – to ludowa nazwa święta kościelnego Zesłania Ducha Świętego. Zielone Świątki były pierwotnie związane z przedchrześcijańskimi obrzędami powitania wiosny, ze świętem rolników i pasterzy. Obfitowały one w pieśni, modlitwy i procesje błagalne wśród pól o dobry urodzaj i pomyślne żniwa.**

Najbardziej charakterystycznym zwyczajem tego okresu było majenie domów, zgodnie z powiedzeniem „Zielone Świątki – tatarak w kątki”. Niegdyś przed wejściem do chat ustawiano młode zielone brzoźki. Współcześnie kobiety niekiedy przynoszą jeszcze do domów „zielone”,

czyli gałązki brzozy czy klonu, które wkładają za obrazy i do wazonów, oraz tatarak, który – pocięty na kawałki – rozrzucają po całym mieszkaniu oraz przed chatą, a dawniej zatykano te zielone gałązki nawet w strzechy domów. Tak pisał Oskar Kolberg: „W dnie te umiatają przed

domem śmiecie, posypią miejsce to tatarakiem i obsadzą ganki domu, a czasami i bliski płotek gałązkami brzeziny”. W wieńce z kwiatów i liści ubierano także przydrożne krzyże i kapliczki. W oknach, na drzwiach, ścianach, płotach, za obrazami i belkami – wszędzie musiało szeleścić i mienić się świeżymi, pachnącymi liśćmi. Powszechnie wierzono, że młoda zieleń i życiodajne soki wiosennych gałęzi przynoszą powo-

cd. na str. 10



# Zieleń? Na zdrowie!

Istnieje mnóstwo dowodów pozytywnego wpływu przyrody na nasze zdrowie, choć niewiele osób to sobie uświadamia. Okazuje się np., że kiedy oglądamy piękne krajobrazy, nasze fale mózgowe przechodzą w stan alfa: relaksacji i zadowolenia, zwalnia puls, obniża się ciśnienie krwi. W mózgu wytwarzane są endorfiny, zwane popularnie hormonami szczęścia. Na widok budynków, autostrad i miejskiego betonu wzrasta zaś niepokój i poziom stresu, mierzony stężeniem kortyzolu we krwi.

Japońscy lekarze od ćwierćwiecza wysyłają pacjentów do lasu, by tam szybciej zdrowieli i wzmacniali osłabiony chorobą organizm. Taką terapię, polegającą na niespiesznych spacerach wśród drzew, nazywa się tam shinrin-yoku, czyli leśną kąpielą, i uznaje za ważny element profilaktyki zdrowotnej. Brytyjscy naukowcy z Uniwersytetu Exeter sprawdzali na próbie 10 tys. osób korzyści z przeprowadzki w pobliże terenu zielonego – publicznego parku, prywatnego ogrodu czy choćby



tylko na ulicę ze szpalerem drzew. Wyniki badań pokazały, że po takiej przeprowadzce ludzie są bardziej zadowoleni z życia. I co jest kluczowe w tym badaniu – wzrost tego zadowolenia jest trwały i utrzymuje się przez wiele lat, czytamy w *GW* z 11-12.03.17.

„Popatrz na drzewa, poczujesz się lepiej” – tak można podsumować wiele badań psychologów nad zbawiennym wpływem natury na zdrowie. Oczywiście każdy spacer wiąże się z aktywnością fizyczną, która jest sama w sobie korzystna dla zdrowia. Poza tym w parkach ludzie spotykają się i wchodzą w relacje z innymi, bawią z psami, a to znane czynniki poprawiające nastrój i równowagę psychiczną. Ale część badaczy sądzi, że jest w tym coś więcej.

Ludzie mają wrodzony, genetycznie zakodowany pociąg do przyrody, do natury, której są częścią. Psychologowie środowiska potwierdzają – dzieci skupiają się le-

piej, jeśli za oknem widzą zieleni. Również zresztą jak studenci w akademiku – nauka przychodzi im łatwiej w pokojach z oknami wychodzącymi na park czy szpaler drzew niż w tych, z których widać budynki czy drogi. Podobne obserwacje jak w szkołach czynione są też w szpitalach. Osoby po zabiegach chirurgicznych, które mają z okna widok na ogród, szybciej dochodzą do zdrowia niż te, które mogą co najwyżej oglądać ulice czy budynki.

Zieleń, w tym również ta miejska, ma wartość wykraczającą daleko poza jej estetyczne piękno i biologiczne znaczenie dla środowiska. Ona chroni nasze zdrowie psychiczne – sprawia, że jesteśmy mniej zestresowani, bardziej zadowoleni i zrelaksowani.

## cd. ze str. 9

dzenie w różnych gospodarskich przedsięwzięciach, pobudzają wzrost i plenność roślin, chronią od wszelkiego zła i zarazy.

Zieleń była od zawsze łączona z Zielonymi Świątkami. Zielone wieńce zdobiły głowy dziewcząt, a wieńce z liści brzozy, dębu i klonu zakładano nawet na szyje koni i rogi bydła, zaś wianuszki z polnych kwiatów opasywały szyje gęsi i kaczek. Wybór liści nie był przypadkowy; delikatna brzoza miała wzbudzać miłość i sympatię, dąb zapewniał przyjaźń i długie życie, a klon – zdrowie. Wierzono, że cechy te przechodzą z liści na zwierzęta.

Na czas święta zmieniały się stałe elementy wystroju wnętrza,

które były odświeżane, odnawiane czy wzbogacane. Wyraźnie widać to na przykładzie tak zwanego „świętego kąta”, czyli domowego ołtarzyka, przy którym na co dzień modlono się: „Święty ołtarzyk domowy znajdował się na półeczce na ścianie z obrazami naprzeciw wejścia. Znajdowała się tam figurka Matki Boskiej, pasyjka, dwie świeczki, dwa bukiety kwiatowe z bibułki kolorowej umieszczone w słoiku albo flaszeczce. W maju zapalało się tam świeczki wieczorem na cześć Matki Boskiej” (Muzeum Wsi Radomskiej). Do wiosennego majenia „świętych kątów” używano w szczególności świeżych ciętych kwiatów, dostępnych w obejściu. Na Zielone Świątki zdobiono po-

nadto domowe ołtarzyki tatarskimi oraz zielonymi gałązkami. Do dziś przetrwała tradycja majenia domów, zagród oraz przydrożnych kapliczek i krzyży świężo ściętymi gałęziami, niekiedy nawet całymi, niewielkimi brzozowymi drzewkami.

Chociaż dzisiaj większość dawnych obrzędów związanych z Zielonymi Świątkami już zanikła, nadal pozostaje wiara w siłę zielonej gałązki.

\* \* \*

Z Zielonymi Świątkami związane są przysłowia:

– *Do Zielonych Świątek można wodę lać i w piątek.*

– *Deszcz w Zielone Świątki, będą wielkie sprzątki.*

– *Na św. Ducha w polu otucha.*

# Eklezjologia i rozumienie Kościoła

**Najważniejszym kierunkiem w rozwoju eklezjologii starokatolickiej było i jest bliskie połączenie samej eklezjologii ze zrozumieniem Boga. Już teologia starokatolicka XIX wieku widziała to powiązanie. Dotyczy to przede wszystkim chryścocentryzmu i podkreślenia działania Ducha Świętego.**

Ks. Kurt Stalder (1912-1996), profesor Chrześcijańskokatolickiego Wydziału Teologicznego Uniwersytetu w Bernie i dr honoris causa ChAT (1985 r.) tak pisał: „Jeżeli mamy odpowiedzieć na pytanie, z czego składa się Kościół? To ostatecznie – nie tylko dogmatycznie, ale także zgodnie z Nowym Testamentem – należy wskazać na wewnętrzną, boską wspólnotę i powiedzieć: Kościół składa się nie ze swoich członków, lecz z wewnętrznej, boskiej wspólnoty, w której udział daje człowiekowi Bóg, przez pojednanie i powołanie. Wobec tego Kościół jest wspólnotą ludzi w Chrystusie Panu”. Jest to zgodne z tym, co powiedział bp Urs Kury: „Kościół jest wspólnotą ludzi tylko w podporządkowaniu się pod pion Boga w Trójcy Przenajświętszej”.

Teologowie więc podkreślają z naciskiem, że **Kościół jako wspólnota ludzka jest udziałem wewnątrz boskiej wspólnoty Trójjedynego Boga**. Ponieważ tak sprawa się przedstawia, nauka o Trójcy Świętej ma tak duże znaczenie dla eklezjologii.

Prawdziwa wspólnota w Kościele zakłada, że wierni mogą być w stosunku do siebie wysłannikami Chrystusa. Zakłada również, że wierni mogą odpowiedzieć całym swoim życiem na poselstwo Chrystusa, na Jego miłość i Jego naukę, ale jest to możliwe tylko w Duchu Świętym. Dla egzystencji wspólnoty kościelnej jest więc niezbędne działanie Syna i Ducha Świętego, którzy



Zesłanie Ducha Świętego – Mozaika w bazylice w Lourdes

wspólnie pochodzą od Ojca. Chrystus i Duch Święty muszą więc mieć tę samą godność i pozycję. W zasadzie wszystkie Kościoły akceptują to, skoro przyznają, że Chrystus i Duch Święty jest prawdziwym Bogiem, tak jak Ojciec – i że są z Nim jedno. Jeśli więc Kościół ma być rozumiany w głębokim, teologicznym znaczeniu jako wspólnota, to wymaga to takiej nauki o Trójcy Świętej, w której Duchowi Świętemu przyznana zostaje taka sama godność i to samo znaczenie jak Chrystusowi. Gdy w ten sposób spojrzymy na ten problem, to wówczas rozważania na temat „Filioque” mają znaczenie eklezjologiczne. Kościoły starokatolickie – jak wiadomo – przywróciły stare brzmienie wyznania niceo-konstantynopolitańskiego, gdzie mówi się, że Duch Święty pochodzi od Ojca.

Inny temat, który w eklezjologii starokatolickiej jest często omawiany – **to teologia Kościoła lokalnego**. Przy czym teologowie starokatolicki wychodzą z przekonania, które zresztą było reprezentowane wcześniej przez teologów nie starokatolików, że każdy Kościół lokalny jest w swej istocie całą rzeczywistością Kościoła (sam w sobie jest niejako całym Kościołem). Od czasów II Soboru Watykańskiego również Kościół Rzymskokatolicki w pewnej mierze tak rozumie Kościół lokalny,

ale teologowie starokatolicki rozumieją Kościół lokalny jako Kościół w pełni cały, bez zastrzeżeń. Oczywiście, poszczególne Kościoły lokalne muszą pozostawać we wspólnocie z sobą, ale Kościół uniwersalny jest właśnie tą wspólnotą Kościołów lokalnych, a na pewno wielkością, która stoi obok lub ponad Kościołami lokalnymi. Widać to m. in. w różnym ujęciu kolegium biskupów. Dla starokatolickiego rozumienia, kolegium biskupów może być rozumiane jedynie w nierozłącznym związku ze wspólnotą Kościoła lokalnego.

Ważną rolę odgrywa **zagadnienie urzędu i sukcesji apostołskiej**. Wśród teologów, którzy zajmowali się tym problemem, na pierwszym miejscu należy wymienić arcybpa Utrechtu Andresa Rinkla. Co prawda prace arcybpa A. Rinkla były publikowane kilkadziesiąt lat temu, ale razem ze szwajcarskim bpem Ursem Kury, arcybp Andreas Rinkel stał na początku rozwoju starokatolickiej eklezjologii dogmatycznej. Dowodził on, że sukcesja apostołska nie jest oderwanym od Kościoła, nieprzerwanym łańcuchem nakładania rąk, lecz jest to zagadnienie całej wspólnoty kościelnej. Nakładanie rąk przy konsekracji biskupów, należy widzieć w powiązaniu z wyborem biskupa przez cały Kościół. To rozumowanie zostało później rozwijane przez bpa Urs Kury'ego, a następnie przez ks. prof. Kurta Staldera, ze znakomitym uzasadnieniem historycznym, systematycznym, zgodnie z teologią Nowego Testamentu. Urząd biskupa należy – zgodnie ze starokatolickim rozumieniem – łącznie z urzędem księdza i w nieco inny sposób z diakonatem, do istoty Kościoła. Wyróżnienie urzędu biskupa ma swoje uzasadnienie w specjalnej odpowiedzialności biskupa za jedność Kościoła.

# Terapeutyczna moc bajek

Bajki i baśnie, które są nieodłącznym elementem dzieciństwa, czytane do snu przez rodziców, opowiadane przez babcię, pełne nieprawdopodobnych przygód zwierząt i bajkowych postaci mogą stać się orężem w walce z trudnościami wieku dziecięcego. Pokazują one wiele wspaniałych aspektów życia, jak również trudności życiowych, które w prosty i bardzo przyswajalny sposób przekazywane są dzieciom. Odnoszą się do wewnętrznych rozterek bohaterów, konfrontują czytelnika z podstawowymi problemami życiowymi. Utwory te są przepełnione symbolami, które dziecko odczytuje na swój sposób. Dzieci zachwycają się losami swoich ulubionych bohaterów, niejednokrotnie się z nimi utożsamiając. Zawarte w baśniach elementy fantastyczne są bardzo bliskie dziecku. Przepełnione magią pełnią rolę pocieszenia. Łączą w sobie elementy świata realnego z fikcją, tworząc miejsce, w którym wszystko jest możliwe. Sięgając do skarbnicy bajek i baśni można nie tylko uczynić dzieciom radość, ale również bardzo im pomóc w przezwyciężaniu lęków, rozwiązywaniu dziecięcych problemów czy trudności.

Bajkoterapia pomaga zrozumieć dzieciom problemy, często nieuświadomione, z którymi się borykają, oraz stawić im czoła. Przyczynia się do uświadomienia sobie przez nich własnych sił i możliwości. Przekazy, które płyną z bajek dostarczają dzieciom pozytywnego doświadczenia. To z kolei pomaga w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych emocjonalnie. Fenomen bajkoterapii polega na tym, iż w zasadzie bajka działa sama. Treści w niej zawarte, metafory i symbole niejako przenikają do dziecka i zaczynają stopniowo wpływać na jego



Mamo, tato – abym czuł się bezpiecznie:

- Kochaj mnie za to, że jestem, a nie za to, co robię.
- Mów często, że mnie kochasz.
- Przytulaj mnie.
- Poświęcaj mi trochę czasu każdego dnia – baw się ze mną w to, co lubię.
- Opiekuj się mną i dbaj o moje potrzeby.
- Dotrzymuj obietnic.
- Rozmawiaj ze mną, słuchaj uważnie tego, co mówię.
- Pozwól mi mieć własne zdanie, podejmować proste decyzje.
- Bądź cierpliwy, gdy ucząc się czegoś popełniam błędy.
- Szanuj moje sekrety i tajemnice.
- Okaż zrozumienie dla moich lęków.
- Traktuj poważnie moje marzenia.

psychikę. Dzieci wczuwając się w losy bohaterów, identyfikując się z nimi oraz wchodząc w ich rolę, przeżywają ich problemy jako własne. Przezwyciężając trudności wspólnie z postaciami, stając oko w oko „ze smokiem”, uczą się stawiania czoła lękom i wątpliwościom.

Niejednokrotnie jest również tak, że w problemach bohaterów dzieci odnajdują swoje własne, lub też podobne do własnych, które później mają okazję „przepracować”. Rozumiejąc, co się dzieje z postaciami w różnych sytuacjach, uczą się rozumieć siebie samych, jak również emocje, które im towarzyszą. Widzą, że nie są odosobnione ze swoimi zmartwieniami, a bohaterowie ich ulubionych bajek również mają podobne zmartwienia. Słuchając o tym, w jaki sposób bajkowe postaci poradziły sobie z problemami, odczuwają pewną ulgę oraz wiarę w to, że im również się uda. Bardzo istotne jest, aby pozwolić dziecku powracać do bajki, która go szczególnie zainteresowała. Może to bowiem oznaczać, że właśnie w niej znajduje ukojenie i odpowiedzi na nurtujące go problemy.

Dzieci pragną mieć swój własny, rodzinny dom pełen miłości, spokoju i radości; chcą, by rodzice interesowali się ich nauką, pomagali im w kłopotach, cieszyli się sukcesami. Pragną również wiedzieć, że zawsze znajdą oparcie w rodzinnym domu.

Życie większości polskich mężczyzn na emeryturze toczy się pomiędzy kanapą, telewizorem a kuchnią. Bezczynność to jeden z głównych czynników ryzyka depresji, na którą cierpi 20-30 proc. seniorów. Ich mała aktywność na emeryturze wynika z uwarunkowań społecznych. Mężczyźni najczęściej skoncentrowani są na swojej pracy, bo tak zostali wychowani. Liczą się dla nich sukcesy zawodowe, pozycja i możliwość pokazania swojej sprawczości. Kiedy przechodzą na emery-



## Emerycie, ruszaj się!

turę, uważają, że nic nie jest warte starań, bo i tak nic im nie przywróci tego, co utracili.

W porównaniu z krajami starej unijnej piętnastki jesteśmy daleko w tyle pod względem aktywności osób starszych. Pokutuje jeszcze niestety mentalność, że dziadkowie powinni siedzieć w domu i zajmować się wnukami. Kult młodości i technologia IT marginalizuje starszych, którzy czują się dyskryminowani i sami dochodzą do wniosku, że nie warto uczyć się języków, inwestować ani kupować atrakcyjnych ubrań. Kobiety w mniejszym stopniu ulegają takiemu myśleniu, ale rzadko udaje im się zmotywować do aktywności swoich mężów. W Polsce nie przyjął się, tak jak na zachodzie Europy, styl życia polegający na tym, że małżeństwa na emeryturze działają razem w fundacjach i stowarzyszeniach na rzecz lokalnej społeczności. Świetnie rozwijające się u nas Uniwersytety Trzeciego Wieku są bardzo sfeminizowane. Panów jest tam średnio 10 proc.

Mężczyznom trudniej przyznać się do samotności. Kobietom nie. Bo samotnym można być także wtedy, kiedy ma się rodzinę. Przyczyna męskiej samotności na emeryturze leży w tym, że panowie zajęci pracą nie dbają zwykle o relacje z innymi ludźmi. Znaj-

omych mieli przeważnie w pracy, a potem te kontakty się urywają. W przypadku kobiet na emeryturze procentuje to, że im nie wystarczają relacje rodzinne i koleżeńskie w pracy i szukają jeszcze innego towarzystwa. Tymczasem mężczyźni nawet nie potrafią szukać wsparcia u innych ludzi, bo nie byli przyzwyczajeni do ujawniania swoich potrzeb i słabości. Ale z tej pustki, w jaką wpada męczyzna na emeryturze, można wyjść, tylko trzeba chcieć, a nie uciekać od problemu – twierdzą psychologowie.

Może byłoby łatwiej wyciągnąć panów z domu, gdyby na Uniwersytetach Trzeciego Wieku, w placówkach kultury czy klubach seniora była większa oferta zajęć technicznych, związanych z innowacyjnymi technologiami czy informatyką, a nie dominowały zajęcia muzyczne, rękodzielnicze czy teatralne, skierowane głównie do kobiet. Tymczasem panowie potrzebują swojej przestrzeni do spotkań czy rozmów. Potwierdzają to doświadczenia zagraniczne. W Londynie istnieje grupa Man in Schedules, czyli mężczyźni w warsztacie. W domu kultury czy w bibliotece panowie tworzą sobie warsztaty i majsterkują. Cel jest społeczny. Robią np. szklarnię czy mostek dla lokalnego parku.

Taki format jest bardzo popularny także w Australii i USA. (oprac. na podst. art. J. Leszczyńskiej „Emeryt w trójkącie bermudzki”, *Rz. Plus Minus*, 11-12.03.17).

Seniorzy redukują swoje potrzeby i pragnienia, uważając to za naturalny i nieodłączny objaw starości. Tymczasem z wielu dotychczasowych aktywności wcale nie muszą rezygnować. W jesieni życia nie powinni zapominać o możliwościach rozwoju i doszkalania się. Poza ofertami popularnych Uniwersytetów Trzeciego Wieku, organizowanych jest wiele zajęć edukacyjnych i warsztatów dla osób starszych, w tym: teatralne, komputerowe, ceramiczne, malarskie, fotograficzne, kulinarne czy nauki języków obcych. Wszystkie pobudzają do aktywności, są pretekstem do wyjścia z domu, nawiązania nowych znajomości i spędzenia czasu w miłym towarzystwie. Pozwalają czuć się potrzebnym, aktywnym i niezależnym, przez co wpływają na polepszenie się jakości życia. Trzeba tylko trochę odwagi, by wyrwać się z domowej skorupy (85 proc. seniorów czas wolny spędza na oglądaniu telewizji) i wejść w nowe środowisko. Emerytura to nie koniec drogi, tylko kolejny etap życia, a starość do osób aktywnych i myślących pozytywnie przychodzi znacznie później.

# Nauka

**Nowa era w malarstwie i konserwacji obrazów.** Z każdym rokiem drukarki 3D są wykorzystywane w efektywniejszy sposób i na naszych oczach w pewnym sensie rewolucjonizują świat. Konsumenci mają coraz większą świadomość istnienia i możliwości tych urządzeń, przez co rosną szanse tworzenia niezwykłych projektów.



Portret, który nie wyszedł spod XVII – wiecznego pędzla, ale z drukarki 3D

Rembrandt van Rijn zmarł w 1669 r. Tymczasem 347 lat po jego śmierci zaprezentowano w Amsterdamie nowe płótno holenderskiego mistrza: *The Next Rembrandt (Następny Rembrandt)*. Dzieło wygląda, jakby wyszło spod pędzla słynnego artysty, ale nie on je stworzył, ani żaden z genialnych fałszerzy. Obraz o wymiarach 70 x 55 cm to portret mężczyzny w czarnym ubraniu z białym kołnierzem (kryzą), w kapeluszu na głowie. Proces twórczy trwał półtora roku. Obraz tworzyli historycy, informatycy, analitycy danych, chemicy oraz inżynierowie. W twórczym akcie paletę i pędzel zastąpiła drukarka 3D.

Aby skopiować styl holenderskiego malarza, sporządzono skany wysokiej rozdzielczości 346 jego obrazów, rysunków i szkiców. Do ich analizy posłużył specjalny algorytm, który umożliwił wydobycie wszystkich

możliwych informacji przydatnych w tworzeniu obrazu. Algorytm ten, zastosowany w specjalnym programie komputerowym sterującym malowaniem, a ściśle rzecz biorąc drukowaniem, został opracowany przez specjalistów z Microsoftu. Chodziło o to, aby uchwycić sposób komponowania płócien przez Rembrandta, geometrię jego dzieł, jak rozmieszczał na płaszczyźnie detale, na przykład rozstawienie oczu i kąt, pod jakim spoglądają na widza, kształt twarzy, pozycję nosa, itp. Rezultat jest taki, że „od razu widać rękę mistrza”, czytamy w *Rz* z 08.04.16.

– Już niedługo sporządzanie kopii metodą druku 3D będzie standardem w muzealnictwie, ta technika drukowania stanie się nieodzowna przy konserwacji różnych zabytków, nie tylko malarstwa – uważa dr Tim Zaman z Politechniki w Delft w Holandii.

**Kolekcja Cyfrowa Muzeum Narodowego w Warszawie.** Muzeum gromadzi nie tylko dzieła sztuki, ale także ich cyfrowe wizerunki oraz dane dzieł sztuki.



*Zwiastowanie Pańskie* – jedna z miniatur modlitewnika, będących dziełem sztuki malarskiej, XV w., została zdigitalizowana i umieszczona w cyfrowej Bibliotece Narodowej Polona. pi.

Jest ich jeszcze niewiele w porównaniu z wielkością kolekcji MNW, która liczy ponad 800 tysięcy muzealiów, ale liczba udostępnionych zabytków systematycznie rośnie. Flagowym przykładem jest współpraca z Wikipedią, w której wyniku do największej na świecie internetowej encyklopedii trafiło kilkadziesiąt obszernych i świetnie ilustrowanych artykułów m.in. o zabytkach z Faras, kolekcji pasteli i arcydziełach polskiego malarstwa.

**Skarby w sieci.** *Polona.pl* to uruchomiony w 2006 r. nowoczesny portal, który udostępnia w sieci zbiory Biblioteki Narodowej. Umożliwił on otwarcie dla wszystkich skarbcza oraz magazynów BN. W cyfrowej Bibliotece Narodowej można podziwiać m.in. nowy nabytek BN, prawdziwy skarb, wykonany w latach ok. 1470-1500 we Florencji dla rodu Guccich, bogato iluminowany rękopis „*Officium Beatae Mariae Virginissecundum usum Romanum*”, czyli „*Godzinki*” Jakuba Wargockiego, zawierający m.in. pięć barwnych miniatur: *Zwiastowanie Pańskie*, *Ukrzyżowanie*, *Wniebowzięcie Marii*, *Dawid na pustyni* i *Wskreszenie Łazarza*.

# Wiesz, co jesz?

Plaga otyłości dotarła do Polski. Prawie 70 proc. dorosłych mężczyzn i 50 proc. kobiet ma nadwagę. Grube jest co piąte dziecko w wieku szkolnym – polskie dzieci są już najtęższe w Europie. Odpowiedzią na to są najprzeróżniejsze diety – każda podobno najskuteczniejsza, środki na odchudzanie dostępne od ręki w każdej aptece, kolejne teorie – często wykluczające się – na temat tego, co jeść, a czego nie. Trudno w tym wszystkim się odnaleźć. Tymczasem specjaliści od żywienia dają proste rady: zamiast restrykcyjnych diet – regularne posiłki; zamiast słodkich gazowanych napoi – woda; zamiast samochodu – spacer.

– Wszystko, co ważne w kwestii zdrowia i jedzenia, mieści się w siedmiu słowach – mówi Michael Pollan w filmie „W obronie jedzenia”. – Eat food. Not too much. Mostly plants – Jedz jedzenie. Nie za dużo. W większości rośliny, czytamy w *GW* z 28-29.01. b.r.

Jedz jedzenie, znaczy: jedz prawdziwe jedzenie – owoce i warzywa, produkty pełnoziarniste, nieprzetworzone ryby i mięso. A jeśli nie wiesz, jak odróżnić prawdziwe od nieprawdziwego, zrób test.

**Test prababki.** Jeśli twoja prababka nie rozpoznałaby w czymś jedzenia – nie jedz tego. Wiedziałyby, czym jest marchewka, plaster karkówki i jajko. Ale jakbyś jej pokazał kółeczka zbożowe? Pomarańczowe paluszki rybne? Niebieską lemoniadę?

**Test pięciu składników.** Jeśli w jakiejś potrawie jest ich więcej, nie jedz. Dla uściślenia, chodzi o składniki podstawowe, przyporządkowane liczy my.



**Test pleśni.** Jeśli twoje jedzenie nie ma szans się zepsuć, nie zgnije, nie spleśnieje, nie zjełczeje – nie jedz go. Bo jest pełne konserwantów i pozbawiono je ważnych substancji odżywczych.

**Test etykiety.** Jeżeli jedzenie udaje coś, czym nie jest – nie kupuj go. Nie jest śmietaną coś, co składa się z żelatyny, gumy guar, karagenu i dodatków o kwaśnym smaku. Nie jest jogurtem produkt

z mleka w proszku, białka, zagęstnika i emulgatora. Czytaj etykiety.

Ponadto jedz przy stole, powoli, tak aby do mózgu mógł dotrzeć sygnał sytości, i zazwyczaj wstawaj od posiłku z lekkim niedosytem. Jeśli chcesz schudnąć, możesz to zrobić praktycznie bezboleśnie – gotuj samodzielnie, jedz wszystko, byle było to prawdziwe jedzenie. Nie ulegaj modom.

## 10 porcji warzyw i owoców dziennie

Najbardziej sprzyja zdrowiu jedzenie dziennie dziesięciu porcji warzyw i owoców, co może zapobiec 7,8 mln przedwczesnych zgonów rocznie. Wyniki badań publikuje pismo „International Journal of Epidemiology”.

Okazuje się, że niższe ryzyko rozwoju raka było związane z jedzeniem zielonych warzyw, np. szpinaku czy zielonej fasolki; żółtych, np. papryki, marchwi; i warzyw kapustnych, np. kalafiora, kapusty, brokułów. Z kolei zmniejszenie ryzyka rozwoju chorób serca i udarów mózgu miało związek z jedzeniem jabłek, gruszek, owoców cytrusowych, sałatek, zielonych warzyw liściastych, np. sałaty, szpinaku, cykorii, i znów – warzyw kapustnych. Co ciekawe, naukowcy nie znaleźli żadnej różnicy pomiędzy działaniem ochronnym gotowanych i surowych owoców i warzyw.

Na dziesięć porcji warzyw i owoców wchodzi: jedno jabłko, jedna gruszka, pół grejpfruta, osiem różyczek kalafiora, 1 szklanka soku pomarańczowego, trzy łyżki mrożonego groszku, dwie różyczki brokuła i jeden mały banan.

# Boże Ciało w Łowiczu

Boże Ciało w Łowiczu to słynna na cały świat kościelna procesja wiernych ubranych w pasiaste stroje ludowe. W 2014 r. łowicka procesja – ze względu na szczególną oprawę – wpisana została na krajową listę niematerialnego dziedzictwa kulturalnego. Jak podaje Narodowy Instytut Dziedzictwa, uroczystość odbywa się według kultywowanej od co najmniej stu lat w niezmiennionej formie tradycji. Po Mszy świętej (odprawionej w łowickiej bazylice katedralnej) procesja ubrana w ludowe stroje Księżaków Łowickich obchodzi cztery ołtarze przygotowane w pobliżu



Starego Rynku. Zwyczaje sypiania kwiatów, noszenia sztandarów i chorągwi parafialnych oraz figur i obrazów przekazywane są w łowickich rodzinach z pokolenia na pokolenie. Przygotowane przez mieszkańców Łowicza i okolicznych wsi ołtarze są przystrojone polnymi kwiatami, gałązkami brzozy i nawiązują bezpośrednio do folkloru tych ziem. Można na nich zobaczyć elementy wyposażenia chat księżackich, charakterystyczne elementy zdobnicze i stare oleodruki z wizerunkami świętych.

Zapytani, czy łatwo jest zachować tradycję, mieszkańcy Łowi-

cza i okolic odpowiadają, że wielu z nich z pietyzmem przechowuje stroje, które nosiły ich matki i babki, i tylko kilka razy do roku wyjmuje się je ze skrzyń. Kontynuowanie tradycji wymaga sporo wysiłku, trzeba się natrudzić, aby sporządzić strój łowicki dla kilkuletnich dzieci, a w okolicach jest już niewiele warsztatów, produkujących zgodnie z tradycyjną technologią wełniane, lub zmieszane z lnem tkaniny. Jednak wielkie zainteresowanie procesją ze strony turystów dopinguje do zachowania starego obyczaju – procesje na łowickim ryn-

ku w uroczystość Bożego Ciała to istna kaskada barw.

Łowickie święto Bożego Ciała jest również okazją do pokazania polskiej sztuki ludowej z terenów dawnego Księstwa Łowickiego. Na straganach można podziwiać barwne stroje ludowe, słynne łowickie wycinanki, ceramikę, wyroby i świątki z drewna.

Pierwsza polska tradycja – łowicka procesja Bożego Ciała – może znaleźć się na liście Arcydzieł Ustnego i Niematerialnego Dziedzictwa Kulturowego Ludzkości (UNESCO), obok 230 pozycji z ok. 90 państw.

