

# rodzina

NR 12  
(1659)  
2001

MIESIĘCZNIK KATOLICKI ● GRUDZIEŃ ● CENA 2 ZŁ



## Do szopy, hej pasterze

*Do szopy, hej pasterze, do szopy, bo tam cud,  
Syn Boży w żłobie leży, by zbawić ludzki ród.  
Śpiewajcie aniołowie, pasterze  
grajcie Mu,  
Kłaniajcie się królowie, nie budźcie  
Go ze snu.*

*Padnijmy na kolana, bo Dziecię to nasz Bóg,  
Witajmy swego Pana, wdzięczności złożmy dług.*

*Śpiewajcie aniołowie, pasterze  
grajcie Mu,  
Kłaniajcie się królowie, nie budźcie Go ze snu.*

*Ten Bóg przedwiecznej chwały jest godzien  
wielkiej miłości  
Patrz w szopie tej bydłczej, jak słodko On tam śpi.  
Śpiewajcie aniołowie, pasterze  
grajcie Mu,  
Kłaniajcie się królowie, nie budźcie Go ze snu.*

*O Boże niepojęty, kto pojmie miłość Twą,  
Na sianie wśród bydłety masz tron i służbę swą.  
Śpiewajcie aniołowie, pasterze  
grajcie Mu,  
Kłaniajcie się królowie, nie budźcie Go ze snu.*

# LIST PASTERSKI

## Biskupów Polskokatolickich na Święta Bożego Narodzenia 2001 R.P.

Umiłowani w Chrystusie Panu!

W dzień Narodzenia Pańskiego zgromadzimy się wokół ołtarza, aby z wiernymi na całym świecie świętować Narodzenie Jezusa Chrystusa. Aniołowie zwiastują wszystkim ludziom dobrej woli: „**Dziś w mieście Dawida narodził się Zbawiciel, którym jest Mesjasz, Pan**” (Łk 2, 11).

Żyjemy w świecie, w którym głoszone są najprzeróżniejsze Ewangelie. Partie polityczne, Kościoły i stowarzyszenia zwiastują nam własne, niekiedy sprzeczne ze sobą recepty na zbawienie duchowe, cielesne, społeczne i kulturalne.

Kiedy ktoś przemawia do naszego serca i proponuje nam zbawienie, trzeba kierować się słowami świętego Jana Apostoła, który pisze: „**Umiłowani, nie dowierzajcie każdemu duchowi, ale badajcie duchy, czy są z Boga, bo wielu fałszywych proroków wyszło na świat**” (1J 4, 1).

Są ewangeliczne zasady i wartości powszechne, które od ponad dwóch tysięcy lat stanowią istotę naszej cywilizacji i za żadną cenę nie można ich pogwałcić. Jesteśmy słusznie przekonani, że chrześcijańska miłość bliźniego, uznanie każdej jednostki za cel, a nigdy za środek, wartości demokratycznej wolności i tolerancji, ideały sprawiedliwości społecznej, równość praw wszystkich ludzi we wszystkich miejscach na ziemi, są uniwersalnymi fundamentami.

Te zasady i wartości powszechne dla całej ludzkości w sposób szczególny przypomina nam Święto Bożego Narodzenia i uobecnia je w Osobie Boga, który stał się Człowiekiem — Zbawicielem Świata.

Wielu z nas uwierzyło, że Jezus jest Zbawicielem. W imię Jezusa dokonuje się zbawienie naszego i całego świata. „**I nie ma w żadnym innym zbawienia, gdyż nie dano ludziom pod niebem żadnego innego imienia, w którym moglibyśmy być zbawieni**” (Dz 4, 12) — jak mówi Pismo Święte.

**Jezus zbawia tu i teraz.**

**Pokój Tobie, Bracie i Siostrze, których serce krwawi bólem niepokoju o dzień jutrzejszy.**

**Pokój Tobie, którego ciało dotknięte chorobą i cierpieniem powoli zbliża się do granicy życia ziemskiego.**

**Pokój Tobie, który szamoczesz się w duchowej klatce samotności.**

**Pokój Tobie, który przychodząc w dzisiejsze Święto do kościoła, pragniesz poddać się Bożonarodzeniowej atmosferze, którą żyje cały świat chrześcijański.**

**Jezus jest Twoim Zbawicielem.**

W Wigilię, kiedy składaliśmy sobie życzenia, najczęściej powtarzaliśmy: życząc ci zdrowia, szczęścia i wszelkiej pomyślności. Zgodnie z nimi pragniemy ułożyć nasze życie według własnej woli. Jaka szkoda, że chrześcijanie nie do końca wierzą, że spełnienie woli Bożej jest tym, czego najbardziej potrzebujemy, jak modlimy się codziennie w Modlitwie Pańskiej: „**Bądź wola Twoja jako w niebie, tak i na ziemi**”.

Starajmy się w naszym codziennym życiu wypełniać Bożą wolę w powołaniu, którym nas Bóg obdarzył w naszej ziemskiej pielgrzymce. Niech to miejsce będzie dla nas sposobnością do uświęcenia i zdobywania zasług na życie wieczne, które powinno być dla nas najwyższym, pierwszorzędnym celem.

W Dzień Święty Bożego Narodzenia przyjmijcie — Najmilsi — płynące z naszych biskupich serc życzenia Bożych łask i Bożego błogosławieństwa. Niech Wasze codzienne życie napełnia radość i szczęście tak osobiste, jak i rodzinne.

Niech Nowy Rok Pański 2002 będzie pomyślny w każdym dniu przeżywania, w spełnieniu planów i zamierzeń.

Miłość Boga Ojca, łaska Pana naszego Jezusa Chrystusa i dar jedności w Duchu Świętym niech będą z Wami wszystkimi.

BOŻE NARODZENIE 2001 R.P.

ZA KOLEGIUM BISKUPÓW

*W. Wysoczyński*  
Biskup prof. dr hab. WIKTOR WYSOCZAŃSKI  
Z W I E R Z C H N I K  
KOŚCIOŁA POLSKOKATOLICKIEGO w RP



**BOŻE NARODZENIE  
2001 R.P.  
WARSZAWA**

**„Dziś narodził się Chrystus...  
Dziś ukazał się Zbawiciel.  
Dziś na Ziemi śpiewają Aniołowie,  
weselą się Archaniołowie  
Dziś radują się sprawiedliwi, mówiąc:  
Chwała na wysokości Bogu, Alleluja!”**

Drodzy Bracia Kapłani,

W ten Dzień Święty stajemy przy Betlejemskiej Stajence, gdzie przed wiekami dokonał się cud Bożego Narodzenia. Przepętniony radością jest cały Świat z posiadania Zbawiciela, przynoszącego „pokój ludziom dobrej woli”.

Dla nas, namaszczonego Sakramentem Kapłaństwa, ponawianiem tajemnicy Bożego Żłóbka jest Ołtarz, na którym — w czasie sprawowania Najświętszej Ofiary — dokonuje się mistyczne Boże Narodzenie. Jesteśmy powołani przez Boga, by być pasterzami Ludu. Nie ma na Świecie większej godności nad tę, którą nas obdarzył Chrystus — Narodzony dziś Zbawiciel — Pan Kościoła. Dlatego z wdzięcznym sercem wyśpiewujemy razem z Aniołami „Chwała na wysokości Bogu, Alleluja!” i bądźmy gorliwymi siewcami Jego Ewangelii.

Niech przeżywanie Świąt Bożego Narodzenia napętni serca Wasze pełną radością i dodaje Wam siły w pokonywaniu trudów duszpasterskiej posługi. Niech Nowy Rok Pański 2002 będzie dla Was i Waszych Rodzin pełen zdrowia i pomyślności, a Boże błogosławieństwo i łaska Pana naszego Jezusa Chrystusa niech zawsze będzie z Wami.

Łamiąc się z Wami świętym opłatkiem, sercem i myślą jestem przy Was.

*Ab. Byszczański*

+ bp prof. dr hab. Wiktor Wysoczyński  
Zwierzchnik Kościoła Polskokatolickiego

## Gdy się Chrystus rodzi

Gdy się Chrystus rodzi i na świat

przychodzi,

*Ciemna noc w jasności promienistej brodzi  
Aniołowie się radują, pod niebosa wyśpiewują:  
Gloria, Gloria, Gloria in excelsis Deo.*

*Mówią do pasterzy, którzy trzód swych strzegli,  
Aby do Betlejem czym prędzej pobieгли;  
Bo się narodził Zbawiciel, wszęgo świata*

*Odkupiciel,*

*Gloria, Gloria, Gloria...*

*O niebieskie duchy i postowie nieba,  
Powiedzcież wyraźniej, co nam czynić trzeba:  
Bo my nic nie pojmujemy, ledwo od strachu żyjemy.  
Gloria, Gloria, Gloria...*

*Idźcie do Betlejem, gdzie Dziecię zrodzone,  
W pieluszki powite, w żłobie położone.*

*Oddajcie Mu pokłon Boski, On ośodził wasze troski.  
Gloria, Gloria, Gloria...*

*A gdy pastuszkowie wszystko zrozumieli,  
Zaraz do Betlejem skoczno pobieźeli;  
I tak zupełnie zastali, jak im Anieli zeznali,  
Gloria, Gloria, Gloria...*

*Stanąwszy na miejscu, pełni zadumienia,  
Iż się Bóg tak zniżył do swego stworzenia:  
Padli przed Nim na kolana i uczcili swego Pana,  
Gloria, Gloria, Gloria...*

*Nareszcie gdy pokłon Panu już oddali,  
Z wielką wesołością do swych trzód wracali,  
Że się stali być godnemi, Boga widzieć na tej ziemi.  
Gloria, Gloria, Gloria...*



# Jubileusz w Bielsku-Białej

W dniu 29 września 2001 r., w parafii polskokatolickiej pw. Św. Anny w Bielsku-Białej, odbyła się uroczystość dziękczynna z okazji 30-lecia przybycia do tego miasta i nieustrudzonego pełnienia w nim służby duszpasterskiej, ekumenicznej i charytatywnej przez proboszcza parafii, ks. infułata Henryka Buszkę.

Kaplica nie była w stanie pomieścić wszystkich uczestników uroczystości, którzy pragnęli w ten sposób wyrazić swoje uznanie i szacunek dla bielskiego Duszpasterza. Obok miejscowych parafian oraz grona znajomych z całego miasta, przybyła także autokarem grupa współwyznawców z Bolesławia, gdzie dostojny Jubilat zaczynał swoją kapłańską posługę jako wikariusz, w roku 1962. Wśród przybyłych gości było wielu, którzy przed laty zostali ochrzczeni przez ks. Henryka oraz tych, którzy z jego rąk przyjmowali Pierwszą Komunię św.

W dziękczynnej liturgii eucharystycznej uczestniczyli duchowni innych wyznań. Kościół Rzymskokatolicki reprezentowali:



Wierni podczas nabożeństwa dziękczynnego

ks. kan. dr Józef Budniak, referent d/s ekumenizmu Diecezji Bielsko-Żywieckiej oraz o. prof. Zdzisław Kijas z zakonu Franciszkanów. Z Kościoła Ewangelicko-Augsburskiego przybył ks. bp Paweł Anweiler, zwierz-

chnik Diecezji Cieszyńskiej. Obecny był także pastor Henryk Szatkowski z Kościoła Adwentystów Dnia Siódmego. Z duchowieństwa polskokatolickiego obecni byli: ks. inf. Czesław Siepetowski, ks. inf. Kazimierz Fonfara i ks. prob. Marian Wnęk.

## „Znacę Cię znakiem Krzyża i umacniam Krzyżem”



W dniu 14 października 2001 roku odbyła się uroczystość bierzmowania w parafii polskokatolickiej pw. M.B. Królowej Apostołów i św. Wilibroda w Częstochowie. Młodzi parafianie (14 osób) przyjęli Sakrament Bierzmowania z rąk bpa Jerzego Szotmilla — ordynariusza diecezji krakowsko-częstochowskiej.

Na uroczystość — oprócz licznej rzeszy parafian, gości i rodzin bierzmowanych — przybył także ks. infułat Kazimierz Fonfara, który jest również dziekanem parafii częstochowskiej. Cała uroczystość odbyła się zgodnie z katolicką i polską tradycją. W drzwiach świątyni, ks. proboszcz Witold Iwanowski i Rada

Parafialna powitali chlebem i solą Biskupa Ordynariusza i Księdza Infułata. Natomiast dzieci wręczyły Dostojnym Gościom kwiaty, które później zostały złożone przed obrazem Patronki parafii pw. Królowej Apostołów.

Z pieśnią „Serdeczna Matko” procesja poprzedzona krzyżem weszła do kościoła. Po krótkiej adoracji przed Najświętszym Sakramentem, bp Jerzy Szotmiller przeprowadził spowiedź ogólną. Najświętszą Ofiarę sprawował ks. infułat Kazimierz Fonfara, który wygłosił także Słowo Boże. Prawda Ewangelii, aktualne przykłady z życia zapadły głęboko w świadomości słuchaczy i poruszyły ich wolę ku lepszemu życiu, ku działalności na rzecz bliźniego, Kościoła i ekumenizmu.

Znacę Cię znakiem krzyża

Okolicznościowe kazanie zostało oparte na Ewangelii św. Mateusza (9, 37-38): „Wtedy rzekł do swych uczniów: Żniwo wprawdzie wielkie, ale robotników mało. Proście Pana żniwa, żeby wyprawił robotników na swoje żniwo” — wygłosił ks. inf. Kazimierz Fonfara, proboszcz parafii w Bolesławiu. Kaznodzieja zwrócił uwagę na nieustanną potrzebę pracy żniwiarzy wśród ludzi potrzebujących pomocy, zarówno duchowej, jak i materialnej. Ksiądz Infułał nawiązał także do postaci Jubilat, który przez wiele lat swej służby dał się poznać jako dobry pracownik na Bożej roli. Potwierdzeniem tego jest m.in. trzydziestoletni okres działalności w Bielsku-Białej, gdzie jest wysoko ceniony nie tylko wśród swoich parafian, ale także wielu ludzi spoza polskokatolickiej wspólnoty.

Dowodem uznania i docenienia zasług ks. Henryka Buszki jest zaproszenie go na okolicznościowe spotkanie przez władze miasta, jakie odbyło się w przeddzień uroczystości kościelnej. Wyrazy życzliwości i przyjaźni wobec Jubilata zawarte były także w wystąpieniach gości. Niestety, ale nie wszyscy, którzy zostali zaproszeni, mogli przybyć. Wielu z nich nadesłało okolicznościowe życzenia. Trudno byłoby wymienić tu wszystkie,

jakie napłynęły od licznych grona przyjaciół i osób życzliwych ks. Henrykowi, zarówno w kraju, jak i z zagranicy. Wśród nadesłanych pism wymienić należy życzenia od bpa prof. Wiktora Wysoczańskiego — Zwierzchnika Kościoła Polskokatolickiego w RP oraz bpa Tadeusza Rakoczego — ordynariusza diecezji bielsko-żywieckiej Kościoła Rzymskokatolickiego.

Miłym akcentem był występ p. Iwony Handzlik, która zaśpiewała arie z „Magnificat” J.S. Bacha. Wystąpiła także grupa dzieci z piosenką pt. „Każdy może świętym być”.

Uroczystości dziękczynnej przewodniczył ks. inf. Henryk Buszka — Dostojny Jubilat, który ze wzruszeniem mówił o 30. latach swego pobytu w bielskiej parafii oraz podziękował wszystkim, którzy przyłączyli się do Jego dziękczynnego święta. Liturgia zakończyła się pieśnią „Ciebie, Boże, wielbimy”.

Niech Wszzechmogący Bóg ma w nieustannej opiece ks. inf. Henryka Buszkę i całą parafię, której od 30. lat przewodniczy jako gorliwy duszpasterz.

**Uczestnik**



## zbawienia...”

Wielu uczestników uroczystości przystąpiło do Komunii św. Piękną oprawę modlitwemu skupieniu zapewnił organista, E. Gajda wraz z chórem parafialnym, który przy wtórze zebranego ludu chwalił pieśniami Pana i Jego Matkę.

Przed błogostawieństwem, Biskup Ordynariusz wygłosił słowo pasterskie, w którym przekazał serdeczne pozdrowienia od bpa prof. dra hab. Wiktora Wysoczańskiego — zwierzchnika Kościoła Polskokatolickiego. Bp Jerzy Szotmiller przypomniał także istotę Sakramentu Bierzmowania i zachęcał, abyśmy — jak Apostołowie — byli mężni w wierze i świadczymy życiem pełnym miłości o przynależności do Chrystusa i Je-

go Świętego, Kościoła Polskokatolickiego. A następnie polecił bierzmowanych opiece Bogurodzicy i zachęcał do modlitwy ró-

zańcowej. „Jako katolicy, po Bogu w Trójcy Jedynym, oddajmy w modlitwie cześć Tej, która dała światu Zbawiciela”.

**Uczestnicy uroczystości bierzmowania**



# Z życia Kościoła

## III Międzywyznaniowy Przegląd Pieśni Chrześcijańskiej — Zielona Góra 2001

W dniach 13 i 14 października 2001 r. odbył się III Międzywyznaniowy Przegląd Pieśni Chrześcijańskiej w Zielonej Górze. Organizatorami „Przeglądu” były Kościoły zrzeszone w Polskiej Radzie Ekumenicznej, Oddział w Zielonej Górze (Kościół Ewangelicko-Augsburski, Kościół Chrześcijan Baptystów, Kościół Polskokatolicki, Kościół Prawosławny) oraz Kościoły współpracujące z Radą, mające swoje parafie w Zielonej Górze (Kościół Adwentystów Dnia Siódmego, Kościół Boży w Chrystusie, Kościół Zielonoświątkowy).

Myślą przewodnią „Przeglądu” były słowa z Psalmu 146, 1-2:

„Chwal, duszo moja Pana!  
Chwalić będę Pana, pókim żyw.  
Śpiewać będą Bogu memu,  
dopóki żyć będę”.

Organizatorzy wydali program, w którym znalazły się informacje dotyczące poszczególnych Kościołów. Miał on przyczynić się do lepszego wzajemnego poznania tradycji poszczególnych Kościołów.

Przegląd odbył się w auli nowo utworzonego Uniwersytetu Zielonogórskiego. Każdy z Kościołów zaprezentował swój własny, ok. 20-minutowy, program muzyczny. Kolejność prezentacji została wylosowana. Jako pierwszy wystąpił zespół wokально-muzyczny reprezentujący nasz Kościół Polskokatolicki. Na zaproszenie proboszcza parafii polskokatolickiej ks. Stanisława Stawowczyka do Zielonej Góry przybyła 10 osobowa grupa solistów i muzyków z parafii polskokatolickiej w Bukowie Morskim. Proboszcz tej parafii, ks. Dominik Gzielo bardzo chętnie przyjął zaproszenie i już od dłuższego czasu przygotowywał zespół do



Zespół „Zjednoczeni” w auli Uniwersytetu Zielonogórskiego

występu. Reprezentował on nie tylko parafię pw. Matki Bożej Królowej Polski w Zielonej Górze, ale cały Kościół Polskokatolicki, a więc i nas, czytelników „Rodziny”. Dlatego również w imieniu całego Kościoła Polskokatolickiego pragnę bardzo serdecznie podziękować księdzu Dominikowi, oraz młodzieży z Jego parafii. Dzięki ich obecności w programie „Przeg-

lądu” mógł zaistnieć i nasz Kościół. Program muzyczny, który przygotowała parafia bukowska bardzo podobał się słuchaczom, tym bardziej, że teksty utworów i muzyka była własna. Podczas takiej prezentacji jest możliwość pokazania swego dorobku również poza aulą uniwersytecką. Telewizja Lubuska kilkakrotnie pokazywała naszych młodych wykonawców, jak rów-

Zespół w kościele polskokatolickim pw. Matki Bożej Królowej Polski w Zielonej Górze



niez ich twórców w osobach: Agata Gzieło i Grzegorz Piłka, z którymi przeprowadzono wywiad. Również „Radio Zachód” użyczyło swego czasu antenowego, aby przekazać radiosłuchaczom muzykę poszczególnych Kościołów. Dlatego warto w przyszłości brać udział w tego rodzaju programach. Przy okazji już teraz zapraszam chętnych do udziału w „Przeglądzie” w przyszłym roku. Dobrze byłoby, aby w przyszłości wsparcia finansowego udzielił Kościół. Koszty organizacji ponoszą poszczególne zielonogórskie parafie. Zachęcam czytelników „Rodziny”, aby

zechcieli wziąć udział w „Międzywyznaniowym Przeglądzie Muzycznym”. Zainteresowanych proszę o kontakt:

**ks. Stanisław Stawowczyk,  
ul. św. Cecylii 1,  
68-100 Żagań.  
Telefon (0...68) 377-35-49.**

Warto odnotować skład grupy muzycznej o nazwie „ZJEDNOCZENI”. Paweł Kleszcz — organy, Grzegorz Piłka — gitara, Szczepan Krajewski — gitara; soliści: Agata Gzieło, Dariusz Parysiak, Grzegorz Parysiak, Kinga Gzieło, Małgorzata Parysiak, Izabela Wólczyńska, Ilo-

na Durasiewicz. Gościnnie wystąpili Paweł Kleszcz i Grzegorz Piłka (autor tekstów i muzyki), reprezentujący parafię z Rokitna Szlacheckiego.

Podczas „Przeglądu” zorganizowano kwestę na rzecz szpitala w Zielonej Górze, oddział „NERKA”. Wszystkim ofiarodawcom składamy serdeczne Bóg zapłać.

Na zakończenie „Przeglądu”, duchowni poszczególnych Kościołów odmówili modlitwę Pańską „Ojcze nasz” i udzielili Bożego błogosławieństwa.

**ks. Stanisław Stawowczyk**

## Szwajcarski Synod narodowy wybrał nowego Biskupa

W dniu 24 listopada 2001 roku, Synod wybrał na swym nadzwyczajnym posiedzeniu ks. Fritza René Müllera, obecnego proboszcza w Bazylei, na szóstego biskupa Kościoła Chrześcijańskokatolickiego Szwajcarii.

Decyzję o wyborze nowego biskupa Kościoła Chrześcijańskokatolickiego Szwajcarii podjęto w drugim półroczu 2001, po decyzji bpa Hansa Gerny’ego o ustąpieniu. W tej sytuacji, ks. prof. Urs von Arx, prezydent narodowego synodu, ogłosił listę duchownych, którzy mogą kandydować na urząd biskupa. Propozycje wyborcze wpływały do końca sierpnia, a na listach znalazło się czterech kandydatów: Fritz René Müller, Rolf Reimann, Harald Rein i Christoph Schuler.

W dniu 24 listopada obradował w Zurychu synod wyborczy, na którym — w czwartym głosowaniu — ks. Fritz René Müller uzyskał wymagane dwie trzecie głosów.

Nowy biskup obejmie swój urząd dopiero po przyjęciu sakry biskupiej z rąk innych biskupów Unii Utrechckiej. Międzynarodowa Konferencja Biskupów Starokatolickich musi wyrazić zgodę na udzielenie sakry; prawdopodobnie świątynia odbędzie się po Wielkanocy 2002 r.

Fritz-René Müller urodził się 11 lutego 1939 r. w Rheinfelden, a zamieszkał w Möhlin, gdzie przebywa do dziś. Tu ukończył szkołę podstawową, natomiast gimnazjum humanistyczne w Bazylei, gdzie w roku 1959 zdał maturę. Od 1959 do 1963 studiował teologię na Wydziale Chrześcijańskokatolickim Uniwersytetu w Bernie, a następnie zdał w 1963 roku teoretyczny egzamin państwowy i został w dniu 26 maja tego roku wyświęcony na kapłana przez ówczesnego biskupa Ursa Küry’ego w Bazylei.

Praktykę, jako wikary, ukończył w Zurychu i jeszcze w tym samym roku zdał praktyczny egzamin państwowy. W dniu 1 listopada 1963 otrzymał swe pierwsze probostwo w Grenchen. Pracował tam, aż do 31 marca 1969. Od 1965 do 1969 był także redaktorem czasopisma Kościoła Chrześcijańskokatolickiego Szwajcarii „Christ-katholisches Kirchenblatt”.

W roku 1969 nastąpiła zmiana zawodu, Fritz René Müller przechodzi do służby szkolnej w kantonie Bazylea. W tym czasie ukończył różne kursy kwalifikacyjne i osiągnął

prawo ubiegania się o stanowisko nauczyciela szkoły średniej. Od 1969 do 1999 był nauczycielem, przede wszystkim w Monachium (1969 do 1973), później we Frenkendorf (1973 do 1999), gdzie uzyskał gimnazjalne kwalifikacje w następujących specjalnościach: łacina, język niemiecki, język francuski i historia, a także wedle potrzeby, język angielski, język grecki i teoria muzyki (ze śpiewem).

A oto dalsza działalność ks. Fritza René Müllera: od 1873 do 1976 był sekretarzem Narodowego Synodu Kościoła Chrześcijańskokatolickiego; od 1983 do 1986 — prezydentem Rady Kościelnej w Aargauischen; w 1983 roku został współkierownikiem szkoły i gimnazjum we Frenkendorf, a następnie, do 1998 r. — inspektorem przy rejonowych szkołach w Möhlin i Rheinfelden. W roku 1986 — po wyborze ówczesnego proboszcza Bazylei — ks. Hansa Gerny’ego na piątego biskupa Kościoła Chrześcijańskokatolickiego Szwajcarii, ks. Fritz René Müller powrócił do służby kościelnej. Jego obowiązki można podzielić następująco: 75% — proboszcz w Bazylei, do 1999 roku w połączeniu z częściową służbą szkolną (25%). Od 1996 do 1998 r. uzupełniał ks. Fritz René Müller wykształcenie w Szondi-Institut (podstawowa wiedza z psychologii, psychoanalizy i psychoterapii oraz rozwoju psychologii).

Hej, kolęda, kolęda...

# BOŻE NARODZENIE

## Jezusa Narodzonego wszyscy witajmy



Jezusa Narodzonego wszyscy witajmy,  
Jemu po kolędzie dary wzajem oddajmy;  
Oddajmy wesoło, skłaniajmy swe czoło,  
Skłaniajmy swe czoło Panu naszemu.

Oddajmy za złoto wiarę, czyniąc wyznanie,  
Że to Bóg i człowiek prawy leży na sianie;  
Oddajmy wesoło...

Oddajmy też za kadzidło Panu nadzieję  
Że Go będziem widzieć w Niebie, mówiąc to śmieie;  
Oddajmy wesoło...

Oddajmy za mirrę miłość na dowód tego,  
Że Go nad wszystko kochamy, z serca całego;  
Oddajmy wesoło...

Przyjmij, Jezu, na kolędę te nasze dary,  
Przyjmij serca, dusze nasze za swe ofiary,  
Byśmy kiedyś w Niebie posiąść mogli Ciebie,  
Posiąść mogli Ciebie na wieki wieków.

## Jezus malusieńki

Jezus malusieńki leży nagusieńki:  
Płacze z zimna, nie dała Mu Matula sukienki. (x2)

Bo uboga była, rąbek z głowy zdjęła,  
W który Dziecię owinąwszy, siankiem Je okryła. (x2)

Nie ma kolebeczki, ani poduszcзки.  
We źłobie Mu położyła siana pod główeczki. (x2)

Dziecina się kwili, Matusieńka li, li...  
W nóżki zimno, źłóbek twardey, stajenka się chyli. (x2)



Matusia truchleje, serdeczne zły leje:  
„O mój Synu! Wola Twoja, nie moja się dzieje”. (x2)

Prześtań płakać, proszę, bo żalu nie zniosę,  
Dosyć go mam z męki Twojej, którą w sercu noszę”. (x2)

Pokłon oddawajmy, Bogiem Je wyznajmy,  
To Dzieciątko ubożuchne ludziom ogłaszajmy. (x2)

Niech Je wszyscy znają, serdecznie kochają,  
Za tak wielkie poniżenie chwałę Mu oddają. (x2)

O najwyższy Panie! Waleczny Hetmanie!  
Zwyciężonyś, mając rączki miłością związane. (x2)  
Leżysz na tym sianie, Królu Nieba, ziemi,  
Jak baranek na zabicie za moje zbawienie. (x2)

Pójdź do serca mego, Tobie otwartego,  
Przysposób je do mieszkania i wczasu swojego. (x2)

Albo mi daj swoje, wyrzuciwszy moje,  
Tak będziesz miał godny pałac na mieszkanie Twoje. (x2)

## Lulajże, Jezuniu

Lulajże, Jezuniu, moja perełko,  
Lulaj, ulubione me pieścidełko.  
Lulajże, Jezuniu, Lulajże, lulaj!  
A Ty Go, Matulu, w płaczu utulaj.

Zamknijże znużone płaczem powieczki,  
Utulże zemdlone łkaniem usteczki.  
Lulajże, Jezuniu, lulajże lulaj...

Lulajże, piękniuchny nasz Aniołeczku,  
Lulajże, wdzięczniuchny świata Kwiateczku.  
Lulajże, Jezuniu, lulajże lulaj...

Lulajże, Różyczko najodrobniejsza,  
Lulajże, lilijko najprzyjemniejsza.  
Lulajże, Jezuniu, lulajże lulaj...



Lulajże, przyjemna oczom Gwiazdeczko,  
Lulaj, najśliczniejsze świata Słoneczko.  
Lulajże, Jezuniu, lulajże lulaj...

My z Tobą tam, w Niebie, spocząć pragniemy,  
Ciebie tu, na ziemi, kochać będziemy.  
Lulajże, Jezuniu, lulajże lulaj...

## Oj, maluśki, maluśki

Oj, maluśki, maluśki, maluśki, jako rękawicka,  
Alboli też jakoby, jakoby kawałeczek smycka.

Cy nie lepiej Tobie by, Tobie by siedzieć było w Niebie,  
Wszak Twój Tatuś kochany, kochany, nie wyganiał Ciebie.

Tam wciomaska wygodna, wygodna, a tu bieda wszędzie,  
Ta Ci teraz dokuca, dokuca, ta i potem będzie.

Tam Ty miałeś pościółkę, pościółkę i miękkie piernatki,  
Tu na to Twej nie stanie, nie stanie ubozuchnej Matki.

Tam kukielki jadałeś, jadałeś z carnuską i miodem,  
Tu się tylko zasilac zasilac, musis samym głodem.

Tam pijałeś, pijałeś słodkie młazazyje,  
A tu się Twoja gębusia, gębusia łez gorzkich napije.

Tam Ci zawsze służyły, służyły prześliczne janioty,  
A tu lezys sam jeden, sam jeden jako palec goły.

Hej, co się więc takiego, takiego Tobie, Panie, stało.  
Zec się na ten kiepski świat, kiepski świat  
przychodzić zachciało.

## Z narodzenia Pana

Z narodzenia Pana dzień dziś wesoly.  
Wyśpiewują chwałę Bogu żywioty,  
Radość ludzi wszędzie słynie,  
Anioł budzi przy dolinie  
Pasterzów, co paśli pod borem woły. (x2)

Wypada wśród nocy ogień z obłoku,  
Dumają pasterze w takim widoku.  
Każdy pyta: „Co się dzieje?  
Czy nie świta? Czy nie dnieje?  
Skąd ta łuna bije, tak miła oku!” (x2)  
Ale gdy anielskie głosy słyszeli,  
Zaraz do Betlejem prosto bieżeli.  
Tam witali w żłobie Pana,  
Poklękali na kolana  
I oddali dary, co z sobą wzięli. (x2)

Odchodzą z Betlejem pełni wesela,  
Że już Bóg wysłuchał prósb Izraela,  
Gdy tej nocy to widzieli,  
Co Prorocy widzieć chcieli,  
W ciele ludzkim Boga i Zbawiciela. (x2)

I my z pastuszkami dziś się radujmy,  
Chwałę z aniołami wraz wyśpiewujmy,  
Bo ten Jezus, z Nieba dany,  
Weźmie nas między niebiany,  
Tylko Go z całego serca miłujmy!

## Gdy śliczna Panna

Gdy śliczna Panna Syna kołysała,  
Z wielkim weselem tak Jemu śpiewała:  
Li li li li laj, moje Dzieciąteczko,  
Li li li li laj, śliczne Paniąteczko.

Wszystko stworzenie śpiewaj Panu swemu,  
Pomóż radości wielkiej sercu memu:  
Li li li li laj, wielki królewiczu,  
Li li li li laj, niebieski dziedzicu.

Sypcie się z nieba liczni aniołowie,  
Śpiewajcie Panu niebiescy duchowie:  
Li li li li laj, mój wonny kwiateczku,  
Li li li li laj, w ubogim żłobeczku.

Nic mi nie mówisz, o kochanie moje!  
Przecież pojmuję w sercu słowa Twoje!  
Li li li li laj, o Boże wcielony!  
Li li li li laj, nigdy niezmierny.

## Anioł pasterzom mówił

Anioł pasterzom mówił, Chrystus się wam narodził  
W Betlejem, nie bardzo podłym mieście,  
Narodził się w ubóstwie Pan wszego stworzenia.

Chcąc się dowiedzieć tego poselstwa wesołego,  
Bieżeli do Betlejem skwapliwie,  
Znaleźli Dziecię w żłobie, Maryję z Józefem.

Taki Pan chwały wielkiej, uniżył się z wysokiej:  
Pałacu kosztownego żadnego,  
Nie miał zbudowanego Pan wszego stworzenia.

O dziwne narodzenie, nigdy niewysłowione;  
Poczęła Panna Syna w czystości,  
Porodziła w całości, Panieństwa Swojego.

Już się ono spełniło, co pod figurą było!  
Aaronowa różdżka zielona,  
Stała się nam kwitnąca i owoc rodząca.

Słuchajcież Boga Ojca, jako wam Go zaleca:  
Ten ci jest Syn najmilszy jedyny,  
Wam w raju obiecany, Tego wy słuchajcie.

Bogu bądź cześć i chwała. Która by nie ustała,  
Jak Ojcu, tak i Jego Synowi,  
I Świętemu Duchowi, w Trójcy Jedynemu.

# Chodzenie po kolędzie i inne zwyczaje

Historyczne materiały źródłowe wykazują, że w dawnej Polsce (XVII-XVIII w.) nie obchodzono tak hucznie „Sylwestra” jak to jest w czasach nam współczesnych.

W dniu 31 grudnia wróżono jednak chętnie, aby dowiedzieć się, jaka przyszłość czeka w nadchodzącym roku. Panowało np. mniemanie, że jeśli komuś powiedzie się żartem okraść inną osobę, to cały nadchodzący rok będzie dlań szczęśliwy. Popożyczano więc wiele drobnych symbolicznych kradzieży; zwyczaj ten istniał u wszystkich grup społecznych.

W dzień Nowego Roku składano życzenia „Do Siego” roku, urządzano prośzone obiady oraz inne przyjęcia i spotkania towarzyskie.

W okresie między Bożym Narodzeniem a wielkim postem plebani i ich zastępy odwiedzali w asyście organisty lub innych sług kościelnych domostwa wiernych, wstępując zarówno do dworów, jak i do chat najbiedniejszych. Duchowni wygłaszali wszędzie krótkie kazania, dawali błogosławieństwo i otrzymywali w zamian tzw. kolędę. Jako kolędę chłopci dawali stoninę, ser, suszone grzyby, jaja, orzechy oraz drobne sumy pieniężne. Mieszczanie wręczali wyłącznie pieniądze. Szlachta zaś ofiarowywała datki — i w naturze i w pieniądzu, ponadto urządzała wystawne przyjęcia. Kolęda upływała w pogodnej atmosferze.

Oprócz księży po kolędzie chadzali wiejscy parobcy, żacy, czeladź miejska. Nazywano ich kolędnikami. Niektórzy z nich przebierali się za dzikie zwierzęta, np. wilki, niedźwiedzie, a najczęściej za tury, tak zwane „turonie”. Kiedy kolędnicy przybywali do chaty, rozpoczynało się wesołe przedstawienie. Turoń lub wilk gonił dziewczynę, kłapał drewnianą szczęką, wyczytniał wesołe skoki. Występy te zachwycały dorosłych, ale dzieci trochę się bały. Kolędnicy nie omijali dworów, śpiewali tam specjalnie przystosowane do okoliczności wierszowane życzenia noworoczne, życząc w nich zdrowia, szczęścia najbogatszym plonów. Zarówno w wiejskich chatach, jak i w pańskich dworach kolędnicy dopraszali się sutych datków. Jeśli gospodarz okazał się hojny, śpiewano mu pełną najrozmaitszych życzeń pieśń.

Chodzenie po kolędzie w większych miastach miało bardziej urozmaicony charakter. W Krakowie np. żacy i czeladnicy chodzili po kolędzie w dniach od 24 grudnia do 2 lutego (czyli do Bąki Boskiej Gromniczej). Kolędnicy ci przebierali się za postaci z szopki — za Heroda, Trzech Króli, pastuszków, dziadów, baby. Nie brakowało wśród nich popularnych po wsiach niedźwiedzi, kóz, przebierano się nawet za bociany! Od Trzech Króli inne grupy kolędników chadzały po domach z gwiazdą o drewnianej konstrukcji; wylepionej kolorowym papierem. Oni również składali życzenia pomyślności, śpiewali kolędy, wygłaszali dialogi, czasem nawet wystawiali misteria: sceny przepowiedni narodzin Jezusa, podróż Matki Boskiej i św. Józefa do Betlejem, witanie Dzieciątka przez Trzech Króli, hołd pasterzy itp. Po przedstawieniu orator domagał się dowcipnie datku lub poczęstunku.

W Krakowie największym wzięciem cieszyli się kolędnicy w XVII w. Natomiast w XVIII w. nastąpiło pewne zubożenie dla tego rodzaju zwyczajów. Prawdopo-



Maska beskidzkich przebierańców chodzących po kolędzie (Muzeum w Żywcu)

dobnie w grę wchodziły również względy oszczędnościowe, gdyż społeczeństwo w tym czasie bardzo zubożniało. Jeśli mieszcianie krakowscy z biegiem lat zubożeli wobec kolędników, to ludność wiejska i małych miasteczek witała zawsze kolędników z niekłamanej radością; kolędowanie stanowiło bowiem niecodzienną rozrywkę, dostarczało zabawy i radości.

Zarówno po wsiach jak i w miastach kolędnicy śpiewali podczas swych obchodów specjalne pieśni — kolędy. Należy podkreślić, że spotykano wtedy dwa rodzaje pieśni kolędowych. Pierwsze stanowiły kolędy, których treścią było składanie noworocznych życzeń; zwracano się w nich przeważnie bezpośrednio do gospodarza. Te kolędy wywodziły się jeszcze z dawnych pogańskich czasów. Związane one były z obrzędami noworocznymi, mającymi zapewnić dostatek plonów. Drugim rodzajem kolęd były pieśni, których zasadniczym motywem była treść religijna; mówiły one o św. Rodzinie, o narodzeniu Jezusa itd. Teksty te przygotowywali księża, zakonnicy i organisci. Kolędy o treści religijnej szybko przyjęły się wśród szerokich kół społeczeństwa i z czasem wyparły kolędy o treści wyłącznie świeckiej.

Do popularności kolęd religijnych przyczynił się również fakt, iż traktowały one postacie religijne w sposób bardzo realistyczny. W treści kolęd przemycano często aluzje o wydzwiku społecznym. W każdym razie kolędy religijne zadomowiły się już na stałe w obyczajowości i tradycji polskiej. Trudno nawet wyobrazić sobie dzisiaj święta Bożego Narodzenia i Nowego Roku bez pięknych, jakże wzruszających polskich kolęd.

# „Gdy jednak nadeszła pełnia czasu, zesłał Bóg Syna swego, zrodzonego z niewiasty” (Ga 4,4)

„W owym czasie wyszło rozporządzenie Cezara Augusta, żeby przeprowadzić spis ludności w całym państwie. Pierwszy ten spis odbył się wówczas, gdy wielkorządcą Syrii był Kwiryniusz. Wybierali się więc wszyscy, aby się dać zapisać, każdy do swego miasta. Udał się także Józef z Galilei, z miasta Nazaret, do Judei, do miasta Dawidowego, zwanego Betlejem, ponieważ pochodził z domu i rodu Dawida, żeby się dać zapisać z poślubioną sobie Maryją, która była brzemienna. Kiedy tam przebywali, nadszedł dla Maryi czas rozwiązania. Porodziła swego pierworodnego Syna, owinęła Go w pieluszki, położyła w żłobie, gdyż nie było dla nich miejsca w gospodzie.

W tej samej okolicy przebywali w polu pasterze i trzymali straż nocną nad swoją trzodą. Naraz stanął przy nich anioł Pański i chwiała Pańska zewsząd ich oświeciła, tak że bardzo się przestraszyli. Lecz anioł rzekł do nich: Nie bójcie się! Oto zwiastuję wam radość wielką, która będzie udziałem całego narodu: dziś w mieście Dawida narodził się wam Zbawiciel, którym jest Mesjasz, Pan. A to będzie znakiem dla was: znajdziecie Niemowlę, owinięte w pieluszki i leżące w żłobie. I nagle przyłączyły się do anioła mnóstwo zastępów niebieskich, które wielbiły Boga słowami:

*Chwała Bogu na wysokościach  
a na ziemi pokój  
ludziom Jego upodobania”*

(Łk 2, 1-14)

Stary Testament zna cały szereg cudownych narodzin w decydujących, przełomowych chwilach historii zbawienia. Sara matka Izaaka (Rdz 12, 18), matka Samuela (1 Sm 1-3) i nieznaną matką Samsona (Sdz 13) są nieplodne i nie mają żadnej nadziei na potomstwo. U wszystkich trzech przychodzi na świat dziecko, które staje się oswobodzicielem Izraela. Bóg czyni możliwym to, co niemożliwe (Rdz 18, 14; Łk 1, 37), wywyższa

uniżonych (Sam 2, 7; Łk 1, 51), w „władców strąca z tronu” (Łk 1, 52). Kontynuacją tego szeregu jest Elżbieta, matka Jana Chrzciciela (Łk 1, 7-25.36); zaś punktem kulminacyjnym i ukoronowaniem jest Maryja. „W owym czasie wyszło rozporządzenie Cezara Augusta, żeby przeprowadzić spis ludności w całym państwie (...). Porodziła swego pierworodnego Syna, owinęła go w pieluszki, położyła w żłobie, gdyż nie było dla nich miejsca w gospodzie”. Nieco krócej ten sam fakt opisuje Mateusz: „Jezus narodził się w Betlejem, w Judei, za panowania króla Heroda” (Mt 2, 1). Na podstawie tych zapisów można twierdzić, że Jezus narodził się za panowania Cezara Augusta podczas spisu Kwiryniusza, gdy królem żydowskim był Herod, zwany Wielkim.

Jezus narodził się w grocie w Betlejem, niedaleko Jerozolimy. Jego matką była Maryja z Nazaretu, która Syna „położyła w żłobie, gdyż nie było dla nich miejsca w gospodzie”. Jezus Chrystus nie urodził się we własnym domu. Wymowa tego faktu może mieć głębszy sens: Maryja urodziła Go nie dla siebie i nie dla własnego domu, ale dla świata, dla wszystkich ludzi, prawie pod gołym niebem. Maryja z Józefem szukali dla Niego miejsca — i nie znajduje go. Maryja nie znalazła miejsca wśród ludzi dla swojego Dziecka położyła Je w żłobie. Ta bezdomność narodzin Jezusa Chrystusa ma swoją głęboką wymowę. Nikt nie może powiedzieć, że Chrystus narodził się w jego domu. On narodził się bezdomny, w grocie pasterskiej, z której drogi rozchodziły się na cztery strony świata. W tej grocie nie było drzwi, które można zatrzasnąć przed ludźmi. Każdy mógł wejść, zatrzymać się, usiąść, zapytać, pomyśleć. Chrystus jest dostępny dla każdego, jest dla wszystkich. Ta grota była tak uboga, że wszelkie ubóstwo może tam wejść i poczuć się jak u siebie. Bezdomność i ubóstwo Jezusa Chrystusa — Zbawcy świata — to chyba najszerzej otworzone drzwi

dla każdego człowieka. On przyszedł zbawić wszystkich. Słowa skierowane niegdyś do Zacheusza są zawsze aktualne i odnoszą się do każdego z nas: „Chcę dziś u ciebie zamieszkać”.

„Oto zwiastuję wam radość wielką, która będzie udziałem całego narodu”. Po przeżyciu wielu rozczarowań, wydaje się nam, że radość, o której mówili aniołowie pasterzom na polach betlejemskich, którą wyśpiewujemy w kołędach, to tylko słowa. Przecież nasze życie — pełne trosk i cierpień — pozostało tak, jak było. To jest trudny problem, na który trzeba spojrzeć poprzez pryzmat słów św. Jana: Światłość przyszła na świat, a ciemność jej nie zwycięży. Wprawdzie ciemność nadal trwa, ale jest miejsce na tym świecie, gdzie pali się światło; można do niego się zbliżyć, zanurzyć się w nim, napełnić nim własną duszę. Światłością jest Jezus Chrystus. Przyjmijmy Go, a On da nam moc i staniemy się synami Boga. I to właśnie jest radość. Taką chyba myśl wyraża symbolika odprawianej w nocy „Pasterki”. Przychodzimy z ciemności do oświetlonego kościoła i możemy wziąć Światłość; możemy wziąć Boga. Wprawdzie ciemność nie odeszła z tego świata, ale może być ona przewyciężona, jeśli pójdziemy z Jezusem Chrystusem. Bo On jest drogą i światłem.



Zdaniem Mieszanej Komisji Prawosławno-Starokatolickiej, „Wierzymy w Jezusa Chrystusa, jedynego Syna i jedyne Słowo, który dla nas ludzi i dla naszego zbawienia zstąpił z nieba i przyjął ciało za sprawą Ducha Świętego z Maryi Dziewicy, i stał się człowiekiem” (Nicejsko-konstantynopolitańskie Wyznanie Wiary). Przez Wcielenie wszedł wieczny i ponadczasowy Bóg jako człowiek w doczesność i dzieje „aby pojednać rodzaj ludzki ze sobą, jako jego Głową” (Cyryl z Aleksandrii)”.

# Opowieść Wigilijna

W lesie, wysoko na urwisku, na otwartym wybrzeżu, rósł sobie prawdziwie stary dąb. Miał trzysta sześćdziesiąt pięć lat, ale ten długi przeciąg czasu znaczył dla drzewa tyle, ile dla ludzi 365 dni; my czujemy w dzień, a śpimy w nocy i wtedy śnią się nam różne sny, drzewo zaś czuwa w ciągu trzech pór roku, dopiero w zimie zasypia. Zima jest porą jego spoczynku, jest jego nocą po długim dniu, który się nazywa wiosną, latem i jesienią.

Wiele razy podczas ciepłego, letniego dnia dookoła korony drzewa tańczyła łątka-jednodniówka; żyła, unosiła się w powietrzu i czuła się szczęśliwa. Gdy przez jedno mgnienie oka to małe stworzonko spoczywało, pogrążone w cichej błogości, na jednym ze świeżych, dębowych liści, wówczas drzewo zwykle mówi:

— Biedne maleństwo! Jeden jedyny dzień jest całym twoim życiem! Jakże krótko żyjesz, jakie to smutne!

— Smutne? — odpowiadała zwykle łątka. — Co przez to rozumiesz? Wszystko jest takie niezwykle jasne, ciepłe i piękne, a ja jestem taka szczęśliwa!

— Ale tylko przez jeden dzień, a potem wszystko się kończy!

— Kończy się — powtórzyła łątka. — Co się kończy? Czyż i ty się kończysz?

— Nie, ja żyję może tysiące twoich dni, a mój dzień jest długi, jak całe pory roku! Jest to coś tak długiego, że wcale nie potrafisz tego wyliczyć!

— Nie, bo ciebie nie rozumiem. Ty żyjesz przez tysiące moich dni, a ja żyję przez tysiące chwil, wesoło i szczęśliwie. Czyż cały urok świata zniknie z chwilą, gdy ty umrzesz?

— Nie — powiedziało drzewo. — Trwa on na pewno dłużej, nieskończenie dłużej niż mogę to sobie wyobrazić!

— A więc posiadamy jednakowe skarby, tylko że liczymy inaczej!

Łątka tańczyła i kołysała się w powietrzu, cieszyła się ze swoich delikatnych, kunsztownych skrzydełek, jak gdyby utkanych z gazy i aksamitu, radowała się ciepłym powietrzem. Dzień był długi i piękny, pełen radości i rozkosznych zabaw, a kiedy zaszło słońce, poczuła się mała łątka tak mile zmęczona tymi wszystkimi radościami życia! Skrzydełka nie chciały jej już dłużej nosić i obsunęła się delikatnie na miękką falującą trawkę, skłoniła główkę tak, jak gdyby się kłaniała. I zasnęła radośnie. To była jej śmierć.

— Biedna, mała łątka! — westchnął dąb. — Doprawdy zbyt krótko żyła!

Dąb rósł, czuwał podczas swego wiosennego poranka, letniego popołudnia i jesiennego wieczoru. Oto zbliżała się już pora jego snu, jego noc — nadchodziła zima.

Wichry jesienne rozpoczęły już swój śpiew:

— Dobranoc, dobranoc! Tu spada listek, tam spada listek! Zrywamy je, zrywamy! Postaraj się zasnąć. Zaśpiewamy ci do snu, ukotyszemy cię do snu; prawda, jak to dobrze robi starym konarom! Śpij słodko i niech ci się przyśnią przyjemne sny!

Dąb stał rozebrany ze swej zieleni, aby udać się na spoczynek na całą długą zimę i aby śnić o czymś co przeżył.

I on był kiedyś mały, przecież żołądź był jego kołyską; według ludzkiego obliczenia żył już czwarte stulecie. Teraz był największym i najwspanialszym drzewem w lesie; przerastał koroną wszystkie inne drzewa i widać go było z daleka; z morza jako znak dla okrętów, nie myślał wcale o tym, ile oczu go szukało.

Nadszedł akurat święty wieczór wigilijny, kiedy drzewu przyśnił się najpiękniejszy sen, posłuchajmy jaki:

Drzewo czuło wyraźnie, że jest świąteczna pora. I zdawało mu się, że słyszy, jak wszystkie kościelne dzwony biją w całej okolicy, a mimo to było ciepło i łagodnie, jak w cudny letni dzień. Wszystko co dąb w ciągu długich lat przeżył, wszystko, co widział wokół siebie, przechodziło przed nim jak w jakimś uroczystym pochodzie. Widział rycerzy z dawnych czasów i damy konno z pióropuszcami na kapeluszach i sokołami na rękach; widział nieprzyjacielskich wojowników o błyszczących mieczach, w barwnych sukniach, z dzidami i halabardami; dąb widział zakochane pary; ciche i szczęśliwe, spotykające się w blasku księżyca. Lesne gołębie zagruchały, jak gdyby chciały powiedzieć, co czuje drzewo, a kukułka kukała, ile drzewo przeżyje letnich dni.

Wtedy dąb poczuł, jakby nowe soki wstąpiły w najmniejszy jego korzonek i wysoko przeniknęły, aż do szczytowych gałęzi, aż do liści. Drzewo czuło, że te soki je rozsadzają, czuło korzeniami istniejące w głębi ziemi życie i ciepło; poczuło, że jego siła wzrasta, wznosiło się coraz wyżej i wyżej, wypuszczało gałęzie ku górze, korona stawała się pełniejsza, rozszerzała się i rosła ku górze, im wyżej rosło drzewo, tym bardziej zwiększała się jego radość, przepelniona szczęściem tęsknota, aby sięgać coraz wyżej, wysoko, aż do błyszczącego, ciepłego słońca.

Był to błoga, radosna chwila! A przecież wśród całej radości odczuwało drzewo tęsknotę i pragnęło, aby wszystkie inne drzewa w lesie u jego stóp, wszystkie krzaki, zioła i kwiaty wznosiły się ku górze wraz z nim, aby odczuwały również jasność i radość. Podczas swego cudownego snu potężny dąb nie był w pełni szczęśliwy, nie mogąc ich wszystkich mieć przy sobie, dużych i małych, i to uczucie poruszało jego gałęziami i liśćmi tak szczerze i silnie jak ludzką pierś.

— Ten mały, czerwony kwiatek nad wodą powinien być także z nami — powiedział dąb — i ten liliowy dzwonek, i mała stokrotka. — Dąb chciał wszystkie zabrać ze sobą.

— Jesteśmy z tobą! Jesteśmy z tobą! — śpiewało i brzmiało dokoła.

— Ale gdzież ta śliczna macierzanka z zeszłego lata i te konwalie, które tu kwitły rok temu tak obficie? A ta dzika jabłoń, jakże pięknie kwitła! Pamiętam cały ten przepych lasu od lat, od wieków! Ach, gdyby to wszystko przetrwało do dzisiejszego dnia, byłoby teraz z nami w górze.

— Jesteśmy z tobą! Jesteśmy z tobą! — brzmiało i śpiewało wszystko, coraz bardziej wznosząc się w górę. Zdawało się, że wszystko wokoło pofrunęło do nieba.

— To piękne nie do wiary — cieszył się stary dąb. — Są ze mną wszystkie, małe i duże. Nie zapomniano o żadnym. Jakże to możliwe takie szczęście niewiarygodne?

— W Królestwie Bożym jest to możliwe i wiarygodne! — odezwał się nagle głos.

A drzewo, które ciągle rośło, poczuło, że jego korzenie oderwały się od ziemi.

— Tak mi najlepiej! — powiedział dąb — teraz nie trzymają mnie już żadne więzy. Teraz mogę się wznieść do najdalszych wyżyn w świetle i blasku. I wszyscy drodzy mi są ze mną. Mali i wielcy. Wszyscy razem!

Wszyscy!

Był to sen dębu. Podczas gdy śnił w świętą noc wigilijną, na morzu i lądzie rozpełtała się straszna burza, ciężkie fale morskie uderzały o brzeg, drzewo zatrzeszczało, złamało się i pochyliło, wyrwane z korzeniami właśnie w tym czasie, kiedy śniło, że oderwało się od ziemi. Dąb padł. Jego trzysta sześćdziesiąt pięć lat było tylko tym, czym jeden dzień dla łątki.

W poranek Bożego Narodzenia, kiedy wzeszło słońce, wicher uspokoił się; dzwony we wszystkich kościołach biły uroczysto, a z każdego komina najędzniejszej chałupy wznosił się błękitnawy dymek, jak dym ofiarny, dziękczynny z ofiarnego ołtarza w święto druidów. Morze uspokoiło się zupełnie, a na pokładzie wielkiego okrętu, który dobrze przetrzymał strasz-

ną burzę, wywieszono wszystkie flagi, świąteczne i uroczyste.

— Drzewo znikło, nie ma starego dębu, naszego znaku na lądzie — mówili marynarze. — Runął w czasie nocnej wichury. Któż go zastąpi? Nikt tego nie potrafi.

Taka była mowa żałobna wygłoszona po śmierci drzewa. Krótka, ale szczerza. Dąb legł rozciągnięty na śnieżnym kobiercu na brzegu morza, a nad nim rozbrzmiewała pieśń śpiewana na okręcie, wigilijna pieśń radości, pieśń wyzwolenia duszy ludzkiej w Chrystusie, pieśń wiecznego życia:

*Śpiewajcie głośno, chrześcijanie,  
Już nadeszło zmiłowanie,  
Nadeszła chwila wyzwolenia,  
Alleluja, Alleluja!*

Tak brzmiał stary psalm, a wszyscy na okręcie czuli się podniesieni na duchu przez tę pieśń i tę modlitwę — zupełnie tak samo, jak czuł się stary dąb, który wznosił się w górę w swym ostatnim, najcudowniejszym śnie nocy wigilijnej.

(wg Christiana Andersena)

## Ikony Maryjne w warszawskim Muzeum Narodowym

Do 13 stycznia 2002 r. czynna będzie w warszawskim Muzeum Narodowym wystawa ikon i przedstawień maryjnych. Przygotowania do czynnej od listopada br. wystawy trwały trzy lata. Wiele obiektów poddano przedtem konserwacji. Pokazywane są głównie ikony z Rosji centralnej, obecnych terenów Białorusi i Ukrainy, kilka pochodzi z Grecji i Bałkanów.

„Hodegetria”, jak brzmi tytuł wystawy, to greckie z pochodzenia słowo oznaczające „przewodniczkę”, „wskazującą drogę”. Jest jednym z najpowszechniejszych imion albo tytułów Bogurodzicy, używanych w Kościele wschodnim. „Matka Boska Hodegetria” jest zarazem jedną z najważniejszych ikon — namalowana, jak niesie przekaz, przez Łukasza Ewangelistę, czyli pierwszego „ikonopisa”.

Na wystawie znalazło się 108 ikon, grafik i przykładów rzeźmiostwa liturgicznego z własnych zbiorów muzeum. Obejmują one okres od XV do XIX wieku, choć zdecydowana większość datowana jest na wiek XVII-XIX. Wspomniana „Matka Boska Hodegetria”, oficjalna patronka Konstantynopola, jest najstarszym eks-

ponatem pochodzącym przypuszczalnie z XV-wiecznej Macedonii.

Ostatnio podobne wystawy pokazywane były w największych muzeach świata: w Moskwie, St. Petersburgu, Atenach — poinformowała kuratorka ekspozycji. — Nie mamy aż tak bogatych zbiorów, ale jest to pokaz reprezentatywny dla szkół i nurtów sztuki prawosławnej tego okresu.

Rozłam w Cerkwi, przypadający na połowę XVII w., sprawił, że jedynie starowiercy pozostali wierni tradycyjnej ikonografii i sposobom wykonywania ikon. Zawdzięczamy im eksponowane na wystawie metalowe krzyże i ołtarzyki, a także bogato dekorowane okłady (metalowe pokrycia) przepięknych malowideł. Ogromna liczba wyobrażeń Matki Boskiej wiąże się ze szczególną czcią, jaką darzy Maryję od początku Kościoła wschodniego.

Na wystawie znalazły się także grafiki unickie, jak słynna: „Matka Boska Chełmska”, czy przedstawienia wojenne. „Obrona Poczajowa” ukazuje cudowną obronę zagrożonego klasztoru — dokonała tego właśnie ikona Bogurodzicy. Turek „atak przez dni półczwarta szturmował potężnie, prze-



Matka Boska Krzemieniecka —  
ikona z XVIII w.,  
rysonowana przez Józefa Goczewskiego

ciw którym Maria stawiała się mężnie”, pisał artysta. Można także obejrzeć drukowane we Francji dla polskiego wydawcy Wilczyńskiego wizerunki wschodnich świętyń, np. Ławry Pieczerskiej i Soboru Sofijskiego w Kijowie.

## Genetyka zdolności

Umysł człowieka był dla Arystotelesa nie zapisaną kartą (tabula rasa), którą można w czasie odpowiedniego wychowania i edukacji zapełnić dowolną treścią, natomiast wiedza i umiejętności kształtują się w trakcie doświadczeń empirycznych. Jeśli przyjęlibyśmy tę prawdę, to dlaczego wśród uczniów tej samej klasy jeden bez trudu pierwiastkuje w pamięci, a drugi nie potrafi poprawnie dodać dwa ułamki. Dlaczego jedni „słyszą” wymowę obcego języka i potrafią ją odwzorować tak perfekcyjnie, że uchodzą za tubylców, a inni — mimo perfekcyjnej znajomości gramatyki i składni — mówią tak, że ich francuski można wziąć za niemiecki? Gdyby hipoteza Arystotelesa była prawdziwa — każdy mógłby zostać np. Einsteinem. Wiemy jednak, że to mało prawdopodobne.

A może bliższy prawdy był Platon, według którego człowiek rodzi się albo bystry, albo nie. Jest w stanie pewne rzeczy zrozumieć lub nigdy ich nie pojmie... i żadna edukacja ani wychowanie tego nie zmienia. Najnowsze wyniki badań uczonych z wydziału medycyny UCLA w Los Angeles, uniwersytetów w Helsinkach i Oulu oraz fińskiego Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego z Helsinek potwierdzają tezy Platona. Ich praca zamieszczona w najnowszym „Nature Neuroscience” udowadnia, że budowa ludzkiego mózgu zależy od genów, tak jak wzrost czy kolor oczu. Im bliżej spokrewnione genetycznie są dwie osoby, tym więcej podobieństw wykazują ich mózgi. Co ciekawe, nie wszędzie. Nawet jednojajowe (a więc niemal identyczne genetycznie) bliźnięta różnią się budową np. części płatów skroniowych czy potylicznych. Wykazują jednak zdumiewające, niemal stuprocentowe podobieństwo w obszarach kory czołowej czy czuciowo-ruchowej, w tym rejonów odpowiedzialnych za rozumienie słów i ich artykulację. Co to oznacza? Otóż podobnie jak nie możemy zmienić danego nam w genach koloru naszych oczu, tak — zdaniem naukowców — nie potrafimy obejść genetycznych ograniczeń nałożonych na nasz mózg. Im większe podobieństwo

w budowie określonego rejonu mózgu, tym bardziej zależy on od genów. I tym mniej może go ukształtować środowisko. Budowakory mózgowej nie spokrewnionych ze sobą osób jest różna niemal w stu procentach, ale już u rodzeństwa zaznaczają się daleko idące podobieństwa.

Wpływ natury i wychowania na ostateczny kształt ludzkiego mózgu nie są niezależne. Geny nie mogą działać inaczej, jak tylko wokreślonym środowisku, zwłaszcza jeśli dotyczą np. podatności na stresujące i niebezpieczne bodźce. Niewątpliwie jednak geny, bardziej niż dotychczas sądzono, determinują nasz potencjał intelektualny i bezpośrednio z nim związane cechy osobowości.

Znaczenie pracy amerykańskich i fińskich uczonych jest nie do przecenienia. Stwierdzenie, że określony zestaw genów ma ścisły związek z budową i funkcjonowaniem mózgu, może pozwolić w przyszłości wyjaśnić przyczyny wielu chorób oraz zachęcić innych naukowców do poszukiwania zależności między takim, a nie innym zestawem genów, a np. zdolnościami muzycznymi, czy podatnością na chorobę Alzheimera.

## W Indiach wszystko jest lżejsze

Nową mapę ziemskiej grawitacji opublikowali naukowcy z NASA na podstawie pomiarów satelitów Grace. Jej barwy są podobne do tych używanych do oznaczenia wysokości na mapach fizycznych naszego globu. Tutaj jednak „wzniesienia” oznaczają silniejsze ziemskie ciążenie, a „depresje” — słabsze przyciąganie. Jak widać — aby stracić na wadze, trzeba udać się do Indii, gdzie siła ciążenia jest zdecydowanie najmniejsza. Z kolei silna grawitacja panuje na obszarach południowego Pacyfiku, północnej Afryki, a także... Europy. Mapa pomoże ustalić szczegóły wewnętrznej budowy planety — m.in. miejsca, gdzie występują cenne minerały, panuje wieczna zmarzlina czy też znajdują się nietypowe formacje tektoniczne.

## Urząd Gminy Gorzyce

39-432 Gorzyce, ul. Sandomierska 75

tel. 0-15 836 20 75

836 24 08

836 18 01,

fax 0-15 836 22 09

2001-11-06

## Kuria Biskupia Kościoła Polsko-Katolickiego Warszawa

Urząd Gminy w Gorzycach potwierdza, że dnia 18.09.2001 r. na konto utworzone na hasło: „Powódź” wpłynęła kwota 14.300,- zł. Kwota ta przekazana została na potrzeby Szkoły Podstawowej w Sokolnikach

W imieniu mieszkańców Gminy Gorzyce pragnę złożyć podziękowanie za pomoc udzieloną nam w trudnych chwilach powodzi.

Udzielona pomoc i solidarność z naszymi mieszkańcami, których dotknęła klęska powodzi dodała nam otuchy i nadzieję w możliwość pokonania tych trudnych chwil.

Dziękujemy serdecznie za udzieloną pomoc  
Z wyrazami podziękowań

WÓJT

inż. Stanisław Krawiec

# KOMUNIKATY

## Ofiary na rzecz Powodzian

W związku z tragedią powodzi, jaka w lipcu br. dotknęła niektóre rejony Polski J.E. bp prof. Wiktor Wysoczański — Zwierzchnik Kościoła Polskokatolickiego wy-sosował Apel do parafii o zbiórkę ofiar na ten cel.

W międzyczasie otrzymaliśmy informację z Caritas Polska, że w wyniku powodzi zalana zostaje Szkoła Podstawowa w Sokolnikach k. Sandomierza, a dzieci odby-wają zajęcia lekcyjne uczestnicząc w „zielonych szkołach” (pod gołym niebem) do czasu zakończenia remontu. Ks. inf. Ryszard Dąbrowski nawiązał kontakt telefo-niczny z p. mgr Kazimierą Dziurą — dyrektorem Szkoły Podstawowej w Sokolnik-ach, która przysłała w tej sprawie pismo, prosząc o wsparcie finansowe.

W związku z tym J.E. bp Wiktor Wysoczański — Zwierzchnik Kościoła postano-wił dotychczasowe ofiary, zebrane w naszym Kościele, przekazać na konto z hasłem: „Powódź — pomoc dla Szkoły Podstawowej w Sokolnikach”.

**W dniu 14 września na konto Szkoły Podstawowej w Sokolnikach wysłaliśmy kwotę 14.300,00 zł (słownie: czternaście tysięcy trzysta złotych).**

Ponadto jak nas powiadomili Księża Proboszczowie — niektóre parafie wysłały pomoc bezpośrednio na różne konta powodziowe. I tak:

1. Par. w Szczecinie — na kon. PCK —	605,00 zł;	7. Par. w Łękach Duk. — dla rodz. M. Waligóry z Koniuszkowej —	197,00 zł;
2. Bp W. Skołucki — Par. Wroc. —	300,00 zł;	8. Par. w Bydgoszczy — na kon. Carit. —	250,00 zł;
3. Par. w Bukownie k. Bolesł. —	1.500,00 zł;	9. Par. w Toruniu —	640,00 zł;
4. Par. w Strzyżowicach —	3.000,00 zł;	10. P. M. Sierakowska — na PCK —	50,00 zł;
5. Par. w Kołowie — na kon. Telew. —	2.500,00 zł;	11. P. Zbigniew Tokarski —	130,00 zł.
6. Par. w Grudkach — przekaz. zboże dla ofiar;			

W dniu 19.09.2001 wpłynęła na adres Kurii Biskupiej wpłata z parafii w Jastko-wicach — w kwocie 30,00 zł.

**Wszystkim Ofiarodawcom, za przekazane ofiary, Biskup Wiktor Wysoczań-ski — Zwierzchnik Kościoła składa podziękowanie staropolskim Bóg zapłać.**

## Lista ofiarodawców:

1. Par. w Bolesławiu	2.240,00 zł
2. Par. w Żaganii	150,00 zł
3. Par. w Zielonej Górze	50,00 zł
4. Par. w Świeciechowie	410,00 zł
5. Par. w Majdanie Leśn.	440,00 zł
6. Par. w Żarach	349,00 zł
7. Par. w Boguszwowie-Gorcach	600,00 zł
8. Par. w Bielsku-Białej	730,00 zł
9. Par. w Bukowie M.	300,00 zł
10. Par. w Żółkiewce i Gorzkowie	200,00 zł
11. Par. Katedr. w Warszawie	1.000,00 zł
12. Par. w Łodzi (Limanowskiego)	700,00 zł
13. Par. w Łodzi (Kościuszki)	210,00 zł
14. Par. w Strzyżowicach	700,00 zł
15. Par. w Jaćmierzu	230,00 zł
16. Par. w Stargardzie Szcz.	150,00 zł
17. Par. w Majdanie Nepr.	260,00 zł
18. Par. w Grudkach	100,00 zł
19. Par. w Lublinie	1.270,00 zł
20. Par. w Libiążu	250,00 zł
21. Par. w Sanoku	200,00 zł
22. Par. w Olsztynie	400,00 zł
23. Par. w Bażanówce	657,00 zł
24. Par. w Tarnogórze	420,00 zł
25. Par. w Krakowie (Friedleina)	250,00 zł
26. Par. w Częstochowie	600,00 zł
27. Par. w Elblągu	450,00 zł
28. Par. w Okole	200,00 zł
29. Par. w Gdyni	300,00 zł
30. Bp W. Wysoczański	100,00 zł
31. Ks. Kancl. R. Dąbrowski	50,00 zł
32. P. Hanna Smuga	50,00 zł
33. P. Mirosława Lelań	50,00 zł
34. P. Alicja Konczałska	50,00 zł
35. P. Bogumiła Rychbitwa	50,00 zł
36. P. Arkadiusz Wójtowicz	50,00 zł
37. P. W. Januszkiewicz	30,00 zł
38. P. W. Paczuski	20,00 zł

Ogółem:

14.266,00 zł

## TERMINARZ NAGRAŃ RADIOWYCH DLA KOŚCIOŁA POLSKOKATOLICKIEGO

Komisja do Spraw Mediów Polskiej Rady Ekumenicznej w Warszawie na rok 2002 przydzieliła dla Kościoła Polskokatolickiego następujący terminarz nagrań radiowych:

### Nabożeństwa w Radiu BIS o godz. 8-ej

**20 styczeń** — Parafia pw. Wniebowzięcia NMP w Lublinie (ks. proboszcz mgr Andrzej Gontarek);

**1 kwiecień** — Parafia pw. św. Jakuba Apostoła w Żółkiewce (ks. proboszcz mgr Krzysztof Groszak);

**1 maj** — Parafia pw. Narodzenia NMP w Obórkach (ks. proboszcz mgr Marian Kosiński);

**16 czerwiec** — Parafia pw. Podwyższenia Krzyża w Maj-danie Nepr. (ks. proboszcz dr Mieczysław Piątek);

**15 sierpień** — Parafia pw. Św. Anny w Bielsku-Białej (ks. proboszcz inf. Henryk Buszka);

**1 listopad** — Parafia pw. Św. Anny w Bielsku-Białej (ks. proboszcz inf. Henryk Buszka);

**5 grudnia** — Parafia pw. MB Nieustającej Pomocy w Strzyżowicach (ks. prob. inf. Eugeniusz Stelmach);

**Audycje 10-minut. w Radiu BIS** — prow. ks. mgr Krzysztof Groszak: 13 styczeń, 3 marzec, 21 kwiecień, 2 czerwiec, 28 lipiec, 15 wrzesień, 3 listopad, 24 grudzień

**Audycje 5-minut. w II Progr. PR (Pięć minut z Biblią)** — prow. ks. inf. Aleksander Bielec: 23 luty, 13 kwiecień, 1 czerwiec, 20 lipiec, 7 wrzesień, 26 październik, 14 grudzień

## KALENDARZ EKUMENICZNY 2002

W kolejny rok historii chrześcijaństwa wchodzimy, trzymając w dłoni trzecią już edycję kalenda-rza, przygotowanego przez przedstawicieli wielkiej rodziny, której na imię chrześcijaństwo. Ka-lendarz Ekumeniczny, bo o nim mowa, to efekt pracy ludzi, którzy wierzą, którzy przyjmują Sło-wo pochodzące od Boga. Stąd też myślą przewodnią tegorocznej edycji *Kalendarza* są słowa z Ewan-gelii św. Jana 1, 1a: „Na początku było SŁOWO...”.

Na początek nowego — 2002 roku, otrzymujemy „przewodnik”, który ma pomóc nam zgłę-bić tajemnice Pisma Świętego.

Mimo różnic, tych wielkich — dogmatycznych, doktrynalnych i tych małych — „ludzkich”, w tej wielkiej różnorodności, w tym bogactwie możliwych sposobów postrzegania Boga — Pana i Stwórcy — pocieszające jest to, że tak wiele osób razem potrafiło pochylić się nad SŁOWEM Bo-żym. Wynik tej pracy możemy znaleźć w księgarniach, a jest nim *Kalendarz Ekumeniczny*. To kolejny, po ekumenicznym przekładzie Pisma św. Nowego Testamentu, widzialny przykład wspólnej pracy chrześcijan.

„Na początku było SŁOWO...” — ta Radosna Nowina objawiona światu — to ekumeniczny skarb przez Boga dany człowiekowi po wszystkie dni.

Nie wiem, czy *Kalendarz Ekumeniczny* na 2002 rok może być takim małym ekumenicznym skarbem, ale na pewno jest to skarbnica wiedzy o świętach, ważnych wydarzeniach i rocznicach różnych wyznań i tradycji religijnych.

Ks. Andrzej Gontarek

Wydawca: Wydawnictwo i Drukarnia Diecezjalna, ul. Żeromskiego 4. 27-600 Sandomierz  
tel. (0...15) 83 23 192 e-mail marketing@wds.pl., www.wds.pl.

# rodzina

## MIESIĘCZNIK KATOLICKI

Wydawca: Społeczne Towarzystwo Polskich Katolików. Instytut Wydawniczy im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego. Redaguje Kolegium. Adres redakcji: ul. Czardasza 18, 02-169 Warszawa, tel. (22) 868-32-47. Cena prenumeraty rocznej: 24 zł. Redakcja nie zwraca tekstów nie zamówionych i zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania.

Druk: Zakład Poligraficzny „Polkat — Holding” Sp. z o.o. Zam. 265/2001.

## Czekolada chroni przed chorobami serca

Zawarte w czekoladzie i kakao flawonoidy mogą chronić przed chorobami serca, podobnie jak herbata, jabłka czy czerwone wino — twierdzą naukowcy na łamach najnowszego „American Journal of Clinical Nutrition”.

Uczeni badali wpływ diety na stężenie cholesterolu i trójglicerydów we krwi 23 zdrowych ochotników płci obojga. Połowa z nich, oprócz normalnych posiłków dostawała dodatkowo czekoladę i kakao. Już po 2 godzinach od zjedzenia czekolady stężenie dobroczynnych flawonoidów we krwi badanych gwałtownie wzrastało, by powrócić do poziomu podstawowego po blisko 24 godz.

Po kilku tygodniach na wzbogaconej diecie poziom „dobrego” cholesterolu HDL wzrastał o 4 proc., a „złego” LDL malał o 8 proc. Wyniki badania należy interpretować raczej jako głos w obronie diety bogatej w warzywa i owoce, w tym także w sproszkowane nasiona kakaowca.

## Strzeż się paradontozy

Paradontozę uważa się na ogół za tajemniczą chorobę, na której przebieg nie mamy wpływu. Tymczasem prawda jest prozaiczna — przyczyną jest niedostateczna higiena jamy ustnej. Osoby zaniedbujące czyszczenie zębów i pozwalające na narastanie kamienia nazębnego są kandydatami na pacjentów chirurga dentyścycznego. Bardzo ważna jest tu sprawa czyszczenia kamienia nazębnego, którą to czynność powinniśmy wykonywać u dentysty przynajmniej raz w roku.

Pierwszym objawem paradontozy jest krwawienie dziąseł, zaniedbanie prowadzi z czasem do destrukcji tkanek otaczających ząb. Ząb traci swą naturalną podporę, staje się ruchomy i wreszcie wypadnie. Musimy mieć świadomość, że na tę chorobę możemy zapracować swoim własnym niedbalstwem. Paradontozy można bowiem uniknąć, myjąc od wczesnej młodości dokładnie zęby i usuwając kamień.

## Kolory wpływają na samopoczucie

Jeśli jesteś człowiekiem nadpobudliwym, zacznij otaczać się kolorem różowym. Kup np. zasłony w tym kolorze. Podniesione ciśnienie krwi, szybszy puls oraz przyspieszona praca serca wrócą do normy. Kolor jaskrawo różowy zmniejsza agresję, uspokaja. Tak samo działa niebieski. Wyzwała łagodność, zadowolenie i opanowanie. Ludzie impulsywni powinni spać w błękitnej pościeli i postarać się np. o obraz z widokiem nieba. Będzie on stanowić atrakcyjny element wyposażenia mieszkania, a jednocześnie pełnić funkcję terapeutyczną. Gdy jesteś zazdrośnikiem, zaprzyjaźnij się z zielenią. Zamiasz robić sceny z byle powodu, wyobraź sobie zieloną łąkę i soczyście zielone drzewa.

## Żurawina zmniejsza ryzyko nowotworów

Najbogatszym źródłem antyutleniających, tj. związków, które zmniejszają ryzyko rozwoju nowotworów, jest żurawina. Tak twierdzą badacze z USA na łamach pisma *Journal of Agricultural and Food Chemistry*.

Antyutleniające są związkami, które neutralizują wolne rodniki tlenowe, czyli bardzo aktywne chemicznie formy tlenu powstające w naszym organizmie jako uboczny „produkt” procesów przemiany materii.

Wolne rodniki są toksyczne dla komórek organizmu, gdyż w reakcjach utleniania uszkadzają istotne dla życia komórki składniki, takie jak DNA, białka czy związki tłuszczowe budujące błony komórkowe. Przyczyniają się w ten sposób do rozwoju wielu chorób, m.in. nowotworowych, układu krążenia (miażdżyca) oraz przyspieszają procesy starzenia komórek. Neutralizując wolne rodniki, antyutleniające mogą zmniejszać ryzyko rozwoju tych chorób.

## Chroń męża przed depresją

Mężczyźni rzadziej cierpią na depresję, gdy partnerka nie pracuje zawodowo lub pracuje w niepełnym wymiarze godzin.

O wynikach badań naukowców brytyjskich donosi serwis „Eurek-Alert”. Badania prowadzone na Wydziale Psychiatrii w Londynie objęły 10 tys. kobiet i mężczyzn. Analiza wyników wykazała m.in., że mężczyźni których partnerki z powodu pracy spędzają więcej czasu poza domem, są bardziej narażeni na rozwój depresji niż mężczyźni, których partnerki pracują na niepełny etat lub nie pracują wcale i mają więcej czasu na zajmowanie się domem.

Kobiety, których partner jest bezrobotny, były bardziej narażone na depresję. Natomiast przejście partnera na emeryturę nie miało wpływu na rozwój depresji u kobiet.

### Czy wiecie, że...

*Zwierzęta domowe, głównie psy i koty, potrafią „czytać” w myślach właściciela. Odróżniają uczucia sympatii, przyjaźni, nienawiści, fałszu. Dużo prawdy jest w powiedzeniu „miej się na baczności wobec osób, które u twego czworonożnego przyjaciela wzbudzają niechęć”.*

*Do rejestru placówek usługowych w Bonn jest wpisane „Towarzystwo Wypożyczenia Owiec”. Zwierzęta te wysyłane są w charakterze żywych kosiarek na zapuszczone lotniska helikopterowe, leżące odłogiem tereny firm i inne nieużytki. Owce przekształcają je w krótkim czasie w równo przystrzyżone łąki. Sposób ten okazał się tańszy od maszyn obsługiwanych przez ludzi.*

*Najsmieszniejszym napojem jest... kawa — palimy ją, aby była czarna, potem zaś dolewamy często do niej mleka, aby była biała; dodajemy cykorię, aby była gorzka, a następnie słodzimy ją cukrem; parzymy ją w ekspresach, aby była gorąca, a później dmuchamy, aby ją ostudzić.*

*Amerykańscy eksperci stwierdzili, że dzieci używające rzadko smoczka odznaczają się wyższą inteligencją od tych, które ssaty go często i to dość długo. Powodem tego zjawiska jest fakt, że spokojne dzięki smoczkowi dziecku słabiej reaguje na bodźce zewnętrzne, a i rodzice mniej zajmują się dzieckiem zajęтым ssaniem smoczka.*

*Japończycy wymyślili sztuczne mięso sporządzone z nasion soi. Produkt który nosi nazwę *soimi*, pozbawiony jest smaku i zapachu. Dopiero po dodaniu soli i aromatycznych przypraw oraz odpowiedniemu przetworzeniu możemy z niego otrzymać różne rodzaje wędlin, które w smaku nie ustępują tradycyjnym produktom.*