

rodzina

NR 2
(1745)
2009

MIESIĘCZNIK KATOLICKI ● LUTY ● CENA 2 ZŁ



Uroczystość Matki Boskiej Gromnicznej

Przed nami dzień 2 lutego, a więc uroczystość Matki Boskiej Gromnicznej. Tego dnia obchodzimy pamiątkę ofiarowania Jezusa w świątyni, stosownie do prawa Mojżeszowego. Przewodnia myśl tego święta stanowi jakby przejście od faktu narodzenia Chrystusa do Wielkanocy. Chociaż widzimy jeszcze Dzieciątko Jezus na ręku Maryi, to jednak przynosi Je Ona do świątyni, by złożyć z Niego ofiarę Ojcu niebieskiemu na okup upadłej ludzkości. W tej bowiem chwili zaczynają się wypełniać słowa proroctwa mesjańskiego.

Św. Łukasz, opisując ofiarowanie Chrystusa w świątyni, ukazuje nam, oprócz Jezusa i Maryi, jeszcze inną postać – starca Symeona. Wspominają również o nim – przeznaczone na święto Matki Boskiej Gromnicznej – słowa liturgii Kościoła zachodniego: „Dziś błogosławiona Dziewica Maryja stawiała dziecię Jezus w świątyni, a Symeon, napełniony Duchem Świętym, wziął Je w ramiona i błogosławił Pana” Z tej zapewne racji w Kościele wschodnim uroczystość ta nosi nazwę *hypapante* – spotkanie. Spotkanie ludzkości z obiecany jej Mesjaszem, której ten świątobliwy starzec był przedstawicielem.

Rzeźba Najświętszej Maryi Panny z Dzieciątkiem Jezus
(gotycki poliptyk, Frombork)

Środa Popielcowa rozpoczyna okres liturgiczny zwany Wielkim Postem

Popiół — symbol powrotu do ziemi, z której narodził się człowiek, symbol śmierci — znamionuje rzeczywistość alternatywną. Śmierć oznacza ustanie procesów biologicznych, zanik fal mózgowych, obumarcie ciała. W biblijnym znaczeniu śmierć oznacza ponadto upadek, grzech.

Liturgia Środy Popielcowej składa się z ceremonii poświęcenia i sypania popiołem oraz z Mszy św.

Ceremonia sypania popiołem była od IV do X wieku przeznaczona wyłącznie dla publicznie pokutujących. Po tej ceremonii usuwano pokutników od udziału w nabożeństwie, aby uroczyste pojednać ich w Wielki Czwartek.

W średniowieczu obrzęd sypania popiołem stał się ogólnie przyjęty.

Popiół już w Starym Testamencie wyrażał znikomość rzeczy, pokorę i pokutę — dla upokorzenia pychy naszej i przypomnienia nam o konieczności śmierci, której wskutek grzechu pierwotnego podlegamy. Kościół przypomina: „**Pamiętaj, człowiecze, że jesteś prochem i w proch się obrócisz**”.

W okres Wielkiego Postu wkraczamy właśnie od Środy Popielcowej. Jest to czas poświęcony naszemu nawróceniu. **Istotą postu jest odwrócenie się od zła, powrót na dobrą drogę.** Zewnętrzne znaki powinny stanowić symbol, a nie istotę rzeczywistości. Środa Po-

pielcowa ma unaocznić znikomość naszej doczesności, jej przemijanie.

Jezus Chrystus — nasz Zbawiciel nawołuje nas do zmiany naszego postępowania na lepsze. Ciągle stawia nam przed oczami jakby dwa bieguny, między którymi człowiek powinien urzeczywistniać samego siebie w zamierzonej przez Boga doskonałości. Wskazuje na postępowanie złe, aby ludzie uświadomili sobie to, co niegodne dzieci Bożych i zmienili się. Wskazuje dobro, aby do niego zachęcić. **Przemiana, do której Jezus wzywa każdego człowieka, nazywa się właśnie pokutą.**

Zwykle, pokuta kojarzy się nam z jakimiś surowymi warunkami życia czy nawet udrękami zadawanymi sobie. Tymczasem słowo „pokuta” oznacza w ewangelii zmianę przekonania i postępowania. Pokutować — znaczy przemieniać się wewnętrznie, zmieniać swe poglądy i postępowanie. Ta zmiana od „złego” do „dobrego” wymaga, jako pierwszego kroku, uświadomienia sobie tego, co w naszym postępowaniu, a stąd w nas samych, jest złego. Innymi słowy, wymaga świadomości celnika: „Boże, bądź miłościw mnie grzesznemu”. Chrześcijanin nigdy nie czuje się osamotniony w walce ze złem, ponieważ otacza go opieka całego Kościoła, który przykładem, modlitwą i radą wskazuje człowiekowi drogę do Chrystusa.

Wspólne dni skupienia, rekolekcje, nabożeństwa są wyrazem tej pracy, a liturgia wciąż wskazuje na wartość dogmatyczną ascezy, przypomina, że prowadzi ona do miłości. Tertulian w jednym ze swych pism mówi, że chrześcijanie pościli także i w tym celu, by z tego, co im zostało i co przez post zaoszczędzili, udzielić biednym i głodnym. Takiego postu żąda od nas Bóg: „to jest raczej post, którym obrał: rozwiąż brzemiona ciężące, wypuść niewolę uciśnionych wolno, a wszelkie brzemie zerwij! Ułam łaknącemu chleba twego, a ubogich i tułających się wprowadź do domu twego, przyjdziej go (...). Wtedy wytryśnie jako zaranie światłość twoja, a zdrowie twoje rychlej nadejdzie, i pójdzie przed obliczem twoim sprawiedliwość twoja...” (Iz 58, 8-9).

Liturgia Wielkiego Postu przepęt-niona jest naukami Jezusa Chrystusa i duchem pokuty, ma za zadanie przygotować nas do najgodniejszego uczestnictwa w dziele odkupienia. Chodzi przede wszystkim o pozytywne przygotowanie się do Zmartwychwstania Pana naszego Jezusa Chrystusa. Pokuta nie ma na celu zniszczenia natury ludzkiej, ale jej uzdrowienie i przywrócenie prawdziwej godności. Pewne umarwienia są nieodzowne dla każdego, gdyż — jak mówi św. Paweł w liście do Koryntian „człowiek cielesny nie pojmuje, co jest

Dawne polskie tradycje związane z Popielcem

W dawnej Polsce, Kościół zawsze dążył do tego, by Popielec stanowił przede wszystkim uroczystość religijną. Przez długi czas utrzymywano ten nastrój, śpieszono tłumnie do kościoła, kłękano przed ołtarzami, gdzie księża posypywali zebranych popiołem z palmy, poświęconej w Kwietnią Niedzielę (wśród pospółstwa krążyły pogłoski, że jest to popiół z trupich kości).

Było coś jakby teatralnego w tym geście, z którym niewytrzeźwieni jeszcze po nocy biesiadnej szli do kościoła, aby głowy posypać popiołem. Najwięksi panowie nawet, nie zawsze o niedzielnym nabożeństwie pamiętający, udawali się w tym dniu do kościoła, a chorzy prosili księdza, by do domu zajechał z

popiołem. Młodzież obsypywała się popiołem, w workach i garnkach przynoszonym, o co śmiechu i kłótni było dosyć. Posypywano głowy popiołem na znak pokuty. Zwyczaj ten miał przypominać o nieubłaganej śmierci, która każdego dosięgnie.

Pobożność ta, od połowy XVIII wieku w pewnych kręgach trochę się ostudziła. Do domów już tak często w Popielec nie wzywano księży. W zwyczaju było „tańczenie na urdzaj”, zwłaszcza na wsi. Były to bardziej podskoki, niż figury taneczne. Wie-

rzo bowiem, że konopie czy len będą tak wysokie, jak skoki. Tańczyły same mężatki, z czasem



Popielec — mal. Andriolli



Nasz Zbawiciel Jezus Chrystus ratuje ludzkość z paszczy śmierci
— mozaika z zakrystii katedry w Madrycie

Ducha Bożego, bo głupstwem jest dla niego i nie może zrozumieć, gdy duchem to rozsądza" (1 Kor 2, 14).

Utrzymanie równowagi wewnętrznej i oczyszczenie duszy to pierwsze stopnie ku zmartwychwstaniu. Im większy nacisk kładzie liturgia na konieczność pokuty, tym więcej podkreśla potrzebę łaski. Wysiłek każdego człowieka będzie tym bardziej skuteczny, im większa będzie świadomość własnej bezsilności wobec zła, im petniejsza uf-

ność w moc Chrystusową, „bez której nic uczynić nie potrafimy”.

Jak już mówiliśmy, liturgię Popielcową rozpoczyna ceremonia poświęcenia popiołu. Popiół ten przygotowywany jest z palm poświęconych poprzedniego roku w Niedzielę Palmową. Bezpośrednio potem kapłan posypuje głowy wiernych, zwracając się do nich z namiętnością: „Pamiętaj, człowiecze, że jesteś prochem i w proch się obrócisz”. Rozpoczyna się Msza św., będąca inauguracją Wielkiego Postu.

i mężów ze sobą przyprowadzały.

Z Popielcem łączyły się też zabawy z przywiązywaniem do kłody dziewcząt, które za mąż nie wyszły w czasie zapustów. Różne formy miała ta zabawa; najczęściej ciągniono przez wieś spory kłoc, i każdą dziewczynę, która nie zdołała się zawczasu ukryć, fańcuchem doń przywiązywano, każąc jej ciągnąć kłodę do karczmy, gdzie następował wykup i zwolnienie; w miastach przyczepiano pannom małe klocki drewniane.

Zwyczaj „kołodki” na Rusi miał znacznie bogatsze formy. Tutaj cały tydzień zapustny, maślanyca, poświęcony był różnym praktykom z kłodą, którą przedstawiano w ludzkiej postaci, obchodząc jej urodziny i pogrzeb.

W miastach, przy kościołach w Środę Popielcową czatowali chłopcy na dziewczęta, którym przypinali na

plecach kurze łapki, skorupy od jajek, indyjskie szyje — i to tak sprawnie, że dziewczyna tym „obdarowana” nic nie poczuła. Tego typu akcesoria uwiązane były na sznurku lub nici, a na końcu znajdowała się szpilka. Jak wiadomo, figle wywoływały powszechny śmiech.

Bawiono się, wiedząc o tym, że oto zaczyna się długi, czterdziestodniowy, wielki post, którego najczęściej sumiennie przestrzegano. W rozmaitych okolicach i w różnych domach rozmaite były tradycje; zdarzało się często, że pobożniejsi ponad miarę przez Kościół wyznaczoną, pościli przez cały czas, mięsa nie jadając i wina nie pijąc.

Zawsze, od wieków, wielki post był okresem ciszy, skupienia i pobożności. Nie słychać było muzyki, nie wolno było tańczyć, nie organizowano gwarnych zebrań towarzyskich, śpiewano tylko pobożne pieśni.

Kalendarz dni wolnych w r. 2009

● **Czas pracy:** W tym roku będziemy pracować 253 dni. Dwa dni ustawowo wolne od pracy wypadają w tym roku w niedziele: 3 maja i 1 listopada. Natomiast 15 sierpnia (Wniebowzięcie Najświętszej Maryi Panny) przypada w sobotę i 26 grudnia (drugi dzień świąt Bożego Narodzenia) także w sobotę, co oznacza, że tym z nas, którzy pracują 5 dni w tygodniu, należą się od pracodawcy 2 dodatkowo wolne dni.

● **Dni wolne:** 1 stycznia (czwartek) — Nowy Rok, 12 i 13 kwietnia (niedziela i poniedziałek) — Wielkanoc, 1 maja (piątek), 11 czerwca (czwartek) — Boże Ciało, 15 sierpnia (sobota) — Wniebowzięcie Najświętszej Maryi Panny, 11 listopada (środa) — Narodowe Święto Niepodległości, 25 i 26 grudnia (piątek i sobota) — Boże Narodzenie. W te dni będą zamknięte placówki handlowe. W tym roku dużo jest wolnych niedziel dla handlowców: 3 maja (niedziela), 31 maja (niedziela) — Zielone Świątki, 1 listopada (niedziela) — dzień Wszystkich Świętych.

● **W r. 2009 najdłuższy weekend już za nami — to ten noworoczny.** Do następnego musimy poczekać aż do grudnia.

Dłgie weekendy: 1 maja — 3 maja (3 dni wolnego), 11 czerwca — 14 czerwca (1 dzień urlopu i 4 dni wolnego), 7 listopada — 11 listopada (2 dni urlopu i 5 dni wolnego), 25 grudnia — 3 stycznia (4 dni urlopu, jeden dzień wolnego za 26 grudnia i 10 dni wolnego).

Kalendarz ucznia

● **Ferie zimowe:**

19 stycznia — 1 lutego: Dolnośląskie, Mazowieckie, Opolskie, Zachodniopomorskie

26 stycznia — 8 lutego: Podlaskie, Łódzkie, Śląskie.

2-15 lutego: Lubelskie, Podkarpackie, Pomorskie, Warmińsko-Mazurskie

16 lutego — 1 marca: Kujawsko-Pomorskie, Lubuskie, Małopolskie, Świętokrzyskie, Wielkopolskie.

● **Egzamin zawodowy dla szkół, które kończą zajęcia w sesji zimowej:** pisemny — **13 stycznia**, praktyczny: **14-17 stycznia** dla technikum i szkół policealnych, od **20 stycznia** dla zasadniczych szkół zawodowych.

● **Przerwa wielkanocna:** 9-14 kwietnia.

● **Sprawdzian po szkole podstawowej:** 2 kwietnia.

● **Egzamin po gimnazjum:** część humanistyczna — **22 kwietnia (środa)**, część matematyczno-przyrodnicza — **23 kwietnia (czwartek)**, język obcy nowożytny — **24 kwietnia (piątek)**.

● **Matura:** od 4 do 29 maja.

● **Koniec roku szkolnego:** 19 czerwca.

30-lecie kapłaństwa ks. Romana Jagiełło

W niedzielę, 14 września 2008 r., w czasie uroczystej Mszy św. o godz. 11, w parafii pw. „Dobrego Pasterza” w Łękach Dukielskich świętowano podwójną uroczystość: Święto Patronalne (Narodzenie NMP) oraz 30-lecie kapłaństwa ks. prob. Romana Jagiełło.

Do pięknie przystrojonej świątyni przybyli licznie nie tylko parafianie, ale też zaproszeni goście. Ksiądz R. Jagiełło koncelebrował Mszę św. z księżmi z Jaćmierza, którzy przed laty przyjęli święcenia kapłańskie w tej świątyni, czyli z ks. prob. Jerzym Uchmanem oraz z ks. pref. Adamem Stańko. Obecny był też ks. dziekan Ryszard Sawicki z Sańoka, który po Mszy św. poprowadził procesję z Najświętszym Sakramentem. Kaznodzieją był ks. Andrzej Pastuszek z Bażanówki. Bardzo miłą niespodziankę sprawił miejscowy ks. prob. z Kościoła rzymskokatolickiego Alojzy Szwed, uczestnicząc również we Mszy św. Na Mszę św. przyszedli też przedstawiciele lokalnej społeczności: sołtys — Tomasz Węgrzyn, przewodnicząca Koła Gospodyń Wiejskich — Maria Kołacz, przewodnicząca Stowarzyszenia Kulturalno-Rekreacyjnego „Jedność” — Krystyna Łajdanowicz, kierownik miejscowego ZOZ-u — lek. Adam Pilny, założyciel i kierownik muzyczny zespołu śpiewaczego „Łęczanie” — Henryk Kyc oraz sąsiedzi ks. Romana.

Spowiedź została przeprowadzona przez ks. Adama Stańko, który później w liturgii Słowa Bożego przeczytał pierwsze czytanie z Księgi proroka Micheasza (5, 1-4a). Psalm pięknie zaśpiewała gimnazjalistka Karolina Kasprzyk — uczennica Szkoły Muzycznej. Drugie czytanie z Listu św. Pawła Apostoła do Rzymian (8, 28-30) przeczytał ks. Roman. Ewangelię wg św. Mateusza (1, 18-23) przeczytał ks. Alojzy Szwed. Następnie, ks. Andrzej Pastuszek wygłosił wspaniałe, okolicznościowe kazanie o kapłaństwie, zakończone wierszem p. Kazimierzy Chodyczko. W wierszu tym została zawarta cała istota posługi każdego kapłana.

*Trzydzieści lat dzisiaj mija od pełnej
tajemnic chwili,
Gdyś klęcząc przed Księdzem Biskupem
głowę w pokorze schylił.
A Biskup w imieniu Chrystusa wznosił
ręce nad skronie schylone
I dłonie Twoje namaścił, by były już
poświęcone.
Włożył Ci ornat na barki... poczułeś
wnet ciężar krzyża.*



Msza św. jubileuszowa



Wspólne zdjęcie uczestników Mszy św. jubileuszowej

*Ale podjąłeś go chętnie, bo on do Boga Cię
zbliża.
I dano Ci moc przedziwną, moc Boską,
wręcz niepojętą,
By duszę w grzechu zakutą rozgrzeszyć,
uczynić świętą!
Pamiętasz?... jak po raz pierwszy nad
Hostią drobną i małą
Wyrzekłeś dwa słowa Chrystusa: „Bierz-
cie — to moje Ciało!”
A potem zgiąłeś kolana: Bóg wielki w
Twych dłoniach spoczywa.
Postuszny na głos kapłana, który na
oltarz Go wzywa
I nie ma słów, by opisać, co w sercu Twoim
się działo,*

*Gdy Słowo Boże Wcielone na głos twój
Chlebem się stało.
I odtąd już tak codziennie Bóg w Twoje
oddaje się dłonie,
By przez Twoje ręce kapłańskie zejść w serca
nasze.
I odtąd cudów swej łaski Bóg co dzień przez
Ciebie udziela
Ty nas prowadzisz do Boga, do Stwórcy i
Zbawiciela.*

Po Mszy św. odbyła się tradycyjna procesja z Najświętszym Sakramentem wokół świątyni. W procesji niesionych było pięć sztandarów, odnowionych dzięki darczyńcom z parafii oraz dwa, również odrestau-

rowane, feretrony z nowymi obrazami i złoconiami. Po procesji zakończonej śpiewem „Ciebie, Boga, wystawiamy” i udzieleniu błogosławieństwa Najświętszym Sakramentem, Ksiądz Proboszcz przyjmował życzenia od dzieci, młodzieży, dorosłych oraz księży.

Każde z dzieci wręczyło Księdzu różę, natomiast od dorosłych Ks. Jubilat otrzymał dołączony do prezentu kosz z 30-ma różami. Natomiast kapłani z dekanatu ofiarowali Księdzu m.in. pięknie wyhaftowaną albę, komżę oraz komplet bielizny kielichowej wyszyty złotymi nićmi.

Uroczystość w kościele zakończyła się odśpiewaniem hymnu Kościoła Polskokatolickiego „Tyle lat, my Ci, o Panie”. Wszyscy uczestnicy otrzymali pamiątkowe, podpisane

przez ks. Romana, obrazki z Jezusem, Dobrym Pasterzem oraz uwiecznili się na wspólnym zdjęciu przed świątynią.

Po Mszy św. zaproszeni goście wspólnie z księżmi i parafianami udali się na skromny poczęstunek.

Uroczystość ta dostarczyła Ks. Jubilatowi wiele wzruszeń i radości. Cieszy fakt, że wierni tak wspaniale potrafili docenić kapłaństwo, które realizuje on od 30-tu lat w Kościele Chrystusowym. Przez całe swe kapłaństwo ks. Roman starał się być wierny słowom, które swego czasu umieścił na obrazkach prymicyjnych: „**Być zawsze dla drugich, nigdy nie szukać siebie**”.

(ks. R.J.)

Częstochowa

„Wiktorio, Weroniko - ja Was chrzczę: W Imię Ojca i Syna, i Ducha Św.”

W listopadową niedzielę Roku Pańskiego 2008 do społeczności Kościoła Polskokatolickiego, przez Sakrament Chrztu Św., zostały przyjęte dwie siostry: Wiktorina i Weronika Bąk.

Chrztu Św., podczas Mszy św., sprawowanej przez ks. Macieja Kałużę, udzielił proboszcz parafii polskokatolickiej pw. Najświętszej Maryi Panny Królowej Apostołów w Często-

chowie, Administrator Diecezji Krakowsko-Częstochowskiej bp Jerzy Sotomiller.

Wiktorię i Weronikę oraz Ich Rodziców i Chrzestnych polecamy opiece Matki Bożej Królowej Apostołów, Potężnej Patronce Wspólnoty Parafialnej.

Szczęść, Boże

(J.Sz.)

Pamiątkowe wspólne zdjęcie po Chrzcie Św. Na rękach nowo ochrzczone dzieci: Wiktorina i Weronika



**Fragmety niepublikowanej pracy
Biskupa Wiktora Wysoczańskiego**

Przebieg sesji MKBS (11 września 1913) w Kolonii

W kontekście dotychczasowych wywodów wypada zrelacjonować przebieg i wyniki sesji MKBS, która odbyła się w dniu 11 września 1913 r. w Kolonii, a zatem tuż po Synodach Prowincjonalnych PNKK. Na wstępie tej sesji (...) wyłoniła się sprawa związana z obowiązkiem przestrzegania postanowień *Umowy Biskupów Starokatolickich zjednoczonych w Unii Utrechckiej z 24 września 1889 r.*, co ściśle wiąże się z respektowaniem *Deklaracji Utrechckiej* z tegoż roku. Bp F. Hodur ustosunkował się do zarzutu obecnych na sesji biskupów mariawickich, którzy twierdzili, że udzielił on potajemnie sakry biskupiej ks. Wacławowi Żebrowskiemu, kapłanowi, który — jak twierdzili — „dokonał rewolucji w ich Kościele”, a później stał się anabaptystą. Bp Hodur oświadczył, że nie udzielił sakry biskupiej, lecz tylko błogosławieństwa. (...) „Chciał tylko ks. (Wacławowi) Żebrowskiemu i diakonowi (Michałowi) Fortunie udzielić błogosławieństwa dla pocieszenia ich w ich rozpaczliwej sytuacji”. W rok później bp F. Hodur wyświęcił — jak sam wyznał — diakona M. Fortunę na kapłana.

Z wielkim wyrozumieniem i taktem podszedł do tej przykrej sprawy bp E. Herzog, ówczesny sekretarz MKBS, który oświadczył, że MKBS nie ma prawa mieszać się w wewnętrzne sprawy Kościołów należących do Unii Utrechckiej. W danym przypadku — utrzymywał bp E. Herzog — należy jednak dać wiarę twierdzeniom bpa F. Hodura, że „nie udzielił on sakry biskupiej i także po ludzku zrozumieć motyw, iż chciał pomóc polskiemu ludowi uciskanemu przez Rzym. Tym niemniej działał on niepoprawnie wobec warunków Unii, aby się przede wszystkim dokładnie informować, co bp F. Hodur przyznaje”. Na wniosek bpa E. Herzoga MKBS ustaliła:

cd. na str. 6

rodzina 5

Uroczystość Matki Boskiej Gromnicznej

1. Konferencja uznaje, że bp F. Hodur przy podanych przez niego motywach działał „bone fide”;

2. Działał on jednak niepoprawnie pod względem kanonicznym;

3. Konferencja wyraża nadzieję, że w przyszłości biskupi będą działali dokładnie według odnośnych postanowień *Konwencji Utrechckiej*.

Bp F. Hodur zgodził się z powyższymi ustaleniami — podobnie jak i biskupi mariawicy — i na żądanie bpa Jana (M. Michała) Kowalskiego oświadczył, że w liście do niego i w jego czasopiśmie złoży stosowne wyjaśnienie, iż nie udzielił sakry biskupiej ks. W. Żebrowskiemu ani w ogóle nie udzielił żadnej konsekracji.

Kapitałne znaczenie ma tu przebieg dyskusji na sesji MKBS nad *Wyznaniem wiary* ułożonym przez bpa F. Hodura oraz podjęte w tej sprawie postanowienie — dotąd całkowicie nieznanne. Bp J. (M.M.) Kowalski przedstawił owe *Wyznanie wiary* na sesji MKBS w ten sposób, że w niektórych punktach „nie zawiera ono katolickiej nauki wiary, na której opiera się Kościół Mariawicki”. Natomiast bp F. Hodur dowodził, że *Wyznanie* to jest „wynikiem szczególnej amerykańsko-nowoczesnej sytuacji ludu polskiego”, domagając się dowodu, że zawiera ono coś przeciwnego katolickiej nauce wiary. W toku dalszej dyskusji zabrał głos bp E. Herzog, który przy tej sposobności wyraził swoje zdziwienie nad zapowiedzianym przez bpa F. Hodura referatem na IX Kongres Starokatolików w Kolonii (9-12 września 1913) pt. „Nauka Polskiego Narodowego Kościoła Katolickiego o przeznaczeniu człowieka”. Zauważył też, że w *Umowie Biskupów Starokatolickich zjednoczonych w Unii Utrechckiej* biskupi stanęli na stanowisku, iż ich Kościoły nie mogą nic zmieniać w treści dogmatycznej katolickiego *Wyznania wiary*. Bp F. Hodur uznając to domagał się „osobistej wolności dla swego Kościoła wyjaśniania artykułów wiary tak, jak to jest konieczne ze względu na jego sytuację”.

W dalszej dyskusji głos zabrał ks. prof. Adolf Thürlings, który wprawdzie uznał osobiste motywy bpa F. Hodura, a także osobiście nie znalazł w tym *Wyznaniu wiary* „nic takiego, co by można było rzeczywiście zarzucić, ale przecież — jak uzasadniał — nie wolno *Wyznania wiary* przekazywać oficjalnie do użytku jako dzieła wyłącznie osobistego i należy zgodnie z życzeniem bpa (J.M.M.) Kowalskiego o tym zapomnieć”.

cd. na str. 10

Czterdzieści dni po urodzeniu syna, a osiemdziesiąt dni po urodzeniu córki, stosownie do przepisu prawa Mojżeszowego, każda niewiasta izraelska uważana była za nieczystą. Po upływie tego czasu musiała udać się do świątyni, by tam poddać się obrzędowi oczyszczenia. Ponadto, jeśli dziecko było pierwotne (wówczas z prawa ogólnego było własnością Boga, podobnie jak pierwotne zwierzęta i pierwociny z pól), należało je wykupić. Nie było jednak konieczne przyniesienie dziecka do świątyni.

Tak więc w stosownym czasie wybrała się także i Maryja do Jerozolimy, by tam wypełnić obowiązek wynikający z prawa. Wzięła również Dziecię, by złożyć Je Bogu w ofierze. Św. Łukasz Apostoł pisze: „A żył w Jerozolimie człowiek, imieniem Symeon. Był to człowiek prawy i pobożny, wyczekiwał pociechy Izraela, a Duch Święty spoczywał na nim. Jemu Duch Święty objawił, że nie ujrzy śmierci, aż zobaczy Mesjasza Pańskiego. Za natchnieniem więc Ducha przyszedł do świątyni. A gdy Rodzice wnosili Dzieciątko Jezus, aby postąpić z nim według zwyczaju Pana, on wziął Je w objęcia, błogosławił i mówił: »Teraz, o Władco, pozwól odejść słudze Twemu w pokoju, według Twojego słowa. Bo moje oczy ujrzaly Twoje zbawienie, któreś przygotował wobec wszystkich narodów: światło na oświecenie pogan i chwałę ludu Twego, Izraela«. A Jego ojciec i Matka dziwili się temu, co o Nim mówiono, Symeon zaś błogosławił Ich i rzekł do Maryi, Matki Jego: »Oto Ten przeznaczony jest na upadek i na powstanie wielu w Izraelu i na znak, któremu sprzeciwiać się będą. A Twoją duszę miecz przeniknie, aby na jaw wyszły zamysły serc wielu« (Łk 2, 25-35).

Gdyby wówczas stał w pobliżu jakiś faryzeusz, nie byłby w stanie ukryć swego oburzenia słysząc, że Mesjasz ma dokonać odkupienia „wszystkich narodów” oraz stać się „Światłem na oświecenie pogan”. Takie słowa byłyby dla faryzeusza skandalem, jeżeli nie rewolucją. Według przekonań panujących w narodzie żydowskim, obiecany Mesjasz winien przyjść wyłącznie do ludu wybranego. Inne narody mogą być ostatecznie tolerowane w czasach mesjańskich, ale tylko jako pokorni słudzy i uczniowie. Zrównać Izraelitów i inne narody w korzystaniu z owoców mesjańskie-

go odkupienia — to prawdziwa herezja, której przyjąć nie sposób.

Określenie „Znak, któremu sprzeciwiać się będą” dotyczy Chrystusa. Tym „znakiem” jest sam Chrystus, który swą nauką i cudami udowodnił, że jest obiecany Mesjaszem.

Również Maryja weźmie udział w cierpieniach Syna, które, niczym miecz, („Twoją duszę miecz przeniknie”) przeszyją Jej serce i duszę. Cierpieć będzie, gdy współrodacy sprzeciwiać Mu się będą, gdy Go odrzucą, a zwłaszcza, gdy Mu życie odbiorą.

O spotkaniu Symeona z Chrystusem, stanowiącym jeden z wątków święta Matki Boskiej Gromnicznej, wspomina w swym wystąpieniu św. Augustyn, mówiąc: „Uznał Dzieciątko starzec i sam w Nim stał się dzieckiem (Bożym). Odmłodzony został w swej sędziwości... Starzec Symeon niósł Chrystusa — Dziecię, a Chrystus kierował starcem Symeonem. Miał bowiem zapowiedziane przez Pana, że nie zazna śmierci, dopóki nie ujrzy narodzonego Pomazańca Pańskiego. Chrystus się narodził i spełniło się pragnienie starca... Przychodzi do starca Ten, który świat starym zastał”.

Komentując zaś słowa kantyku: „Teraz, o Władco, pozwól odejść słudze Twemu w pokoju, według Twojego słowa...”, wyśpiewanego przy spotkaniu z Chrystusem, św. Augustyn stwierdza, że starzec Symeon „chciał być uwolniony z więzów kruchego ciała, ale czekał, aby ujrzeć Obiecanego (...). I wziął Go w ramiona swoje i błogosławił”.

W uroczystość Matki Bożej Gromnicznej, zgodnie z dawną tradycją, dokonuje Kościół poświęcenia świec, zwanych gromnicami. Podczas tej ceremonii, nawiązując do spotkania starca Symeona z Chrystusem i wypowiedzianych przez niego słów, modli się Kościół: „Wszzechmogący, wiekuisty Boże, stawieś dzisiaj w Kościele świętym jednorodzonego Syna Twego, aby Go wziął na ręce Symeon. Twojej łaskawości pokorne prośby przedstawiamy: te świece, które my, słudzy Twój, bierzemy ku chwale Imienia Twojego i ogniem zapalone nosić pragniemy, racz błogosławić, poświęcić i rozpalic je światłem błogosławieństwa niebieskiego, abyśmy ofiarując je Tobie, Panu Bogu swemu, płonęli świętym ogniem miłości ku Tobie i godni byli stanąć w świętym przybytku Twej chwały”.

Ekumeniczna modlitwa na Cmentarzu Nieistniejących Cmentarzu

W dniu 1 listopada 2008 r., Wszystkich Świętych, już po raz siódmy duchowni Kościołów obecnych w Gdańsku uczcili wspólną modlitwą pamięć bezimiennych zmarłych gdańszczan, na Cmentarzu Nieistniejących Cmentarzu. Na symboliczny Cmentarz przybyli także mieszkańcy i przedstawiciele samorządu Gdańska.

Po krótkim przemówieniu prezydenta miasta Pawła Adamowicza, modlitwy w imieniu swoich Kościołów wygłosili: abp Tadeusz Gochoński — w imieniu abpa Sławoja Leszka Głódzia, Metropolity Gdańskiego Kościoła Rzymskokatolickiego; Michał Samet — przewodniczący Gminy Wyznaniowej Żydowskiej w Gdańsku; Hani Hraish — imam Gminy Muzułmańskiej w Gdańsku; ks. Wawrzyniec Markowski — Kościół Ewangelicko-Methodystyczny w Gdańsku; ks. płk. Arkadiusz Zielepucha — proboszcz parafii pw. św. Mikołaja Kościoła Prawosławnego w Gdańsku; ks. Michał Warczyński — Biskup Diecezji Pomorsko-Wielkopolskiej Kościoła Ewangelicko-Augsburskiego; ks. Rafał Michalak — proboszcz parafii pw. Bożego Ciała Kościoła Polskokatolickiego w Gdańsku. **Po odmówieniu modlitwy każdy z uczestników stawiał na płycie ołtarza zapalony znicz.**

Prezydent miasta Gdańska, Pan Paweł Adamowicz, otwierając modlitewne spotkanie, podkreślił, że ta wspólna modlitwa ma wspomnieć tych wszystkich mieszkańców Gdańska, którzy tu żyli przez wieki, a ich groby nie przetrwały do dnia dzisiejszego.

Gdański Cmentarz Nieistniejących Cmentarzy upamiętnia nieistniejące już i zniszczone gdańskie nekropolie. To miejsce pamięci otwarto w maju 2002 r., podczas I Światowego Zjazdu Gdańszczan. Urządzono je na terenie powstałego w II połowie XIV wieku Cmentarza Bożego



Uczestnicy uroczystości przy płycie ołtarza, na której ustawiono zapalone znicze



Ks. Rafał Michalak — proboszcz parafii pw. Bożego Ciała Kościoła Polskokatolickiego, wziął udział w ekumenicznej modlitwie na Cmentarzu Nieistniejących Cmentarzy

Ciała, zamkniętego w 1956 r., a w latach 60. zamienionego na park. W Gdańsku zlikwidowano także inne nekropolie. W XIX i XX wieku w Gdańsku zlikwidowano 27 miejsc pochówku różnych wyznań.

W centralnym miejscu Cmentarza stoi granitowy katafalk z inskrypcją Maszy Kaleko, którego utwór w 1933 r. palono w Niemczech na stosach: „... tym, co imion nie mają na grobie, a tylko Bóg wie, jak kto się zowie...”. Pod płytą główną złożone są ludzkie szczątki znalezione w czasie budowy pomnika. W symbolicznych nawach bocznych umieszczono 38 płyt nagrobnych z XVIII, XIX i XX w., z nieistniejących cmentarzy przy-

wołujących wspomnienie o gdańszczanach, którzy wyznawali różne religie.

Po zakończeniu uroczystości na Cmentarzu Nieistniejących Cmentarzy, jej uczestnicy zapalili także znicze pod pomnikiem ofiar epidemii tyfusu, która miała miejsce w Gdańsku tuż po zakończeniu II wojny światowej. Obelisk został odsłonięty w październiku 2003 r., na terenie Parku Kulturowego Fortyfikacji Miejskiej „Grodzisko”. W miejscu, gdzie stoi monument, pochowano około 1100 więźniów, głównie Niemców oraz Polaków i osoby innych narodowości, zmarłych w ciągu 12 miesięcy od kwietnia 1945 r. w gdańskim więzieniu przy ul. Kurkowej.

Bpa Franciszka Hodura

Franciszek Hodur urodził się w dniu 1 kwietnia 1866 roku we wsi Żarki koło Krakowa. Przyszedł na świat w wielodzietnej rodzinie krawca, trudniącego się jednocześnie rolnictwem. Ojcem jego był Jan Hodur, a jego matką była Marianna Hodur z domu Kossowska.

Franciszek wychowywał się pod troskliwą opieką obojga rodziców. Podczas, gdy jego ojciec głównie zajmował się krawiectwem, matka dbała o utrzymanie skromnego gospodarstwa. Pomimo ciężkiej codziennej pracy, małżonkowie zawsze znajdowali czas, by należycie opiekować się licznym potomstwem i czuwać nad jego wychowaniem. Rodzice przekazywali im pracowitość, odwagę w wypowiedzaniu własnych poglądów, prawość charakteru, życzliwość dla otoczenia, głęboką pobożność, która stała się załącznikiem jego przyszłego powołania do stanu duchownego. Franciszek Hodur, który przebywał w rodzinnym domu do czternastego roku życia, często powtarzał, iż jego dzieciństwo wywarło ogromny wpływ na dalsze kształtowanie się jego charakteru oraz na jego działalność religijną i społeczno-patriotyczną.

Franciszek Hodur uczęszczał do szkoły podstawowej w Żarkach, a następnie w pobliskim mieście Chrzanowie. W tych latach (do 1918 r.) Chrzanów był częścią Wielkiego Księstwa Krakowskiego, podległego Królestwu Galicji w Cesarstwie Austriackim. Szkoły w szybko rozwijającym się Chrzanowie służyły mieszkańcom miasta i okolic. Tu pobierał naukę uzdolniony Franciszek, który już wtedy postanowił w przyszłości zostać księdzem. W tym celu niezbędne jednak było kontynuowanie nauki, a w pierwszej kolejności zdobycie średniego wykształcenia i uzyskanie matury.

Dzięki życzliwości i pomocy udzielonej mu przez prof. Adama Krzyżanowskiego, który osobiście zainteresował się zdolnym chłopcem, młody Franciszek Hodur mógł w 1880 r. zostać uczniem Gimnazjum Św. Anny w Krakowie, znanego jako szkoła Nowodworskiego. Była to najstarsza w Polsce szkoła średnia o charakterze świeckim, powołana uchwałą Senatu Uniwersytetu Jagiellońskiego w dniu 5 maja 1866 r. W 1818 roku w amfiteatrze tej szkoły została ogłoszona konstytucja Rzeczypospolitej Krakowskiej. A więc było to gimnazjum o długiej i bogatej tradycji. W tej szkole Franciszek zdobywał wykształcenie. Pomimo wielu trudności, Franciszek własną pracowitością i uporem zdołał pokonać wszystkie przeciwności losu i w roku 1884 pomyślnie zdał egzamin dojrzałości.

Po uzyskaniu matury Franciszek Hodur został przyjęty do Wyższego Seminarium Duchownego Księży Misjonarzy św. Wincentego w Krakowie, które kształciło alumnów diecezjalnych jak i Zgromadzenia Misji. Alumni Seminarium odbywali studia filozoficzno-teologiczne na Uniwersytecie Jagiellońskim. W czasie tych studiów F. Hodur wykazał się wielkimi uzdolnieniami naukowymi, a poza tym miał okazję nawiązania kontaktów i poznania poglądów niektórych działaczy społecznych. Duży wpływ wywarła znajomość ze znanym społecznikiem ludowym ks. Stanisławem Stojałowskim (1845-1911), który zdobył dużą popularność organizując pielgrzymki, demonstracje, tworząc chłopskie kółka rolnicze i wyborcze komitety chłopskie.

W Archiwum Uniwersytetu Jagiellońskiego zdołano odszukać katalog słuchaczy Wydziału Teologii tejże uczelni, w którym figuruje nazwisko kleryka F. Hodura. Z zachowanych akt wynika, że kleryk Franciszek Hodur wszystkie przewidziane programem egzaminy końcowe zdał z wynikiem „*summo cum laude*”, tzn. bardzo dobrym, a nawet wyróżniającym się.

Po kilkuletnim pobycie w Seminarium Duchownym i trzyletnich studiach uniwersyteckich — kleryk F. Hodur otrzymał niższe święcenia kapłańskie, które udzielił mu ordyna-



Bp Franciszek Hodur (1866-1953)
— organizator i pierwszy biskup Polskiego Narodowego Kościoła Katolickiego

riusz archidiecezji krakowskiej ks. kard. Albin Dunajewski (1817-1894). Niestety, odmówiono mu udzielenia święceń kapłańskich, co stało się bezpośrednią przyczyną opuszczenia przez niego Seminarium Duchownego Księży Misjonarzy.

W roku 1890 Franciszek Hodur udał się na emigrację do Stanów Zjednoczonych wraz z falą emigrujących tam Polaków. W Stanach znalazł schronienie u ks. Bonawentury Gramlewicza, proboszcza polskiej rzymskokatolickiej parafii pw. Św. Trójcy w Nanticoke, Pensylwania. Na jego wniosek F. Hodur został skierowany do Seminarium Duchownego św. Wincentego w Betty. W dniu 19 sierpnia 1893 r. bp O'Hara udzielił klerykowi F. Hodurowi wyższych święceń kapłańskich w katedrze scrañtoñskiej. Od sierpnia 1893 r. do października 1895 r. pełnił on posługę kapłańską jako wikariusz w parafii pw. Świętego Serca Jezusa i Marii przy ul. Prospect w Scranton, gdzie proboszczem był ks. Ryszard Aust. Bp O'Hara docenił wielki zapał ks. Hodura i mianował go w październiku 1895 r. proboszczem kościoła pw. Św. Trójcy w Nanticoke.

W 1886 r. rozgoroczona delegacja Polaków z parafii w Scranton przybyła do Nanticoke, prosząc ks. Franciszka Hodura, aby bronił ich przed ks. Ryszardem Austem i powrócił do Scranton. Po wysłuchaniu delegacji ze Scranton, ks. Hodur poradził im, aby we własnym zakresie wybudowali kościół, który będzie służył Polakom w Scranton. Bp O'Hara wyraził zgodę na ustanowienie nowej parafii, ale pod warunkiem, że wierni przepiszą kościół na ordynariusza diecezji, co bardzo oburzyło Polaków. W 1897 r. ks. Hodur przybył do Scranton z Nanticoke i bez zgody biskupa przejął oficjalnie nową polską parafię. W dniu 4 lipca 1897 r. ks. Hodur dokonał poświęcenia parafii pw. św. Stanisława Kostki, Patrona Polski.

W styczniu 1898 r. parafianie z kościoła pw. św. Stanisława Kostki — szukając akceptacji dla swych słusznych postulatów — postanowili pojechać do Watykanu, aby prosić papieża Leona XIII (zm. 1903 r.) o wsparcie Polaków w Stanach Zjednoczonych. Należy pamiętać, że Leon XIII był tym papieżem, który przypominał biskupom polskim o posłuszeństwie wobec zaborców. „Wam, którzy zamieszkuje

provincję Poznańską i Gnieźnieńską, zalecamy ufność w wielkoduszną sprawiedliwość Cesarza, o jego bowiem względem was przychylności i życzliwym usposobieniu osobie od niego samego powzięliśmy wiadomość" (*Caritatis*, 1894 — O położeniu Kościoła w Polsce.)

Ks. Franciszek Hodur wyruszał do Rzymu na czele delegacji, wioząc ze sobą petycję, która zawierała cztery punkty:

1) prośba o przedstawiciela Polaka — orędownika spraw polskich w gremium biskupów Stanów Zjednoczonych, który byłby pośrednikiem między ludem polskim, Watykanem a biskupami amerykańskimi.

2) prośba o wyrażenie zgody na unarodowienie własności kościelnych, tj. by majątki kościołów polskich były zapisane w sądach na delegatów wybranych przez parafię.

3) przyznanie ludowi prawa do współdecydowania o obsadzie księdza dla parafii.

4) prowadzenie spraw finansowych parafii przez ludzi wybranych z grona parafian, uznanych przez księdza.

Watykan odmówił wprowadzenia jakiegokolwiek próby Polaków ze Scranton. W tej sytuacji cała społeczność postanowiła odrzucić jurysdykcję Kościoła rzymskokatolickiego, w wyniku czego bp O'Hara rzucił klątwę kościelną na ks. Hodura.

Kościół, a także ruch społeczno-religijny, zainicjowany w Scranton przez ks. F. Hodura, przechodził kolejne fazy rozwoju, od żywiołowego protestu przeciwko nadużyciom niemieckiego proboszcza w parafii złożonej wyłącznie z Polaków w Scranton, poprzez utworzenie własnej parafii polskiej pw. św. Stanisława, aż do całkowitego zerwania łączności z Rzymem. Konsekwencją tego stała się organizacja Kościoła, wytyczenie programu działania na przyszłość.

W dniu 24 grudnia 1900 r. ks. Franciszek Hodur odprawił pierwszą w historii pasterkę w języku polskim, za jego przykładem poszedł polski kler w innych parafiach. W 1902 r. Kościół został zalegalizowany pod nazwą Polski Kościół Reformowany. W dniu 6 września 1904 r. odbył się Pierwszy Synod Generalny Kościoła Narodowego w Scranton. Synod zintegrował zwolenników zmian w Kościele, unormował formy jego religijno-doktrynalnej postugi, jak i omówił sprawy materialno-bytowe nowej instytucji wyznaniowej, które miały mu zapewnić trwałość i dalszy rozwój.

Po I Synodzie Generalnym Polskiego Kościoła Narodowego nastąpił jego szybki rozwój; pod jurysdykcją ks. F. Hodura przeszło prawie dwadzieścia parafii. Niemal we wszystkich parafiach zakładano typowe dla Kościoła Narodowego w Ameryce Komitety Parafialne oraz organizacje i stowarzyszenia, jak np. „Stowarzyszenie Niewiast Adoracji Najświętszego Sakramentu”, które w Scranton istniało już od 1897 r., „Towarzystwo Polskich Dziewic”, przeznaczone dla młodych dziewcząt, „Chór im. Fryderyka Chopina”, „Ułani Tadeusza Kościuszki”, „Sokół Narodowy”, „Kółko Patriotyczne” i inne.

Pełen dynamizmu i rozmachu rozwój ilościowy i terytorialny Kościoła Narodowego skłonił ks. Hodura do zwołania kolejnego, Drugiego Synodu (Nadzwyczajnego), który obradował w dniu 22.08.1906 r. Podczas obrad tego synodu delegaci wezwali ks. Hodura, by dla dobra i dalszego rozwoju Kościoła możliwie szybko przyjął sakrę biskupią.

Bezpośrednio po tym synodzie ks. F. Hodur, pragnąc zadość uczynić prośbom wiernych oraz naleganiom kleru, podjął starania o uzyskanie sakry biskupiej z rąk episkopatu starokatolickiego, który posiadał „sukcesję apostołską”. Warto dodać, iż uznawana ona była za autentyczną i niepodważalną nawet przez Kościół Rzymskokatolicki.

W dniu 14 stycznia 1907 r. zmarł bp Antoni Kozłowski, zwierzchnik Kościoła Polskokatolickiego w Chicago, który przyjął sakrę biskupią w dniu 21 listopada 1897 roku w kościele starokatolickim w Bernie (Szwajcaria). W związku z pogrzebem bpa A. Kozłowskiego do Chicago przybyli biskupi starokatolicki z Europy, a także ks. Franciszek Hodur. Wówczas zaproponowano ks. F. Hodurowi — jako biskupowi elektowi — udzielenie mu sakry w Holandii. Biskupem elektą został wybrany ks. F. Hodur podczas obrad I Synodu Generalnego w roku 1904. W tej sytuacji ks. Hodur

skorzystał z zaproszenia episkopatu starokatolickiego w Holandii i we wrześniu 1907 roku udał się do Utrechtu, w celu przyjęcia tam sakry biskupiej, a tym samym uzyskania dla Polskiego Kościoła Narodowego „sukcesji apostołskiej”.

Podniosła uroczystość konsekracyjna odbyła się w katedrze pw. św. Gertrudy w Utrechcie w dniu 29 września 1907 roku. Ks. F. Hodur otrzymał tam sakrę biskupią z rąk arcybiskupa Utrechtu ks. Gerarda Gula, w asyście bpa Jakuba van Thiela z Haarlemu oraz bpa Mikołaja Spita z Deventer. To wydarzenie miało wielkie znaczenie i doniosłe następstwa dla Polskiego Narodowego Kościoła Katolickiego; przede wszystkim zapewniało trwałość istnienia i szybki rozwój. Do PNKK stopniowo zaczęły się przyłączać inne polskie parafie; w roku 1909 przyłączyła się duża polska parafia w Chicago, która liczyła 20 000 wiernych. Kościół rozwijał się szybko nie tylko w USA, ale także w kraju ojczystym, po odzyskaniu niepodległości. W 1920 r. Franciszek Hodur przybył na krótko do ojczyzny, w celu realizacji narodowej parafii w Polsce.

Franciszek Hodur zmarł 16 lutego 1953 r. Jego ciało złożone jest w specjalnym mauzoleum w Scranton.

„Każdy ksiądz powinien pamiętać o tym, podług zdania ks. bpa Hodura, że jest uczniem Jezusa Chrystusa i Jego narzęciem w propagowaniu Królestwa Bożego na ziemi. Chrystus był wzorem prostoty, skromności poprzestawania na małym. Naśladowcą jego ma być biskup i ksiądz Narodowy. Musi brać pensję i skromne ofiary od wiernych, bo tego wymagają stosunki gospodarcze i porządek rzeczy, a za to ma się oddać nauczaniu i duszpasterzowaniu, ale ta pensja ma być skromną, jak ma być skromnym i prostym życie Narodowego księdza” (Straż, Rok XXV/1921/24).

Oto fragment pieśni „Tyle lat my Ci, o Panie”, napisanej przez bpa Franciszka Hodura, którą Czwarty Synod PNKK (1921 r.) uznał za oficjalny Hymn Kościoła.

*„Do Ciebie przyszli, Boże nasz,
Przed Twe ołtarze, Panie,
Tęsknoty serca nasze znasz,
Więc przyjmij to błaganie:
Podźwignij z prochu polski lud”.*

Konsekracja elekta Franciszka Hodura na biskupa Polskiego Narodowego Kościoła Katolickiego (Utrecht, 29 września 1907 r.)



Modlitwa o pokój

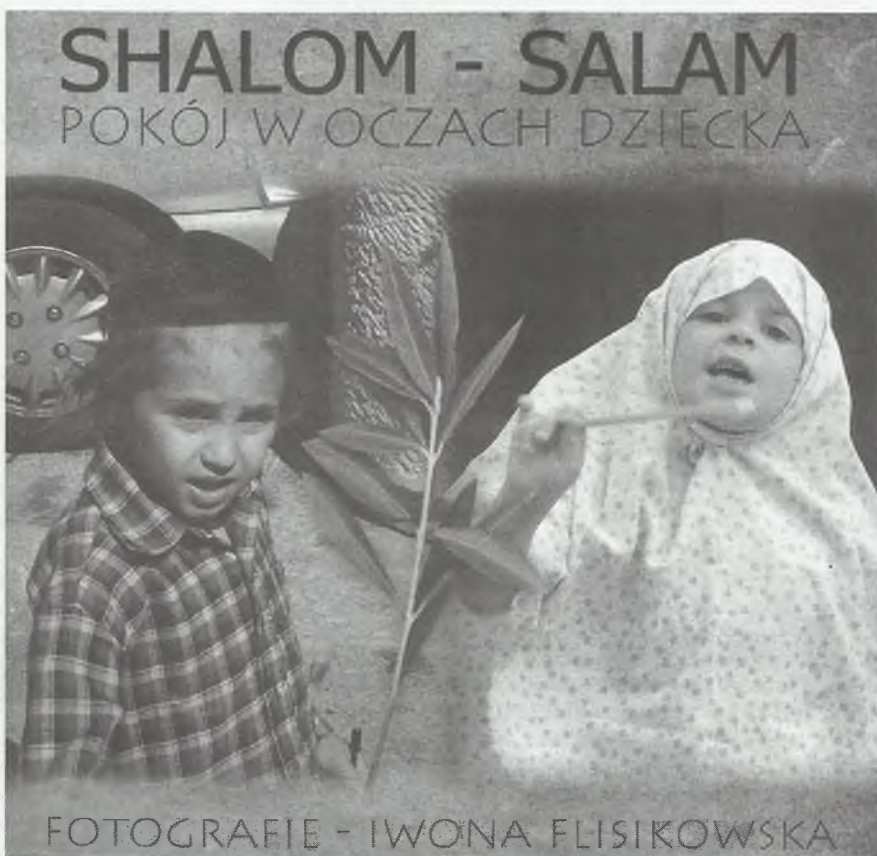
(W 22. rocznicę spotkania religijnego w Asyżu)

W dniu 27 października 2008 r., przedstawiciele Kościołów chrześcijańskich, judaizmu i islamu wspólnym marszem ulicami Gdańska rozpoczęli trzecią edycję „Asyżu w Gdańsku”.

Na czele pochodu szła młodzież, przedstawiciele Kościołów: abp Sławoj Leszek Głódz — metropolita gdański, bp Michał Warczyński — ordynariusz diecezji pomorsko-wielkopolskiej Kościoła Ewangelicko-Augsburskiego, ks. mgr Rafał Michalski z Kościoła Polskokatolickiego i ks. Józef Ulicki z Kościoła Greckokatolickiego, a także przedstawiciele islamu i judaizmu. Z manifestującymi przemarszerował również prof. Szewach Weiss, izraelski polityk i politolog. Kilkuset-osobowa grupa, idąc w ciszy z zapalonymi lampionami oraz transparentem i flagami z napisem „Asyż w Gdańsku”, przemaszerowała od Zielonej Bramy do dziedzińca kościoła pw. Św. Trójcy.

Kulminacją tej uroczystości była wspólna modlitwa o pokój, pod symbolicznie rozpiętym namiotem. Jako pierwszy z wezwaniem o pokój wystąpił abp Sławoj Leszek

Biskup Michał Warczyński zaapelował w swojej modlitwie, aby ludzie nauczyli się „doceniać dar pokoju”. Następnie swoje mod-



Okładka albumu-informatora, prezentującego fotograficzną wystawę

Głódz, który powiedział: „Nie ustawajcie w drodze budowania Domu Bożego, Domu Pokoju”.

litwy o pokój wzniesli przedstawiciele innych Kościołów i związków wyznaniowych. Na zakończenie

Fragmenty niepublikowanej pracy Biskupa Wiktora Wysoczańskiego

cd. ze str. 6

Wobec tego, bp F. Hodur odczytał swój referat przewidziany do wygłoszenia na IX Kongresie Starokatolików, na co bp E. Herzog, sekretarz MKBS, oświadczył, że „referat ten nie jest w jakikolwiek sposób skierowany przeciw chrześcijaństwu jako takiemu”.

Reasumując przebieg swych obrad, Biskupi przyjęli następujące **Oświadczenie**, stanowiące załącznik do przedstawionego wyżej protokołu: „Konferencja Biskupów z zadowoleniem przyjęła do wiadomości, że w Kościołach Starokatolickich można stwierdzić w nauce kościelnej, praktyce i organizacji, iż większą wartość przywiązuje się do tego, co w przeciwieństwie do z biegiem czasu występujących odchyśleń ma wartość czegoś prawdziwie katolickiego. Za

niebezpieczne należy uważać jedynie to, kiedy poszczególny Kościół krajowy chciałby odrębnym poglądom wykładanym przez jego teologów nadać znaczenie dogmatyczne obowiązujące jego członków”.

Bp F. Hodur oświadczył, że na najbliższym Synodzie przedłoży to oświadczenie i doprowadzi do podjęcia uchwały, iż nauki zawarte w Wyznaniu wiary powinny być „nie dogmatem zastępującym stare symbole wiary, lecz tylko pewnymi opiniami, na co wyraził swą zgodę także bp J. (M.M.) Kowalski.

Na III Synodzie Generalnym w Chicago (1-3 grudnia 1914) bp F. Hodur wygłosił referat i przedstawił tekst *Wyznania wiary*, prosząc, aby „Synod przyjął do wiadomości referat i *Wyznanie wiary* w takiej formie, w jakiej on je przedstawił i jak już poprzednio przyjęły Synody Prowincjonalne”. Ze sprawozdania synodalnego, opublikowanego dopiero w 1921 r., nie wynika, jakoby

uczestnikom tego Synodu znane było *Oświadczenie* MKBS, odnoszące się do *Credo* ułożonego przez bpa F. Hodurą. Treści *Oświadczenia* MKBS nie znali także uczestnicy I Synodu Ogólnopolskiego w Warszawie (27-29 czerwca 1928).

Dla pełniejszego naświetlenia prowadzonego tu wywodu godzi się nawiązać do Vaticanum II, który wręcz domaga się od teologów nowych dociekań, zachęcając ich słowami Jana XXIII (1958-1963), aby przy zachowaniu metod i wymogów właściwych nauce teologicznej, „wciąż szukali coraz to bardziej odpowiedniego sposobu podawania doktryny ludziom sobie współczesnym; bo czym innym jest sam depozyt wiary, czyli jej prawdy, a czymś innym sposób ich wyrażania przy zachowaniu jednak tego samego sensu i znaczenia”. A zatem Sobór nie oczekuje od teologów „jedynie powtarzania dotychczasowych sformułowań doktrynalnych” — jak zauważył ks. Andrzej Zuberbier — czy też „nieco

Prezydent Gdańska podziękował gospodarzom i mieszkańcom za udział w tej uroczystości, a franciszkanie przekazali przedstawicielom Kościołów lampy oliwne, które zostały przywiezione z Asyżu.

Bezpośrednio po modlitwie odbyła się trzecia część uroczystości, sympozjum o pokoju. Spotkanie prowadził Adam Hlebowicz, redaktor Radia Plus. Referat wprowadzający pt. „Co religie mogą zrobić dla pokoju?” wygłosił o. Maciej Zięba, dyrektor Europejskiego Centrum Solidarności. W swoim wystąpieniu przypomniał, że w przeszłości w imię religijnych przekonań wzniecano wojny. Dziś — zdaniem o. Zięby — solidarność międzyludzka i międzynarodowa jest doskonałym budulcem pokoju na świecie. Lech Wałęsa podkreślając, że Bóg jest jeden, zaapelował do Nauczycieli, aby na nowo nauczyli się słuchać, jak uczniowie. Duży fragment dyskusji poświęcony został konfliktowi izraelsko-palestyńskiemu. Wspomniano, że ziemia, która wydała tylu laureatów pokojowej nagrody Nobla wciąż jest pogrążona w konflikcie zbrojnym.

Sympozjum towarzyszyło otwarciu wystawy fotograficznej „Shalom — Saïam. Pokój w oczach dzieci”, której autorką jest Iwona Flasińska. Wystawa ta związana jest z dziełem budowy niezwykłego dzieła — sierocińca dla dzieci „Dom Pokoju” w Betlejem. Ma ona charakter cegiełki wspierającej budowę.



Uczestnicy uroczystości pod symbolicznie rozpiętym namiotem

Przemawia ks. Rafał Michalski z parafii Kościoła Polskokatolickiego w Gdańsku



uzupełnionego wydania podręczników teologicznych”, lecz poddania „rewizji dotychczasowego kształtu teologii. Toteż wielu wybitnych teologów współczesnych (...) odstąpiło od zbyt jednostronnej interpretacji przekazu wiary, stosując nowe podejście metodologiczne, dzięki czemu także poszukiwania teologiczne bpa F. Hodura można dziś próbować zmieścić w granicach zasadnych, również z punktu widzenia teologii rzymskokatolickiej. Dokładna lektura i analiza całości pism bpa F. Hodura wskazuje, że jego poszukiwania teologiczne miały właśnie na celu przekazanie wiernym PNKK depozytu wiary w sposób odpowiadający jego czasom, w języku możliwie najbardziej zrozumiałym, prostym. Stąd w wypowiedziach bpa F. Hodura niekiedy natrafić można na pewne uproszczenia. W istocie bp F. Hodur uważał PNKK za reprezentanta i kontynuatora Kościoła pierwszego tysiąclecia, dającego coś lepszego niż ówczesny Kościół Rzymskokatolicki w zakresie życia

religijnego, narodowego i społecznego. A zatem według intencji bpa F. Hodura, Polskiego Narodowego Kościoła Katolickiego — podobnie jak i innych Kościołów Starokatolickich należących do Unii Utrechckiej — nie można uważać za wspólnoty nowe, powstałe nagle.

Dążąc do odnowy religijnej, na IV Synodzie Generalnym w Scranton (7-10 czerwca 1921) wprowadzono — obok spowiedzi usznej — spowiedź ogólną (powszechną) oraz zniesienie celibatu duchowieństwa. Spowiedź uszną zalecono młodzieży i tym wszystkim, którzy potrzebują prywatnych rad duszpasterza. Synod podjął także uchwałę w sprawie godła i hymnu PNKK. Godłem Kościoła jest otwarta księga Ewangelii wsparta o krzyż i palmę, na tle promieniującej tarczy słonecznej z napisem: „Prawdą, pracą, walką zwyciężymy”. Hymn Kościoła napisał bp F. Hodur w dniu 14 lub 15 marca 1912 r. Początkowo śpiewano go tylko w

parafii scranckońskiej, następnie na Synodzie Prowincjonalnym w Wilkes-Barre, (Pa) (1912), w 1914 r. zaś śpiewali go księża ze stanu Pensylwania na III Synodzie Generalnym w Chicago. Jednakże dopiero IV Synod Generalny w Scranton polecił, aby hymn ten, rozpoczynający się od słów: „Tyle lat my Ci, o Panie”, rozbrzmiewał w całym PNKK. Dodajmy, że bp F. Hodur jest autorem także hymnu wiary: „Do Ciebie przyszli, Boże nasz”, do którego melodię wzięto z „Nie rzucim ziemi”, skomponowaną przez Feliksa Nowowiejskiego.

Poza dwoma już wymienionymi świętami (wprowadzonymi do kalendarza kościelnego w 1906 r.), ustanowiono na IV Synodzie Generalnym trzy inne, a mianowicie: Powstanie Kościoła Narodowego (obchodzone w drugą niedzielę marca), Pamięci Ojczyzny Polski (obchodzone w drugą niedzielę maja) oraz Rodziny Chrześcijańskiej (obchodzone w drugą niedzielę października).

Poeta z Kaszub

Henryk Jerzy Musa KOT pisał „od zawsze”. Wiersze trafiły do szuflady (nawet pisał do KLUBU SZUFLADA w Tarnowie). Urodził się w Sopocie, dzieciństwo i młodość spędził w Pucku, kołysany wiatrem od morza. Ukończył tam szkołę podstawową (przy której rosły kasztany, z okien domu widział park z małym pomnikiem) oraz zawodową. Lecz (czas miasto mi zabrał) miasto było małe i moje (czas prowadził mnie po świecie), jak pisał w jednym z tomików. Pracował we Władysławowie wśród rybaków, gdzie poznał smak morza i ryb. Obecnie jest mieszkańcem Gdańska.

Jak sam pisze w tomiku MOJE KASZEBE: być Kaszubą to dla mnie coś więcej niż urodzić się w Sopocie, wychować w Pucku, pochodzić z Kaszub, mieszkać na Kaszubach, znać Kaszuby. Gdzie człowiek urodził się, tam ziemia jego kołyską. Jednakże to nie miejsce zamieszkania powoduje, że są to wiersze kaszubskie. Sprawia to moja miłość do tej Ziemi. Tej ziemi z jej zielenią, błękitem Zatoki Puckiej, błękitem nieba, z chmurami poszarpanymi nadmorskim wiatrem, z Górą Swarzewską na horyzoncie. Swarzewa — gdzie króluje Matka Boska Królowa Morza, u której stóp modlił się Henryk Musa.

Wiersze już wydawane pisze od 2004 roku. Do tej pory wydał 7 tomików poetyckich. W każdym tomiku pisze wiersz poświęcony swojej Babci, która była dla niego wielkim autorytetem. W tomikach kaszubskich — pisze o Swarzewie, o Królowej Rybaków.

Za swoje tomiki H. Musa otrzymuje nagrody, czyli to co pisze — jest doceniane i czytane. Ale najpiękniejsze nagrody otrzymał od chorych dzieci z Centrum Zdrowia Dziecka — bowiem były dawane z całego kochającego i czystego małego serduszka...

Do Kościoła Polskokatolickiego trafił poprzez trzech księży. Gdy przyszedł do kościoła Bożego Ciała w Gdańsku w maju 2001 roku, to ks. Rafał Michalak odnowił mu rocznicę małżeńską (30-lecie). Poprzez ks. Kazimierza Klabana z Tolknicka trafił do Lewina Brzeskiego — ks. Mariana Kosińskiego. Ks. Kosiński jest prezesem oddziału Stowarzyszenia Autorów Polskich w Lewinie. Henryk Musa zaprzyjaźnił się z Nim, jest w Jego oddziale. Ks. M. Kosiński jest jego życzliwym recenzentem, pisze wstępy, postawia do tomików Musy. Drugim duchownym recenzentem tomików H. Musy jest ks. Krzysztof Lechowicz (brat Wenanty) ze Strzegomia/Kielc.

H. Musa nie zapomina o życiu duchowym i dlatego napisał też wiersze religijne, które były wydane w książce — antologii A DUCH ŚWIĘTY WIEJE KĘDY CHCE w Lublinie.

Będąc już na emeryturze — dużo podróżuje po kraju z odczytami i spotkaniami autorskimi o Kaszubach, o literaturze Kaszub.

Prezentujemy dzisiaj kilka utworów Henryka Jerzego Musy KOTA:



wierzę w Boga
wolę w samotności
wsluchiwać się
w niezmienny refren przyrody
wędrować własną ścieżką
jak kot
do znanego końca
nie wiedząc, kiedy dojdę
gdyż to wie tylko Bóg
nie potrzebni mi lekarze
nie potrzebni mi...
potrzebny mi spokój natury
potrzebny mi Bóg

* * *

Panie
wróć mój dobry czas
odsuń kolorowe sny grzechu
pochyl się nade mną
jak nad ogrodem
nie pozwól mi odejść w niewiedzy
żyję nadzieją
że tak się stanie
O Panie

* * *

chcę iść drogą ku prawdzie
lecz oczy mam zakryte grzechem
co prowadzi mnie
z końca w koniec namiętności
upadam i podnoszę się

gdy się podnoszę, widzę znów
swą prostą drogę
gdy upadam, Ty podajesz mi swą dłoń
bym nie padał więcej
lecz ja nie pomny tej ręki
upadam znów
i choć tyle razy upadłem
idę wciąż do Ciebie

* * *

liczysz kroki mego życia
jak rzeki wezbrane
gdy idę od wschodu mego słońca
do brzegu ludzkiego istnienia
w krótkim dniu z dalekiego kosmosu
niosę ciężar swych kroków
pod brzemieniem krzyża
z brzegiem gwiazdy
na końcu drogi
czeka mnie
Człowiek — Prawda

* * *

nie lubię pokazowych modlitw
Pan Bóg może wszystko
i pewnie wysłucha i moją
mówioną ustami serca
w zieleni lat
lub samotności wśród ludzi
upadam, myślę się
co nie jest rzeczą boską
patrzę na nowy dach
mego życia
myślę, że jeszcze nie powstał
z kłeczek prochu
zrąb zrozumienia Boga i mnie

Psy wiedzą, kiedy są traktowane niesprawiedliwie

Specjaliści z Uniwersytetu Wiedeńskiego przeprowadzili ciekawe eksperymenty z udziałem psów. Z testów zwierząt wynika, że jeśli jedno dostanie nagrodę za wykonanie polecenia, a drugie — choć zrobiło dokładnie to samo — nie dostanie, wtedy „obraża się” i przestaje reagować na komendy. Naukowcy przyznają, że nie spodziewali się, że psy są aż tak wrażliwe i inteligentne. Zwierzęta reagują na nierówne traktowanie. To dla nich stresujące i opiekunowie powinni unikać takich sytuacji — twierdzą badacze.

Aby przekonać się, czy rzeczywiście psy są tak wrażliwe, przeprowadzono następujący eksperyment. Za wykonanie polecenia psiaki otrzymywały nagrodę — kielbaskę lub kawałek chleba. Niektórym jednak zwierzętom naukowcy nie dawali nic w nagrodę. Jeżeli psy widziały, że za to samo

inne psiaki dostawały nagrodę, natychmiast traciły ochotę do zabawy.

Jak przyznają naukowcy, należało się takiego zachowania spodziewać. Wilki potrafią ze sobą współdziałać, a to wymaga istnienia podstawowych reakcji społecznych. To znacznie bardziej złożone uczucia, niż dotyczących zwykłych przypisywać zwierzętom. Idzie tu bowiem o niesprawiedliwy podział nagród.

Podobne reakcje zaobserwowano wcześniej u małp, które jednak okazały się inteligentniejsze od psów. Liczyło się dla nich bowiem nie tylko to, czy otrzymały nagrodę, ale również, czy nagroda była taka sama, jaką dostał „kolega”. Psy nie zwracały uwagi na to, czy dostaną kielbaskę, czy bułkę. Drugą różnicą między małpami a psami było to, że czworonogi nigdy nie rezygnowały z nagrody. Małpy tymczasem, jeśli tylko uznały, że nagroda jest niesprawiedliwa, po-

trafiły się obrazić i nic nie wzięć do jedzenia. Zachowanie więc psów jest prostsze niż małp. Są samolubne i nie reagują na to, że inne psy są traktowane niesprawiedliwie. Z doświadczenia wynika też, że psy negatywnie reagują na próby traktowania ich gorzej niż inne. Są więc wrażliwymi zwierzętami, zwłaszcza pod względem traktowania ich przez ludzi.



Rok 2008 - najchłodniejszy w tym stuleciu

Według Światowej Organizacji Meteorologicznej (WMO) do połowy grudnia 2008 r. średnia temperatura przy powierzchni ziemi wyniosła 14,31 st. C. Poprzednie lata XXI w. były o ułamek stopnia cieplejsze. Naukowcy twierdzą, że za tegoroczne delikatne ochłodzenie odpowiada anomalia klimatyczna La Niña, która dojrzała w drugiej połowie ubiegłego roku.

La Niña — co w języku hiszpańskim znaczy „mała dziewczynka” — rodzi się co kilka lat, schładzając wody powierzchniowe wschodniego Pacyfiku na wysokości Peru. Zmienia to cyrkulację powietrza, a co za tym idzie, pogodę prawie na całym świecie. La Niña pojawia się zawsze po innym zjawisku klimatycznym zwanym El Niño, czyli „chłopczyk” lub „dzieciątko”. Peruwiańscy rybacy tak nazwali tę anomalię pogodową, bo zazwyczaj przychodzi w okolicach Bożego Narodzenia. El Niño, odwrotnie niż jego młodsza siostra La Niña, ociepla wody powierzchniowe u wybrzeży Peru. Tak bardzo podgrzał świat w 1998 roku, że był on najcieplejszym rokiem w historii pomiarów. Według danych z brytyjskiego Centrum Hadleya średnioroczna temperatura wyniosła

wtedy 14,52 st. C — o 0,52 st. więcej, niż wynosi średnia z lat 1961-90.

Jak więc widać, rok 2008 był tylko niewiele chłodniejszy. Prawdę mówiąc, trudno go w ogóle określić jako chłodny — klimatolodzy z Centrum Hadleya ogłosili go dziesiątym najcieplejszym rokiem w historii pomiarów.

Z danych wieloletnich wynika, że robi się coraz goręcej. Od początku zeszłego stulecia temperatura wzrosła o blisko 0,8 st. C, mimo że — jak widać np. po danych z mijającego roku — temperatury wahają się raz w górę, raz w dół. Świat buja się na temperaturowej huśtawce rozbudowanej przez naturalne procesy fizyczne, które nie do końca rozumiemy.

Krzywa średniej temperatury idzie jednak uparcie do góry.

Z danych Światowej Organizacji Meteorologicznej wynika, że choć wiele miejsc na świecie zanotowało w tym roku temperatury niższe niż zwykle, to w Europie było ciepło. W styczniu i lutym mieliśmy łagodną zimę. W Skandynawii była ona nawet rekordowo ciepła. Na dalekiej Północy arktyczna pokrywa lodowa skurczyła się we wrześniu do 4,67 mln km kw. ledwie o 370 tys. km kw. przewyższając rekordowe minimum z roku 2007.

WMO podkreśla, że ponieważ tegoroczny lód w Arktyce był cieńszy niż ten zeszłoroczny, jego objętość była najmniejsza w historii pomiarów liczonej od 1979 r. Do dramatycznej redukcji pokrywy lodowej doszło w tym roku na kanadyjskiej Wyspie Ellesmere'a. Tamtejszy lodowiec szelfowy, który sto lat temu pokrywał 9 tys. km kw., skurczył się prawie o jedną czwartą.

Naukowcy są dziś pewni, że ocieplenie w Arktyce przyspiesza. Kiedy odbijająca światło biała pokrywa lodowa się skurczy, odkrywa ciemny ocean. A ten pochłania prawie całe promieniowanie słoneczne. To, co weźmie latem, oddaje jesienią, podgrzewając arktyczne powietrze. Dzięki temu sprzężeniu zwrotnemu Arktyka ociepla się szybciej niż reszta świata.

W ostatnich czterech latach jesienna temperatura w Arktyce była aż o 3 st. C wyższa niż wieloletnia średnia. W niektórych miejscach było nawet o 5 st. cieplej. Te zmiany wpływają na klimat całej półkuli północnej. Arktyka bowiem to taki nasz klimatyzator.

Jak się nakarmisz, tak się poczujesz

Polska przyłączyła się do ogólnoswiatowego programu żywieniowego Choices, który w naszym kraju nosi nazwę: „Wiem, co wybieram”. Program ten realizowany jest obecnie w 14 krajach na całym świecie, w tym w 8 krajach w Europie.

Jak podają statystyki Światowej Organizacji Zdrowia, w 2005 r. na choroby układu krążenia (głównie zawał i udar mózgu) zmarło na świecie 17,5 mln osób, co stanowi aż 30 proc. wszystkich zgonów. Co gorsza, szacuje się, że aż 50 proc. populacji ma zbyt wysoki poziom cholesterolu we krwi, a 30 proc. cierpi na nadciśnienie, co tłumaczy tak duży wskaźnik zgonów w wyniku zawału czy udaru. Spowodowane jest to złą dietą i niezdrowym stylem życia.

Właśnie program „Wiem, co wybieram” ma na celu zwiększenie świadomości społecznej i nakłonienie Polaków do zmian nawyków żywieniowych. Jak wskazują badania, Polacy np. trzykrotnie przekraczają zalecaną dawkę dzienną soli. Dzienna dawka soli, zalecana przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) to 5 g, a więc przybliżona objętość jednej łyżeczki do herbaty. W naszym kraju spożycie soli kształtuje się w granicach 15 g dziennie. Pamiętajmy, że regularne przesalanie jest prostą drogą do nadciśnienia. Sól przedostaje się do krwi, wiąże wodę, a wówczas w tętnicach robi się ciasno i wzrasta ciśnienie krwi. Co trzeci dorosły Polak ma nieprawidłowe ciśnienie tętnicze, a drugie tyle jest nim zagrożone, bo wartość ciśnienia jest u nich blisko górnej granicy normy (140/90 mmHg). A ponieważ nadciśnienie bardzo długo nie daje o sobie znać, mało kto zdaje sobie sprawę ze swojego stanu zdrowia i ewentualnych zagrożeń, a więc większego ryzyka wystąpienia udaru mózgu, zawału serca i chorób nerek. Co więcej, nadmiar soli w diecie może być przyczyną nowotworu żołądka.

Wiele osób ma problem ze skonstruowaniem odpowiedniej dla siebie diety. Aby to zmienić, potrzebna jest rzetelna wiedza żywieniowa. Na każdym opakowa-



niu produktów żywnościowych powinna znaleźć się informacja o wartości odżywczej, dane o wartości energetycznej (kaloryczności) produktu itd.

Jeśli już — dla zdrowia — zdecydujemy się schować solniczkę na najwyższą półkę kredensu, schowajmy też cukiernicę. Spożycie cukru w Polsce wynosi w przybliżeniu 42 kg na osobę/rok, a więc sporo więcej niż wynosi średnia europejska. Dla przykładu: statystyczny Grek zjada rocznie 29,9 kg cukru, Niemiec 35,8 kg, a Francuz 36,4 kg. Okazuje się, że częste spożywanie cukru rozregulowuje wewnętrzny mechanizm głodu i sytości, osłabia wrażliwość na insulinę (skąd już tylko jeden krok do cukrzycy), no i stanowi znakomitą pożywkę dla bakterii w jamie ustnej. Zjadanie jednej kostki cukru (15 kcal) ponad codzienne zapotrzebowanie energetyczne sprawi, że po roku przybędzie nam na wadze jeden kilogram.

Z informacji zamieszczonych w internecie, możemy się dowiedzieć, że wystarczy zaledwie 48 godzin, by odzwyczaić się od nadmiernego solenia potraw. Natomiast, aby odzwyczaić się od potraw z nadmierną ilością cukru, potrzeba aż 3 miesiące. Walkę z

nadmiernym stosowaniem cukru należy prowadzić stopniowo. Sposobem ograniczenia spożycia cukru jest jedzenie owoców i warzyw, zamiast słodkich przekąsek czy deserów. Owoce i warzywa dostarczają niewielu kalorii, a ponadto są bogatym źródłem witamin, składników mineralnych i białka.

Dużym problemem rynku spożywczego jest wysoki poziom cukru dodawanego do żywności. Dlatego zaleca się ograniczanie spożycia

produktów, do których cukier jest dodawany w czasie procesu produkcji. Większość np. soków i napojów, dostępnych w sklepach, dla wzmocnienia smaku ma dosypany cukier.

Podobnie jest z solą. Przez dodawanie jej do gotowych potraw — przekąsek, pieczywa i wędlin — już góry mamy wykorzystane 75 proc. dziennego zapotrzebowania na sól. Dietetycy zwracają uwagę również na złe nawyki związane z solą — przede wszystkim stawianie solniczki przy stole, przy którym jemy i dosalanie potraw, zanim jeszcze spróbujemy danego posiłku.

Prawidłowa dieta i aktywny tryb życia są kluczem do zdrowia na co dzień, opóźnienia procesów starzenia się i zmniejszenia dolegliwości związanych z wiekiem. Pamiętajmy: nigdy nie jest za późno na troskę o zdrowie na talerzu.

Według zgodnych opinii dietetyków, nadmiar soli i cukru w naszych posiłkach, to połowa problemu. Równie groźne jest nadmierne rozpanoszenie się złych tłuszczów — nasyconych i typu trans, które mogą być przyczyną cukrzycy, chorób serca, stwardnienia naczyń krwionośnych i zapaleń pojawiających się w organizmie. Tłuszcze nasycone podwyższają zawartość złego cholesterolu, a tłuszcze typu trans dodatkowo jeszcze niwelują stężenie dobrej frakcji cholesterolu i powodują wyjątkowo szybkie przybieranie na wadze.

Światowa Organizacja Zdrowia zaleca, by w codziennej dawce pokarmowej znalazło się ok. 70 g tłuszczu, ale w tym nie więcej niż 20 g tłuszczów nasyconych i nie więcej niż 2 g typu trans.

Każdy człowiek, bez trudu wy-
czuwa potrawy przestodzone czy

przesolone, ale nie rozpoznaje rodzaju spożywanego tłuszczu, gdyż jest to naprawdę trudne. Pół biedy, jeśli trzeba rozszyfrować tłuszcz w czystej postaci. Wtedy można kierować się tym, że im twardszy tłuszcz w temperaturze pokojowej, tym więcej zawiera nasyconych (a więc tych nie-dobrych) kwasów. Oleje roślinne, które są bardzo miękkie, bo aż ciekłe, zawierają z kolei dużo zdrowych nienasyconych kwasów.

Na nasze dolegliwości w starszym wieku pracujemy przez całe życie. Zbyt uboga dieta z dużą ilością tłuszczów zwierzęcych, soli, cukru i przetworzonej żywności zawierającej konserwanty i sztuczne barwniki z pewnością zaowocuje szeregiem dysfunkcji zarówno układu pokarmowego, jak i krwionośnego czy nerwowego. Z biegiem lat w organizmie człowieka gromadzą się toksyny, które potrafią wywołać ogniska zapalne, a następnie ciężką chorobę. Co możemy zrobić, gdy chcemy poprawić swój sposób żywienia, jeśli przekroczymy np. 55. rok życia?

Osoby, które przekroczyły 55. rok życia mają siłę przyzwyczajenia i trudno im się rozstać ze swoimi nawykami żywieniowymi. Trudno bowiem przekonać taką osobę, która całe życie słyszała, że „cukier krzepi” czy „masło jest zdrowe”, do tego, aby ograniczyła te produkty.

Cukier oczywiście daje energię, ale dzienne wystarczają tylko dwie łyżeczki. I tu uwaga: 1,5 litra gazowanego kolorowego napoju zawiera półtora filiżanki cukru, soki — minimum 2 łyżeczki na litr, puszkowane warzywa również są dosładzane). Korzystniej dla organizmu będzie czerpać cukier z warzyw i owoców, odkryć smak gorzkiej hebaty, ograniczyć spożywanie przetworzonego jedzenia, a zamiast puszek — kupować mrożonki.

Masło zawiera witaminę A, lecz twarżyszki jej potężna ilość tłuszczu, która nie pozostaje bez wpływu na cholesterol. Podobnie nie posłużą nam tłuste śmietany, sery i tłuste mięso. Jeśli ktoś całe życie stosował do zupy śmietanę, czysta zupa nie będzie mu smako-

wała. Można jednak powoli przestawić się na inną dietę i zaprawiać zupę jogurtem czy chudym mlekiem.

Po 55. roku życia większość osób przyjmuje leki na jakieś dolegliwości. Po 60. w zasadzie każdego dotyka któraś z chorób znajdująca się na liście cywilizacyjnych: miażdżyca, nadciśnienie, cukrzyca, wysoki poziom cholesterolu, otyłość, osteoporoza. Zmienia się też metabolizm. Jeśli więc nasza dieta jest dokładnie taka sama, jak 20-30 lat temu, z pewnością nabawimy się dodatkowych kilogramów. Dla przykładu podamy: 20-letnia dziewczyna może przyjąć dziennie bez konsekwencji 2 tys. kcal, 30-letnia o 200-300 kcal mniej, a 50-60 letnia pani tylko 1500-1600 kcal. Oczywiście, ma na to wpływ aktywność fizyczna. Im bardziej jesteśmy aktywni, tym nasze posiłki mogą być bardziej kaloryczne.

Oprócz odpowiedniej, właściwie dobranej diety, osoby po 55. roku życia powinny być aktywne fizycznie. Co to znaczy? Konieczne są codzienne spacerki, chociaż 30 minut dziennie i jakikolwiek sport — gimnastyka, jazda na rowerze, również 30 minut. Codzienna aktywność fizyczna to nieodzowny warunek naszego zdrowia.

Kolejny problem pojawia się u osób, które przekroczyły 70. rok życia. Starsze osoby mniej czują smak, skarżą się na brak apetytu, że nic im nie smakuje, bo kubki smakowe nie rejestrują smaków. Często więc starsi ludzie jedzą słodczyce, gdyż mają one mocny smak, a także dosalają potrawy. To wszystko im nie służy. W tym przypadku pomocne są zioła, które wzmacniają smak i aromat potraw.

Ludzie starsi winni jeść zaledwie tyle, ile jedzą osoby odchudzające się. W miejscach ćwiczeń fizycznych, które jednak polecane są w każdym wieku, o ile tylko pozwala na to stan zdrowia, powinni pić osiem szklanek wody dziennie. Bowiemy osoby starsze często nieświadomie cierpią z odwodnienia. Ich mechanizm odczuwania pragnienia bywa zaburzony, więc powinni pić „przez rozsądek”. Jeśli w orga-

nizmie jest niedostatek wody, ciśnienie krwi może niebezpiecznie się obniżyć. Poza tym zagęszczona krew łatwiej formuje zakrzepy i zatory. Dobrze jest też dla tych osób przyjmowanie suplementów wapnia, witaminy D i B12, gdyż starszym osobom trudno jest uzyskać te właśnie składniki wyłącznie z żywności.



Pyramida żywnościowa: Co należy jeść, a czego nie należy

1. Podstawa to ćwiczenia. A więc: ruszajmy się! Nie jest istotny rodzaj sportu, lecz jego regularne uprawianie, przynajmniej 1 godzinę dziennie. Polecamy spacerki, taniec, jazdę na rowerze (także treningowym).
2. Produkty zbożowe pełnoziarniste (brązowy ryż, chleb pełnoziarnisty, płatki owsiane, kasza perłowa, prażona kukurydza, otręby, makarony z mąki durum. Należy dodawać je do każdego posiłku, ponieważ są najzdrowszym źródłem energii. Codziennie należy dostarczać organizmowi dawki zdrowych tłuszczów — 3-5 łyżeczek olejów (oliwa, olej rzepakowy, sojowy, kukurydziany, słonecznikowy i arachidowy).
3. Do każdego posiłku dołączamy warzywa — surowe lub gotowane na parze, które można jeść bez ograniczeń, natomiast owoce: dwie — trzy porcje dziennie. Codziennie też należy jeść rośliny strączkowe (fasola, groch, soczewica, soja, bób) i orzechy.
4. Raz dziennie warto sięgnąć po chudy drób, tłustą rybę lub jajka. Obecnie zaleca się umiar w sięganiu po mleko i jego przetwory, które należy spożywać nie więcej niż raz lub dwa razy dziennie.
5. Uwaga! Możemy się obejść bez: czerwonego, tłustego mięsa, wypieków z białej oczyszczonej mąki, umiarkowanie spożywać ziemniaki, wykluczyć z codziennej diety kluski, naleśniki, słodczyce, ciastka, cukier, biały ryż i masło. Na te produkty nie powinniśmy sobie pozwalać w żadnym wypadku częściej niż raz w tygodniu.

Święto Matki Boskiej Gromnicznej (2 lutego) zamyka okres Bożonarodzeniowy

Z tej okazji prezentujemy obraz Świętej Rodziny, autorstwa Bartolomea Estebana Murilla z połowy XVII wieku (Muzeum Prado w Madrycie).

Na obrazie widzimy bawiące się Dzieciątko Jezus w objęciach św. Józefa. Na twarzy Najświętszej Maryi Panny maluje się troska i całkowite oddanie Bożemu Synowi.



„Idzie drogą Panna Śliczna... Gromniczna”

W Europie święto Ofiarowania stało się powszechne w VII wieku i głównym jego bohaterem był i jest Jezus Chrystus. W Polsce jednak, gdzie od dawien dawna obchodzono je jako dzień Oczyszczenia (stąd jego Maryjny charakter), nosi nazwę Matki Boskiej Gromnicznej. Nasi przodkowie głęboko wierzyli, że „Maryja gromnicą symbolizująca Pana Jezusa, odpędzi od nich wszelkie zło”.

O tym, jak mocno z polską tradycją związane jest to święto, najlepiej świadczy jego obecność w poezji, literaturze, malarstwie. Najbardziej znanym wizerunkiem Gromnicznej jest obraz Piotra Stachewicza z cyklu „Legends o Matce Boskiej”, przedstawiający Maryję idącą przez zaśnieżony krajobraz, a obok bojaźliwie nastroszone stada wilków.

Wiara w to, że poświęcona gromnica chroni przed wilkami, wzięta się z legendy, według której Matka Boska ocaliła małego wilczka przed rozsierzdzonymi chłopami i uczyniła go swoim sługą. Odtąd broniła ludzi przed wilkami, ale i wilki przed ludźmi.

Stare polskie przysłowie mówi: „Gromnica, zimy połowica”. Choć

Gromniczna zapowiada wiosnę, to dzień 2 lutego powinien być zimowy, bo „Gdy słońce świeci na Gromnicę, to przyjdą mrozy i śnieżyce”, „Gdy na Gromniczną roztaje, rzadkie będą urodzaje”.

Matka Boska Gromniczna

— mal. Piotr Stachewicz (1858-1938)



Królowa Niebios - legendy o Matce Bożej

Z nieba

„Nie tylko ludzie, lecz wszystko, co żywe, w Maryi Panie zostaje opiece. Ona się światem troszczy dobrotliwie, muszką w powietrzu, drobną rybką w rzece, ptaszyną małą z pisklety drobnymi, nawet robaczkiem, co wypęta z ziemi na Zwiastowanie, gdy się budzi wiosna; Ona jest Matka litosna!...

Dobytek ludzki ochrania od szkody i nawet wilki z żarłoczną paszczką, w zimowe noce, od wiejskiej zagrody odgania sama opiekuńczą ręką.

Święty Mikołaj, co je w ryzach trzyma, gdy spadną śniegi i nadejdzie zima, ich dziką hordeę na części rozbija, aby za Jego wyłącznym nakazem na ludzkie dobro nie spadały razem; więc mają sobie działą wyznaczone i każdy idzie tylko w swoją stronę, gdzie mu wyznaczył święty legowisko — od ludzi z dala, od siebie nie blisko.

A na Gromniczną, gdy z kniei zwłóczą i jak rabusie po polach rozłazą, za łupem węszą, a złowrogo mruczą i między sobą na śniegu się swarzą, i głodnym zębem kłapią, i dokoła robią wyprawę na uspięne sioła, Panienska Święta staje im na drodze z gromnicą w ręku, wśród tumanów śniegu, i wilcze stada zatrzymuje w biegu.

I tak na straży cichej wioski stoi, więc napaść przed Nią cofa się i boi, i nie śmie naprzód iść, gdy światło zoczy...

Gdy wystraszone stado się rozskoczy, to w jaką stronę cofnie się wilczysko, w tę już umykać musi przed gromnicą; zielona ślepia wściekłością mu świecą, ale ich zwiesza i wyciąga szyję, jak pies skulony chyłkiem w śniegu brodzi i w ciemne lasy spłoszony uchodzi.

Gdy w noc miesięczną w polach wyją, ludzie się ze snu budzą z wielkim strachem i słyszą szepoty pod słomianym dachem:

Pod swą obronę weźmij nas, Maryjo!...

I znów zasypia z tą ufnością wioska, że w śniegach nad nią czuwa Matka Boska...

(...) Na Mikołaja ani na Gromniczną, kiedy się wilki snują zgrają liczną, nie dobrze motać przędzy gospodyniom, bo łatwo jeszcze — uchwaj to, Boże! — w nici wilczysko zaplątać się może i będzie potem trząsał się zagrody i przez rok cały w niej wyrządzał szkody”.

Marian Gawalewicz

(*Legenda*, fragment rozdz. XIV)