

NR INDEKSU 374776  
PL. ISSN 0137-8287

# rodzina

NR 4  
(1771)  
2011

MIESIĘCZNIK KATOLICKI • KWIECIEŃ • CENA 2 ZŁ



# LIST PASTERSKI

## na Uroczystość Zmartwychwstania Pańskiego AD 2011

*Anioł zaś przemówił do niewiast: Wy się nie bójcie! Bo wiem, że szukacie Jezusa Ukrzyżowanego. Nie ma Go tu, bo zmartwychwstał, jak powiedział. Chodźcie, zobaczcie miejsce, gdzie leżał. A idźcie szybko i powiedzcie Jego uczniom: Powstał z martwych i udaje się przed wami do Galilei. Tam Go ujrzyście. Oto co wam powiedział (Mt 28, 6-12)*

**Nie ma zwycięstwa większego nad to, które odniósł Bóg, realizując swój plan zbawienia człowieka**

**Drodzy, Siostry i Bracia!**

„Po upływie szabat Maria Magdalena, matka Jakuba, i Salome nakupiły wonności, aby pójść namaścić Jezusa” (Mk 16, 1). Wczesnym rankiem, trzy troskliwe i pełne współczucia niewiasty udały się z wonnymi olejkami do grobu Pana, aby namaścić Ciało ukochanego Mistrza. Jakież było ich zdumienie i przerażenie, gdy zobaczyły odsunięty od wejścia do grobu olbrzymi głaz. „A skoro weszły, nie znalazły ciała Pana Jezusa. Gdy wobec tego były bezradne, nagle stanęło przed nimi dwóch mężczyzn w lśniących szatach. Przestraszone pochyliły twarze ku ziemi, lecz tamci rzekli do nich: *Dlaczego szukacie żyjącego wśród umarłych? Nie ma Go tutaj; zmartwychwstał. Przypomnijcie sobie, jak mówił, będąc jeszcze w Galilei: Syn Człowieczy musi być wydany w ręce grzeszników i ukrzyżowany, lecz trzeciego dnia zmartwychwstać.* Wtedy przypomnieli sobie Jego słowa i wróciły od grobu, oznajmiły to wszystko Jedenastu i wszystkim pozostałym” (Łk 24, 3-9).

Aby zrozumieć tajemnicę Zmartwychwstania Jezusa Chrystusa i całym sercem przeżyć radość tego największego cudu w historii świata, trzeba pochylić się nad tajemnicą Triduum Paschalnego, nad najważniejszymi wydarzeniami w historii zbawienia, których istotą jest przeżywanie męki, śmierci i Zmartwychwstania Pańskiego. Już św. Ambroży pisał pod koniec IV w. o „świętym triduum” na oznaczenie dni, w których Jezus cierpiał, umarł i był złożony w grobie, a trzeciego dnia powstał z martwych. Św. Augustyn używał określenia: „najświętszego triduum ukrzyżowanego, pogrzebanego, wskrzeszonego”. Pierwotnie określenie Triduum obejmowało Wielki Piątek (śmierć Chrystusa), Wielką Sobotę (spoczynek Jego w grobie) i Wielką Niedzielę (Zmartwychwstanie Chrystusa). Wielki Czwartek natomiast nie był objęty pojęciem „Świętego Triduum”. Obecnie Triduum Paschalne — czas, w którym uobecnia się tajemnica Paschy, jako **przejścia Chrystusa z tego świata do Ojca** — rozpoczyna się w Wielki Czwartek na pamiątkę ustanowienia przez Chrystusa sakramentów Kapłaństwa i Eucharystii podczas Ostatniej Wieczerzy. Sprawowana w Wielki Czwartek Msza Wieczerzy Pańskiej — to wieczerza miłości, miłości Jezusa nie tylko do swoich uczniów, ale do wszystkich ludzi. Jezus poucza nas, że prawdziwa miłość to miłość służebna i ofiarna. Jezus umywając nogi apostołom mówił, że nie można jedynie mówić o miłości bez wprowadzania tych słów w konkretne czyny oraz gesty świadczące o tym uczu-



ciu: *Jeśli kto chce być pierwszym, niech będzie ostatnim ze wszystkich.*

Miłość ma być ofiarna, to znaczy gotowa do największych poświęceń. I taka właśnie była miłość Jezusa do nas. Wielki Piątek to przecież ogrom bólu i uniżenia Chrystusa! Zrozumie to ten, kto potrafi zatrzymać się w swoim „biegu codzienności”, pochylić się nad tajemnicą krzyża i spojrzeć nań. Jakże okrutna spotkała naszego Pana niezastąpiona przecież kara, jakże haniebna śmierć! Pamiętajmy bowiem, że w tamtych czasach krzyż był właśnie znakiem haniebnej śmierci, a krzyżowanie — najokrutniejszą torturą. Jezus został ukrzyżo-

wany rękami bezbożnych, został ukrzyżowany za nas, za nasze grzechy. Bo to właśnie dla nas Chrystus „uniżył samego siebie stawszy się postusznym aż do śmierci — i to śmierci krzyżowej” (Flp 2, 8).

### **Drodzy w Chrystusie Panu!**

Wielki Piątek poświęcony jest przeżyciom związanym z męką i śmiercią Chrystusa. Zaprawdę, nie ma większej miłości nad tę, jeśli ktoś życie swoje daje za przyjaciół. Jezus dokonał jeszcze więcej: oddał życie na krzyżu wtedy, gdy byliśmy grzesznikami. Śmierć Jezusa sprawiła, że zostaliśmy odkupieni, obdarzeni nowym życiem, życiem dzieci Bożych. Zmartwychwstanie Jezusa jest zwycięstwem; zwycięstwem naszego Zbawiciela, ale i naszym. Jezus poniżony, umęczony poniósł śmierć na krzyżu, a następnie powstał z martwych i żyje. W tym wielkim zwycięstwie uczestniczymy przez wiarę i chrzest. Radość ze zmartwychwstania Chrystusa rozchodzi się na cały świat z radosnej pieśni paschalnej — Orędzia Paschalnego: *Weselcie się już zastępy aniołów w niebie! Weselcie się słudzy Boga. Niechaj zabrzmiały dzwony głoszące zbawienie, że Król tak wielkie odnosi zwycięstwo! Raduj się ziemio, opromieniona tak niezmiernym blaskiem, a oświecona blaskiem Króla wieków, pocuj, że wolna jesteś od mroku, co świat okrywa!”*.

Zmartwychwstanie Chrystusa to nie tylko przeszłość, ale i teraźniejszość, i przyszłość. Chrystus naprawdę zmartwychwstał; On żyje. Jest po prawicy w chwale Boga Ojca. Śmierć nie ma już nad nim mocy. Chrystus żyje w chwale Ojca, abyśmy i my mogli uczestniczyć w Jego chwale. Potrzeba, abyśmy i my zmartwychwstali z mroku, ze śmierci do nowego życia — otworzyli się na Chrystusa, a więc szukali w swoim życiu tego, co Boże, co święte, co jest „w górze”. *Jeśliście więc razem z Chrystusem powstałi z martwych, szukajcie tego, co w górze, gdzie przebywa Chrystus zasiadając po prawicy Boga. Dążcie do tego, co w górze, nie do tego, co na ziemi”* (Kol 3, 1-2).

Człowiek żyjący z Chrystusem w sercu jest wewnętrznie spokojny, wolny, otwarty na Boga, na człowieka i na wieczność. Nie jest „przykuty” do rzeczy, czy inaczej — do wartości tego świata. Człowiek związany z Chrystusem Zmartwychwstałym, razem z Nim codziennie zmartwychwstaje, wychodząc z grobu niewoli grzechu i różnych uzależnień nękających ludzkość. Dzisiejszy świat potrzebuje wielu świadków Zmartwychwstałego Chrystusa!

### **Drodzy, Siostry i Bracia!**

W tym wspaniałym dniu radujmy się radością pierwszych chrześcijan, którzy pozdrawiali się nawzajem słowami: **Chrystus Zmartwychwstał. Prawdziwie Zmartwychwstał.** Jezus zmartwychwstał jako Zwycięzca śmierci, piekła i szatana. Radujmy się, bo uczestniczymy w tajemnicy Paschy Jezusa i w tajemnicy naszej Paschy. Przez sakramenty święte rodzimy się jako nowi ludzie, bowiem umiera w nas grzeszny człowiek. Przechodzimy z niewoli grzechów, różnych grzechów i uzależnień, z którymi tak trudno walczyć, z niedoskonałości ludzkiej natury do wolności dzieci Bożych.

Otwórzcie więc Wasze serca. Przed nami Zmartwychwstały Pan, zwycięski Chrystus. Roznieście w sobie na nowo wielką miłość do Niego i do każdego bliźniego. Św. Piotr Apostoł przypomina nam: *Jesteście wybranym plemieniem, królewskim kapłaństwem, świętym narodem, ludem [Bogu] na własność przeznaczonym, abyście ogłaszali dzieła potęgi Tego, który wezwał Was z ciemności do przedziwnego swojego światła* (1P 2, 9).

### **Umiłowani w Chrystusie Panu!**

**W Niedzielę Zmartwychwstania Pańskiego przybieramy do naszych kościołów na uroczystą Mszę Świętą — Rezurekcję, odprowadzaną na pamiątkę Zmartwychwstania Jezusa Chrystusa. Przeżywamy jedną z głównych prawd wiary chrześcijańskiej — znak zwycięstwa nad śmiercią i zapowiedź zmartwychwstania. Pełni niewystawionej radości, po powrocie do domów zasiądziemy do uroczystego wielkanocnego śniadania i dzielić się będziemy poświęconym pokarmem, a zwłaszcza poświęconym jajkiem, życząc sobie zdrowia i błogosławieństwa Bożego. Podzielmy się też wzajemną radością wyrażaną uśmiechem i życzliwym słowem, a także pomocnym czynem. Umiejmy zaufać Chrystusowi Zmartwychwstałemu. Bądźmy prawdziwymi Jego uczniami i prawdziwymi wiernymi naszego Kościoła.**

Niech Chrystus, który prawdziwie zmartwychwstał, błogosławi Wam we wszystkich poczynaniach, niech da Wam zdrowie i ufność w Boże miłosierdzie. Niech się Wam dobrze wiedzie w domu, w rodzinie i w pracy. Życzę Wam radości płynącej z tajemnicy Święt Zmartwychwstania Pańskiego oraz silnej, niezachwianej wiary.

Niech Was błogosławi Bóg Wszechmogący, Ojciec i Syn, i Duch Święty. Amen.

W imieniu Kolegium Biskupów

**Bp WIKTOR WYSOCZAŃSKI**

Zwierzchnik Kościoła Polskokatolickiego w RP

★

WIELKANOC ROKU PAŃSKIEGO 2011

**Zmartwychwstał Pan Prawdziwie!  
Wesołego Alleluja!**

*Drodzy Bracia w kapłaństwie,*

*Błogosławionego przeżywania tajemnicy Triduum Paschalnego, śmierci i Zmartwychwstania naszego Pana Jezusa Chrystusa, radości i nadziei życia wiecznego z Chrystusem w Jego Królestwie.*

*Niech Tajemnica Zmartwychwstania Chrystusa ożywia nasze serca dobrocią i miłością oraz daje siłę do głoszenia Ewangelii — Dobrej Nowiny.*

*Z okazji Święt Wielkanocnych przyjmijcie najserdeczniejsze życzenia zdrowia, radości duchowej i wszelkiej pomyślności w życiu osobistym i rodzinnym.*

**Bp WIKTOR WYSOCZAŃSKI**

**ZWIERZCHNIK KOŚCIOŁA  
POLSKOKATOLICKIEGO W RP**

# Uroczystość patronalna parafii pw. św. Barbary w Krzykawie-Małobądzu

W dniu 28 listopada 2010 r. — w pierwszą niedzielę Adwentu — od samego rana była przepiękna pogoda. Kościół został pięknie przystrojony żywymi kwiatami, a figura św. Barbary — koroną z goździków białych i czerwonych, wokół bukiety kwiatów. W tak pięknym wystroju świętowaliśmy uroczystość parafialną ku czci patronki naszej parafii, św. Barbary. W uroczystości uczestniczyli: ks. infułat Eugeniusz Stelmach — dziekan dekanatu śląskiego, ks. Antoni Norman, ks. Adam Stelmach, ks. Leszek Kołodziejczyk, ks. senior porucznik Maciejczyk.

Msza św. dziękczynna rozpoczęła się od uroczystego wprowadzenia do kościoła górników w galowych mundurach, pocztów sztandarów górniczych, pocztów sztandarów strażaków, zgromadzonych na placu przykościelnym, przy dźwiękach orkiestry górniczej ZGH Bolesław. W mowie powitalnej ks. proboszcz Tadeusz Budacz m.in. powiedział: „Dziś otaczamy modlitwą wszystkich górników i hutników — również i tych, którzy już odeszli do Pana — gdyż oni codzienną swą ciężką pracą zapewniają swoim rodzinom chleb powszedni, a nam wszystkim, naszemu państwu gwarantują rozwój i dobrobyt. Wielu z tych górników i hutników należy do naszej parafii, należy do ziemi Bolesławskiej czy Olkuskiej. Podczas tej uroczystości będziemy się także modlić i prosić Pana Boga w intencji całej parafii, jest to również nasze święto parafialne”.

Po tych słowach, Ksiądz Proboszcz powitał: przybyłych księży, pocztę sztandarową górniczą, pocztę sztandarową Ochotniczej Straży Pożarnej z Krzykawki, Podlipia i Lasek, a następnie władze gminy Bolesław, na czele z panem wójtem mgr. Ryszardem Januszkiem, Koła Gospodyń Wiejskich z Bolesławia, Podlipia, Lasek, Małobądzka, Krzykawki i Kuźniczki. Bardzo serdecznie ks. Tadeusz powitał wszystkich parafian, a także gości z sąsiednich parafii polskokatolickich i rzymskokatolickich.

Mszę św. celebrował ks. infułat Eugeniusz Stelmach — dziekan dekanatu śląskiego, a homilię wygłosił ks. Antoni Norman. Kaznodzieja przypomniał postać św. Barbary.

Według legendy, która pochodzi ze średniowiecza, św. Barbara urodziła się pod koniec III wieku w Nikomedii (dzisiaj Izmit w Turcji), w bogatej rodzinie pogańskiej; jej



Pocztę sztandarową i orkiestrę górniczą na placu przykościelnym

*ojciec nazywał się Dioskur. Barbara była kobietą o niespotykanej urodzie, która odznaczała się wielkimi zdolnościami i inteligencją. Wśród jej nauczycieli był także chrześcijanin, który opowiadał jej o Chrystusie. Wkrótce Barbara potajemnie przyjęła chrzest z rąk swego nauczyciela i postanowiła poświęcić życie Bogu. Gdy ojciec dowiedział się o tym, najpierw próbował ją odwieść od wiary, a gdy to nie pomogło zaprowadził ją do sądziego i oskarżył. Pomimo tortur Barbara nie chciała porzucić swojej wiary i w końcu skazano ją na śmierć. Umarta jako męczennica z rąk własnego ojca; zabił ją w 306 roku, w czasach prześladowań za rządów cesarza rzymskiego Maksy-*

*miana Dazy. Św. Barbara jest czczona jako święta dziewica i męczennica; jest patronką górników, hutników, a także — obok św. Floriany — strażaków.*

Wiele osób przystąpiło do Komunii św., której udzielało trzech kapłanów.

Całą uroczystość śpiewem upiększał chór parafialny „Podlipianki” oraz orkiestra górnicza ZGH Bolesław.

Na zakończenie ks. Tadeusz Budacz podziękował wszystkim uczestnikom uroczystości i zaprosił wszystkich do sali parafialnej na przygotowany przez parafian poczęstunek.

Parafianin

Uczestnicy uroczystości





Zmartwychwstanie Chrystusa pozwala nam mieć nadzieję, że najważniejsze, najpiękniejsze, najprawdziwsze i najlepsze wciąż przed nami. Na zdj. obraz *Zmartwychwstanie* (szkoła włosko-kreteńska), ok. r. 1500

## Ustalanie daty świąt Wielkiejnocy

**Boże Narodzenie zawsze obchodzimy 25 grudnia, natomiast Wielkanoc jest świętem ruchomym. Obchodzimy ją w pierwszą niedzielę po pierwszej wiosennej pełni księżyca.**

### Dlaczego tak jest?

W 325 r. (podczas Soboru Nicejskiego) ustalono, że Wielkanoc będzie się obchodzić w pierwszą niedzielę wiosennej pełni księżyca. Zasada ta jest w istocie przełożeniem na kalendarz juliański konkretnej daty 15 Nisan z religijnego kalendarza hebrajskiego, który jest kalendarzem lunarno-solarnym. Data 15 Nisan wyznacza w kalendarzu hebrajskim początek święta Paschy, wokół którego działy się wydarzenia zbawcze, a więc związane z Jezusem Chrystusem. Wielkanoc jest więc świętem ruchomym — może wypaść najwcześniej 22 marca, najpóźniej zaś — 25 kwietnia.

Z datą Wielkanocy powiązany jest termin większości ruchomych świąt ogólnochrześcijańskich i katolickich, m.in. Środa Popielcowa, Wielki Post, Triduum Paschalne, Wniebowstąpienie Pańskie, Zesłanie Ducha Świętego, Boże Ciało i inne. Niektóre środowiska chrześcijańskie postulują ustanowienie daty Wielkanocy jako święta stałego.

Zgodnie z ustaleniami Soboru Nicejskiego, Wielkanoc przypada w pierwszą niedzielę po paschalnej pełni Księżyca. Wyjaśnimy tutaj pokrótce termin paschalnej pełni Księżyca. W związku z tym, że Wielkanoc to święto religijne, pamiątka Zmartwychwstania Chrystusa, trzeba odwołać się do ustaleń wspomnianego soboru i ich relacji do zjawisk astronomicznych. Na soborze propowa-

dzono bowiem pojęcie kościelnej pełni Księżyca, która oznacza przybliżone daty astronomicznej pełni Księżyca, wyznaczone przez ówczesnych astronomów. Astronomiczna pełnia Księżyca to moment, kiedy Księżyc znajduje się po przeciwnej stronie Ziemi co Słońce. Notabene, daty kościelnej pełni Księżyca zostały stabilizowane i do dziś są podstawą do obliczania daty Wielkanocy.

Paschalna pełnia Księżyca to pierwsza pełnia Księżyca następująca po 20 marca danego roku. Stąd na podstawie znajomości daty paschalnej pełni Księżyca wyznaczamy datę Wielkanocy z podanej już definicji. Począwszy zatem od Soboru Nicejskiego Wielkanoc nie jest wyznaczana przy użyciu daty równonocy wiosennej i nie ma z nią bezpośredniego związku, wbrew obiegowej opinii, że Wielkanoc wypada w pierwszą niedzielę po pierwszej wiosennej, astronomicznej pełni Księżyca. Jest to bowiem błędna definicja.

Z Pisma Świętego wiemy, że Zmartwychwstanie Chrystusa odkryto w niedzielę — każda niedziela była więc świętem chrześcijan. Aby corocznie wspominać ukrzyżowanie Zbawiciela w piątek, a Zmartwychwstanie w niedzielę, ustalono dzień Wielkanocy właśnie na niedzielę.

## Przed i po przybyciu Bpa F. Hodura do Polski

Pod koniec listopada 1929 r. bp Franciszek Hodur miał przybyć osobiście do Ojczyzny.

Wcześniej nastąpiły w Kościele zmiany personalne. Zrażony postępowaniem elekta W.M. Farena, a po części także delegatów z USA i władz scrantońskich, wyróżniający się działacz i organizator ks. M. Piechociński, wraz z niemalże całą parafią warszawską (kaplica znajdowała się wtedy przy ul. Krochmalnej 46) oddalił się od oficjalnej doktryny PNKK, założył w sierpniu 1929 r. własne czasopismo „Polska Reformacja”, na łamach którego (jako redaktor i wydawca) nawoływał wraz z innymi autorami artykułów do reformy Kościoła Narodowego, wszczególności zaś jego liturgii i ustroju. Formalnie ks. M. Piechociński uważał, że nie tworzy nowego Kościoła, deklarując zarazem, iż pragnie pracować w ścisłej łączności z całym PNKK. Odstąpił od odprawiania Mszy św. w „orzędunku rzymskim”, a zamiast niej wprowadził opracowaną przez siebie i zaakceptowaną przez walne zgromadzenie parafii warszawskiej w dniu 5 lipca 1929 r. „Polską narodową służbę Bożą” (po części wzorowaną na nabożeństwie protestanckim), w której — jak głosił — mieli uczestniczyć bezpośrednio wszyscy wierni. Służbę tę sprawował ubrany tylko w albę i stulę, zwrócony twarzą do wiernych. Komunii św. udzielano pod dwiema postaciami. Zaniechano używania ornatów, kap, dzwonków, kropidła, kadzidła itp.

„Reformacji” tej nie akceptowały władze PNKK. W dniu 6 sierpnia 1929 r. Prezydium Rady Synodalnej PNKK podjęło w sprawie ks. M. Piechocińskiego decyzję. Zamieszczony w „Polsce Odrodzonej” komunikat urzędowy PNKK w *Polsce* głosił, że „ks. Marian Piechociński, działający na terenie miasta i okolicy Warszawy pod hasłem Kościoła Narodowego, nie jest (...) w żadnym ani ideowym, ani

organizacyjnym związku z rzeczywistym Polskim Narodowym Katolickim Kościołem”, reprezentowanym w Ameryce przez bpa F. Hodurę, a w Polsce przez biskupów-elektów diecezji wschodniej i zachodniej.

Wkrótce opublikowano w „Polsce Odrodzonej” komunikat urzędowy (z datą 21 listopada 1929 r.), odnoszący się do drugiego wybitnego i zasłużonego duchownego, a mianowicie elekta S.M. Zawadzkiego. Komunikat oznajmiał, że elekt S.M. Zawadzki „zostaje zawieszony w czynnościach administracyjnych diecezji zachodniej PNKK w Polsce, ponieważ dotychczasowa jego działalność była destrukcyjna i przeciwna ogólnemu dobru Polskiego Narodowego Kościoła”. Władzę nad tą diecezją przejął osobiście elekt W.M. Faron. Decyzji tej nie utrzymano w mocy. W grudniu 1929 r. ks. S.M. Zawadzki będzie jeszcze kandydował na biskupa. Kościół powierzy mu szereg odpowiedzialnych funkcji.

**Taką właśnie sytuację zastał w Kościele bp F. Hodur, który przybył do Krakowa dnia 23 listopada 1929 r. i — jak później ogólnikowo wspomniano w „Polsce Odrodzonej” — zwołał „dwa zjazdy” duchownych i świeckich przedstawicieli parali. Konkretnie szło tu o zjazd duchowieństwa i wiernych, odbyty w Krakowie w dniach 17-18 grudnia 1929 r. oraz o sesję Rady Kościoła, która miała miejsce tamże w następnym dwóch dniach po zjeździe (19-20 grudnia 1929).**

**Podstawowe dla Kościoła uchwały podjęto na zjeździe.** Uczestniczyło w nim 66 delegatów PNKK w Polsce. Po wystuchaniu sprawozdań elektów W.M. Farona i S.M. Zawadzkiego, uczestnicy zjazdu obszernie dyskutowali nad sprawą „reformacji” ks. M. Piechocińskiego. W wyniku dyskusji sformułowano w trzech punktach jakby odpowiedzi na zarzuty inicjatora „reformy”, oświadczające, że PNKK ma „stałe zasady”, od których odstąpić mu nie wolno; jeśli ks. M. Piechociński „zgodzi się z tym, ma miejsce u nas (tj. w PNKK — podkr. W.W.), jeśli nie, sam się wyklucza”.

Oceniając krytycznie działalność w Seminarium Duchownym w Krakowie księży M. Kronenberga (rektora) i A. Walichewicza, postanowiono zwolnić ich z „zajmowanych stanowisk i przenieść do USA”. Rektorem Seminarium mianowano elekta S.M. Zawadzkiego, powierzając mu zarazem wydawnictwo i redakcję „Polski Odrodzonej” (...), funkcję skarbnika Funduszu Misyjnego oraz proboszcza parafii krakowskiej.

(cdn.)

# Nawet na chwilę nie można mieć

**Fakt zmartwychwstania Jezusa potwierdzają nie tylko Jego przyjaciele, ale i wrogowie.**

**O śmierci Jezusa z Nazaretu przekonani byli arcykapłani i faryzeusze. Przyszli bowiem do Piłata, mówiąc: „Panie, przypomnieliśmy sobie, że ten zwodzieciel jeszcze za życia powiedział: Po trzech dniach zmartwychwsta- nę” (Mt 27, 63).**

Z przytoczonych słów wynika, że Jezus już nie żył. Jednak dla pewności prosili namiestnika o straż przy Jego grobie, „żeby czasem uczniowie Jego nie przyszli, nie ukradli Go i nie powiedzieli ludowi: Powstał z martwych” (Mt 27, 63). Zatem już te teksty mają swoją wymowę.

Ale mamy również urzędowe stwierdzenie śmierci Jezusa. Bowiem, „aby ciała nie pozostały przez szabat na krzyżu, Żydzi prosili Piłata, aby im połamali golenie i zdjęto ich. Przyszli zatem żołnierze i połamali golenie pierwszemu i drugiemu, którzy z Nim byli ukrzyżowani; a gdy podeszli do Jezusa i ujrzeli, że już umarł, nie połamali goleni Jego; lecz jeden z żołnierzy włócznią przebił bok Jego i zaraz wyszła krew i woda” (J 19, 31-34). Był to niezbity dowód, że śmierć rzeczywiście nastąpiła. Mamy jednak inny jeszcze dowód w tym względzie. Bo gdy w południe wielkopiątkowe „przyszł Józef z Arymatei... do Piłata i prosił o ciało Jezusa, Piłat zdziwił się, że już umarł; i przywołał setnika i zapytał go, czy dawno umarł. A dowiedziawszy się od setnika, darował ciało Józefowi” (Mk 15, 43-45), aby je pogrzebał.

Ale księgi nowotestamentowe przytaczają również relacje przyjaciół Jezusa w tym względzie. I tak wszyscy ewangelisti, podając szczegóły bolesnej męki Zbawiciela, stwierdzają zgodnie Jego śmierć (Mt 27, 59; Mk 15, 37; Łk 23, 46; J 19, 30). Ponadto św. Jan — będący jak wiadomo naocznym świadkiem śmierci Boga-Człowieka — nadmienienia w swej ewangelii o stwierdzeniu śmierci Chrystusowej przez setnika nadzorującego wykonanie egzekucji. Także apostoł Piotr, mówiąc o zmartwychwstaniu Chrystusa, zawsze wspomina wcześniej o Jego śmierci. Przemawiając bowiem w świątyni do ludu jerozolimskiego, czyni mu wyrzut, mó-

wiąc: „Zabiliście Sprawcę życia, którego Bóg wzbudzi z martwych, czego my świadkami jesteśmy” (Dz 3, 15). W sposób nie budzący wątpliwości stwierdza to również św. Paweł, gdy pisze: „Podałem wam to, co i ja przejąłem, że Chrystus umarł za grzechy nasze zgodnie z Pismem” (1 Kor 15, 3-4a). Wreszcie wszyscy apostołowie „składali z wielką mocą świadectwo o zmartwychwstaniu (a więc i o śmierci) Pana Jezusa” (Dz 4, 33).

Podobnie i o fakcie zmartwychwstania Jezusa świadczą nie tylko ludzie przyjaźnie do Niego nastawieni, ale i wrogo ustosunkowani.

I tak, żołnierze pilnujący grobu Chrystusa, przerażeni trzęsieniem ziemi i nadzwyczajnym światłem przy zjawieniu się anioła, który odwalił kamień grobowy, porzucający swój posterunek, przyszli do miasta i powiadomili arcykapłanów o wszystkim, co zaszło” (Mt 28, 11). Ich czuwanie było już bezcelowe, więc mogli się oddalić. By jednak zapobiec rozprzestrzenieniu się wieści o zmartwychwstaniu Jezusa, arcykapłani „zebrali się wraz ze starszyzną i po naradzie dali sporo pieniędzy żołnierzom, mówiąc: Powiedzcie, że uczniowie Jego w nocy przyszli i ukradli Go, gdy spaliśmy” (Mt 28, 13). Jakże jednak mogli świadczyć o tym, co się działo, gdy oni spali. Dlatego słusznie wołał św. Augustyn: „O nieszczęsna obłudno! Powołujesz się na śpiących świadków? Zaiste, chyba tylko we śnie mogłaś coś podobnego wymyśleć” (Kom. do Ps 63). Ci sami przywódcy izraelscy, którzy za głoszenie Ewangelii kazali apostołom ubiczować, nigdy nie odważyli się wytoczyć im śledztwa o wykradzenie ciała Jezusa, ani oskarżyć ich o zerwanie pieczęci z grobu. Nie posiadając żadnych dowodów przeciw zmartwychwstaniu Proroka z Nazaretu, nakazali im milczeć o tym fakcie” (Dz 4, 17).

# wątpliwości, że Jezus rzeczywiście umarł na Krzyżu



W Wielki Piątek w wielu polskich miejscowościach, wierni z wielkim nabożeństwem odgrywają historię męki Jezusa. Obchody pasyjne w Kalwarii Zebrzydowskiej („Misterium Męki Pańskiej”) trwają od Niedzieli Palmowej, a więc od wjazdu Jezusa na osiołku do Jerozolimy, aż do Jego śmierci krzyżowej. W tym jednym z największych i najbardziej poruszających widowisk pasyjnych w Polsce, biorą udział co roku setki uczestników w historycznych strojach. Kalwaria Zebrzydowska z jej architekturą i tradycją duchową — znalazła się na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO.

Wszyscy czterej ewangelieści stwierdzają również (Mt 28,6; Mk 16, 6; Łk 24, 6; J 20, 1-2), że wczesnym rankiem dnia zmartwychwstania grób Zbawiciela był pusty. Takim znalazły go nie tylko pobożne niewiasty, ale także Piotr i Jan. Ale o rzeczywistości faktu zmartwychwstania świadczą również ci, którzy oglądali Jego martwe ciało, a potem ujrzeli Go znowu żywego — i to nie w wyobraźni lub we śnie, lecz na jawie, gdy władze ich dusz były w pełni sprawne, słyszeli bowiem Jego słowa, dotykali Jego ran i jedli z Nim chleb. Tak więc Maria Magdalena (J 20, 14-17) i inne niewiasty (Mt 28, 9-10) widziały Jezusa zmartwychwstałego i rozmawiały z Nim. Uczniowie idący w dzień zmartwychwstania do Emaus nie tylko spotkali Pana i rozmawiali z Nim, ale w gospodzie spożyli razem wieczerzę (Łk 24, 13-33). Nieco wcześniej tego samego dnia ukazał się Chrystus Szymonowi (Łk 24, 34). Zaś wieczorem przyszedł Zbawiciel do apostołów zgromadzonych w Wieczerniku i udzielił im władzy odpuszczania grzechów (J 20,19-24). A po ośmiu dniach, kiedy powtórnie zjawił się wśród apostołów, Tomasz — nieobecny za pierwszym razem — miał możliwość dotykać ran Jezusa na rękach i boku (J 20, 24-29). Nad

Morzem Tyberiadzkim ukazał się siedmiu apostołom i spożył z nimi śniadanie (J 21, 1-14). Wreszcie Apostoł wspomina o innym jeszcze objawieniu, podczas którego świadkowie w liczbie około 500 (niektórzy żyli jeszcze, gdy św. Paweł to pisał) na własne oczy widzieli Chrystusa zmartwychwstałego. Tak liczne objawienia różnym ludziom i w różnych okolicznościach wykluczają halucynacje czy przywidzenia.

Kiedy celem innych cudów Jezusowych było okazywanie Bożej dobroci i współczucia dla ludzkiej nędzy, zmartwychwstanie — w którym wszechmoc Boża zajaśniała pełnym blaskiem, a moc czynienia cudów Chrystusa doszła szczytu — jest najlepszym dowodem Jego boskiego postuszeństwa oraz fundamentem wiary w głoszoną przezeń naukę.

Chrystus uważał zmartwychwstanie swoje za największy cud. Dlatego często na nie się powoływał. Ilekroć Żydzi domagali się od Niego dowodów na to, że jest Mesjaszem, zawsze wskazywał na swe zmartwychwstanie. Czynił to najpierw przez figury. Tak więc, kiedy wypędził przekupniów ze świątyni, „Żydzi zapytali, mówiąc do Niego: Jaki znak pokażesz nam na

dowód, że Ci wolno to czynić? Jezus odpowiadając, rzekł im: Zburzcie świątynię, a Ja w trzy dni ją odbuduję” (J 2, 18-19). A Ewangelista zaraz dodaje: „Ale On to mówił o świątyni ciała swego” (J 2, 20). Inną figurą Chrystusa zmartwychwstałego, o czym już wcześniej wspomniano, był prorok Jonasz przebywający trzy dni we wnętrzu ryby (Mt 12, 40).

Ale Bóg-Człowiek wielokrotnie mówił o swym zmartwychwstaniu wprost. I tak, wkrótce po drugim rozmnożeniu chleba „zaczął Jezus Chrystus tłumaczyć uczniom swoim, że musi pójść do Jerozolimy, wiele wycierpieć... że musi być zabity i trzeciego dnia wzbudzony z martwych” (Mt 16, 21). Nieco dalej zaś powtarza to raz jeszcze, mówiąc: Syn Człowieczy będzie wydany w ręce ludzi, i zabiją Go, ale On trzeciego dnia będzie wskrzeszony z martwych” (Mt 17, 22-23).

Kiedy apostołowie postanowili wybrać kogoś na miejsce Judasza, postawiono warunek, że ma to być jeden ze świadków zmartwychwstania Chrystusa (Dz 1, 22). Głosząc zaś Ewangelię, apostołowie ustawicznie powoływali się na zmartwychwstanie Chrystusa. Również św. Paweł uważał fakt zmartwychwstania Jezusa za niepodważalny dowód prawdziwości Jego nauki, skoro napisał: „Jeśli Chrystus nie został wzbudzony (z martwych), tedy i kazanie nasze daremne, daremna też wiara wasza” (1 Kor 15, 14).

Nie należy się więc dziwić, że wiara pierwszych chrześcijan tak związana była z cielesnym zmartwychwstaniem Boga-Człowieka, tak dalece na nim oparta, że bez niej trudno byłoby zrozumieć chrześcijaństwo. Nie co innego, jak tylko wiara w zmartwychwstanie Jezusa tłumaczy nam ich nieustraszoną odwagę w wyznawaniu Jego nauki, tylko ona wyjaśnia nam ich męstwo w czasie prześladowań. Bowiem zmartwychwstanie Zbawiciela było dla nich wzorem i podstawą wiary w zmartwychwstanie ich własnych ciał.



Zmartwychwstanie Chrystusa — mal. Juan de Flandres

Wesoły nam dzień dziś nastał!

## Chrystus Zmartwychwstał — Alleluja!

Noc Zmartwychwstania Pańskiego — jedyna taka noc w historii świata. Jezus wziął na siebie zło tego świata, nie umarł powalony przez nie, ale przeszedł do życia, pokazując drogę innym. Pokazał, jak — idąc za Nim — przejść z mroku do światłości życia. Dlatego ta Noc Zmartwychwstania jest centralnym punktem chrześcijaństwa.

Liturgia wielkiej Soboty jest jeszcze oczekiwaniem na to wydarzenie, jakby wstrzymaniem oddechu. W ciszy, w świątyniach trwa całodzienna adoracja Chrystusa w symbolicznym grobie. Tradycyjnie też już od rana odbywa się święcenie pokarmów. Święcenie chleba na pamiątkę tego chleba, którym Jezus karmił lud na pustyni, mięsa przypominającego o baranku paschalnym spożywanym podczas Ostatniej Wieczerzy oraz jajek — symbolu życia. Po zmroku rozpoczyna się niezwykła liturgia światła, które jest symbolem zmartwychwstałego Chrystusa. Odbywa się też święcenie ognia. Na koniec wielkopostnej Liturgii rozbrzmiewa radosne Alleluja! To już początek świętowania zmartwychwstałego Jezusa. Dalszą jego częścią jest procesja i Msza Rezurekcyjna w Wielką Niedzielę.

Wszystkie świąteczne zwyczaje i tradycje Wielkanocne — które powstały dawno, przed wiekami, świadczą o wielkiej radości ludzkiej z faktu Zmartwychwstania Pana, o pragnieniu podkreślenia i uświetnienia tego faktu — ułożyć można w swoisty alfabet. Od Alleluja — począwszy, a na Zajączku skończywszy. Przeczytajmy zatem ten Świąteczny alfabet.

# Radujmy się — czyli Świąteczny alfabet

## Alleluja!

Alleluja, czyli wychwalajcie Pana — starotestamentowy zwrot nawołujący do głoszenia chwały Jahwe. „Alleluja! Żyw już jest śmierci Zwycięziciel, dziś z grobu swego powstaje, Chrystus, nas grzesznych Wybawiciel. Wieczny nam żywot nastaje” — głoszą słowa prastarej pieśni wielkanocnej. Wesołego Alleluja! — życzymy sobie tradycyjnie z okazji Wielkano-



cy. A także: kolorowych pisanek, smacznego jajka i mokrego dyngusa.

## Baranek

Baranka — z cukru, z masła lub ciasta, glinianego, a nawet plastikowego — nie może zabraknąć w koszyku ze święconką. To jeden z głównych symboli Chrystusa Zmartwychwstałego. Rozumienie Jezusa jako Baranka Ofiarnego wywodzi się od słów św. Jana Chrzciciela: „Oto Baranek Boży, który gładzi grzechy świata” (J 1, 29). Baranek z nimbem krzyżowym wokół głowy i chorągiewką triumfalną, jest symbolem zarazem ofiary i zwycięstwa.

Zwyczaj ustawiania baranka na stole wielkanocnym wprowadził w 1370 roku papież Urban V; w Polsce „Agnuszek” rozpowszechnił się w XVII wieku.

## Ciasta

„Do trzech garncy mąki trzy kopy jaj bez białków, mleka dwie kwarty, drożdży wierzchowych pół kwarty...” — to początek przepisu podanego w „Spisie sekretów kulinarnych” przez znanego polskiego historyka filozofii Stefana Świe-

żawskiego. Receptura pochodziła od jednej z jego szlacheckich antenatek. Trudno wyobrazić sobie wielkanocny stół bez baby drożdżowej — jedyne wypieku, jaki z polskiej kuchni przejęli Francuzi. Istnieje wiele rodzajów baby — żółtkowa, parzona, piankowa, śmietankowa, puchowa. Do jej przygotowania zwykle wykorzystuje się od 10 do 20 jaj, chociaż w tzw. babie ciężkiej może się ich znaleźć nawet 180!

Kolejnym tradycyjnie polskim ciastem świątecznym jest mazurek — koniecznie z marmoladą, bakaliami i lukrową lub kajmakową polewą. Z Kresów Wschodnich przywędrowała pascha — deser na zimno przygotowany z twarogu, śmietany i bakalii. Na Śląsku z kolei na wielkanocnym stole muszą się pojawić drożdżowe kołaczki, krepliki, czyli pączki z cukrem pudrem, i buchta z mąki razowej.

## Jajko

Jajko od zarania dziejów i w niemal wszystkich kulturach jest symbolem płodności oraz nowego, rodzącego się na wiosnę życia. Symbolikę tę przejęło chrześcijaństwo, łącząc ją ze Zmartwychwstaniem Chrystusa. O pojawiających się na polskim stole wielkanocnym jajkach pisał już Wincenty Kadłubek na początku XIII wieku. Dzielenie się jajkiem z koszyczką ze święconką to dziś nieodłączny element śniadania wielkanocnego.

Jajka (najczęściej pisanki) są też używane do wielkanocnej zabawy, zwanej „na wybitki”, wbitki lub wlatka. Zawody polegają na toczeniu jajek po stole, tak aby się zderzyły, lub na uderzaniu z bliska jednym o drugie. Wygrywa ten, kto stłucze

jajko przeciwnika — ma wówczas prawo je sobie zabrać.

## Kurczę i kogut

Kurczę jest ściśle związane z symboliką jajka i — podobnie jak ono — oznacza nowe życie. XIX-wieczne powiedzenie galicyjskie brzmi: „wstał z grobu (Chrystus) jak z jaja kurczę”. Żółty kolor kurczęcia wiązany jest ze słońcem, symbolizuje wieczność i odrodzenie.

Z kolei kogut, oznajmiający nadejście dnia, był od wieków symbolem przezwyciężenia ciemności, a także znakiem płodności, urodzaju i sił vitalnych. Dawny obyczaj ludowy nakazywał w Poniedziałek Wielkanocny chodzić „z kurkiem po dyngusie”. Wożony na dwukołowym, czerwonym wózku ptak — wcześniej nakarmiony ziarnem namoczonym w spirytusie — głośno piał. Z czasem żywego koguta zaczęto zastępować drewnianym lub glinianym.

## Lany poniedziałek

Śmigus-dyngus zwany także oblewką albo polewką, wywodzi się z pogańskich ceremonii przebudzenia, oczyszczenia i przeganiania zimy. Jego pierwowzorem był słowiański obrzęd oblewin mający zapobiegać chorobom i sprzyjać płodności.

Na wsiach niezamężne dziewczęta były w Poniedziałek Wielkanocny obficie polewane wodą przez kawalerów z wiader i garnków. Przemoczenie stanowiło nie tylko dowód, że dziewczyna cieszyła się powodzeniem, ale także wróżbę urodzaju dla jej rodziców.

Nieco delikatniej wyglądał dyngus w miastach i na dworach. „Amanci dystyngowani — pisał Jędrzej Kitowicz w XVIII-wiecznym „Opisie obyczajów — chcąc tę ceremonię odprawić na amantkach swoich bez ich przykrości, oblewali je lekko różaną lub inną pachnącą wodą po ręce, a najwięcej po gorsie, małą jaką sikawką albo fłaszeczką”. Dyngowanie i śmigus były po-



czątkowo osobnymi zwyczajami. „Śmigus” oznaczał smaganie na szczęście brzozywymi lub wierzbowymi witkami. W XV-wiecznych materiałach synodu diecezji poznańskiej znalazło się natomiast takie zalecenie: „Zabraniajcie, aby w drugie i trzecie święto wielkanocne mężczyźni kobiet, a kobiety mężczyzn nie ważyli się napastować o jaja i inne podarki, co pospolicie się nazywa dyngować, ani do wody ciągnąć”.

Dawniej młodzi ludzie chodzili po domach po dyngusie, zbierając od gospodyń datki — głównie jajka i wędliny. W małopolskiej wsi Dobra koło Limanowej do dziś o datki proszą dziady śmigustne — owinięci w słomę przebierańcy w futrzanych maskach. Gestykują, trąbią na blaszanych rożkach i polewają gospodarzy wodą.

## Niedziela Palmowa

Niedziela Palmowa nazywana także Kwietną, to pierwszy dzień Wielkiego Tygodnia upamiętniający biblijne przybycie Chrystusa do Jerozolimy. Na pamiątkę tego wydarze-



cd. na str. 12



# Podstawy teologiczne eklezjologii starokatolickiej

(część trzecia)

**Kościół, o którego tajemnicy mówi Pismo Święte i Tradycja, jest święty. Dawcą tej świętości jest Jezus Chrystus, który wraz z Ojcem i Duchem Świętym, „umiłował Kościół i wydał za niego samego siebie, aby go uświęcić, oczyściwszy obmyciem wodą, któremu towarzyszy słowo, aby osobiście stawić przed sobą Kościół jako chwalebny, nie mający skazy czy zmarszczki, czy czegoś podobnego, lecz aby był święty i nieskalany” (Ef 5, 25-27). Wszyscy więc w Kościele powołani są do świętości. „Albowiem wolą Bożą jest uświęcenie wasze” (1 Tes 4, 3). Świętość Kościoła przejawia się w owocach łaski, którą Duch obdarza wiernych; za sprawą sakramentów czyni nas „uczestnikami Boskiej natury” (2 P 1, 4), „aby nas uczynić uczestnikami swojej świętości” (Hbr 12, 10).**

W tekście przyjętym przez Komisję Prawosławno-Starokatolicką: III/1 *Istota i przymioty Kościoła*, czytamy: „Kościół jest 'święty', gdyż Chrystus, jego Głowa, jest święty i oddał się za niego, 'aby go uświęcić, (...) aby osobiście stawić przed sobą Kościół jako chwalebny, nie mający skazy czy zmarszczki, czy czegoś podobnego' (Ef 5, 26-27). Chrystus uczynił Kościół 'domem Bożym' (1 Tm 3, 15; Hbr 3, 6). On dał mu wspólnotę i udział w swej świętości i łasce oraz w swym boskim życiu — On, który 'krwią swoją uświęcił lud' (Hbr 13, 12). Dlatego więc i chrześcijan nazywa się świętymi (Dz 9, 13)”.

Kościół jest święty, ponieważ Bóg — jego początek — jest Święty i ponieważ On, jako Jedyne Święte, uświęca Kościół przez życie, jakie mu udzielił. Bp Urs Küry pisał: „Świętość jest wielkością chryzologiczno-pneumatyczną. (...) Jest on świętym Kościołem nie tylko jako wspólnota zbawcza, ale również jako zbawcza instytucja. Jako instytucja zbawcza jest on święty w tej mierze, w jakiej — i to jest ważne dla zrozumienia katolickości i apostołowości Kościoła — przechowuje on święcie i jest wierny temu, co ustanowił Chrystus i przekazał mu przez Apostołów w zakresie struktury, wyznania, sakramentów i urzędu”.

Chrześcijanie pierwszych wieków mówili — używając sformułowania z pism Pawła — o „zgrupowaniach świętych” (1 Kor 14, 33), to znaczy uznawali, że wszyscy, którzy weszli do takiego Kościoła zostali poświęceni Bogu (Łk 2, 23) i należą do „powołanych świętych” (Rz 1, 7). Za św. Pawłem można powtórzyć, że chrześcijanie są zobowiązani do świętości (Ef 5, 3; Rz 16, 2). „Chrystus umiłował Kościół i wydał za niego samego siebie, aby go uświęcić, oczyściwszy obmyciem wodą, któremu towarzyszy słowo, aby osobiście stawić przed sobą Kościół jako chwalebny, nie mający skazy czy zmarszczki, czy czegoś podobnego, lecz aby był święty i nieskalany” (Ef 5, 25-27).

Ojcowie Kościoła opisali i rozszerzyli pojęcie świętości. Miało to istotny wpływ na udział w boskiej doza (wiedzy), która z nieba oświeca ziemię i wierzących” (bp Urs Küry).

Hipolit (zm. 235) pisał: „Czymże więc jest Kościół? Świętym zgromadzeniem żyjących w sprawiedliwości”. Natomiast Klemens Aleksandryjski (zm. ok. 212 r.) powiada: „Skoro termin 'święty' używany jest w jakimś znaczeniu, odnośnie do samego Boga i wzniesionej ku Jego czci budowli, to czyż nie możemy w pełnym sensie Kościoła, który stał się świętym do czczenia Boga na podstawie pełnego poznania nazywać świętym miejscem Boga? (...) Nazywam tu

'Kościółem' nie miejsce, lecz wspólnotę wybranych”.

Do takiego rozumienia prowadzą także rozważania bpa U. Küry'ego, który pisał: „Jako społeczność zbawcza Kościół jest święty w osobach, które wierząc, kochając, mając nadzieję, dają się uświęcać przez łaskę Bożą. Świętość Kościoła jest uświęceniem jego członków. Dlatego jest ono zasadniczym procesem kościelnym. Szczególne przejawy świętości Kościoła (charyzmaty, cuda, prorocтва itd) są darami nie przysługującymi w sposób konieczny Kościołowi rzeczywistemu, ale prawdopodobnie przysługującymi Kościołowi urzeczywistnionemu. Jako zbawcza instytucja, Kościół jest (aktywnie) święty w posłusznym zachowaniu porządków i wykonywaniu pełnomocnictw, przez które służy on uświęceniu swoich członków oraz (pasywnie) w poświęconych przez niego miejscach kultu, przedmiotach itp., pozostających w służbie kościelnemu przepowiadania zbawienia. Świętość, przysługująca Kościołowi jako zbawczej instytucji, jest wprawdzie realna, ale 'niewłaściwa'. Właściwe uświęcenie przysługuje tylko osobom”.

Natomiast zdaniem Augustyna, Kościół jest święty, ponieważ jest ściśle złączony z Chrystusem, który przez swoje Wcielenie „stał się głową Kościoła”. Augustyn odwołuje się do porównania Kościół-ciało, Chrystus-głowa. „(...) z czasem dowiadujemy się, że „Głowa” i „Ciało”, czyli Chrystus i Kościół, są nam przedstawione jako jedna osoba”. „Kościół święty ma dwa istnienia: jedno w czasie, drugie w wieczności”. Nie należy więc oddzielać tych dwóch istnień Kościoła: „Kościół, jaki jest obecnie” i „Kościół, jaki będzie wtedy”.

**Kościół — jako jeden i święty — jest również katolicki. Pierwsza i druga istotna cecha Kościoła (jedność i świętość) poświadczane są przez Nowy Testament, natomiast „katolickość” jest pojęciem wywodzącym się z tradycji wczesnego Kościoła, tkwi w myśli patrystycznej. „Nie oznacza ono jednak czegoś w zasadzie nowego lub sprzecznego z tym, o czym mówi Pismo Święte, ale rozwija jedynie to, co wiąże się ściśle z jednością i świętością Kościoła” (bp Urs Küry). Podejmując uzasadnienie katolickości Kościoła należy także odwołać się do tekstu nakazu misyjnego (Mt 28, 19-20; Mk 16, 15-16). W tekście przyjętym przez Komisję Prawosławno-Starokatolicką: III/1 *Istota i przymioty Kościoła*, czytamy: „Kościół jest 'katolicki', ponieważ Chrystus, który jest jego Głową, jest Panem wszechrzeczy. Kościół powołano do głoszenia Ewangelii na całym świecie, i to prawowrotnie przekazuje, i tego strzeże, 'co zawsze, co wszędzie, co przez wszystkich było wyznawane' (Wicenty z Lerynu, *Comm. 2 — PL 50, 640*). Kościół jest przeto 'katolicki' w tym sensie, że jest on Kościołem prawowiernym, autentycznym i prawdziwym”.**

Słowo „katolicki” pochodzi od słów greckich „według” i „całość”, a więc „według całości”, w przeciwieństwie do tego, co jednostkowe. Jednak etymologiczne znaczenie tego słowa nie pozwala nam jeszcze zrozumieć jego pełnego znaczenia. Katolickości Kościoła nie wyraża w pełni powszechność Kościoła, ale raczej wszechwspólnota Kościoła; katolickość oznacza całość jakościową (pionową), a nie tylko ilościową (poziomą). Posłannictwo Zbawiciela tak oddziaływało na dusze Jego uczniów i wszystkich chrześci-

jan okresu apostołskiego, że doprowadziło do ich całkowitej przemiany; panowanie Boga przenikało wszystkich i wszystko. Z tego wypływały wszystkie siły i wewnętrzne poczucie braterskiej wspólnoty ze wszystkimi, a wspólnotę tę przedstawiano jako Ciało Chrystusa.

Katolicyzm to istotny przymiot Kościoła. Kościół jest powszechny, gdyż Jezus Chrystus umożliwia zbawienie wszystkim ludziom. „Pójdźcie do Mnie wszyscy, którzy jesteście spracowani, a Ja wam dam ukojenie” (Mt 11, 28). Chrystus pragnął zbawienia wszystkich ludzi, dlatego nakazał głosić Ewangelię wszystkim narodom. „Idźcie więc i nauczajcie wszystkie narody” (Mt 28, 19). Według Ewangelisty Jana, Słowo Boże jest „prawdziwą światłością, która oświeca każdego człowieka” (J 1, 9), a jedynym warunkiem zbawienia jest wiara i uczestnictwo w sakramentach Kościoła: „Kto uwierzy i ochrzczony zostanie, będzie zbawiony, a kto nie wierzy, będzie potępiony” (Mk 16, 16). Zjednoczeni w Jezusie Chrystusie, „dzięki tej wierze jesteście synami Bożymi — w Chrystusie Jezusie. Bo wy wszyscy, którzy zostaliście ochrzczeni w Chrystusie, przyoblekliście się w Chrystusa” (Ga 3, 26-27). Tę naukę Jezusa Chrystusa przyjęli Apostołowie, a później Kościół, który gromadzi ludzi „z każdego narodu i wszystkich pokoleń, ludów i języków” (Ap 7, 9).

W pierwszych wiekach Kościół Jezusa Chrystusa był wszędzie, we wszystkim i we wszystkich; w tym sensie występuje Kościół w *Didache*. Natomiast wyrażenie „Kościół katolicki” występuje u św. Ignacego Antiocheńskiego, w *Męczeństwie św. Polikarpa, biskupa Smyrny*, u Klemensa z Aleksandrii. Istotną cechą katolicyzmu Kościoła jest jego powszechność, uniwersalność.

Prawie wszyscy Ojcowie Kościoła, jak również większość symboli wiary, mówią o katolicyzmu Kościoła w sensie jego ekumeniczności (rozprzestrzeniania się Kościoła na całej kuli ziemskiej, w ówczesnym świecie Cesarstwa rzymskiego). Wyrażenie „Kościół katolicki” oznaczało pierwotnie „powszechne zgromadzenie”, czyli doskonałą wspólnotę obejmującą w czasie i przestrzeni wszystkich złączonych z Jezusem Chrystusem jako Zbawicielem, a przez Niego związanych z jego *Listu do Kościoła w Smyrnie*, w którym pisze, że Kościół jest katolicki, ponieważ jest w nim obecny Chrystus. „Gdzie jest Jezus Chrystus, tam i Kościół powszechny” (Ignacy Antiocheński). A więc — pisze bp U. Kury — „tam gdzie jest Chrystus tam powinien być Kościół, który do Niego należy, mianowicie jeden i jedyny, *mia mone*, jak parafrazuje Ferdinand Kattenbusch. A to oznacza: jest to Kościół, obok którego nie ma żadnego innego, któremu nic nie brakuje, i z którym nie łączy się nic obcego, niegodnego Chrystusa. Chodzi więc tu o Kościół, który w jego jedności, jest jednocześnie jego całością i pełnią. W swej pełni zaś Kościół jest wszędzie tam, gdzie jest Chrystus, gdzie — można to dodać dla uściślenia sensu — jest *cały* Chrystus, podobnie jak słowo 'biskup' wskazuje na to, że ma się na myśli gminę lokalną, a nie Kościół uniwersalny, gminę, która też pojmowana jest jako jedna i cała”. Dla Ignacego gwarantem katolicyzmu Kościoła jest Chrystus. On to sprawia, że Kościół jest *kath holon* — skierowany do wszystkich, obejmujący pełnię, doskonałość i całkowitość. Tekst przyjęty przez Komisję Prawosławno-Starokatolicką: *III/1 Istota i przymioty Kościoła*, przypomina: „Według Cyryla z Jerozolimy '(Kościół) nazywa się katolickim, ponieważ jest on (rozpowszechniony) na całej ziemi, z jednego jej krańca do drugiego; ponieważ naucza on w sposób doskonały i pełny wszystkich prawd wiary, które ludzie mają poznać, uczy tak o rzeczach widzialnych, jak i niewidzialnych, o niebiańskich i o ziemskich, ponieważ prowadzi on cały ród ludzki do Boga — władców i poddanych, wykształconych i niewykształconych; i ponieważ on w całości ogarnia i leczy, z jednej strony wszystkie grzechy popełnione cieleśnie i w zakresie duchowym, a z drugiej strony zawiera w sobie wszelkie cnoty, jakie można wymienić, i to tak w czynnie, jak i w słowie i w różnorodnych darach duchowych' (Cyryl Jerozolimski, *Cat. 18, 23 — PG 33, 1044*)”.

We wstępie do pisma pt. „Męczeństwo świętego Polikarpa, biskupa Smyrny” czytamy: „Do wszystkich gmin świętego i powszechnego Kościoła, gdziekolwiek się znajduje”. Tu także jest mowa o Kościele Boga,

który istnieje „na wszystkich miejscach”, tzn. na całej ziemi, wszędzie jest jeden i cały (*mia mone*) i jako taki jest święty. „Katolicyzm Kościoła jest przede wszystkim wewnętrzna, jakościowa, a dopiero potem zewnętrzna, ilościowa” (bp U. Kury). Oznacza to, że Kościół jest katolicki nie dlatego, iż rozprzestrzeniony jest na całej ziemi, ale dlatego, że wszędzie, gdziekolwiek on istnieje, jest jedynym i całym Kościołem w jego pełni. W Chrystusie została ukazana światu pełnia Boga, świat może być w tę pełnię włączony za pośrednictwem Kościoła, „który jest Jego Ciałem, Pełnią Tego, który napełnia wszystko wszelkimi sposobami” (Ef 1, 23).

Augustyn (354-430 r.) podkreśla powszechność Kościoła pod względem geograficznym i poprzez posiadanie całej prawdy, dlatego też nazywa Kościół — *catholica*. To rozpowszechnianie się Kościoła nie szkodzi jego jedności, ponieważ Kościół jest „Kościółem jedności świata”. Każdy Kościół partykularny ma swoją specyfikę. Źródło katolicyzmu Kościoła widzi Augustyn w nakazie Pana: „Idźcie więc i nauczajcie wszystkie narody, udzielając im chrztu w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Uczcie je zachowywać wszystko, co wam przykazałem. A oto Ja jestem z wami przez wszystkie dni, aż do skończenia świata” (Mt 28, 19-20). Oczywiście, aż do powtórnego przyjścia Pana, Kościół składa się z „pszenicy i chwastów”, z grzeszników i sprawiedliwych.

Biskup z Hippony podkreśla, że Kościół jest powszechny pod względem geograficznym, etnograficznym (powszechność ekstensywna), a także poprzez posiadanie całej prawdy religijnej (powszechność intensywna). Kościół katolicki — według Augustyna — pozostaje w opozycji do każdego poglądu próbującego sprowadzić Kościół do grupy sprawiedliwych i wybranych. Myśl tę uzupełnia Cyryl Jerozolimski, który w *Katechezach* naucza, że Kościół ma za zadanie „gromadzić wszędzie razem wiernych każdego stanu, rasy i temperamentu, nazywany zaś jest 'Katolicki' (tj. powszechny), ponieważ to czyni. Tytuł ten zwraca również uwagę na jego zdolność nauczania wszelkiej doktryny potrzebnej człowiekowi i uzdrowienia z wszelkiego rodzaju grzechów”.

Zdaniem bpa Edwarda Herzoga (1841-1924 r.), **Kościół jest katolicki w wyznawaniu wiary, w służbie Bożej i w urzędzie. Jest to zgodne z formułą zjednoczeniową, przyjętą na Kongresie Starokatolików w 1872 r. przez przedstawicieli Kościołów starokatolickich, prawosławnych i anglikańskich. Natomiast ks. prof. Ignacy von Döllinger (1799-1890 r.), powołując się na Ef 1, 23 i 4, 13, pisał: „Kościół katolicki jest Kościołem wychodzącym ciągle naprzeciw temu światu, w którym wszystko we wszystkim napełniający Chrystus, udzielający się mu z całym bogactwem swej istoty i swoich darów, napełnia go niczym naczynie z wyłączeniem wszelkiej innej treści”. W podobny sposób pisał pierwszy starokatolicki biskup Niemiec, J.H. Reinkens (1821-1896), który powołując się na J.A. Mōhiera twierdził, że każda gmina kościelna — przez jej udział w jednym życiu boskim — jest zawsze jedynym i całym Kościołem, „podobnie jak iskra ognia lub kropla wody, posiadają tę istotę, co ognisko i wielka ilość wody”.**

Katolicyzm przystępuje Kościołowi w obu jego postaciach, a więc jako wspólnocie świętych i jako świętej instytucji. „Jako społeczność uswięconych osób Kościół jest katolicki przez bezpośrednią jedność, całość i pełnię życia, które są dane jego członkom zasadniczo 'we wszystkich miejscach' w ten sam (analogiczny) sposób. Jako wspólnota w świętych rzeczach Kościół jest katolicki dzięki swemu wiernemu zachowywaniu tych samych wywodzących się od Chrystusa i Apostołów porządków w wyznawaniu wiary, ustroju

# Radujmy się — czyli Świąteczny alfabet

cd. ze str. 9

nia wierni przynoszą na poranną Mszę palmy do poświęcenia, a później uczestniczą w uroczystej procesji. W średniowieczu ważnym elementem takiej — silnie scentralizowanej — procesji była umieszczona na ruchomej platformie drewniana figura przedstawiająca Chrystusa na osiołku. Niekiedy rolę Jezusa odgrywał kapłan lub szczególnie zasłużony obywatel, jadący na żywym osiole. Dziś obyczaj obwożenia Jezuska Palmowego (zwanego także Lipowym, Dębowym lub Osiołkiem Palmowym) kulturowany jest w Tokarni i rekonstruowany w Szydłowcu.

Z kolei w niektórych wsiach podkrakowskich (m.in. w Bibicach, Zielonkach i Trojanowicach) odbywają się w Niedzielę Palmową tzw. Pucheroki. Obyczaj ten wywodzi się z dawnych kwest żakowskich. Młodzi chłopcy w stożkowatych czapkach z twarzami usmolonymi sadzą, chodzą od domu do domu z przyspiewkami i życzeniami, zbierając datki.

## Palma



Choć wszystkie palmy wielkanocne wywodzą się od gałęzi palmowych, którymi tłum pozdrawiającego do Jerozolimy Jezusa, w zależności od regionu mogą bardzo się różnić wyglądem i techniką wykonania.

Najpopularniejsza, szczególnie w miastach, jest dziś palemka wileńska — kolorowy stroik na patyku upleciony z warstw farbowanych suszonych kwiatów i traw. Przez wieki w roli palmy występowały jednak głównie żywe gałąz-

ki — zwłaszcza baze. „Wierzbina usiana białymi kotkami — to polska palma, wdzięczna i pokorna” — pisze Zofia Kossak w „Roku polskim”. Ludowe wierzenie głosiło, że kotki z bazi, zwane też bagniatkami, mogą zapewnić nie tylko zdrowie. „Odrywał je gmin pobożny i połykał, w tym będąc przekonaniu, że kto w niedzielę kwietną bagniatka palmowego nie połknie, to już zbawienia nie otrzyma” — pisał w XIX wieku Łukasz Gołębiowski, autor dzieła „Lud polski. Jego zwyczaje i zabobony”.

Oprócz wierzbowych stosuje się także witki wiklinowe lub leszczynowe, a nawet gałązki malin i porzeczek. Bazą wyjątkowo dekoracyjnej palmy kurpiowskiej jest z kolei pień jodły lub świerka. W stroik bywa wpleciony bukszpan, barwinek, borowina, wrzos, a także wstążki i bibułkowe kwiaty (przygotowywane przez gospodynie od początku Wielkiego Postu). Szczególnie okazałe palmy można podziwiać podczas corocznych konkursów w małopolskiej Lipnicy Murowanej. Osiągają długość nawet do kilkunastu metrów (w 2008 roku padł rekord — 33.39 m). Podobne konkursy odbywają się na Kurpiach — w Lipnikach i Łysych.

Popiół ze spalonych palm wykorzystywany jest do posypywania głów wiernych podczas Srody Popielcowej następnego roku.

## Pisanki

Na ziemiach polskich zwyczaj malowania jaj znany był już w X wieku — pierwsze pisanki odkryto podczas wykopaliśk archeologicznych w pozostałościach grodu słowiańskiego na opolskiej wyspie Ostrówek.

„Farbują jaja w brezylu czerwonej silnej, w odwarze z łupin cebuli, z kory dzikiej jabłoni, listków kwiatu malwy, kory olszowej, z robaczek czerwcem zwanych, w szafranie, krokuszu itd. — pisał Zygmunt Głogier w „Encyklopedii staropolskiej”. Takie jednobarwne jajka zwane są kraszankami. Istnieje jednak wiele bardziej złożonych technik — są jajka „pisane” („rysują jajo rozpuszczonym woskiem, aby farba miejsc powoskowanych nie pokryła”), oklejanki i nalepianki, rysowanki i drapanki.

Dawniej zdobieniem jajek zajmowały się wyłącznie kobiety.

Jeśli do izby, gdzie się w tym celu zbierały, wszedł mężczyzna, konieczne było odczynienie uroku. Kobiety spluwały za siebie lub posypywały jajka solą: „Sól tobie w oczach, kamień w zębach! Jak ziemia woskowi nie szkodzi, tak twoje oczy niech nie szkodzą pisankom”.



Pisanki już gotowe stawały się prezentem dla najbliższych, miały także znaczenie w zalotach. Józef Smosarki w „Obliczach świąt” cytuje relację z końca XIX wieku: „Dorastający chłopak poczuwszy wolę bożą do którejś z dziewcząt, czeka uroczystości Zmartwychwstania Pańskiego, wtedy wyraża jej swe uczucia miłosne przez doręczenie pisanki. Jeżeli dziewczyna przyjmie pisankę i da swoją, to każe tym się domyślać, że będzie wzajemną”.

## Święconka

W Wielką Sobotę w kościołach tradycyjnie odbywa się święcenie pokarmów na wielkanocne śniadanie. Początki tego obrzędu sięgają VIII wieku, ale do Polski przywędrował on w XIV stuleciu. Najpierw święcono tylko baranka z chleba, potem w koszu pojawiły się ser, masło, ryby, olej, mięsiwa, ciasto i — stosunkowo późno — jajka. Dawny zwyczaj na wsiach nakazywał, by po powrocie z kościoła obejść ze święconym dom trzy razy, zgodnie z ruchem wskazówek zegara — by wyгнаć z gospodarstwa złe moce.

Dziś w wiklinowym lub słomianym koszyczku wyłożonym białą serwetką musi się znaleźć siedem tradycyjnych pokarmów — chleb, jajko, sól, wędlina, ser, chrzan i ciasto. Wystarczą symboliczne ilości; musi znaleźć się miejsce dla baranka i dekoracji z bukszpanu czy borówek.

Tymczasem jeszcze w dwudziestym wieku, zwłaszcza na wsi, do kościoła w wielkich koszach przywożono do poświęce-

nia wszystkie potrawy mające się znaleźć na stole podczas niedzielnego śniadania.

Do dworów szlacheckich, pleban często przybywał, by święcić potrawy na miejscu. Trudno bowiem zawieźć do kościoła pieczone prosię z pisanką w pysku, szynki, pasztety i rolady, góry ciast i wazy żuru na białej kiełbasie czy barszczu z jajkiem.

Na Pomorzu tradycja święconego nie była znana aż do 1920 roku — stół ze śniadaniem wielkanocnym kropił wodą święconą najstarszy mężczyzna w rodzinie.

## Wielki Tydzień

Obchodzony od IV wieku Wielki Tydzień to czas rozpamiętywania ostatnich dni Chrystusa. Trwa od Niedzieli Palmowej do Wielkanocnej. Poniedziałek, wtorek i środa są tradycyjnie poświęcone porządkom i przyozdabianiu domów. To także czas rytualnych ablucji w rzece czy jeziorze lub po prostu obowiązkowej dorocznej kąpieli.

Na Opolszczyźnie Wielka Środa (w innych regionach Wielka Sobota) była dniem „pogrzebu żuru” — tłuczono wówczas garnki z pozostałościami uprzykrzonej postnej potrawy, a jej resztki palono.

Kolejne dni Wielkiego Tygodnia określane są jako Triduum Paschalne. Święte trzy dni to w rzeczywistości cztery — czas liczony jest tu według kalendarza żydowskiego, od Wielkiego Czwartku wieczorem do niedzielnych nieszporów.

## Wielki Czwartek

Kościół pogrąża się w ciszy, milną dzwony, organy i wszelkie instrumenty — aż do Wielkiej Nie-

dzieli. Wielki Czwartek jest pamiętką Ostatniej Wieczerzy Jezusa z uczniami, kiedy to chleb i wino przemienił w swoje Ciało i Krew, ustanawiając sakrament Eucharystii. Rankiem w kościołach katedralnych odprawiana jest tzw. Msza św. Krzyżma, podczas której celebrans umywa nogi 12 mężczyznom, co przypomina gest Chrystusa wobec apostołów, przykład pokory.

## Wielki Piątek

Dzień upamiętniający śmierć Jezusa. Centralną ceremonię stanowi liturgia Męki Pańskiej z adoracją krzyża, ostatni raz w roku odprawiana jest Droga Krzyżowa.

W Wielki Piątek (czasem dzień lub dwa wcześniej) odgrywano dawniej „wieszanie Judasza”. Nad kukłą przedstawiającą zdrajcę odbywał się sąd, następnie była ona okładana kijami i — zależnie od regionu — podpalana i topiona, wleczona przez wieś, strącana z wieży kościelnej lub wieszana na słupie, drzewie czy kominie. Pierwowzorem tego obyczaju był najprawdopodobniej pogański obrzęd topienia Marzanny. Tradycja „Judasza” do dziś kultywowana jest w Pruchniku.

## Wielka Sobota

Jest dniem żałoby i ciszy. Nie odprawia się żadnego nabożeństwa, wierni przybywają jednak do kościoła, by święcić pokarmy i odwiedzić symboliczny Grób Pański.

## Wielka Niedziela

Święto Zmartwychwstania Pańskiego, dawniej nazywane Paschą, największe, najstarsze i najważniej-

sze święto chrześcijan. Zaczyna się poranną piszą — Rezurekcją (z łac. „resurrectio” — zmartwychwstanie), zapowiadaną głośnie biciem dzwonów i kanonadą. Niedługo radosną nowinę ogłaszały strzały z armat, strzelb i moździerzy, dziś — przede wszystkim petardy. W Iłży koło Radomia żywa jest ponadczterystoletnia tradycja „barabanienia” — mężczyźni obchodzą o świcie miasteczko, uderzając w wielki kościół.

Po Mszy rodziny dzielą się jajkiem i zasiadają do uroczystego śniadania wielkanocnego.

## Zajączek

Zając — najczęściej czekoladowy — to kolejne zwierzę w koszyku ze święconką. Symbolikę ma zbliżoną do jajka i — podobnie jak ono — pierwotnie pogańską. W wielu kulturach oznaczał odradzającą się przyrodę, płodność i vitalność. Za symbol Zmartwychwstania i przemiany uznał go św. Ambroży — powodem miało być zmienianie przez zwierzę w ciągu roku futra.

W XVII wieku zając zaczął być przedstawiany z koszykiem jajek. W Niemczech i krajach anglosaskich pełni funkcję wielkanocnego św. Mikołaja. Zwyczaj otrzymywania „prezentów od Zajączka” upowszechnił się także na Śląsku, Pomorzu i w Wielkopolsce. Poukrywanych w domu lub ogródku upominków i słodczy dzieci szukają od rana w Niedzielę Wielkanocną.

oprac. na podstawie  
artykułu Z. Sawickiej Rz  
z 27.03.2009 r. (*Wielkanoc*)

# Podstawy teologiczne eklezjologii starokatolickiej

cd. ze str. 11

i kulcie” (U. Küry). Te obie postacie katolicyzmu, wewnętrzna (niewidoczna) i zewnętrzna (widoczna), muszą być traktowane jako jedność. Obie postacie razem tworzą bowiem dopiero „organiczną katolickość”, co wyjątkowo jasno widoczne jest w pojęciu i da dopiero wtedy swemu Kościołowi pełnię Bóstwa, którą należy rozumieć jako życie zmartwychwstałe, gdy Kościół, okazując posłuszeństwo Bogu, stanie pod Krzyżem. Z tego powodu, Kościół może ukazywać światu swą katolickość jedynie *tectam cruce* (przykrytą Krzyżem), tj. poprzez służbę, jaką świadczyć będzie światu, stojąc pod Krzyżem” (U. Küry).

Powracając do Kościoła pierwszych wieków, przywrócimy mu jego katolickość. Musimy ponownie

spojrzeć na Kościół jerozolimski i poprzez jego pryzmat krytycznie przeanalizować późniejsze wpływy w Kościele. Katolickość Kościoła była najpełniej przeżywana i urzeczywistniana w pierwszych wiekach chrześcijaństwa, gdy miłość i łaska sprawiały, że ujawniała się świętość wspólnoty w Panu; w najstarszej redakcji *Symbolu Apostolskiego* czytamy: święty, katolicki Kościół. Kościoły starokatolickie poczuwają się do odpowiedzialności za przekazywanie katolickości starego, niepodzielonego Kościoła Chrystusowego. Starokatolicy zachowują nieprzerwaną ciągłość apostołskiej Tradycji i umacniają katolickość Kościoła. Starokatolicyzm — jak sama nazwa wskazuje — jest katolicyzmem starego, niepodzielonego chrześcijaństwa pierwszego tysiąclecia.

cdn.

# Wystarczy zdrowo jeść — czyli jedz mądrzej

W Polsce zaczęło od niedawna działać pierwsze Centrum Medycyny Żywności przy warszawskiej klinice ortopedii i medycyny sportowej Carolina Medical Center.

**Medycyna żywienia to kluczowy element tzw. medycyny stylu życia. Badania ostatnich lat wykazały, że odpowiedni styl życia, działa nie tylko prewencyjnie. Dietą można także leczyć, niekiedy uzyskując efekty porównywalne z terapią farmakologiczną. W USA wielu uważa to za istotę medycyny XXI w.** Pacjentem zajmuje się zespół, w którym lekarz zleca terapię żywieniem, a specjaliści od żywienia ustalają, jak zmienić nawyki żywieniowe. I jest to leczenie przyczyn, a nie tylko objawów choroby. Nie da się tego osiągnąć po piętnastominutowej wizycie u lekarza. **Nowego stylu trzeba się nauczyć**, konieczną jest wielotygodniowa praca z pacjentem.

W skład zespołu medycyny żywienia, oprócz lekarza, musi wejść dietetyk — świadomy, że zmiany żywieniowe, które są konieczne, aby uzyskać efekt terapeutyczny, muszą być bardziej kompleksowe niż te powszechnie zalecane. **Na przykład: za pomocą tradycyjnie zalecanej diety chorym z miażdżycą można obniżyć stężenie „złego cholesterolu” (tzw. LDL) maksymalnie o 5 proc. A dzięki medycynie żywienia spadek ten wynosi nawet 36 proc., czyli podobnie jak przy użyciu leków.** W chorobach krążenia, cukrzycy czy w reumatoidalnym zapaleniu stawów musimy zupełnie wyeliminować produkty wysoko przetworzone oraz ograniczyć do minimum — te pochodzenia zwierzęcego. Dawniej, jeszcze przed wojną, u większości Polaków mięso czy też masło, rzadko gościło na stołach, zwykle w święta. Na co dzień były żury, barszcze, ciemny chleb, ziemniaki, kasze, kapusta z grochem itp. Potrawy takie jak schabowy były codziennością tylko dla najbogatszych. I dlatego też na serce chorowali wtedy tylko oni. Wysokotłuszczowa, wysoko przetworzona dieta zagościła u nas na dobre po II. wojnie światowej.

Badania prowadzone już ponad 10 lat temu w USA wykazały, że przestrzeganie zaleceń żywieniowych według oficjalnej piramidy żywieniowej praktycznie nie zmniejsza ryzyka zachorowania na cho-

roby krążenia czy nowotwory. Dlatego też instytucje takie, jak Światowy Fundusz Badań nad Rakiem czy Uniwersytet Harvarda zalecają odmienny model żywienia, bardziej oparty na nisko przetworzonych produktach roślinnych. Jest to zgodne z postulatami medycyny stylu życia. Z badań wynika bowiem, że jedyną dietą, która jest w stanie zatrzymać, a nawet odwrócić chorobę wieńcową, jest niskotłuszczowa dieta oparta na produktach roślinnych. Ale takiej diety do tej pory oficjalnie się w Polsce nie zalecało. Wiadomo, że np. amerykańskie zalecenia odnośnie do diety, za którymi idzie reszta świata, są kompromisem pomiędzy tym, czego chcą lekarze, naukowcy i pacjenci, a tym, czego domaga się przemysł spożywczy i rolniczy. W USA zalecenia żywieniowe akceptuje tamtejszy Departament Rolnictwa. Jest więc konflikt interesów.

Już pod koniec lat 50. badacze z USA sprawdzali, czy to, że w niektórych spokojniejszych nie ma chorób krążenia czy cukrzycy, może być efektem stylu życia, w tym diety. Przełom nastąpił w 1980 r.,

## Przyroda i my

# Lecnicze właściwości jałowca

Na pewno z własnego doświadczenia wiemy, że przebywanie w pobliżu krzaków jałowców jest dla naszego organizmu dobre: lepiej się nam oddycha, wyraźnie mają one działanie relaksujące. Jałowce bowiem wydzielają związki o działaniu bakteriobójczym oraz olejki eteryczne, tworząc specyficzny mikroklimat, który wpływa korzystnie na układ oddechowy człowieka. Warto sadzić te krzewy wokół domów, odwodzić się nam olejkami eterycznymi. Jałowce nie wymagają szczególnie wiele zabiegów pielęgnacyjnych czy też nawożenia. Za to korzyści zdrowotne są niewspółmiernie duże.

Mamy w Polsce kilka rezerwatów tych roślin — np. w Rosanowie (ok. pół kilometra na północ) powstał już trzydzieści lat temu wspaniały rezerwat przyrody Ciosny, chro-

kiedy dr Dean Ornish z Harvardu dowiódł, że niskotłuszczowa dieta oparta na produktach roślinnych może zatrzymać, a nawet cofnąć zmiany miażdżycowe (udowodniono wyraźne obniżenie stężenia cholesterolu i częściowe cofnięcie się zmian miażdżycowych w tętnicach wieńcowych, które odżywiają serce), bez użycia leków czy zabiegu chirurgicznego. Po dwóch dekadach w 2010 r. program Ornisha uzyskał aprobatę amerykańskiego Departamentu Zdrowia i jest refundowany jako jedna z form leczenia dla pacjentów z niedokrwioną chorobą serca, kandydatów do operacji wszczęcia by-passów oraz dla pacjentów po zawale serca.

W polskim Centrum Medycyny Żywności pacjenci mogą skorzystać z wielotygodniowych programów terapii żywieniowej chorób układu krążenia, otyłości, cukrzycy, czy chorób o podłożu reumatologicznym. Pierwszy program nosi nazwę: „Przez żołądek do zdrowego serca”. Dla każdego pacjenta jadłospis będzie indywidualny, dostosowany do wieku, aktywności fizycznej chorego, choroby (i przebytych chorób) oraz przyjmowanych leków i zapotrzebowania na składniki odżywcze. Dieta opiera się głównie na produktach roślinnych. Jednakże — w zależności od schorzenia — będą w niej — od czasu do czasu — także ryby, drób i nabiał.

*(Oprac. na podstawie wywiadu zamieszczonego w G.W., 24.I.br.)*



niący naturalne skupisko jałowców pospolitych. Jest tam ok. 8 tys. krzewów rosnących na blisko 2,5 ha śródlądowych wydm Wysoczyzny Łaskiej, utworzonych przed kilkunastoma tysiącami lat z luźnych piasków polodowcowych. Dodajmy jeszcze, że Rosanów leży na odcinku dróg Zgierz — Ozorków. We wschodniej części rezerwatu jałowcom towarzyszą skupiska sosny zwyczajnej. Teren ten przyciągał uwagę przyrodników już od 1959 r. Dwa lata później wytypowano najcenniejsze grupy jałowców jako pomniki przyrody. Jedne zadziwiają wiekiem (160 lat), inne rozmiarami — średnica pnia ok. 1300 jałowców przekracza 5 cm, niektóre mają nawet 6 m wysokości. Są różne — strzeliste i proste, wysokie pnie kojarzą się z cyprysami, a inne rozłożyste, kilkunastometrowej szerokości kępy lub płasko rozpostarte formy o wielu pniach. Na skutek obumierania dolnych odgałęzień w starych

kępach powstają altany lub nisze, a wygięte pnie tworzą drewniane łuki i tzw. bramy.

Przyglądając się jałowcom dostrzeżemy wszelkie odcienie zieleni — od najjaśniejszej po najciemniejszą. Woskowy nalot na igłach sprawia, że jałowce bywają też srebrno-niebieskie (jak srebrzyste świerki). Kwitnąc, pokrywają się bardzo drobnymi, żółtymi i zielonkawymi kwiatami, które przekształcają się w owoce — szyszkojałody (patrz fot.). Początkowo są zielone, później dojrzewając ciemnieją i mają barwę ciemnoniebieską, granatową lub fioletową, podobnie jak liście pokryte są woskowym nalotem. Szczególnie pięknie wyglądają takie jałowce jesienią, urzekają po prostu swoją malowniczością. A ponieważ są to rośliny zimozielone, piękne są również zimą.

Już nasi przodkowie doceniali jałowce. Dawniej bywało, że jeśli ktoś przechodził koło jałowca, z

szacunku przed nim zdejmował z głowy kapelusz.

Rosanowa nie odwiedza się z powodu zabytków, ale głównie z powodu właśnie kłującego zielonego rezerwatu jałowców. Cichutko szmerze tu u swych źródeł rzeka Ciosenka. Źródła znajdują się na skraju lasu. To jedno z najciekawszych i największych w Polsce środkowej źródeł, czyli leżących blisko siebie źródeł. Biją one licznie w dwóch równoległych niszach i zasilają krętą strugę wijącą się wśród mnóstwa małych wysepek (temperatura wody źródlika 9 stopni C, jednakowa przez cały rok). Strużki wody lawirują między kępami roślinności, tworząc malowniczą i szmerzącą scenę.

Możemy tu spacerować do woli, a spacer po porośniętych jałowcami piaszczystych wydmach ma dla nas właściwości życiodajne — lecznicze.

## Zdrowie

# Wysoki poziom „dobrego” cholesterolu ocala sprawność umysłu

Już wielokrotnie słyszeliśmy o tym, że należy dużo się ruszać, zdrowo jeść, nie palić, dbać o prawidłową wagę ciała i odpowiedni poziom cholesterolu, unikać stresu, ponieważ jest to recepta na dobrą kondycję serca. Okazuje się, że nie tylko serca, ale i umysłu.

Jak informuje „Archives of Neurology”, ludzie z niskim poziomem tzw. dobrego cholesterolu (HDL) obarczeni są o 60 proc. wyższym ryzykiem zapadnięcia na chorobę Alzheimera. Wszystko wskazuje na to, że im wyższy poziom HDL, tym większa ochrona przed demencją. Co ciekawe, wydaje się bez znaczenia, czy poziom ten występuje naturalnie, czy też jest wynikiem przyjmowania leków, tj. statyn. A skoro tak, to zdaniem autorów badań, przez podwyższenie stężenia „dobrego” cholesterolu, można zmniejszyć w populacji częstotliwość występowania Alzheimera. Jest to doskonała wiadomość, ponieważ w związku ze starzeniem się społeczeństwa przybywa przy-



padków tej najczęstszej postaci demencji. Już dzisiaj na świecie cierpi z jej powodu 26 mln osób, a ich leczenie kosztuje ponad 600 mld dolarów.

W jaki sposób wysoki poziom „dobrego” cholesterolu chroni przed Alzheimem? Na to pytanie uczeni nie potrafili udzielić jednoznacznej odpowiedzi. Ale mają na

ten temat kilka teorii. Wysokie stężenie HDL jest czynnikiem obniżającym ryzyko wystąpienia udaru mózgu. A udary znane są z tego, że mogą przyczynić się do rozwoju demencji. Według innej tezy, „dobry” cholesterol pomaga mózgowi w pozbywaniu się blaszek amyloidowych (nazywanych też blaszkami starczymi), które odkładając się w ścianach naczyń krwionośnych, powodują zmiany chorobowe charakterystyczne dla Alzheimera.

Należy więc dbać o zdrowy styl życia. Dobrym sposobem na to może być wprowadzenie pewnych zmian do diety. Warto zmniejszyć spożycie utwardzanych margaryn zawierających tłuszcze trans, a częściej sięgać po produkty zawierają tłuszcze nienasycone. Bogate w nie jest m.in. **awokado, masło orzechowe, wiele orzechów i ziaren zbóż, a także ryby i tran**. Nie wolno zapominać o **ćwiczeniach fizycznych**, które nasz mózg lubi również mocno jak nasze serce.

Bądźmy sprawni nie tylko fizycznie, ale i umysłowo — jak najdłużej!

**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. Redakcja nie zwraca tekstów nie zamówionych i zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Adres internetowy: redakcja@polkat.com.pl

Druk: Zakład Poligraficzny „Polkat — Holding” Sp. z o.o. Zam. 3/2011.

Nakład: 1.250 egz.

# Fryderyk Chopin i Franciszek Liszt

Wraz z końcem lutego br. nastąpiło uroczyste zakończenie Roku Chopinowskiego 2010 (pod patronatem Prezydenta RP). Warszawski Teatr Wielki — Opera Narodowa, Zamek Królewski i Filharmonia Narodowa swymi spektaklami i wystawami (27-28 lutego br.) zaakcentowały i podsumowały wydarzenia Chopinowskie w Polsce i na świecie. Niezwykły charakter Roku Chopinowskiego odnotowało również Muzeum Narodowe w Warszawie, podkreślając ten rok świetną ekspozycją.

w Oslo i Dordrechts Museum. Wystawa nie poprzestała jedynie na biografii Chopina. Zaprezentowano sztukę romantyzmu — warsztat i tematy interesujących artystów tamtej epoki. Jak wiadomo, romantyzm wyrósł ze sprzeciwu



Fryderyk Chopin i słuchające go muzy — tak malarz Lionello Balestreri (urodzony już po śmierci kompozytora) wyobraził sobie jego koncert

Ekspozycję otworzyła galeria współczesnych Chopinowi postaci, z którymi łączyły go bliskie relacje. Księcia Adama Czartoryskiego znał Chopin od dziecka, bo już jako siedmiolatek koncertował w warszawskich salonach rodziny Czartoryskich. W Paryżu był częstym gościem Hotelu Lambert, będącego centrum emigracyjnego życia skupionego wokół księcia Adama. Brał udział w muzycznych patriotycznych wieczorach i to na nich poznał właśnie Adama Mickiewicza. Nie tylko zresztą jego. Poznał również utalentowanego Węgra — Franciszka Liszta.

**Franciszek Liszt, którego 200. rocznicę urodzin obchodzą Węgrzy w bieżącym roku (tak jak Polska świętowała 200. rocznicę urodzin Fryderyka Chopina w ub. roku)** był więc rówieśnikiem Chopina. Z Franciszkiem Lisztem łączyła Chopina muzyka i przyjaźń

Przez kilka lat koncertowali wspólnie w Paryżu. To u przyjaciółki Liszta Fryderyk spotkał George Sand.

Na wystawie mogliśmy poznać także Warszawę i Paryż czasów Chopina — nie tylko w malarskich obrazach, ale również z fotografii. Jedno ze zdjęć przedstawiało na przykład plac Vendome, gdzie znajdowało się ostatnie paryskie mieszkanie naszego kompozytora. Francuski malarz Felix Joseph Barrias namalował śpiewaczkę przy pianinie przysuniętym do łoża umierającego Fryderyka. Być może śpiewaczką tą była Delfina Potocka, a może zakończana w kompozytorze Jenny Lind, szwajcarska sopranistka.

Warszawskie Muzeum Narodowe zaprezentowało obrazy, rzeźby, rysunki, fotografie nie tylko z polskich kolekcji, ale także wypożyczone z Luwru, Musee National Eugene Delacroix, Musee Carnavalet w Paryżu, z Galerii Malarstwa

wobec uładzonego klasycyzmu i stworzył nowy byronowski typ bohatera — osamotnionego tragicznego buntownika. Prezentacja warszawska zachęciła też do weryfikowania utartych interpretacji romantyzmu.

Jak już wspomnieliśmy, Węgrzy również świętować będą swego wybitnego przedstawiciela omawianej tu epoki — Franciszka Liszta (ur. 22 października 1811 — zm. 31 lipca 1886). Ciekawie zapowiada się Budapest Spring Festival z prapremierą opery Gyuli Feketego opartej na jego biografii i koncertami Mischy Maisky'ego oraz Zubina Mehty. Przez całą wiosnę będzie też można słuchać koncertów w kawiarni na piętrze secesyjnego domu Paris. Kulminacja obchodów — Międzynarodowy Festiwal Muzyki Kameralnej, Festiwal Liszta i specjalny Festiwal Urodzinowy — szykuje się w październiku br. ([www.liszt-2011.hu](http://www.liszt-2011.hu)).