



Parafia Rzymskokatolicka pod wezwaniem
św. Jana Ewangelisty
Sanktuarium Opatrzności Bożej w Bartągu

Głos Parafii

*** Bartąg, listopad 2015, nr 49 ***

1
L
I
S
T
O
P
A
D
A

W
S
Z
Y
S
T
K
I
C
H

Ś
W
I
Ę
T
Y
C
H



NA STRONACH

ŚWIĘTA WSPOMINANA W LISTOPADZIE



Bł. Elżbieta od Trójcy Przenajświętszej – Elżbieta od Trójcy Przenajświętszej, właśc. Elżbieta Catez, fr. Élisabeth Catez – karmelitanka bosa, błogosławiona Kościoła katolickiego. Jej rodzicami byli Franciszek Józef Catez i Maria Rolland.

3

WYZNANIA DZIEWCZYNY PRAWIE „M”

W tym miesiącu autorka długich zmagających się ze swoją masą ciała kończy swoje wyznania. Nasza parafianka uparcie i konsekwentnie walczyła z odchudzaniem prawie cały rok. I udało się. Teraz ona trzyma kciuki za wszystkich, którzy podjęli taką samą drogę. Jej ostatnia rada – to znaleźć motywację. Sama szukała jej długo, ale opłacało się.

8

ZADANIE DLA NAJMŁODSZYCH I NIECO STARSZYCH

Dla  najmłodszych - TAK – kolorowanka. Ciekawe kogo w niej można odkryć?

Dla  zagadka – dzisiaj „starszaki” mogą się dowiedzieć o Joaszu, postaci biblijnej ze Starego Testamentu, król Judy.

9

DIETA WZMACNIAJĄCA ODPORNOŚĆ - ZASTRZYK SIŁ W WALCE Z INFЕКCJĄ

Aby szybko uporać się z infekcją, trzeba wzmocnić te rejony ciała, gdzie produkowane są komórki odpornościowe. Jednym z nich są jelita. Dlatego najlepszym sojusznikiem w pokonywaniu bakterii

i wirusów jest mądra, wzmacniająca odporność dieta.

Poza tym – podstawowe informacje o witaminie C, o bezcennych minerałach oraz wodzie i probiotykach, również kilka nowych przepisów (w tym – „bomba” witaminowa i syrop na przeziębienie).

11

11 LISTOPADA – ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

„Jestem Polakiem – to znaczy, że należę do narodu polskiego na całym jego obszarze i przez cały czas jego istnienia,



zarówno dziś, jak w wiekach ubiegłych i w przyszłości; to znaczy, że czuję swą ścisłą łączność z całą Polską (...).” –

W dzisiejszym numerze swoje rozważania wokół daty 11 listopada autor rozpoczyna słowami Romana Dmowskiego.

16

GŁOSIK ŻYWEGO RÓŻAŃCA

Liczne problemy współczesnych rodzin, zwłaszcza w społeczeństwach ekonomicznie rozwiniętych, wynikają stąd, że coraz trudniej jest się porozumiewać. Pamiętajmy, że różaniec był zawsze modlitwą rodziny i za rodzinę.



20

MODLITWY ZA ZMARŁYCH I DUSZE W CZYŚĆCU

Dzisiaj, w dzień Wszystkich Świętych, udajemy się na groby naszych bliskich.

W tym numerze kilka modlitw za zmarłych i dusze w czyśćcu cierpiące, zapisanych w XVIII i XIX wieku.

23

Bł. Elżbieta od Trójcy Przenajświętszej

wspominana w

LISTOPADZIE

9 listopad - Bł. Elżbieta od Trójcy Przenajświętszej (1880 - 1906)



Elżbieta Catez urodziła się 18 lipca 1880 roku w Avor niedaleko Bourges, gdzie stacjonował oddział, w którym jej ojciec był kapitanem. Kiedy miała 7 lat, ojciec zmarł. Znaczne pogorszenie się sytuacji finansowej rodziny zmusiło jej matkę do przeprowadzki do Dion. Zamieszkały tam w pobliżu klasztoru karmelitanek bosych. To właśnie bliskość Karmelu będzie już w niedługim czasie wyznaczać rytm życia Elżbiety. Jako kilkunastoletnia dziewczyna doświadczała pierwszych łask mistycznych. Była piękna, radosna i naturalna w sposobie bycia, budziła ogólną sympatię. Lubiła muzykę, sama doskonale grała na pianinie.

Rozpoczął się okres dorastania i dojrzewania Elżbiety. Matka dbająca zarówno o jej edukację, jak i o wychowanie towarzyskie i artystyczne, prowadziła Elżbietę na różnego rodzaju spotkania i przyjęcia. Tutaj jest osobą zauważaną, nie tylko ze względu na urodę, ale przede wszystkim ze względu na coś, co emanuje z całej jej osobowości. Elżbieta jest postrzegana jako osoba wyjątkowa, nie tylko w towarzystwie, ale również na scenie muzycznej - w konkursie fortepianowym w 1893 roku zdobyła pierwszą nagrodę. Życie światowe, pełne atrakcji i przyjemności jest dla Elżbiety - choć nie daje tego poznać - jedynie marginesem. Prawdziwym jej światem i miejscem przebywania jest głębia serca, gdzie przebywa w komunii z Chrystusem - jej Jedynym Umiłowanym. Radowała się z zaproszeń do bogatych i wytwornych domów, a przecież właśnie pośród najlepszej zabawy chciała się znaleźć przy tabernakulum, aby dotrzymać towarzystwa Chrystusowi.

Do osiemnastego roku życia pozostała beztroską dziewczyną, ceniącą stroje i podróże. Lubiła dalekie wojaże, zwiedziła różne zakątki Francji, doznała uszczęśliwiającego "zawrotu głowy" w Pirenejach, do tego stopnia, że sądziła, że bez nich życie nie będzie już miało dla niej uroku. Elżbieta liczyła zaledwie 14 lat, gdy złożyła w swym sercu ślub czystości i usłyszała wezwanie do Karmelu, na które odpowiedziała "tak". Oczywiście, nie mogła wtedy o niczym decydować. Mijały dni, miesiące, lata. Postanowiła wreszcie wyznać matce swe pragnienie całkowitego oddania się Bogu. Jej matka zareagowała ostro. Ograniczyła córcę chodzenie do kościoła, przystępowanie do Komunii świętej, a nade wszystko zabroniła odwiedzać siostry w Karmelu. Chciała w ten sposób zapobiec jej - jak myślała - wybujałej religijności. Elżbieta poddała się z bólem rozkazom matki. W tym jakże trudnym dla niej czasie wykrystalizowała się podstawa jej

duchowości, jaką było doświadczalne przeżywanie obecności Trójcy Świętej w duszy oraz miłość do Jezusa Eucharystycznego i Ukrzyżowanego. Wierność powołaniu i walka z własną wrażliwością oczyściły ją dostatecznie na pierwsze łaski mistyczne. Uświadomiła je sobie w czasie rekolekcji w styczniu 1899 r. Nie rozumiała ich, dlatego radziła się spowiednika; ten pomógł jej ukierunkować wolę na całkowity dar Bogu z siebie.

Dopiero po kilku latach matka zgodziła się, by jej córka wstąpiła do Karmelu, lecz dopiero po ukończeniu 21 lat. Gdy osiągnęła wymagany przez matkę wiek, w 1901 r. wstąpiła do pobliskiego klasztoru karmelitanek w Dijon. W 8 dni po jej wstąpieniu do Karmelu przełożona zapytała ją: "Jaki jest twój ideał świętości?" Odpowiedź padła bez wahania: "Żyć miłością". "A jaki jest sposób, by najszybciej to osiągnąć?" "Uczynić się całkiem małą, oddać się Bogu bezpowrotnie". Po czterech miesiącach postulatu otrzymała karmelitański habit oraz imię Elżbiety od Trójcy Przenajświętszej.

Uroczystość obłóczyn odbyła się w jej ukochane święto Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny. Siostra Elżbieta rozpoczęła nowicjat, który w porównaniu z pogodnym czasem postulatu, stał się dla niej ciemną nocą oczyszczającej udręki duchowej. Jej nadmierną uczuciowością zaczęły wstrząsać niepokoje zewnętrzne i burze wewnętrzne. Ukochana i upragniona przez nią "pustynia" Karmelu okazała się miejscem ustawicznych zmagania; jej samej i przełożonym wydawało się, że fizycznie i psychicznie nie podoła wymogom zakonu. Jednak w tym samym czasie pisała do cici: "Znalazłam moje Niebo na ziemi w mojej drogiej samotności w Karmelu, gdzie jestem sama z Bogiem samym. Wszystko robię z Nim, wszystko więc czynię z Bożą radością. Czy zmiatam, czy pracuję, czy się modlę, wszystko jest dobre i radosne, bo wszędzie widzę mego Mistrza!..."

W Uroczystość Objawienia Pańskiego w 1903 r. Elżbieta otrzymała zgodę na złożenie ślubów. Czyni to z czystą wiarą, przeżyła bowiem właśnie dni zamętu i duchowej pustyni. Wkrótce jednak pogoda powróci do jej duszy. W noc, która poprzedzała ten wielki dzień - napisała 6 miesięcy później - podczas gdy byłam na chórze, oczekując na Oblubieńca, pojęłam, że moje Niebo rozpoczęło się na ziemi, Niebo w wierze, w cierpieniu i całopaleniu dla tego, którego kocham.



Dla Elżbiety tajemnicą, która wycisnęła na niej szczególnie piękno, było mistyczne przeżycie obecności w ludzkiej duszy Trzech Osób Boskich. Już wstępując do Karmelu nie miała wątpliwości: w Karmelu musi żyć tajemnicą obecności Trójcy Świętej, gdyż to przecież znaczyło jej imię (Elżbieta - dom Boga). W kwestionariuszu który wypełniała każda postulanka wstępując do Karmelu, na pytanie: Jakie jest twoje hasło? Elżbieta odpowie: Bóg we mnie a ja w Nim. Jeszcze w świecie, mając 19 lat mówiła do swojej przyjaciółki: Wydaje mi się, że On tu jest. Dla niej Trójca Święta obecna jest wszędzie. Każde wydarzenie, święta liturgiczne, rozmowy z kapłanami, listy do rodziny i przyjaciół pełne są Trójcy. Elżbieta jest zatopiona w Tym, który jest Bogiem Trójjedyną miłości.



Pewnego dnia, Elżbieta została niemal porażona zdaniem, które przeczytała. Był to fragment z Listu św. Pawła do Efezjan: Bóg stworzył nas do uwielbienia swej chwały. Uwielbienie Chwały - Laudem Gloriae od tego momentu staje się jej nowym imieniem. Ona sama jest nim zachwycona. Swoje listy, które pisuje często, podpisuje już nie jako s. Elżbieta od Trójcy Przenajświętszej, lecz Laudem Gloriae. Nowe imię wydaje się streszczać cały program jej duchowego życia.

Elżbieta zapomina zupełnie o sobie. W jej życiu nie ma już miejsca na sprawy ziemskie. Żyje jakby po drugiej stronie, w pełni już tu na ziemi uczestnicząc w chwale uwielbienia Boga w niebie. W jej wspaniałej modlitwie znanej jako "O mój Boże, Trójco Święta, którą uwielbiam..." z 21 listopada 1904 roku, ofiarowała siebie Najświętszej Trójcy: "Uspokój moją duszę - prosi Boga - uczyn z niej Twoje Niebo, Twoją umiłowaną siedzibę i miejsce odpoczynku..."

Nadchodzi rok 1906, którego końca nie ujrzy już Elżbieta na ziemi. Jej zdrowie niszczy coraz szybciej. Dolegliwość została już określona: choroba Addisona (niedoczynność nadnerczy). Przypadłość ta mało jest jeszcze znana i niewłaściwie leczona. Choroba wywołuje u niej krańcową słabość, mdłości, różnego rodzaju zaburzenia żołądkowo-jelitowe, niskie ciśnienie, jakby jadłowstręt, a wszystkiemu towarzyszą wielkie cierpienia.

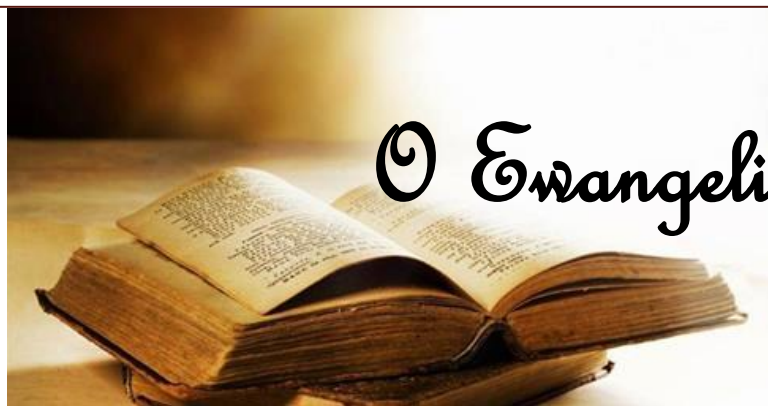


Do przyjaciółki swej matki pisze jak jej ukochany Apostoł: "W moim ciele dopełniam cierpieniem braki udręk Chrystusa" (por. Kol 1,24). Jest odważna i usiłuje zminimalizować przed otoczeniem powagę swego stanu. W listach do matki ukrywa najboleśniejse szczegóły, kładzie nacisk na zabiegi "mądre i skwapliwe", jakie otrzymuje. Bez przerwy myśli o innych i nie porzuca apostołowania listami, przynajmniej na tyle, na ile pozwalają jej siły. Czasem jednak ataki choroby są tak silne, że otoczenie sądzi, iż nadeszła jej ostatnia godzina. Pod koniec choroby nie może ani jeść, ani pić. 30 października kładzie się do łóżka, z którego już więcej nie wstanie.

Nazajutrz przyjmuje raz jeszcze ostatnie namaszczenie, a w dniu Wszystkich Świętych po raz ostatni - Jezusa Eucharystycznego.

8 listopada wypowiada ostatnie słowa, jakie zdołano zrozumieć: "Idę do Światła, do Miłości, do Życia". Nazajutrz, o szóstej rano, zjednoczona z aniołami śpiewała oficjum Prymy już w Niebie. Zmarła w wieku 26 lat. Beatyfikował ją Jan Paweł II w 1984 r.

Elżbieta miała świadomość swojego posłannictwa dla całego Kościoła. Sama zresztą o tym powie: Przekazuję wam moje powołanie w łonie Kościoła: uwielbienie chwały Trójcy Przenajświętszej. Droga do owego uwielbienia Trójcy nie jest jednak łatwa. To droga krzyża, zaparcia się siebie, poddania wyłącznie twórczemu działaniu Ducha Świętego w duszy. Elżbieta doskonale zdawała sobie z tego sprawę. Tej niełatwej drodze była wierna w całym swoim życiu. Żyła zapatrzona w to co niewidzialne i wieczne, będąc niejako osobą "z tamtej strony".



O Ewangeliach słów kilka...

UROCZYSTOŚĆ WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH

1 listopada 2015 (Mt 5, 1-12a)

Błogosławiony oznacza miły Bogu. To ktoś będący na najlepszej drodze do świętości. Należy jednak pamiętać o tym, że samo ubóstwo, smutek, cichość, pragnienie sprawiedliwości nie uświęca człowieka. Dopiero gdy przeżywa to ze względu na Jezusa. Gdy staramy się naśladować Jezusa ubogiego, cichego, smutnego, sprawiedliwego. Wtedy Jezus mówi o nas: Błogosławieni!

XXXII NIEDZIELA ZWYKŁA

8 listopada 2015 (Mk 12, 38-44)

Dwa pieniążki biednej wdowy mają olbrzymią wartość, bo to wszystko, co miała. Pan Bóg nie pyta: ile? On pyta: czy wszystko? A jeśli wszystko, to nic nie jest małe u Pana Boga.

XXXIII NIEDZIELA ZWYKŁA

15 listopada 2015 (Mk 13, 24-32)

Dzisiejsza Ewangelia wydaje się dwuznaczna. Z jednej strony Jezus wskazuje na konkretne znaki poprzedzające koniec świata, które pozwolą rozpoznać czas Jego nadejścia, z drugiej jednak mówi, że o tej godzinie nikt nie wie, nawet Syn – tylko Ojciec. Jest więc tajemnicą i nie da się jej określić, wyczuć jej nadejścia. Jak zrozumieć tę pozorną sprzeczność? Jezus uświadamia nam, że ta godzina jest bardzo realna – jest to stała możliwość końca świata stająca przed

każdym pokoleniem, dotycząca każdego, jednak jest zakryta, jeśli chodzi o szczegóły i domaga się stałej czujności.

UROCZYSTOŚĆ JEZUSA CHRYSYTA

KRÓLA WSZECHŚWIATA 22 listopada

(J 18, 33b-37)

Podczas przesłuchania u Piłata Chrystus przyznaje, że jest królem. Przedtem wycofywał się, ilekroć chciano Go obwołać królem, wiedział bowiem, jak trudno zrozumieć istotę Jego królowania i jest bardzo odmienna niż ziemską koncepcja władzy. Ale w obliczu męki, kiedy oczywisty staje się fakt, że Jego królowanie nie polega na doczesnym sukcesie, decyduje się na ujawnienie tajemnicy. „Tak, jestem królem. Ja się na to narodziłem i na to przyszedłem na świat, aby dać świadectwo prawdzie”. A jest to prawda o tym, że władza opiera się na sile miłości i poświęcenia dla innych.

I NIEDZIELA ADWENTU

29 listopada 2015 (Łk 21, 25-28, 34-36)

Wobec zatrważających znaków końca świata chrześcijanin ma zachować ufność i spokój. Świat, pomimo swej oczywistej kruchości, jest przecież w ręku Boga i do niego należeć będzie ostatnie słowo. Czuwanie i modlitwa stanowią najlepszą gwarancję, że ten dzień nie będzie dla nas „potrzaskiem”.

Czytaj

Z uśmiechem !!!



Była sobie pewna kobieta, która miała żółwia. Ten żółw ją ciągle wkurzał. Pewnego dnia zdenerwowała się na niego i wyrzuciła go przez okno z pierwszego piętra. Minęły 2 lata i ktoś zapukał do drzwi. Domowniczka otwiera a tam ten żółw : - Co to miało być przed chwilą?

*

Idą dwie baby do restauracji chińskiej i mówią:

- Poprosimy coś do jedzenia

Kucharz daje im patyczki a one na to:

- My tu przyszliśmy jeść a nie robić na drutach.

*

Dziadek zabrał Jasia pierwszy raz na rozprawę sądową.

Jasio widząc po raz pierwszy adwokata ubranego w togę, pyta:

- A dlaczego ten pan jest ubrany jak kobieta?

- Bo będzie zaraz długo mówił!

*

Do baru wchodzi niepozorny mężczyzna

- Przepraszam... czyj był ten rottweiler przed barem...

- Mój! - podnosi się potężny brodac - Ale jak to "był"?

- Bo mój jamnik go zabił...

- Co ty gadasz!? Jamnik mojego rottweilera? Jak!?!?

- No... W gardle mu stanął...

*

Z pamiętnika studenta

Poniedziałek: Jestem głodny!

Wtorek: Jestem głodny!

Środa: Jestem głodny!

Czwartek: HUUUUURAA! Dostałem stypendium!

Piątek: Nic nie pamiętam.

Sobota: Nic nie pamiętam.

Niedziela: Jestem głodny!

*

Dzień dobry, kupiłem tutaj wczoraj u państwa tego żółwia stepowego i chciałbym go wymienić na innego...

- A czemu?

- Ten nie chce stepować...

*

Kierownik do podwładnego:

- Jesteś zwolniony!

- Zwolniony? Myślałem, że niewolników się sprzedaje...

*

W więzieniu spotyka się dwóch facetów:

-Za co siedzisz ? - pyta jeden.

-Za pomoc medyczną .

-Jak to za pomoc ?

- Teściowa się skaleczyła na czole, więc założyłem jej opaskę uciskową na szyi...

*

Radiowóz wpada na drzewo.

Z rozbitego pojazdu gramoli się dwóch "wesołych" funkcjonariuszy.

Jeden mówi do drugiego:

-No Stasiu,tak szybko na miejscu wypadku to jeszcze nigdy nie byliśmy.

*

Po wysłuchaniu awantury młody człowiek zwraca się do szefa:

- Pracuję tylko na pół etatu. Czy mógłby pan być tak uprzejmy i krzyczeć na mnie o połowę ciszej?

Wyznania dziewczyny prawie „M”

01 października

Kochani, w tym miesiącu kończę swoje wyznania, ponieważ udało mi się osiągnąć to, do czego tak wytrwale dążyłam. Oczywiście brakuje mi jeszcze parę kilo, do niektórych moich ubrać, zakupionych parę lat temu, ale myślę, że jeżeli silna wola mnie nie opuści - to dam radę.

Najważniejsze w odchudzaniu, to znaleźć motywację. Ja swojej szukałam długo, rzekłabym nawet, że zajęło mi to prawie rok. Udało się. Czy moja motywacja jest właściwa? - tego nie wiem. Najważniejsze, że działa. Jakakolwiek nie będzie - nieistotne, znajdźcie swoją motywację.

Nieprawdą jest, że osoba otyła dobrze się czuje we własnej skórze. Uważam, że jest to kłamstwo, nikt nie chce się przyznać do swoich porażek. Trzymam za Was kciuki, za siebie zresztą też.

Poszukajcie koniecznie osoby, która będzie dla Was wsparciem. Mi się udało spotkać na swojej drodze dwójkę wspaniałych ludzi, którzy od samego początku, byli ze mną, pomagali mi bardzo każdego dnia. Dziękuję im za to.

Wasza parafianka prawie „M”

Zadanie *dla*



„W domu Ojca mego jest mieszkań wiele” (J 14,2).

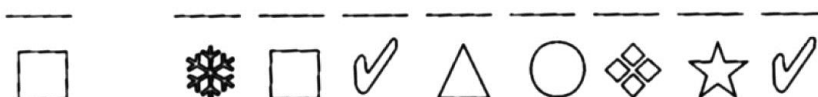
i dla



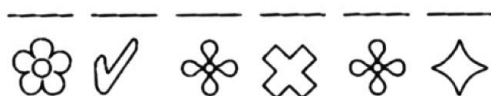
Młody król

2 Księga Kronik 22-24

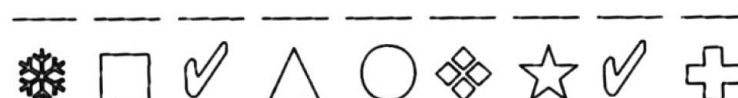
Gdzie mieszkał Joasz przez pierwszych sześć lat życia?



Ile lat miał Joasz, kiedy został królem?



Co rozkazał Joasz?



△ ▽ ✕ ✂️ + ✓ ✧ ☆ ✳️ 🌸 ❄️ ○ □ ✦
A Ć D E Ę I M N O S Ś T W Y

Dieta wzmacniająca odporność - zastrzyk sił w walce z infekcją!

Aby szybko uporać się z infekcją, trzeba wzmocnić te rejony ciała, gdzie produkowane są komórki odpornościowe. Jednym z nich są jelita. Dlatego najlepszym sojusznikiem w pokonywaniu bakterii i wirusów jest mądra, wzmacniająca odporność dieta.

Dieta wzmacniająca odporność organizmu.

*Komórki **układu odpornościowego** rozsiane są po całym ciele. Ale najwięcej ich znajduje się w tych rejonach, którymi drobnoustroje chorobotwórcze dostają się do organizmu, m.in. w **błonach śluzowych układu pokarmowego**. Wystarczy na stałe zmodyfikować menu, by zwiększyć produkcję tych chroniących zdrowie przeciwciał.*

Codzienna dawka witaminy C

Jej znaczenie w podnoszeniu odporności zostało dawno udowodnione. Wzmacnia błony śluzowe i uszczelnia naczynia krwionośne, a to nie pozwala rozprzestrzeniać się chorobotwórczym drobnoustrojom. Pomaga oczyścić organizm z toksyn i ułatwia wchłanianie żelaza, które rozprowadza życiodajny tlen do wszystkich tkanek - dzięki temu twoje ciało jest silne i radzi sobie lepiej z atakiem wirusów czy bakterii. Jej dobrym źródłem jest: dzika róża, czarny bez, natka pietruszki, szpinak, owoce cytrusowe, kiszona kapusta, kiwi.

By pobudzić układ immunologiczny potrzeba także witamin A i z grupy B. Witaminę A znajdziesz w papryce, pomidorach, kapuście, marchwi, brokułach i morelach (także suszonych). Jej bogatym źródłem są też produkty mleczne i wątroba. Witamin z grupy B dostarczy ci fasola, kielki, pestki i orzechy. Znajdziesz je też w rybach, nabiale, drobiu, wołowinie. W zimie warzywa i owoce sezonowe możesz zastąpić mrożonkami. Właściwie przyrządzone mają prawie takie same wartości odżywcze jak świeże warzywa. Najlepiej zamrożone wkładać do wrzącej wody i gotować krótko.

Bezcenne minerały: cynk, selen, żelazo

Ten ostatni związek jest niezbędny do transportowania tlenu, który zapewnia życie komórkom - także odpornościowym. Najlepiej przyswajalne przez organizm człowieka jest żelazo zawarte w produktach zwierzęcych (wchłania się ok. 25 proc.): chudym mięsie wołowym, drobiu (indyk), podrobach, tłustych rybach, i w jajkach (w żółtku). Związek ten jest również w roślinach strączkowych, zielonych warzywach (brokuły, papryka, szpinak, natka pietruszki), suszonych figach czy nasionach sezamu. Jednak żelazo pochodzenia roślinnego wchłania się tylko w 5 procentach. Przewidywanie żelaza poprawia witamina C, dlatego mięso obficie posypuj natką pietruszki i pamiętaj o dużej porcji surówki. Po posiłku wypij szklankę soku pomarańczowego lub z czarnej porzeczki. Zrezygnuj natomiast z poobiedniej herbaty i kawy, ponieważ ograniczają wchłanianie żelaza. Dwa pozostałe pierwiastki - cynk i miedź - zwiększają produkcję ciał odpornościowych. Znajdziesz je

m.in. w rybach i owocach morza, wątróbce cielęcej, roślinach strączkowych, pestkach dyni, jajkach i soi.

Woda i probiotyki na wagę złota

Między posiłkami trzeba pić dużo wody. Najlepsza jest mineralna z wapniem, magnezem, cynkiem. Po pierwsze rozpuszcza szkodliwe produkty przemiany materii i pomaga je usunąć, nawilża tkanki, które sprawniej działają. Po drugie dostarcza pierwiastków ważnych dla układu obronnego. Ważną bronią w walce z chorobotwórczymi bakteriami są produkty probiotyczne, czyli takie, które zawierają żywe kultury takich samych bakterii jak te obecne w jelitach człowieka. Znajdziesz je w jogurtach, kefirach, ale też kiszonych ogórkach i kapuście. W sezonie jesienno-zimowym pij co dzień 1/2 litra fermentowanego napoju mlecznego (sprawdź, czy zawiera probiotyki) i jedz surówki z kiszonych warzyw.

Jedz pożywne rzeczy, ale pilnuj wagi

Osoby niedożywione łatwiej łapią infekcje. Nasz układ immunologiczny potrzebuje bowiem odpowiedniej dawki energii, czyli kalorii. Dlatego w okresie jesienno-zimowym lepiej się nie odchudzać. Badania wykazują, że dieta poniżej 1200 kcal dziennie w znaczący sposób osłabia reakcje obronne organizmu. Ale nadmiar kalorii jest równie niekorzystny. Udowodniono, że otyłość podwyższa ryzyko chorób infekcyjnych. Naukowcy przypuszczają, że dla prawidłowego funkcjonowania układu immunologicznego duże znaczenie ma ilość tłuszczu zawarta w pożywieniu. Jeśli jest go za dużo, komórki odpornościowe wykazują mniejszą aktywność. Liczy się też pochodzenie tłuszczu. Odporność podnoszą tłuste ryby morskie, orzechy, oleje, przede wszystkim oliwy.

Muffiny jajeczne z papryką, cukinią i szpinakiem (4 sztuki)

Składniki:

- szklanka liści szpinaku
- 1/4 cukinii
- 30 g sera koziego (np. pleśniowego) lub fety
- 1/3 czerwonej papryki
- 2 jajka
- 1/2 ząbka czosnku, startego
- sól i pieprz
- 1 łyżka posiekanego szczypiorku (lub 2 łyżki rzeżuchy)



Przygotowanie:

Piekarnik nagrzać do 180 stopni C. Szpinak umyć i osuszyć, posiekać. Cukinię oraz ser kozi zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Paprykę pokroić w małą kosteczkę.

W misce roztrzepać jajka z dodatkiem czosnku, soli i pieprzu oraz szczypiorku. Dodać szpinak, cukinię, ser kozi oraz paprykę, wymieszać widelcem.

Cztery kokilki (lub cztery wgłębienia w formie do muffinów) natłuścić oliwą lub masłem, nappełnić masą, piec przez 15 minut. Można też użyć silikonowych foremek bez natłuszczania.

Zapiekanka z ryżem, kalaflorem i szpinakiem z mielonym mięsem indyka (2 - 4 porcje)

Składniki:

- 2 łyżki masła klarowanego lub oliwy
- 1 cebula
- przyprawy: 1 łyżeczka kurkumy, 1/2 łyżeczki szafranu, 1 łyżeczka nasion kminu rzymskiego, 1 łyżeczka nasion kopru włoskiego, po 1/2 łyżeczki soli i pieprzu
- 400 g mielonego indyka (lub innego drobiowego)
- warzywa: 1 marchewka, 1/2 pietruszki, kawałek pora, 3 gałązki natki pietruszki, 1 ząbek czosnku
- 200 g (2 woreczki) ryżu długoziarnistego
- 450 g mrożonego kalafiora podzielonego na różyczki
- 4 łyżki rodzynek
- duża garść świeżego szpinaku (paczkowanego, sałatkowego)
- opcjonalnie: świeża kolendra



Przygotowanie:

Piekarnik nagrzać do 180 stopni C. W żaroodpornym garnku o średnicy około 24 cm na 1 łyżce masła lub oliwy zeszklić cebulę pokrojoną w kosteczkę. Dodać kurkumę, szafran, kmin rzymski i koper włoski i chwilę razem podsmażyć. Przesunąć cebulę na bok garnka a w wolne miejsce włożyć drugą łyżkę masła lub oliwy, włożyć mięso. Zwiększyć ogień i równomiernie obsmażyć mięso. Doprawić solą i pieprzem. Dodać obraną i pokrojoną na cienkie plasterki marchewkę, pietruszkę, posiekanego pora, gałązki natki pietruszki i cały czosnek. Obsmażyć razem przez ok. 3 minuty, następnie wlać 3 szklanki gorącej wody. Przykryć garnek i gotować przez około 20 minut. Wyjąć natkę i wsypać ryż, dodać różyczki kalafiora i rodzynek. Delikatnie przemieszać i zagotować na dużym ogniu, przykryć i wstawić do piekarnika na 20 minut. Otworzyć garnek, na wierzch wyłożyć szpinak, przykryć i odstawić na 5 minut. Po tym czasie delikatnie przemieszać składniki potrawy, skropić oliwą i posypać opcjonalnie kolendrą.

Curry warzywne z ziemniakami, groszkiem i szpinakiem (2 porcje)

Składniki:

- 2 cm kawałek imbiru
- 2 duże ząbki czosnku
- 3 małe szalotki (lub 1 cebula)
- 1 łyżka oleju roślinnego
- 6 nasion kardamonu
- 1 łyżeczka nasion kminu rzymskiego
- 1 puszka (400 g) mleka kokosowego
- 1 łyżka kurkumy
- 1 papryczka chili
- 500 g ziemniaków
- 3 łyżki sosu rybnego lub 1 łyżka sojowego
- 1 łyżeczka brązowego cukru
- 200 g zielonego groszku (świeży lub mrożony)
- garść szpinaku sałatkowego



Do podania:

- cząstki limonki i liście świeżej kolendry

Przygotowanie:

Imbir, czosnek i szalotki obrać, zgrubnie pokroić. Włożyć do pojemnika rozdrabniacza lub blendera, dolać 50 ml zimnej wody i zmiksować dokładnie na gładką pastę. Nasiona kardamonu delikatnie rozgnieść i wyłuskać owoce.

W garnku rozgrzać łyżkę oleju, dodać przygotowaną pastę, nasiona kminu rzymskiego i owoce kardamonu i smażyć wszystko mieszając ok. 10 minut aż pasta uwolni swój aromat i zgęstnieje. Wlać szklankę wody, mleko kokosowe, dodać kurkumę, papryczki chili, obrane i pokrojone na ćwiartki ziemniaki, sos rybny (jeśli używamy) i cukier. Wymieszać i zagotować. Garnek przykryć i gotować na małym ogniu przez ok. 50 minut.

Zdjąć pokrywkę, zwiększyć ogień i gotować jeszcze przez ok. 10 minut aż sos nieco zgęstnieje. Dodać groszek rozmrożony na sitku pod strumieniem ciepłej wody i gotować kolejne 3 minuty.

Włożyć szpinak, przykryć i na małym ogniu gotować przez 1 minutę. Podawać w głębokich talerzach, skropić limonką i posypać obficie kolendrą.

Zielony koktajl (na 3 porcje)

- Banan - duża sztuka
- Pomarańcza - 2 sztuki
- Kiwi - 3 sztuki
- Seler naciowy - gałąź
- Natka pietruszki - pęczek
- Zmielone siemię lniane - 3 łyżeczki
- Miód - łyżka
- Woda - odrobina, ewentualnie do rozcieńczenia



Sposób przygotowania: zmiksuj wszystkie składniki na gładki koktajl.

Syrop na przeziębienie

Składniki:

- 1 duża cytryna
- 2 ząbki czosnku
- 1 czubata łyżka miodu lipowego
- 1 szklanka przegotowanej letniej wody - ! nie gorącej

Sposób przygotowania: Do słóiczka np. po drzemie zmiążdżyć 2 ząbki czosnku. Wycisnąć sok z 1 dużej cytryny i wlać do czosnku. Dodać miód i uzupełnić słóiczek do pełna przegotowaną letnią wodą. Wszystkie składniki dokładnie ze sobą zmieszać. (Można zakręcić słóik i wstrząsnąć nim kilka razy - wówczas uzyskamy taką piankę jak widać na zdjęciu, a składniki dokładnie się ze sobą połączą).

Sposób podawania:

dorośli:

profilaktyka - 1 łyżka 1 raz dziennie
w trakcie choroby - 1 łyżka co 5 godzin

dzieci:

profilaktyka - 1 łyżeczka 1 raz dziennie
w trakcie choroby - 1 łyżeczka co 5 godzin

*** *Smacznego* ***

Święta i ważne daty

LISTOPAD 2015						
poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

1 listopada (niedziela)	Wszystkich Świętych
2 listopada (poniedziałek)	Dzień zaduszny
3 listopada (wtorek)	Święto Myśliwych (Dzień Św. Huberta)
6 listopada (piątek)	Międzynarodowy Dzień Zapobiegania Wyzyskowi Środowiska Naturalnego podczas Wojen i Konfliktów Zbrojnych
9 listopada (poniedziałek)	Światowy Dzień Jakości, Międzynarodowy Dzień Walki z Faszyzmem i Antysemityzmem
10 listopada (wtorek)	Światowy Dzień Nauki dla Pokoju i Rozwoju
11 listopada (Środa)	Narodowe święto Niepodległości
14 listopada (sobota)	Światowy Dzień Chorych na Cukrzycę
15 listopada (niedziela)	Międzynarodowy Dzień Pamięci Ofiar Wypadków Drogowych
16 listopada (poniedziałek)	Międzynarodowy Dzień Tolerancji
17 listopada (wtorek)	Międzynarodowy Dzień Studenta, Ogólnopolski Dzień bez Długów
19 listopada (czwartek)	Światowy Dzień Przewlekłej Obturacyjnej Choroby Płuc, Światowy Dzień Rzucania Palenia
20 listopada (piątek)	Dzień Uprzemysłowienia Afryki
21 listopada (sobota)	Dzień Pracownika Socjalnego, Dzień Życzliwości, Światowy Dzień Telewizji
22 listopada (niedziela)	22-26 listopada Dni Honorowego Krwiodawstwa Polskiego Czerwonego Krzyża
23 listopada (poniedziałek)	22-26 listopada Dni Honorowego Krwiodawstwa Polskiego Czerwonego Krzyża
24 listopada (wtorek)	22-26 listopada Dni Honorowego Krwiodawstwa Polskiego Czerwonego Krzyża
25 listopada (Środa)	Światowy Dzień Pluszowego Misia, Światowy Dzień bez Futra, 22-26 listopada Dni Honorowego Krwiodawstwa Polskiego Czerwonego Krzyża, Międzynarodowy Dzień Eliminacji Przemocy wobec Kobiet, Dzień Kolejarza
26 listopada (czwartek)	22-26 listopada Dni Honorowego Krwiodawstwa Polskiego Czerwonego Krzyża
29 listopada (niedziela)	Międzynarodowy Dzień Solidarności z Narodem Palestyńskim, Andrzejki (w nocy z 29 na 30), Dzień podchorążego

Przysłowie na listopad - Deszcz w początku listopada, mrozy w styczniu zapowiada.



11 listopada

– Święto Niepodległości

“Jestem Polakiem – to znaczy, że należę do narodu polskiego na całym jego obszarze i przez cały czas jego istnienia, zarówno dziś, jak w wiekach ubiegłych i w przyszłości; to znaczy, że czuję swą ścisłą łączność z całą Polską: z dzisiejszą, którą bądź cierpi prześladowanie, bądź cieszy się strzepami swobód narodowych, bądź pracuje i walczy, bądź gnuśnieje w beczynności, bądź w ciemnocie swej nie ma nawet poczucia narodowego istnienia; z przeszłą z tą, która przed tysiącleciem dźwigała się dopiero, skupiając koło siebie pierwotne, pozbawione indywidualności politycznej szczepy, i z tą, która w połowie przebytej drogi dziejowej rozpościerała się szeroko, groziła sąsiadom swą potęgą i kroczyła szybko po drodze cywilizacyjnego postępu, i z tą, która później staczała się ku upadkowi, zagładę państwa, i z tą, która później walczyła bezskutecznie o wolność i niezawisły byt państwowy; z przyszłą wreszcie, bez względu na to, czy zmarnuje ona pracę poprzednich pokoleń, czy wywalczy sobie własne państwo, czy zdobędzie stanowisko w pierwszym szeregu narodów.

Wszystko, co polskie jest moje. Wolno mi być dumnym z tego, co w Polsce jest wielkie, ale muszę przyjąć i upokorzenie, które spada na naród za to, co jest w nim marne.

Jestem Polakiem – więc całą rozległą stroną swego ducha żyję życiem Polski, jej uczuciami i myślami, jej potrzebami, dążeniami i aspiracjami. Im więcej nim jestem, tem mniej z jej życia mi obcem i tem silniej chcę, żeby to, co z w moim przekonaniu uważam za najwyższy wyraz życia, stało się własnością całego narodu.

Jestem Polakiem – więc mam obowiązki polskie: są one tym większe i tym silniej się do nich poczuwam, im wyższy przedstawiam typ człowieka”.

Roman Dmowski



11 listopad – Polskie święto odzyskania niepodległości. Dokładnie tego dnia w 1918 roku zakończyła się I Wojna Światowa. W jej wyniku upadły trzy europejskie mocarstwa, które dokonały rozbioru Polski. Ten niesamowicie szczęśliwy dla naszego narodu zbieg okoliczności spowodował, że po 123 latach nieobecności na mapach (w wyniku III rozbioru) Polska odzyskała niepodległość. Data 11 listopada 1918r. jest oczywiście symboliczna, gdyż odzyskanie niepodległości

następowało stopniowo, w ciągu ostatnich dwu lat I Wojny Światowej. Dwa dni wcześniej Józef Piłsudski, dowódca polskich Legionów, powrócił do Polski z więzienia w Magdeburgu, gdzie przebywał od 22 sierpnia 1917 roku, osadzony w więzieniu przez Niemców za odmowę złożenia przysięgi wierności dla Niemców. Rada regencyjna w Warszawie uprzednio naznaczona przez Niemców, podała się do dymisji z chwilą kapitulacji Niemiec i zawieszenia broni na froncie zachodnim. Wówczas została proklamowana niepodległość państwa polskiego a organizacja wolnego rządu Polski została powierzona Józefowi Piłsudskiemu, generałowi brygady i byłemu ministrowi spraw wojskowych rządu regencyjnego.

W

Warszawie od września 1917 r. działała powołana przez Niemcy i Austro-Węgry Rada Regencyjna, której członkami byli książę Zdzisław Lubomirski, arcybiskup Aleksander Kakowski i hrabia Józef Ostrowski. W grudniu 1917 r. Rada Regencyjna utworzyła gabinet ministrów, na czele którego stanął Jan Kucharzewski.

Na początku listopada 1918 r. regenci zdawali sobie sprawę, że ich polityczna rola dobiega końca i starali się powołać rząd, który miałby szerokie poparcie społeczne i któremu mogliby oddać władzę z przekonaniem, że w możliwie krótkim czasie przeprowadzi on wybory do Sejmu.

Sytuację polityczną w Warszawie zmieniło w sposób zasadniczy przybycie 10 listopada 1918r. specjalnym pociągami z Berlina uwolnionego z twierdzy magdeburskiej Józefa Piłsudskiego. Na Dworcu Głównym powitał go m.in. reprezentujący Radę Regencyjną książę Zdzisław Lubomirski.

Tuż po przybyciu do Warszawy Piłsudski odbył rozmowy z członkami Rady Regencyjnej. W ich wyniku zrezygnował z planowanego wyjazdu do Lublina, gdzie od trzech dni na wyzwolonych terenach działał Tymczasowy Rząd Republiki Polskiej z Ignacym Daszyńskim na czele. Rząd ten zresztą na wiadomość o jego powrocie z Magdeburga oddał mu się do dyspozycji.

"Wolność! Niepodległość! Zjednoczenie! Własne państwo!"

Przyjazd Piłsudskiego do Warszawy wywołał powszechny entuzjazm jej mieszkańców i tylko o jeden dzień wyprzedził wiadomość o tym, że w okolicach Compiègne delegacja rządu niemieckiego podpisała zawieszenie broni, które kończyło działania bojowe I Wojny Światowej.

W tych dniach Polacy uświadomili sobie, że po latach niewoli odzyskali niepodległość. Atmosferę tej wyjątkowej chwili tak opisywał Jędrzej Moraczewski: "Niepodobna oddać tego upojenia, tego szalu radości, jaki ludność polską w tym momencie ogarnął. Po 120 latach prysły kordony. Nie ma +ich+. Wolność! Niepodległość! Zjednoczenie! Własne państwo! Na zawsze! Chaos? To nic. Będzie dobrze. Wszystko będzie, bo jesteśmy wolni od pijawek,

złodziei, rabusiów, od czapki z bączkiem, będziemy sami sobą rządzili. (...) Kto tych krótkich dni nie przeżył, kto nie szalał z radości w tym czasie wraz z całym narodem, ten nie dozna w swym życiu najwyższej radości" (J. Moraczewski "Przewrót w Polsce").

11 listopada 1918 r. Rada Regencyjna *"wobec grożącego niebezpieczeństwa zewnętrznego i wewnętrznego, dla ujednolicenia wszelkich zarządzeń wojskowych i utrzymania porządku w kraju"* przekazała władzę wojskową i naczelne dowództwo wojsk polskich, jej podległych, brygadierowi Józefowi Piłsudskiemu.

Trzy dni później Rada Regencyjna rozwiązała się, oświadczając jednocześnie, iż *"od tej chwili obowiązki nasze i odpowiedzialność względem narodu polskiego w Twoje ręce, Panie Naczelnny Dowódco, składamy do przekazania Rządowi Narodowemu"*. Tym samym Józef Piłsudski stał się rzeczywistym przywódcą tworzącego się państwa polskiego. Rząd lubelski rozwiązał się, Rada Regencyjna ustąpiła, a Polska Komisja Likwidacyjna zaakceptowała istniejącą sytuację.

Rząd Moraczewskiego

13 listopada właśnie szefowi rozwiązanego rządu lubelskiego Ignacemu Daszyńskiemu Piłsudski powierzył misję tworzenia nowego gabinetu. Zakończyła się ona jednak niepowodzeniem, przede wszystkim z powodu sprzeciwu stronnictw prawicowych, zwłaszcza Narodowej Demokracji.

Ostatecznie 18 listopada pierwszy oficjalny rząd niepodległej Polski utworzył inny socjalista Jędrzej Moraczewski, który nie wzbudzał tak wielkich obaw prawicy, jak Daszyński.

Tymczasowy Naczelnik Państwa

Cztery dni później 22 listopada 1918 r. nowy rząd opracował, a Piłsudski zatwierdził "Dekret o najwyższej władzy reprezentacyjnej Republiki Polskiej". Na mocy tego dekretu, który był swego rodzaju ustawą zasadniczą, Piłsudski obejmował, jako Tymczasowy Naczelnik Państwa "Najwyższą Władzę Republiki Polskiej" i miał ją sprawować do czasu zebrania się Sejmu Ustawodawczego.

Dekretem z 28 listopada 1918 r. wybory do Sejmu zarządzone zostały na 26 stycznia 1919 r. Listopad 1918 r. był dopiero początkiem budowy niepodległej Polski i początkiem walki o jej granice. 29 listopada 1918 r. Piłsudski zwracając się w Belwederze do grona najbliższych współpracowników tak mówił o odzyskanej niepodległości: *"Jest to największa, najdonioślejsza przemiana, jaka w życiu narodu może nastąpić. Przemiana, w której konsekwencji powinno się zapomnieć o przeszłości; powinno się przekreślić wielkim krzyżem stare porachunki (...) A czas przed nami jest krótki i tylko wspólnym wysiłkiem możemy zadecydować, na jakiej przestrzeni, w jakich granicach naszą wolność obwarujemy i jak silnie stanimy na nogach, zanim dojdą z powrotem do siły i pełnego głosu sąsiedzi ze wschodu i z zachodu"* (B. Miedziński "Wspomnienia", "Zeszyty Historyczne", z. 37, Paryż 1976).

W okresie międzywojennym toczono ostre spory o to, które z wydarzeń jesieni 1918 r. uznać należy za symboliczny moment odzyskania przez Polskę niepodległości. Z punktu widzenia piłsudczyków najważniejszym wydarzeniem było przybycie 10 listopada do Warszawy z magdeburskiej twierdzy Piłsudskiego. Z kolei lewica przekonywała o znaczeniu utworzonego w Lublinie rządu Daszyńskiego. Ostatecznie Sejm RP w 1937 r. uznał, że Święto Niepodległości obchodzone będzie 11 listopada *"jako rocznica odzyskania przez naród polski niepodległego bytu państwowego i jako dzień po wsze czasy związany z wielkim imieniem Józefa Piłsudskiego, zwycięskiego wodza narodu w walkach o wolność ojczyzny"*.

W latach 1939-1944 oficjalne lub jawne obchodzenie Święta Niepodległości było niemożliwe. W roku 1945 władze komunistyczne świętem państwowym uczyniły dzień 22 lipca. W okresie PRL Święto Niepodległości zostało zakazane. Jakiegokolwiek próby kultywowania obchodów dnia 11 listopada groziły surowymi represjami ze strony władz.

Święto Niepodległości 11 listopada przywrócono ustawą Sejmu wybranego w czerwcu 1989r.

http://www.pogonowski.com/tekst_print.php?textid=690

<http://www.bibula.com/?p=15588>

<http://dzieje.pl/aktualnosci/96-lat-temu-polska-odzyskala-niepodleglosc>



GŁOSIK ŻYWEGO RÓŻAŃCA

listopad - 2015

Różaniec... szkołą wiary!

**LIST APOSTOLSKI
ROSARIUM VIRGINIS MARIAE
OJCA ŚWIĘTEGO JANA PAWŁA II
DO BISKUPÓW, DUCHOWIEŃSTWA I WIERNYCH
O RÓŻAŃCU ŚWIĘTYM**



Rodzina: rodzice...

41. Jako modlitwa o pokój, różaniec był też zawsze modlitwą rodziny i za rodzinę. Niegdyś modlitwa ta była szczególnie droga rodzinom chrześcijańskim i niewątpliwie sprzyjała ich jedności. Należy zadbać, by nie roztrwonić tego cennego dziedzictwa. Trzeba powrócić do modlitwy w rodzinie i do modlitwy za rodziny, wykorzystując nadal tę formę modlitwy.

W Liście apostolskim *Novo millennio ineunte* zachęciłem do sprawowania Liturgii godzin również przez świeckich w zwyczajnym życiu wspólnot parafialnych i różnych grup chrześcijańskich. Pragnę uczynić to samo, gdy chodzi o różaniec. Są to dwie drogi kontemplacji chrześcijańskiej nie alternatywne, ale wzajemnie się uzupełniające. Proszę zatem tych wszystkich, którzy zajmują się duszpasterstwem rodzin, by z przekonaniem zachęcali do odmawiania różańca.

Rodzina, która modli się zjednoczona, zjednoczona pozostaje. Różaniec święty zgodnie z dawną tradycją jest modlitwą, która szczególnie sprzyja gromadzeniu się rodziny. Kierując wzrok na Jezusa, poszczególni jej członkowie odzyskują na nowo również zdolność patrzenia sobie w oczy, by porozumiewać się, okazywać solidarność, wzajemnie sobie przebaczać, by żyć z przymierzem miłości odnowionym przez Ducha Bożego. Liczne problemy współczesnych rodzin, zwłaszcza w społeczeństwach ekonomicznie rozwiniętych, wynikają stąd, że coraz trudniej jest się porozumiewać. Ludzie nie potrafią ze sobą przebywać, a być może nieliczne momenty, kiedy można być razem, zostają pochłonięte przez telewizję. Podjąć na nowo odmawianie różańca w rodzinie znaczy wprowadzić do codziennego życia całkiem inne obrazy, ukazujące misterium, które zbawia: obraz Odkupiciela, obraz Jego Najświętszej Matki. Rodzina, która odmawia razem różaniec, odtwarza poniekąd klimat domu w Nazarecie: Jezusa stawia się w centrum, dzieli się z Nim radości i cierpienia, w Jego ręce składa się potrzeby i projekty, od Niego czerpie się nadzieję i siłę na drogę.

Wydaje się, że słowa papieża św. Jana Pawła II nic nie straciły na aktualności, szczególnie w tym posynodalnym czasie. Świętość rodziny była i jest drogą świętości dla jej członków. Złożmy losy naszych rodzin w matczyne ręce Najświętszej Maryi Panny, Matki Bożej i ufajmy Bogu.

PAPIESKIE INTENCJE APOSTOLSTWA MODLITW

OGÓLNA: *Abyśmy potrafili otworzyć się na osobiste spotkanie i dialog ze wszystkimi, również z tymi, którzy mają inne niż my przekonania.*

EWANGELIZACYJNA: *Aby Pasterze Kościoła, głęboko miłując swoje owce, mogli towarzyszyć im w drodze i podtrzymywać ich nadzieję.*



OBJAWIENIA MARYJNE

BEAURING

1932



8 grudnia miasteczko doświadczyło jakiejś przemiany. Już wcześniej rano duża liczba ludzi wzięła udział we Mszy św. i przystąpiła do sakramentu pokuty. Do Komunii św. przystępowali prawie wszyscy obecni. Po Mszy św. rozpoczęły się procesje w kierunku szkoły i krzaku głogu. Przybywały autobusy z Charleroi, Merziere, Givet, Dinant, Namur, a nawet z Brukseli. Z Dinant i Ardenne podstawiono specjalne pociągi...

Wieczorem zgromadził się 16 tysięczny tłum, rozświetlany trzymanymi w rękach świeczkami. Gdy dzieci przybyły zgaszono świece. Widzenie trwało ponad kwadrans. „Była piękniejsza niż zwykle” – opowiadały dzieci.

Prosiła o budowę kaplicy w miejscu spotkania.

21 grudnia Jaśniejąca Pani ogłosiła: "Jestem Niepokalaną Dziewicą".

Dwa dni później na pytanie o powód widzeń Madonna powiedziała: „By ludzie przychodzili tu w pielgrzymkach”...

28 grudnia Pani zapowiedziała, że spotkania się wkrótce zakończą.

29 grudnia pomiędzy otwartymi ramionami Pani pojawiło się - w geście pożegnania? - Złote Serce w poświacie promieni. Widziała je tylko Fernanda. Następnego dnia zobaczyło je dwoje innych dzieci. Ostatniego dnia 1932 r. widziały je wszystkie. W ostatnich dniach błagała: „Módlcie się, módlcie się często”, „Módlcie się zawsze”. Wreszcie 3 stycznia (na miejscu było ok. 30 tys. osób), powierzając – oddzielnie - sekrety trzem najmłodszym, mówiła o Sobie: „Jestem Nawróceniem Grzeszników”, „Matką Boga, Królową Niebios”. I pożegnała się. Zanim to jednak uczyniła rozmawiała jeszcze z Fernandą, która popłakała się, bowiem początkowo tylko czworo młodszych miało widzenie. Fernanda klęczała przed głogiem i odmawiała różaniec, gdy nagle usłyszała, jak i wielu z obecnych, grzmot i kulę ognia unoszącą się nad krzewem głogu. Wtedy Dziewica objawiła się i jej, i pytała: „kochacie Mego Syna, kochacie Mnie?”; i prosiła: „jeśli tak, to poświęćcie się Mnie”. Następnie Jej postać zajaśniała, Dziewica wyciągnęła ramiona tak, że dziewczyna mogła zobaczyć Jej Złote Serce, pożegnała się i ... zniknęła.

Sekrety przekazane przez Panią nie zostały nigdy ujawnione.

W trakcie wydarzeń Kościół trzymał się raczej z daleka. Siostry prowadzące szkołę zamykały ją nawet na czas objawień! Początkowo nawet odmawiały słuchania relacji o wydarzeniach! Również miejscowy ksiądz i władze eklezjalne odmówiły brania udziału w wydarzeniach. Lokalny biskup zabronił nawet księżom udawania się do Beauraing, obawiając się komentarzy nieprzychylniej kościołowi prasie. Mimo tego ilość obserwatorów zwiększała się z dnia na dzień, o czym świadczą podane powyżej liczby...

Wszelako szerzący się kult Naszej Pani z Beauraing został zatwierdzony dość szybko, bo już w 1943 r., a autentyczność objawień została oficjalnie uznana przez André-Marie Charue (bpa Namur, w 1949 r. Powstały przy okazji formalne opracowania wydarzeń z lat 1932-3 oraz dokument o cudach i uzdrowieniach, jakie za wstawiennictwem Pani z Beauraing miały mieć miejsce. Oficjalnie uznano dwa takie przypadki uzdrowień.

W innym biskup napisał do kapłanów: „możemy z całą powagą i rozumą potwierdzić, że Królowa Niebios ukazała się dzieciom z Beauraing zimą 1932-3...” W życiu dorosłym wszystkie dzieci wstąpiły w związki małżeńskie i wiodły spokojne, normalne życie.

Uroczystość Matki Bożej z Beauraing obchodzona jest corocznie 22 sierpnia.



Modlitwy za zmarłych i dusze w czyśćcu



Modlitwa do najświętszej Maryi, Panny Anielskiej za dusze czyśćcowe

Prosimy Cię Najdobrotliwsza Panno Maryja, Królowno Niebieska i Pani Anielska, abyś tym, których czyśćcowy ogień próbuje, uprosiła ochłodzenie, grzechów odpuszczenie, a sprawiedliwym ustawiczną doskonałość, nas też ułomnych broń od wszystkich nalegających niebezpieczeństw. Przez Chrystusa, syna Twego, Pana naszego. Amen.

Za: „Złoty Ołtarz wonnego kadzenia przed Stolicą Bożą”, Supraśl 1792.

Modlitwa, gdy przechodzisz przez cmentarz

Bądźcie pozdrowione wy, wszystkie dusze wiernych zmarłych! Ten, który jest waszym prawdziwym spoczynkiem, niechaj wam da odpoczynek wieczny! Jezus Chrystus, Syn Boga Żywego, który dla waszego i wszystkich ludzi zbawienia narodził się z Niepokalanej Dziewicy i odkupił was swoją krwią przenaajdroższą, niechaj was błogosławi, niechaj was uwolni od cierpień, a w dniu ostatecznym niechaj was wzbudzi z martwych i przyłączy do grona swoich Aniołów. Amen.

Z broszury z okresu międzywojennego „Nie zapominajmy modlić się za dusze zmarłych”.

Modlitwa za zmarłych krewnych, przyjaciół, dobrodziejów

Boże! którego miłosierdzie nie ma granic, przyjmij łaskawie pokorne prośby moje, a duszom braci, sióstr, krewnych, przyjaciół i dobroczyńców moich, których do prawdziwej wiary powołać raczyłeś, daj odpuszczenie wszystkich grzechów, aby od wszelkich nieprawości oczyszczone, przez miłosierdzie Twoje pozyskały błogosławieństwo światła wiecznego. Przez Jezusa Chrystusa, Pana Naszego. Amen.

Za „Skarb Niebieski”, 1896.

Modlitwa za zmarłych rodziców

Boże, któryś nam czcić ojca i matkę przykazał, proszę Cię pokornie, przez zasługi życia, boleści, męki i śmierci Jezusa Chrystusa, racz duszę mojego ojca, matki (lub *rodziców moich*) domieścić do chwały nieśmiertelnej, którą nam wysłużył tenże Jezus Chrystus, nasz najśłodszy Zbawiciel i Odkupiciel. Amen

Za „Skarb Niebieski”, 1896.

Pacierze za dusze zmarłych

5x Ojcze nasz, 5x Zdrowaś Maryjo itd. i wiersz następujący:

Ciebie, Panie, prosimy, racz poratować Twe sługi, któreś odkupił Przenajdroższą Krwią Twoją.

Za „Anioł Stróż”, 1897.

Parafialna Demografia



październik * październik * październik * październik * październik

Sakrament Chrztu:

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. Jan Żukowski | 10. Sebastian Kowalski |
| 2. Zuzanna Zajączkowska | 11. Alicja Retkowska |
| 3. Bartosz Koźniewski | 12. Oliwia Jagoda Dudka |
| 4. Hanna Dębniewska | 13. Patrycja Migura |
| 5. Nikodem Mazan | 14. Zuzanna Wasilewska |
| 6. Marcel Czarnecki | 15. Martyna Wasilewska |
| 7. Jerzy Trybuła | 16. Sebastian Borkowski |
| 8. Hanna Dębniewska | 17. Kuba Makosiej |
| 9. Dominik Młody | |



Błogosławieństwa Bożego w wychowaniu i dawaniu świadectwa żywej wiary dla nowo ochrzczonych przez rodziców i rodziców chrzestnych oraz całą naszą Wspólnotę.

/Każde ochrzczone dziecko w naszym kościele sanktuaryjnym powierzamy Bożej Opatrzności i upamiętniamy perłą umieszczoną obok łaskami słynącymi obrazu Bożej Opatrzności/

Sakrament Małżeństwa:

1. *Paweł Grochowski i Paulina Turel / 24.X.2015 /*



Szczęść Boże Młodej Parze

Odeszli do domu Ojca, aby żyć wiecznie:

1. *Michał Brzeziński ur. 07.X.2015r Olsztyn, zm. 07.X.2015r. Olsztyn
Pogrzeb 13.X.2015r. cmentarz komunalny w Dywitach /*

2. *Marianna Domańska ur. 04.V. 1914r. Nowa Wieś /k Chorzew, zm. 19.X. 2015
Olsztyn. Pogrzeb 22.X.2015 / cmentarz parafialny w Bartągu. /*

3. *Weronika Małgorzata Król ur. 06.VI. 2015 Olsztyn, zm. 21.X.2015 Warszawa.
Pogrzeb 24.X.2015 / cmentarz parafialny w Bartągu. /*



Wieczne odpoczywanie racz im dać Panie...



UROCZYSTOŚĆ WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH 1 listopada 2015

1. Dziś Uroczystość Wszystkich Świętych. Porządek **Mszy Świętej i nabożeństw u nas – jak w inne niedziele z jedną zmianą, a mianowicie: Po Sumie /o godzi 10:00 / odbędzie się procesja na cmentarzu połączona z modlitwą za zmarłych**. Prosimy zabrać ze sobą do kościoła znicze, które zapalimy od PASCHAŁU i w procesji zaniesiemy na groby.

2. Jutro – wspomnienie Wszystkich Wiernych Zmarłych, nazywane inaczej **Dniem Zadusznym**. Uroczyste Msze Święte w naszym kościele o godz. 10:00 i 18:00 wypominki za zmarłych pół godziny przed Mszą Świętą.

3. Wypominki listopadowe w naszej parafii będą miały miejsce w niedzielę o godz. 9:30, zaś w dni powszednie – o godz. 17:30

4. Odpusty za zmarłych:

- wierni, którzy nabożnie odwiedzają cmentarz i przynajmniej w myśli pomodlą się za zmarłych, zyskają odpust dla dusz w czyśćcu cierpiących; odpust ten w dniach od 1 do 8 listopada jest zupełny, w pozostałe zaś dni roku – częściowy. Jest to odpust pod zwykłymi warunkami; odpust zupełny można zyskać (dla jednej duszy w czyśćcu cierpiącej) jeden raz na dzień;
- wierni, którzy odwiedzają kościół lub kaplicę (tę z której prawnie korzystają) w celu przyjscia z pomocą duszom zmarłych i odmówią tam Ojcze nasz i Wierzę w Boga, mogą w Dzień Zaduszy zyskać odpust zupełny pod zwykłymi warunkami; spowiedź św., Komunia św. i modlitwa w intencji wyznaczonej przez papieża. Odpust ten można zyskać od południa dnia poprzedniego aż do północy z drugiego na trzeciego listopada. W intencjach papieża można odmówić na przykład jedno Ojcze nasz i jedno Zdrowaś Maryjo lub jakąkolwiek inną modlitwę. Do zyskania odpustu zupełnego wymagane jest nadto wyzbycie się przywiązania do jakiegokolwiek grzechu, również lekkiego. Jeżeli brak jest wspomnianej dyspozycji lub wymaganych warunków, wówczas odpust ten będzie częściowy.

5. W tym tygodniu przypadają: **pierwszy czwartek, pierwszy piątek i pierwsza sobota miesiąca.**

W sobotę wypominki za zmarłych połączymy z częstką różańca odmawianą przez członków róż. Wyjazd kapłanów z posługą sakramentalną do chorych w piątek o godz. 9:00 Msza Święta wotywna o Najświętszym Sercu Pana Jezusa – w piątek o godz.:18:00, zaś wotywa o Niepokalanym Sercu Najświętszej Maryi Panny – w sobotę o godz.18:00.

6. Za tydzień – 32. niedziela w ciągu roku i VII Dzień Solidarności z Kościołem Prześladowanym.



Intencje Mszalne

XXXI NIEDZIELA – UROCZYSTOŚĆ WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH 1.XI.2015

08:00 - † Janina i Wiktor Wojtkiewiczowie i za wszystkich zmarłych z rodziny Wojtkiewicz i Woronko

10:00 - 1. W intencji Parafian

- 2. † Hubert i Janina Sadrina / gregorianka / Po Mszy Świętej o godz.

10:00 procesja na cmentarz

12:00 - WOLNA

15:00 - † Tadeusz Wiktor Puławski / 7 rocznica śmierci /

18:00 - Wolna

Poniedziałek - 2.XI.2015

10:00 - † rodzice Helena i Władysław oraz siostry Anna i Beata zmarli z rodziny Gębala i † Franciszka, Jan i Ryszarda zmarli z rodziny Neumann

18:00 - 1. Zofia Popowicz i za zmarłych z rodziny Popowicz, Tenus i Turczyn

- 2. † Hubert i Janina Sadrina / gregorianka /

- 3. † Antonina i Stanisław Konarzewscy

Wtorek - 3.XI.2015.

18:00 - † Hubert i Janina Sadrina / gregorianka /

Środa- 4.XI.2015 **św. Karol Boromeusz**

18:00 - † Hubert i Janina Sadrina / gregorianka /

Czwartek - 5.XI.2015

18:00 - 1. † Marta Piekarska i † Ariberta Wiech z okazji urodzin

- 2. † Hubert i Janina Sadrina / gregorianka /

Piątek - 6.XI.2015

18:00 - 1. † ojciec Stanisław Szulc / 29 rocznica śmierci / o łaskę nieba.

- 2. † mama Danuta Młyńczak / 2 rocznica śmierci / oraz o dar Bożego błogosławieństwa dla córki Poli w 8 rocznicę urodzin

- 3. † Hubert i Janina Sadrina / gregorianka /

Sobota - 7.XI.2015

18:00 - 1. W intencji Wspólnoty Żywego Różańca, Róża Różańcowa „FATIMA” ŚWIĘTA ANNA./ Ruś 1 /.

- 2. W intencji dusz w czyśćcu cierpiących

- 3. † Hubert i Janina Sadrina / gregorianka /

XXXII NIEDZIELA ZWYKŁA - 8. XI. 2015

08:00 - 1. † Erna Benke / 5 rocznica śmierci /

- 2. † Hubert i Janina Sadrina / gregorianka /

10:00 - 1. † dziadkowie Anna i Adolf Woronko oraz † wujek Czesław Woronko

- 2. † Leokadia, Zofia, Edward, i Stanisław Miłoś o łaskę nieba

12:00 - 1. dziękczynna z okazji 1 rocz. urodzin Mai Szczepkowskiej z prośbą o Boże bł. i potrzebne łaski dla całej rodziny

- 2. W podziękowaniu za szczęśliwy poród oraz dar życia córeczki Zuzanny z prośbą o Boże bł. dla całej rodziny

15:00 - W intencji dusz w czyśćcu cierpiących

18:00 - † Eugeniusz Dalecki o łaskę nieba.



Dzień Zaduszny

*nikt nie umiera tak na śmierć
po każdym z nas coś pozostaje
grono przyjaciół trochę zdjęć
te kilką chwil spędzonych razem*

*wiązanki kwiaty zniczy blask
na twarzach grymas bólu
to świadczy że żyjemy wciąż
choć z innej strony muru...*

/z sieci/

Porządek mszy świętych:

Dni powszednie 18.00

Niedziele 8.00, 10.00 – suma

12.00 – msza rodzinna, 15.00, 18.00

Adres kontaktowy: parafiabartag.pl

Godziny otwarcia Kancelarii:

Czwartek 18.40 – 20.00

Sobota 9.00 – 12.00

RZYMSKOKATOLICKA PARAFIA Św. Jana Ewangelisty
SANKTUARIUM BOŻEJ OPATRZNOŚCI w Bartągu ul. Św. Jana 3, 10-687 Olsztyn
BANK PKO SA I O. w Olsztynie 22 1240 1590 1111 0010 0107 4483

Rada redakcyjna: * Ks. Leszek Kuriata * Alicja Romanowska * Izabela Jurzyńska
* Marta Januszkiewicz * Jarosław Kulik * Marcin Szupieńko * Małgorzata Kołakowska

