

# Głos Św. Mikołaja

M I E S I Ę C Z N I K P A R A F I A L N Y

\* Parafia p.w. św. Mikołaja w Świebodzicach \* nr 11(97) \* listopad 2024 \*

## Niebo to wspaniałe miejsce

Pewnego piątkowego poranka w lutym usłyszałam pukanie do drzwi. Byłam studentką ostatniego roku w żeńskim kolegium prowadzonym przez siostry sercanki. Jedna z nich stała w drzwiach z wiadomością od mojego taty. Okazało się, że moja mama zasłała, trafiła do szpitala i tata chciał, żebym jak najszybciej przyjechała do domu. Łatwo można sobie wyobrazić, jakie myśli przelatywały mi przez głowę podczas prawie godzinnej jazdy taksówką. Mama zmarła następnego dnia w wigilię święta Matki Bożej z Lourdes w wyniku krwotoku mózgowego.

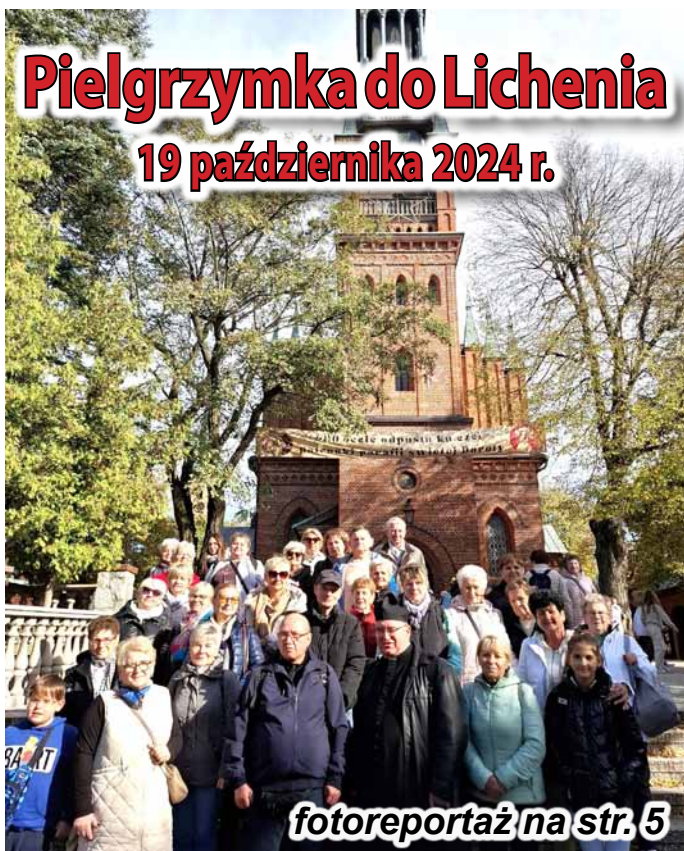
Mama, kiedy tylko mogła, uczestniczyła we Mszy Świętej w dni powszednie, a w czasie wolnym od szkoły zabierała ze sobą również mnie i moją siostrę. Bardzo lubiła modlić się na różańcu, miała też w sypialni przepiękną figurę Matki Bożej, Królowej Niebios.

Dlatego w pełni zgadzałam się z moim tatą, gdy powiedział: „No cóż, kochanie, ona jest już z Panem”. Owszem, wierzyłam, że niebo istnieje, ale poza tym nie za bardzo wiedziałam, jak ono wygląda i czego można się tam spodziewać. W katolickiej szkole, do której uczęszczałam, siostry uczyły mnie, że zostałam stworzona przez Boga po to, aby „Go poznać, miłować i służyć Mu w tym świecie i być szczęśliwym z Nim na wieki w świecie przyszłym”. Zastanawiałam się jednak, jak właściwie będzie wyglądał ten „świat przyszły”?

Dziś, po latach, wiem o niebie więcej i mam też pewną wizję tego, jak będzie ono wyglądało. Bierze się ona zarówno z głębszej relacji z Panem, jak i z lepszej znajomości Pisma Świętego oraz nauki Kościoła. Nabrałam przekonania, że, jak mówi (cd. na str. 3)

### Pielgrzymka do Lichenia

19 października 2024 r.



fotoreportaż na str. 5

### Poświęcenie różańców

7 października 2024 r.



fotoreportaż na str. 2



# Niebo to wspaniałe miejsce

(*cd. ze str. 1*) piosenka młodzieżowa: „Niebo to najwspanialsze z miejsc; łaska, chwała czeka tam cię”.

## CHWAŁA NIEBA

W tych artykułach pragnę rozważyć wraz z wami chwałę nieba. Katechizm Kościoła Katolickiego naucza, że niebo „jest celem ostatecznym i spełnieniem najgłębszych dążeń człowieka, stanem najwyższego i ostatecznego szczęścia”. Im głębiej uświadamiamy sobie, że niebo jest naszym przeznaczeniem, z tym większą nadzieją przeżywamy nasze ziemskie życie. Przyjrzyjmy się więc temu, co na temat życia wiecznego mówi Pismo Święte, abyśmy mogli nabrać o nim choć cień wyobrażenia.

W trakcie mojej wieloletniej posługi więziennej poznałam wielu osadzonych i otrzymywałam listy od wielu innych. Od dwudziestu lat koresponduję z Mario, który odbywa karę dożywotniego więzienia w Teksasie. Ostatnio napisał do mnie: „Ponieważ wkrótce skończę siedemdziesiąt dziewięć lat, zamierzam więcej myśleć o niebie”. Widzę w tym piękną odpowiedź na to, co pisał św. Paweł: „Dążcie do tego, co w górze, nie do tego, co na ziemi”

Medytacja o niebie pomaga naszym braciom i siostram w więzieniu wznieść się myślą ponad obecne okoliczności ich życia. Doświadczają oni często mieszanki różnych emocji, jak lęk, nuda, wstyd i poczucie winy. Ale i my wszyscy przeżywamy czasem podobne emocje. Refleksje na temat życia przyszłego, zwłaszcza gdy napotykamy na trudności, mogą ukoić nasze obawy, a nawet zastąpić je pokojem i nadzieją.

Widziałam to u mieszkańców Daru Pokoju, domu Matki Teresy dla osób starszych i umierających w Waszyngtonie, gdzie również pełnię posługę wolontariatu. W czasie rozmów wiele radości sprawiało nam na przestrzeni lat dzielenie się naszymi wizjami tego, jak wygląda niebo i co będziemy tam robić. Jeden z mieszkańców – podobnie jak ja, fan tenisa, chce być moim partnerem w deblu mieszanym. Wyznaczyliśmy nawet kilku innych do podawania piłek! Oczywiście w niebie wszystkie uderzenia będą zwycięskie!

Pytania do refleksji: Kiedy po raz pierwszy zaczęłaś myśleć o niebie? Kto dzielił się z tobą swoją wizją życia wiecznego?

## MIEJSCE PRZYGOTOWANE DLA CIEBIE

Czy widziałeś kiedyś obrazy, na których Bóg Ojciec z długą, białą brodą zasiada na niebieskim tronie w otoczeniu aniołów? Chociaż dobrze wiemy, że Bóg nie ma ciała, jednak niektórym z nas łatwiej myśleć o Nim, kiedy Go sobie w takiej właśnie postaci wizualizują.

Każdy z nas ma jakieś wyobrażenie nieba. Dobrze, jeśli przybliży nas ono do Pana w naszym codziennym życiu. Pomagają w tym fragmenty biblijne. Już nawet wypowiadając pierwsze słowa Modlitwy Pańskiej: „Ojcze nasz, któryś jest w niebie”, przypominamy sobie, że pewnego dnia spotka nas wielki przywilej przebywania z Bogiem na wieki.

Jest oczywiście ważne, abyśmy uświadomili sobie, że żadne słowa ani obrazy nie są w stanie oddać rzeczywistości nieba, a autorzy biblijni dla jej opisu posługują się metaforami i analogiami. Opisy te dają nam pewne pojęcie o tym, czego możemy się spodziewać mogą być inspiracją dla naszych własnych modlitewnych refleksji i wyobrażeń. Rozważając poniższe fragmenty, prosz Ducha Świętego, aby pomógł ci wyobrazić sobie, jak śmiejesz się i cieszysz wraz z Bogiem w niebie, w pełni akceptowany i kochany na wieki!

- Jezus mówi nam: „W domu Ojca mego jest mieszkań wiele. Gdyby tak nie było, to bym wam powiedział. Idę przecież przygotować wam miejsce. A gdy odejdę i przygotuję wam miejsce, przyjdę powtórnie i zabiorę was do siebie, abyście i wy byli tam, gdzie Ja jestem”. Jeśli o mnie chodzi, to mam nadzieję, że moim „mieszkaniem” będzie wiejski domek kryty strzechą z ogródkiem pełnym kwiatów – i ani jednego chwastu!

- W Księdze Apokalipsy św. Jan opisuje następującą wizję: „A oto w niebie stał tron i na tronie ktoś zasiadał. A Zasiadający był podobny z wyglądu do jaspisu i do krwawnika, a tęcza dokoła tronu podobna z wyglądu do szmaragdu. Dokoła tronu – dwadzieścia cztery trony, a na tronach dwudziestu czterech siedzących Starców, odzianych w białe szaty, a na ich głowach złote wieńce”. Trudno jest wyobrazić sobie taką chwałę i splendor w tym życiu, ale z pewnością będzie ona obecna w życiu przyszłym!

- Św. Jan pisze również, że Bóg „otrze z ich oczu wszelką łzę, a śmierci już nie będzie. Ani żałoby, ni krzyku, ni trudu już nie będzie”. Jak wielką pociechą może to być dla nas już teraz! Wiemy, że w niebie nie będzie już chorób ani cierpienia. Nie będzie tam miejsca dla rozpacz, osamotnienia, ubóstwa, zerwanych relacji, barier językowych czy uprzedzeń. Wszelkie nasze obecne trudności znikną, a my przez całą wieczność będziemy trwać w bliskości kochającego serca Boga. Z pewnością warto jest podzielić się tą piękną, krzepiącą prawdą z przyjacielem, krewnym czy sąsiadem, który potrzebuje Dobrej Nowiny może nawet dzisiaj.

- Jezus opisywał niebo jako wieczną ucztę. Mówił: „Wielu przyjdzie ze wschodu i z zachodu i zasiądą do stołu z Abrahamem, Izaakiem i Jakubem w królestwie

niebieskim”. Jak wielkim błogosławieństwem jest wiedzieć, że uczestniczymy w tej uczcie za każdym razem, gdy przychodzimy na Mszę Świętą, przyjmujemy komunię lub łączymy się z Jezusem przez komunię duchową.

- Jezus powiedział również: „W niebie większa będzie radość z jednego grzesznika, który się nawraca, niż z dziewięćdziesięciu dziewięciu sprawiedliwych”. W trakcie mojej posługi więziennej byłem świadkiem, jak mężczyźni i kobiety oddawali Panu swoje grzechy, rozgoryczenie i zawziętość, doświadczając w potężny sposób Jego wielkiej miłości i miłosierdzia. Jak wielką radość musiało to sprawiać świętym i aniołom!

- Jezus dał nam jeszcze inną wskazówkę na temat nieba, mówiąc do faryzeuszów: „Bóg nie jest Bogiem umarłych, lecz żywych”. Niesie to nam mocną nadzieję, że nasi bliscy zmarli żyją w Chrystusie i pewnego dnia złączymy się z nimi w niebie.

- Spójrzmy na jeszcze jeden fragment. W czwartym rozdziale Księgi Apokalipsy Jan opisuje świętych i aniołów zgromadzonych wokół tronu Boga, którzy wielbią Go i wychwalają za Jego miłość i dobroć. Wyobraź sobie przez chwilę, jak wraz ze swymi bliskimi adorujesz Boga i dziękujesz Mu za wszystko,

co uczynił, aby cię zbawić. Z pewnością nie będziesz fałszować i twoja pieśń będzie tworzyć doskonałą harmonię z pieśniami pozostałych!

Pytania do refleksji: Który z powyższych fragmentów przemawia do ciebie najbardziej? Dlaczego właśnie ten?

### NIEBIAŃSKA MODLITWA UWIELBIENIA

Zanim przejdiesz do kolejnego artykułu, pomódl się przez kilka minut tekstami z Księgi Apokalipsy. Powtarzaj je z obrazem nieba przed oczami. Zastanów się też, jaka może być reakcja Boga, gdy słyszy, jak zanosisz do Niego tę modlitwę.

Święty, Święty, Święty, Pan Bóg wszechmogący, Który był, Który jest, i Który przychodzi.

Godzien jesteś, Panie i Boże nasz, odebrać chwałę i cześć, i moc, bo Ty stworzyłeś wszystko, a z woli Twojej istniało i zostało stworzone. Baranek zabity jest godzien otrzymać potęgę i bogactwo, i mądrość, i moc, i cześć, i chwałę, i błogosławieństwo.

Zbawienie w Bogu naszym, Zasiadającym na tronie.

Błogosławieństwo i chwała, i mądrość, i dziękczynienie, i cześć, i moc, i potęga Bogu naszemu na wieki wieków! Amen.

## Niedziela, 3 listopada

Aparaty fotograficzne mają między innymi tryb portretowy. Kiedy się go włączy, na zdjęciu najwyraźniej widoczna jest twarz osoby fotografowanej, a całe tło pozostaje lekko rozmyte. W dzisiejszej Ewangelii Jezus pochwalił uczonego w Piśmie, który w taki właśnie sposób spojrział na Boga, ludzi i świat. Zrozumiał, że miłość do Boga i Jego ludu to najważniejsze, o co trzeba zadbać. Cała reszta jest tłem oczywiście nie należy go usuwać, ale ma ono mniejsze znaczenie niż główny obraz!

Prawdopodobnie potrafisz przypomnieć sobie czasy, w których Pan nie był w centrum twojego życia, ani nawet w centrum zainteresowania. Może twój wzrok skupiony był na szkole i egzaminach? Może na atrakcyjnej dziewczynie, którą właśnie poznałeś albo na nowym samochodzie czy mieszkaniu, które zamierzałeś nabyć? Może całą twoją uwagę pochłonęły obowiązki i terminy? A może po prostu traktowałeś swoje życie duchowe rutynowo, bo tak bardzo koncentrowałeś się na innych, w gruncie rzeczy mniej istotnych codziennych zadaniach i potrzebach?

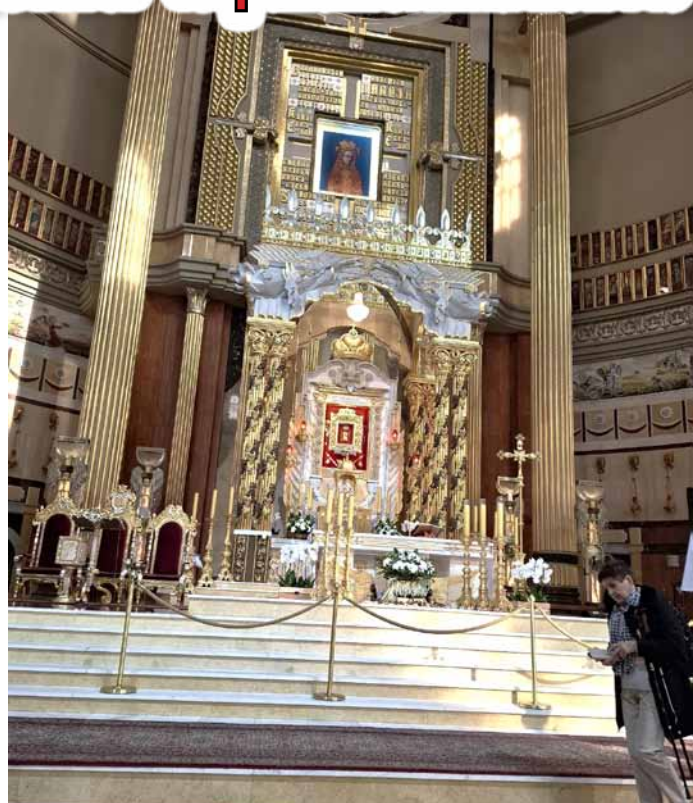
Zazwyczaj dopiero w pewnym momencie życia udaje nam się dostrzec, że właściwym miejscem dla Boga jest to w centrum. Najczęściej w ogóle nie jesteśmy tego świadomi, dopóki nie pojawi się jakiś problem, który nam to uzmysłowi. Uczony w Piśmie z dzisiejszej Ewangelii umiał skupiać uwagę na Panu. Jak my mamy to czynić? Jak upewnić się, że miłość do Boga jest naszym priorytetem?

Zacznij od prostych kroków, od poświęcania Panu najbardziej zwyczajnych momentów dnia. Codziennie rano po przebudzeniu, zanim jeszcze wstaniesz z łóżka, ofiaruj Mu siebie. W ciągu dnia wznos do Niego krótkie, spontaniczne modlitwy kiedy czekasz na autobus, kiedy denerwujesz się przed trudną rozmową, kiedy spotkała cię niespodziewana radość. Dziękuj Mu, wychwalaj Go i proś o pomoc, kiedy jej potrzebujesz. Zapraszaj Go na stresujące spotkania, dostrzegaj we współpracownikach, wzywaj nawet wtedy, gdy prasujesz stos ubrań.

Miłowanie Boga całym sercem nie oznacza intensywnego i wyczerpującego całonocnego maratonu modlitewnego. Czasem wystarczy jedno spojrzenie na niebo, aby zwrócić swe serce z powrotem ku Panu. Im częściej będziesz to czynić, tym bardziej twoje troski i kłopoty będą schodzić na drugi plan – a twój wzrok i twoje serce będą coraz mocniej skupione na Jezusie, miłującym Zbawicielu.

„Jezu, oddaję Ci ten dzień i wszystko, co On przyniesie. Pomóż mi dziś skupić wzrok na Tobie”.

# Pielgrzymka do Lichenia 19 października 2024 r.



# W DPS dla Dzieci w Świebodzicach

*...Jak paciorki różańca przesuwają się chwile nasze smutki radości i troski, a ty Bogu je zanieś połączone w różaniec święta Panno Maryjo pełna łaski...*

Tak w miesiącu październiku, w naszej kaplicy rozbrzmiewał śpiew sióstr, personelu i chłopców. Posyłałszy szeptane Zdrowaś Maryjo, czasem nieudolnie wypowiedane, czasem niezbyt wyartykułowane – do nieba, przez serce Tej, którą kochamy – naszej Matki Maryi. Chłopcy nie szczędzili sił i gorliwości, by odważnie prowadzić modlitwę, prześcigali się w przewodniczeniu dziesiątki różańca. Dziękowaliśmy za czas letniego wypoczynku nad morzem, za sponsorów, za szkołę, nauczycieli, za naszą parafię i księży, którzy do nas przychodzą.

Różańcową modlitwą otaczaliśmy powodzian, wszystkich cierpiących, a także tych, którzy nieśli im pomoc. Zachęceni postawą księży i parafian chętnie włączaliśmy się w akcje mające na celu niesienie pomocy poszkodowanym oraz dzielił się tym, co sami posiadamy. Doświadczaliśmy głębokiej radości, że nasze serca są otwarte i wrażliwe na krzywdę innych.

W ramach projektów które realizujemy, w dniu 24 października, w 191 rocznicę założenia Zgromadzenia Sióstr Szkolnych de Notre Dame, nasi chłopcy wraz z opiekunami pojechali na wycieczkę do Wrocławia. Zwiedzali tam Kolejkowo. Odwiedzili także dom



Notre Dame na Ostrowie Tumskim. Chłopcy zostali pięknie przyjęci przez nasze siostry. Najmłodszy chłopcy opowiedzieli swoje spostrzeżenia: „Siostry we Wrocławiu były takie same jak nasze ze Świebodzic, tylko inne”.

Dom we Wrocławiu imponuje swoją historią. Stoi na Grodzie Piastów Śląskich. W podziemiach znajduje się ciekawa ekspozycja relikwów budowli z czasów Piastów Śląskich. Wychowankowie uczestniczyli w ścieżce edukacyjnej dla dzieci tym szlakiem turystycznym. Z wielkim zainteresowaniem słuchali opowieści naszej siostry o relikwach tego Domu.

W domu Notre Dame znajduje się także kawiarenka św. Jadwigi z pyszną czekoladą, kawą, szarlotką





i sernikiem. Dotychczas w Komnacie istnieje okienko, poprzez które św. Jadwiga miała wydawać chleb ubogim. Dom dysponuje pokojami, studiami rodzinnymi, dwoma salami konferencyjnymi, piękną kaplicą. Jest przeznaczony dla turystów. Zapraszamy wszystkich parafian do tego urokliwego miejsca, gdzie można odpocząć w pięknym i przytulnym zakątku, doświadczyć przenikającej się atmosfery duchowego odpoczynku (ndwroclaw@gmail.com; tel. 71 322 78 67; kom. 509 265 098).

Już za kilka dni będziemy uczestniczyć w Uroczystości Wszystkich Świętych oraz Dniu Zadusznym. Teraz porządkujemy groby naszych zmarłych kolegów i siostr spoczywających na cmentarzu w Świebodzicach. Z wdzięcznością otaczamy swoją modlitwą wszystkich wiernych zmarłych. Razem z wszystkimi będziemy wracać wspomnieniami do tych, którzy przekroczyli próg śmierci. Ufamy, że są już blisko Boga. Będziemy w zadumie zapalać im światło, pamiętać o nich przed Bogiem.

Ks. Jan Twardowski mawiał: „Czas, który znaczy tyle, co miłość. O tyle bowiem moje istnienie ma sens, o ile kocham innych ludzi”. Czytając te słowa księdza Jana, w pamięci mamy fragment jego najślawniejszego wiersza zaczynającego się od słów: „Śpieszmy się kochać ludzi, tak szybko odchodzą, zostaną po nich buty i telefon głuchy”.

Opr. s. Agnieszka ND



# WYCIECZKA DO WARSZAWY

W dniach 15-18 października 2024 roku nasza szkoła wzięła udział w czterodniowej wycieczce do stolicy Polski, którą zorganizowano w ramach rządowego programu „Podróże z klasą”. Na jej organizację nasza szkoła pozyskała 30 tysięcy złotych. Celem wycieczki było zwiedzenie najważniejszych zabytków oraz poznanie historii i kultury tego pięknego miasta.

Naszą przygodę rozpoczęliśmy od wizyty na wojсковych Powązkach, na których odwiedziliśmy groby, m.in. Zośki, Alka i Rudego – bohaterów lektury kl.7 „Kamienie na szaniec”, ale też wielu innych zasłużonych Polaków. Po krótkiej przerwie na śniadanie udaliśmy się do Łazienek Królewskich – pięknego parku, który jest idealnym miejscem na spacer. Zwiedziliśmy Pałac na Wyspie oraz mieliśmy okazję zobaczyć pomnik Fryderyka Chopina. Uczniowie byli za-



chwyceni otaczającą nas przyrodą i architekturą oraz przyjaznymi wiewiórkami i dostojnymi pawiami, które przechadzały się po alejkach.



## Niedziela, 10 listopada

Co za kontrast! Uczonym w Piśmie niezwykle zależy na tym, by zrobić dobre wrażenie na innych. Ich powłóczyste szaty i modlitewne szale harmonizują pięknie z długimi modlitwami, a któż nie zgodziłby się, że czas spędzany w synagodze jest czasem dobrze wykorzystanym? W porównaniu z tymi ludźmi, wdowa wydawała się nikim. Jej ubóstwo widoczne było na pierwszy rzut oka. Miała stare, zniszczona ubranie i sfatygowane sandały. Łatwo było uznać, że jej dwa marne pieniążki odzwierciedlały nikłą wartość jej samej.

Jednak pozory mogą mylić. „Pan widzi serce”, a serce tej wdowy było oddane Panu. Wrzucając do skarbony „wszystko, co miała na swe utrzymanie”, ofiarowała Bogu również swoje siły, czas i modlitwę.

Od uczonych w Piśmie należałoby oczekiwać tego samego. Jezus wiedział jednak, że ich serca są skoncentrowane na sobie. Przywiązani zbyt mocno do swej pozycji znawców Prawa popadli w pychę i oczekiwali, że wszyscy będą odnosić się do nich z wielką atencją i szacunkiem.

Posłużmy się dzisiejszym fragmentem Ewangelii, aby zbadać własne serca. Czy jesteśmy gotowi oddać Panu wszystko, co mamy? Czy też zbyt mocno trzymamy się jakichś osób czy rzeczy? Może kurczowo łągniemy do swego statusu i szacunku, jaki się z nim wiąże? Może zbyt mocno ściskamy pieniądze, zamiast ofiarnie dzielić się z tymi, którzy są w potrzebie? Może strzeżemy zazdrośnie swego wolnego czasu, nie chcąc poświęcić go innym? A może nie potrafimy zrezygnować z kontroli nad kimś bliskim, na przykład dorosłym dzieckiem?

Jeśli odkryjesz, że trzymasz się czegoś lub kogoś zbyt kurczowo, nie załamuj się! Wyobraź sobie, że Pan staje przed tobą, gotów przyjąć każdy dar, który Mu zaoferujesz. Usłysz, jak mówi do ciebie: Nie martw się. Ja mogę zapewnić ci wszystko, czego potrzebujesz!

„Jezu, pragnę ofiarować Ci wszystko, co mam. Pomóż mi to uczynić”.





Następnie przejechaliśmy na Stare Miasto, które zostało wpisane na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Spacerując urokliwymi uliczkami, podziwialiśmy kolorowe kamienice oraz znane miejsca, takie jak Rynek Starego Miasta z charakterystyczną



kolumną Zygmunta. Przewodniczka opowiedziała nam również o historii odbudowy Starego Miasta po II wojnie światowej. Wieczorem udaliśmy się do naszego hotelu „Wald” na warszawskim Bemowie, gdzie mieszkaliśmy przez kolejne 3 dni, a także korzystaliśmy z pysznych śniadań i obiadokolacji.

W kolejnych dniach zwiedziliśmy przepiękne Muzeum Narodowe, Muzeum Powstania Warszawskiego oraz POLIN Muzeum Żydów Polskich. Do wszystkich trzech miejsc z pewnością wrócimy, by móc przeżyć te niezapomniane emocje jeszcze raz. Na naszej trasie zwiedzania nie mogło zabraknąć Zamku Królewskiego, który jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych symboli Warszawy. Po przybyciu na plac Zamkowy zostaliśmy powitani przez przewodniczkę, która opowiedziała nam o bogatej historii zamku, jego przebudowach oraz roli, jaką odgrywał w dziejach Polski. Mieliśmy okazję zwiedzić reprezentacyjne sale oraz podziwiać bogato zdobione wnętrza.

Kolejnego dnia odwiedziliśmy Pałac Kultury i Nauki – do niedawna najwyższy budynek w Polsce. Wjecha-

liśmy na taras widokowy, skąd rozciągał się wspaniały widok na całe miasto. Nasza cała wycieczka była pod wrażeniem rozmachu i stylu tego monumentalnego gmachu.



Mieliśmy również znakomitą okazję do przejażdżki metrem na Stadion Narodowy im. Kazimierza Górskiego, który zrobił ogromne wrażenie, nie tylko na fanach piłki nożnej. Ostatni dzień przeznaczaliśmy na wizytę w Sejmie RP, do którego zaprosiła nas posłanka Sylwia Bielawska. Oprócz zwiedzania budynków sejmowych mieliśmy szansę przysłuchiwać się obradom sejmu z galerii, a nawet zostaliśmy powitani przez marszałka sejmu, Szymona Hołownię.

Wycieczka do Warszawy dostarczyła nam wielu niezapomnianych wrażeń i rozszerzyła naszą wiedzę o historii Polski. Dziękujemy nauczycielom: Pawłowi Ratajowi, Małgorzacie Krawczyk, ks. Michałowi Gibkowi i Justynie Gąsior – za zorganizowanie tego wyjątkowego dnia oraz przewodnikom za ciekawe opowieści. Mamy nadzieję, że w przyszłości będziemy mieli jeszcze okazję odwiedzić stolicę i poznać jej tajemnice!

*Uczniowie kl. 4,5,6 i 7*



# Wyzwania okresu późnej dorosłości

## – część II – życie społeczne

W pierwszym artykule (zainteresowanych czytelników odsyłam do październikowego numeru „Głosu Św. Mikołaja”) konfrontowaliśmy się ze stratą i procesem żałoby. Żałoba pełni w życiu bardzo ważną funkcję: z jednej strony to okres pożegnania z tym, co utraciliśmy, z drugiej strony to czas przygotowania się na to, co nowe. Okres późnej dorosłości jest czasem, w którym możemy z powodzeniem rozwijać relacje z innymi ludźmi. Ale warto zwrócić uwagę na kilka kwestii, których rozważenie może nam ułatwić ten proces.

Pierwszą kluczową kwestią jest poczucie wpływu na relację z innymi ludźmi. Często przyjmujemy w tym temacie rolę bierną. Oczekujemy na odwiedzinę, czy telefon od osób bliskich, tkwiąc w poczuciu żalu, że dzieje się to tak rzadko. Tymczasem sami także możemy wykonać taki telefon. Z jakich powodów tego nie robimy? Jest w nas obawa, że będziemy przeszkadzać naszym bliskim. Oczywiście nasi bliscy nie zawsze mogą odebrać telefon, ale na krótką rozmowę, kilka razy w tygodniu, pewnie często uda im się zna-

leźć czas. Czasem problem może tkwić także gdzie indziej – być może mamy większą potrzebę kontaktu z innymi ludźmi, niż nasi bliscy. Warto wtedy zastanowić się jak możemy realizować naszą potrzebę bycia w relacjach z innymi, także w innych środowiskach, nie tylko tym domowym.

Możliwości mamy dużo, w parafii działa kilka grup modlitewnych, w które możemy się zaangażować. W naszym mieście ciekawe wydarzenia organizowane są także w Miejskim Domu Kultury, czy Miejskiej Bibliotece. Ponadto, aktywnie działa Klub Seniora. To wszystko miejsca, które pozwolą nam na kontakt z innymi ludźmi, ale także na rozwój, czy odkrywanie własnych pasji i zainteresowań. Co zatem powstrzymuje nas przed korzystaniem z tak bogatej oferty, jaką mamy dostępną pod ręką. Z jednej strony są to ograniczenia zdrowotne. Dobrze, abyśmy pamiętali, że nasze zdrowie nie jest jak kamienny posąg, nawet w sytuacji przewlekłej choroby. Zdrowie to stan dynamicznej równowagi – mamy tzw. dni lepsze i dni gorsze. Nie musimy na sobie wywierać wewnętrznej

### **Niedziela, 17 listopada**

Kiedy dokładnie nastaną „owe dni”? Kiedy nadejdą te ostateczne udręki, które poprzedzą powtórne przyjście Jezusa? Wielu pierwszych chrześcijan spodziewało się, że nastąpi to jeszcze za ich życia. Także dziś, słysząc o wojnach, pandemiach, powodziach, trzęsieniach ziemi i innych klęskach, niektórzy sądzą, że koniec jest już bliski. Jednak, jak mówi nam Jezus w dzisiejszej Ewangelii, jedynie Ojciec Niebieski wie, kiedy przyjdzie ten dzień.

My wiemy na pewno jedynie to, że dzień ten kiedyś nadejdzie. Po okresie wielkich nieszczęść i utrapień Jezus przyjdzie „sądzić żywych i umarłych”, jak wyznajemy w Credo. Mamy nadzieję, że znajdziemy się wówczas wśród „wybranych”, których aniołowie zgromadzą „z czterech stron świata”. Mimo to jednak obrazy z dzisiejszego pierwszego czytania oraz Ewangelii mogą wydać się nam zatrważające.

Ale obrazy te dane nam są nie po to, byśmy żyli w lęku przed przyszłością, ale po to, by wpływać na nasze codzienne wybory. Ostrzegają nas, że nie możemy bez końca lekceważyć nakazów Pana, bez troski licząc na Jego miłosierdzie. Jak pisał św. Paweł: „Oto teraz dzień zbawienia”.

Teraz jest czas, by zwrócić się do Pana, iść za Nim najlepiej, jak potrafimy i prosić Go o przebaczenie za każdym razem, gdy sumienie wyrzuca nam grzech.

Teraz jest czas, by żyć w taki sposób, który przygotowuje nas do spotkania z Panem, kiedykolwiek ono nastąpi.

Nie odkładaj więc nawrócenia na później! Co rano ofiaruj Panu w modlitwie rozpoczynający się dzień. Jak najczęściej przyjmuj sakramenty święte, ponieważ niosą łaskę, ilekroć do nich przystępujesz. Dziś, nie jutro, zadzwoń do krewnej, która jest w trudnej sytuacji i zapytaj, co możesz dla niej zrobić. Pan udzieli ci wszelkich potrzebnych łask, abys był gotów do spotkania z Nim twarzą w twarz.

Bardzo łatwo jest skupić się na drugorzędnych sprawach, które odbierają nam czas i energię potrzebne do rozwoju relacji z Panem. Nie pozwól na to! Niezależnie od tego, kiedy nadejdzie koniec, Jezus chce, abys poszedł za Nim teraz, a następnie przebywał z Nim przez całą wieczność.

„Jezu, pomóż mi zawsze stawiać Cię na pierwszym miejscu w moim życiu”.

presji i wymagać ciągłej aktywności. Aktywni możemy być wtedy, gdy po prostu danego dnia będziemy czuć się dobrze i to będzie w porządku. Czasem narzekamy też na to, że w towarzystwie seniorów rozmowy toczą się tylko na tematy związane z problemami, czy stanem zdrowia. Oczywiście potrzebujemy porozmawiać na takie tematy, ale warto też, abyśmy refleksyjnie podchodzili do tego, co sami mówimy. Jeśli zaczniemy od samych siebie i będziemy mówić o swoich zainteresowaniach, czy refleksjach na różne tematy, rozmowy staną się bogatsze i bardziej satysfakcjonujące. Jest jeszcze jedna bariera, tym razem emocjo-

nalna, która utrudnia wyjście z domu. Tą barierą jest uczucie wstydu. Wstydzimy się swoich dolegliwości, ograniczeń, czasem problemów z pamięcią. Jedynym lekarstwem na wstyd jest uważna i akceptująca postawa innych osób wobec nas. Będąc nawzajem dla siebie wyrozumiali i życzliwi możemy radzić sobie z tym trudnym uczuciem. Czasem pomimo wspierającego otoczenia wstyd jest palący i nie do opanowania. Warto wówczas zastanowić się, czy nie jest to objawem depresji – ten temat spróbuję szerzej omówić w kolejnym artykule.

## ZDROWIE PSYCHICZNE W PRACY

W czwartek 10. października obchodzono Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego.

Święto zostało ustanowione w 1992 roku przez Światową Federację Zdrowia Psychicznego. Jego celem jest zwrócenie uwagi na dbałość o zdrowie psychiczne, pomoc osobom chorym z naszego otoczenia, ulepszania opieki medycznej nad chorymi psychicznie i na wszystkie sprawy dotyczące zaburzeń psychicznych.

Zdrowie psychiczne – „Pełny dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny człowieka”. Tak zdrowie psychiczne definiuje Światowa Organizacja Zdrowia (WHO). Warto zwrócić uwagę, że zdrowie psychiczne nie jest jednoznaczne z brakiem choroby psychicznej. W życiu każdego człowieka przychodzą trudniejsze momenty kiedy jest „ciężko na duchu”, „rozsypujemy się” „życie nas przytłacza” lub „tracimy motywację”. Jest wiele czynników, które mogą wpływać na gorsze samopoczucie. Ważne jest, aby zwracać uwagę na m.in. takie objawy jak obniżony nastrój, długotrwały smutek, zmęczenie, lęk. Są to nieuniknione stany, jednakże dobrze jest nie lekceważyć ich, gdyż utrzymujące się dłużej tego typu objawy mogą prowadzić do rozwinięcia się chorób psychicznych.

Od samego początku Federacja wybierała temat, który będzie pro-



mowany w danym roku. Tegoroczny temat kampanii brzmiał „Zdrowie psychiczne w pracy”, co ma podkreślić związek pomiędzy zdrowiem psychicznym a pracą. Bezpieczne, zdrowe środowisko pracy może działać jako czynnik ochronny dla zdrowia psychicznego.

Złe warunki pracy to sytuacje, które negatywnie wpływają na zdrowie fizyczne i psychiczne pracowników, a także ich efektywność i satysfakcję z pracy. Do najczęstszych przykładów należą:

**Brak bezpieczeństwa:** Niewłaściwe procedury bezpieczeństwa, brak odpowiednich środków ochrony osobistej, lub praca w niebezpiecznych warunkach (np. z chemikaliami, na wysokościach) mogą prowadzić do urazów czy chorób zawodowych.

**Nadmierny stres:** Wysoka presja na wyniki, napięte terminy, zbyt duże obciążenie pracą, lub nierealistyczne oczekiwania mogą powodować wypalenie zawodowe oraz problemy psychiczne.

**Niskie wynagrodzenie:** Praca za wynagrodzenie, które nie pozwala

na godne życie, prowadzi do frustracji i poczucia niesprawiedliwości.

**Brak wsparcia i rozwoju:** Brak możliwości awansu, rozwoju zawodowego lub niewystarczające wsparcie ze strony przełożonych pogarsza morale pracowników.

**Niestabilność zatrudnienia:** Umowa na czas określony, brak pewności zatrudnienia czy możliwość zwolnienia w każdej chwili powodują niepewność i stres.

**Długie godziny pracy:** Nadgodziny, brak równowagi między życiem zawodowym a prywatnym, oraz brak przerw i odpoczynku prowadzą do fizycznego i psychicznego wyczerpania.

**Złe relacje w pracy:** Konflikty z przełożonymi lub współpracownikami, mobbing, brak szacunku czy wsparcia w miejscu pracy negatywnie wpływają na komfort pracy i zdrowie psychiczne.

**Złe warunki fizyczne:** Praca w niewłaściwych warunkach środowiskowych, takich jak hałas, zanieczyszczenie, złe oświetlenie, niewłaściwa temperatura, również wpływają na zdrowie i samopoczucie pracowników.

Wszyscy pracownicy mają prawo do bezpiecznego i zdrowego środowiska pracy. Godna praca wspiera dobre zdrowie psychiczne, zapewniając źródło utrzymania – poczucie bezpieczeństwa ekonomicznego, celu i osiągnięć oraz możliwość nawiązania pozytywnych re-

lacji i włączenia się w społeczność. W przypadku osób z problemami ze zdrowiem psychicznym godna praca może przyczynić się do powrotu do zdrowia i integracji, zwiększenia pewności siebie i funkcjonowania społecznego.

Niezbędne jest, aby rządy, pracodawcy, organizacje reprezentujące pracowników i pracodawców współpracowały ze sobą w celu poprawy zdrowia psychicznego w pracy. Działania mające na celu rozwiązanie problemu zdrowia psychicznego w pracy powinny być podejmowane przy znaczącym zaangażowaniu pracowników i ich przedstawicieli oraz osób, które mają doświadczenie w zakresie problemów ze zdrowiem psychicznym.

Na koniec mam dwie wiadomości: złą i dobrą. Najpierw wiadomość zła.

Jeśli bolą nas zęby, to idziemy do dentysty, natomiast jeżeli mamy

problem ze zdrowiem psychicznym, to bardzo często nawet nie przyznajemy się do tego sami przed sobą, jest to dla nas wstydlive, nie rozmawiamy o tym z bliskimi, a ze specjalistą kontaktujemy się w ostateczności. W naszym społeczeństwie pokutuje przeświadczenie, że do psychologa bądź psychiatry zwraca się ktoś, kto jest, mówiąc kolokwialnie, wariatem.

Świadomość społeczeństwa dotycząca zdrowia psychicznego wciąż jest jednak niska, a problemy psychiczne stanowią temat tabu. Z tego powodu tylko część chorych zwraca się o pomoc do lekarzy specjalistów. Tylko czterech na dziesięciu badanych byłoby skłonnych po nią sięgnąć.

A teraz dobra wiadomość. Każdy z nas może zadbać o swoją kondycję psychiczną.

Osoby pozytywniej nastawione do świata są bardziej szczęśliwe. Nie jest to żadnym odkryciem, że

czym więcej pozytywów dostrzega się w życiu, tym wydaje się ono lepsze.

### „Śmiech to zdrowie”

Udowodniono naukowo, że śmiech wpływa pozytywnie na człowieka, między innymi przyspiesza proces zdrowienia, relaksuje. Nie zawsze „bierz życie na serio” i czasem pośmiej się z siebie samego.

### Jedz zdrowo i ruszaj się

Odpowiednia dieta i codzienna porcja ruchu mają ogromny wpływ na samopoczucie.

Korzystaj ze światła słonecznego

W pracy na uczelni czy w szkole staraj się zajmować miejsce przy oknie. Przebywaj na słońcu jak najwięcej.

### Dbaj o przyjaźń i znajomości

Kontakt z drugim człowiekiem ma uzdrawiającą moc. O ile lżej jest gdy masz się komu „wygadać”.

Ryszard Stochła

źródła: raportcsr.pl, newseria, kalendarz kalbi

## ŚLADAMI MĘCZENNIKÓW Z PARIACOTO (2)

Ojciec Zbigniew Strzałkowski i ojciec Michał Tomaszek byli franciszkanami. Obaj zginęli śmiercią męczeńską w Peru w miejscowości Pariacoto, gdzie przebywali na misjach. Oto dalsze losy błogosławionych misjonarzy.

W czasie studiów teologicznych w Krakowie Michał poznał Zbyszka – dzielił ich tylko rok. Po otrzymaniu święceń kapłańskich Michał został skierowany do parafii w Pieńsku. Tam, jako wikariusz i katecheta zaangażował się w pracę z dziećmi i młodzieżą. Kiedy dowiedział się, że jego koledzy z zakonu Zbyszek i Jarek Wysoczański wyjeżdżają do Peru na misję, postanowił jechać z nimi. W pożegnalnym kazaniu w Pieńsku stwierdził, że jeśli będzie musiał oddać życie za wiarę, to się nie zawaha.

Wielu jest dobrych księży, misjonarzy, zakonników. Nie wszyscy stają w obliczu tak trudnych i ostatecznych decyzji. Widocznie w planach Bożych Michał i Zbyszek byli gotowi by świadczyć do końca o Chrystusie i ponieść śmierć męczeńską za wiarę, za głoszenie Ewangelii. A ostatnie chwile ich życia stały się jakby odbiciem pasywnych scen ewangelicznych. Stracili życie w piątek. Wcześniej był strach, niepewność jak w Ogrodzie Oliwnym. Później nienawidzący

Kościółta oprawcy (komunistyczni terroryści ze Świecistego Szlaku), napadli na zakonników i powiedli na drogę krzyżową, w górę, za miasto, niczym na Golgotę. Odbył się fikcyjny proces: bez dowodów, bez obrońcy, tylko z oskarżeniami. Aby nie wydać postulantów przebywających w kościele, o. Zbigniew powiedział:

„Weźcie mnie ale ich zostawcie. Nie, oni nie są kapłanami, tylko my dwaj”. Z kolei Michał biblijnie odpowiedział na stawiane zarzuty terrorystów: „Jeżeli myśmy się w czymś pomylili i popełniliśmy błąd, to udowodnijcie nam. A jeśli nie, to czego od nas chcecie?”

Ojcowie Zbigniew i Michał, jak dobrzy pasterze, do samego końca nie opuścili tych, których powierzył im Bóg, za których wzięli odpowiedzialność. Oni kochali swoje kapłaństwo, swoje powołanie i kochali tych ludzi, którym głosili miłość Chrystusa.

Biografie Zbyszka i Michała wydają się być dość zwyczajne i dzięki temu tym bardziej nam bliskie. Ale wyróżnia je to, że każdorazowo odpowiadali Bogu „tak”, a w sytuacji skrajnej nie poddali się, poszli za Jezusem, oświeclając nam drogę i wskazując kierunek.

# WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH

1 i 2 listopada w sposób szczególny myślimy o tych, którzy od nas już odeszli. Nasze cmentarze, zarówno te wielkie miejskie, komunalne, jak i te małe: wiejskie, przykościelne, ożywają. Na ogół puste, ciemne i głucho wypełniają się ludźmi, rozkwitają wieńcami i wiankami, rozbłyskają tysiącami zniczy i lampek. Każdy z nas stara się w te dni okazać swoim zmarłym, jak bardzo ich kocha, że nadal o nich pamięta. Specyficzny klimat tych dni, opadające liście, zamierzająca przyroda i jesienna aura tworzą atmosferę sprzyjającą refleksji i zadumie. Stajemy nad grobami naszych bliskich i w sposób szczególny doświadczamy naszej kruchości i śmiertelności. W codziennym zabieganiu, w braku czasu, mimowolnie zatrzymujemy się i uświadamiamy sobie to, co spychamy na co dzień na margines naszej świadomości, że każdy dzień przybliża nas do momentu, kiedy to nad naszą trumną zabrzmi: „Prochem jesteś i w proch się obrócisz, ale Pan cię wskrzesi w dniu ostatecznym. Żyj w pokoju”, a na naszej mogile zapłoną znicze i położą kwiaty. I niejednokrotnie rodzi się pytanie: czy ja tak naprawdę wierzę w to, o czym mówi prefacja za zmarłych, że „życie Twoich wiernych, o Panie, zmienia się, ale się nie kończy...”. Kościół, aby umocnić naszą wiarę i we właściwy sposób ukształtować pamięć o naszych

zmarłych, każdego 1 listopada kieruje nasze myśli ku tym, co nie tylko od nas odeszli, ale również osiągnęli już chwałę nieba. Wszyscy Święci są dla nas przykładem do naśladowania, a zarazem przypominają nam, że naszym życiowym celem jest osiągnięcie świętości. Oni ukazują nam, że jest to dla każdego z nas możliwe. Pamiętając o powołaniu każdego z nas do świętości, 2 listopada nasze myśli kierujemy wraz z całym Kościołem ku tym, co jeszcze nie osiągnęli chwały nieba. Chcemy prosić dobrego Boga, aby jak najszybciej dostąpili chwały nieba.

Wierzmy, że spotkamy się kiedyś z nimi w domu naszego Ojca. Niestety, nasza pamięć o zmarłych często kończy się, jeszcze zanim dogasną zapalone przez nas znicze lub zwiędną położone kwiaty. Wracamy do naszej zwykłej, szarej codzienności przekonani, że spełniliśmy ciężący na nas obowiązek pamięci o zmarłych. Wydaje się nam bowiem, że piękny pomnik, znicze i kwiaty wystarczą. A przecież jeśli zabraknie naszej modlitwy, zamówionej Mszy św., ofiarowanej Komunii św. czy zyskanego odpustu, to zarówno piękny pomnik, zapalony znicz czy położony kwiat będzie pustym, niewiele znaczącym gestem, a my nadal nie będziemy pewni czy „życie Twoich wiernych, o Panie, zmienia się, ale się nie kończy...”.

## ***Niedziela, 24 listopada, Jezusa Chrystusa, Króla Wszechświata***

Dzisiejsza uroczystość Chrystusa Króla jest zwieńczeniem tego wszystkiego, do czego prowadziły nas czytania ostatniego miesiąca.

Chociaż czas, w którym żyjemy, można określić jako „Już”, bo Jezus już przyszedł i jako „Jeszcze nie”, bo Jezus dopiero powróci i zakróluje na wieki, wyznajemy dziś z wiarą, że Jezus jest Królem, teraz i na wieki. On jest Tym, „Który jest, Który był i Który przychodzi”.

Skoro Jezus jest Królem na wieki, to także Jego królestwo będzie trwało wiecznie. Przekracza ono czas i przestrzeń. A jego społeczeństwo jest

wyjątkowe honorowe miejsca zajmują „ubodzy w duchu” wraz z tymi, którzy płaczą oraz tymi, którzy są cisi i pokornego serca.

Co więc oznacza to dla nas, będących obywatelami tego wspaniałego,

wiecznego królestwa? Jak „Już”, „teraz” i „Jeszcze nie” naszego czasu wpływa na nasze życie?

- Jezus już uwolnił nas od grzechu przez swą krew. Otrzymujemy tę wolność przez wiarę i chrzest, nawracając się do Jezusa i jednocząc się z Nim w sakramentach.

- Nic nie jest w stanie odłączyć nas od Jego miłości. Dziś, teraz, możesz poprosić Go, aby usunął wszelkie bariery, które nie pozwalają ci doświadczać radości Jego królestwa.

- Pewnego dnia ty także będziesz królować wraz z Panem.

To bardzo krzepiąca myśl, pamiętajmy jednak, że w królestwie Jezusa „kto się poniża, będzie wywyższony”. Jezus obiecuje, że jeśli będziesz starać się żyć w Jego bliskości w tym życiu, On da ci miejsce blisko siebie w swoim wiecznym królestwie.

Uradujmy się dziś tym, że Jezus jest naszym Królem na wieki. W oczekiwaniu, aż obejmie miłosierne panowanie nad światem, zapraszamy Go do naszych serc, aby zakrólował w nich już dzisiaj.

„Jezu, oddaję Ci cześć jako memu Królowi! Przyjdź, Panie, i ustanów swoje królestwo na wieki!”.

# Intencje mszalne w kościele parafialnym pw. św. Mikołaja w Świebodzicach

## PIĄTEK 1.11.2024 r.

7<sup>00</sup> za ++ z rodziny WOJEWODÓW

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.1)

9<sup>00</sup> + Michał GROCHOWICZ, za ++ rodziców:

+ Wiktor, + Henryk LIS

10<sup>30</sup> + Hieronim WRÓBLEWICZ

10<sup>30</sup> za dusze w czyśćcu cierpiące

13<sup>00</sup> Msza Święta na cmentarzu

## SOBOTA 2.11.2024 r.

7<sup>00</sup> w int. syna

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.2)

9<sup>00</sup> MSZA ŚW. WYNAGRADZAJĄCA

18<sup>00</sup> W int. ++ członków Róż Różańcowych, Bractwa

Świętego Józefa, i Członków Towarzystwa

Przyjaciół Świdnickiego Seminarium Duchownego

– int. od Róż Różańcowych

18<sup>00</sup> za ++ z rodziny ŻEBRYK: ++ Rodzice: + Jan,

+ Emilia, ++ siostry: + Janina (5 r.śm.), + Maria i zm.

z rodziny ++ HOŁOWIENKO i ++

FIEDOROWICZÓW

## NIEDZIELA 3.11.2024 r.

7<sup>30</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.3)

9<sup>00</sup> + Władysława (k) KOSIŃSKA (w 5 rocz. śm.)

10<sup>30</sup> za dusze w czyśćcu cierpiące

12<sup>00</sup> + Janina ŁYSKAWA – CIELOCH, + Michał,

+ Karol, + Henryk

12<sup>00</sup> + Teresa, + Karol SOKOŁOWSCY oraz za ich

++ rodziców

18<sup>00</sup> + Wanda, + Antoni, + Irena, + Józef,

za ++ z rodziny, za dusze w czyśćcu cierpiące

## PONIEDZIAŁEK 4.11.2024 r.

7<sup>00</sup> + Stanisław, + Jarosław o dar nieba

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.4)

18<sup>00</sup> + Urszula DĘBSKA – int. od rodziny

## WTOREK 5.11.2024 r.

7<sup>00</sup> + Maria STROJCZYK (int. od ucz. pogr.)

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.5)

18<sup>00</sup> + Irena, + Jan KERLIN

## ŚRODA 6.11.2024 r.

7<sup>00</sup> + Janina KWAŚNIK (int. od ucz. pogr.)

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.6)

18<sup>00</sup> + Teresa WÓJCIK – int. od rodziny Bacza

## CZWARTEK 7.11.2024 r.

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.7)

9<sup>00</sup> za ++ z rodziny: ++ BARANÓW,

++ OLĘDZKICH, ++ MALCÓW, ++

KOWALCZYKÓW, ++ WOŁOCH, + Zdzisław,

+ Irena, + Halina BURDZY, za dusze w czyśćcu

cierpiące

18<sup>00</sup> + Zofia, + Stanisław, + Andrzej KRUPA

## PIĄTEK 8.11.2024 r.

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.8)

9<sup>00</sup> + Maria DZWONIARSKA (w 20 rocz. śm.),

+ Jozef DZWONIARSKI (w 34 rocz. śm.),

+ Krystyna DZWONIARSKA (w 2 rocz. śm.)

18<sup>00</sup> + Janina, + Wacław HINC, za ++ z rodziny

## SOBOTA 9.11.2024 r.

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.9)

9<sup>00</sup> ++ Jarosława (k) WYSOCZAŃSKA –

int. od rodzeństwa

18<sup>00</sup> + Czesław SZNER (w 4 rocz. śm.) –

int. od żony Urszuli

18<sup>00</sup> + Feliks, + Karolina MICHNA, + Józefa (k)

BOBROWICZ

## NIEDZIELA 10.11.2024 r.

7<sup>30</sup> za ++ rodziców: + mama Maria JAROSZ, + tato Stanisław JAROSZ (w 16 rocz. śm.)

9<sup>00</sup> + Anna, + Marek ZAJĄC – int. od wnuczki Lidii z rodziną

10<sup>30</sup> + tato Zdzisław PISULA (w 16 rocz. śm.)

12<sup>00</sup> za ++ rodziny: ++ MAŁEK i ++ ZAJĄC

18<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.10)

18<sup>00</sup> Msza Święta o łaskę zdrowia, Dar Bożego

błogosławieństwa, Dary Ducha Świętego

i wytrwałość w cierpieniu dla osoby doświadczającej

hejtu, nękania i prześladowania, o opiekę Matki

Bożej i Świętego Józefa

## PONIEDZIAŁEK 11.11.2024 r.

7<sup>00</sup>

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.11)

12<sup>00</sup> Msza Święta w int. Ojczyzny

18<sup>00</sup> + Bronisława (k) i + Teodor GŁUCHOWIE

## WTOREK 12.11.2024 r.

7<sup>00</sup> + Władysław ZEMANKIEWICZ (int. od ucz. pogr.)

9<sup>00</sup> + Jozef GIDELSKI – int. od brata Władysława

z rodziną

18<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.12)

## ŚRODA 13.11.2024 r.

7<sup>00</sup>

9<sup>00</sup> + Czesław (w 25 rocz. śm.), za Jego ++ rodziców i ++ rodzeństwo

18<sup>00</sup> + Genowefa JUDYCKA (w 10 rocz. śm.)

18<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.13)

## CZWARTEK 14.11.2024 r.

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.14)

9<sup>00</sup> + Czesław PROĆ (w 8 rocz. śm.), za jego

++ rodziców i ++ rodzeństwo

18<sup>00</sup> + Janina KOPEĆ (w 1 rocz. śm.)

## PIĄTEK 15.11.2024 r.

7<sup>00</sup>

9<sup>00</sup> + Paulina SIEMASZ (w 62 rocz. śm.)  
 18<sup>00</sup> Msza św. dziękczynna z okazji 18 urodzin  
 Angeliki prosząc o potrzebne łaski, zdrowie, Boże  
 błogosławieństwo, Dary Ducha Świętego, opiekę  
 Matki Bożej

18<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.15)

**SOBOTA 16.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Halina PIASECKA (int. od ucz. pogr.)

9<sup>00</sup>

13<sup>00</sup> Msza Święta w 10 rocznicę powstania  
 Wspólnoty Odnowy w Duchu Świętym w naszej  
 parafii pw. Świętego Mikołaja w Świebodzicach

18<sup>00</sup> + Edmund, + Renata

18<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.16)

**NIEDZIELA 17.11.2024 r.**

7<sup>30</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.17)

9<sup>00</sup> + Leszek KARCZMARZ (w 4 rocz. śm.)

10<sup>30</sup> + tato Michał WOŹNIAK (w 39 rocz. śm.),

+ mama Maria WOŹNIAK, za ich ++ rodziców

12<sup>00</sup> + Roman SAWICKI (w 19 rocz. śm.),

za ++ z rodzin: ++ SAWICKICH i ++ DĘBIŃSKICH

18<sup>00</sup> + Piotr KAPLITA (w 1 rocz. śm.) – int. od Doroty

z Martyna i Mariuszem

**PONIEDZIAŁEK 18.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.18)

9<sup>00</sup>

18<sup>00</sup> + siostra Lucyna, + mąż Jakub, + syn  
 Sebastian, za ++z rodziny: ++ WRÓBLEWSKICH,  
 ++ MARCHEWKÓW

**WTOREK 19.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.19)

9<sup>00</sup> ++ bracia: + Andrzej, + Janusz HORODECZNI

18<sup>00</sup> + Jarosława (k) WYSOCZAŃSKA

(int. od ucz. pogr.)

**ŚRODA 20.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.20)

9<sup>00</sup>

18<sup>00</sup> + Jarosława (k) WYSOCZAŃSKA –  
 int. od rodzeństwa

**CZWARTEK 21.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Stefania GADOWSKA (int. od ucz. pogr.)

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.21)

18<sup>00</sup> za ++ z rodzin: ++ OŁDAKOWSKICH:

+ Bolesława (k), + Jerzy, + Andrzej,

+ Zbigniew

**PIĄTEK 22.11.2024 r.**

7<sup>00</sup>

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.22)

18<sup>00</sup> + siostra Anna KASTELIK (w 1 rocz. śm.),

za ++ rodziców: + Janina i + Czesław

RUTKOWSCY – int. od siostry

**SOBOTA 23.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Wiesław DUDA (int. od ucz. pogr.)

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.23)

18<sup>00</sup> + Czesław MISZTAŁ (w 21 rocz. śm.)

18<sup>00</sup> + Stanisław SZNAJDER (w dniu urodzin)

– z prośbą o dar nieba

**NIEDZIELA 24.11.2024 r.**

7<sup>30</sup> + Ks. prałat Krzysztof MOSZUMAŃSKI –

int. od Rady Parafialnej

9<sup>00</sup> + Roman ZYGART (w 6 rocz. śm.)

10<sup>30</sup> + Andrzej OLENDER, + Krystyna i + Władysław  
 KUPIEC

10<sup>30</sup> + Zdzisław NIEDOWÓZ (27 r.śm.) + Zygmunt,

+ Kazimierz, +Wiktoria NIEDOWÓZ

12<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.24)

18<sup>00</sup> + Walenty, + Lucyna, za ++ rodziców, + Zenon

**PONIEDZIAŁEK 25.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Maria LESIAK (int. od ucz. pogr.)

9<sup>00</sup>

18<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.25)

**WTOREK 26.11.2024 r.**

7<sup>00</sup>

9<sup>00</sup> Msza św. dziękczynna w int. p. Janiny z okazji

85 urodzin prosząc o potrzebne łaski, zdrowie,

Boże błogosławieństwo

18<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.26)

**ŚRODA 27.11.2024 r.**

7<sup>00</sup>

9<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.27)

18<sup>00</sup> + Leokadia LIGĘZA (w 1 rocz. śm.) –

int. od synów Marcina i Korneliusza

**CZWARTEK 28.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.28)

9<sup>00</sup>

18<sup>00</sup> + Joanna RUSNAK (w 1 r.śm.)

**PIĄTEK 29.11.2024 r.**

7<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.29)

9<sup>00</sup> + Jan GOSPODARCZUK (gr.30)

18<sup>00</sup> + Władysław KOŚCIELSKI, za dusze

w czyścicu cierpiące

**SOBOTA 30.11.2024 r.**

7<sup>00</sup>

9<sup>00</sup>

18<sup>00</sup> + Jozef FALKIEWICZ

18<sup>00</sup> + Jadwiga PLECETY (gr.30)



## Sakrament Chrztu św. przyjęli:

Aleksandra Żuwalska,  
5.10.2024 r.  
Laura Klaudia Mazurkiewicz, 22.09.2024 r.



## Małżeństwo zawarli:

Piotr Korga i Adrianna  
Elżbieta Kujat, 4.10.2024 r.  
Daniel Adam Roszkowski  
i Małgorzata Anna Roszkowska, 19.10.2024 r.



## Bramę wieczności przekroczyli:

+ Danuta Michułka Nowak,  
zm. 25.09.2024 r., żyła 72 lata  
+ Władysław Zemankiewicz,  
zm. 5.10.2024 r., żył 90 lat  
+ Maria Strójczyk, zd. Gra-  
dowska, zm. 8.10.2024 r., żyła 92 lata  
+ Janina Kwaśniak, zd. Górską,  
zm. 9.10.2024 r., żyła 81 lat  
+ Halina Piasecka, zm. 15.10.2024 r.,  
żyła 75 lat  
+ Jarosława Wysoczańska, zm. 18.10.2024 r.,  
żyła 94 lata



## Parafia pw. św. Mikołaja w Świebodzicach

2025		STYCZEŃ				
NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
			1	2	3	4
			Świętej Barbary Rodzickiej Nowy Rok, Męczysława	Św. Bazylego Wielkiego Św. Grzegorza z Nazjanzu	Najświętsze Imię Jezusa Św. Genowefy	Anieli Ełżbiety
5	6	7	8	9	10	11
II Niedziela po Bożym Narodzeniu, Św. Edwarda Kacpra, Melchiora, Baltazara	Objawienie Pańskie Kacpra, Melchiora, Baltazara	Św. Rajmunda Łucjana, Juliana	Św. Wawrzyńca Seweryna, Alberta	Antoniego Marcoliny, Marcjana	Św. Włobiana Jana	Honoraty Matyły
12	13	14	15	16	17	18
Niedziela Chrztu Pańskiego Św. Arkadiusza, Czesławy	Bogurodzicy Weroniki Judyty	Feliksa, Hilarego Niny	Św. Amelii Jareosna Aleksandra, Dobrawy	Św. Marcelo Włodzimierza, Tycjana	Św. Antoniego Jana, Róściana	Małgorzaty Piotra
19	20	21	22	23	24	25
II Niedziela Zwykła Św. Józefa Pelczara	Św. Fabiana Św. Sebastiana	Św. Agnieszki, Jareosna Dzień Babci	Dzień Dziecka Anasztaza, Dominika	Rajmunda Jan, Róściana	Małgorzaty Piotra	Święto Niewiasty Św. Pawła, Tycjana, Miłosa
26	27	28	29	30	31	
III Niedziela Zwykła Św. Tomasz i Tytusa	Bł. Jacego Matulewicz Witallana	Św. Tomasz Alwin, Juliana	Franciszka Zofia	Gerarda, Macieja Św. Martyny, Św. Teofila	Św. Jana Bosko Św. Marcei, Ksawerego	

**Dochód ze sprzedaży kalendarza przeznaczymy na remont elewacji kościoła**

### Parafia Rzymskokatolicka pw. św. Mikołaja

pl. Kościelny 2, 58-160 Świebodzice  
tel. 74 854 44 15

Nr konta: 69 1500 1764 1217 6006 1271 0000

**Proboszcz:** ks. Józef Siemasz

**Wikariusz:** ks. Michał Gibek, ks. Paweł Schanne

[www.swmikolajswiebodzice.pl](http://www.swmikolajswiebodzice.pl)

#### Redakcja:

ks. Józef Siemasz, ks. Michał Gibek, ks. Paweł Schanne, Grażyna Gorska-Kubas, Elwira Kirklo-Rusek, Agnieszka Pelc

**Opracowanie graficzne winiety:** Stanisław Gołdyn

**DTP:** Stanisław Mróz

*Tekstów i zdjęć niezamówionych redakcja nie zwraca, zastrzega sobie prawo skracania i opracowywania redakcyjnego tekstów. Za treść listów, reklam i ogłoszeń redakcja nie ponosi odpowiedzialności*

### Kancelaria parafialna czynna:

wtorek w godz. 16<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>, czwartek w godz. 16<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>,  
sobota w godz. 10<sup>00</sup>-12<sup>00</sup>

### Msze św.:

- niedziela i uroczystości: 7<sup>30</sup>, 9<sup>00</sup>, 10<sup>30</sup> (z udziałem dzieci), 12<sup>00</sup> (suma), 18<sup>00</sup> (z udziałem młodzieży)
- dni powszednie: 7<sup>00</sup>, 9<sup>00</sup>, 18<sup>00</sup>
- dla małżeństw obchodzących jubileusz sakramentu małżeństwa: ostatnia niedziela miesiąca godz. 12<sup>00</sup>

### Spowiedź św.:

- od poniedziałku do soboty od godz. 6<sup>45</sup>, 8<sup>45</sup>, 18<sup>00</sup>
- niedziela i uroczystości: podczas wszystkich Mszy św.
- I piątek miesiąca w godz. 8<sup>30</sup>-9<sup>00</sup> i 17<sup>00</sup>-18<sup>00</sup>

### Sakrament chrztu św.:

I i III niedziela miesiąca o godz. 12<sup>00</sup>

### Adoracja Najświętszego Sakramentu:

- I niedziela miesiąca: po każdej Mszy św.
- I piątek miesiąca: rozpoczęcie całonocnej adoracji w ciszy po wieczornej Mszy św., zakończenie o godz. 9<sup>00</sup> w sobotę
- w każdy poniedziałek po wieczornej Mszy św. godzinna adoracja