



krótko

Jan Paweł II do młodych

ZAPROSZENIE. Ognisko Pracy Pozaszkolnej nr 3 zaprasza polonistów, historyków, katechetów i uczniów z Zabrze do udziału w projekcie pt. „Jan Paweł II do młodych”, upamiętniającym 5. rocznicę śmierci papieża. Składają się na niego dwa konkursy – plastyczny i recytatorski oraz warsztaty dla dzieci, młodzieży i nauczycieli. Zgłoszenia i prace przyjmowane będą do 8 kwietnia, a uroczyste zakończenie projektu, połączone z rozdaniem nagród odbędzie się 21 kwietnia o godz. 16.00 w parafii św. Anny. Więcej informacji: OPP3, ul. Opolska 29, Zabrze, tel. 32 271 54 45, e-mail: opp3zabrze@wp.pl.

Konferencja dla małżeństw w Zabrze

Inna matematyka

Jeden plus jeden tutaj równa się jeden. Taka jest **Boża formuła dla małżeństwa** – przekonywali prowadzący konferencję w Zabrze.

W parafii św. Józefa 6 marca spotkało się 29 par – nie tylko z Zabrze i sąsiednich miast, ale również Rybnika, Nysy czy Pszczyny. W różnym wieku i z różnym stażem małżeńskim. Konferencję nt. „Razem jako zespół” poprowadzili Mariola i Tadeusz Skałubowie z Ruchu Nowego Życia – Służba Rodzinie oraz Bernarda i Jan Rózgowie, od ponad 10 lat współpracujący z RNŻ.

– Ta konferencja głównie adresowana jest do małżonków z pewnym stażem, którzy już doświadczili, że sami są słabi, że wpadają w różne pułapki i przewracają się. Ale konferencja jest tylko środkiem pomocy, praktykę zdaje się życiem.



MIRA FLUTAK

Uczestnicy konferencji pracowali w dwuosobowych zespołach. Na zdjęciu Katarzyna i Andrzej Różyccy z Rybnika, małżeństwo z 7-letnim stażem

Co nie jest łatwe, bo nasza kultura nie sprzyja budowaniu jedności, ale jest wiele szczęśliwych małżeństw, które przeżyły ze sobą całe życie – przekonywał Jan Rózga, przypominając, że celem spotkania jest przedstawienie Bożej wizji dla małżeństwa. – Wierzmy, że Bóg jest konstruktorem małżeństwa

i pomysły na nie objawił w swoim słowie. Biblia jest więc instrukcją dla życia w małżeństwie, a instrukcje warto czytać – zachęcał. Konferencję zorganizowała parafia św. Józefa i RNŻ – Służba Rodzinie, a ponieważ zainteresowanie tematem było duże, już planowana jest kolejna.

mf

Koncert dla poszkodowanych



KRZYSZTOF KUSZ

ZABRZE, 7 MARCA. Na scenie pojawiło się wiele zespołów, licytowane były prace dzieci i profesjonalnych artystów

Prawie dwa miesiące po wybuchu gazu w budynku w Zabrze Rokitnicy odbył się koncert na rzecz poszkodowanych rodzin. Sala kina Roma była pełna, a na występie obecni byli również mieszkańcy zniszczonego domu. – Mamy to szczęście, że los obdarzył nas wspaiałymi przyjaciółmi, na których zawsze możemy liczyć, dlatego zrodził się pomysł zorganizowania tego koncertu, aby również inni, zupełnie obcy, mogli na nas polegać – powiedziała Barbara Tarza, która razem z Bogusławą Golis zorganizowała koncert – obie przez miejsce zamieszkania związane z Rokitnicą. Przeprowadzona została aukcja prac profesjonalnych artystów i dzieci z Domu Kultury nr 2. Dochód z koncertu razem z pieniędzmi zebranymi w zabrzańskich zakładach pracy przekazywany zostanie poszkodowanym.

Ojciec fundamentem rodziny



MIROSLAW RZEPKA

Abp Damian Zimoń i senator Krystyna Bochenek powitali na konferencji tańczącą rodzinę Hanny i Krzysztofa Chechlińskich z Akademickiego Zespołu Pieśni i Tańca „Dąbrowiaczy”, który włączy się w obchody święta rodziny

KATOWICE. Dyktando dla rodzin i rodzinny bieg, koncerty, konkursy, sympozja, a także targi wydawców katolickich, Msze św. w intencji rodzin to już stałe elementy rodzinnego święta. W tym roku przybędzie wiele nowych. III Metropolitalne Święto Rodziny odbędzie się w maju w archidiecezji katowickiej oraz diecezjach gliwickiej, opolskiej i sosnowieckiej. Tegoroczne uroczystości przebiegać będą pod hasłem „Ojciec fundamentem rodziny”. Święto zakończy się 30 maja w czasie dorocznej pielgrzymki mężczyzn do sanktuarium w Piekarach Śląskich. Dzień wcześniej odbędzie się piekarskie sympozjum naukowe pt. „Zagrożone

ojcostwo”. Na konferencję prasową na temat III Metropolitalnego Święta Rodziny przybyli 3 marca do Biblioteki Śląskiej przedstawiciele samorządów i organizacji pozarządowych oraz większość śląskich mediów. Organizatorzy postanowili w tym roku rozpocząć świętowanie w 90. rocznicę urodzin Jana Pawła II, czyli 18 maja. W tym dniu o godz. 12.00 rozpocznie się w Teatrze Śląskim maraton czytania dzieł Papieża Polaka. Potrwa on do 22 maja, kiedy to o godz. 17.00 w Domu Muzyki i Tańca w Zabrze rozpocznie się oficjalna inauguracja Metropolitalnego Święta Rodziny. Więcej informacji można znaleźć w internecie: www.swieto-rodziny.pl.

Znowu zagrali dla hospicjum

TARNOWSKIE GÓRY. 3 marca odbył się koncert charytatywny w Tarnogórskim Centrum Kultury, z którego dochód przeznaczony jest na budowę hospicjum stacjonarnego. Tym razem – z biletów i zbiórki do puszek – uzyskano prawie 2 tysiące złotych. Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej i Paliatywnej „Nie lękajcie się” od kilku lat zbiera środki na budowę, w tej chwili

hospicjum Caritas opiekuje się chorymi w ich domach. W jednym miesiącu taką opieką obejmuje 15 osób. W czasie koncertu przyznano tytuły honorowego członka stowarzyszenia osobom szczególnie dla niego zasłużonym. Otrzymali je: Grzegorz Gwóźdź z GTECH, Ewa Janowska z Kancelarii Doradztwa Podatkowego „Urzednik” i Bernadeta Kowalska z zespołem Przyjaciele.



Z Żywca do Rud

RUDY. Pielgrzymka z parafii katedralnej Narodzenia NMP w Żywcu przyjechała 1 marca do rudzkiego sanktuarium. Byli to głównie wolontariusze, którzy od lat działają w parafialnej grupie charytatywnej. Krystyna Rodzoń była tu pierwszy raz. – Jestem zachwycona, z pewnością przyjadę tu przy najbliższej okazji – powiedziała. Całodniowy wyjazd zorganizowała Władysława Augustynowicz. – Traktujemy go jako dzień skupienia w drodze. Oprócz Rud, chcemy odwiedzić również inne miejsca pielgrzymkowe, gdzie będziemy modlić się i adorować Najświętszy Sakrament – wyjaśniła. Mszy przewodniczył bp Gerard Kusz, koncelebrowali ks. Władysław Augustynowicz, który od kilku lat pracuje w Opawie oraz ks. Józef Jakubiec, opiekun grupy charytatywnej. – Jesteście u Maryi, aby uczyć się od Niej otwartego serca, wrażliwego na Boże natchnienia i gotowego do ofiarnej pomocy bliźnim – powiedział w homilii bp Kusz.



KS. WALDEMAR PACKNER

Mszy dla pielgrzymów z Żywca przewodniczył bp Gerard Kusz, a koncelebrowali ks. Mieczysław Augustynowicz (z prawej) oraz ks. Józef Jakubiec

Stawiają na współpracę

GLIWICE. 4 marca przedstawiciele Rady Ruchów, Wspólnot i Stowarzyszeń Diecezji Gliwickiej rozmawiali o współpracy pomiędzy różnymi grupami, do czego zachęcał ich uczestniczący w spotkaniu bp Gerard Kusz. Przedstawiciele poszczególnych wspólnot mówili o tym, czym zajmują się na co dzień. – Spotkanie miało znaczenie w dwóch wymiarach. Po pierwsze zaprezentowania inicjatyw poszczególnych grup i wskazania wspólnych dzieł, jakimi są np. pielgrzymka rodzin, modlitwa za miasto w Zabrze czy pomoc charytatywna prowadzona w Gliwicach. A po drugie zintensyfikowaniu tej współpracy – wyjaśnia ks. Jarosław Buchenfeld, koordynator Ruchów, Wspólnot i Stowarzyszeń Diecezji Gliwickiej. Temu ma służyć m.in. przygotowywana właśnie strona internetowa, na której mają znaleźć się aktualne informacje wszystkich ruchów i wspólnot.

Pożar w szpitalu

LUBLINIEC. Trzy osoby zginęły, a jedna zmarła na skutek poparzenia w pożarze, który 2 marca, późnym wieczorem wybuchł w Wojewódzkim Szpitalu Neuropsychiatrycznym w Lublińcu. Kilka osób zostało rannych. Ogień pojawił się na jednym z oddziałów. Ewakuowano pacjentów, co było trudne, bo przebywały na nim osoby z problemami w poruszaniu się. W akcji ratowniczej wzięło udział w sumie 10 jednostek – straży pożarnej, policji i pogotowia ratunkowego. Specjalna komisja ustala okoliczności zdarzenia i przyczyny wybuchu pożaru.

GOŚĆ GLIWICKI

gliwice@goscniedelny.pl

ADRES REDAKCJI:
ul. Przedwiośnie 3, 44-119 Gliwice
TELEFON (32) 750 61 30
REDAGUJA: ks. Waldemar Packner
– dyrektor oddziału tel. 664 006 683,
Klaudia Cwołek tel. 664 006 681,
Mira Fiutak, tel. 664 006 682

Medytacje o. Ludwika Mycielskiego

O tożsamości chrześcijańskiej

Pan mój i Bóg mój. Jezus. Dzisiaj pośród Kościoła
– taki był tytuł rekolekcji dla nauczycieli i wychowawców, które w Zabrzcu głosił benedyktyn z Biskupowa o. Ludwik Mycielski, biblista.

Miały one charakter medytacji nad Słowem Bożym. Korzystając z różnych osiągnięć multimedialnych, przy wygaszonych światłach rekolekcjonista zaprosił do refleksji nad istotą chrześcijaństwa, odwołując się do tekstów biblijnych, w tym do oryginalnych greckich słów Nowego Testamentu.

– Moim pragnieniem jest przekazanie uczestnikom rzeczywistości mojej przyjaźni z Jezusem – tłumaczy o. L. Mycielski. – Jako przekaz wybrałem słowo Ewangelii z pragnieniem, żeby docierało słowo natchnione Nowego Testamentu – słowo greckie. W tych naukach pragnę wyjaśnić szereg wyrazów greckich, które pomogą lepiej zrozumieć Jezusa, bo to jest język Nowego Testamentu – natchniony.

Inspiracją do tych rekolekcji – jak podkreśla benedyktyn – były jego rozmowy w 1983 roku z kard. Josephem Ratzingerem w klasztorze w Bawarii, gdzie

prowadził rekolekcje, a kardynał – jako arcybiskup Monachium – był na wypoczynku. – Mówił mi o swojej książce, która potem została przetłumaczona na język polski pt. „Eschatologia” i o tym, że chrześcijaństwo uległo znacznej rejudaicacji, czyli temu, co tak strasznie bolało Pawła – opowiada. Problem polega na tym, że chrześcijanie zapytani o przykazania mówią o 10 przykazaniach lub ich streszczeniu w przykazaniu miłości Boga i bliźniego, a mało kto podaje nowe przykazanie Jezusa, abyśmy się wzajemnie miłowali, tak jak On nas umiłował.

O. Ludwik Mycielski przed słuchającymi otworzył więc zupełnie nowe perspektywy. Tłumaczył, że niezależnie od tego, czy ktoś jest ochrzczony, czy nie, Jezus w nim mieszka i to nie pomimo jego biedy, ale właśnie ze względu na nią. Przypomniał też testament Jezusa z Wieczernika, w którym wzywał do miłości wzajemnej. – Chciałbym wytłumaczyć



O. Ludwik Mycielski podczas rekolekcji w kaplicy domu parafialnego św. Anny w Zabrzcu

nauczycielom, że ich zasadniczym zadaniem jest dbanie o dobrą atmosferę w pokoju nauczycielskim i o więź między uczącymi, a to ma potem rozlewać się na uczniów – podkreśla. Tym, co nas powinno skłaniać do miłości i służby jest różność charakterów, czyjaś niesympatyczność, błędy. Ojciec Mycielski podkreśla, że w tego rodzaju wielkoduszności Jezus nie da się prześcignąć, ale w cudowny sposób odpowiada,

jeżeli człowiek stara się Mu służyć w Jego poniżeniu, biedzie i w tym wszystkim, co nas boli. Wtedy dokonuje cudu i staje we wnętrzu człowieka jako Zmartwychwstały – podkreśla o. Mycielski. Wtedy też pojawiają się wszystkie owoce Ducha Świętego, czyli pokój, radość i jeszcze większa miłość oraz szalony entuzjazm do pracy, o których św. Paweł pisze w piątym rozdziale Listu do Galatów.

kc

Propozycja

Nie tylko dla rodzin

Duszpasterstwo Rodzin Diecezji Gliwickiej zachęca do opowieszczenia filmu „Basia” (reż. Maciej Bodasiński, współtwórca Leszek Dokowicz).

Przedstawia on poruszającą historię zmarłej na raka w 2007 roku Barbary Paradowskiej, która dowiedziała się o chorobie, gdy była w długo oczekiwanej i wymodlonej ciąży z synem Mateuszem. W tej sytuacji lekarz sugerował aborcję, na którą małżeństwo nie wyraziło zgody. 31-letnia Basia zmarła dzień po drugich urodzinach swojego dziecka. Film opowiada o jej miłości do męża Michała i małego syna, którym starała się osobiście opiekować

nawet wtedy, gdy sama nie miała już sił. Jest świadectwem głębokiej wiary w Boga i zaufania Mu w obliczu śmierci. Pokazuje też trudne przeżycia osób, które towarzyszyły jej w ostatnim okresie życia. Film dostępny jest w sieci, projekt ma stronę internetową www.filmobasi.pl. Jego kopie (także do oglądania na DVD) można otrzymać w duszpasterstwie rodzin w Centrum Edukacyjnym im. Jana Pawła II w Gliwicach, po uprzednim telefonicznym zgłoszeniu (tel. 507 389 948). Historia ta opisana jest również w książce Szymona Hołowni pt. „Ludzie na walizkach”, Znak 2009.

k

■ R E K L A M A ■

KLINIKA 2000®

wykonuje:

- OPERACJE ZAĆMY
- OPERACJE ZEZA
- LASEROWE KOREKCJE WAD WZROKU
- KOMPLEKSOWĄ DIAGNOSTYKĘ OKULISTYCZNĄ

Katowice, ul. Żelazna 1
tel. 032 3590-999, 032 3590-998
www.klinika2000.pl

W świetlicy karmelitanek misjonarek w Zabrze

Dobry pomysł na Zandce

Od nowego semestru dzieci ze świetlicy siostr karmelitanek misjonarek na Zandce mają swoją małą bibliotekę.

Z inicjatywą utworzenia podręcznego księgozbioru wyszedł Mariusz Rolewski, pracownik ING Banku Śląskiego. – Kiedyś mieszkałem na Zandce, znam jej realia i wiem, że pomoc jest tam potrzebna – tłumaczy. W zeszłym roku przeprowadził wśród kolegów zbiórkę artykułów szkolnych i zastanawiał się, co jeszcze może dla dzieci ze świetlicy zrobić. Po konsultacjach z siostrami złożył projekt w konkursie wolontarystycznym dla pracowników ING Banku Śląskiego „Dobry pomysł”, dotowanym przez Fundację ING Dzieciom. – Wspólnie z panem Mariuszem doszliśmy do wniosku, że przydałaby się biblioteczka i gablotki misyjne, żeby poszerzać dzieciom horyzonty, pogłębiać



Biblioteka znajduje się w jednym z pomieszczeń świetlicy

ich wrażliwość na potrzeby innych ludzi. Chodzi nam też o zachęcenie do czytania, bo wiele dzieci ma z tym trudności, zresztą w ogóle dzieci nie chcą czytać, więc chcemy coś zrobić, żeby je do tego zachęcić – mówi s. Ewa Połec, karmelitanka misjonarka.

Za 5 tys. złotych udało się sfinansować regały, gablotki, książki,

upominki dla dzieci i poczęstunek. Część książek jest nowa, inne zebrano wśród pracowników centrali banku w Katowicach i Warszawie. Są tutaj encyklopedie, słowniki, książki dla dzieci i młodzieży, trochę lektur. Niektóre pozycje są darem od znajomych siostr. W ostatni dzień ferii 10 pracowników pionu finansów banku

spędziło 8 godzin w świetlicy, montując regały i prowadząc różne zabawy dla dzieci. Nie zabrakło też dużego pluszowego lwa – symbolu banku, za którego przebrała się jedna z pracownic.

– Akcją spotkała się z dużym oddźwiękiem i przerosła nasze najśmielsze oczekiwania – mówi s. Ewa. Dla siostr to ogromna pomoc, bo prowadzenie świetlicy pochłania wiele środków. Od poniedziałku do czwartku od 14.00 do 17.30 przebywa tu ponad 30 dzieci, które mogą na miejscu odrabiać lekcje, bawić się, brać udział w różnych zajęciach dodatkowych. Pracują z nimi siostry i osoby świeckie, w większości wolontariusze. Codziennie jest też przewidziany poczęstunek. W piątek świetlica udostępniana jest młodzieży, dla której Stowarzyszenie Mieszkańców Osiedla „Zandka” organizuje gry edukacyjne. Siostry współpracują ponadto z soroptymistkami zabrzańskimi, które zaproponowały w piątek spotkania w ramach klubu filmowego, a dwa razy w miesiącu przygotowują podwieczorek dla dzieci. **kc**

Muzyczno-literackie spotkanie w Tarnowskich Górach

Urodziny Chopina

Na 200. rocznicę urodzin dzieci przygotowały w Tarnowskich Górach kartki dla Chopina.

To pierwsza z imprez zaproporzonych z tej okazji przez tarnogórką kawiarnię artystyczną „Pod Nad” i Fundację Przyjaciół Edukacji i Kultury „Tarnowicy”. Muzyczno-literackie urodziny Chopina poprzedziło malowanie kartek urodzinowych przez dzieci, które w czasie ferii przychodziły do kawiarni „Pod Nad”, gdzie mogły posłuchać muzyki Chopina. – Fryderyk Chopin uwielbiał grać dla przyjaciół w małych salonach oraz spotykać się z muzykami z całej Europy w kawiarniach i restauracjach – mówi Ewa Szmidt-Sabat, autorka projektu „Frycek 200. Gramy Chopina i dla Chopina”.

W poprzednich latach przygotowała podobne projekty poświęcone Mozartowi, Szymanowskiemu i Wyspiańskiemu.

Tarnogórką urodzinom towarzyszył koncert utworów Chopina i jemu dedykowanych w wykonaniu Natalii Pradelok, Michała Miodka, Łukasza Pakuły oraz Olgi Szmidt, która opowiadała też o ciekawych faktach z życia i twórczości kompozytora. Wystawę kartek można oglądać w kawiarni (przy Rynku, ul. Gliwicka 1) aż do świąt wielkanocnych. Najbliższe, kwietniowe spotkanie z muzyką Chopina, połączone z konkursem na mazurek – muzyczny i pieczony – zaplanowane jest na Wielkanocny Poniedziałek. Szczegóły na: www.podnad.pl.



Na pianinie zagrał Michał Miodek, który również recytował wiersze dedykowane Chopinowi

mf

Trzy formy pokuty – post, modlitwa, jałmużna

Dieta może być postem

Rozmowa z **ks. Herbertem Hlubkiem**, długoletnim duszpasterzem akademickim z Gliwic

Ks. WALDEMAR PACKNER: Jeśli ktoś w Wielkim Poście ogranicza jedzenie, ale myśli o tym, żeby przy okazji zrzucić trochę zbędnych kilogramów, czy wtedy pościć?

Ks. HERBERT HLUBEK: – Moim zdaniem tak. Człowiek ma bardzo złożoną psychikę i mogą równocześnie istnieć niejako dwa czynniki – chce pościć, naśladować Chrystusa, pokonywać swoje wady, a jednocześnie chce się odchudzić, aby czuć się lepiej i być bardziej sprawnym fizycznie. Człowiek, co często podkreślał w swoim nauczaniu kard. Karol Wojtyła, jest jednością ciała, ducha i psychiki. Znaczy to, że te czynniki się przenikają i są ze sobą w ścisłym powiązaniu. Stąd wzniosłem i duchowym wysiłkom może czasem towarzyszyć element ludzki, cielesny. Natomiast sprawa rozstrzyga się w sumieniu, co jest zasadniczym celem przy podejmowaniu postu.

Czyli post może być powiązany z odchudzaniem?

– Może, jednak wszystko zależy od intencji. Zwykle odchudzanie może być związane z postem w religijnym znaczeniu, jeśli towarzyszy temu właściwa intencja umartwienia, pokuty, wynagrodzenia, itp. Jeśli tylko się odchudzamy, to choć pościmy, postem to nie jest, nawet jeśli dbałość o ciało jest również naszym obowiązkiem.

Jakie znaczenie mają czasem drobne postne wyrzeczenia, choćby rezygnacja z cukierka?

– Ogromne. Nasze życie składa się z drobnych spraw. Rezygnacja ze słodczy, z kina, ograniczenie oglądania telewizji i tym podobne to doskonałe ćwiczenie woli. A silna wola człowieka przyda mu się w wielu poważniejszych sprawach, które przyniesie życie. Właściwa postawa w kluczowych sytuacjach kształtuje się poprzez zwyczajne i drobne umartwienia. Mają więc one ogromne znaczenie. Przypominają mi się słowa Chrystusa, który powiedział, że kto będzie wierny w drobnych sprawach, ten sprawdzi się również w sprawach zasadniczych. Zachęcam więc do podejmowania tych małych, drobnych wyrzeczeń.

Post to nie tylko umartwienia związane z pokarmem?



KRZYSZTOF KUSZ

– Oczywiście, że nie, a często o tym zapominamy. Post to także uprzejmość wobec człowieka, do którego czujemy antypatię, to powściągnięcie swojego języka od wygłaszania opinii i osądów, to nieocenianie i niekrytykowanie innych, to dobre słowo dla kogoś, kto na nie nie zasłużył, to opanowanie swoich nastrojów, to oczyszczenie pamięci z negatywnych wspomnień, to w końcu przebaczenie i zapomnienie doznanych krzywd i upokorzeń. Kiedyś, będąc w szpitalu onkologicznym, chciałem pocieszyć chorego, któremu został tydzień życia. Choć miałem dobrą intencję, czego niestety nie mogłem udowodnić, to jednak uraziłem tego człowieka. Postem może być więc panowanie nad słowem i stała troska o to, aby być dobrym dla bliźniego, nie ranić go codziennym zachowaniem. Czasem mamy skłonność, aby to, co zasadnicze, zastąpić drobnym postnym wyrzeczeniem, gdy tymczasem akcent należałoby położyć na coś innego.

Więc post ma służyć temu, aby poprawić nasze ludzkie zachowanie?

– To jedna sprawa. Z drugiej strony post ma nas jeszcze bardziej uczynić uczniem Chrystusa, otworzyć na sprawy duchowe. W post należy wciągnąć nasze całe życie, a więc ciało, ale również i ducha. Post ma obejmować wszystkie sfery człowieka i służyć naszej poprawie.

Jakie formy postu zaproponowałby Ksiądz współczesnemu człowiekowi?

– To sprawa indywidualna. Trzeba najpierw tego człowieka poznać, by zaproponować mu właściwe postne umartwienia. Sądzę, że każdy

wie, z czym ma największe trudności, gdzie leży jego słabość, i to może wziąć jako swoje zadanie na Wielki Post.

Czasem mamy ochotę na wzniośle postanowienia, z których ostatecznie niewiele wychodzi.

– Należy więc je dostosować do swoich możliwości. Jeśli ktoś lubi oglądać telewizję, to całkowita rezygnacja z jej oglądania może być ponad jego siły. Niech więc zamiast czterech godzin dziennie spędza przed telewizorem dwie. Takie postanowienie nie będzie leżało poza jego możliwościami i jest szansa na to, że będzie dochowane przez cały czas postu.

A jeśli ktoś rezygnuje z kawy czy papierosów, jednak przez takie postanowienie jest rozdrażniony czy przykry dla otoczenia, to ma zrezygnować z takich postanowień?

– W żadnym wypadku. Wówczas postem będzie nie tylko rezygnacja z kawy lub papierosa, ale również zapanowanie nad swoimi emocjami.

A jeśli ktoś naobiecuje Bogu tyle postanowień, iż nie jest w stanie potem ich dotrzymać?

– To wtedy redukuje postanowienia i przeprasza Pana Boga. Jednak w tym, co potem postanowi, powinien już być konsekwentny. Post należy dopasować do możliwości człowieka i czasem sytuacji, która może go modyfikować.

Dawniej post był niezwykle rygorystyczny. Czy dziś jest nam trudniej pościć?

– Być może. Jednak współczesność daje nam tyle możliwości postnej pokuty, że ograniczenie jej wyłącznie do tego, co na stole, byłoby dużym uproszczeniem.

Co powinno być celem postu?

– Pełniejsze uczestniczenie w życiu Chrystusa, który dla mojego zbawienia szedł drogą krzyża. Post będzie niejako naśladowaniem naszego Zbawiciela, może stać się naszą małą drogą krzyżową. Celem postu jest więc ograniczenie zainteresowania człowieka samym sobą, pozbywanie się egoizmu, który jest pierwszym wrogiem miłości.

Czy może Ksiądz zdradzić swoje postne postanowienie?

– Jedno jest takie, że będę kupował mniej książek.

l...

– ... i już nie dotrzymałem postanowienia. ■

Profilaktyka to ni

PROFILAKTYKA NOWOTWOROWA.

Rozmowa
z **Barbarą
Dziuk**, prezesem
Śląskiego
Oddziału
Polskiego
Komitetu
Zwalczania Raka
w Tarnowskich
Górach oraz
prezesem
Fundacji na rzecz
Zapobiegania
i Zwalczania
Nowotworów.



KLAUDIA CWOŁEK

KLAUDIA CWOŁEK: Jak to się stało, że zaangażowała się Pani w zwalczanie raka?

BARBARA DZIUK: – Jako dziecko przeżywałam chorobę nowotworową mojej mamy, która przeszła dwie operacje w Instytucie Onkologii w Gliwicach. Wydawało się, że to jest koniec, ale dzięki wczesnej diagnostyce mama żyje do dziś i jest zdrowa. A ja, będąc mężatką, pomiędzy urodzeniem trzeciego i czwartego dziecka też zachorowałam na nowotwór piersi, który na szczęście nie był złośliwy. Dzięki temu, że został wykryty bardzo wcześnie, uniknęłam amputacji. Dlatego wszędzie podkreślam znaczenie wczesnej diagnostyki, żeby kobiety nie bały się chodzić do lekarza. W mojej działalności mam jeszcze dodatkową motywację. Już po wyleczonym nowotworze po raz czwarty zaszłam w ciążę, co było dla mnie i męża wielką radością. Niestety, wiele osób namawiało mnie do aborcji, tłumacząc, że to jest nienormalne, żeby w dzisiejszych czasach osoba

wykształcona miała czwórkę dzieci. Przy porodzie miałam poważne komplikacje. Mimo to dziecko urodziło się zdrowe. Pamiętam – był piątek, godz. 15.00, 11 czerwca 2001 roku – Pawełka i jego wielkie oczy, i radość towarzyszącą porodowi, która została zaburzona uchodzącym ze mnie życiem. Odczuwałam drgawki przedśmiertne. Prosiłam Boga wtedy tylko o to, żeby żyć dla dzieci. Gdy obudziłam się z narkozy o północy, nie wiedziałam, czy jestem jeszcze na tym świecie. Następnego dnia ordynator w rozmowie dał mi do zrozumienia, że z medycznego punktu widzenia jest niewytłumaczalne, że żyję i że obeszło się bez operacji. To było niesamowite, po raz kolejny zostało mi podarowane życie. Obiecałam sobie, że będę coś robić dla ludzi, pomagać im w trudnych, granicznych sytuacjach życia, choroby i śmierci. Wiem, że takie psychologiczne wsparcie jest bardzo potrzebne. Myślę, że Pan Bóg mnie dotknął i to jest moje powołanie. Mam też takie przesłanie: „Działać tak, aby wydobywać z siebie i z innych to, co najlepsze”. Nie wyzwałać agresji

i złości. Każdy człowiek bez względu na religię i światopogląd ceni życie, ale czasami błędzi, głosząc głupotę niezgodną z naturą i nauką Kościoła. Kto nam dał prawo do decydowania o tym, czy przyjmujemy życie czy nie? Życie to największy dar, który należy chronić i nie pozwalać go zniszczyć za żadną cenę.

Czy przed swoją chorobą miała Pani już wiedzę, jak należy się badać, na co zwracać uwagę?

– Tak. Miałam przyjaciółkę, którą bardzo wcześnie straciłam, miała raka piersi, nie badała się i zostawiła trójkę dzieci. Akurat w tym samym czasie rodziłyśmy, potem kontakt nam się urwał, a gdy dowiedziałam się, że ma nowotwór, nie dało się już nic zrobić.

Raka można wcześniej zdiagnozować, ale czy można go wyeliminować z naszego życia?

– Może nie w 100 procentach, ale w bardzo znacznym stopniu przez odpowiednią dietę i zdrowy sposób życia. Bo to, co myjemy, gdzie i jak żyjemy, w jakim środowisku, ma bardzo duży

wpływ na nasze zdrowie. Prowadzenie higienicznego trybu życia jest bardzo istotne. Nowotwór rozwija się w organizmie długo wtedy, gdy nasz system odpornościowy funkcjonuje nie tak, jak powinien. Nie możemy tego czasu zmarnować, więc z uporem namawiam na badania profilaktyczne refundowane przez NFZ. Musimy jako pacjenci wypracować współpracę i pomagać współpracować z lekarzami.

To są tylko niektóre z czynników wpływających na powstanie choroby, a są jeszcze inne?

– Oczywiście, ja jednak przede wszystkim uczulałam na to, na co mamy wpływ. Przestrzegam między innymi przed stosowaniem różnego rodzaju używek. Palenie papierosów to jeden z ważniejszych czynników wpływających na rozwój nowotworów, podobnie alkohol i narkotyki. Dlatego wiele konferencji prowadzę dla młodych, żeby ich ostrzec, by nie nadużywali tych środków, oraz podkreślam, że dzisiejsze postępowanie będzie miało duży wpływ na to, jacy będą za 20, 30 lat.

Jak młodzież przyjmuje te informacje. Dla niej rak to chyba perspektywa bardzo odległa?

– Ponieważ jestem żywym przykładem dobrodziejstwa wczesnej diagnostyki, mogę z przekonaniem mówić o kulturze, etyce współżycia, wstrzemięźliwości. Sposób wychowania i podejścia do seksualności ma też bardzo duży wpływ na nowotwory. Zostało już stwierdzone, że im większa ilość partnerów, tym większe ryzyko nowotworów narządów rodnych u kobiet. Młodzież chce słuchać tych informacji, jest zainteresowana, otwarta, zadaje pytania, czasem bardzo intymne. Chcę ją przestrzec, opowiadałam jak ja, jako młoda dziewczyna, przeżywałam nowotwór swojej mamy. Proszę sobie wyobrazić, że co czwarta osoba w Polsce już teraz jest dotknięta nowotworem, choć nie wszystkie są złośliwe. To jest patologia XXI wieku,

e moda, a mądrość

dlatego musimy być bardzo czujni, bo rak jest bardzo podstępny. Nie bagatelizować jakichkolwiek zmian na skórze czy objawów bólowych, tylko udać się do lekarza. Gdy jeden lekarz uśpi czujność, pójdź do drugiego. Nie mówię, żeby być przeczulonym, ale jak różne objawy się powtarzają, to starać się uzyskać pełną informację, że wszystko jest w porządku.

Jedną z inicjatyw Waszej organizacji jest podręcznik dla nauczycieli „Nauczanie w szkołach o nowotworach złośliwych”. W jaki sposób wchodzić z tym tematem do szkół?

– Jesteśmy zapraszani z prelekcjami, poczynając od ostatnich klas gimnazjum, przez szkoły średnie po uczelnie wyższe. Jeździmy z profesorami Instytutu Onkologii i osobami dotkniętymi chorobą nowotworową, które są przeszkolone przez naszą organizację i również nas wspomagają. To daje nam możliwość szerokiego przedstawienia problemu i odbiór jest wtedy bardzo dobry. Zwykle jest to spotkanie w cyklu dwugodzinnym dla kilku klas równocześnie. Najpierw tłumaczymy, co to w ogóle jest nowotwór, jak się rozwija, jakie czynniki mają na niego wpływ, jak go unikać. Druga godzina poświęcona jest najczęściej spotykanym nowotworom w Polsce. Na naszych spotkaniach jest idealna cisza, młodzież słucha z dużym skupieniem i rozważa, w ogóle nie widząc znużenia tematem. Czasami łączymy prelekcje z koncertami czy happeningami zdrowotnymi. Organizujemy też inne akcje, jak na przykład wspieramy informacyjnie bezpłatną mammografię czy cytologię dla kobiet, często łącząc je z konferencjami i koncertami znanych osobistości.

Kobiety często nie chcą korzystać z tych badań, ponieważ boją się, jak będą potraktowane przez nieznanego lekarza. Co można z tym zrobić?

– Mogę powiedzieć z całą odpowiedzialnością, że kadra

w mammobusie Instytutu Onkologii, która wyjeżdża w teren, jest wysoko wyspecjalizowana i jej podejście jest bardzo ludzkie. Zresztą dostajemy informacje zwrotne od kobiet, które chwalą życzliwe potraktowanie. To jest ważne, bo takie badanie wiąże się z pewnego rodzaju stresem.

Ale już cytologia, finansowana przez NFZ, jest wykonywana tylko w wyznaczonych placówkach i różnie można trafić.

– Trzeba po prostu znaleźć sobie lekarza odpowiedniego, z życzliwym podejściem, a tych nie brakuje, i nie zrażać się. Jeśli coś jest nie tak, pójdź do innego. Jest to wielka sprawa i w tym momencie składam ukłon w stronę wysoko wyspecjalizowanej kadry lekarskiej.

Czy ktoś myśli o uproszczeniu procedury, żeby badania profilaktyczne, i tak opłacane przez NFZ, można było wykonywać po prostu u lekarza, u którego pacjentki się leczą, do którego mają zaufanie?

– To wszystko działa jeszcze nie tak, jak byśmy sobie życzyli, ale przygotowujemy się do nowelizacji ustawy nowotworowej, bo obecnie obowiązująca pochodzi z lat 70., a od tego czasu nowotwory bardzo się rozwinęły.

To są propozycje dla kobiet, a dla mężczyzn?

– To dopiero jest temat tabu! Gdy spotykam się z mężczyznami, to namawiam ich, żeby zachęcali żony do badań, bo każdy mąż chce mieć zdrową żonę. A gdy spotykam się z kobietami, to proszę, żeby wpływały na swoich mężów.

Ale mężczyźni zwykle panicznie boją się lekarzy...

– Tak, i często dopiero przyparci do muru dają się namówić do jakiegoś działania w tym kierunku. W ogóle żyjemy w takich czasach, że mimo iż technika poszła bardzo do przodu, to odbywa się to kosztem naszego

zdrowia. Musimy być bardzo czujni, uważać, co jemy, bo jedząc, możemy pochłaniać praktycznie całą tablicę Mendelejewa – tyle chemii jest w różnych środkach konserwujących.

Na to jednak nie mamy zbyt dużego wpływu.

– Trochę jednak mamy. Możemy zwracać uwagę na składniki i kupować te produkty, w których jest mniej konserwantów. Na przykład pieczywo razowe bez ulepszczy, biały twaróg bez dodatków, wędliny swojskie. W ogóle więcej ryb, warzyw i owoców niż wędlin. I w niczym nie przesadzać. Do tego nie stresować się, nie być złośliwym, agresywnym, bo to też ma wpływ na rozwój komórek nowotworowych, osłabia nasz system odpornościowy. Zachować duży dystans do spraw mniej ważnych. Oczywiście są też genetyczne uwarunkowania tej choroby, na które nie mamy już wpływu, ale nawet wtedy, wiedząc że rak był w rodzinie, powinniśmy się tym bardziej kontrolować i robić regularne badania. Profilaktyka to nie moda, a mądrość. Mam zawsze w pamięci słowa Jana Pawła II, który mówił: „Nie żyje się, nie kocha się i nie umiera się na próbę”.

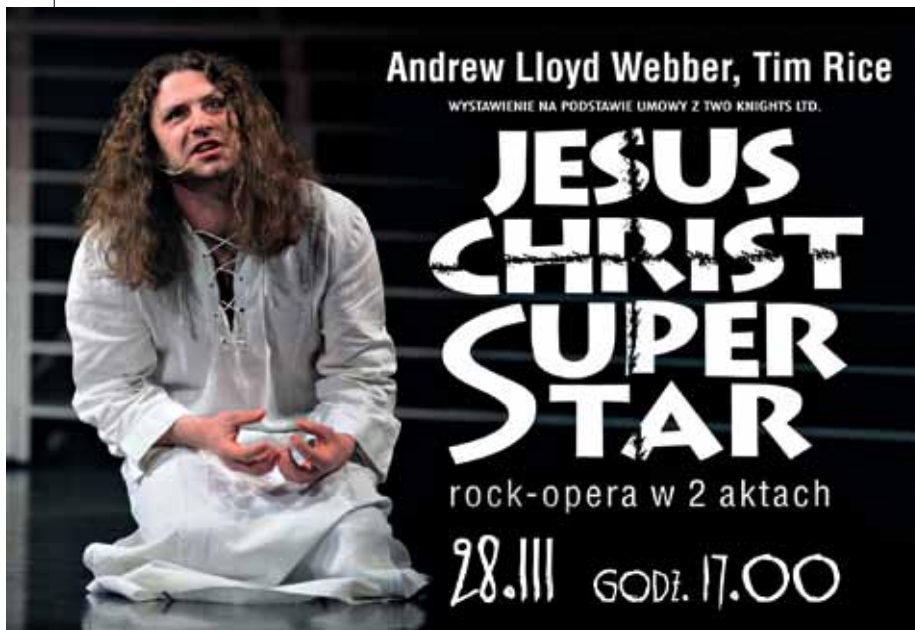
Jednym z Waszych najnowszych projektów jest współpraca z katechetami. Na czym ona polega?

– Dzięki życzliwości bp. Gerarda Kusza w zeszłym roku od października do grudnia w diecezji gliwickiej mieliśmy cykl spotkań dla wszystkich katechetów. Jestem naprawdę podbudowana tą współpracą, bo jej efektem są organizowane w szkołach konferencje. Uważam, że to jest bardzo ważny nurt, bo Kościół jest wielkim autorytetem dla wielu osób. Przez inne instytucje nie dotrze się tak do ludzi jak właśnie przez Kościół. Mam takie doświadczenie, że gdy informacja o badaniach w mammobusie i innych badaniach podawana jest przez parafie, wtedy bardzo dużo kobiet i mężczyzn na nie się decyduje. Zresztą w ogóle

początek profilaktyki nowotworowej w Polsce sięga działalności ks. Piotra Skargi, gdy już dbano o zdrowie Polaków. Oczywiście były inne choroby, ale kładziono wielki nacisk na zdrowie. Tu trzeba zaakcentować, że Kościół zawsze był i jest tym, który włącza się w ważne sprawy społeczne. Fundamentem i kontynuatorem tych idei prozdrowotnych jest Polski Komitet Zwalczenia Raka, który należy do stowarzyszenia European Cancer Leagues, założonego w 1906 roku, dzięki czemu współpracujemy i wymieniamy doświadczenia z krajami całego świata. A w Polsce naszą misją jest między innymi to, żeby mimo różnych problemów, jakie mamy ze służbą zdrowia, o nasze zdrowie dbać i jakoś sobie radzić. Bo jeżeli człowiek sam zostaje ze swoim problemem, to budzi się lęk, który też osłabia organizm, a tego po prostu nie chcemy. Człowiek od naturalnego poczucia aż do naturalnej śmierci chce się czuć bezpiecznie i chce być kochany. To jest normalne.

Polska nie wypada dobrze, jeśli chodzi o profilaktykę i leczenie nowotworów.

– W umieralności w wyniku chorób nowotworowych dorównujemy krajom Trzeciego Świata. Na Zachodzie umieralność kształtuje się na poziomie 3–4, maksymalnie 10 procent. A u nas jest to aż 80 procent. Z Zachodu przyjeżdżają medycy do naszego Instytutu Onkologii, żeby się uczyć, jak wygląda ostatnie stadium raka. Tak to, niestety, wygląda. Dlatego staramy się wprowadzać programy profilaktyczne wzorowane na krajach rozwiniętych, osiągnięciach współpracy ze społeczeństwem. Z kolei podręcznik dla szkół, który opracowali uznani naukowcy ze Śląska, pod redakcją prof. dr. hab. Mięczyńska-Chorażego, jest pierwszą taką pozycją w Europie i teraz jest wzorem dla innych krajów. Jesteśmy z tego bardzo dumni i cieszymy się, że w ten sposób możemy uczyć oraz uświadamiać istotę edukacji i wczesnej diagnostyki. ■



Zaproszenie do Zabrze

Jesus Christ Superstar

Czy ostatnie dni życia Jezusa można przedstawić w formie opery rockowej?
Okazuje się, że tak.

W Niedzielę Palmową 28 marca o godz. 17.00 w zabrzańskim Domu Muzyki i Tańca zostanie wystawiona opera rockowa Jesus Christ Superstar. Dzieło autorstwa Brytyjczyków Andrew Lloyd Webbera (muzyka) i Tima Rice'a (słowa), pochodzi z przełomu 1969 i 1970 roku. Przedstawienie opowiada o ostatnim tygodniu życia Jezusa Chrystusa. Na podstawie musicalu powstały dwa filmy zatytułowane „Jesus Christ Superstar” – w 1973 roku w reżyserii Normana Jewisona i w 2000

roku w reżyserii Gale Edwards. W zabrzańskim przedstawieniu wystąpią m.in.: Janusz Kruciński (Jezus), Maria Meyer (Maria Magdalena), Janusz Radek (Judasz), Marta Tadla (Annasz, Kapłan I) i Andrzej Kowalczyk (Poncjusz Piłat).

Przedstawienie stworzone przez dwóch młodych, zaledwie dwudziestokilkuletnich Brytyjczyków, okazało się na przełomie lat 60. i 70. jednym z największych przebojów w historii teatru muzycznego, a jego popularność, mimo zmieniających się mód i tendencji muzycznych, trwa do dzisiaj.

O bilety można pytać w kasie Domu Muzyki i Tańca w Zabrzu, ul. gen. de Gaulle'a 17, tel. 32 271 66 22 lub e-mail: kasa@dmit.com.pl. Więcej na stronie: www.dmit.com.pl. ■

Wspólnota Emmanuel zaprasza

Pogłębianie wiary

W parafii Wszystkich Świętych w Gliwicach odbywają się spotkania, organizowane przez Wspólnotę Emmanuel.

W najbliższym czasie:

16 marca, godz. 19.15. Szkoła Modlitwy i Adoracji. W programie: modlitwa uwielbienia i konferencja ks. Bernarda Franka pt. „Bóg jest miłosierdziem”. Następnie spotkania odbywać się będą co tydzień we wtorki o tej samej porze. Przewidziana jest adoracja Najświętszego Sakramentu, Msza św., spotkania w grupach dzielenia. Propozycja dla wszystkich szukających Boga: wierzących

i wątpiących. Więcej informacji: Anna i Piotr Ludwigowie, tel. 600 313 819, e-mail: pludwig@op.pl lub Wanda i Kazimierz Słomkowie, tel. 798 503 325.

20 marca, godz. 10.00–15.00, dzień skupienia z cyklu „Bóg i nasza codzienność”. W programie: modlitwa uwielbienia, konferencja i świadectwa, adoracja Najświętszego Sakramentu i Msza św. Będzie możliwość spowiedzi lub rozmowy z ks. Krzysztofem Koniecznym. Dla dzieci zapewniona opieka. Szczegółowe informacje: Anna i Piotr Ludwigowie, tel. 600 313 819, e-mail: pludwig@op.pl, Sylwia i Marcin Kamińscy, tel. 512 308 264, 502 140 864. ■

zapowiedzi

Koncert pasyjny

14 marca, godz. 15.30, kościół św. Antoniego w Gliwicach-Wójtowej Wsi – nabożeństwo z koncertem pieśni pasyjnych w wykonaniu połączonych chórów gliwickich pod dyrekcją Krystyny Krzyżanowskiej-Łobody.

Dla gimnazjalistek

19–21 marca, Leśnica k. Góry Świętej Anny – rekolekcje dla gimnazjalistek z klas I–II u siostr służebniczek pt. „Miłość, która współweseli się z prawdą”. Informacje i zgłoszenia: s. Dalmacja, tel. 514 347 268, e-mail: betania@sluzebniczki.pl.

Dla muzyków kościelnych

16 marca, godz. 19.00, parafia św. Piotra i Pawła w Tarnowskich Górach – spotkanie dla dekanatów Tarnowskie Góry, Stare Tarnowice i Żyglin.

Modlitwa za Bytom

16 marca, godz. 19.00, kościół św. Wojciecha (u franciszkanów) – Msza św. i nabożeństwo.

KIK w Gliwicach

17 marca, kaplica św. Jadwigi przy kościele Wszystkich Świętych – w programie: godz. 18.05 – nieszpory, godz. 18.30 – Msza św. (w kościele) i wykład Pawła Kosteckiego „Kult świętych i kanonizacje”.

Oblicza kapłaństwa

18 marca, godz. 17.00, Centrum im. Jana Pawła II w Gliwicach (obok katedry) – wykład ks. dr. Krystiana Piechaczka „Kapłaństwo w życiu i refleksji ks. Franciszka Błachnickiego”.

Dla szafarzy Komunii św.

wielkopostny dzień skupienia odbędzie się **20 marca** w parafii katedralnej w Gliwicach. Rozpoczęcie o godz. 9.30.

Wystawa malarstwa

21 marca, godz. 16.00, Centrum im. Jana Pawła II w Gliwicach – otwarcie wystawy malarstwa Agnieszki Kalnik, studentki grafiki ASP we Wrocławiu pt. „Prawie bajka”. W ramach wernisazu koncert inauguracyjny 65. rocznicę powstania Orkiestry Dętej KWK „Sośnica” pod dyrekcją Lesława Podolskiego. Wystawa będzie czynna do 15 kwietnia od poniedziałku do czwartku w godz. od 14.00–19.00. ■