

Dobra Nowina

Poznań Ogrody



Tygodnik parafii pw. Chrystusa Dobrego Pasterza w Poznaniu

IV NIEDZIELA WIELKIEGO POSTU 15.03.2026 Nr 9/2026(13006)

EWANGELIA J 9, 1. 6-9. 13-17. 34-38

Jezus, przechodząc, ujrzał pewnego człowieka, niewidomego od urodzenia. Splunął na ziemię, uczynił błoto ze śliny i nałożył je na oczy niewidomego, i rzekł do niego: «Idź, obmyj się w sadzawce Siloam» – co się tłumaczy: Posłany. On więc odszedł, obmył się i wrócił, widząc. A sąsiedzi i ci, którzy przedtem widywali go jako żebraka, mówili: «Czyż to nie jest ten, który siedzi i żebrze?» Jedni twierdzili: «Tak, to jest ten», a inni przeczyli: «Nie, jest tylko do tamtego podobny». On zaś mówił: «To ja jestem». Zaprowadzili więc tego człowieka, niedawno jeszcze niewidomego, do faryzeuszów.

A tego dnia, w którym Jezus uczynił błoto i otworzył mu oczy, był szabat. I znów faryzeusze pytali go o to, w jaki sposób przejrzał. Powiedział do nich: «Położył mi błoto na oczy, obmyłem się i widzę». Niektórzy więc spośród faryzeuszów rzekli: «Człowiek ten nie jest od Boga, bo nie zachowuje szabatu». Inni powiedzieli: «Ale w jaki sposób człowiek grzeszny może czynić takie znaki?» I powstał wśród nich rozłam. Ponownie więc zwrócili się do niewidomego: «A ty, co o Nim mówisz, jako że ci otworzył oczy?» Odpowiedział: «To prorok». Rzekli mu w odpowiedzi: «Cały urodziłeś się w grzechach, a nas pouczasz?» I wyrzucili go precz. Jezus usłyszał, że wyrzucili go precz, i spotkawszy go, rzekł do niego: «Czy ty wierzysz w Syna Człowieczego?» On odpowiedział: «A któż to jest, Panie, abym w Niego uwierzył?» Rzekł do niego Jezus: «Jest nim Ten, którego widzisz i który mówi do ciebie». On zaś odpowiedział: «Wierzę, Panie!» i oddał Mu pokłon.

IV Niedziela Wielkiego Postu Niedziela "Laetare"

*Raduj się, Jerozolimo,
zbierzcie się wszyscy, którzy ją kochacie.
Cieszcie się, wy, którzy byliście smutni,
weselcie się i nasycajcie u źródła waszej
pociechy.*

Komentarz Dobrej Nowiny

„Położył mi błoto na oczy, obmyłem się i widzę”. Czy tak nie jest też z nami? Panie, położyłeś mi błoto na oczy, abym przejrzała. Abym zaczęła rozpoznawać Ciebie i abym zaczęła uczyć się Ciebie. Żeby odkrywała Ciebie każdego dnia, wciąż na nowo. Jeśli tego chcę i idę za Tobą, karmiąc się Twoim Słowemcodziennie, to Ty pozwalasz mi coraz lepiej widzieć. To proces, który będzie trwał do końca mojej drogi i proszę Cię Panie, ustrzeż mnie przed powrotem ślepoty, bo Ty możesz wszystko. A ty? Spotkałeś już Pana i widzisz?

APOKALIPSA ŚWIĘTEGO JANA (II)

Jam jest Alfa i Omega, mówi Pan Bóg, Który jest, Który był i Który przychodzi, Wszchemogący /Ap1,8/

Za autora Apokalipsy -Księgi Objawienia w Nowym Testamencie uznawany jest święty Jan, apostoł i ewangelista, który miał on otrzymać wizję dotyczącą przyszłości świata i Kościoła, którą zapisał.

Apokalipsa jest dramatyczną wizją końca świata. Jest to jedyna księga, w której zawarty jest opis Sądu Ostatecznego oraz wizja nowego świata po upadku świata ziemskiego.

Adresatami Księgi jest siedem kościołów Azji Mniejszej, nad którymi Apostoł sprawował opiekę, które listownie nawiązywał, aby się nawróciły i trwały w wierze. Jedne z nich były bowiem prześladowane, inne odstąpiły od zasad moralnych, a niektóre były zagrożone herezją.

W swojej wizji Jan ujrzał Tron Boga otoczony chwałą, a Stwórcę trzymał w ręku pergamin z siedmioma pieczęciami, których nikt nie mógł złamać, oprócz Baranka, czyli Chrystusa. Z każdą złamaną pieczęcią spadała na świat kolejna katastrofa. Cztery z nich uwolniły Jeźdźców Apokalipsy: zarazę, wojnę, głód i śmierć. Piąta pieczęć ujawniła dusze męczenników, a szósta przyniosła upadek nieba na ziemię. Siódma zaś sprowadziła plagi, w tym ognisty deszcz, zatrucie oceanów i rzek oraz cierpienie zsyłane przez potworną szarańczę. Jednak wierni opieczętowani przez anioła zostali ochronieni przed gniewem Boga.

Następnie Jan zobaczył wizję walki szatana z Kościołem. Ukazała mu się Niewiasta ubrana w słońce, której dziecku zagrażał Smok. Gdy wąż chciał pożreć dziecko, Niewiasta została uratowana. Archanioł Michał strącił szatana i jego zwolenników z nieba, a Smok powołał Bestię – symbol złego imperium, które służyło Antychrystowi i odciągało ludzi od Boga. Upadek tego imperium nastąpił, gdy Babilońska Nierządnicza została zniszczona.

Potem rozpoczęła się pierwsza walka Bestii z Bogiem, w której Stwórcę zwyciężył, a szatan został spętany na tysiąc lat. W tym czasie Chrystus panował, a męczennicy zmartwychwstali i rządzą z nim. Po milenium szatan został uwolniony i ponownie zebrał swoich zwolenników, by stoczyć ostateczną bitwę na równinie Har-Magedon, znanej jako Armageddon. Siły zła otoczyły obóz sprawiedliwych, ale nie zdołały zwyciężyć. Szatan został ostatecznie pokonany i wrzucony do jeziora ognia i siarki.

Na Sądzie Ostatecznym zakończyły się stare czasy, a nowy porządek, Niebieskie Jeruzalem, symbolizował życie w pełnej harmonii z Bogiem.

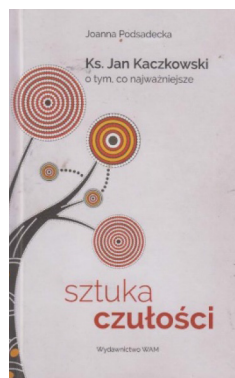
Teresa Majtas-Przybecka

MYŚL TYGODNIA

„Strzeż mnie jak żrenicy oka,
w cieniu Twoich skrzydeł mnie ukryj”
Ps 17,8

Sztuka czułości

Ks. Kaczkowski o tym, co najważniejsze



Autorką książki jest Joanna Podsa-decka. Zapytano autorkę, skąd się wzięła fenomen ks. Kaczkowskiego. Pomyślała, że być może wynika z tęsknoty za ludźmi, którzy żyją tak jak mówią. Odniosła się do myśli niezwykłego księdza żyjącego przed ks. Kaczkowskim. Księdzem tym był ks. Józef Tischner, który tak pisał: "Można mieć pełne usta słów o godności człowieka, o jego wewnętrznej prawdzie i potrzebie wiary w człowieka, jeśli jednak za słowami nie pójdą czy-

ny, mowa ta obróci się przeciw mówiącym". Tak książka Jan Kaczkowski uczył, jak odnaleźć się w przestrzeni osoby chorej, czasem nieuleczalnie, a gdy zachorował sam, tym, jak w tej rzeczywistości się odnalazł, uwiarygodniał to, o czym mówił wcześniej. W społecznym odbiorze stał się kimś do bólu autentycznym. Stąd jego popularność cieszy się także dzisiaj po jego śmierci. Zalek-nionym ludziom, którym często brakuje odwagi do spełnienia marzeń, ten człowiek z uwagi na słaby wzrok czy lewostronny niedowład od dziecka miał pod górkę, pokazał, co to znaczy żyć na pełnej petardzie - nie oszczędzając się i nie zapominając o realizowaniu swoich pasji.

Nieprzypadkowo był ks. Kaczkowski, założyciel Puckiego Hospicjum, porównywany do ks. Tischnera. Mimo oczywistych różnic obaj reagowali na cudzą krzywdę rzeczywistości podobnie. Jan lubił powoływać się właśnie na autora *Myślenia według wartości*, nadmieniając że ten wyprzedził swoją epokę o trzy długości. Słowa i przykład księdza Jana trafiały nawet szerzej, niż to miało w przypadku ks. Tischnera. Jan dowodził, że kryzysy można przerobić w lekcje. Wielokrotnie anegdotami prowokował do pytań o źródło siły i sensu życia. Zmuszał do refleksji nad tym, kiedy i dlaczego zabrakło nam miłości do siebie i innych. Przypominał o szacunku dla różnych sposobów przeżywania świata.

W 2015 roku, dziesięć miesięcy przed śmiercią, Jan przyjął zaproszenie od Marka Kuligowskiego do Australii. Obcy wówczas mu człowiek prosił o pomoc, bo nie mógł pogodzić się ze śmiercią żony. Jan wbrew protestom rodziny i pracowników po dwudziestosześciodzinnym locie stanął na Antypodach. Wyleciał z kraju dzień po badaniu rezonansem magnetycznym. Bał się wyników, cieszył się, że teraz będzie brakowało czasu na myślenie o możliwych scenariuszach. W Australii odbył liczne spotkania w ciągu 12 dniowym pobycie. Zaraz po powrocie do Polski pojechał na chemioterapię do Olsztyna. Takim zachowaniem Jan pokazał, że miłość podsuwa najprawdziwszą odpowiedź na pytanie: jak żyć? Proponowana aktualna książka *Sztuka czułości* to opowieść o tym jak złożony jest ludzki los. O podłości i szlachetności. O tym, jak straszny potrafi być świat ograbiony

z czułości. A także o tym, że do prawdy często docieramy błądząc. Dzięki książkom ks. Kaczkowskiego jako czytelnicy dojrzewamy. Polecam tę pozycję, zwłaszcza poszukującym odpowiedzi na najtrudniejsze pytania z którymi najczęściej spotykają się kapelani. Próbujmy przyjąć odpowiednią postawę wobec pytań, na które nie ma odpowiedzi.

Na postawie "Sztuka czułości" opracowała Ewa Wika

Depresja — choroba, która dotyka serca, umysłu i ducha

Depresja jest jednym z najczęściej występujących zaburzeń psychicznych naszych czasów. Może dotknąć każdego człowieka — niezależnie od wieku, sytuacji życiowej, pozycji społecznej czy zaangażowania religijnego. Nie jest chwilowym smutkiem ani „gorszym dniem”. Nie świadczy o słabej woli ani braku wiary.

Jest chorobą, która obejmuje całego człowieka: jego emocje, ciało, relacje z innymi oraz życie duchowe.

„Pan jest blisko skruszonych w sercu i wybawia złamanych na duchu” (Ps 34,19)

Mimo że depresja dotyka wielu osób, wciąż bywa tematem trudnym i niezrozumianym, a czasem przemilczanym — również we wspólnotach wierzących. Brak wiedzy, otwartości i rozmowy może pogłębiać cierpienie zarówno osób chorujących, jak i ich bliskich.

Czym jest depresja?

Depresja to zaburzenie nastroju, które utrzymuje się przez dłuższy czas i w znaczący sposób utrudnia codzienne funkcjonowanie. Osoba chora doświadcza często głębokiego smutku, poczucia pustki, braku sensu i nadziei.

Choroba ta **nie mija dzięki silnej woli**, dobrym radom ani wyłącznie staraniom duchowym. Wymaga zrozumienia, leczenia oraz wsparcia — zarówno specjalistycznego, jak i ze strony bliskich.

„Dlaczego jesteś zgnębiona, moja duszo, i czemu jęczysz we mnie?” (Ps 42,6)

Objawy depresji

Objawy depresji mogą mieć różne nasilenie i nie zawsze są łatwe do zauważenia. Do najczęstszych należą: długotrwały smutek i przygnębienie, brak energii, utrata radości i zainteresowań, problemy ze snem, trudności z koncentracją, poczucie winy i niskiej wartości, a także wycofanie się z relacji rodzinnych, towarzyskich oraz życia wspólnotowego.

Warto pamiętać, że **nie każda osoba chorująca na depresję wygląda na smutną**. Czasem choroba ukrywa się za uśmiechem, obowiązkowością i pozorną siłą.

Codzienne trudności osoby chorej

Depresja sprawia, że nawet najprostsze czynności — wstanie z łóżka, rozmowa, wyjście z domu czy modlitwa — mogą stać się ogromnym wysiłkiem. Osobie chorej często towarzyszy poczucie bycia ciężarem dla innych, wstyd oraz bezradność.

Nierzadko pojawia się także trudność w modlitwie i doświadczenie duchowej pustki. **Nie jest to brak wiary**, lecz skutek choroby, która obejmuje również sferę duchową człowieka

Depresja oczami bliskich

Choroba dotyka nie tylko osoby cierpiącej, lecz także jej rodzinę i przyjaciół. Bliscy często czują się bezradni i wyczerpani, nie wiedzą, jak pomóc, a szczerze intencje nie przynoszą oczekiwanej ulgi.

Depresja staje się doświadczeniem całej rodziny. Dlatego również bliscy potrzebują zrozumienia, wsparcia i — niekiedy — pomocy z zewnątrz.

Jak zachowywać się wobec osoby chorej na depresję?

„Jeden drugiego brzemiona noście” (Ga 6,2)

Co pomaga?

Cierpliwe i uważne słuchanie

Pomaga, gdy bliski mówi: „*Jestem przy tobie i chcę cię wysłuchać*”, a następnie naprawdę słucha — bez przerywania, poprawiania i pośpiechu. Ważne jest także przyjęcie ciszy,

gdy chory nie ma siły mówić.

Spokojna, wiarna obecność — także w milczeniu

Pomocą bywa zwykle bycie obok: wspólne siedzenie, spacer, herbata wypita w ciszy. Drobne gesty i krótkie wiadomości dają poczucie bezpieczeństwa i mówią: „*Nie jesteś sam/a*”.

Akceptowanie emocji i ograniczeń chorego

Pomaga uznanie trudnych uczuć: „*Widzę, że jest ci bardzo ciężko*”. Ważne jest zrozumienie, że brak energii czy wycofanie **nie są lenistwem**, lecz objawem choroby.

Proste zapewnienia o bliskości i gotowości pomocy

Krótkie, szczerze słowa: „*Jestem przy tobie*”, „*Jeśli będziesz potrzebować pomocy — powiedz*” budują zaufanie i poczucie bezpieczeństwa.

Delikatne zachęcanie do skorzystania z pomocy specjalisty

Pomaga spokojna propozycja, bez nacisku i oceniania, z uszanowaniem tempa chorego.

Co nie pomaga?

Bagatelizowanie cierpienia

Słowa typu: „*Inni mają gorzej*”, „*To nic takiego*” pogłębiają poczucie osamotnienia.

Moralizowanie i proste rady

Stwierdzenia: „*Weź się w garść*”, „*Musisz myśleć pozytywnie*” mogą ranić i wzmacniać poczucie winy.

Presja na szybką poprawę

Depresja nie mija z dnia na dzień. Naciski i niecierpliwość pogłębiają bezradność.

Ocenianie wiary chorego

Depresja **nie jest miarą wiary** ani relacji człowieka z Bogiem. Sugestie, że choroba wynika z jej braku, są krzywdzące.

Czasem największym wsparciem jest po prostu bycie obok.

Depresja a wiara

„*Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście*” (Mt 11,28)

Bóg jest blisko także wtedy, gdy Go nie czujemy. W depresji modlitwa może przybrać bardzo prostą formę — krótkiego wezwania, westchnienia, milczenia, a nawet łez.

„*Moc w słabości się doskonali*” (2 Kor 12,9)

Wiara nie polega na braku cierpienia, lecz na zaufaniu, że Bóg nie opuszcza człowieka nawet w największej ciemności.

Gdzie szukać pomocy?

Pomoc specjalistyczna i duchowa wzajemnie się uzupełniają. Szukanie pomocy **nie jest oznaką słabości**, lecz odpowiedzialności i odwagi.

„*Nadzieja zawieść nie może*” (Rz 5,5)

Niech nasza wspólnota parafialna będzie miejscem, w którym cierpienie spotyka się ze zrozumieniem, a nie z oceną — miejscem, gdzie każdy może poczuć się przyjęty i bezpieczny.

RAMKA INFORMACYJNA – TELEFONY ZAUFANIA

s. Natallia Petskialiun SAC – konsultant kryzysowy

☎ +48 518 301 506 — proszę o SMS, oddzwonię

Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych

☎ 800 70 2222 — całodobowo, bezpłatnie

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

☎ 116 111 — całodobowo

Linia Wsparcia Emocjonalnego (dorośli)

☎ 116 123 — codziennie

W sytuacji zagrożenia życia — zadzwoń: 112

OGŁOSZENIA DUSZPASTERSKIE

IV NIEDZIELA WIELKIEGO POSTU 15. 03. 2026 R.

W **minioną** sobotę ministrant naszej parafii Wojciech Kowalczyk został na uroczystej Mszy św. w Katedrze ustanowiony lektorem. Życzymy mu owocnej posługi w naszym kościele.

We **wtorek 17 marca** swoje imieniny obchodzi ks. kanonik Zbigniew Sujkowski. Msza św. w intencji solenizanta o godz. 18.00.

Także we wtorek o godz. 18.30 w Sali Domu Parafialnego spotkanie uczestników Parafialnej pielgrzymki na Maltę.

Droga Krzyżowa w naszym kościele w piątek z udziałem dzieci o godz. 17.30, dla wszystkich o godz. 18.30 - rozważania w najbliższy piątek poprowadzą Czyciele Miłosierdzia Bożego.

We **wszystkie niedziele Wielkiego Postu Koronka do Miłosierdzia Bożego o godz. 17.00. Gorzkie Żale** o godz. 17.15 – natomiast po Gorzkich Żalach krótka bez kazania Msza św.

Biuro parafialne w tym tygodniu będzie czynne według ustalonych dni i godzin.

Przy wejściu do kościoła można zabierać koperty na **Daninę Diecezjalną**. Składamy ją do skarbon.

Przed kościołem po Mszach św. o godz. 9.30 i następnym do nabycia paschaliki wielkanocne w cenie 15 zł.

Osoby chcące zaangażować się w liturgię Triduum Paschalnego i świąt prosimy o kontakt z Ks. Bartoszem.

Ofiary na kwiaty do Grobu Pańskiego i na paczki świąteczne można składać do skarbon przy wejściu do kościoła.

W **najbliższą sobotę** 21 marca, Mszą św. o godz. 18:00 rozpoczynamy parafialne rekolekcje wielkopostne - trwać będą do wtorku 24 marca włącznie; w niedzielę na wszystkich Mszach świętych, natomiast w dni powszednie o godz. 10:00 i 18:00. W czasie rekolekcji nie będzie Mszy św. o godz. 7:30, a adoracja po Mszy św. o godz. 10:00. Intencje mszalne z godz. 7.30 będą odprawione o godz. 10.00. Słowo Boże podczas rekolekcji wygłosi ks. prof. Paweł Wygralak

W **minionym** tygodniu zmarł nasz parafianin śp. Marian Konopiński z ul. Pięknej. Msza św. pogrzebowa w najbliższy czwartek o godz. 10.30, a następnie pogrzeb na naszym cmentarzu. Polećmy zmarłego Bożemu miłosierdziu – Dobry Jezu a nasz Panie...

Agonia Jezusa



Największy lęk człowiek przeżywa na myśl o śmierci. Lęk przed nią oraz sama chwila umierania stają się dla wielu największym wyzwaniem i próbą wiary. W takich momentach najważniejsze jest to, w kim człowiek szuka umocnienia. Również Jezus stanął wobec grozy śmierci, agonii i męki. Stało się to w ogrodzie oliwnym,

zwanym po hebrajsku Getsemani, położonym na zboczu Góry Oliwnej za potokiem Cedron. Miejsce modlitwy i agonii Jezusa od pierwszych wieków otaczano czcią. Wzniesiono tam świątynię, a pod jej kopułą znajduje się skała, która według tradycji jest miejscem pełnej trwogi modlitwy Chrystusa przed męką.

W medycynie agonia oznacza okres bezpośrednio poprzedzający śmierć, w którym stopniowo zanikają funkcje organizmu. W odniesieniu do Jezusa oznacza ona czas poprzedzający Jego śmierć na krzyżu oraz cierpienia przeżywane w noc przed męką. W Ogrójcu Zbawiciel doświadczał głębokiego cierpienia duchowego, którego źródłem było odczuwanie ciężaru grzechu całej ludzkości.

Katechizm Kościoła Katolickiego naucza: „Kielich Nowego Przymierza, który Jezus uprzedził już w czasie Ostatniej Wieczerzy, przyjmuje następnie z rąk Ojca podczas agonii w Getsemani. Jezus staje się «posłusznym aż do śmierci» (...) i modli się: «Ojcze mój, jeśli to możliwe, niech Mnie ominie ten kielich...»” (KKK 612). Słowa te ukazują prawdziwy ludzki lęk Jezusa wobec cierpienia i śmierci. W Getsemani dokonuje się dramatyczna duchowa walka. Ludzka wola Jezusa nie sprzeciwia się woli Ojca, lecz zmagą się z naturalnym ludzkim lękiem wobec cierpienia. Ewangelista Łukasz opisuje intensywność tej modlitwy słowami: „Jego pot był jak gęste krople krwi, sączące się na ziemię” (Łk 22,44). Początkowo Jezus modlił się tak, jak modliłby się każdy człowiek: prosi, aby – jeśli to możliwe – ominął Go kielich cierpienia. Gdy jednak doświadcza, że taka jest wola Ojca, całkowicie powierza Mu swój los. Przyjmuje cierpienie i śmierć w duchu pełnego zaufania i miłości. Nie stawia warunków ani nie wskazuje sposobu wypełnienia Bożego planu.

Postawa Jezusa wobec lęku, cierpienia i śmierci pozostaje dla chrześcijan trudną, ale niezwykle ważną lekcją. Uczy ona zawierzenia Bogu nawet w chwilach największej próby oraz gotowości przyjęcia Jego woli z ufnością aż do końca.

opr. ks. Bartosz Rojna

TYGODNIK PARAFII NA OGRODACH W POZNANIU

www.dobrypasterz.pl ISSN 1896-6110

REDAKCJA: Naczelny: ks. Bartosz Rojna; Zastępca naczelnego: Martyna Rajch; Redakcja: Wiesław Grzybek, Marek Rajch, Edyta Tuczyńska, Ewa Wika, Wojciech Wika, Teresa Majtas - Przybecka, Ewa Baran Współpraca: ks. kan. Tomasz Morasz, Adres redakcji: ul. Nowina 7, 60-589 Poznań, tel.: 61 847 35 70,

e-mail: redakcja.dobranowina@gmail.com Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca. Zastrzegamy sobie prawo skracania i adiacji tekstów oraz zmianę tytułów.

Nr konta Parafii; BOŚ S.A. O/ POZNAŃ; UL. J.H.DĄBROWSKIEGO 79A NR RACHUNKU 12 1540 1056 2001 830

Pieniądze z ofiar za gazetkę są przeznaczane na pokrycie kosztów druku i rozwój tygodnika.