



GŁOS BRATA ALBERTA



nr 1 (103) AD 2023

ISSN 2084-4360



Bracia albertyni na Jasnej Górze w uroczystość Niepokalanego Poczęcia NMP
Więcej na s. 75



Zaporoże, marzec 2023. Około 1000 osób korzysta z żywności, którą wydają bracia albertyni w leżącym ok. 40 km od linii frontu Zaporozu – mieszkańcom wielokrotnie ostrzelanego miasta i uchodźcom z okupowanych terenów. **Więcej na s. 70**

Spis treści [INTERAKTYWNY]

- | | |
|---|--|
| <p>3 Wydarzenia u sióstr
28 <i>s. Boguchwała Gibas</i>
Widzę jego twarz...</p> <p>37 Wydarzenia w TPBA
45 Praca „na otwartej ranie”.
Rozmowa
z Łucją Dobrowolską</p> <p>50 <i>br. Jerzy Marszałkiewicz</i>
Czym jest wspólnota
albertyńska, działająca
w ramach Towarzystwa
Pomocy im. Św. Brata
Alberta?</p> <p>57 <i>Katarzyna Kowalska:</i>
Świadectwo o Wielkim
Człowieku</p> <p>58 Pan Kucharz ze schroniska
60 <i>br. Marek Bartoś</i>
Matka Boża Częstochowska
w życiu i dziele św. Brata
Alberta oraz albertyńskiej
Wspólnoty</p> | <p>70 <i>br. Kamil Szymański</i>
Wojna na Ukrainie – krótka
relacja z Zaporozia</p> <p>75 Bracia albertyni na Jasnej
Górze</p> <p>76 Aktywni razem – na rzecz
lepszego jutra</p> <p>77 <i>Monika Deszcz</i>
Czy umieszczenie bliskiej
osoby w Domu Pomocy
Społecznej to pozbycie się
jej z codziennego życia?</p> <p>82 <i>Agnieszka Badeńska-Bekus</i>
Z godnością oczekuj
starości</p> <p>87 <i>Urszula Walkiewicz</i>
Doświadczyć
niepełnosprawności</p> <p>94 <i>Agnieszka Bialik</i>
Demencja starcza –
przyczyny, objawy, leczenie</p> |
|---|--|

100 *Jolanta Huras*
Czy twórczość
niepełnosprawnych to
pełno(s)prawna sztuka?

106 *mgr Aneta Pikula*
Zaspokajanie potrzeb
ruchu i wypoczynku
Mieszkańców oraz
postępowanie
dotyczące zapobieganiu
powikłaniom u osób
długotrwale leżących

109 *Katarzyna Bąk-Nawrocka*
Aktywność fizyczna
jako jedna z form terapii

113 *Monika Konieczny*
Aspekty pracy opiekuna
w domu pomocy
społecznej

116 *Marta Jagielska*
Dlaczego warto
być wolontariuszem?

Co może dać nam
wolontariat –
– czy pomagając innym,
pomagamy również sobie?

124 *Marta Jagielska*
Nowe oblicze Domu
Pomocy Społecznej
im. Św. Brata Alberta
w Poraju

128 *Wioletta Madejska*
Marzenia czy realia?
Dom pomocy społecznej
na miarę XXI wieku

132 „Trzymajmy się ... Miłości”

137 *ks. Krzysztof Wons*
Rozeznąć i wybrać życie
w pełni

144 *s. Magdalena Wronicz*
Dobra pani Ludwika

147 Świadectwa z rekolekcji
u sióstr albertynek

Życzyn – jubileusz 12.11.2022

12. listopada odbyła się w Życzynie uroczystość jubileuszowa, w której dziękowaliśmy Bogu za stuletnią obecność sióstr albertynek w tym miejscu oraz sześćdziesięciolecie prowadzenia przez siostry Życzynskiego domu pomocy społecznej.

Centralnym momentem jubileuszu była Eucharystia, której przewodniczył bp Kazimierz Gurda, pasterz diecezji siedleckiej. W wygłoszonym słowie wyraził wdzięczność za ofiarną służbę albertynską, która ma swoje źródło i sens w miłości do Chrystusa. „Bez niej – mówił – żadne wielkie i dobre dzieło by nie powstało. Bez miłości do Chrystusa nie jesteśmy zdolni do żadnej ofiary i rezygnacji z siebie”.

Wydarzenia u sióstr

Opracowała
s. Ksenia Kalemba



GŁOS BRATA ALBERTA półrocznik

adresowany do czcicieli św. Brata Alberta i wszystkich, którzy czerpią z jego ducha

Wydawca: Zgromadzenie Sióstr Albertynek; współpraca: Zgromadzenie Braci Albertynów, Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta.

Redakcja: albertynka s. Agnieszka Koteja.

Współpraca: albertyn br. Kamil Szymański, TPBA: p. Iwona Gacka.

Adres: Woronicza 10, 31-409 Kraków. E-mail: glosbrata@wp.pl



Świętowanie jubileuszu jest zawsze spojrzeniem z wdzięcznością na przeszłość i teraźniejszość, ale również z nadzieją na to, co przed nami. Dlatego – zaznaczyła siostra Sylwana Kamont, przełożona prowincjalna – „pragniemy dalej realizować nasz charyzmat, przyjmując postawę służby człowiekowi, czyniąc wszystkim dobrze i stając się dobrymi jak chleb wobec ludzi, których Bóg nam powierza”.



Historia posługi sióstr albertynek w Życzynie jest bardzo bogata. Tworzyła się ona w odpowiedzi na potrzeby lokalnej społeczności. Siostry w ciągu stu lat podejmowały tutaj różnorodną działalność. Nauczały dzieci, gdy w Życzynie nie było szkoły; udostępniały swoją kaplicę dla całej parafii, gdy kościół został strawiony przez pożar; ukrywały żydowskie dzieci, gdy terror wojny zagrażał ich życiu. Od sześćdzie-

sięciu lat prowadzą dom pomocy społecznej. Dziś jego mieszkankami są kobiety z niepełnosprawnością intelektualną.

Jubileusz był wielkim dziękczynieniem Bogu i ludziom za dobro, które wydarzyło się między nimi w Życzynie przez ostatnie sto lat.

fot. Dom Pomocy Społecznej w Życzynie



Klasztorne smaki

13.11.2022

Chleb św. Brata Alberta i fasolówka wykonane przez s. Mariettę zostały zaprezentowane w 45. odcinku telewizyjnego programu kulinarnego „Klasztorne smaki”. To proste potrawy, które każdemu mogą przypaść do gustu. Tak z pewnością było w przypadku Remigiusza Rączki, znanego śląskiego kucharza i autora programu, który odwiedził prądnicką wspólnotę sióstr albertynek.

fot. Aneta Chwalba





Pomoc humanitarna – we Lwowie 16-18.12.2022

W dniach 16-18. grudnia siostry albertynki zorganizowały wyjazd z pomocą humanitarną do Lwowa. Wzięły w niej udział: Siostra Starsza Teresa Maciuszek, siostra wikaria Katarzyna Habrat, siostra Beata Hajko oraz



siostra Konsilia Zawadka. Dużą część środków przeznaczonych na pomoc materialną dla Ukrainy przekazała nam krakowska wspólnota „namArka” od darczyńców z Niemiec, którym serdecznie dziękujemy.

Siostry chciały udzielić wsparcia przede wszystkim dzieciom chorym onkologicznie. Dlatego na potrzeby szpitala dziecięcego przywoziły między innymi środki higieniczne, odżywki i pożywienie wysokobiałkowe oraz produkty medyczne (witaminy). Sytuacja osób chorych przewlekłe jest na Ukrainie niezwykle trudna. Do Lwowa przywożeni są pacjenci ze wschodniej części kraju, gdzie często brakuje prądu i wody. W szpitalu siostry spotkały się z małymi pacjentami oraz ich bliskimi.

Wizyta naszych sióstr we Lwowie obejmowała również pomoc dla osób, którymi na co dzień opiekują się siostry albertynki z lwowskiej wspólnoty.



Są to osoby starsze, chore, ubogie. Siostry mogły nie tylko przekazać im dary materialne niezbędne dla codziennego życia, ale również usłyszeć ich cierpienie, zobaczyć ich dramat i przynieść im słowo i gest pocieszenia.

Siostry albertynki mieszkające we Lwowie posługują w kuchni Caritas, obejmują troską osoby potrzebujące, starsze, samotne i chore. Są również w trakcie budowy domu dla bezdomnych kobiet. O postępach budowy i możliwości wsparcia tego dzieła można przeczytać tutaj: <https://www.facebook.com/albertynkiwelwowie>.

Krakowska wspólnota sióstr udziela pomocy także uchodźcom z Ukrainy. Na Prądniku Czerwonym siostry już od pierwszych dni woj-

ny dają schronienie ok. sześćdziesięciu osobom, głównie matkom z dziećmi, ale także osobom starszym. Jest to możliwe między innymi dzięki dobroci Darczyńców.

fot. siostry albertynki





Wigilia dla ubogich

24.12.2022

Jak co roku Fundacja Po pierwsze człowiek zorganizowała 24. grudnia w Krakowie przy Sanktuarium Ecce Homo św. Brata Alberta wigilię dla osób korzystających na co dzień z jadłodajni. „Wieczera wigilijna” zgromadziła ponad 250 osób. Część z nich zdecydowała się zabrać przygotowany posiłek na wynos, do swojego domu. Wielu jednak naszych gości, wśród nich także osoby bezdomne, pragnęło usiąść w ciepłym miejscu, spotkać się z innymi przy stole, podzielić się opłatkiem, porozmawiać, zaśpiewać kolędę.



Wigilia rozpoczęła się o godz. 14.00, ale oczekiwanie na to wydarzenie dało się zauważyć na ul. Woronicza już wcześniej, po coraz liczniej gromadzącej się grupie osób. Na pierwszą gwiazdkę było trochę za wcześnie,



więc znakiem rozpoczynającym wigilię było „pojawienie się” Świętej Rodziny oraz lektura Ewangelii o narodzeniu Jezusa. Modlitwę poprowadził ks. Marcin Wosiek, salezjanin, który towarzyszy naszej posłudze w jadłodajni już od kilku lat. Na spotkaniu obecna była również Siostra Starsza Teresa Maciuszek, która złożyła wszystkim świąteczne życzenia, dzieląc się radością z tajemnicy Bożego Narodzenia.



Nie zabrakło również łamania się opłatkiem, wspólnego kolędowania oraz wzruszenia serdecznym gestem drugiego człowieka. Wszyscy goście mogli zjeść ciepły posiłek, a na zakończenie otrzymali paczki z podstawowymi produktami żywnościowymi. Fundacja Po pierwsze człowiek mogła zrealizować to spotkanie dzięki wspar-

ciu wielu osób, a także dzięki ofiarnemu zaangażowaniu wolontariuszy.

Czas świąteczny jest zawsze bardzo trudny dla osób samotnych, ubogich i bezdomnych, mimo wielu inicjatyw pomocowych. To, czego tak naprawdę potrzebują, to doświadczenia chociaż cząstki prawdziwego domu.

fol. s. Scholastyka Iwańska



Wigilia dla uchodźców

24.12.2022

6.01.2023

Wigilia Bożego Narodzenia to czas dobroci i radości, bliskości i przebaczenia, obdarowywania i przyjmowania. Wigilia to czas spotkania. Symbo-

lem tego może być chociażby zwyczaj przygotowywania dodatkowego miejsca przy stole dla niespodziewanego gościa. W tym roku podczas wieczerzy wigilijnej w wielu polskich domach dodatkowe nakrycia na stołach oczekiwali także na gości z Ukrainy. Tak było również w większości albertyńskich wspólnot. Zaprosiłyśmy naszych gości do wspólnego przeżywania radości Bożego Narodzenia. Była wspólna modlitwa, łamanie się opłatkiem i składanie sobie życzeń, wigilijne potrawy, spotkanie przy stole, obdarowywanie się radością i prezentami, a także śpiewanie kolęd – polskich i ukraińskich. Z pewnością był to czas wzajemnego obdarowywania się dobrem.



W tradycji ukraińskiej obchodzi się Wigilię 6. stycznia, gdy my w Polsce przeżywamy uroczystość Objawienia Pańskiego. Dlatego też w Domu Samotnej Matki im. Emilii Wojtyłowej w Wadowicach, gdzie również gościmy panie z Ukrainy wraz z ich dziećmi, przeżyaliśmy Wigilię dwa razy – w dwóch terminach i w dwóch tradycjach. Wieczernę wigilijną 6. stycznia przygotowały panie z Ukrainy według swoich zwyczajów. Na świątecznym stole znalazły się tradycyjne potrawy: plow, pielmieni, sałatka Oliver, kompot z jabłek oraz tort.

fot. siostry albertynki





Pogrzeb Benedykta XVI

5.01.2023

Papież Benedykt XVI odszedł do Pana 31. grudnia 2022 r. o godz. 9.34 w klasztorze Mater Ecclesiae w Watykanie. Na jego pogrzeb, który zaplanowany był na 5. stycznia, przybyli wierni z całego świata. Także nasze siostry uczestniczyły w tym wydarzeniu. Do sióstr mieszkających na co dzień w Rzymie dojechała również delegacja z Krakowa, by modlić się za zmarłego Benedykta XVI.

fot. siostry albertynki



Boliwia – śluby czasowe

14.01.2023

Siostra Carmen, juniorystka, na zakończenie rekolekcji rocznych 14 stycznia odnowiła swoje śluby w domu prowincjalnym w Cochabamba w Boliwii. Akt profesji złożyła na ręce s. prowincjalnej Joanny. Towarzystwo jej siostry, które posługują w Boliwii.

Śluby zakonne – czytamy w Konstytucjach – są odpowiedzią na Boże wezwanie oraz znakiem bezwarunkowego oddania się do Jego dyspozycji (...). Przez profesję zakonną siostra wiąże się ze Zgromadzeniem, przyjmuje jego sposób życia i podejmuje misję posługi ubogim w duchu św. Brata Alberta.

fot. siostry albertynki





132. rocznica powstania Zgromadzenia 5.01.2023

5. stycznia uroczystą Mszą świętą w kaplicy arcybiskupów krakowskich nasze Zgromadzenie uczciło 132. rocznicę swojego powstania. Eucharystii przewodniczył abp Marek Jędraszewski. W homilii mówił do sióstr albertynek: „Ta Eucharystia jest dziękowaniem Panu Bogu za cud obecności Chrystusa, Emmanuela, pośród nas – za to, że jest, że wzywa. I że jest ciągle tylu ludzi, którzy są gotowi powiedzieć: Tak. Chcę iść za Tobą. Dodaj mi tylko sił. Chcę za Tobą iść”.

Dziękczynna modlitwa za Boży dar naszej wspólnoty zakonnej oraz posługi albertyńskiej wobec ubogich zgromadziła nas w tym miejscu nie-

przypadkowo. Bo właśnie tu, w kaplicy arcybiskupów krakowskich przy ul. Franciszkańskiej 3, w obecności kard. Albina Dunajewskiego 15. stycz-



nia 1891 roku siedem pierwszych sióstr otrzymało habit zakonny. Obłóczyn dokonał o. Bernard Kluzek, kapucyn. Brat Albert niedługo po tym ogłosił to wydarzenie w prasie, pisząc: „Siostry Tercjarki Św. Franciszka rozpoczęły

już posługiwanie ubogim kobietom, w domu na ten cel najętym przez gminę na Kazimierzu”.

*fot. Biuro Prasowe
Archidiecezji Krakowskiej*





Nowy zarząd provincji krakowskiej

24-27.01.2023

W dniach 24-27. stycznia odbyła się kapituła prowincji krakowskiej, w czasie której siostry wybrały nowy zarząd.

Przełożoną prowincjalną została mianowana s. Renata Trzópek, asystentką s. Benedykta Majzner, a kolejnymi radnymi: s. Anna Stawarz, s. Karolina Szutka oraz s. Weronika Figas.

fot. Dorota Kostka



Na zdjęciu od lewej: s. Weronika Figas, s. Benedykta Majzner, s. Renata Trzópek (przełożona prowincjalna), s. Anna Stawarz, s. Karolina Szutka

Nowy zarząd provincji poznańskiej

29-31.01.2023

W dniach 29-31. stycznia odbyła się kapituła prowincji poznańskiej, w czasie której Siostry wybrały nowy zarząd.

Przełożoną prowincjalną została mianowana s. Hanna Bielik, asystentką s. Beata Salawa, a kolejnymi radnymi: s. Franciszka Andrzejewska, s. Magdalena Bella, s. Aleksandra Kajut.

fot. siostry albertynki



Na zdjęciu od lewej: s. Aleksandra Kajut, s. Hanna Bielik (przełożona prowincjalna), s. Beata Salawa, s. Magdalena Bella, s. Franciszka Andrzejewska.



Jubileusz w Watykanie

19.02.2023

W lutym wspólnota albertyńska w Watykanie przeżywała jubileusz 20-lecia posługi dla Gwardii Szwajcarskiej, a zarazem obecności sióstr albertynek w Watykanie. Uroczystość dziękczynna za Boże błogosławieństwo oraz za wszelkie dobro, otrzymane i ofiarowane przez siostry, odbyła się 19. lutego.

Mszy świętej jubileuszowej, w kościele Maryi Matki Rodziny w Watykanie, przewodniczył kard. Konrad Krajewski, a koncelebransami byli: kapelan Gwardii Szwajcarskiej, o. Kolumban Reichlin OSB oraz ks. Marcin Zieliński i ks. Albert Warso. W homilii Ksiądz Kardynał stawiał pytanie: kiedy jesteśmy najpiękniejsi na świecie? I odpowiadał: wtedy, gdy jesteśmy miłosierni, gdy wybaczymy. Podkreślał ścisły związek między doświadczeniem Bożego przebaczenia i miłosiernej postawy wobec drugiego człowieka.

W uroczystości wzięły udział siostry z Polski – s. wikaria Katarzyna Habrat i s. Konsilia Zawadka, a także albertynki ze wspólnoty w Rzymie – s. Lidia Tkaczyk oraz s. Miriam Konatowska. Do wspólnego świętowania siostry zaprosiły również komendanta Gwardii Szwajcarskiej z rodziną, wicekomendanta z żoną, siostry prezentki, które miały swój udział w początkach albertyńskiej placówki w Watykanie, a także gwardzistów, współpracowników, dobroczyńców oraz przyjaciół.

Watykańską wspólnotę albertyńską tworzą cztery siostry. Na co dzień posługują w kuchni Gwardii Szwajcarskiej, przygotowując obiady i kolacje dla gwardzistów. Swoją obecnością dają świadectwo wiary. Otaczają modlitwą sprawy Gwardii, gwardzistów i ich rodzin. Polecają Bogu ich intencje. Na miarę swoich możliwości angażują się również w doraźną pomoc ubogim.

fot. s. Gabriela Wiercigroch





Delegacja zakonu maltańskiego

5.03.2023

W niedzielę 5. marca w domu generalnym w Krakowie odbyło się spotkanie z przedstawicielami Zakonu Maltańskiego z Włoch i Francji. Do Krakowa przybył Wielki Szpitalnik Zakonu Maltańskiego, J.E. Fra' Alessandro de Francisic oraz Szpitalnik Ordre de Malte France, Cédric Chalret du Rieu. Towarzyszyli im także współpracownicy, szefowie ich biur – Iv Graziani i Loÿs de Pampelonne. Celem ich podróży była Polska oraz Ukraina. Zakon



Maltański aktywnie włącza się w pomoc charytatywną na rzecz uchodźców ukraińskich, a jednym z projektów, finansowanych z funduszy francuskich, jest właśnie wsparcie Mieszkańców naszego domu. Od lipca 2022 r. każdego dnia Zakon Maltański sponsoruje 50 obiadów dla osób z Ukrainy mieszkających w domu generalnym. Wizyta delegacji Zakonu Maltańskiego była



spotkaniem z siostrami zaangażowanymi w pomoc uchodźcom, a także z Paniąmi z Ukrainy, które znajdują schronienie w naszym domu. Goście z Francji zapoznali się z warunkami życia osób z Ukrainy, wsluchiwali się w ich troski, chcieli poznać ich potrzeby. Zadeklarowali również dalszą pomoc do końca bieżącego roku.

fot. Hanna Wesołowska-Starzec





Cisza dla Krakowa w sanktuarium 20.03.2023

„Cisza dla Krakowa” to hasło 6. edycji Kościołów Stacyjnych w archidiecezji krakowskiej. Ideą tego wydarzenia jest duchowe pielgrzymowanie w czasie Wielkiego Postu, które przygotowuje na przeżycie święta Paschy. Każdego dnia inny kościół diecezji krakowskiej staje się przestrzenią słuchania Słowa Bożego i modlitwy pokutnej oraz miejscem spotkania z biskupem.

Jak co roku Sanktuarium Ecce Homo było jednym z przystanków na



drodze duchowej pielgrzymki krakowian. Dzień stacyjny w sanktuarium miał miejsce 20. marca w przypadającą w tym roku uroczystość św. Józefa.

Głównym celebrazem świątecznej Eucharystii był ks. Tomasz Stec, dyrektor Caritas Archidiecezji Krakowskiej. Mszę św. koncelebrował ks. Artur Gielata. Po skończonej liturgii rozpoczęła się adoracja Najświętszego Sakramentu. Można było trwać w obecności Chrystusa w ciszy.

Cisza i Obecność.

*fot. Biuro Prasowe
Archidiecezji Krakowskiej*



Odpust Ecce Homo 31.03.2023

W piątek 31. marca w naszym Zgromadzeniu obchodziliśmy wyjątkowe święto: Chrystusa Cierpiącego Ecce Homo. Mszy świętej odpustowej w sanktuarium Ecce Homo w Krakowie przewodniczył ks. Andrzej Tarasiuk, proboszcz parafii św. Karola Boromeusza w Krakowie. Koncelebransami byli: ks. Dionizy Jedynak, proboszcz parafii Dobrego Pasterza w Krakowie oraz o. Jerzy Pająk, kapucyn. W homilii ks. Andrzej Tarasiuk wyraził uwielbienie Boga za Jego szczodrość, która wyraża się w ofiarowaniu Kościołowi i człowiekowi daru św. Brata Alberta i jego dziedzictwa.

Każdego roku w piątek przed Niedzielą Palmową w sposób szczególnie dziękujemy Bogu za dar albertyńskiego charyzmatu, który ogniskuje się





w wizerunku Ecce Homo, namalowanym przez św. Brata Alberta.

Poruszony Bożą łaską Brat Albert dostrzegł w Chrystusie ubogim, cierpiącym i odrzuconym twarz poranionego i bezbronnego człowieka. Zrozumiał również, że kontemplacja Oblicza Chrystusa cierpiącego domaga się od niego całościowego zaangażowania wobec tych, z którymi Pan utożsamiał się w swoim ubóstwie i odrzuceniu. Siostry albertynki, podobnie jak ich Założyciel, wpatrują się w wizerunek Ecce Homo, pozwalają, by to Oblicze Chrystusa przemieniało ich spojrzenie i w Nim odkrywają wezwanie do służby najbardziej potrzebującym.

fot. s. Scholastyka Iwańska



Albertyńskie rekolacje wielkopostne

Wielki Post to czas odkrywania Bożej miłości i obecności w naszym życiu. To również czas próby i walki. Poszukiwania w sobie tego, co Bóg ukształtował w nas swymi rękami, lepiąc nasze człowieczeństwo z prochu ziemi i co ocalił w nas w Krzyżu Chrystusa. Warto się zatrzymać i podjąć ten wysiłek – zmaganie o „nowe oczy”. Dlatego siostry z trzech albertyńskich prowincji zaprosiły chętnych do udziału w rekolacjach.

PRAGNĘ

Kraków 17-19. marca

Siostra Scholastyka: „Wielkopostne skupienie w Krakowie przy Sanktuarium Ecce Homo zanurzało nas

w słowie PRAGNĘ. Zarówno w naszych ludzkich pragnieniach jak i w tym PRAGNĘ, wypowiedzianym przez Jezusa, na krzyżu. Aby jeszcze bardziej odczuć pragnienie, wybrałyśmy się na pustynię – tę, do której wszyscy możemy mieć dostęp – pustynię w osamotnieniu, w ciszy odłączenia od tego, co w codzienności absorbuje, zajmuje i koncentruje naszą uwagę. Na pustyni mogliśmy odczuć, że doświadczenie Jezusowej próby kuszenia to nie tylko trzy pytania i trzy odpowiedzi, ale to droga poznawania siebie, umacniania relacji z Bogiem, odkrywania swojej roli w historii zbawienia. Skupienie to zarówno pustynia, jak i umocnienie we wspólnocie, dlatego czas tego weekendu to także spotkania, rozmowy, dar wzajemnej obecności”.

fot. archiwum referatu powołań





OBLICZA MIŁOŚCI

Warszawa 24-26. marca

Siostra Marzena: „W kontemplacji Oblicza Ecce Homo i pełnego miłości maryjnego «tak» w Zwiastowaniu minęły rekolekcje dla dziewcząt w warszawskim domu prowincjalnym. Prowadził je ks. Rafał Miękus z Warszawy, a uczestniczyło sześć dziewcząt. Już zapraszamy na kolejne, spotkania odbywają się w różnych domach prowincji, gdzie jest możliwość poznania nas i naszej albertyńskiej posługi.



Serdecznie zapraszam”

foto: s. Marzena Kucharska

SPOTKAJMY SIĘ

W CIENIU KRZYŻA

Opalenica 31. marca - 2. kwietnia

S. Dobrawa: „Tematyką naszych ostatnich dni skupienia były słowa: *Stańmy w cieniu Krzyża*. Duchowo przeżywaliśmy ostatnie chwile z życia Jezusa, poczynając od biczowania w tajemnicy Ecce Homo poprzez cierpienie Jezusa w drugim człowieku aż

do ukrzyżowania. Skupienie poprowadził ks. Tomasz Sobolewski, który podzielił się z nami także swoim świadectwem uzdrowienia przez Boga. W czasie trwania rekolekcji był czas na Eucharystię oraz osobistą adorację. W ramach integracji z młodzieżą z parafii przygotowywałyśmy palmy wielkanocne”

foto: s. Dobrawa Korzeniewska

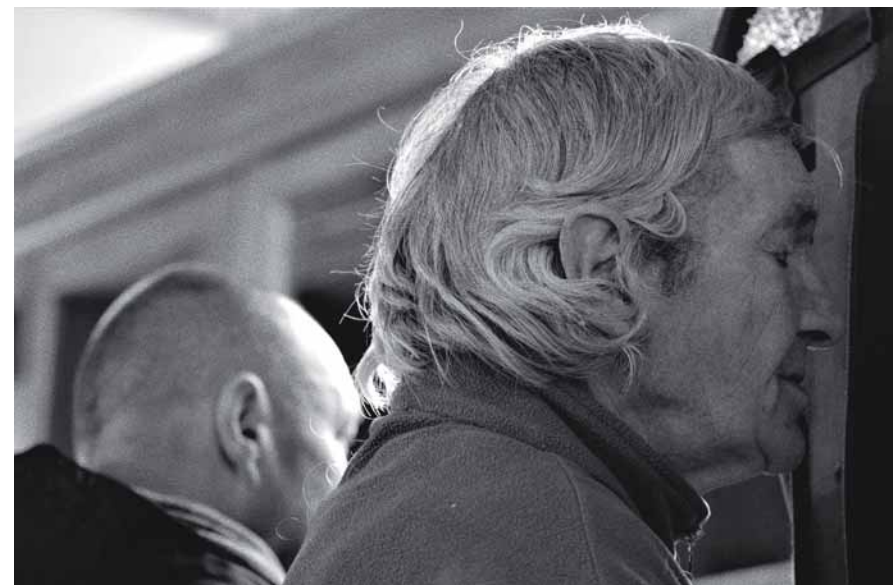
Wielkanoc z ubogimi

9.04.2023

W każdym niemal domu albertyńskim święta Wielkanocne to wspólnota z ubogimi i potrzebującymi, przejawiająca się na różne sposoby. Wspólna modlitwa, posiłki, świętowanie, odwiedzanie z wielkanocnym darem starszych i samotnych osób w środowisku, wspieranie ubogich rodzin. Także w każdej jadłodajni prowadzonej przez siostry albertynki przygotowywane jest w świąteczne dni śniadanie wielkanocne. Stała już tradycją jest również stwarzanie osobom korzystającym ze wsparcia Fundacji Po pierwsze Człowiek



przestrzeni do wspólnego przeżywania liturgii Triduum Sacrum w Sanktuarium Ecce Homo św. Brata Alberta w Krakowie. Również w tym roku osoby ubogie i bezdomne, korzystające na co dzień z „fundacyjnej” jadłodajni, zostały zaproszone, by włączyć się w liturgię





paschalną, a w poranek wielkanocny usiąść przy świątecznym stole. Liturgii przewodniczył wypróbowany przyjaciel i wolontariusz Fundacji, ks. Marcin Wosiek SDB. Całe przedsięwzięcie nie udałoby się również bez nieocenionego zaangażowania wolontariuszy.

fol. s. Scholastyka Iwańska



Widzę jego twarz...



s. Boguchwała Gibas

Na stronie misyjne.pl można znaleźć obrazy i słowa misjonarzy. Zaczerpnęliśmy stamtąd trzy wpisy, które pozwalają dojrzeć życie ludzi z innego kontynentu, ale i zajrzeć do serca naszej Siostry. Redakcji strony misyjne.pl dziękujemy za możliwość publikacji. Tytuł – od redakcji „GBA”.

Boliwia moimi oczami

Źródło: <https://misyjne.pl/blogi-misyjne/boliwia-moimi-oczami/>

Jestem siostra Boguchwała. Należę do Zgromadzenia Sióstr Albertynek Posługujących Ubogim, od prawie trzech lat mieszkam w Boliwii. Przyjeżdżając na misje, każdy ma jakieś oczekiwania, pomysły na ewangelizację. Ja także je miałam.

Szybko jednak życie pokazało mi, że każdy misjonarz sam musi najpierw zmienić swoje myślenie, by móc pracować z ludźmi, do których wysłał go Pan. Każdy z nas z pokorą musi przyznać, że nic nie wie o kraju, do którego przyjechał, ani o ludziach, z którymi przyszło mu żyć. Ja też nic nie wiedziałam. Każdy nowy dzień był i jest nauką o nich i wraz z nimi. Początkowo mieszkiałam w Challapacie, miejscowości położonej na wysokości 3800 m n.p.m. Tutaj uczyłam się wszystkiego od początku, włącznie z... oddychaniem. Na tej wysokości powietrze jest rzadsze, dlatego wszystkie czynności trzeba było wykonywać wolniej, by zmniejszyć objawy choroby wysokościowej. Nie było to łatwe.

Inkultuacji nie można przyspieszać

Zacznijmy jednak od początku. Kiedy wysiadłam z samolotu na lotnisku w Santa Cruz, poczułam, że w końcu odnalazłam swoje miejsce na ziemi, którego tak długo szukałam. To uczucie towarzyszy mi stale, jestem za nie wdzięczna Bogu, bo dodaje mi siły w trudnych chwilach. Mogę powiedzieć, że zakochałam się w Boliwii od pierwszego wejrzenia. Boliwia to różnorodność przyrody, piękne kolorowe stroje mieszkańców, ale przede wszystkim ogromne, puste przestrzenie, pasma górskie przemawiające swoją ciszą, głosem Boga. To, czego nauczyła mnie praca w Challapacie, trudno zapamiętać. Pamiętam pierwsze doświad-





czenie w mojej posłudze w zakrystii, kiedy musiałam siedzieć do późna w kościele, bo tamtejsi ludzie mieli swoje „nieszpory” przed uroczystością jednego ze świętych. Nie bardzo rozumiałam jeszcze, co do mnie mówią, więc siedziałam w lekkim oddaleniu. W pewnym momencie zaczęli wyciągać alkohol i liście koki, które zaczęli rzuć. Nie rozumiałam, dlaczego to robią. Myślałam po polsku. Dzisiaj wiem, że to zwyczaj, które dla nich są bardzo ważne. Dla tych osób ważny jest czas, który spędzają razem, wspólne posiłki. W praktyce życia zobaczyłam, że inkulturacja Ewangelii jest procesem, którego nie można przyspieszać. Zrozumiałam też bardzo szybko, że zawsze musi być ona wyrazem szacunku i miłości wobec tych, do których jest posłany misjonarz. Tego właśnie uczymnie Boliwia. Bóg przychodzi do każdego z nas w odmienny sposób, zniża

się do naszego poziomu. Do jednego przychodzi jak do dziecka, do innego jak do dorosłego. Bóg nie wymusza, byśmy dojrzewali z dnia na dzień, daje każdemu czas, którego dany człowiek potrzebuje. Przyznaję, że kiedyś myślałam, że wiara tutejszych osób jest bardzo infantylna, ponieważ wiele w niej jest z magiczności. Dzisiaj widzę to inaczej. Ich zaufanie Bogu jest piękne, wiedzą, że są dziećmi Boga, więc wołają do Niego jak do Ojca.

Ofiary z ludzi

Boliwijczycy dużo czasu przeznaczają na pracę. Od wczesnych godzin porannych są już w polu. Od rana do nocy pracują, aby mieć z czego żyć. Boliwijczycy są także ludźmi bardzo religijnymi, chociaż swoją wiarę wyrażają w swoisty sposób. Mają też wiele własnych rdzennych wierzeń i praktyk.



Bardzo silny jest w Boliwii kult Matki Ziemi. Ciągłe niestety słyszy się o ofiarach z ludzi (ostatni przypadek miał miejsce w 2019 roku). Dwa miesiące w roku są „poświęcone” szatanowi (luty i sierpień), wtedy niewiele osób można spotkać w kościele. Ciągłe bardzo dużą rolę odgrywają tu szamani. W Boliwii nie ma ludzi „niewierzących”. Każdy z nich wierzy, jak potrafi, wierzy w to, co zostało mu przekazane. Przykładem może być chociażby święto zwane Papa Monstrama, z którym spotkałam się w jednej z kaplic. Okazało się, że kiedyś był kapłan, który zorganizował procesję eucharystyczną, a wierni zapamiętali z tego wydarzenia tylko monstrancję,

a już nie pamiętali o tym, że był w niej obecny Jezus Eucharystyczny. Może nawet tego nie wiedzieli. Chcąc naśladować to, czego nauczył ich ksiądz, stworzyli sobie „Uroczystość Taty Monstrancji”. Ludzie tutaj modlą się i wierzą tak, jak potrafią. I jest w tym wiele piękna i prostoty. Często modlą się na różańcu. Nie wiedzą jednak, jak to robić, dlatego przesuwiają tylko paciorki w dłoniach, szczerze wierząc, że zostaną wysłuchani.

Piękne chwile

Ciekawym doświadczeniem było dla mnie prowadzenie katechez, które



rozpoczęłam po pierwszym roku mojej pracy w Boliwii, gdy już trochę potrafiłam mówić po hiszpańsku. Pamiętam, jak po jednej z takich katechez, podczas której mówiłam o Dekalogu, podszedł do mnie mężczyzna (ojciec pięciorga dzieci) i powiedział, że on nigdy nie słyszał o dziesięciu przykazaniach i nareszcie będzie wiedział, jak ma żyć. Takie momenty dla nas misjonarzy są bardzo ważne. Wspominam też

sytuację, gdy chciałam już zakończyć adorację Najświętszego Sakramentu, ludzie poprosili o wspólne odmówienie koronki do Bożego miłosierdzia. Powiedzieli nawet, że nie wyjdą, póki się nie pomodlą. O koronce też po raz pierwszy usłyszeli na naszych katechezach. Dziękuję Bogu, że mogę być w Boliwii i proszę Go, bym miała siłę być tutaj tak długo, jak On mnie pragnie tutaj mieć.

Biblia czytana na misjach

Źródło: <https://misyjne.pl/blogi-misyjne/biblia-czytana-na-misjach/>

Przyszedł czas na podzielenie się tym, co dla mnie najdroższe – Słowo Boga w moim życiu. Usłyszałam kiedyś zdanie, że „życie kontemplacyjne nie ma domu”. Szczerze muszę przyznać, że bardzo się z tym zgadzam.

Od szesnastu lat jestem w zakonie, od czterech lat na misjach w Boliwii. Częste zmiany placówki, zmiana miejsca, otoczenia, obowiązków zabiera pewne poczucie bezpieczeństwa. Należy pamiętać, że można zabrać tylko to, co jest się w stanie ze sobą przewieźć. Jak wiele można zabrać, wylatując do innego kraju? Ja miałam dwie walizki. Nie zabrakło w nich miejsca dla Jego

Słowa. Pamiętam, że wylatywałam z Polski w dzień męczeństwa św. Jana Chrzciciela. Bardzo lubię fragment Ewangelii opowiadający o tym wydarzeniu. Uczy mnie odkrywania, że prawdziwa wolność jest we mnie bez względu na okoliczności, w jakich żyję.

Biblia moim domem

Czytam, słucham Jego Słowo, aby zobaczyć, co On dla mnie przygotował na następny dzień, co mi proponuje, do czego zachęca. Biblia stała się moim domem. Miejscem, w którym i przy którym codziennie kończę mój dzień. Była i jest miejscem, z którego mogę zaczerpnąć siłę, by iść dalej. Jaki fragment konkretnie pomaga mi tu i teraz? Ewangelia, którą Kościół każdego dnia daje w liturgii Słowa. To ona jest drogowskazem, przewodnikiem po



dniu, który został mi dany w darze. Nie wszystko, co przekazuje nam Biblia, można zrozumieć od razu. To, co dzisiaj jest dla mnie niejasne, zostawiam na później. Jest dla mnie jak prezent ofiarowany, znajdujący się w mojej dłoni. Dar, który jednak czeka na rozpakowanie go w odpowiedniej chwili. Dzień po dniu.

Nie jestem niczyja

Jednym z moich dwóch ulubionych fragmentów, do którego często wracam, jest tekst z Pieśni nad Pieśniami: *Jam miłego mego a mój miły jest*

mój (Pnp 6,3). Niezwykle ważna jest dla mnie w życiu przynależność. Widzę tutaj, jak bardzo ludzie starają się mieć uniform grupy, do której należą, jak bardzo jest to dla nich ważne. Lubię ten fragment, bo czytając go, wiem, że mogę utracić wszystko, co mam, jednak nikt i nigdy nie odbierze mi Boga i Jego miłości do mnie. I gdziekolwiek pójde, On pójdzie tam ze mną.

Od deski do deski

Kolejnym ważnym fragmentem jest: *Ilekoć otrzymywałem Twoje słowa, pochłaniałem je, a Twoje*



słowo stawało się dla mnie rozkoszą i radością serca mego (Iz 15,16). Słowo Boga jest dla mnie ważne od dawna, nie zaczęło od wyjazdu na misje. Inspiracją dla mnie była moja rodzona siostra. To właśnie ona zaczęła je czytać w domu jako pierwsza. Zawsze chciałam ją naśladować, więc zaczęłam czytać i ja „od deski do deski”. W tym roku zaczęłam czytać Pismo Święte w ten sposób po raz dziewiąty. Moim

pragnieniem jest przeczytać trzydzieści trzy razy. Dziękuję Mu, że Jego Słowo wciąż mnie zadziwia i inspiruje.

Wrzesień w Boliwii jest miesiącem biblijnym. Częściej wtedy w Kościołach organizuje się spotkania biblijne. Tutaj w Boliwii w prawie każdym domu ludzie mają Biblię. Uważają, że Jego Słowo jest w stanie ochronić ich przed różnymi nieszczęściami.

Boliwia: krzyk i kara śmierci

Źródło: <https://misyjne.pl/blogi-misyjne/boliwia-krzyk-i-kara-smierci/>

Boliwia zachwyca swoim urokiem. W jednym dniu, przy naprawdę dobrym połączeniu komunikacyjnym (o które tutaj bardzo trudno), można doświadczyć i zimy, i lata. Ivirgarzama znajduje się na wysokości ok. 600 m n.p.m., jest to miejscowość położona w typowym tropiku, gdzie nawet w porze deszczowej, którą mamy obecnie, jest gorąco i duszno.

Jednak nie wszystko w Boliwii jest piękne i proste. Doświadczyłam tego dość mocno w jedną z ostatnich niedziel. Rozpoczęłam pracę jako zakrystianka i katechetka w nowym miejscu. To miała być moja pierwsza

niedziela „w pracy”. Podczas porannych modlitw dochodziły do nas w kaplicy dość dziwne krzyki. Przyznaję, że nie do wszystkich odgłosów w tropiku już przywykłam, nie wszystkie też poznaję. Ten krzyk postanowiłam sprawdzić.

Palo santo

Widok, który ujrzałam, trudno opisać. Mężczyzna przywiązany drutami do słupa. Połowa jego twarzy zalana krwią. Widać, że cały mocno pobity. Krzyczał i prosił o pomoc. Wokół tak-sówkarze na swoich motorach (moto-taxi) przejeżdżający obok, wyzywający i naśmiewający się z tego człowieka. Było jasne, że to oni są odpowiedzialni za jego skrupowanie i obecny stan. Gdy zapytałam jednego z nich, co się stało, odparł prosto i rzeczowo: „Ukradł motor, jest sobie winny”. Zrozumia-



łam, że o więcej mam nie pytać. Więc podeszłam do kogoś innego. Usłyszałam, że złodziei czeka tutaj jedna kara – śmierć na tak zwanym „palo santo”, czyli drzewie, które porośnięte jest lekikami kolcami. Gdy człowiek dotknie tego drzewa, wychodzą z niego mięsożerne mrówki, które zjadają człowieka. Kiedyś paliło się ludzi żywcem na placu centralnym, jeszcze kilka lat temu. Pytałam więc miejscowych, jak można mu pomóc. Okazuje się, że czasem policji udaje się go przechwycić. Czasem.

Współwinny

Samemu lepiej się nie mieszać, gdy człowiek nie chce być kolejnym, którego spotka taki los. Osobę, która chce

udzielić pomocy, zaczyna się traktować jako współwinną, czeka ją taka sama kara. Przez moją głowę przebiegało tysiące myśli, gdy ludzie idący do kościoła postanowili mnie stamtąd odciągnąć. Widzę jego twarz, widzę twarz osób, które przechodziły obojętnie. Usłyszałam, że takie sytuacje to tutaj chleb powszedni. Odgłosy wystrzałów, które czasem słyszałam ogłaszają, że albo gdzieś obchodzi się jakąś rocznicę (szkoły, sklepu), albo że właśnie znaleźli złodzieja. Pamiętam Ewangelię, która była czytana w tym dniu. Słowa: „Jeśli wasza sprawiedliwość nie będzie większa”... Dzisiaj szczególnie proszę o modlitwę, by znaleźć „sposób”, Jego sposób, na zaprzestanie takich praktyk w Boliwii.

Wydarzenia w TPBA

Polskie ścieżki Maryi

W dniach 29-30.10.2022 r. członkowie Koła Dębnowskiego TPBA, mieszkańcy schroniska dla osób bezdomnych w Dębnie i ksiądz proboszcz Robert Szumowski z parafii Matki Bożej Fatimskiej w Dębnie odbyli dwudniową pielgrzymkę szlakami Maryi.

Pierwszym przystankiem był Toruń. Pielgrzymi zwiedzili Kościół

NMP Gwiazdy Nowej Ewangelizacji i św. Jana Pawła II, wysłuchali historii świątyni i uczestniczyli we wspólnej Mszy świętej. Następnie obejrzeli stare miasto i katedrę Świętych Janów.

W kolejnym etapie dotarli do Świętej Lipki, gdzie znajduje się Sanktuarium Maryjne – miejsce nazywane „Częstochową Północy” z powodu dużej liczby pielgrzymów. Odwiedzili barokową bazylikę Matki Bożej Świę-

tolipskiej, gdzie znajdują się organy z ruchomymi figurkami. Wysłuchali przepięknego koncertu oraz uczestniczyli w Mszy świętej przed obrazem Matki Bożej Świętolipskiej, a ostatnie minuty pobytu wykorzystali na indywidualną modlitwę.

Ostatnim etapem pielgrzymki był Gietrzwałd. Pielgrzymi zwiedzili sanktuarium Maryjne, w którym kustosz opowiedział historię objawień Najświętszej Maryi Panny dwóm dziewczynkom na przykościelnym klonie.



Zobaczyli Cudowne Źródło, które powstało w miejscu objawień.

Zadowoleni, pełni wrażeń i umocnieni na duchu, bezpiecznie wrócili do swoich domów.

30 lat Domu Pogodnej Starości w Dynowie

Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta 24 listopada 2022 r. obchodziło jubileusz 30-lecia działalności Koła Dębnowskiego. W uroczystości uczestniczyły osoby, które od lat współpra-

cują, sympatyzują i wspierają Koło Dębnowskie, m.in. przedstawiciele władz wojewódzkich, powiatowych, samorządowych oraz liderzy zaprzyjaźnionych organizacji pozarządowych i firm prywatnych. Na obchody przybyli członkowie Rady Naczelnej Towarzystwa i prezesi żyjących Kół.





Jubileusz rozpoczął się Mszą świętą sprawowaną w kościele parafialnym w Dynowie. Eucharystię koncelebrował ks. prałat Norbert Podhorecki, proboszcz tutejszej parafii, i ks. prałat Stanisław Janusz, były proboszcz i wieloletni sympatyk Towarzystwa.

W Domu Pogodnej Starości prezes Koła Dynowskiego p. Jan Aleksander

Gerula powitał gości i wygłosił krótkie przemówienie, w którym nakreślił działalność Koła oraz historię i funkcjonowanie Domu Pogodnej Starości.

Następnie członek Zarządu Głównego p. Bohdan Aniszczuk, prezes Koła Dynowskiego i kierownik Domu Pogodnej Starości, dokonali uroczystego wręczenia odznaczeń wieloletnim członkom, pracownikom i działaczom Koła Dynowskiego. Ponadto tytułem „Przyjaciół Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta Koło Dynowskie” wyróżniono osoby i instytucje blisko współpracujące z Kołem.

Po obiedzie, mieszkańcy wraz z gośćmi świętowali okrągłą rocznicę Domu wspólnym tańcem przy dźwiękach zespołu muzycznego z Hyżnego.

Piękna 20-tka Koła Pabianickiego

31 sierpnia 2002 roku Zarząd Główny Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta uchwałą nr 219 powołał Koło Pabianickie. Od początku istnienia celem Koła jest udzielanie pomocy osobom potrzebującym. Swoją działalność Koło rozpoczęło od wydawania odzieży i żywności w pozyskanym lokalu przy ul. Moniuszki 10. Dziś prowadzi schronisko dla bezdomnych mężczyzn, sezonową noclegownię oraz punkt wydawania odzieży i żyw-



ności. 5 listopada 2022 r. członkowie, wolontariusze oraz przyjaciele Koła Pabianickiego zebraли się na jubileuszowych uroczystościach. Obchody



rozpoczęto Mszą dziękczynną w parafii NMP Różańcowej w Pabianicach. Potem były przemówienia, wyróżnienia, podziękowania, a na koniec agapa i pamiątkowe zdjęcia. Zarządowi Koła, wolontariuszom, a przede wszystkim mieszkańcom życzymy wytrwałości i powodzenia w codziennej pracy i realizacji wytyczonych celów.





Narodziny Pana w nowym miejscu

23 grudnia – jak co roku – pracownicy, mieszkańcy schronisk oraz członkowie Towarzystwa Pomocy św. Brata Alberta w Świdnicy spotkali się na wspólnej kolacji wigilijnej, podczas której dzielili się opłatkiem i dobrym słowem. Jednak ten dzień był inny, szczególny. Zanim wszyscy zasiedli do wspólnego stołu, uczestniczyli w uroczystej Mszy św. w nowo wybudowanej kaplicy. Poświęcenie, jak i Eucharystię poprowadził biskup Marek Mendyk wspólnie z ks. prałatem Edwardem Szajdą oraz ks. Tomaszem Zającem – prezesem Koła w Świdnicy. Na uroczystą wieczerzę przybyli przedstawiciele miasta, zaprzyjaźnionych instytucji i organizacji oraz darczyńcy. W nastrój Bożego Narodzenia zebranych wprowadziła grupa ze świetlicy Caritas, która zaprezentowała jasełka.



Wspólne kołędowanie członków zarządu głównego Towarzystwa i sióstr albertynek

Dnia 5 stycznia 2023 r., po przewie spowodowanej ograniczeniami covidowymi, Zarząd Główny Towarzystwa wrócił do pięknej tradycji spotkań opłatkowych połączonych z kołędowaniem. Inicjatorami spotkania byli bp Jacek Kiciński CMF i Bohdan Aniszczyk wraz z ks. Aleksandrem Radeckim. Zgodnie z wieloletnią tradycją o oprawę muzyczną zadbała pani Ewa Siwek. Natomiast Dariusz Dobrowolski, kierownik schroniska dla mężczyzn, również zgodnie z kilkuletnią tradycją, przygotował wyśmienity albertyński sernik. Atmosfera była wyjątkowo radosna i aby zachować ten cudowny nastrój siostry Albertynki zaprosiły kołędników na część drugą

do swojej siedziby przy ulicy Traugutta we Wrocławiu. Spotkanie rozpoczęło się Mszą św. celebrowaną przez bpa Jacka Kicińskiego, po czym wszyscy zasiedli do wspólnego stołu. S. Elżbieta przygotowała pożywną grochówkę i pachnącą drożdżówkę, a śpiewowi kołęd akompaniowała p. Ewa. Spotkanie zakończyło się obietnicą przyszłorocznego wspólnego kołędowania.





Spotkanie księży kapelanów i duszpasterzy Towarzystwa

24 lutego br. do Domu Sióstr Notre Dame we Wrocławiu przybyli księża kapelani i duszpasterze Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta. W spotkaniu uczestniczył bp Jacek Kiciński – Asystent Kościelny Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta i ks. Aleksander Radecki oraz przedstawiciele Rady Naczelnej i prezesi kół. Duchowni pełnią bardzo ważną rolę w naszej albertyńskiej społeczności – wspierają nas duchowo, przybliżają do Boga i pomagają w pracy z najuboższymi. Dlatego też pierwszego dnia zebrani

rozmawiali o szczególnych uwarunkowaniach duszpasterstwa osób w kryzysie bezdomności, o trudnościach w posłudze, oczekiwaniach władz Towarzystwa oraz możliwościach rozwoju duchowości. Natomiast drugiego dnia uczestnicy dyskutowali nad sposobami odnowienia „Wspólnoty Albertyńskiej”, której celem była realizacja ideałów Brata Alberta w pracy na rzecz osób bezdomnych. Zebrani wyrazili wolę zaangażowania w regenerację wspólnoty. Przygotowano harmonogram prac, podzielono obowiązki i opracowano wstępny zarys spotkań wspólnoty. Dopełnieniem spotkania było opracowanie ks. Aleksandra Radeckiego na temat brata Jerzego.



Nasz nowy Dom

Na początku 2023 r. Koło Wrocławskie Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta dokonało dużego przedsięwzięcia. Po wielu latach pożegnano się z adresem przy Strzegomskiej 9, pod którym najpierw było schronisko dla mężczyzn, a następnie schronisko dla kobiet. Teraz panie zamieszkają w nowym domu przy Sołtysowickiej 21F. Z przeprowadzką wiązało się dużo ciężkiej pracy, pojawiły się wzruszenia, wspomnienia. Niemniej jednak mieszkanki mają szansę żyć w nowym bezpiecznym miejscu, przystosowanym także dla osób niepełnosprawnych. Upłynie jeszcze trochę czasu, zanim panie poczują się jak u siebie, jednak już na twarzach widać radość z urządzania się w nowej przestrzeni. W placówce jest świetlica do wspólnego spędzania czasu i miejsce do tworzenia rękodzieła: „Cuda u Alberta — Pracownia Rękodzieła w Schronisku dla Bezdomnych Kobiet”. Wierzymy, że nowe schronisko będzie dobrze słu-

żyło podopiecznym, które odnajdą tu namiastkę domu. W intencji mieszkanki i pracowników schroniska w nowej siedzibie modlił się bp Jacek Kiciński podczas uroczystego poświęcenia, które miało miejsce 19 marca br. W uroczystości uczestniczyli m. in. Wojciech Bystry – prezes Towarzystwa, o. Fabian Kaltbach, ks. Zbigniew Odra, siostry albertynki oraz członkowie i przyjaciele Koła Wrocławskiego.





Nowe władze Towarzystwa

Dnia 31 marca 2023 roku zakończyła się czteroletnia kadencja władz towarzystwa z Wojciechem Bystrym na czele. Przyszedł czas na wybór nowego prezesa Towarzystwa, Rady Naczelnej, Komisji Rewizyjnej, Sądu Koleżeńskiego. Dlatego też 1 kwietnia br. do Skorzeszyc koło Kielc z całej Polski zjechali delegaci Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta. Najpierw omówiono czteroletnią działalność Towarzystwa, potem wybrano nowe władze, a na końcu rozmawiano o rozwoju i nowych przedsięwzięciach. Najwięcej emocji budził wybór prezesa Towarzystwa. Niemalże jednogłośnie delegaci postawili na kobiecą wrażliwość, siłę

i determinację: prezesem Towarzystwa została pani Małgorzata Sieńczyk. Również dyskusja o przyszłości organizacji wywołała poruszenie, zwłaszcza w perspektywie deinstytucjonalizacji. Zebrani postulowali m. in. uściślenie współpracy między kołami, częstszą wymianę doświadczeń związanych z pomocą osobom bezdomnym i najbardziej potrzebującym oraz wspieranie się we wdrażaniu nowych rozwiązań. Ponadto zdecydowali o powołaniu zespołu ds. rozwoju Towarzystwa, a ks. Stanisław Słowik zapowiedział reaktywację spotkań „Wspólnoty Albertyńskiej”. Nowe władze wraz z prezes Towarzystwa panią Małgorzata Sieńczyk postanowili dołożyć starań, by zrealizować wnioski delegatów.



Praca „na otwartej ranie”

Rozmowa z Łucją Dobrowolską – kierownikiem Schroniska św. Brata Alberta prowadzonego przez Koło Wrocławskie Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta.

Iwona Gacka: Pod koniec 2022 roku Schronisko św. Brata Alberta dla Bezdomnych Kobiet we Wrocławiu świętowało jubileusz 30-lecia w sposób wyjątkowy, radosny, wdzięczny i pobożny. To też jubileusz Twojej pracy w schronisku.

Łucja Dobrowolska: Tak, też. Wszystkie uroczystości na różne sposoby odbyły się w naszym schronisku. Jubileuszowej Mszy św. przewodniczył bp Jacek Kiciński z pomo-

cą o. Marcina Wirkowskiego OSPPE – paulina, który od 4 lat na co dzień pełni posługę duszpasterską dla mieszkanek placówki. Na Eucharystii i późniejszej agapie zgromadziło się wielu przyjaciół schroniska, przedstawiciele władz samorządowych i zaprzyjaźnionych organizacji, Wspólnota Franciszkański Zakon Świeckich, siostry albertynki, mężczyźni św. Józefa czy siostry Maryi Niepokalanej.

IG: Podczas Mszy św. biskup wspominał m.in. o „czasie nawiedzenia”, jakiego doświadczyli św. Albert Chmielowski czy brat Jerzy Marszałkowicz: „Idź do ubogich” – usłyszeli. Czy Ty również doznałaś podobnego uczucia?

ŁD: Wiele razy obserwowałam, że bieda, nędza nie jest kwestią wyboru, ale skutkiem niesprawiedliwo-



ści, chciwości, pychy, samolubstwa. Mamy skłonność do tworzenia dystansu, rozsiewamy niestabilność, lęk, niepewność, często jesteśmy też poddawani takim naciskom.

Przez te lata usłyszałam setki tragicznych historii ludzkiego życia, ludzkich cierpień, opowiedzianych drżącym głosem i wzruszonym sercem. I jedyne co mogłam robić, to starać się pocieszyć i towarzyszyć im w drodze wychodzenia z tych trudnych sytuacji. Bóg „zawsze pozostaje wierny swojej obietnicy i nawet w ciemności nocy nie pozbawia ciepła swojej miłości i swojego pocieszenia” (Ewangelii Gaudium, 198).

IG: Czy można znaleźć dobry sposób na pomoc ubogim?

ŁD: Tak, lecz nie można zrozumieć człowieka bez działania Boga, bez Bożej łaski i miłosierdzia. Gdyby tak popatrzeć z perspektywy czasu, to wiele razy można było powtórzyć za psalmistą: „Pan jest moim Pasterzem, niczego mi nie braknie” (Ps 23). I tak się działo, Pan troszczył się o nasze Schronisko.

Setki razy można było też westchnąć za psalmistą: „Biedak zawołał i Pan go wysłuchał” (Ps 34). Tak, Pan wysłuchuje ubogich, wołających do Niego i jest dobry wobec tych, którzy z sercem rozdartym przez samotność, opuszczenie, wykluczenie szukają w Bogu pomocy

i pociechy. W tej 30-letniej drodze znaleźliśmy wielu różnych form cierpienia i marginalizacji, lecz głos człowieka doświadczanego był „krzykiem” do Nieba, dochodził do Boga. Potrzebujemy nieustannie wsłuchiwać się w ten „krzyk”, a w takim dniu jak ten warto zrobić sobie rachunek sumienia. Czy naprawdę potrafisz słuchać? Czy nie jestem więźniem kultury, która nakłania nas do przeglądania się w lustrze i do nadmiernej troski o siebie? Bóg stawia nam na drodze naszego posługiwania najcenniejszą „rzecz” jaką stworzył – CZŁOWIEKA. I to jest wspaniałe doświadczenie, piękne w tym bólu, piękne w tej radości. Każdy kto wierzy, niech się stanie kroplą na pustyni ubóstwa, niech się stanie odznaką dzielenia się z potrzebującym. Św. Brat Albert powiedział: „Jak nie masz dużo, to daj mało, ale daj...”

IG: Wzruszyły mnie słowa biskupa Kicińskiego: „To nie jest tylko schronisko, to prawdziwy dom. Dziękuję wam, że go tworzycie”. Jak schronisko może być domem?

ŁD: Schronisko staje się domem wtedy, kiedy troszczymy się o siebie nawzajem, kiedy tworzymy wspólnotę, kiedy tworzą się więzi. Tak, schronisko jest DOMEM – wiele samotnych mieszkanek dostało mieszkania, małe, ale swoje, o jakim marzyły. Jednak nadal przychodzą



i za każdym razem powtarzają nam: „jestem tam sama, a tu mam dom, wy jesteście moją rodziną, mam tu koleżanki, przyjaciółki”. Spędzamy razem święta i różne uroczystości. Pocieszanie i wsparcie to oczekiwania... zawsze i wszędzie – bezcenne. Tutaj je otrzymują.

IG: Prowadzenie takiego dużego domu jest trudne i wymagające. Jakie cechy powinna wykazywać kadra?

ŁD: Cała kadra pracowników to osoby wrażliwe, dobre, kochające drugiego człowieka, pracujące u nas wiele lat. Wszyscy są przygotowani do tej ciężkiej pracy i są to ludzie z powołaniem, z pasją. Jestem z nich naprawdę dumna – chociaż mają

swoje rodziny, potrafią w schronisku dać wiele serca i dobra naszym podopiecznym. A praca z kobietami tutaj, to tak naprawdę praca „na otwartej ranie”. Mieszkanki przychodzą z różnych środowisk, często trudnych, uzależnionych, obciążonych przemocą i ubóstwem. Bardzo często schorowane, niepełnosprawne, bez środków do życia, bez dokumentów, ubezpieczenia. Bardzo się staramy, żeby mieszkanki zobaczyły dobrą stronę życia i żeby zaczęły „chcieć” walczyć o siebie.

IG: Skoro schronisko jest domem dla osób, które dźwigają ciężar nie tylko bezdomności, ale cierpienia rozbitej rodziny, braku opieki ze strony dzieci, wielu poważnych cho-





rób i uzależnień, to jak wygląda życie w schronisku?

ŁD: Staramy się prowadzić tu domowe życie, staramy się troszczyć o siebie, razem świętujemy, obchodzimy wspólnie imieniny, urodziny. Mamy dyżury i osoby wyznaczone do sprzątnięcia, do pomocy w kuchni, do prania. Mieszkanki podejmują się odpowiedzialnych ról, wzmacniają siły wewnętrzne i mają z tego dużo zadowolenia. Ważne, że zaczynają decydować, czy chcą i czy mogą pomóc.

IG: *W budowaniu poczucia własnej wartości bezdomnych kobiet dużą pomocą jest pracownia rękodzieła i pracownia krawiecka, działająca w schronisku.*

ŁD: Pracownia artystyczna „Cuda u Alberta” to dla nas miejsce terapii, miejsce, gdzie możemy rozmawiać, nawiązywać relacje, ubogacać siebie nawzajem. Doceniamy każdy wkład pracy włożony przez mieszkanki w to nasze domostwo. Nie każdy musi być wybitnie uzdolniony, bardziej liczy się chęć do tworzenia i bycia razem.

IG: *W lutym 2023 r. doszło do dużej zmiany. Jak wpłynie to na życie domowe schroniska?*

ŁD: To nasza druga przeprowadzka. Na początku schronisko mieściło

się w budynku przy ul. Złotostockiej. Budynek był drewniany, w złym stanie, piece węglowe w pokojach. Opatrzność Boża czuwała, że nigdy nie doszło do żadnego wypadku – w małych pokojach czwórka, piątka dzieci i gorący piec. W 1999 r. schronisko zostało przeniesione do budynku przy ul. Strzegomskiej, a 8 kwietnia 2000 r. poświęcone przez śp. bpa Józefa Pazdura.

Pod koniec 2022 roku budynek przy ul. Strzegomskiej zaczął odmawiać posłuszeństwa, więc władze miasta postanowiły przenieść schronisko na ulicę Sołtysowicką. To nowe miejsce, nieznana okolica, będziemy musiały się odnaleźć. Jednak jestem przekonana, że nasze życie domowe pozostanie stabilne. To ludzie tworzą dom, a nie budowle.

IG: *Na co dzień mieszkanki otrzymują jeszcze jedno niezwykle istotne wsparcie.*

ŁD: Od początku schroniskiem dla kobiet duchowo opiekują się ojcowie paulini. Naszym kapłanem jest obecnie o. Marcin Wirkowski. Widzę, że to wsparcie duchowe jest bardzo ważne i potrzebne, choć oczywiście nie wszystkie mieszkanki schroniska są wierzące. Ważny w życiu jest fundament wiary, jeśli się zadba o stronę duchową, jest szansa na rozpoczęcie postrzegania siebie w innej rzeczy-



wistości, tej miłosiernej, zatroskanej, dobrej. Jeżeli człowiek nie ma wartości, nie ma priorytetów, bardzo ciężko jest znaleźć w sobie siły do walki o siebie. Wiara w Boga pomaga uporządkować życie i zacząć od nowa – widziałam to już nie raz. I cały czas mnie zaskakuje, jak Bóg potrafi wyprowadzać ludzi z największej trwogi. Metamorfozy tych kobiet są nieprawdopodobne.

IG: *Czym jest dla Ciebie pomaganie?*

ŁD: Pomaganie to działanie, które ogólnie poprawia jakość życia, pomagając

odczuwamy wiele radości i szczęścia. Ludzka solidarność w pomaganiu wiele razy pokazała nam, że jest zainteresowanie potrzebami osób starszych, ubogich i będących w różnych innych potrzebach. Czujemy się bardzo szczęśliwi, pomagając naszym bliźnim, zwłaszcza że jesteśmy przekonani, że to cieszy serce Boga.

IG: *Dziękuję za rozmowę i życzę kolejnych 30 udanych i dobrych lat.*





Czym jest wspólnota albertyńska,

działająca w ramach Towarzystwa Pomocy im. Św. Brata Alberta?

br. Jerzy Marszałkiewicz

Prezentujemy historię Wspólnoty Albertyńskiej, napisaną przez śp. Brata Jerzego Marszałkowicza w 2008 roku w Bielicach. Tekst nie tylko przypomina intencje pomysłodawców Wspólnoty i próby jej urealnienia, ale też przybliża osobę Autora, dlatego publikujemy go w oryginalnej pisowni. (red.)

Najbardziej skrótowo można odpowiedzieć: Jest to grupa osób będąca zasadniczo działaczami, pracownikami i wolontariuszami Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta, pragnącymi naśladować św. Brata Alberta w swojej codziennej pracy w Towarzystwie Pomocy, pragnącymi spotykać się co pewien czas na wspólnej mod-

litwie oraz na rozważaniu i dyskusowaniu wiecznie żywych i aktualnych idei albertyńskich oraz pragnącymi promować te ideały na forum Towarzystwa Pomocy.

Inicjatorem tej Wspólnoty był Ojciec Marian Marcin Wójtowicz albertyn, który kazał się tytułować Brat Marcin, chociaż był kapłanem. Była to postać nadzwyczajna, prawdziwy naśladowca św. Brata Alberta. Poznałem go w samych początkach działalności pierwszego schroniska Brata Alberta, które powstało w r. 1981 we Wrocławiu przy ul. Lotniczej 103/5. Przyjechał sam pełen zainteresowania pracą wśród bezdomnych, podjętą przez Towarzystwo Pomocy. Przy pożegnaniu zapytał się mnie, czy uważam, że powinien on

przyłączyć się do naszej działalności. Został wyświęcony na kapłana przez ówczesnego Kardynała Karola Wojtyłę, który zaprzyjaźnił się z nim. Brat Marcin nie zrezygnował z udzielania duchowej, kapłańskiej pomocy dla mieszkańców Schroniska we Wrocławiu. Specjalnie przyjeżdżał z Zakopanego do Wrocławia, aby odprawić Mszę św. w Schronisku. Urządzał też w Schronisku wspólne spotkania moich pomocników-opiekunów, na których omawiało się różne problemy.

Brat Marcin przewodniczył grupie pracowników Schroniska na ul. Lotniczej – pod nazwą „Naśladowcy św. Franciszka i bł. Brata Alberta”. Do tej grupy należeli przede wszystkim sam Brat Marcin, Prezes Koła Wrocławskiego śp. Ludwik Kilian, Jerzy Marszałkiewicz, Andrzej Ptak, Jan Sykała, Andrzej Palijan. Celem tej grupy było pracować na rzecz bezdomnych stosując się do ideałów Brata Alberta. Była to luźna grupa, choć zaaprobowana przez Księdza Biskupa Józefa Pazdura. Osoby należące do tej grupy składały postanowienie pracy dla bezdomnych, ewentualnie przedłużane co roku oraz postanowienie kierowania się radami ewangelicznymi, szeroko pojętymi. Brat Marcin spotykał się z członkami tej grupy czy to w Schronisku, czy to we Wrocławiu w zakładzie Sióstr Albertynek, czy też w Częstochowie na Lisińcu, gdzie prowadził mały klasztor

albertyński¹. Ze śmiercią Brata Marcina, który zmarł 29 kwietnia 1992 r., grupa założona przez niego utknęła na martwym punkcie².

W roku 1999 na Spotkaniu Jasnogórskim mówiłem przy kolacji o jakiejś luźnej wspólnocie albertyńskiej, która wyłoniłaby się spośród pracowników i działaczy Towarzystwa. Potem spotkaliśmy się w kaplicy razem z prezesem Aniszczykiem, Ks. Franciszkiem Żurawskim, który gorąco popierał tę ideę, także z Janem Sykałą, kierownikiem Schroniska w Leśnej i jeszcze kilku osobami. Proponowałem, aby przy okazji każdorazowego Spotkania Jasnogórskiego chętni do należenia do tej wspólnoty Naśladowców św. Franciszka i św. Brata Alberta zbierali się, czy to w jakiejś przerwie między konferencjami, czy to po Apelu Jasnogórskim, czy też pozostawali jakąś godzinę dłużej po zakończeniu Spotkania Jasnogórskiego. Podczas takiego zebrania omawialibyśmy idee zawsze żywe i aktualne św. Brata Alberta oraz zastanawialibyśmy się o ile je realizujemy³.

Tak więc wznowione zostały spotkania Wspólnoty. Dwa spotkania

¹ Jerzy Marszałkiewicz: „Wspomnienie o ś.p. Bracie Marcinie”, w: „Biuletyn Towarzystwa Pomocy im. Św. Brata Alberta” Nr 4 – Październik 2000 r., s. 5-6.

² J. Marszałkiewicz, tamże s. 6.

³ List J. Marszałkowicza do Prezesa dr B. Aniszczyka z dnia 21.06.1999 r., s. 1.



odbyły się w Gliwicach w Centrum Kształcenia i Dialogu „Theotokos” w dniach: 27 maja 2000 r. (obecni byli Ks. Franciszek Żurawski, Jan Sznajder, Tadeusz Luterek, Jerzy Marszałkowicz i Jan Sykała) oraz 23 września 2000 r. Co najmniej raz odbyło się takie spotkanie w Bielicach (obecni byli tylko Ks. Franciszek Żurawski, Jan Sznajder i Jerzy Marszałkowicz). Podczas spotkań w Gliwicach najpierw uczestniczono we Mszy św., a potem wspólnie rozmawiano na tematy związane z postacią św. Brata Alberta i ze Wspólnotą Albertyńską. Trzeba podkreślić, że najgorliwiej angażował się w kontynuację działalności Wspólnoty Albertyńskiej Ks. Franciszek Żurawski, dla którego Brat Albert był wzorcem do naśladowania⁴.

Raz takie spotkanie Wspólnoty Albertyńskiej miało miejsce w Częstochowie przy okazji Spotkania Jasnogórskiego w dniach 13 i 14 października 2000 r. Obecni na spotkaniu 13.10 byli (wg listy obecności): Krystyna Frąkała, Sławomir Karwowski, Ks. Bronisław Żołnierczyk, Tadeusz Luterek, Stanisław Frąkała, brat Jerzy Marszałkowicz, Jadwiga Podstawek, Jan Sznajder, a w dniu 14 października w spotkaniu udział wzięli Przewodniczący Z. GŁ.- Bohdan Aniszczuk oraz

⁴ Jan Sznajder, Towarzystwo Pomocy im. Św. Brata Alberta – Wspólnota Albertyńska, Gliwice, 27 maja 2000 r.

Ks. Stanisław Słowik⁵. Uczestnicy tych spotkań zabierali głos w sprawach pułstelni lub jakiegoś lokum dla odbywania rekolekcji, w sprawach formacji zmieniających się stale pracowników i opiekunów, pogłębiania znajomości duchowości Brata Alberta, prawach i obowiązkach (również modlitwy) uczestników Wspólnoty Albertyńskiej⁶. Warto nadmienić, że od r. 1999 Wspólnota Naśladowców św. Franciszka i św. Brata Alberta przyjęła nazwę: Wspólnota Albertyńska.

Niepowetowaną stratą dla całego Towarzystwa Pomocy i Wspólnoty Albertyńskiej była śmierć Księdza Franciszka Żurawskiego w dniu 5.08.2003 r. Był on członkiem Zarządu Głównego Towarzystwa i gorliwym uczestnikiem Wspólnoty Albertyńskiej. Jeszcze przed r. 2000 rozpoczął swoją nadzwyczajną pomoc ludziom biednym, bezdomnym i chorym, angażując się także na rzecz powstania w Gliwicach Hospicjum dla ludzi terminalnie chorych. Od jesieni 2000 r. – po rezygnacji z funkcji Proboszcza – całkowicie już poświęcił się tej posłudze, będąc diecezjalnym duszpasterzem ubogich, cierpiących bezdomnych, pełniąc także funkcję kapelana Hospicjum Miłosierdzia Bo-

⁵ Jan Sznajder, Wypowiedzi osób biorących udział w spotkaniach w dniach 13 i 14 października 2000 w Częstochowie, zainteresowanych powołaniem Wspólnoty Albertyńskiej w Towarzystwie.

⁶ Por.: J. Sznajder, Tamże, s. 1 i 2.



zego w Gliwicach. Można go nazwać drugim Bratem Marcinem. Między innymi marzył o wybudowaniu domu, w którym mieszkałby razem z kloszardami⁷. Stało się niestety inaczej.

Nastąpiła znowu przerwa w spotkaniach Wspólnoty Albertyńskiej. Jednak inicjatywę podjęło Schronisko w Pępicach i zorganizowało u siebie spotkanie w dniu 14 września 2005 r. W spotkaniu wzięli udział: brat Księdza Franciszka Żurawskiego – Ks. Wiesław Żurawski, Jan Sznajder, Franciszek Nowak, Ojciec Zbigniew Winiarz kapłan i zakonnik ze Zgromadzenia Braci Poczestych z Getsemani, jego dwaj bracia: Ryszard Winiarz, kierownik Schroniska i Andrzej Winiarz, Pani Bożena pracownica Schroniska i Pan Robert kierowca w Szczodrem oraz Jerzy Marszałkowicz. Na tym zebraniu wybrano O. Zbigniewa jako duchowego Moderатора Wspólnoty. Na tym zebraniu ułożono „Propozycje i postulaty Albertyńskiej Wspólnoty duchowo – formacyjnej o wprowadzenie zmian do projektu dokumentu „Wartości i kierunki rozwoju”. J. Marszałkowicz odczytał tekst tych „Propozycji i postulatów” na Zebraniu Ogólnym Towarzystwa Pomocy w dniu 17.09.2005 r. Niestety tylko

⁷ Ks. Wiesław Żurawski, *Wspomnienie ks. W. Żurawskiego...* oraz: Janina i Janusz Michurowie, *Ostatnia droga ks. Franciszka w: „Biuletyn Towarzystwa Pomocy im. Św. Brata Alberta” – wydanie specjalne poświęcone śp. Ks. Franciszkowi Żurawskiemu ...*, s. 2-3.

jeden postulat został przyjęty i dokument „Wartości i kierunki rozwoju” został przegłosowany i zatwierdzony. Wspólnota Albertyńska sformułowała jeszcze jedno „Oświadczenie co do tematu, co to znaczy wykonywać pracę w duchu św. Brata Alberta”. Odczytał je J. Marszałkowicz na zebraniu Zarządu Głównego Towarzystwa we Wrocławiu w dniu 18.03.2006 r.

Następne zebranie Wspólnoty Albertyńskiej miało miejsce w Bielicach w dniu 18.11.2006 r. Rozpoczęło się Mszą św. w kaplicy Schroniska. Odprawił ją O. Zbigniew Winiarz. Obecni byli także Brat Ryszard i Brat Andrzej Winiarze, Prezes Jan Sznajder, Teresa Kaczmarek z Kalisza, Franciszek Nowak z Inowrocławia, Tadeusz Luterek z Częstochowy, Marek Kowalczyk Prezes Koła Brzeskiego, Pani Bożena i Pan Robert z Pępicy oraz J. Marszałkowicz. Rozważano na tym spotkaniu słowa św. Brata Alberta wyłowione z książki Marii Winowskiej pt. „Brat Albert albo Znieważone Oblicze” i przedstawione przez J. Marszałkowicza w obszernym opracowaniu. Omówiono i przedyskutowano więc tylko połowę opracowania⁸.

Drugą połowę tego opracowania rozważano na trzydniowym spotkaniu na Kalatówkach na zaproszenie Brata Alojzego przełożonego Kala-

⁸ Wystąpienie J. Marszałkowicza na spotkaniu Wspólnoty Albertyńskiej w Bielicach dn. 18 XI 2006.



tówek w dniach 27-29.04.2007 r. Na spotkaniu było 15 osób z O. Zb. Winiarzem na czele. Byli obecni: Ryszard Winiarz, Pani Bożena z Pępic, Tadeusz Luterek, Franciszek Nowak, Andrzej Ptak i Pan Tomek ze Szczodrego, Hieronim Paluszczak kierownik Schroniska w Gliwicach–Bojkowie i dwaj jego pomocnicy – opiekunowie, dwie Panie wolontariuszki z Gliwic: Anna Eberhardt i Jadwiga Wesołowska, Jan Sykała z Leśnej oraz J. Marszałkowicz.

Kolejne spotkanie miało miejsce w Gliwicach w dniu 8.09.2007 r. w siedzibie Zarządu Koła Gliwickiego. Gospodarzem był Wiceprezes Zarządu Głównego Jan Sznajder. Na początku była Msza św. w katedrze gliwickiej. Na spotkaniu było co najmniej 20 osób. Prezes dr Bohdan Aniszczuk i Marek Oktaba przewodniczący Sądu Koleżeńskiego przy Zarządzie Głównym Towarzystwa, zaszczylicili to spotkanie swoją obecnością. Referat wygłosił Tadeusz Luterek pt. „Podstawy formacji duchowej członków Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta”. Omawiano ten referat.

Dokładniejsze przedyskutowanie powyższego referatu odbyło się na spotkaniu Wspólnoty Albertyńskiej w Schronisku Towarzystwa Interwencji Społecznej im. św. Brata Alberta w Leśnej k. Lubania Śl., gdzie kierownikiem jest Jan Sykała. O. Zbigniew Winiarz razem z Ks. Proboszczem Leśnej kon-

celebrowali Mszę św. w Schroniskowej kaplicy. Na spotkaniu było przeszło 20 osób. Przyjechał Jan Sznajder z Gliwiczankami oraz z Tadeuszem Luterkim i Franciszkiem Nowakiem. Zabrał też Teresę Rojek Prezeskę z Bielic wraz z Teresą Kaczmarek i J. Marszałkowiczem. Przyjechali też członkowie Wspólnoty z Pępic. Podczas tego spotkania wygłosił swoją dłuższą wypowiedź J. Marszałkowicz przygotowaną 13.11. a odczytaną dopiero na tym spotkaniu w Leśnej w dniu 17 listopada 2007 roku. Trzeba jeszcze nadmienić, że projekt niniejszego dokumentu opracowany przez J. Marszałkowicza został wysłany uprzednio w dniu 30 kwietnia 2008 r. uczestnikom Wspólnoty wraz z zaproszeniem na spotkanie do Bielic 17.05.2008. Na to spotkanie do Bielic przyjechało tylko osiem osób, chociaż wysłano zaproszenia do dziesiętnastu osób. Z Pępic przyjechał O. Zbigniew Winiarz wraz z Janem Sykałą, z Gliwic przyjechali Państwo Wesołowski razem z Tadeuszem Luterkim, z Wrocławia przyjechał Marek Oktaba. Natomiast Teresa Kaczmarek z Kalisza i Franciszek Nowak z Inowrocławia przyjechali już w przeddzień i nocowali w Bielicach. Spotkanie rozpoczęło się Mszą św. odprawioną w kaplicy przez O. Moderatorkę Wspólnoty Zb. Winiarza. Prowadzenie spotkania zlecono J. Marszałkowiczowi. Pierwszym punktem spotkania



i obrad było przedyskutowanie projektu opracowania J. Marszałkowicza pt. „Czym jest Wspólnota Albertyńska działająca w ramach Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta”. Po odczytaniu słowa wstępnego zaczęły się obrady nad w/w tekstem. Wniesiono kilka poprawek oraz polecono wyjąć z tekstu głównego końcową część tekstu pt. „Świecka Wspólnota Albertyńska”. Drugim punktem spotkania było omówienie „Rachunku sumienia prowadzących Schroniska” w wersji zmienionej i poprawionej. Tekst ten został rozdany uczestnikom spotkania. Do w/w tekstu wniesiono poprawkę: „Czy nakłaniam do Mszy św.”⁹. Po krót-

kiej przerwie został odczytany zestaw słów mówionych lub pisanych przez św. Brata Alberta. Zestaw ten również został rozdany uczestnikom zebrania. Jest to dość krótki zbiór chyba najbardziej charakterystycznych wypowiedzi św. Brata Alberta. Jak zwykle rozdano uczestnikom spotkania tajemnice różańcowe, aby modlić się za bezdomnych, Towarzystwo Pomocy i Wspólnotę Albertyńską. Ustalono, że tematem następnego spotkania Wspólnoty będzie problem pracy podopiecznych – bezdomnych wg idei św. Brata Alberta. Jan Sykała zapraszał, aby kolejne spotkanie Wspólnoty odbyło się w Leśnej w Schronisku. Na zakończenie O. Zb. Winiarz i wszyscy uczestnicy spotkania w kaplicy odmówili Koronkę do Miłosierdzia Bożego.

⁹ W znaczeniu: czy troszczę się o życie duchowe tych osób (red.)

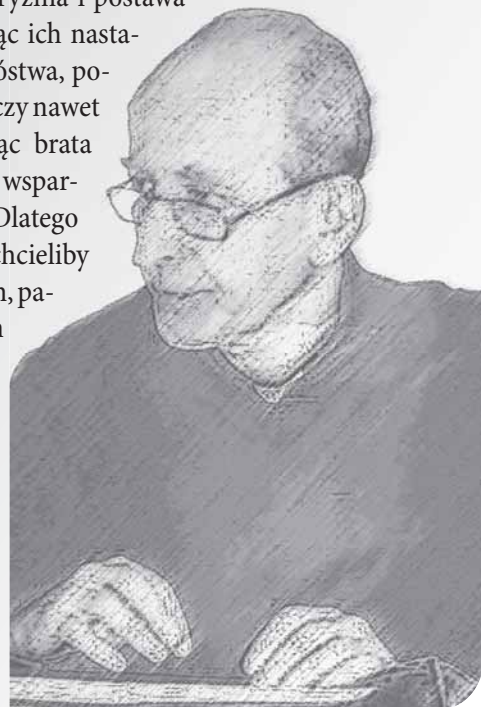


Świadczenia o Bracie Jerzym Marszałkowiczu

Świadczenie o Wielkim Człowieku

Brat Jerzy Marszałkowicz – współzałożyciel Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta – osoba wyjątkowa, skromna i oddana służbie bezdomnym, a także wspierająca członków i pracowników Towarzystwa. Jego sposób bycia, charyzma i postawa wpłynęła na wielu ludzi, zmieniając ich nastawienie do drugiego człowieka, ubóstwa, pomagania, a niekiedy samego siebie czy nawet dotychczasowe życie. Wspominając brata Jerzego czujemy jego obecność i wsparcie w codziennej ciężkiej pracy. Dlatego też prosimy wszystkich, którzy chcieliby podzielić się swoim wspomnieniem, pamiętką lub myślą o bracie Jerzym Marszałkowiczu, o kontakt z Kolem Bielickim TPBA (*bielice127@wp.pl*, tel. 77 431 11 56) lub Krajowym Biurem TPBA (*biuro@tpba.pl*, tel. 71 344 37 35).

Obok prezentujemy wspomnienie pani Katarzyny Kowalskiej.



Katarzyna Kowalska:

Księża Jerzego Adama Marszałkowicza spotkałam po raz pierwszy w kwietniu 1991 roku na Zebraniu Społecznego Komitetu Przeciwalkoholowego. Przedstawił on problemy ludzi Bezdomnych, pozostawionych samym sobie na ulicy przez opiekę społeczną. Po wysłuchaniu tego wystąpienia od razu nabrałam przekonania, że jest to niezłomny człowiek, wielki wojownik, który nie spocznie dopóty, aż osiągnie zamierzony cel.

Zorganizował grupę ludzi, która po wielu trudach doprowadziła do powstania Towarzystwa Pomocy im. Adama Chmielowskiego i do otwarcia schroniska. Ks. Jerzy z radością wziął na swoje barki ciężar prowadzenia tego domu: dyżurował we dnie i w nocy, prowadził rozmowy, ale też rozdzielał bijących się pijanych ludzi, niejednokrotnie sam był ciężko pobity. Źle się odżywiaił, niedosypiał z powodu nawału pracy, zawsze pogodny. W poprzednich latach niedomagał na zdrowiu,

ale w tym czasie rozwijał swoją duchowość, hart ducha i wielką determinację w dążeniu do celu. Nie było trudności, których by nie pokonał dla dobra swoich Bezdomnych.

Rozumiał i zobaczył swoich bezdomnych w obrazie „Ecce Homo”, który Br. Albert malował do końca życia. To pozwoliło mu wytrwać na posterunku. Pokazał nam, że niemożliwe może stać się możliwe. Wystarczy wierzyć, iść właściwą drogą, pewnie i niestrudzenie w dobrym kierunku.

Za życia, które było bardzo trudne, doczekał się uznania za pracę. Otrzymał szereg wysokiej rangi odznaczeń państwowych, nagród i wyróżnień.

Wrócił do domu Ojca. Zostawił nas. Możemy go prosić o Opiekę i wstawiennictwo.

Wrocław,
5 VI 2020 r.

Pan Kucharz ze schroniska

Piotr Kuśmider: *Panie Andrzeju, ile już lat Pan gotuje w naszej noclegowni – noclegowni św. Brata Alberta w Gorzowie?*

Pan Andrzej: W tej chwili będzie około trzech lat, jak zajmuję się tą profesją. To nie tylko gotowanie, ale i logistyka, zaopatrzenie i związane z tym wszystkie inne dodatkowe czynności. Trzy lata mijają bardzo szybko, praca, jak każda jedna, wymaga wysiłku, wymaga poświęcenia, trzeba niestety wstawać o 5 rano.

PK: *A czy Pan pamięta, jak Pan trafił do pracy w kuchni?*

PA: Trafiłem co prawda przez przypadek, bo poprzedniej ekipie potrzebny był ktoś do pomocy, no i tak się stało. Poszedłem najpierw na myjnię, naczynia myłem, później pracowałem w magazynie warzyw. Gdy odszedł główny kucharz, mi się udało zostać tutaj. Kierownik mnie wybrał i od tamtego czasu już sam prowadzę pracę.

PK: *A proszę powiedzieć nam w skrócie, jak wygląda powszedni*

dzień kucharza w naszej wspólnotcie. Przypomnijmy tylko, że wydajemy dziennie około 25 śniadań.

PA: Nie, śniadań wydajemy około 30, obiadów wydajemy około 40 i kolacji też około 40, czyli *summa summarum* 110, 120 posiłków, w zależności od okresu.

PK: *W takim razie, Panie Andrzeju, jak wygląda dzień kucharza, który ma na głowie 120 posiłków?*

PA: O 5.30 już na stanowisku pracy, przygotowanie śniadania rano – przede wszystkim jest zupa mleczna, czasami są jakieś inne dodatki, w międzyczasie trzeba przygotować półprodukty i produkty, które będą służyły do zrobienia obiadu. To trzeba sobie trochę pomyśleć, czasami trzeba wyjechać, dokupić coś, przywieźć i wtedy się już produkuje obiad. Obiad robimy tak na godzinę 13.30. Po biedzie następuje małe rozluźnienie, czyli przerwa, ale ta przerwa to nie jest dla wypoczynku, tylko trzeba pomyć naczynia, posprzątać po sobie, no i powoli przygotowujemy się do kolacji, przygotowujemy produkty,

półprodukty, w zależności, co się ma zamiar dać dla ludzi do konsumpcji.

PK: *A proszę powiedzieć, jak Pan przygotował ostatnie święta Wielkiej Nocy?*

PA: Do świąt przygotowujemy się już wcześniej, dlatego że trzeba zabezpieczyć surowiec, materiał, czyli półprodukty, produkty, bo na ostatnią chwilę się nie da zrobić. Dzisiaj, przy szalejącej inflacji codziennie coś jest droższe, trzeba wcześniej odpowiednio zrobić zakupy, więc ostre przygotowania już idą na tydzień wcześniej.

Bigos robimy, robimy sałatkę warzywną, jajka w majonezie, śledziki pod różną postacią, szykujemy także żurek, białą kielbasę...

PK: *A jest jakiś obiad, który Pan szczególnie lubi robić dla takiej dużej ilości osób?*

PA: Bardzo lubię tradycyjne polskie zupy, czyli: ogórkowa, grochowa, fasolowa, pomidorowa, kartoflana. Staraliśmy się urozmaicać, tak że nie ma monotonii, zawsze jest coś nowego, świeżego.

PK: *Ja tylko dopowiem, że Pan Andrzej jest pierwszym kucharzem w naszej historii, który obiecał, że zrobi – i zrobił nam przepyszną białą kielbasę.*

PA: Udało się, no zrobiłem. I nie tylko, bo galaretkę też zrobiłem i wszyscy chwalili, tak że staramy się, jak możemy.

PK: *Panie Andrzeju, bardzo Panu dziękuję za rozmowę.*

PA: Ja też dziękuję!



Matka Boża Częstochowska

w życiu i dziele św. Brata Alberta oraz albertyńskiej Wspólnoty

br. Marek Bartoś



1.

Rola Maryi w życiu i dziele św. Brata Alberta

Wyjątkowa rola Matki Bożej w życiu każdego chrześcijanina wiąże się przede wszystkim z centralnym wydarzeniem w historii zbawienia: wcieleniem Syna Bożego. Słowo stało się ciałem w dziewiczym łonie obdarzonej pełnią łaski Maryi, po jej uprzedniej zgodzie

Tematem referatu¹ jest ukazanie znaczenia i wpływu Maryi, uobecnionej szczególnie w znaku Częstochowskiej Ikony, zarówno na osobę św. Brata Alberta, jak i na jego dzieło. Najpierw przedstawię ogólnie rolę Maryi w życiu Adama Chmielowskiego – Brata Alberta. Z kolei zwrócę uwagę na wyjątkowe znaczenie, jakie dla Ojca ubogich miał obraz Matki Bożej Częstochowskiej. Zaprezentuję też z perspektywy Zgromadzenia Braci, jak współcześnie przedstawia się rola Maryi Jasnogórskiej w życiu albertyńskiej Wspólnoty.

¹ Referat wygłoszony 8.12.2022 r. na Jasnej Górze w czasie pielgrzymki braci, personelu i mieszkańców placówek Zgromadzenia Braci Albertynów.

na Boży plan wyrażony w anielskim zwiastowaniu. Zanim poczęła w łonie, poczęła w sercu przez wiarę². Wydając na świat naszego Zbawiciela, a także przyjmując Testament z Krzyża: „Niewiasto, oto syn Twój..., oto Matka twoja” (J 19, 26b – 27a), Maryja stała się również naszą Matką w porządku łaski. Stąd bierze się szczególnie szacunek i cześć, jakimi otaczamy w Kościele „Błogosławioną między niewiastami” (Łk 1,42). Dlatego Maryja mogła wyśpiewać w swoim hymnie uwielbienia: „Oto (...) błogosławić mnie będą od-tąd wszystkie pokolenia” (Łk 1,48).

Tak było od początku wspólnoty Kościoła, tak jest i do dzisiaj. Tak było również w życiu św. Brata Alberta. Czczył on Matkę Bożą szczególnym nabożeństwem, wyrażając to dobitnie w słowach: „Matkę Najświętszą obieram za opiekunkę w moich trudnościach. Chcę Ją czcić osobnym nabożeństwem przez cały ciąg życia i całą wieczność”³. W jakich sytuacjach Ojciec ubogich szczególnie polecał się Matce Najświętszej? Przede wszystkim w sprawach i problemach związanych z posługą najuboższym. Wszystkie prowadzone przez siebie i swoje wspólnoty dzieła miłosierdzia zawie-

rzył całkowicie Bożej Opatrzności przez orędownictwo Maryi. We wszelkich pojawiających się trudnościach polecał, aby odmawiać modlitwę *Pod Twoją obronę* i być spokojnym, bo Matka Boża zaradzi wszystkim potrzebom⁴. Wzywał również pomocy Maryi w swoich zmaganiach wewnętrznych na drodze do świętości: „...któż mnie w nędzy wspomógł? Matka Najświętsza...” czy po prostu: „Matko wspomóż”⁵. Napisał też pełną ufności modlitwę: „Najświętsza Pani, zdaję się na Twoją łaskę, daj żebrakowi co chcesz, albo nie daj, wedle Twej łaski i woli”⁶. Ufność tę nie tylko odnosił do siebie, ale także do skupionej wokół niego wspólnoty, bo jak zapisał w swoich notatkach rekolekcyjnych: „Ojciec, Bracia i Siostry ufamy opiece Pana Jezusowej i Matki Najświętszej, Pani naszej”⁷. Tytuł „Matki i Pani” pojawia się również w modlitwie: „Matko Boska Bolesna, bądź naszą Matką i Panią teraz i na wieki. Amen”⁸. Użyta tu liczba mnoga może świadczyć, że Ojciec ubogich odnosił tę modlitwę do wspólnoty.

W modlitewnym porządku dnia z początków Zgromadzenia znajdowały się: różaniec oraz modlitwa Anioł

⁴ Kaczmarzyk Magdalena, albertynka, *Trudna miłość. Święty Brat Albert Chmielowski w służbie najbiedniejszym*, wydanie drugie uzupełnione, Nakładem SS. Albertynek, Kraków 1990, s. 87.

⁵ *Pisma*, dz. cyt. s. 272.

⁶ *Pisma*, dz. cyt., s. 275.

⁷ *Pisma*, dz. cyt., s. 268.

⁸ Tamże, s. 275.

² por. Kazanie św. Augustyna, biskupa, w: *Liturgia godzin, Codzienna modlitwa Ludu Bożego*, t. IV., Pallottinum 1988, s. 1373.

³ *Pisma Adama Chmielowskiego (św. Brata Alberta) (1845 – 1916)*, wydanie II poprawione i uzupełnione, Kraków 2004, s. 276.



Pański, w których bracia codziennie wzywali imienia Maryi⁹. Brat Albert zalecał też noszenie szkaplerza karmelitańskiego, dla pozyskania przywilejów i odpustów do niego przywiązanych¹⁰. Wymienione praktyki pobożności maryjnej potwierdzają i konkretyzują to wszystko, co o oddaniu i czci do Matki Bożej zapisał św. Brat Albert.

2.

Znaczenie, jakie przypisywał św. Brat Albert Maryi w znaku Jasnogórskiej Ikony

W szczególny sposób czcił św. Brat Albert Matkę Najświętszą uobecniłą w Jej Jasnogórskim wizerunku. Obrazek Matki Bożej Częstochowskiej otrzymał Adam Chmielowski od swojej matki mając 14 lat, tuż przed jej śmiercią. Tak więc ikona Jasnogórska towarzyszyła mu od dzieciństwa. Zachował ten obraz przy sobie przez dalsze etapy życia: w okresie Powstania Styczniowego, w czasie studiów malarskich, i później, kiedy prowadził działalność artystyczną. Po wstąpieniu do nowicjatu jezuitów, przekazał tę

cenną pamiątkę swemu przyjacielowi Józefowi Chełmońskiemu, prosząc, by zawiesił obraz nad łóżkiem, żeby – jak pisał – „ta dobra Pani, którą przedstawia, strzegła Ciebie i twojego domu”¹¹. Obrazek ten córka Chełmońskiego, po śmierci ojca, przekazała braciom albertynom i można go zobaczyć w muzeum Brata Alberta w domu macierzystym Zgromadzenia w Krakowie.

Czy Adam Chmielowski odwiedził sanktuarium na Jasnej Górze? Nie udało mi się znaleźć potwierdzenia takiego zdarzenia. Być może wraz z matką odwiedzili Jasną Górę, jadąc koleją podczas pielgrzymki do Mogiły w 1853 r.¹². Trasa kolei wiodła bowiem przez Częstochowę. Również brak jest informacji o ewentualnej obecności Brata Alberta na ślubie jego rodzonego brata, Stanisława, który odbył się w kaplicy Matki Bożej na Jasnej Górze dnia 4.06.1889 r.¹³.

Od 1880 r. nie posiadał więc Chmielowski materialnego znaku w postaci obrazu Matki Bożej Częstochowskiej. Widocznie nosił jednak Jej wizerunek w swoim sercu, skoro przywołał go już jako Brat Albert, rozpoczynając swoje dzieło pomocy ubogim. To właśnie obraz Matki Bożej Częstochowskiej umieścił na ścianie miejskiej Ogrzewalni, odnowionej i przekształconej

¹¹ *Pisma*, dz. cyt., s. 74.

¹² Różycki A., dz. cyt., s. 34.

¹³ tamże, s. 568.



w Przytulisko dla ubogich w Krakowie przy ul. Piekarskiej¹⁴. Polecał umieszczać podobne obrazy w każdym zakładanym przez siebie domu, wtedy był naprawdę spokojny o los dzieła. Należy dodać, że już po objęciu posługi w miejskiej ogrzewalni w 1888 r. sam rozpoczął malowanie obrazu Matki Bożej Częstochowskiej, którego jednak nie zdołał dokończyć. Służba wspólnocie braci i tłumom nędzarzy sprawiła, że jego malarstwo schodziło na drugi plan. Wszakże, jak pisze Maria Okońska: „pełna wyrazu twarz Matki Boskiej z Dzieciątkiem zapowiadała dzieło dużej wartości artystycznej”¹⁵.

Kilka dni przed śmiercią Brat Albert zostawił swym wspólnotom swoisty testament. Przeczuwając zbliżający się koniec życia, przekazał br. Piotrowi Dobrogowskiemu obrazek Matki Bożej Częstochowskiej, mówiąc: „Ta Matka Boska jest waszą Fundatorką. Pamiętajcie o tym. Ona mnie prowadziła przez całe życie”¹⁶. Jeśli przyjąć za autentyczne w przytoczonej wypowiedzi sformułowanie: „Ona mnie prowadziła przez całe życie”, to odnosić się ono może do typu przedstawienia Ikony Jasnogórskiej (Chmielowski studiował przecież malarstwo). Ten rodzaj wizerunku Matki Bożej to *Hodegetria*:

¹⁴ Różycki A., dz. cyt., s. 370.

¹⁵ Okońska Maria, dz. cyt., s. 249.

¹⁶ *Módlmy się ze świętym Bratem Albertem...*, s. 21, zob. także Lewandowski Cz. CM, *Brat Albert*, Kraków 1927, s. 200, 254.

Wskazująca drogę; Ta, która prowadzi. Brat Albert był przekonany, że Maryja bezpiecznie i pewnie zaprowadzi do celu. Wierzył bowiem, że Matka zawsze prowadzi do Syna, i cześć oddawana Maryi odnosi się zawsze do Jezusa. Boża Rodzicielka nie zatrzymuje niczego dla siebie, lecz ze zwielokrotnioną mocą przekazuje chwałę Bogu.

3.

Rola Matki Bożej Częstochowskiej w albertyńskiej Wspólnocie

Aktualne znaczenie i rolę, jaką pełni Maryja – szczególnie jako obecna w Jasnogórskim znaku – dla Zgromadzenia Braci Albertynów i prowadzonego przez nie dzieła, określają trzy elementy. Po pierwsze przykład życia oraz wola samego św. Brata Alberta. Po drugie wskazówki dane Zgromadzeniu przez Kościół w aktualnych Ustawach. Po trzecie praktyka, czyli konkretna realizacja zawartych w naszej tradycji i prawie inspiracji.

Najpierw ukażę rolę Matki Bożej Częstochowskiej jako fundatorki albertyńskiej Wspólnoty. Termin fundator (od łac. *fundare* – zakładać) według *Encyklopedii katolickiej* oznacza: twórca, założyciela instytucji kościelnej, dającego jej podstawy duchowe lub materialne; oznacza też założyciela zakonu lub zgromadzenia zakonnego.



I dalej: Fundator, czyli założyciel zakonu lub zgromadzenia zakonnego – to najczęściej charyzmatyk obdarzony specjalnym powołaniem Bożym i odznaczający się głębszym życiem duchowym, który dając określonej grupie wzór świętości, zapoczątkował zakon (zgromadzenie zakonne), nakreślił jego cel i działalność¹⁷. Święty Brat Albert przekazując swojemu następcy obraz Matki Bożej Częstochowskiej oraz mówiąc „Ona jest waszą fundatorką”, zrzekł się niejako tytułu założyciela, i wskazał na właściwe, duchowe źródło istnienia Zgromadzeń. Matka Boża Częstochowska prowadziła Ojca ubogich przez całe jego życie, była opiekunką w prowadzonym przez niego dziele i, jak wierzył w to głęboko, będzie troszczyć się o Zgromadzenie i ubogich po jego śmierci. Brat Albert był niewątpliwie obdarzony szczególnym powołaniem i charyzmatem Bożym, odznaczał się głębokim życiem duchowym, a będąc wzorem świętości dla swoich naśladowców zapoczątkował nową formę życia konsekrowanego (zgromadzenia zakonne) i nową formę posługi (domy wsparcia dla najuboższych). Swoją rolę widział jednak jako narzędzie Bożej Opatrzności, która szczególnie objawiała się w jego życiu poprzez opiekę Matki Bożej. Jej to oddawał pierwszeństwo, wskazując

jako Fundatorkę. Bez uwzględnienia roli Matki Bożej, w szczególności sposób obecnej w znaku Jasnogórskiej Ikony, nie można zrozumieć charyzmatu i duchowości św. Brata Alberta oraz jego zgromadzeń i dzieł. Na Jasnej Górze i wszędzie tam, gdzie ten znak się urzeczywistnia, wszyscy idący śladami Ojca ubogich powinni szukać inspiracji, duchowej mocy i wsparcia Matki, Opiekunki i Fundatorki.

Dla pogłębienia naszego charyzmatu i duchowości warto też zgłębiać wymowę teologiczną Jasnogórskiej Ikony. Drugi Sobór Watykański oraz dokumenty posoborowe wskazują jako źródła odnowy i stałej żywotności zgromadzeń zakonnych, nawrót do ducha fundatora¹⁸. A *Kodeks Prawa Kanonicznego* z 1983 roku poleca członkom poszczególnych instytutów życia konsekrowanego wiernie zachowywać myśl i zamierzenia założycieli dotyczące natury, celu, ducha i charakteru instytutu, jak również jego zdrowe tradycje¹⁹. W wypadku albertyńskich wspólnot powyższe zalecenia Kościoła, uwzględniając wolę, nazwijmy to „materialnego” Założyciela – św. Brata Alberta, wydaje się, że można by rozszerzyć na duchową Fundatorkę – Matkę Bożą Częstochowską. Potwierdzić to mogą słowa bp. Stanisława Smoleńskiego-

¹⁸ tamże.

¹⁹ *Kodeks Prawa Kanonicznego*, Pallottinum 1984, kan. 578.

¹⁷ *Encyklopedia Katolicka* t. 5, Lublin 1989, s. 772 n.



go, który napisał, że termin Fundatorka oznacza Tę, „która wciąż czuwa nad tym, aby wszystko było tak, jak Bóg chce, tak, jak zostało stworzone za natchnieniem Ducha Świętego...”²⁰. Inaczej mówiąc, Jasnogórska Pani jest strażniczką albertyńskiego charyzmatu.

Myszę, że należałoby coraz mocniej i głębiej ukazywać rolę i znaczenie duchowości maryjnej w naszym charyzmacie, a także fenomen oddziaływania Jasnogórskiej Matki i Królowej w naszym życiu. Wszak słowo fundator zawiera także łacińskie wyrażenie *fundatio* oznaczające: umocnić, ubezpieczyć, ugruntować, utrwalić. A słowo *fundatus* to tyle co ugruntowany, umocniony. Stojąc na fundamencie wierności naszym Fundatorom będziemy bardziej ugruntowani i umocnieni.

Miejsce i znaczenie Maryi w życiu i posłudze braci albertynów ukazane jest wyraźnie w Ustawach Zgromadzenia. Wskazują one na to, by bracia, rozważając ustawicznie życie swojego Założyciela, starali się za jego wzorem wnikać coraz głębiej w tajemnice życia Chrystusa i Najświętszej Maryi Panny²¹.

W Regule życia braci i siostr Trzeciego Zakonu Regularnego świętego

Franciszka, Najświętsza Maryja Panna ukazana jest przede wszystkim jako wzór do naśladowania. Wzór Maryi przejawia się tu najbardziej w jej postawie „służebnicy Pańskiej”²² oraz postawie pokory i ubóstwa²³. Jako Matka Boga i Pana naszego Jezusa Chrystusa „stała się Dziewiczym Kościołem”, czyli pierwowzorem Kościoła w porządku wiary, miłości i doskonałego zjednoczenia z Chrystusem²⁴.

Z kolei Konstytucje naszego Zgromadzenia zalecają, aby bracia mieli specjalne nabożeństwo do Dziewicy, Bożej Rodzicielki Maryi, ze względu na to, że jest ona wzorem i wsparciem ogólnie dla każdego rodzaju życia konsekrowanego, a szczególnie dla rodziny albertyńskiej, z woli św. Brata Alberta dana za „Fundatorkę”²⁵. Zwłaszcza powinni oni oddawać cześć Najświętszej Maryi Pannie w tajemnicy jej Niepokalanego Poczęcia, która to tajemnica stanowiła odrębny przedmiot kontemplacji św. Brata Alberta²⁶ (by wspomnieć choćby o namalowanym przez niego obrazie *Niepokalana*). Konstytucje przyznają uroczystości Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny wielką wagę, na co wska-

²² Tamże, s. 18.

²³ Tamże, n. 19.

²⁴ *Konstytucja dogmatyczna o Kościele*, n. 63, w: Sobór Watykański II, *Konstytucje, Dekrety, Deklaracje*, tekst łaciński – polski, Paris 1967.

²⁵ *Reguła, Konstytucje, Dyrektorium ...*, dz. cyt., s. 50.

²⁶ Tamże.

²⁰ Smoleński Stanisław bp., *Duchowość albertyńska*, Nakładem SS. Albertynek, Kraków 2004, s. 95.

²¹ *Reguła, Konstytucje, Dyrektorium, Zgromadzenie Braci Albertynów Posługujących Ubogim*, Kraków 2021, s. 50 n.



zuje przepis nakazujący zachowanie ścisłego postu w wigilię tego święta²⁷. Imię Niepokalanej pojawia się również w formule ślubów zakonnych, gdzie każdy z braci oddając się albertyńskiej Wspólnocie, wzywa między innymi wstawiennictwa Niepokalanej Dziewicy Maryi²⁸.

O roli i miejscu osoby Matki Bożej w życiu religijnym Zgromadzenia świadczą zalecane przez nasze ustawy praktyki pobożności maryjnej, zwłaszcza różaniec. Bracia codziennie mają odmówić jedną część różańca wspólnie lub indywidualnie²⁹. Częstkę różańca należy odmówić ponadto raz w miesiącu za żyjących i zmarłych dobrodziejów Zgromadzenia oraz podopiecznych³⁰. Tę modlitwę należy odmówić również za zmarłego współbrata, a za zmarłego aktualnego lub byłego brata starszego dodatkową część różańca; także za zmarłego papieża, biskupa diecezji, na terenie której znajduje się dany dom zakonny oraz za zmarłych rodziców brata w domu, w którym dany brat przebywa³¹.

Ze zwyczajów, które praktykowane są w Zgromadzeniu, można wspomnieć o modlitwie franciszkańskiej *Bogu chwała*. Była ona często odmawiana przez św. Brata Alberta i na-

dal jest odmawiana w albertyńskiej Wspólnocie po zakończeniu różańca. W modlitwie tej m. in. oddajemy hołd Maryi i prosimy, by z Synem Swoim nam błogosławiła³². Oczywiście istnieje jeszcze więcej praktyk pobożności maryjnej obecnych w życiu modlitewnym Zgromadzenia i zachowywanych zgodnie z tradycją istniejącą w Kościele polskim, np.: okolicznościowe odmawianie litanii Loretańskiej czy śpiew *Godzinek o Niepokalanym Poczęciu Najświętszej Maryi Panny*. Wielką tajemnicę Wcielenia i udział w tej tajemnicy Maryi, bracia mają okazję uczcić i rozważyć w odmawianej trzy razy każdego dnia modlitwie *Anioł Pański*. W tym miejscu warto dodać, że w pierwszych Konstytucjach Zgromadzenia z 1928 r. zawarta była praktyka odmawiania oficjum o Matce Bożej jako modlitwie uświęcenia dnia³³.

Oдноśnie roli kultu Matki Bożej Częstochowskiej w naszych ustawach znajdują się dwa zapisy. Pierwszy z nich wśród niewielu przedmiotów, które mogą znajdować się w albertyńskiej celi, wymienia obraz Matki Bożej Częstochowskiej³⁴. Wizerunek

³² *Módlmy się ze świętym Bratem Albertem*, dz. cyt., s. 18.

³³ *Konstytucje Braci Albertynów III-go zakonu św. Franciszka Posługujących Ubogim*, Kraków 1928 r.

³⁴ *Reguła, Konstytucje, Dyrektorium...*, dz. cyt., s. 108.

²⁷ Tamże, s. 52.

²⁸ Tamże, s. 71.

²⁹ Tamże, s. 50.

³⁰ Tamże, s. 45.

³¹ Tamże, s. 109 n.



Jasnogórskiej Pani obecny jest więc na co dzień w życiu albertyna. W drugim interesującym nas zapisie ustawodawca mówi o szczególnie ważnych dla naszego Zgromadzenia świętach, umieszczając wśród nich uroczystość Matki Boskiej Częstochowskiej (26 sierpnia). Spośród innych świąt maryjnych przytacza się jeszcze święto Matki Boskiej Anielskiej (2 sierpnia). W te dni, w miarę możliwości, należy odprawić Mszę św. w intencji Zgromadzenia. Pieśń *Maryi Magnificat* należy odśpiewać w rocznicę śmierci św. Brata Alberta (25. grudnia)³⁵. Zastanawia pominięcie w wykazie ważnych dla albertynów świąt uroczystości Niepokalanego Poczęcia, zwłaszcza biorąc pod uwagę to, o czym wyżej zostało powiedziane, że bracia „ze szczególną gorliwością” powinni oddawać cześć Najświętszej Maryi Pannie w tej tajemnicy³⁶. Uważam, że warto dodać to święto do wspomnianego wykazu, tym bardziej, że faktycznie w rodzinie albertyńskiej uroczystość Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny ma wyjątkowe miejsce (świadczy o tym choćby coroczna pielgrzymka na Jasną Górę w dniu 8. grudnia).

Obecność Maryi, zwłaszcza w znaku obrazu Matki Bożej Częstochowskiej, zaznacza się wyraźnie w aktualnej praktyce życia naszej Wspólnoty. Prak-

³⁵ Tamże, s. 112.

³⁶ Zob. tamże, s. 50.



Kopia ikony Jasnogórskiej, mal. na desce, pochodzącej z wyposażenia remontowanej kaplicy albertyńskiej



tyka ta opiera się na tradycji wywodzącej się od św. Brata Alberta, przekazanych nam przez Kościół *Ustawach* oraz na uchwałach regularnie odbywanych kapituł generalnych Zgromadzenia. Obraz Matki Bożej Częstochowskiej, jak już wyżej wspomniano, znajduje się w każdej albertyńskiej celi. Ponadto widnieje on w większości kaplic lub innych pomieszczeniach domów Zgromadzenia. W dzień imienin Fundatorki, 26. sierpnia, bracia zaznaczają swoją obecność w Jasnogórskim sanktuarium. W wigilię tej uroczystości, w święto św. Ludwika, patrona III zakonu św. Franciszka, kończą się doroczne rekolekcje dla członków Zgromadzenia, jest to też wyznaczona data obłóczyn i rozpoczęcia nowicjatu. W terminie okalającym lub w sam dzień święta Fundatorki praktykowane jest składanie profesji zakonnej przez braci. Warto jeszcze wspomnieć, że w naszej albertyńskiej Wspólnocie przyjął się zwyczaj, że na zakończenie każdego dnia bracia odśpiewują Apel Jasnogórski, modlitwę nieodłącznie związaną z kultem Matki Bożej Częstochowskiej.

W tym miejscu należy podkreślić fakt, że u stóp Jasnej Góry około 85 lat temu powstała placówka Zgromadzenia Braci Albertynów, która z czasem przekształciła się w Dom Pomocy Społecznej dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie. I choć dom zakon-

ny braci został zniesiony w 2014 r., to placówka nadal pozostaje pod zarządem Zgromadzenia. Dom ten, prowadzony przez osoby świeckie, podtrzymuje i twórczo realizuje charyzmat św. Brata Alberta, świadcząc wieloraką pomoc osobom wymagającym stałego wsparcia i opieki. Kilkudziesięcioletnia historia owocnej działalności Domu w cieniu częstochowskiego sanktuarium może być również świadectwem matczynej troski Maryi.

Znaczącym dowodem kultu Matki Bożej Częstochowskiej w albertyńskiej Wspólnocie jest doroczna pielgrzymka braci, personelu i mieszkańców naszych placówek na Jasną Górę w uroczystość Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny. Tradycja tej pielgrzymki rozpoczęła się w 1954 r. w setną rocznicę ogłoszenia dogmatu o Niepokalanym Poczęciu Najświętszej Maryi Panny, kiedy to bracia w dniu 8. grudnia złożyli na Jasnej Górze akt zawierzenia Matce Bożej całej Wspólnoty. Peregrynację w uroczystość Niepokalanego Poczęcia wznowiono kilkadziesiąt lat później, w 2011 r., na mocy uchwały kapituły generalnej z tegoż roku. Ponawiany corocznie Akt ofiarowania Zgromadzenia Najświętszej Pani Jasnogórskiej wyraża nasze żywe pragnienie oddania czci i miłości do Matki Bożej.

Podsumowując powyższe rozważania, należy stwierdzić, że św. Brat



Albert: czcił Matkę Bożą specjalnym nabożeństwem i pragnął czynić to na wieki; wzywał Ją jako współpomocielkę w sprawach związanych z prowadzeniem dzieł i Zgromadzenia oraz jako współpomocielkę na drodze wewnętrznego rozwoju; z ufnością oddawał opiece Maryi swoją Wspólnotę. Szczególna rola Matki Bożej Częstochowskiej w życiu św. Brata Alberta zaznaczała się następująco: towarzyszyła mu od dzieciństwa; jej wizerunek polecał umieszczać w kaplicach i przytuliskach swojej Wspólnoty; obrał ją za Fundatorkę Zgromadzenia. Jeśli chodzi o znaczenie Maryi w Jej Jasnogórskim wizerunku w Zgromadzeniu Braci oraz prowadzonych przez nich dziełach ukazano powyżej, że: bracia powinni mieć specjalne nabożeństwo do Najśw. Maryi Panny; nabożeństwo to wyraża się w wielu praktykach pobożności maryjnej, odprowadzanych na co dzień i okolicznościowo; Matka Boża Częstochowska jako Fundatorka jest duchową opiekunką Zgromadzenia i strażniczką jego charyzmatu; Jej obecność zaznacza się w konkretnych formach w codziennym życiu poszczególnych braci i całej Wspólnoty; w Zgromadzeniu istnieją wielorakie sposoby oddawania czci Matce Bożej.

Na podstawie niniejszego referatu można wysnuć również pewne wnioski i postulaty do ewentualnego podjęcia na gruncie naszego Zgromadzenia:

- potrzeba zgłębienia teologii Ikony Jasnogórskiej (*Hodegetria*) i jej zastosowanie w naszej duchowości;
- potrzeba pełniejszego ukazania maryjnego aspektu naszego charyzmatu.

W tym miejscu nasuwa mi się jeszcze jeden postulat natury bardziej ogólnej i zawsze aktualny: potrzeba wierniejszego podążania za Jezusem, spoglądając na wzór Maryi – *ad Iesum per Mariam*.

Na zakończenie przytoczę modlitwę ułożoną przez św. Brata Alberta, która wskazuje na rolę, jaką przyznawał on Matce Bożej w kształtowaniu życia we Wspólnocie: „O przebłogosławiona Pani, przez tę radość, którą miała tuląc się do Zmartwychwstałego Syna Twojego, przez niebieską słodycz miłości, której na Jego łonie używałaś, obdarz nas świętą jednością, zgodą i miłością wzajemną, ażebyśmy cząsteczki Twojej świętej pociechy dostąpić mogli w Panu naszym Synu Twoim Najświętszym”³⁷. Niech ta modlitwa zabrzmi jako życzenia i prośba zarazem, aby nasza albertyńska Rodzina wzrastała w jedności i wzajemnej miłości pod opieką i orędownictwem Fundatorki.

³⁷ *Pisma...*, dz. cyt., s. 275.

Wojna na Ukrainie – krótka relacja z Zaporozża

br. Kamil Szymański

Jak całą Ukrainę, tak też wspólnotę naszych braci w Zaporozżu, w południowo-wschodniej części kraju, dzień 24 lutego 2022 r. przywitał odgłosem syren oznajmiających alarm przeciwlotniczy i wiadomością, że Rosja zaatakowała, że rozpoczęła się wojna. W prowadzonej od tego dnia *kronice*

wojennej, przełożony domu br. Euzebiusz zapisał: „Na Ukrainie niestety zaczęła się wojna. Rano, w czasie Mszy św. przeleciały nad naszym domem dwie rakiety. My robimy swoje”.

Te ostatnie trzy słowa w skrócie opisują ich życie w tych nowych okolicznościach.



Przyjazd do Schroniska w Zaporozżu

Funkcjonowanie naszych dzieł dla ubogich w Zaporozżu – przytuliska, kuchni i łaźni – wraz z wybuchem wojny nie zmieniło się, a można powiedzieć, że raczej zintensyfikowało. Liczba ubogich przychodzących na ciepły posiłek w Kuchni szybko podwoiła się.

Od samego początku zaczęła napływać i nadal napływa do Zaporozża w dużych ilościach pomoc humanitarna (żywność, odzież, środki czystości, medykamenty, generatory prądu), głównie z Polski, od naszych braci i dobrodziejów a także z poza naszego kraju. Przy rozładunku często napływających darów pomagali również ubodzy korzystający z naszej kuchni. Zgłosili się do nas wolontariusze, którzy zaczęli wypiekać chleb w piekarni znajdującej się w naszym przytulisku.

Bracia pomogli w ewakuacji dwóch matek z dziećmi, wyjechały do Polski. Dzięki zaprzyjaźnionej fundacji z Niemiec pięciu niepełnosprawnych mieszkańców przytuliska znalazło miejsce w domu opieki w Niemczech. Kilku innym osobom z dziećmi również udało się wyjechać do Polski dzięki pomocy braci.

2 czerwca na prośbę władz miasta, obawiających się ataków na duże skupiska ludzi, bracia musieli zaprzestać gotowania i wydawania zupy w prowadzonej przy



Załadunek darów dla Zaporozża

parafii jadalni. Aby jednak nie pozostawić ubogich bez niczego, zaczęli wydawać bezpośrednio z samochodu chleb i konserwy na wynos, bez spożywania posiłku na miejscu. W lipcu po taką pomoc zgłaszało się dziennie już ponad tysiąc bezdomnych, ubogich i uchodźców.



Zaporozże, ponad 700-tysięczne, obwodowe (wojewódzkie) miasto, nie zdobyte przez Rosjan, bezpośrednio sąsiadujące z Donbasem i okupowanymi terenami, przyjęło również wielu uchodźców, uciekających i ewakuowanych z obszarów objętych bezpośred-

nimi walkami (Donbas, Mariupol). Dzięki Bogu dotąd nic złego się nie wydarzyło w czasie tych akcji pomocy ubogim. Wojna sprawiła, że po pomoc zgłaszają się osoby, rodziny, które normalnie by z niej nie musiały korzystać. Przychodzą też z prośbą o żywność



... i jej początek – mobilny punkt aprowizacyjny



Kolejka po żywność pod katolicką konkatedrą ...

bepośrednio do furty zakonnej naszego domu.

16 września zaporoską wspólnotę albertyńską odwiedził jałmużnik papieski, ks. kard. Konrad Krajewski. Oprócz pomocy humanitarnej i różniców od Ojca Świętego podarował bra-

ciom środki na zakup 10 ton mąki do piekarni.

9 października w *kronice wojennej* br. Euzebiusz zapisał: „W nocy spadło na Zaporozże sporo bomb, jedna na naszym osiedlu. Są zabici i ranni”. Po zniszczeniu jednego z bloków w pobli-





W kaplicy albertynów – święto Ecce Homo



zu naszego domu bracia poszli z żywnością do mieszkających w tej okolicy mieszkańców.

15 października: „Obudziło nas 10 rakiet w pobliżu naszego osiedla”.

Z uwagi na wzmożony czas ataków wroga na Zaporozżu, na prośbę gubernatora miasta trzeba było zawiesić wydawanie pomocy humanitarnej ubogim.

25 października powrócono do rozdawania żywności potrzebującym, ich liczba zaczęła wzrastać.

Jednym z problemów wywołanych wojną są też częste przerwy w dostawach energii elektrycznej. Rosjanie zaczęli uderzać rakietami w elektrownie, niszcząc tę infrastrukturę. Na szczęście bracia otrzymali kilka generatorów, które ratują ich w takich sytuacjach.

Pomimo całego dramatu, cierpienia i zniszczeń, codziennie wyjących

w mieście syren, niepewności co wydarzy się w nocy, jutro, pomimo że 67% województwa zaporoskiego pozostaje pod okupacją a wojska rosyjskie znajdują się ok. 40 km od miasta, zaporoska wspólnota braci albertynów (obecnie czterech) w zaufaniu Bożej Opiece i Opatrzności realizuje swoje zakonne powołanie i charyzmatyczną posługę ubogim.

Jeden z ostatnich wpisów w kronice wojennej:

25 kwietnia: „Otrzymaliśmy kolejne 20 ton mąki dla naszej piekarni. W związku z tym zwiększyliśmy ilość wypiekanego chleba. Dodatkowo wydajemy go też na naszym osiedlu (mieszkańcom z pobliskich bloków – przyp. aut.). Od początku wojny rozdaliśmy już około 200 tys. bochenków chleba i ok. 300 tys. konserw. Niech żyją nasi dobrodziejcy”.

Bracia albertyni na Jasnej Górze

8 grudnia 2022 r., w uroczystość Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny, tradycyjnie pielgrzymowaliśmy do naszej Matki na Jasną Górę. Wraz z mieszkańcami naszych domów, personelem i wolontariuszami polecałszy Jej opiece i wstawiennictwu siebie, nasze rodziny i prowadzone dzieła. Uroczystej Mszy św. przewodniczył ordynariusz kielecki ks. biskup Jan Piotrowski. Świętowaliśmy również 25-lecie ślubów zakonnych brata Wiesława, pracującego obecnie w Zaporozżu na Ukrainie.



Aktywni razem – na rzecz lepszego jutra

Dom Pomocy Społecznej w Poraju, prowadzony przez siostry albertynki, realizuje projekt, w ramach którego na stronie internetowej publikowane są krótkie artykuły ukazujące działalność Domu, jak i charakterystykę św. Brata Alberta. Poniżej prezentujemy kilka z nich w tematycznym ciągu, który pozwala zobaczyć życie Domu i jego Mieszkańców z różnych perspektyw. Artykuły zostały nieco skrócone ze względu na pojemność czasopisma; pełną wersję można zobaczyć na stronie <https://www.dpsporaj.albertynki.pl/aktywni.html#03>. Dziękujemy siostronom albertynkom z Poraja za zainicjowanie opracowania i za współpracę, jak też wszystkim Autorom tekstów – nie tylko za ich napisanie, ale też za świadectwo zaangażowania w życie Domu i usługę Mieszkańcom. (red.)

Od 01.06.2021 r. wspólnie z **Narodowym Instytutem Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego** w Warszawie realizujemy trzyletni projekt z Funduszu Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO. Pierwszym dużym wydarzeniem zrealizowanym w ramach programu są warsztaty ceramiczno-florystyczne.

Poprzez różnorodne działania i inicjatywy pragniemy przyczynić się do afirmacji osób z niepełnosprawnościami oraz promować ich niepowtarzalność i godność, w myśl słów Ojca Świętego Jana Pawła II, że „każde życie, nawet najmniej znaczące dla ludzi, ma wieczną wartość w oczach Boga”. Opierając się na wieloletniej pracy z osobami niepełnosprawnymi, mamy świadomość ich niesamowitego potencjału artystycznego, kompetencji społecznych, empatii i ponadprzeciętnej wrażliwości, dlatego chcemy mówić o wartości każdego życia, także tego z niepełnosprawnością oraz pokazywać jak najszerszemu gronu odbiorców dokonania artystyczne osób dotkniętych różnorodnymi niepełnosprawnościami, w tym naszych Drogich Pań Mieszkanek DPS w Poraju.

Monika Deszcz

Czy umieszczenie bliskiej osoby w Domu Pomocy Społecznej to pozbycie się jej z codziennego życia?

Pracując prawie 20 lat w Domu Pomocy Społecznej dla Dorosłych im. Św. Brata Alberta w Poraju, na przestrzeni lat byłam obecna przy przyjęciu wielu Mieszkanek. Dlatego – zapewne jak każdy pracownik zespołu terapeutyczno-opiekuńczego – za tymi przyjęciami widzę historie naszych Mieszkańców, a także ich bliskich.

Największą troską rodzin wychowujących niepełnosprawne intelektualnie dziecko, która towarzyszy im chyba przez całe życie, jest zapewnienie mu przyjaznego, bezpiecznego środowiska, w którym będzie mogło funkcjonować nawet wtedy, gdy ich zabraknie. Jest to zarówno lęk o to, co się z nim stanie, gdy nie będą mogli go już wspierać, gdzie zamieszka, kto będzie dbał o jego czasami bardzo specyficzne potrzeby, ale też o to, czy nie będzie cierpiało, czy ktoś nie będzie się nad nim znęcał, poniżał, odbierał godność. W momencie kryzysowym, gdy rodzic z racji wieku lub choroby zaczyna mieć

trudności w codziennym funkcjonowaniu i opiece nad niepełnosprawnym już dorosłym dzieckiem, albo po śmierci rodzica, jeśli nie ma nikogo, kto zapewni kontynuację opieki, osoba z niepełnosprawnością staje się Mieszkańcem domu pomocy społecznej.

Dom Pomocy Społecznej to placówka, gdzie instytucje MOPS bądź GOPS kierują osoby, którym system usług oferowany przez służby społeczne w miejscu zamieszkania nie jest w stanie efektywnie zabezpieczyć potrzebnego im wsparcia. Zapisy Ministerstwa Rodziny i Opieki Społecznej mówią, że: „Osobie wymagającej całodobowej opieki z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, niemogącej samodzielnie funkcjonować w codziennym życiu, której nie można zapewnić niezbędnej pomocy w formie usług opiekuńczych, przysługuje prawo do umieszczenia w domu pomocy społecznej. Osobę wymagającą tej formy wsparcia kieruje się do domu pomocy społecznej odpowiedniego typu, zlokalizowanego jak najbliżej miejsca zamieszkania osoby kierowanej, chyba że okoliczności sprawy wskazują inaczej, po uzyskaniu zgody tej osoby lub jej przedstawiciela ustawowego na umieszczenie w domu pomocy społecznej”. Często po śmierci rodziców, albo w wyniku ich choroby, jedynym pomysłem, jaki rodzina ma na rozwiązanie problemu dalszej opieki nad oso-



bą niepełnosprawną jest zapewnienie jej przez pełnosprawne rodzeństwo. Dlatego spotykamy osoby, które przez wiele lat zapewniają bratu lub siostrze stałą opiekę nawet kosztem własnych potrzeb, życia osobistego, zawodowego, a nierzadko kosztem własnego zdrowia.

Nasze społeczeństwo można zaliczyć do tzw. społeczeństwa tradycyjnego, jeśli chodzi o wartości rodzinne i wychowawcze. Istnieje określona hierarchia wartości, regulująca współżycie między dziećmi oraz rodzicami. Uczymy się ich w procesie socjalizacji.

ślają powinności i zobowiązania, jakie wobec nich mamy. Jedną z praktycznych reguł jest obowiązek niesienia pomocy bliskim w trudnej sytuacji, jaką np. jest niepełnosprawność, starość czy choroba. Nikt nie powinien zostawiać swoich bliskich bez pomocy, kiedy nie będą oni w stanie sami już zadbać o swoje własne szeroko pojęte interesy. Postawa pomocy w każdej z tych sytuacji jest społecznie akceptowana i pozytywnie oceniana.

Rodzina to naturalna przestrzeń życiowa każdego człowieka, w której powinien on realizować wszystkie nie-



Przyswojone wartości stają się częścią systemu motywacyjnego, aktywizując nasze działania zgodnie z utartymi wzorcami ich realizacji. W naszej rodzimej kulturze znajdują się także zasady i reguły określające nasz stosunek do rodziców i rodzeństwa, które okre-

zbędne do prawidłowego rozwoju oraz funkcjonowania potrzeby życiowe. Jednak w niektórych wypadkach rodzina, nawet wsparta pomocą instytucji zewnętrznych, nie jest w stanie poradzić sobie z opieką nad osobą niepełnosprawną, czasem też celowo i świa-



domie rezygnuje z opiekowania się nią (odtrąca, odrzuca), wreszcie są sytuacje, w których ze względu na złe warunki bądź złe traktowanie przez rodzinę, osoby niepełnosprawne znajdują się pod kuratelą instytucji pomocowych.

Często obserwuję, że przyczyną znalezienia się człowieka niepełnosprawnego w domu pomocy społecznej jest patologiczne środowisko rodzinne, w którym osoba taka nie może normalnie i bezpiecznie funkcjonować. Nierzadko bezpośrednim powodem znalezienia się osoby niepełnosprawnej w domu pomocy społecznej są przyczyny społeczne, takie jak ubóstwo, środowisko patologiczne, osierocenie. Kiedy nie ma możliwości zapewnienia na odpowiednim poziomie i w odpowiednim zakresie opieki w środowisku rodzinnym lub lokalnym, jedynym rozwiązaniem staje się umieszczenie osoby niepełnosprawnej w domu pomocy społecznej.

Bywają jednak i takie sytuacje, kiedy ta praktyczna reguła pomocy naszym bliskim nie może zostać urzeczywistniona, ponieważ na drodze do jej realizacji pojawiają się obiektywne przeszkody od nas niezależne i przez nas niezawinione. Sytuacje, kiedy opieka i pomoc przekracza nasze możliwości i siły. Kiedy sami nie jesteśmy w stanie sprostać wymogom i potrzebom naszych bliskich, bo przekracza to nasze możliwości czy umiejętności.

Decyzja o umieszczeniu osoby bliskiej w domu pomocy społecznej, nawet kiedy zachodzi taka obiektywna konieczność i opiekun jest tego w pełni świadomy, nigdy nie jest emo-

Decyzja o umieszczeniu osoby bliskiej w domu pomocy społecznej, nawet kiedy zachodzi taka obiektywna konieczność i opiekun jest tego w pełni świadomy, nigdy nie jest emocjonalnie łatwa.

jonalnie łatwa. Nawet jeśli wszystkie racje przemawiają za tym, że trzeba tak postąpić, gdzieś w głębi każdego autentycznie zatroskanego opiekuna pojawiają się wątpliwości w postaci pytań: „Czy ja słusznie postępuję? Może nie powinienem tego robić, może sam sprostam temu trudnemu wyzwaniu?”. Często obserwujemy niepokój i stres, jaki towarzyszy bliskim przy przyjęciu Mieszkańki do dps. Bywa, że dotychczasowi opiekunowie dzielą się z nami obawami, jakie im towarzyszyły już po podjęciu decyzji o umieszczeniu swojego dziecka, swojej siostry czy mamy w placówce. Doświadczają oni bardzo trudnych emocji związanych z tym, jak mogą być postrzegani przez otoczenie czy dalszą rodzinę. Niektórzy mają poczucie, albo usłyszeli wprost oskarżenie, że „pozbywają się problemu”.



Od nas, pracowników dps, słyszą, że doskonale rozumiemy, jakim wysiłkiem okupiona jest opieka nad osobą niepełnosprawną wymagającą cało-

Wiemy, jak trudna jest opieka, kiedy opiekun musi godzić ją z obowiązkami zawodowymi albo gdy jednocześnie angażuje w nią swoją rodzinę.

dobowo wsparcia, opieki i nierzadko pielęgnacji. Wiemy, jak trudna jest opieka, kiedy opiekun musi godzić ją z obowiązkami zawodowymi albo gdy jednocześnie angażuje w nią swoją rodzinę.

Wiemy, jak trudne było samo podjęcie decyzji o szukaniu i skorzystaniu z pomocy, a także wybór domu pomocy społecznej jako formy opieki. Jesteśmy świadomi, że środowisko domu pomocy społecznej nie zastąpi domu rodzinnego. Dlatego zachęcamy zarówno mieszkanki, jak i ich bliskich do jak najczęstszych kontaktów z rodzinami – do odwiedzin w dps, wyjazdów do domów rodzinnych m. in. na święta, do kontaktów listownych i telefonicznych. Staramy się także od pierwszego kontaktu zaprezentować możliwości terapii, aktywizacji i wsparcia, jakie oferuje Dom, by zminimalizować niepokój rodzin.

Podkreślamy, że współpraca i kontakt z rodzinami jest jednym z ele-

mentów indywidualnego planu wsparcia każdej Mieszkanki naszego Domu. Byłam świadkiem odwiedzin u Pani Magdaleny, która została przyjęta do naszego Domu po śmierci mamy i przy nasilającej się chorobie taty (który sam obecnie jest objęty wsparciem w środowisku). Do Poraja przyjechali jej ciocia i wujek. Wizyta zaczęła się od ich niepokoju po informacji o tym, że muszą poczekać na jej powrót... z zakupów. Swoje zaskoczenie tłumaczyli tym, że „tyle się słyszy w telewizji o traktowaniu i izolacji Mieszkańców w takich domach” i że oni uważają, że jej brat „nie powinien był umieszczać Pani Magdaleny w placówce”. Okazało się, że zakupy obejmowały głównie słodycze, którymi Pani Magda od razu częstowała swoich gości przy zrobionej przez opiekuna kawie. Rodzina przywiozła zdjęcia, rozmawiali o swoich wspólnych bliskich i pytali Panią Magdaleny, jak jej się tutaj żyje. Wychojąc podzielili się swoimi wrażeniami z odwiedzin. Byli ogromnie zaskoczeni, kiedy Pani Magda przynosiła swoje prace – wyszywane przez nią obrazy, wykonane na zajęciach terapii zajęciowej – a także dyplomy i wyróżnienia, które za nie dostała. Pokazywała im swój album ze zdjęciami, na których występowała w przedstawieniach i przeglądach artystycznych. Chwaliła się fotografiami z zabawy karnawałowej i andrzejkowej, na które pojechała



do Częstochowy (do zaprzyjaźnionych z naszym Domem innych domów pomocy społecznej). Opowiadała o koleżankach, z którymi mieszka, kilka z nich przedstawiła cioci i wujkowi. Kiedy odprowadzała swoich gości do samochodu, nagle zatrzymała ich i pobiegła do swojego pokoju. Ciocia była przekonana, że nie będzie się chciała z nimi rozstać. Po chwili Pani Magdalena wróciła z medalem z olimpiady, w której uczestniczyła kilka tygodni wcześniej. Myślę, że rodzina Pani Magdy wyjeżdżała z przekonaniem, że jej brat zapewnił jej bezpieczeństwo oraz dobre warunki do życia, a Dom w Poraju jest teraz jej domem.

Często borykamy się z negatywnymi stereotypami i uprzedzeniami, jakie dają się zauważyć w naszym społeczeństwie odnośnie do kwestii umieszczenia bliskich w placówkach dps, które w sposób zasadniczy przyczyniają się do kształtowania nieprawdziwego i niesprawiedliwego obrazu takich domów. Nie brakowało kiedyś

i nie brakuje i dziś osób, którzy za pomocą pokrętej retoryki, odwołując się do emocji i kulturowo utrwalonych przesądów krytykują i osądzają takie decyzje rodzin. Dom Pomocy Społecznej to ośrodek fachowej pomocy, gdzie Mieszkaniec może korzystać z szeroko rozbudowanego zaplecza terapeutycznego, rewalidacji, dostosowanej do potrzeb pomocy psychologicznej, rehabilitacji, opieki i pomocy fachowego personelu medycznego. Praca z Mieszkanką dps obejmuje wsparcie i rozwój w sferach społecznej, emocjonalnej i duchowej. Mieszkaniec Domu może aktywnie, ale i biernie (w zależności od możliwości psychofizycznych) uczestniczyć w wybranych przez siebie

Jesteśmy świadomi, że środowisko domu pomocy społecznej nie zastąpi domu rodzinnego. Dlatego zachęcamy do jak najczęstszych kontaktów z rodzinami.

formach terapii indywidualnej i grupowej. Dom umożliwia udział oraz organizuje przedsięwzięcia integracyjne zarówno w dps jak i poza placówką (wyjazdy na zabawy, zawody sportowe, wycieczki), organizuje turnusy rehabilitacyjne i wyjazdy wypoczynkowe, kontakt z kulturą i sztuką, np. wyjścia do kina, na koncerty, wystawy, warsztaty artystyczne. Zapewnia rozwój



posiadanych talentów i umiejętności poprzez aktywny udział w przeglądach czy festiwalach artystycznych. Personel dokłada wszelkich starań, by życie mieszkańca było aktywne i dawało możliwość rozwoju i samorealizacji.

Uważam, że trzeba skończyć z oskarżaniem ludzi decydujących się na krok umieszczenia swoich bliskich w dps. Trzeba najpierw poznać konkretną sytuację i wczuć się w położenie tych osób. Zrozumieć konflikt wartości, w którym się znaleźli. Przykre jest to, że te krzywdzące oceny padają przeważnie z ust tych, którzy sami przed takim wyborem nigdy nie stali.

Czy umieszczenie osoby bliskiej w Domu Pomocy Społecznej to pozbycie się jej z codziennego życia? Z moich obserwacji wynika, że to raczej zapewnienie jej bezpiecznych warunków, gdy opiekun nie ma już sił a próbuje zadbać także o swoje potrzeby, albo gdy za chwilę może i jego zabraknąć.

Czy umieszczenie osoby bliskiej w Domu Pomocy Społecznej to pozbycie się jej z codziennego życia? Z moich obserwacji wynika, że to raczej zapewnienie jej bezpiecznych warunków, gdy opiekun nie ma już sił a próbuje zadbać także o swoje potrzeby, albo gdy za chwilę może i jego zabraknąć.

Agnieszka Badeńska-Bekus

Z godnością oczekuj starości

W ostatnich latach dużo uwagi poświęca się problemowi starzenia się społeczeństwa, który dotyczy niemalże wszystkich krajów współczesnego świata. W naszym Domu jest to również dość powszechne zjawisko, ponieważ wiele Pań weszło już w okres starości, zwanej „jesienią życia”. Okres ten należy rozpatrywać wielowymiarowo. W wymiarze biologicznym lub fizjologicznym starzenie rozumiane jest jako naturalne, nieodwracalne, nasilające się zmiany metabolizmu oraz właściwości fizykochemicznych komórek, prowadzące do upośledzenia samoregulacji i regeneracji organizmu. Natomiast w rozumieniu psychospołecznym jest dynamicznym, ciągłym procesem zmian, przebiegającym w czasie, obejmującym nie tylko przemiany fizjologiczne organizmu, ale także zmiany psychiczne i społeczne. Mimo iż proces starzenia się jest naturalny i fizjologiczny, to nie zawsze jest zjawiskiem zrozumiałym dla samego seniora oraz jego otoczenia. Dlatego

w każdym podokresie starości trzeba seniora wspierać i pomagać mu w zaspokajaniu potrzeb, pamiętając przy tym, że starzenie się osób z niepełnosprawnością intelektualną rządzi się nieco innymi prawami. Osoby bowiem z jakimikolwiek dysfunkcjami (a nasze Panie takowe posiadają) oprócz problemów, z którymi przychodzi zmagać się przeciętnym seniorom, muszą zmierzyć się jeszcze z szeregiem innych ograniczeń.

Czasami można usłyszeć stwierdzenie, że człowiek starszy nie ma wielkich potrzeb, ponieważ jest już u schyłku życia. Nic bardziej mylnego. Każdy wiek ma bowiem swoje potrzeby, które warunkują rozwój i prawidłowe funkcjonowanie człowieka, uzależnionego od otoczenia pod wieloma względami. Przez całe życie człowiek uczy się je rozpoznawać i zaspokajać. Podobnie jest w wieku podeszłym, z tym że na tym etapie życia niezbędna jest pomoc przy ich rozpoznawaniu czy zaspokajaniu. Taką pomocą służą naszym podopiecznym opiekunowie, którzy motywują ich każdego dnia, aby mieli chęć wstać rano z łóżka. Wykazują się przy tym dużą dozą empatii i wrażliwości, bo jak mówi papież Franciszek: „Wrażliwość na osoby starsze jest istotną cechą cywilizacji. Cywilizacja będzie się rozwijała, jeśli potrafi szanować rozsądek, mądrość osób starszych”.

U ludzi starych, podobnie jak i u młodych, występują wszystkie potrzeby wymienione przez Abrahama Masłowa (fizjologiczne, bezpieczeń-

„Wrażliwość na osoby starsze jest istotną cechą cywilizacji. Cywilizacja będzie się rozwijała, jeśli potrafi szanować rozsądek, mądrość osób starszych” – papież Franciszek

stwa, przynależności i miłości, szacunku i uznania, samorealizacji), choć zmiany ulegają ich ważność i intensywność. Jednak specyficzność potrzeb człowieka starszego jest często wynikiem zmieniającej się sytuacji życiowej, zmiany pozycji społecznej, pogarszającego się stanu zdrowia, sprawności, sytuacji materialnej. Osoba w podeszłym wieku szczególnie mocno odczuwa

Osoba w podeszłym wieku szczególnie mocno odczuwa potrzebę bezpieczeństwa psychicznego, przynależności do grupy, bycia we wspólnocie, życzliwości, przyjaźni, a także bycia użytecznym.

potrzebę bezpieczeństwa psychicznego, przynależności do grupy, bycia we wspólnocie, życzliwości, przyjaźni,



a także bycia użytecznym. Oczywiście opiekunowie zaspokajają w pierwszej kolejności najbardziej podstawowe potrzeby Pań: odżywiania, oddychania, wydalania, czystości, snu, a następnie przechodzą do potrzeb psychospołecznych. Na początku istotne jest nawiązanie kontaktu, dobrych relacji z podopiecznym, pozwolenie na odczuwanie swojej sprawczości, bo wtedy seniorzy mają poczucie, że to oni panują nad

zostanie zignorowana, jej samopoczucie ulega pogorszeniu, doprowadzając ją do płaczu, kołatania serca itp. Trzeba pamiętać o tym, że osoba, której przyzwyczajenia są respektowane, czuje się szanowana i bardziej skora do „współpracy” niż osoba, która jest traktowana rutynowo i schematycznie.

Personel Domu stara się również zapewnić podopiecznym poczucie bezpieczeństwa w miejscu zamieszka-



sytuacją i w związku z tym są w lepszej kondycji. Przykładem może tu być zachowanie Pani Małgosi, która uwielbia być wysłuchana (nawet jeśli właśnie bezpodstawnie skarży na kogoś) i wtedy od razu lepiej się czuje. Jeżeli

nia, próbując stworzyć im prawdziwy dom, bo „Gdy człowiek się starzeje, choćby los rzucał nim po całym świecie, musi mieć gdzieś miejsce, które jest dla niego prawdziwym domem” (H. Ch. Andersen). Faktem jest, że im

większy dom, im więcej pracowników, im więcej zmian, tym większy zamęt, a co za tym idzie trudniej o atmosferę bezpieczeństwa. Jednak przy spełnieniu odpowiednich warunków starość w instytucji, jaką jest dom pomocy społecznej, może być postrzegana jako czas szczęśliwy, radosny, jako czas dobrej opieki.

Opiekunowie pozwalają, o ile jest to możliwe, żeby Panie mogły samostanowić o sobie i dlatego umożliwiają im podejmowanie różnych decyzji, np. co ubrać w danym dniu, na jakie zajęcia się udać, jak spędzać wolny czas. Wspomagają ich zdolność wyrażania wolności wyboru. Starają się także nie wyręczać na wyrost podopiecznych, lecz dyskretnie im pomagać i asekurować. Wspierają ich tak, aby mogli żyć w sposób, w jaki chcą, a nie w sposób, jaki my chcemy. Oczywiście na tyle, na ile jest to wykonalne.

Często zauważa się u naszych Seniorów wielką potrzebę uczestnictwa, która powinna być doceniona i uszanowana przez młodsze i sprawniejsze fizycznie osoby. Nawet gdy słabną siły, ta potrzeba nie znika, np. podczas zabaw tanecznych widać, że Pani Bogusia nie ma już sił, żeby tańczyć, ale zawsze bawi się do końca, bo przecież inni są jeszcze na parkiecie i fajnie być w grupie. Niektóre Panie (Jasia, Krysia, Zosia, Wiesia), nawet jeśli nie uczestniczą czynnie w zajęciach terapeu-

tycznych, bo ich sprawność fizyczna czy psychiczna na to nie pozwala, chcą choćby tylko obserwować swoje kole-

Osoby z jakimikolwiek dysfunkcjami oprócz problemów, z którymi przychodzi zmagać się przeciętnym seniorom, muszą zmierzyć się jeszcze z szeregiem innych ograniczeń.

żanki i przy okazji być w towarzystwie. Sprawia im to wielką radość.

W trakcie procesu starzenia się należy zwrócić szczególną uwagę na potrzebę komunikacyjną, która odgrywa dużą rolę w interakcjach społecznych i jest najistotniejsza w integracji osób starszych ze środowiskiem, w którym się znajdują. Potrzeba ta jest zaspokajana w różny sposób w naszym Domu,

Istotne jest nawiązanie kontaktu, dobrych relacji z podopiecznym, pozwolenie na odczuwanie swojej sprawczości, bo wtedy seniorzy mają poczucie, że to oni panują nad sytuacją i w związku z tym są w lepszej kondycji.

w zależności od poziomu intelektualnego podopiecznej. Niekiedy trzeba się ograniczyć do bardzo prostych komunikatów werbalnych, żeby uzyskać in-



formację zwrotną w postaci komunikatu niewerbalnego. Na przykład gdy zapytamy Panią Łodzię, którą maskotkę lubi najbardziej, ona nie odpowiada, lecz wskazuje ręką swojego ulubionego „pluszaka”. Innym razem na pytanie: „Czy obiad był dobry?”, potrafi udzielić krótkiej odpowiedzi.

W niektórych Paniach mocno zakorzeniona jest potrzeba bycia użytecznym i mimo swych niedyspozycji

Im większy dom, im więcej pracowników, im więcej zmian, tym większy zamęt, a co za tym idzie trudniej o atmosferę bezpieczeństwa. Jednak przy spełnieniu odpowiednich warunków starość w domu pomocy społecznej może być postrzegana jako czas szczęśliwy, radosny, jako czas dobrej opieki.

zdrowotnych starają się one w jakikolwiek sposób pomagać opiekunom, np. Pani Małgorzata, która porusza się na wózku inwalidzkim, trzyma na kolanach worek, do którego wkłada kilka sztuk brudnej bielizny, następnie zawozi go do łazienki, skąd zostanie zabrany do pralni. Tak właśnie pomaga personelowi na oddziale podczas kąpieli podopiecznych, a tym samym zaspokaja swoją potrzebę pomagania i nie przyjmuje do wiadomości żadnego sprzeciwu. Chyba, że w danym dniu

Opiekunowie wspierają seniorów tak, aby mogli żyć w sposób, w jaki chcą, a nie w sposób, jaki my chcemy. Oczywiście na tyle, na ile jest to wykonalne.

czuje się słabiej, wtedy wspomaga personel... śpiewając.

Z pewnością wszystkie potrzeby naszych Seniorów są ważne, te znajdujące się na najniższym i te na najwyższym szczeblu „piramidy Masłowa”, ale najważniejsze jest to, aby nie czuły się one osamotnione podczas przemierzania drogi swego życia, albowiem „samotność jest przekleństwem starości” (H. Mankell). Dlatego naszym podopiecznym dajemy to, czego innym w starości często brakuje: są oni wśród ludzi. Mają z kim rozmawiać, przyjaźnić się, dzielić emocjami, wspomnieniami, przemyśleniami, radościami i smutkami, odczuwać barwy życia. A wszelkie trudności wynikające ze stanu zdrowia czy ułomności pomaga pokonywać personel, który jest każdego dnia do ich dyspozycji i zajmuje się nimi często lepiej niż zajmowała się rodzina.

Najważniejsze jest to, aby Seniorce nie czuły się osamotnione.



Urszula Walkiewicz

Doświadczyć niepełnosprawności

Postrzeganie niepełnosprawności

Na początek chciałam się pokrótce Państwu przedstawić i wyjaśnić, dlaczego taki tytuł niniejszego artykułu. Otóż, choć sama nie jestem osobą niepełnosprawną, to jednak z racji tego, że od trzydziestu lat niepełnosprawność jest wpisana w moje życie zawodowe, tym samym stała się istotnym elementem mojego życia i uważam, że uprawnia mnie do mówienia o niej jako doświadczeniu. Dwadzieścia trzy lata pracowałam na rzecz osób z uszkodzonym słuchem, a od siedmiu lat moimi podopiecznymi są osoby z autyzmem i całościowymi zaburzeniami rozwojowymi. To tyle o mnie, a teraz przejdźmy do tematu, któremu poświęcony jest ten artykuł. Czym jest dla mnie niepełnosprawność? W wielu sytuacjach jest wciąż zagadką, czymś, co trzeba poznać i czego trzeba się nauczyć, wyzwaniem, przestrzenią uczenia się szacunku dla odmienności i nauką tolerancji, odkrywaniem, czymś niezwykle złożonym i tajemniczym.

Rozumiem to pojęcie jako dostrzegalny lub niedostrzegalny problem natury psychicznej lub fizycznej, dotyczący lub mogący dotknąć każdego człowieka. Niepełnosprawność wymaga poznania, zaakceptowania i działania ze strony innych ludzi.

Jak rozumiem niepełnosprawność osoby zmagające się z nią? Uznałam, że najbardziej wiarygodne informacje na ten temat zdobędę w trakcie spontanicznych rozmów z osobami z niepełnosprawnościami. Przytoczę poniżej kilka wypowiedzi osób z uszkodzonym słuchem i z autyzmem. Czternastoletni chłopiec z niedosłuchem, uczeń szkoły masowej, tak mówił o niepełnosprawności: „choroba, na którą nie ma leku,

Niepełnosprawność jest wciąż zagadką, czymś, co trzeba poznać i czego trzeba się nauczyć, wyzwaniem, przestrzenią uczenia się szacunku dla odmienności i nauką tolerancji, odkrywaniem, czymś niezwykle złożonym i tajemniczym.

jest do końca życia, osoba niepełnosprawna inaczej reaguje na pewne zachowania ludzi pełnosprawnych”. Dla trzydziestotrzyletniej niesłyszącej od urodzenia zamężnej kobiety, pracującej zawodowo w środowisku ludzi sprawnych i niepełnosprawnych, ko-



munikującej się z otoczeniem mową ustną i językiem migowym, niepełnosprawność kojarzy się z osobami niesłyszącymi, niewidomymi, chorującymi na serce, bez nóg, niezdolnymi do pracy. Kobieta pięćdziesięcioletnia, która straciła słuch w wieku dwóch lat, posiadająca rodzinę, pracująca wśród ludzi zdrowych i niepełnosprawnych, bardzo dobrze posługująca się mową ustną i językiem migowym, niepełnosprawność utożsamia z wadą słuchu i tylko problemem ze słuchaniem. Jest to bardzo zastanawiające i powiedziałabym symptomatyczne, że osoby z niepełnosprawnościami

„Niepełnosprawność to nie wyrok, można sobie poukładać życie całkiem sensownie i całkiem fajnie, choć na pewno wymaga to dużo cierpliwości i samozaparcia. Można nauczyć się żyć z niepełnosprawnością i nie jest to coś, co powoduje, że nasze życie nie ma sensu”.

Matka dwóch niepełnosprawnych chłopców

albo zupełnie nie dostrzegają swojego problemu, bądź też całkowicie się na nim skupiają.

A jak rozumieją niepełnosprawność osoby z autyzmem? Chłopiec, uczeń klasy drugiej szkoły podstawowej specjalnej mówi, że „dotyczy ona człowie-

ka, który ma chorobę, nie umie chodzić, nie widzi, nie czuje jak sika. Osoba taka potrzebuje pomocy i jest zdana na innych”. Uczeń klasy trzeciej szkoły podstawowej specjalnej z kolei twierdzi, że „niepełnosprawność oznacza człowieka, który ma chore nogi i jeździ na wózku”. Podobnie postrzega niepełnosprawność dziewczynka, uczennica klasy czwartej szkoły specjalnej: „gdy człowiek nie ma ręki, nie ma nogi, ktoś kto nie umie chodzić. Ja mam autyzm to znaczy, że coś lubisz a czegoś nie lubisz, w dokumentach pisze, że jestem niepełnosprawna”. Także uczennica klasy piątej szkoły specjalnej kojarzy niepełnosprawność „z wózkiem inwalidzkim i krzywymi nogami”. Uczeń klasy piątej szkoły specjalnej mówi, że „niepełnosprawność oznacza osobę, która nie umie wszystkiego zrobić, po jej zachowaniu można stwierdzić niepełnosprawność”. Dodaje też, że nie wie, co to niepełnosprawność, ponieważ nie jest niepełnosprawny. Również inny uczeń szkoły specjalnej, w wieku szesnastu lat, pojęcie niepełnosprawności wiąże z osobą, która nie może chodzić, z osobą, która ma różne choroby. Z kolei siedemnastoletni uczeń także szkoły specjalnej, niepełnosprawność łączy z bezradnością, upośledzeniem i smutkiem. Osiemnaścieletnia uczennica szkoły specjalnej wyjaśnia niepełnosprawność jako brak posiadania zdolności do wykonania



pewnych rzeczy z powodu uszkodzenia danych części ciała albo któregoś zmysłu.

Ponieważ niepełnosprawność dotyka również najbliższe otoczenie osób z niepełnosprawnościami, to znaczących rodziców i rodzeństwo, uznałam ich za cenne źródło informacji w tym temacie. Rozmawiałam z matkami, gdyż z mo-

ich wieloletnich obserwacji wiedziałam, że dzielą się one chętnie swoimi doświadczeniami i tego też potrzebują, jest to w jakiejś mierze formą terapii dla nich. Jedną z nich, matką chłopca z autyzmem, ucznia szkoły podstawowej, uważa, że niepełnosprawność wiąże się z tym, że człowiek nie radzi sobie z czymś. Natomiast dla matki dwudzie-





stoosmioletniego niesłyszącego mężczyzny niepełnosprawność oznacza trochę innego człowieka, który jednak daje sobie radę w życiu. Podobnie matka dwóch niepełnosprawnych chłopców (jednego z autyzmem, uczącego się w szkole podstawowej z oddziałami integracyjnymi i drugiego z uszkodzonym słuchem, ucznia szkoły średniej specjalnej) mówi, że „to nie wyrok, że można sobie poukładać życie całkiem sensownie i całkiem fajnie, choć na pewno wymaga to dużo cierpliwości i samozaparcia, i że można nauczyć się żyć z niepełnosprawnością i nie jest to coś, co powoduje, że nasze życie nie ma sensu”. Inna matka licealisty z autyzmem, który jest w szkole specjalnej, definiuje niepełnosprawność jako coś, czego trzeba doświadczyć, poznać i zrozumieć.

Przybliżając zagadnienie niepełnosprawności, warto też przedstawić sposób patrzenia na nią przez ludzi, którzy jej nie znają, nie mają z nią do

Każda niepełnosprawność jest inna.

czynienia, są tylko jej biernymi obserwatorami. Oto ich opinie w tej kwestii: „osoba, która sobie sama nie poradzi w życiu, wielki żal mi tych ludzi, bo mają problemy w komunikacji z innymi”, „nieradzenie sobie w sytuacjach, w których ludzie pełnosprawni funk-

cjonują w normalny sposób”, „niepełnosprawność może być ruchowa, słuchowa, wzrokowa”.

A czym niepełnosprawność jest dla nauczycieli, terapeutów i innych osób, które podejmują działania na rzecz osób z niepełnosprawnościami? Nauczyciel z siedemnastoletnim stażem odnosi niepełnosprawność do człowieka, posiadającego schorzenie (niepełnosprawność) uniemożliwiająca bądź utrudniająca samodzielną egzystencję w społeczeństwie. Inna nauczycielka z takim samym stażem pracy uważa niepełnosprawność za jakieś zaburzenie funkcji poznawczych lub fizycznych. Nauczycielka z dwudziestoletnim stażem, w tym z kilkumiesięcznym z osobami niepełnosprawnymi (!) utożsamia niepełnosprawność z nieumiejętnością zrozumienia uczuć innych (autystycy), powolnym myśleniem, trudnościami komunikacyjnymi i problemami zręcznościowymi. Z kolei terapeutka, również z dwudziestoletnim doświadczeniem, z niepełnosprawnością identyfikuje „ograniczenia sfery intelektualnej i rozumienia rzeczywistości”. Jej zdaniem każda niepełnosprawność jest inna.

Tak więc postrzeganie niepełnosprawności jest bardzo różne i zależy od stopnia znajomości problemu, jak też od sposobu podejścia do niego. Aczkolwiek zjawisko niepełnosprawności zawsze będzie tematem bardzo



łożonym i wielowymiarowym. Czym innym będzie niepełnosprawność dla matki dziecka z niepełnosprawnościami, czym innym dla osoby dotkniętej niepełnosprawnością, a czym innym będzie ona dla zupełnego laika w tej kwestii. Podsumowując cytowane wypowiedzi nasuwa się refleksja, że nie ma jednego określenia dla pojęcia niepełnosprawności, tak jak nie ma jednego rodzaju niepełnosprawności i patrzenia na nią.

Problemy i oczekiwania osób z niepełnosprawnościami

Oczekiwania osób z niepełnosprawnościami są bardzo zróżnicowane, choć wydawałoby się, że powinny być identyczne. Pozostają też często w ścisłej zależności od typu niepełnosprawności. Z moich doświadczeń wynika, że niepełnosprawni oczekują przede wszystkim zainteresowania i egzekwują go konsekwentnie, stawiając swoje dążenia i prawa jako priorytetowe – co nie zawsze jest korzystne dla dobra wspólnego i często musi być korygowane i obiektywizowane. Następną rzeczą, na której im zależy, jest zaakceptowanie ich takimi, jakimi są, bezwarunkowo – i tutaj myślę, że mają pełne prawo oczekiwać tego od osób pełnosprawnych, jak również od społeczności, w której żyją. Czekają też na pomoc, jednak nie zawsze potrafią

o nią poprosić, bo uważają ją za coś naturalnego i oczywistego, co im się należy. A tymczasem pełnosprawne społeczeństwo często jest nieświadome potrzeb ludzi z niepełnosprawnościami, co niekoniecznie wynika ze złej woli, ale po prostu z niewiedzy i braku poznania specyficznych potrzeb osób z ograniczeniami sprawności. Dobrze jest mieć podstawową wiedzę w tej kwestii, jak również zdawać sobie sprawę z tego, że zdarza się i tak, że osoby z niepełnosprawnościami chcą być wyręczane i nie podejmują działań lub podejmują je w minimalnym zakresie, chociaż stać je na więcej. Nie piszę tego w duchu krytyki czy jakiegoś potępienia tego rodzaju zachowań, ale bardziej informacyjnie, że takie zachowania mogą mieć miejsce, a uleganie im ze strony terapeutów i osób niosących pomoc osobom z niepełnosprawnościami to zwyczajny brak profesjonalizmu, ponieważ na pewno

Rzeczą, na której niepełnosprawnym najbardziej zależy, jest zaakceptowanie ich takimi, jakimi są, bezwarunkowo.

nie jest to postawa prorozwojowa dla powierzonych naszej pieczy i nauczaniu osób.

Priorytetowym i zupełnie uprawnionym oczekiwaniem jest z pewnością równe traktowanie osób z niepeł-



nosprawnościami z osobami sprawnymi oraz zapewnienie im udogodnień, które im te równe szanse umożliwią – ale również stawianie roztropnych wymagań i konsekwencja w tych ob-

Priorytetowym i zupełnie uprawnionym oczekiwaniem jest z pewnością równe traktowanie osób z niepełnosprawnościami z osobami sprawnymi oraz zapewnienie im udogodnień, które im te równe szanse umożliwią – ale również stawianie roztropnych wymagań i konsekwencja w tych obszarach, w których osoby te mogą się rozwinąć.

szarach, w których osoby te mogą się rozwinąć. Wyróżnione przeze mnie oczekiwania osoby niepełnosprawnej, z którymi rozmawiałam, uznały za jak najbardziej trafne. Jako najbardziej istotne dla nich wskazali akceptację i pomoc.

Dla osób z najbliższego otoczenia niepełnosprawnych i tych, którzy z nimi pracują: nauczycieli, terapeutów i innych specjalistów, najbardziej znaczące oczekiwania niepełnosprawnych to: zrozumienie, akceptacja, pomoc, szacunek, traktowanie ich jak normalnych ludzi, pomimo występujących u nich trudności – i nieuzalanie

się nad nimi. Nikt z nas chyba przecież nie lubi litości.

Pokonywanie niepełnosprawności

Jeśli chodzi o kwestię pokonywania niepełnosprawności i bezpośredniego mierzenia się z nią, to jest nią przede wszystkim permanentna praca rodziny, specjalistów i osoby z niepełnosprawnością. Bez współpracy tych środowisk niepełnosprawność nigdy nie zostanie pokonana i oczekiwany dobrostan nie zostanie osiągnięty. Jakie elementy pozwolą nam w jakiejś mierze pokonać niepełnosprawność i uczynić osobą nią dotkniętą pełnoprawnym członkiem społeczeństwa? Biorąc pod uwagę swoje doświadczenie i drogę przebytą z osobami dotkniętymi różnorodnymi niepełnosprawnościami, uważam, że będzie to na pewno:

1. Wielospecjalistyczna diagnoza.
2. Opracowanie programu terapeutycznego.
3. Obranie celów do pracy, uwzględniających potrzeby i możliwości osoby z niepełnosprawnością.
4. Wskazanie metod pracy.
5. Prowadzona na bieżąco ewaluacja osiągnięć i modyfikacja działań.
6. Rzetelna wymiana informacji dotyczących aktualnego funkcjonowania osoby z niepełnosprawnością,



wśród osób znaczących dla niej i ją wspomagających.

Jak to wygląda w praktyce? Różnie, często rodzina nie jest pogodzona z faktem niepełnosprawności, który się w niej pojawia, ma problemy z jej akceptacją, przyjmuje postawę roszczeniową. Dla specjalistów jest to bariera, która utrudnia prowadzenie właściwej terapii. Niedobra jest też pasywna, wycofująca się postawa rodziny, bo ta znowuż nie wspiera rozwoju osoby z niepełnosprawnością. Również często to same osoby z niepełnosprawnościami nie chcą współpracować, od innych oczekują respektowania swoich zasad i wyznaczają granice, w jakich terapeuta może się poruszać.

Rola specjalistów jest ogromna, ale napotyka ją oni wiele ograniczeń, często mają narzucony do realizacji program (szkoła), zupełnie nieadekwatny do funkcjonowania osoby z niepełnosprawnością. Także wiele rodzin korzystając z pomocy specjalisty uznaje, że to on wyłącznie powinien pracować nad tym, aby poprawić stan funkcjonowania osoby z niepełnosprawnością i przyjmuje postawę roszczeniową. A tymczasem do problemu niepełnosprawności potrzebne jest podejście holistyczne i wielowymiarowe. Na podstawie mojego doświadczenia w pracy na rzecz niepełnosprawnych mogę powiedzieć, że konieczne jest



w niej indywidualne podejście, wyższość oddziaływań wychowawczych nad dydaktycznymi, cierpliwość, tolerancja, empatia, towarzyszenie i patrzyenie sercem.

Na koniec przytoczę jeszcze wypowiedź osiemnastoletniej osoby z autyzmem: „dobrze jest, aby to niepełnosprawni starali się jak najwięcej rzeczy robić samodzielnie, bo wtedy nie czują się od nikogo uzależnieni”. Śmiało można powiedzieć, że te słowa oddają w pełni to, czym jest pokonywanie niepełnosprawności.

Najbardziej znaczące oczekiwania niepełnosprawnych to: zrozumienie, akceptacja, pomoc, szacunek, traktowanie ich jak normalnych ludzi, pomimo występujących u nich trudności i nieuzalanie się nad nimi. Nikt z nas chyba przecież nie lubi litości.



Demencja starcza – przyczyny, objawy, leczenie

Pracując w domu pomocy społecznej, w którym mieszka kilkadziesiąt osób dorosłych w różnym przedziale wiekowym, spotykamy osoby dotknięte różnymi schorzeniami. Jedną z jednostek chorobowych jest demencja starcza, która z natury rzeczy dotyczy raczej osoby po 60 roku życia. Choroba ta nie omija również osób z niepełnosprawnością intelektualną. Demencja starcza (inaczej otępienie starcze) w przeszłości oznaczała zmiany dotyczące funkcjonowania poznawcze-

go, które uznawano za naturalny element ludzkiego procesu starzenia się. Współcześnie tak naprawdę zaburzeń pamięci i innych przejawów otępienia starczego nie uznaje się już za naturalnie występujące zjawiska, a raczej traktuje się je jako objawy któregoś z wyróżnianych zaburzeń otępiennych. Po czym jednak poznać, że u danego człowieka wystąpiła właśnie demencja, jakie są jej przyczyny i jakie leczenie można wdrożyć po postawieniu takiego rozpoznania?

Demencja (otępienie starcze) jest jednostką chorobową, w której przebiegu dochodzi do pojawiania się u pacjentów deficytów w kilku obszarach funkcjonowania, którymi są pamięć, zdolność do skupienia uwagi i podejmowania decyzji oraz komunikowanie się z otoczeniem.



Termin demencja starcza wzięł się niejako z istniejących w przeszłości poglądów, iż z wiekiem naturalnie dochodzi do występowania coraz to bardziej nasilonych zaburzeń pamięci, trudności z wykonywaniem złożonych czynności czy ogólnie rozumianym samodzielnym funkcjonowaniem. Obecnie bardziej zwraca się uwagę na to, że objawy otępienne wcale nie są bezpośrednio powiązane z samą starością. Kiedy natomiast przybierają one duże nasilenie, to bierze się to z wystąpienia u starszej osoby któregoś z zaburzeń otępiennych.

Demencja jest problemem dość częstym, co więcej sugeruje się, że jej rozpowszechnienie w populacji ludzkiej z biegiem czasu będzie narastało. Obecnie WHO podaje, że na świecie na otępienie starcze cierpi 50 milionów osób, organizacja szacuje jednak, że w 2030 roku liczba chorujących ma sięgnąć ponad 80 milionów, a w 2050 roku – nawet powyżej 150 milionów osób.

Przyczyny

Przyczyn otępienia starczego wyróżnia się dość dużo – najczęściej wśród jednostek chorobowych, które mogą doprowadzać do demencji, wymieniane są:

- ♦ choroba Alzheimera (najczęstsza przyczyna otępienia),

- ♦ otępienie z ciałami Lewy'ego,
- ♦ otępienie naczyniowe,
- ♦ otępienie czołowo-skroniowe,
- ♦ otępienie mieszane (w którym jednocześnie współistnieją ze sobą cechy otępienia typu alzheimerowskiego z cechami otępienia naczyniopochodnego).

Wśród rzadziej spotykanych przyczyn otępienia wymienić można z kolei m.in.

- ♦ chorobę Parkinsona,
- ♦ wodogłowie normotensyjne,
- ♦ chorobę Creutzfeldta-Jakoba,
- ♦ kiłę ośrodkowego układu nerwowego.

Warto tutaj również nadmienić, iż demencja miewa także odwracalne przyczyny – tutaj jako przykłady można wymienić:

- ♦ niedobór witaminy B12,
- ♦ niedoczynność tarczycy,
- ♦ boreliozę,
- ♦ zaburzenia depresyjne,
- ♦ guzy ośrodkowego układu nerwowego.

Czynniki ryzyka

Podstawowym czynnikiem ryzyka otępienia starczego jest wiek, im bowiem człowiek jest starszy, tym większe jest ryzyko tego, że pojawią się u niego jakieś przejawy demencji.



Wymienia się jednak również i inne czynniki, które sprzyjać mogą otępieniu starczemu – najczęściej wspomina się w tym przypadku o:

- ♦ paleniu papierosów,
- ♦ spożywaniu nadmiernych ilości alkoholu,
- ♦ nadciśnieniu tętniczym (szczególnie nieleczonym lub niedostatecznie leczonym),
- ♦ niezdrowej diecie,
- ♦ zaburzeniach lipidowych,
- ♦ unikaniu wysiłku fizycznego,
- ♦ nadwadze i otyłości.

Objawy

Otępienie starcze jest zwykle procesem postępującym, w którym stopniowo u pacjenta pojawiają się kolejne dolegliwości. Początkowo objawy demencji mogą nie zwracać większej uwagi otoczenia i mogą nimi być:

- ♦ zaburzenia pamięci świeżej (pacjent może np. kilkakrotnie zadawać to samo pytanie pomimo tego, że użył już na nie odpowiedź),
- ♦ trudności z przyswajaniem nowych informacji,
- ♦ poczucie obcości w miejscach doskonale pacjentowi znanych,
- ♦ zapominanie słów,
- ♦ postępująca utrata zainteresowań i popadanie w apatię.

Zdecydowanie wyraźniejsze stają się jednak objawy demencji w późniejszym czasie, którymi mogą być:

- ♦ poczucie zagubienia nawet we własnym domu,
- ♦ zapominanie prawie wszystkich nowych informacji, a nawet trudności z przypominaniem sobie imion bliskich osób,
- ♦ narastające trudności z komunikowaniem się z innymi ludźmi,
- ♦ zmiany zachowania, polegające m.in. na coraz to częstszym pojawianiu się drażliwości czy nawet i agresji.

W późnych stadiach otępienia starczego osoby dotknięte tym problemem tak naprawdę stają się niezdolne do samodzielnej egzystencji – dochodzi u nich bowiem do:

- ♦ trudności z przypominaniem sobie czegokolwiek (dotyczyć to może nawet rozpoznawania członków najbliższej rodziny),
- ♦ znacznej dezorientacji (pacjent może nie wiedzieć, gdzie się znajduje ani jaka jest obecnie data),
- ♦ trudności z podejmowaniem różnych czynności ruchowych (takich jak np. jedzenie sztuczkami, ale i chodzenie),
- ♦ nasilających się zaburzeń zachowania.

Podkreślić trzeba tutaj od razu, że nie ma jednego, konkretnego wzorca



objawów demencji – zależnie od jej przyczyny u pacjentów mogą dominować różne dolegliwości. Przykładowo u chorych na chorobę Alzheimera najwyraźniejsze są zaburzenia pamięci, z kolei w przypadku otępienia czołowo-skroniowego jego podstawowymi objawami są zmiany zachowania oraz trudności z komunikowaniem się z otoczeniem.

Opiekun musi szczególnie uważnie przyglądać się podopiecznym, u których zachowanie staje się nieco niepokojące. Powinni oni jak najszybciej trafić do lekarza pierwszego kontaktu, ponieważ szybkie zdiagnozowanie choroby daje nam możliwość na spowolnienie postępowania przypadłości, a przede wszystkim daje nam nadzieję na kontrolowanie rozpoczynającej się właśnie choroby. Przykładowo, jedna z Mieszkanek Domu Pomocy Społecznej, w którym pracuję, ma problemy z orientacją w czasie i przestrzeni, nie wie, w którym kierunku ma się udać i co zrobić, spożywa posiłek, na który zostaje doprowadzona, po czym wraca do pokoju, a następnie powraca w celu ponownego spożycia posiłku. Nie rozumie prostych poleceń, brak jej poczucia konsekwencji własnych działań, ponadto jest drażliwa, ma poczucie lęku oraz wahania nastroju, co jest bardzo przykre dla niej samej, jak i dla otoczenia. Tej osobie można pomóc tylko cierpliwością i zapewnieniem

poczucia bezpieczeństwa oraz podając odpowiednie leki.

Rozpoznawanie

Narzędziami, które są wykorzystywane jako testy przesiewowe w diagnostyce otępień, są test MMSE (ang. Mini-Mental State Examination) oraz test rysowania zegara.

Pierwszy z wymienionych składa się przede wszystkim z serii pytań. Po jego przeprowadzeniu sumuje się uzyskane

Demencja (otępienie starcze) jest jednostką chorobową, w której przebiegu dochodzi do pojawiania się u pacjentów deficytów w kilku obszarach funkcjonowania, którymi są pamięć, zdolność do skupienia uwagi i podejmowania decyzji oraz komunikowanie się z otoczeniem.

przez pacjenta punkty – wynik MMSE poniżej 24 może świadczyć o istnieniu u badanego zaburzeń otępiennych i sugeruje konieczność przeprowadzenia u niego dokładniejszej diagnostyki.

Test rysowania zegara polega zaś na tym, że pacjent proszony jest o narysowanie na kartce tarczy zegarowej, umieszczenie na niej cyfr odpowiadających kolejnym godzinom, a na końcu o zaznaczenie na zegarze godziny, o którą poprosi badający. Istotnych jest



w tym przypadku wiele czynników, bo zarówno kształt tarczy, jak i rozmieszczenie na niej cyfr oraz to, w jaki sposób badany zaznaczy godzinę.

W sytuacji, gdy testy przesiewowe i ich wyniki sugerują, że pacjent może mieć demencję, zlecane są zwykle

badania obrazowe głowy, takie jak tomografia komputerowa czy rezonans magnetyczny – pozwalają one nie tylko wykryć inne jeszcze odwracalne przyczyny otępień (takie jak guzy mózgu) – ale i umożliwiają stwierdzenie odchyłań charakterystycznych dla



u niego dodatkowe badania. Przede wszystkim powinny w tym przypadku zostać wykonane analizy, które pozwolą potwierdzić lub wykluczyć istnienie u chorego jakichś patologii, które stanowią odwracalne przyczyny otępień. W tym celu zlecane mogą być m.in. badania laboratoryjne (np. oznaczenie poziomów we krwi hormonów tarczycowych czy witaminy B12). Istotne w diagnostyce demencji są również

inne przyczyny tychże patologii. Jako przykład można tutaj podać otępienie czołowo-skroniowe, w którym zauważalne mogą być w badaniach obrazowych zaniki w obrębie płatów czołowych i skroniowych mózgowia.

Pacjent z podejrzeniem demencji z reguły trafia do neurologa, prawda jest jednak taka, że czasami powinien on zostać skonsultowany również i przez innych specjalistów. Taka po-



trzeba bierze się stąd, że w końcu nie tylko jednostki neurologiczne, ale i te znajdujące się w kręgu zainteresowania innych specjalności mogą skutkować otępieniem starczym. Jako przykład można podać problem psychiatryczny, którym jest depresja, w której przebiegu również mogą występować objawy demencji.

Leczenie

Dokładnie przeprowadzona diagnostyka w przypadku podejrzenia demencji jest istotna przede wszystkim z tego powodu, że leczenie otępienia starczego może przebiegać bardzo różnie w zależności od tego, co dokładnie odpowiada za jego wystąpienie.

Czasami okazuje się, że wyrównanie istniejących u pacjenta nieprawidłowości skutkuje ustąpieniem zaburzeń otępiennych – tak bywa u pacjentów z niedoczynnością tarczycy czy niedoborem witaminy B12, u których suplementacja i wyrównanie niedoborów brakujących im substancji prowadzi do przeminięcia objawów demencji. Czasami wykorzystywane jest leczenie zabiegowe – tak bywa u osób z zespołem Hakima, u których zastosowanie zastawki komoro-otrzewnowej, odprowadzającej nadmiar płynu mózgowo-rdzeniowego z wnętrza czaszki, prowadzić może do – częściowego chociażby – ustąpienia objawów tej choroby.

W przypadku najczęściej występujących postaci demencji – np. w chorobie Alzheimerera – wykorzystywane jest natomiast leczenie farmakologiczne. We wspomnianej powyżej chorobie pacjentom zalecane jest stosowanie leków z grupy inhibitorów acetylocholino esterazy, co może poprawiać ich stan dzięki zwiększeniu ilości w ośrodkowym układzie nerwowym jednego z neuroprzekaźników – acetylocholino.

Należy tutaj jednak podkreślić, że tego rodzaju leczenie nie cofa zaistniałych już zmian i zaburzeń, a jedynie spowalnia tempo postępu choroby. Z tego powodu aż tak istotne jest, aby pacjent, u którego podejrzewana jest demencja starcza, jak najszybciej trafił do lekarza. Im wcześniej zostanie rozpoczęte leczenie, tym większe szanse na to, że pacjent przez jak najdłuższy czas będzie w stanie samodzielnie funkcjonować.

Tego rodzaju leczenie nie cofa zaistniałych już zmian i zaburzeń, a jedynie spowalnia tempo postępu choroby. Im wcześniej zostanie rozpoczęte leczenie, tym większe szanse na to, że pacjent przez jak najdłuższy czas będzie w stanie samodzielnie funkcjonować.



Zapobieganie

Całkowicie zapobiec otępieniu zвычайnie się nie da – nie jesteśmy w stanie nic zrobić chociażby z podstawowym czynnikiem ryzyka jego wystąpienia, którym jest zaawansowany wiek. Podkreśla się jednak, że prowadzenie ogólnie rozumianego zdrowego trybu życia może minimalizować ryzyko rozwinięcia się u nas demencji starczej. Ważne jest w tym wypadku unikanie używek, takich jak papierosy czy duże ilości alkoholu. Zmniejszyć ryzyko wystąpienia otępienia starczego może również odpowiednia, zbilansowana dieta, zapewniająca nam wszystkie niezbędne substancje odżywcze oraz regularne podejmowanie aktywności fizycznej. Warto też utrzymywać prawidłową, optymalną masę ciała.

Nierzadko wspomina się również i o tym, że regularny wysiłek intelektualny – np. czytanie książek czy rozwiązywanie krzyżówek – także mogą w pewien sposób niwelować ryzyko otępienia starczego.

Dokładnie przeprowadzona diagnostyka jest istotna przede wszystkim z tego powodu, że leczenie otępienia starczego może przebiegać bardzo różnie w zależności od tego, co dokładnie odpowiada za jego wystąpienie.

Jolanta Huras

Czy twórczość niepełnosprawnych to pełno(s)prawna sztuka?

Człowiek tworzy sztukę po to, aby pokazać świat z całkiem innej strony, jest to świetne uczucie robić coś, co przynosi jemu i innym przyjemność. W Polsce tysiące osób niepełnosprawnych maluje, rzeźbi, śpiewa, gra oraz występuje w przedstawieniach teatralnych, baletowych, a nawet kabaretowych. Czasami niemalże zatapiają się oni we własnej pracy twórczej, tracąc poczucie czasu. Robią to, ponieważ to kochają, a sztuka w pewien sposób oddaje ich uczucia, poglądy czy perspektywę patrzenia na świat ich własnymi oczami. W porajskim Domu Pomocy Społecznej mieszka wiele Pań, które na zajęciach terapii przez sztukę doskonaliły swój warsztat artystyczny, są pełne pasji i chęci do pracy, nie zraża ich trudna tematyka ani technika. Są cierpliwe, oddane i wielkiego serca do sztuk pięknych. Terapia daje możliwość symbolicznego wyrazu trudnych przeżyć, doświadczeń i emocji w bezpiecznych warunkach, w formie mówienia „nie wprost”. Obniża napięcie i pomaga



nazwać problem. Terapia poprzez kontakt ze sztuką zakłada swoiste odreagowanie w samym procesie tworzenia, bez nastawienia na efekt zadania.

Panie: Barbara, Marzena, Małgorzata, Agata, Aleksandra, Danuta, Dorota i Halina to Mieszkanki, które czują się pełnoprawnymi artystkami mającymi za sobą wiele sukcesów na polu sztuki. Dobrze oceniane są przez otoczenie, artystów malarzy, grafików i twórców ilustracji dla dzieci i dorosłych. Malują, rysują, tworzą kolaże, grafiki, wycinanki, lepią formy przestrzenne z gliny, masy solnej, papierowej, wykonują naczynia ceramiczne, rzeźby, piszą ikony, malują na szkle, ciekawe efekty uzyskują w technikach dekoracyjnych takich jak: decoupage, pirografia, quilling i scrapbooking. Układają ikebany. Ważne jest dla Mieszkanek uczestnictwo w wystawach, wernisażach,

Terapia daje możliwość symbolicznego wyrazu trudnych przeżyć, doświadczeń i emocji w bezpiecznych warunkach, w formie mówienia „nie wprost”. Obniża napięcie i pomaga nazwać problem. Terapia poprzez kontakt ze sztuką zakłada swoiste odreagowanie w samym procesie tworzenia, bez nastawienia na efekt zadania.



finisażach i innych przedsięwzięciach mających duży wpływ na rozwijanie pozycji artystycznej, jak i poczuciu własnej wartości. Niejednokrotnie słyszało się wtedy z ich ust: „O! Ja też tak potrafię, jestem malarką, znam taką technikę, robiłam takie dzieło, lubię takie tematy, podoba mi się ta praca, za dużo czarnego, następnym razem namaluję inaczej...”. Wówczas miało się pewność, że mamy do czynienia z artystkami, a to, że są osobami niepełnosprawnymi nie szkodzi, bo ich sztuka jest pełno(s)prawna. Udział w przedstawieniach teatralnych i muzycznych, misteriach, plenerach malarskich, wycieczkach, wczasach jest przyczynkiem do jeszcze lepszej realizacji ich przedsięwzięć artystycznych.

Twórczość Mieszkanek ukazuje je w innym świetle. Ludzie oglądając



ich dzieła mogą dostrzec w nich głębię, wielość kształtów i form, barw i wrażeń, mogą popatrzeć na kolorowe plamy i szorstkie faktury, zwrócić uwagę na niezwykle ślady narzędzi, na różnorodność w podejściu do tematu i odczuć to, co autorki chciały pokazać. Wyobraźnia człowieka jest bogata, więc odbiorcy mogą interpretować prace na różne sposoby. Jedni zachwycają się tą twórczością, inni tylko doceniają włożony weń wysiłek, podziwiając obrazy malowane przez niepełnosprawne intelektualnie Mieszkanki Domu Pomocy Społecznej w Poraju. Czas płynnie nieubłaganie, latem upały stają się udręką, jesienią nasilają się emocje, które Mieszkankom dają się mocniej we znaki – wtedy i ręka zadrży, kreska nie wyjdzie, farby się wyleją... Ale nikt nie czuje się poszkodowany, bo jutro

będzie dobry dzień, coś się poprawi, przemałuje lub rozpocznie od nowa, ważne, aby dobre samopoczucie było motorem do dalszej pracy.

Mieszkanki o mniejszym stopniu sprawności manualnej uczestniczą w zajęciach arteterapii w świetlicy, gdzie przeżywają swoje małe sukcesy, wykonując wiele pięknych prac pracując samodzielnie, przy pomocy oraz w grupie, nawiązując prawidłowe kontakty, podwyższając własny poziom funkcjonowania, eliminując niepotrzebne emocje. Podczas tych zajęć panie mają relaks, przyjemność, odpoczynek a wiele z nich z ciekawości podgląda proces twórczy koleżanek.

Osoby z głęboką niepełnosprawnością intelektualną nie są olimpijczykami czy laureatami konkursów. Bardzo powoli zdobywają swoje małe spek-



Panie czują się pełnoprawnymi artystkami. Malują, rysują, tworzą kolaże, grafiki, wycinanki, lepią formy przestrzenne z gliny, masy solnej, papierowej, wykonują naczynia ceramiczne, rzeźby, piszą ikony, malują na szkle, ciekawe efekty uzyskują w technikach dekoracyjnych takich jak: decoupage, pirografia, quilling i scrapbooking. Układają ikebany.

takularne dla świata sukcesy, czasem w swoich rysunkowych bazgrołach zobaczą ptaka czy drzewo, a czasem kogoś bliskiego, czyli wszystko co im w artystycznej duszy gra.

Bywa, że los nie jest taki łaskawy i Mieszkanka przestaje uczestniczyć w terapii... Wiele z nich już odeszło... Ewa, Lilianna, Halina, Miecia, Teresa, Felicja, Jasia – zostały po nich obrazy wiszące na ścianach naszego Domu oraz pamięć o ich sukcesach twórczych na tablicy z dyplomami.

Osoby niepełnosprawne zdają sobie dobrze sprawę, że ich twórczość oceniana jest inaczej niż twórczość dyplomowanych artystów, że jej miejsce znajduje się raczej w obszarze terapeutycznym, nie zaś artystycznym. Twórczość Mieszkanek przede wszystkim pozwala im wyrażać siebie, walczyć o chęć do życia, opowiadać o swoim

szczęściu i sprawach ważnych w sposób niedosłowny, symboliczny. Efekt ich artystycznych działań może wydawać się drugorzędny w porównaniu do pozytywnych emocji, jakich dostarcza sam proces twórczy. Uczestniczki zajęć plastycznych starają się, aby dostrzeżono ich talent, mają świadomość mozolnej, niejednokrotnie trudnej pracy artystycznej, dlatego muszą liczyć na pomoc dyrektora Domu i terapeutów, którzy zapewniają podstawowe narzędzia i materiały oraz starają się o większe środki na rozwój zainteresowań i poszerzenie grona odbiorców ich dzieł. Jak promować artystów niepełnosprawnych? Możemy wspierać ich życiowe postawy, kierując się nie litością, a szczerym zainteresowaniem.

Niepełnosprawnymi było i nadal jest wielu artystów, naukowców, polityków i biznesmenów. Wielu z nich swoje niedoskonałości fizyczne lub inwalidztwo rekompensuje potęgą umysłu, wygrywają z innymi ludźmi swoją bogatą, przyjemną osobowością i poczuciem humoru, pracowitością, cierpliwością i dążeniem do celu.

Nie szukając w ich dziełach przysłowiowego „kossakowskiego konia” („bo Koń jaki jest, każdy widzi” – to najsłynniejsza sentencja autorstwa księdza



Osoby niepełnosprawne zdają dobrze sprawę, że ich twórczość oceniana jest inaczej niż twórczość dyplomowanych artystów, że jej miejsce znajduje się raczej w obszarze terapeutycznym, nie zaś artystycznym. Twórczość Mieszkank przed wszystkim pozwala im wyrażać siebie, walczyć o chęć do życia, opowiadać o swoim szczęściu i sprawach ważnych w sposób niedostłowny, symboliczny.

Benedykta Chmielowskiego, człowieka oświecenia), lecz o dziele namalowanym przez nich porozmawiamy...

Na koniec zadajmy sobie pytanie, czy wśród niepełnosprawnych wbrew pozorom jest dość dużo ludzi sukcesu, małego i dużego, osobistego i zawodowego? A jak go osiągają? Czy tak jak inni ludzie? Jest wiele pytań i jeszcze więcej odpowiedzi, bo niepełnosprawnymi było i nadal jest wielu artystów, naukowców, polityków i biznesmenów. Wielu z nich swoje niedoskonałości fizyczne

Praca z Mieszkankami przypomina taniec, któremu zawsze towarzyszą określone emocje. Ważne, aby dla obu stron były to uczucia pozytywne, budujące i spełniające.

lub inwalidztwo rekompensuje potęgą umysłu, wygrywają z innymi ludźmi swoją bogatą, przyjemną osobowością i poczuciem humoru, pracowitością, cierpliwością i dążeniem do celu. Najbardziej znanymi niepełnosprawnymi artystami byli: Ludwig van Beethoven, Jan Sebastian Bach, Ray Charles, Stevie Wonder, Andrea Bocelli, Vincent Van Gogh, Henri Toulouse-Lautrec i Niki-for. Skoro oni osiągnęli sukces, to i inni mogą... Ale to tak nie działa. Media ukazujące twórców zwykle zajmują się przedstawianiem niepełnosprawności artysty i tego, w jaki sposób przełamuje on swoją niepełnosprawność, aby stworzyć. Rzadko widzimy prace osób z deficytami umysłowymi – jakby w ogóle

Dyplomu brak – ale jest artystyczna dusza.

nie były ważne. A może nie są? Nie ma więc raczej szans na to, aby sztuka osób niepełnosprawnych na trwałe zagościła w galeriach, możliwe są jedynie gościnne występy na kiermaszach, a czasem na zorganizowanych specjalnych wystawach.

Podsumowując temat możemy z całą pewnością powiedzieć, że praca z Mieszkankami przypomina taniec, któremu zawsze towarzyszą określone emocje. Ważne, aby dla obu stron były to uczucia pozytywne, budujące i spełniające. W takim tańcu niejed-



nokrotnie poplączemy nogi, a nawet zaliczymy upadek. Bywają momenty, w których musimy sobie uzmysłwić, czy w tej pracy się spełniamy i jest nam ona rzeczywiście po drodze. I czy

jesteśmy gotowi przyjąć z pokorą stawiane przed terapią wyzwania, aby nasze Mieszkanki mogły wpisać w swoje życiorysy informację: dyplomu brak – ale jest artystyczna dusza.





Zaspokajanie potrzeb ruchu i wypoczynku Mieszkańców oraz postępowanie dotyczące zapobieganiu powikłaniom u osób długotrwale leżących

Za zaspokajanie potrzeb Mieszkańców odpowiadają opiekunowie, którzy powinni doksztalać się w swym zawodzie. Pielęgnowanie zawodowe to działalność polegająca na profesjonalnym pomaganiu w pielęgnowaniu, towarzyszeniu człowiekowi w zdrowiu, chorobie, niepełnej sprawności, kształtowaniu umiejętności do samoopieki, uczenie czynności potrzebnych w utrzymaniu komfortu życia codziennego, a jeśli to nie jest już możliwe, to przynajmniej ułatwieniu życia z chorobą i cierpieniem. Pośród tych zadań bardzo ważne jest zachęcenie podopiecznych do aktywności fizycznej.

Prośzenie podopiecznych o wykonywanie aktywności niekoniecznie musi wyglądać tak jak zwykłe ćwiczenie. Może to być np. poproszenie o przejście

do innego miejsca, potrzymanie jakiegoś przedmiotu. Także ergoterapia jest doskonałą formą ruchu dla podopiecznych. Pomoc przy składaniu np. ręczników to wykonywanie pewnej sekwencji ruchowej i wzmacnianie mięśni rąk. Ścielenie łóżka to skłony, a więc rozciąganie. Wspólne spacery po ogrodzie korzystnie wpływają na układ kostno-stawowy, zapewniają dostarczenie do organizmu witaminy D i dotlenienie. Wspólne uczestnictwo w zabawach tanecznych i wydarzeniach artystycznych wpływa pozytywnie na organizm podopiecznego. Rolą opiekuna jest nakłonienia chorego do takiej aktywności, którą będzie lubił robić.

Szczególnie wymagającą grupą podopiecznych są osoby długotrwale leżące, wymagające dużej uwagi ze strony opiekuna. Unieruchomienie to taki stan organizmu, który ogranicza lub uniemożliwia aktywność całego ciała lub poszczególnych jego części w zakresie zmiany pozycji w łóżku, wstawania, siadania, chodzenia. Do unieruchomienia mogą przyczynić się różne schorzenia, na przykład:

- ◆ choroby układu sercowo-naczyniowego – udary mózgu, zawał mięśnia sercowego,
- ◆ choroby neurologiczne – Alzheimer, Parkinson, stwardnienie rozsiane, miastenia, uszkodzenia rdzenia kręgowego,

- ◆ stan po operacjach,
- ◆ śpiączka,
- ◆ schorzenia układu kostno-stawowego – osteoporoza, zwyrodnienia stawów, urazy, złamanie szyjki kości udowej,
- ◆ choroby układu oddechowego- przewlekła obturacyjna choroba płuc, zapalenie płuc,
- ◆ zaawansowana choroba nowotworowa.

Długotrwałe unieruchomienie powoduje różnorodne dysfunkcje:

- ◆ układu krążenia (zatory, zastój żylny, stany zapalenia żył, zakrzepica żył głębokich, zągęszczenie krwi, obrzęki),
- ◆ układu oddechowego (zapalenia płuc, zaburzenia wymiany gazowej, zachłyśnięcie),
- ◆ układu nerwowego (apatia, senność, niedotlenienie mózgu, a nawet śpiączkę),
- ◆ układu trawiennego (nudności, brak łaknienia, zaparcia, przyrost masy ciała),
- ◆ układu moczowo - płciowego (zastój moczu, zaburzenia czynności nerek,





zakażenia układu moczowo – płciowego),

- ♦ skóry i tkanek miękkich (odleżyny, odparzenia, zapalenia skóry).

Zadaniem opiekuna jest oczywiście zapewnienie osobie długotrwale leżącej jak najbardziej komfortowych warunków. Ważne jest regularne sprzątanie i wietrzenie pomieszczenia, w którym przebywa – łóżko chorego powinno być wygodne zarówno w po-

Proszenie podopiecznych o wykonywanie aktywności niekoniecznie musi wyglądać tak, jak zwykle ćwiczenie. Może to być np. poproszenie o przejście do innego miejsca, potrzymanie jakiegoś przedmiotu. Pomoc przy składaniu np. ręczników to wykonywanie pewnej sekwencji ruchowej i wzmocnienie mięśni rąk. Ścielenie łóżka to skłony, a więc rozciąganie.

zycji leżącej, jak i siedzącej. Tutaj najlepiej sprawdzi się łóżko rehabilitacyjne, wyposażone w specjalny materac przeciwoleżynowy, zabezpieczenie przed wypadnięciem podczas snu, regulowany zagłówek. Kołdra, poduszka i bielizna pościelowa chorego powinna być lekka, przewiewna i wykonana z naturalnych materiałów. Ponadto należy dbać o jej czystość.

Bardzo istotnym czynnikiem profilaktyki są różnego rodzaju ćwiczenia fizyczne. Dzięki nim możliwe jest utrzymanie prawidłowego zakresu ruchu, zapobieganie przykurczom i zwyrodnieniom chrząstek stawowych. Ćwiczenia wpływają także na prawidłowe ukrwienie, odżywienie tkanek, zapobiegają obrzękom, powikłaniom zakrzepowym, gdyż ułatwiają odpływ krwi, która zalega w tkankach, a również dopływ krwi tętniczej bogatej w tlen i składniki odżywcze. W zależności od indywidualnych możliwości i stanu podopiecznego można stosować ćwiczenia czynne, bierne, czynno-bierne, izometryczne.

Ćwiczenia czynne są wykonywane przez chorego na polecenia ćwiczącego. Polecenie powinno być proste, łatwe do zrozumienia np. „Proszę zgiąć nogi w kolanach”. Natomiast ćwiczenia bierne to takie ćwiczenia, które wykonuje opiekun bez udziału chorego, np. zginanie i prostowanie kończyn dolnych chorego w stawach biodrowych i kolanowych. Z kolei ćwiczenia czynno-bierne to takie ruchy, których część wykonuje opiekun, ale przy czynnym udziale chorego. Te ćwiczenia poprawiają ukrwienie, zapobiegają zastojom krwi w kończynach i pobudzają przemianę materii.

Ostatnią grupą ćwiczeń są ćwiczenia izometryczne, czyli taka grupa ćwiczeń, które wykonywane są przez

chorego w pozycji leżącej. Podopieczny napina mięśnie bez wykonywania ruchu. Powyższe ćwiczenia najlepiej zintegrować z rutynowo wykonywanymi czynnościami, np. toaletą ciała. Ćwiczenia lepiej wykonywać częściej i krócej, niż dłużej i rzadko.

Osoby długotrwale leżące wymagają czynienia wokół nich szeregu działań. Należy pamiętać, że opiekun ma dbać o dietę chorego, która jest niezwykle ważna na każdym etapie pomocy, o wykonywanie czynności higienicznych, bez których nie ma możliwości osiągnąć zadawalających efektów pracy z potrzebującym. Oczywiście niezwykle ważne jest dopilnowanie, aby podopieczni korzystali z fizjoterapii, gdyż ćwiczenia wykonywane przez specjalistów są bardzo wartościowe.

Praca opiekuna w DPS jest zsynchronizowana z pracą innych członków zespołu terapeutyczno-opiekuńczego. Tylko wspólne dbanie o dobro i zdrowie podopiecznych na sens i przynosi satysfakcjonujące efekty.

Tylko wspólne dbanie o dobro i zdrowie podopiecznych (zsynchronizowana praca wszystkich członków zespołu terapeutyczno-opiekuńczego) ma sens i przynosi satysfakcjonujące efekty.

Katarzyna Bąk-Nawrocka

Aktywność fizyczna jako jedna z form terapii

Aktywność fizyczna jest podstawowym elementem życia każdego człowieka. Każde podjęcie aktywności fizycznej poprawia jakość życia, wydolność, samopoczucie, wzmacnia układ nerwowy, poprawia pracę umysłu oraz sprawność fizyczną ułatwiając tym samym poruszanie się, utrzymanie prawidłowej masy ciała oraz równowagę. Różne rodzaje form aktywności fizycznej stosowane są zarówno wśród osób chorych jak i zdrowych, w różnym przedziale wiekowym oraz w przypadku różnego rodzaju i stopnia niepełnosprawności. Niestety nie zmienia to faktu, że ludzie zdrowi jak i niepełnosprawni ruszają się stanowczo za mało i za rzadko.

Jedną z form terapii w naszym Do-mu jest terapia ruchem – rehabilitacja. W ramach terapii ruchem Mieszkańki mogą brać udział: 1) w kinezyterapii, mającej na celu poprawienie sprawności psychoruchowej; 2) fizykoterapii uśmierzającej ból, usprawniającej strukturę mięśniowe uszkodzone pod-



Każde podjęcie aktywności fizycznej poprawia jakość życia, wydolność, samopoczucie, wzmacnia układ nerwowy, poprawia pracę umysłu oraz sprawność fizyczną, ułatwiając tym samym poruszanie się, utrzymanie prawidłowej masy ciała oraz równowagę.

czas urazu, poprawiającej komfort życia, a co za tym idzie szybszy powrót do sprawności i możliwości aktywnego spędzania czasu; oraz 3) hydroterapii, co w efekcie zmniejsza napięcie i łagodzi dolegliwości bólowe. W ramach

kinezyterapii stosowane są różnego rodzaju ćwiczenia i formy aktywności ruchowej. Zajęcia indywidualne na sali gimnastycznej bądź w pokoju Mieszkancki mają najczęściej formę ćwiczeń: biernych, czynno-biernych, czynnych w odciążeniu (UGUL) za pomocą systemu bloczkowego, samowspomaganych, oddechowych, ogólnokondycyjnych.

Nasze Mieszkancki chętnie biorą czynny udział w aktywności fizycznej, wybierając najczęściej ćwiczenia indywidualne w swoich pokojach. Chętnie również wybierają spacer, mające zbawienny wpływ na organizm, ponieważ pozwalają poprawić krążenie



krwi, dotlenić organizm, polepszając tym ogólny stan zdrowia i samopoczucie. Dzięki spacerom Mieszkancki dbają również o mięśnie, stawy i ścięgna. Spacer, w naturalny sposób obniżają poziom glukozy we krwi, zmniejszając ryzyko wystąpienia cukrzycy oraz wspomagając walkę z nadciśnieniem.

Kolejną z często wybieranych form aktywności jest Nordic Walking, który jest formą aktywności ruchowej w terenie. To aktywność dla każdego niezależnie od wieku. Polega na marszu z wykorzystaniem kijków. Taki marsz spełnia dwie zasadnicze funkcje: angażuje górne części ciała i aktywizuje mięśnie pasywne oraz częściowo od-

ciąża pracę w kończynach dolnych, które podczas zwykłego marszu są nadmiernie eksploatowane. Ta forma

Dzięki odpowiedniej motywacji, doborowi ćwiczeń i pozycji Mieszkancki częściej podejmują aktywność fizyczną, poprawiając ich funkcjonowanie i stan zdrowia.

rehabilitacji poprawia ogólną sprawność, samopoczucie, komfort psychiczny, pomaga Paniom chudnąć i utrzymać prawidłową masę ciała. To idealna forma ćwiczeń sprzyjająca





rozładowaniu stresu i napięć. Nasze treningi Nordic Walking odbywają się nad zalewem. W ten sposób Panie w łatwy i przyjemny sposób wykonują ćwiczenia i spędzają aktywnie czas.

Najczęstszą spośród różnych form aktywności fizycznej grupowej jest trening ogólnokondycyjny. Skierowany

Ludzie zdrowi jak i niepełnosprawni ruszają się stanowczo za mało i za rzadko.

jest do Mieszkanek, które chcą zwiększyć swoją wytrzymałość, poprawić swoją kondycję ruchową, równowagę oraz wzmocnić swój aparat mięśniowy. Ćwiczenia są modyfikowane i dostosowane do danej grupy uczestniczącej w zajęciach. Wprowadzenie tej formy ćwiczeń korzystnie wpłynęło na poprawę kondycji fizycznej, zmniejszenie dolegliwości bólowych i ogólne funkcjonowanie w otoczeniu. Omawiana forma aktywności ruchowej wykonywana jest zarówno w pozycjach wysokich i niskich, ale także z niewielkimi modyfikacjami ćwiczeń w pozycji siedzącej na krzesłkach, dlatego tak chętnie Panie uczestniczą w tych zajęciach.

Gry i zabawy również stanowią chętnie wybieraną formę aktywności. Ta forma ćwiczeń wspomaga rozwój całego organizmu, poprawiając sprawność fizyczną, wydolność, kon-

dycję i harmonijny rozwój organizmu Mieszkanek. To ta forma ruchu zachęciła Mieszkanek do aktywnego udziału w zawodach sportowych, zarówno na terenie naszego Domu, jak również poza jego murami, i sprawia Paniom dużo radości. Podczas zawodów kształtują się umiejętności zdrowej rywalizacji, nawiązywania i utrzymania poprawnych kontaktów z innymi uczestnikami. Ponadto kształtowane są umiejętności ruchowe, zdobywana jest dodatkowa wiedza, niezbędna do podejmowania samodzielnych działań, służących poprawie aktywności ruchowej oraz wiedza dotycząca zdrowego stylu życia.

Wnioski nasuwają się same – Panie chętnie biorą czynny udział w zajęciach ruchowych, dzięki którym ich sprawność psychoruchowa poprawia się. To dzięki odpowiedniej motywacji, doborowi ćwiczeń i pozycji Mieszkanek częściej podejmują aktywność fizyczną, poprawiającą ich funkcjonowanie i stan zdrowia.

Podsumowując: niezależnie od tego, jaką aktywność fizyczną wykonujesz, jeśli robisz to z zaangażowaniem i radością, jesteś szczęśliwym człowiekiem!



Monika Konieczny

Aspekty pracy opiekuna w domu pomocy społecznej

Moje spojrzenie na pracę opiekuna w domu pomocy społecznej jest wieloaspektowe, ponieważ pracuję na stanowisku opiekunki w Domu Pomocy Społecznej im. św. Brata Alberta w Poraju od 18 lat.

Nasza rola jako opiekunów polega przede wszystkim na zapewnieniu kompleksowej opieki oraz aktywizacji w różnych obszarach życia osób powierzonych naszej pieczy. W celu realizacji zadań opiekun współpracuje z rehabilitantami, psychologiem, pielęgniarkami, pracownikami socjalnymi i pozostałym personelem placówki. Opiekun w domu pomocy społecznej po uzyskaniu dyplomu w zawodzie może doskonalić swoją wiedzę i umiejętności poprzez uczestnictwo w kursach i szkoleniach organizowanych przez pracodawcę oraz instytucje szkoleniowe.





Jak już wspomniałam, praca opiekuna w całodobowej jednostce pomocy społecznej polega na aktywizacji i rozwoju osób potrzebujących pomocy

Praca opiekuna przynosi dużo satysfakcji, a uśmiech podopiecznych to największa nagroda płynąca z wykonywania tego typu pracy.

oraz na pomaganiu im w codziennych czynnościach. Opiekun w domu pomocy społecznej to pracownik pierwszego kontaktu, ktoś kto pozostaje w bezpośredniej relacji z podopiecznymi danej placówki. Zna on ich problemy, potrzeby i ograniczenia, dzięki czemu może dbać o nich, a w razie potrzeby przyjąć z pomocą. Praca ta przynosi dużo satysfakcji, a uśmiech podopiecznych to największa nagroda płynąca z wykonywania tego typu pracy. Ogrom trudu i zaangażowania, jaki wkładamy w naszą pracę, to przede wszystkim służba drugiemu człowiekowi, której celem jest zapewnienie Mieszkankom optymalnej opieki i wsparcia, wynikających z ich indywidualnych potrzeb i możliwości. Wychodząc naprzeciw potrzebom i oczekiwaniom naszych Mieszkanek, budujemy relacje oparte na podmiotowości i poszanowaniu praw człowieka. Dążymy do tego, aby Panie czuły się w Domu dobrze i bez-

piecznie, a atmosfera sprzyjała dobremu samopoczuciu. Okazujemy Mieszkankom ciepło, życzliwość, zrozumienie i zainteresowanie. Motywujemy je do uczestnictwa w różnych formach aktywności, takich jak spacer, udział w terapii zajęciowej, rozmaite prace na rzecz Domu, rozwijanie zainteresowań, motywowanie w działaniach aktywnych oraz budowaniu relacji społecznej z innymi współmieszkankami. Kształtujemy pozytywne relacje interpersonalne między Mieszkankami oraz na płaszczyźnie Personel – Mieszkanki. Staramy się ograniczać i eliminować zachowania agresywne oraz wdrażać wzajemną akceptację i życzliwość.

Wchodząc w skład zespołu terapeutyczno-opiekuńczego uczestniczymy w zebraniach, na których omawiamy bieżące sprawy związane z funkcjonowaniem Mieszkanek w Domu, a podczas diagnoz funkcjonalnych bierzemy udział w opracowywaniu indywidual-

Jako opiekunowie trzymamy w rękach los drugiego człowieka, a opieka i pielęgnacja nie są rzemiosłem, którego można się wyuczyć raz na zawsze.

alnych planów wsparcia, analizując obecny stan zdrowia Mieszkanek, aktywizacji do zwiększenia samodzielności



życiowej oraz doradzamy w zakresie planowania wydatków i bardzo często pomagamy Paniom w zakupach. Naszym zadaniem jest również mobilizowanie naszych podopiecznych do aktywnego spędzania czasu wolnego oraz rozwijanie zainteresowań. Szczególną wagę w naszym Domu przykładamy do kształtowania pozytywnych relacji interpersonalnych w najbliższym otoczeniu Mieszkanek, dbamy o ich wszechstronny rozwój oraz udzielamy wsparcia w sytuacjach trudnych.

W naszym Domu mieszkają Panie o różnym stopniu sprawności intelektualnej i fizycznej. Udzielając pomocy Mieszkankom w wykonywaniu podstawowych czynności dnia codziennego, uwzględniamy ich wiek i stan zdrowia, sprawność fizyczną, samopoczucie oraz indywidualne potrzeby i możliwości. Pomoc w zakresie utrzymania czystości i higieny osobistej obejmuje: toaletę poranną i wieczorną, ubieranie, czesanie, karmienie, pojenie, kąpiele, zmianę pościeli. Zachęcamy również Panie do aktywności w zakresie samoobsługi, utrzymania porządku w najbliższym otoczeniu. Panie, u których stan zdrowia pogarsza się i uniemożliwia wykonywanie podstawowych czynności dnia codziennego, obejmujemy programem profilaktyki przeciwoleżynowej, która obejmuje dodatkowo zmianę pampersa, kąpiele, natłuszczanie ciała, oklepywanie,

zmianę pozycji ułożenia, pomoc przy poruszaniu się. Dbamy o zdrowie Mieszkanek, ich prawidłowe odżywianie, nawodnienie. Prowadzimy kontrole wypróżnień i bilans przyjmowanych płynów. Otaczamy Panie opieką

W pracy opiekuna najważniejsze jest zaangażowanie i empatia. Personel opiekuńczy kształtuje przyszłą perspektywę życia mieszkańca.

w procesie zdrowienia i rehabilitacji i wspieramy w kontaktach ze służbą zdrowia. Udzielamy również naszym Mieszkankom niezbędnej pomocy w załatwianiu spraw osobistych, takich jak pomoc w pisaniu listów i odczytywaniu korespondencji, zakup artykułów odzieżowych, gospodarowanie środkami pieniężnymi, załatwianie spraw urzędowych. Dbamy o utrzymanie czystości w pokojach Mieszkanek. Jak widać, wszystkie nasze działania ukierunkowane są na podwyższenie jakości życia naszych Pań oraz na podtrzymanie nabytych przez nie umiejętności i sprawności fizycznej. Pokuszę się o stwierdzenie, że my jako opiekunowie trzymamy w rękach los drugiego człowieka, a opieka i pielęgnacja nie są rzemiosłem, którego można się wyuczyć raz na zawsze.



Oprócz konkretnych umiejętności – jak np. toaleta pacjenta unieruchomionego przy łóżku, karmienie, mierzenie poziomu cukru, itp. – w pracy opiekuna najważniejsze jest zaangażowanie i empatia. Personel opiekuńczy w większym stopniu, niż by się to zdawało przy pierwszej pobieżnej obserwacji, kształtuje przyszłą perspektywę życia mieszkańca i sposób korzystania przez niego z posiadanych zdolności i rezerwuaru sił. My jako opiekunowie musimy przyjąć postawę charakteryzującą się otwartością na wszelkiego rodzaju doświadczenia i uczucia uzewnętrzniane przez podopiecznego, gdyż czasami jego świat skurczył się do tego właśnie pokoju, w którym przebywa, do ulubionego programu telewizyjnego czy niedzielnego ciasta. Dlatego też tak ważna jest aktywizacja Mieszkanek oraz dobra współpraca między personelem opiekuńczym i wspomagającym. Wówczas możemy być pewni, że wszystkie potrzeby osób powierzonych naszej opiece są w należyty sposób zaspokojone, czego miernikiem jest poziom zadowolenia Mieszkanek i atmosfera panująca w domu pomocy, który choć trochę większy niż zwyczajne domy, to dla naszych Pań pozostaje przecież Domem przez większość ich życia.

Marta Jagielska

Dlaczego warto być wolontariuszem? Co może dać nam wolontariat – czy pomagając innym, pomagamy również sobie?

Pełniąc funkcję koordynatora ds. wolontariatu w Domu Pomocy Społecznej w Poraju na przestrzeni szesnastu lat mam możliwość wszechstronnego obserwowania naszych wolontariuszy i ich jakże indywidualnych dróg wolontarystycznych. Będąc terapeutą z ponad dwudziestoletnim stażem w tej placówce mogę z pełną

Bycie wolontariuszem to bardzo szlachetna postawa, wymagająca pełnego zaangażowania się.

świadomością i odpowiedzialnością ocenić, jak wcześniej wyglądał Dom bez wolontariatu i, co najistotniejsze, jak wiele wolontariat wniósł w życie naszych podopiecznych.

Bycie wolontariuszem to bardzo szlachetna postawa, wymagająca peł-



nego zaangażowania się w działania w wybranym przez siebie obszarze pomocowym. Wolontariusz nieodpłatnie poświęca swój czas, wykorzystuje potencjał, jakim dysponuje, nierzadko dzieli się talentem, z pełną odpowiedzialnością realizuje powierzone mu zadania. W trakcie realizacji swoich świadczeń napotyka na trudności, nieoczekiwane zwroty sytuacji, bywa, że musi zmierzyć się ze swoimi słabościami. Skąd w takim razie stale rosnąca popularność wolontariatu? Być może jest tak dlatego, że pomaganie jest wartością samą w sobie. Wolontariat to swego rodzaju „inwestycja w samego siebie”. Dzięki niemu wolontariusz nabywa szereg umiejętności zarówno z zakresu kompetencji miękkich, jak i wiedzy branżowej, zdobywa doświadczenie niezwykle cenione w dzisiejszych czasach, szczególnie przez przyszłych pracodawców. Działania

wolontarystyczne stwarzają okazję do lepszego poznania samego siebie, mogą też pomóc w wyborze właściwej drogi zawodowej, czasem wpływają na zmianę aktualnej postawy życiowej.

Nasi wolontariusze poprzez swoje świadectwo wspierają misję naszej placówki, która brzmi: „Akceptacja i pomoc drogą do rozwoju osoby niepełnosprawnej”. Bardzo często słyszę pytania: kto może zostać wolontariuszem? Co trzeba umieć, aby być wolontariuszem? Czy trzeba spełniać jakieś szczególne wymagania? Odpowiedzi na te pytania z pewnością warunkują różne rodzaje wolontariatu. W Domu Pomocy Społecznej w Poraju wolontariat funkcjonuje pod hasłem: „Ty dla mnie, a ja dla Ciebie”, co ukazuje jego wymiar relacyjny. Ideą naszego wolontariatu jest nawiązywanie kontaktu przez Mieszkanek z wolontariuszami, będącymi osobami z zewnątrz, które



przychodzą tylko do nich i poświęcają im całą swoją uwagę i czas. Jednocześnie wolontariusze zaspakajają jedną z najważniejszych i jakże specyficznych potrzeb osób przebywających w placówkach, potrzebę „bycia tu i teraz najważniejszą dla wybranej osoby”, w tym przypadku wolontariusza.

Wszyscy pracownicy Domu dokładają wszelkich możliwych starań, aby poświęcić jak najwięcej czasu wybranej Mieszkance. Jednak mamy dużo obowiązków merytorycznych z racji obowiązujących standardów i fizycznie jest to niemożliwe, aby cały czas swojej pracy poświęcić tylko jednej osobie, będąc odpowiedzialnym za prawie sto podopiecznych. Nasz wolontariat powstał z myślą o wyjściu naprzeciw potrzebie Mieszkanek „posiadania kogoś tu i teraz tylko dla siebie”. Kadra pra-

cownicza i podopieczne Domu to taka trochę nieformalna „rodzina”, wszyscy tu jesteśmy ze sobą ogromnie zżyci, dla nas jako pracowników najważniejsze jest szeroko pojęte dobro naszych Pań, a one, co tu dużo mówić, trochę „żyją naszym życiem”. Pomimo tego na przestrzeni lat obserwujemy u Mieszkanek zjawisko poczucia odręcenia, osamotnienia, bo mają świadomość faktu, że nie mieszkają ze swoimi biologicznymi rodzinami, które z różnych przyczyn nie są w stanie się nimi opiekować, lub też nie chcą, bądź dlatego, że najbliżsi naszych podopiecznych nie żyją. Oczywiście są Mieszkanki, które mają regularny kontakt ze swoimi bliskimi w formie odwiedzin, rozmów telefonicznych czy korespondencji listowej, jednak stanowią one niewielką część społeczności. Dlatego też oprócz inten-



sywnych i różnorodnych działań pracowników prowadzących do zacieśnienia więzi Mieszkanek z ich rodzinami, wolontariusze swoją obecnością starają się wypełnić tę lukę w codzienności naszych Pań.

Wolontariuszami naszego Domu są osoby w różnym wieku, najmłodszy mają 13 lat, a najstarsza wolontariuszka miała 82 lata. Dobrze pamiętam historię Pani Apoloni, która zjawiła się u nas kilkanaście lat temu z ogromnym zapałem do bycia wolontariuszką, tylko jak sama mówiła, nie bardzo wiedziała, do czego by się mogła przydać. Nasza wolontariuszka-seniorka przeżyła II wojnę światową, w swoim życiu doznała wielu bardzo trudnych sytuacji; w trakcie wypełniania dokumentów okazało się, że ma problemy z czytaniem i pisanem, a z racji wieku nie dysponowała już dobrą sprawnością ruchową. To nieco ograniczało obszar aktywności, jakie podejmują nasi wolontariusze z Mieszkankami. W mojej głowie pojawiła się myśl: „Co zaproponować sympatycznej Pani, której serce do pomocy nie ograniczała metryka ani ciężka sytuacja życiowa?”. Na pytanie, co najbardziej lubi robić, wśród wymienionych czynności było odmawianie różańca. Pani Apolonia przychodziła więc odmawiać różaniec z naszymi Mieszkankami, często po wspólnej modlitwie opowiadała o swoim życiu, wspominała o wojnie.

Wizyty pani Apoloni stały się rytuałem i o stałej porze wszystkie Mieszkanki z niecierpliwością czekały na wspólną modlitwę i ciekawą historię.

Pomaganie jest wartością samą w sobie. Wolontariat to swego rodzaju „inwestycja w samego siebie”. Dzięki niemu wolontariusz nabywa szereg umiejętności zarówno z zakresu kompetencji miękkich, jak i wiedzy branżowej, zdobywa doświadczenie.

Poza pomocą w zaspokajaniu niezwykle ważnych dla naszych podopiecznych potrzeb duchowych, nasi wolontariusze podejmują szereg działań, które zmierzają do zaktywizowania naszych Mieszkanek. Wychożą na spacer z Paniąmi, które mają problemy z poruszaniem się, prowadzą rozgrywki gier planszowych, quizy, kalambusy, konkursy tematyczne, zawody sportowe. Pomagają w prowadzeniu prywatnej korespondencji, wspierają nas w obsłudze imprez kulturalnych i rozrywkowych dla Mieszkanek i ich rodzin oraz społeczności lokalnej. Wyjeżdżają z nami na wczasy wypoczynkowe, wycieczki krajoznawcze, chodzą na piesze pielgrzymki dla osób z niepełnosprawnością. Ich pomoc w tych wydarzeniach jest nieoceniona.





W czasie odwiedzin wspierają nasze Mieszkanki w obsłudze urządzeń typu telefon komórkowy, tablet, laptop, odtwarzacz MP3/MP4. Organizują szereg akcji dla Mieszkanek typu „Makijaż okolicznościowy”, „Piękne i zadbane dłonie – malowanie paznokci” czy pomoc w wykonaniu ładnej fryzury.

Nasz wolontariat powstał z myślą o wyjściu naprzeciw potrzebie Mieszkanek „posiadania kogoś tu i teraz tylko dla siebie”.

Mieszkanki naszego Domu są bardzo przywiązane do wolontariuszy, czekają na nich, widąc tutaj bardzo pozytywne relacje, które często owocują wieloletnimi znajomościami. Szczególnie dotkliwie odczuliśmy brak kontaktu z wolontariuszami w czasie izolacji spowodowanej COVID-19, kiedy to placówka była zamknięta dla osób odwiedzających i właśnie wtedy Mieszkanki uświadomiły sobie, jak bardzo im wolontariuszy brakuje. Takie same uczucia towarzyszyły naszym wolontariuszom, którzy dzwonili z zapytaniem, jak czują się Panie, jak radzą sobie w tym wyjątkowo trudnym czasie. W odpowiedzi na tę sytuację organizowali różnego rodzaju akcje on-line dla Mieszkanek, pisali listy z załączonymi zdjęciami i rysunkami, aby podzielić się tym, co się u nich

dzieje, przygotowywali prezentacje, filmiki tematyczne. Mieszkanki w rewanżu również pisały listy do wolontariuszy, samodzielnie lub z pomocą terapeutów, aby podzielić się swoimi odczuciami i wyrazić ogrom tęsknoty za wolontariuszami. Pani Marzena narysowała serię rysunków dla wolontariuszy, bo w ten właśnie sposób, poprzez sztukę, najlepiej wyraża swoje uczucia. Dziewczynki – wolontariuszki samodzielnie upiekły ciasteczka dla każdej z Pań, przygotowały bransoletki, bombki, karty z życzeniami Wielkonoconymi, Bożonarodzeniowymi i na Walentynki. Wszystkie Panie zostały obdarowane, nie było komentarza „ja nie dostałam kartki na te święta”, a w zamian za to usłyszałam: „pierwszy raz w życiu dostałam Walentynkę” z ust Pani Ireny, która mówiła to drżącym ze wzruszenia głosem i ze łzami w oczach. Właśnie takie emocje, ły radości, szczęścia i wzruszenia wielokrotnie wywołują u podopiecznych działania naszych wolontariuszy.

W naszym Domu wolontariusze stanowią bardzo ważną część zespołu, staramy się ich angażować w wiele działań terapeutycznych. Wszyscy wolontariusze są fachowo przeszkoleni do pracy z osobami z różnego rodzaju niepełnosprawnością. Często mają okazję uczestniczyć w specjalistycznych szkoleniach, warsztatach organizowanych w ramach projektów,



które realizujemy lub proponowanych przez współpracujące z nami centra wolontariatu. Dzięki temu zdobywają fachową wiedzę, przekazywaną przez doświadczonych specjalistów i potwierdzoną certyfikatami. Doceniając ich pracę, rokrocznie od kilkunastu lat nominuję wolontariusza lub grupę wolontariuszy do udziału w konkursie „Barwy Wolontariatu”. Każdy z wolontariuszy ma szansę uczestniczyć w przepięknych uroczystościach typu Gala Wolontariatu oraz otrzymać statuetkę z tytułem Wolontariusza Roku. Celebруем 5 grudnia Międzynarodowy Dzień Wolontariusza i zapraszamy naszych przyjaciół wolontariuszy na przyjęcie zorganizowane specjalnie dla nich oraz obdarowujemy ich symbolicznymi upominkami, często wykonanymi przez nasze podopieczne na terapii zajęciowej i terapii plastycznej.

Z ogromną radością obserwuję, jak nowi wolontariusze uczący się nawiązywania i budowania kontaktu z naszymi podopiecznymi stopniowo nabierają coraz większej pewności w tych działaniach. Początkowo towarzyszy im niepewność, często mówią, że nie wiedzą, jak mają się zachować, co powiedzieć, czego nie powinni robić. Należy tutaj wspomnieć, że tego typu wolontariat nie jest jednym z najłatwiejszych, dużo prościej jest pomóc w opiece nad dziećmi w przedszkolu czy wyjść z psem na spacer w schroni-

sku. Pracując wolontarystycznie z osobami z niepełnosprawnością trzeba być przygotowanym na szereg nieprzewidzianych zdarzeń, emanować empatią a jednocześnie racjonalnym postrzeganiem aktualnej sytuacji. Tym bardziej satysfakcjonujący jest każdy uśmiech wolontariusza i stwierdzenie „ja już umiem to zrobić”, „ja wiem, co należy zrobić w tej sytuacji” i ten przełomowy moment, kiedy wolontariusz mówi: „ja mogę wprowadzić nową koleżankę, kolegę wolontariusza, bo ja już się na tym znam”. Wolontariusze z entuzjazmem mówią, jak wykorzystują zdobytą wiedzę i doświadczenie w naszej placówce w opiece nad starszymi osobami lub z niepełnosprawnością w rodzinie bądź w środowisku lokalnym.

Czy pomagając innym, pomagamy również sobie? Czy warto być wolontariuszem? Analizując moje wieloletnie

Mieszkanki naszego Domu są bardzo przywiązane do wolontariuszy, czekają na nich.

spostrzeżenia i historie moich jakże wspaniałych – do tej pory ponad stu – wolontariuszy, z całą stanowczością mogę stwierdzić, że TAK! Jednak aby nie być gołosłowną, pozwolę sobie przytoczyć wybrane fragmenty wypowiedzi wolontariuszek naszego Domu, zawierające ich odczucia, opinie, mó-



wiąc o tym, czym jest dla nich wolontariat w Domu Pomocy Społecznej w Poraju.

Oliwia: „Wolontariat ... z mojej perspektywy jest drugim światem. Magiczną krainą, różniącą się od świata, w którym żyjemy na co dzień.

Pracując wolontarystycznie z osobami z niepełnosprawnością trzeba być przygotowanym na szereg nieprzewidzianych zdarzeń, emanować empatią a jednocześnie racjonalnym postrzeganiem aktualnej sytuacji.

Miejscem, w którym jeden prosty gest działa jak magiczna różdżka, wywołując setki uśmiechów, o których trudno zapomnieć. Pamiętam każdy uśmiech, który pojawił się na twarzach Mieszkanek. ... Na wspomnienie tych uśmiechów, sama mam uśmiech na twarzy i cieszę się, że mogę nim obdarować Mieszkanek, które tak wiele mnie nauczyły”.

Sylwia: „Dla mnie wolontariat osobście jest czymś, w czym dobrze się czuję, wiem, że w tym środowisku jestem prawdziwą sobą i mogę siebie wyrażać, a przy tym pomóc także innym. Dodatkowo wolontariat jest dla mnie odskocznią od życia codziennego, dobrze spędzonym dniem...

Zawsze wracając do domu z tej formy spędzania czasu czuję się odstresowana i zadowolona, że mogłam sprawić uśmiech na twarzy innej osoby”.

Paulina: „Wolontariat jest dla mnie czymś wyjątkowym, gdyby kilka lat wcześniej ktoś powiedział mi, że będę komuś pomagać, to bym go wyśmiała. Natomiast nadszedł ten dzień, kiedy odwiedziły nas panie z DPS w szkole, wtedy uświadomiłam sobie, że problemy, które ja mam w życiu to ‘Pikuś’, a panie potrzebują wsparcia, serca i miłości... Większość z nich nie ma rodziny..., więc staram się robić wszystko, aby jednak czuły, że nie są same. Wolontariat daje mi poczucie wartości i żeby kochać to życie, które mam, a nie szukać problemów. ... Od sześciu lat, każdą wolną chwilę spędzam na myśleniu, co by tutaj zrobić, nagrać, aby Panie były szczęśliwe. Myślę, że gdyby nie wolontariat, to nie otworzyłabym się na ludzi”.

Weronika: „Wolontariat jest ogromnie ważną częścią mojego życia. Pozwala mi realizować cele a do tego jest nieskończoną kopalnią wiedzy praktycznej i teoretycznej na rozmaite tematy. Dzięki niemu znam swoje dobre strony, predyspozycje oraz wiem nad czym powinnam popracować. Wolontariat sprawia, że czuję się ważna i potrzebna. Uwielbiam poczucie, że za pomocą drobnych uczynków mo-



gę wywołać uśmiech na twarzy innej osoby, poprawić jej nastrój, zapewnić odskocznię od codzienności. Wolontariat zmienił sposób, w jaki postrzegam świat. Moje podopieczne nauczyły mnie doceniać każdy miły gest, przyjacielską rozmowę i obecność drugiego człowieka. Jestem bardzo wdzięczna, że mogę być częścią tak pięknego projektu, który nie dość, że niesie pomoc, to w dodatku jest dla mnie źródłem samospełnienia”.

Iga: „Wolontariat jest dla mnie pewnego rodzaju wyzwaniem. To spojrzenie na życie z całkiem nowej, nieznannej mi dotąd perspektywy. Jest to także oswojenie się z niepełnosprawnością oraz zrozumienie ludzi, którzy borykają się z różnymi deficytami. Z pewnością wolontariat daje mi wewnętrzną satysfakcję, ponieważ zanim do niego przystąpiłam, byłam pełna obaw. ... Dlaczego jestem wolontariuszką? – to dla mnie próba sprawdzenia moich sił w zderzeniu z rzeczywistością. Poza tym to chęć pomocy innym, słabszym i często pokrzywdzonym przez los”.

Paulina: „Wolontariat to przede wszystkim dla mnie chęć bezinteresownej pomocy, dzielenie się szczerem

Najpiękniejszą umiejętnością, którą zdobywają, to „bycie z drugim człowiekiem”.

uśmiechem i poświęcanie każdej wolnej chwili osobom, które tego potrzebują. Jest to budowanie relacji, przez które poznajemy potrzeby i zachowania drugiego człowieka. Dzięki byciu wolontariuszką poznałam wiele wspólnych osób, a także zdobyłam cenną wiedzę o życiu”.

Nie jestem przekonana, czy da się wyrazić słowami to, jak wiele wnosi wolontariat do życia naszych podopiecznych. Myślę, że nasi wspaniali wolontariusze też nie są do końca świadomi, jak wiele dobrego robią dla drugiego człowieka. Cieszy mnie fakt, że na wolontariacie zdobywają fachową wiedzę, cenne doświadczenie, uczą się pracy zespołowej, nawiązują nowe znajomości, odkrywają samych siebie i nabywają poczucia pewności oraz własnej wartości. Jednak najpiękniejszą umiejętnością, którą zdobywają, to „bycie z drugim człowiekiem” – umiejętność jakże ważną i cenną w dzisiejszych czasach. „Dobrze widzi się tylko sercem, najważniejsze jest niewidoczne dla oczu” („Mały Książę” – Antoine de Saint Exupery). Wolontariusze w Domu Pomocy Społecznej w Poraju potrafią „widzieć sercem”, a to najcenniejsze, co można podarować naszym Mieszkanekom i czego może nauczyć nas wolontariat.



Nowe oblicze Domu Pomocy Społecznej im. Św. Brata Alberta w Poraju

Marta Jagielska

Człowiek najwyższą wartością

Misja naszego domu – „Akceptacja i pomoc drogą do rozwoju osoby niepełnosprawnej” – jest priorytetem działania Domu Pomocy Społecznej dla dorosłych kobiet z niepełnosprawnością intelektualną w Poraju. Nasza placówka istnieje od 75 lat i od zawsze dobro naszych podopiecznych było naszym celem nadrzędnym. Fachową opieką otaczamy sto kobiet, których schorzeniem wiodącym jest niepełnosprawność intelektualna, często występująca w połączeniu z różnego rodzaju innymi dysfunkcjami fizycznymi, somatycznymi i psychicznymi. W celu zapewnienia naszym Mieszkankom opieki na optymalnym poziomie na przestrzeni lat stale rozbudowujemy i udoskonalamy ofertę opiekuńczą i terapeutyczną, wynikiem czego jest nie tylko poprawa warunków bytowych, ale też efektywnie prosperująca, stale rozwijana baza terapeutyczno-reha-

bilitacyjna. Dzięki znacznemu wsparciu organu prowadzącego – Prowincji Krakowskiej Zgromadzenia Sióstr Albertynek, a także wieloletniej, wytrwałej i ciężkiej pracy zarówno sióstr, jak i personelu świeckiego w sprawowaniu opieki nad kobietami z niepełnosprawnością, znajdujemy się w tym miejscu, w którym aktualnie jesteśmy.

Nasi darczyńcy – dziękujemy...

W przeciągu ostatnich kilku lat pomimo wielu napotykanych trudności i komplikującej podejmowane działania pandemii, nasza placówka nieustannie się rozwija. Zrealizowałyśmy kilka projektów, które znacząco wpłynęły na podniesienie poziomu jakości usług świadczonych na rzecz naszych

Opierając się na wieloletniej pracy z niepełnosprawnymi mamy świadomość ich niesamowitego potencjału artystycznego, umiejętności społecznych, empatii i ponadprzeciętnej wrażliwości.

podopiecznych. W ramach projektu dofinansowanego z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych wymieniona została betonowa nawierzchnia i kostka brukowa w całym ogrodzie, wykonano też

oświetlenie. Urządzony został ogródek zapachowy i kwiatowy. Z płyt chodnikowych ułożona została szachownica wyposażona w figury (sponsorowane przez osoby prywatne), z której mieszkanki korzystają w trakcie zajęć terapeutycznych w plenerze. Dofinansowano montaż windy osobowej oraz wykonano łazienki dla osób niepełnosprawnych. Prace budowlane i wykończeniowe realizowane na I i II piętrze

zaowocowały zwiększeniem ilości pokoi jedno- i dwuosobowych oraz łazienek dostosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych, w celu zapewnienia bezpieczeństwa i podniesienia komfortu jakości życia mieszkanki. Dotacja z Programu Rozwoju Organizacji Obywatelskich 1a projektu „Likwidujemy bariery – rozwijamy skrzydła” pozwoliła na wybudowanie i wykończenie łącznika pomię-





dzy budynkami, w celu swobodnego przemieszczania się Mieszkanek i personelu. Wyposażono nowy budynek w systemy przyzywowo-alarmowy i przeciwpożarowy. Przeprowadzono cykl szkoleń i warsztatów podnoszą-

Pragniemy przyczynić się do afirmacji istnienia osób niepełnosprawnych intelektualnie oraz promowania ich niepowtarzalności i godności.

cych kompetencje zawodowe personelu i wolontariuszy. Mieszkanki uczestniczyły w kilku modułach warsztatów tematycznych rozwijających ich talenty. Wyposażono salę terapeutyczno-szkoleniową oraz salę integracyjno-filmową, pomieszczenie wielofunkcyjne dla wolontariuszy. Przeprowadzone zostały prace wykończeniowe pokoi mieszkalnych, korytarza i łazienek dla naszych podopiecznych. Ogród stanowi bazę dla imprez integracyjnych, zajęć rekreacyjno-sportowych, odwiedzin mieszanek oraz spacerów i zajęć z wolontariuszami. Z otrzymanego wsparcia od Fundacji ORLEN – DAR SERCA w ramach programu „Moje miejsce na Ziemi” zostały zamontowane na terenie ogrodu pergole, pozwalające na swobodne i bezpieczne prowadzenie zajęć rekreacyjnych i plastycznych w terenie. Wzmacniają one potrzebę samorealizacji i pomagają

w podnoszeniu poczucia własnej wartości naszych podopiecznych. Organizowane są czasowe wystawy ich prac powstałych na terapii. Każdy odwiedzający ma do nich swobodny dostęp. Realizacja Programu Rozwoju Organizacji Obywatelskich 5 „Ogród pełen marzeń, bezpieczny i piękny” umożliwił nam zakup nowych mebli ogrodowych, zniszczonych przez wichurę i ulewę, dzięki którym Mieszkanki mające problemy z poruszaniem się mogą w pełni korzystać z uroków przebywania w plenerze. Nowy ogród przyczynił się do aktywizacji podopiecznych oraz uatrakcyjnienia oferty terapeutycznej i usług wolontarystycznych.



Zmieniamy się (rozwijamy się) dla naszych podopiecznych

Pomimo wieloletniego bogatego doświadczenia w opiece nad osobami z niepełnosprawnością nieustannie podejmujemy starania, aby rozwijać i udoskonalać nasze działania. W związku z przeżywanym przez nas w 2020 roku 75-leciem istnienia Domu zrodził się pomysł zorganizowania Dni Otwartych dla społeczności lokalnej, w celu promowania fachowej opieki nad osobami z niepełnosprawnością, podzielenia się wieloletnim doświadczeniem w tej dziedzinie oraz krzewieniem idei św. Brata Alberta dotyczących pracy z wykluczonymi społecznie i najbardziej potrzebującymi pomocy, zgodnie z charyzmatem Zgromadzenia Sióstr Albertynek. Niestety nasze plany pokrzyżował wybuch pandemii coronawirusa i musieliśmy na jakiś czas z nich zrezygnować. Jednak nie poddajemy się i aktualnie realizujemy trzyletni projekt pt. „Aktywni razem – na rzecz lepszego jutra”, finansowany z NOWEGO FIO – Funduszu Organizacji Obywatelskich. Poprzez wykonanie naszego przedsięwzięcia będziemy uświadamiać społeczeństwo lokalne i regionalne, szczególnie młodzież współpracującą z nami na zasadach wolontariatu, jak również seniorów oraz osoby korzystające z mediów spo-

łecznościowych, o potrzebie włączenia społecznego osób z niepełnosprawnością.

Pragniemy przyczynić się do afirmacji istnienia osób niepełnosprawnych intelektualnie oraz promowania ich niepowtarzalności i godności, w myśl słów Ojca Świętego Jana Pawła II, że „każde życie, nawet najmniej znaczące dla ludzi, ma wieczną wartość w oczach Boga”. Opierając się na wieloletniej pracy z niepełnosprawnymi mamy bowiem świadomość ich niesamowitego potencjału artystycznego, umiejętności społecznych, empatii i ponadprzeciętnej wrażliwości. Dlatego chcemy mówić o wartości każdego życia, także tego z niepełnosprawnością, oraz pokazywać jak najszerszemu gronu odbiorców twórczość osób niepełnosprawnych intelektualnie, działając w ten sposób na rzecz ich włączenia w życie społeczne i obywatelskie.

Priorytetem przy wyborze domu opieki jest profesjonalna i nienaganna opieka, rodzinna atmosfera oraz okazywanie pensjonariuszom serca.

Poprzez stronę internetową, media społecznościowe, kanał You Tube prezentujemy nasze długoletnie doświadczenia w pracy z podopiecznymi, dzielimy się swoją wiedzą i doświadczeniem. Jesteśmy otwarci również



na bezpośredni kontakt z osobami zainteresowanymi naszą działalnością. Planujemy uczyć osoby niepełnosprawne posługiwania się komputerem i innymi nowoczesnymi technologiami, a także bezpiecznego korzystania z telefonu i Internetu. Dzięki nabyciu odpowiednich kompetencji przez nasze podopieczne, media społecznościowe w sytuacji powtórnej izolacji będą mogły być swoistym „oknem na świat” i sposobem na podtrzymywanie relacji z rodzinami, wolontariuszami i innymi znaczącymi dla nich osobami. Pierwsze odosobnienie pokazało nam, jak bardzo istotna jest dla Mieszkanek, dla ich psychofizycznego funkcjonowania, możliwości podtrzymywania nabytych relacji w formie kontaktu on-line w razie zaistnienia takiej konieczności. Organizacja planowanego Zjazdu Rodzin będzie wsparciem Mieszkanek oraz ich bliskich, które dotkliwie przeżywają sam fakt rozłąki z nimi, co pogłębiła jeszcze trwająca ponad rok izolacja spowodowana przez pandemię Covid-19. Ponadto wspólnie z Fundacją PZU od maja tego roku realizujemy projekt „Pomagamy Osobom Niepełnosprawnym – Nowocześnie i Bezpiecznie.”

Każdego dnia, wszystko co robimy – robimy dla naszych podopiecznych. Jesteśmy tu dla nich i z nimi. Poczucie bezpieczeństwa, rozwój, podnoszący się komfort życia Mieszkanek są dla nas najważniejsze.

Wioletta Madejska

Marzenia czy realia? Dom pomocy społecznej na miarę XXI wieku

Domy pomocy społecznej to jedna z optymalnych form pomocy społecznej. Na przestrzeni lat tego typu placówki przeszły szereg zmian, które dotyczyły aspektów prawnych i organizacji wewnętrznej; zmieniło się również ich postrzeganie przez otoczenie zewnętrzne.

Patrząc z perspektywy mieszkańca czy też jego rodziny lub opiekuna prawnego, priorytetem przy wyborze domu opieki jest profesjonalna i nie-naganna opieka, rodzinna atmosfera oraz okazywanie pensjonariuszom serca. Kwestie drugorzędne stanowią dogodna lokalizacja, która umożliwia częste odwiedziny bliskiej osoby oraz rozbudowana oferta domu w postaci rehabilitacji ruchowej i terapii zajęciowej dla osób, której jej potrzebują, czy wreszcie towarzystwo innych pensjonariuszy o podobnych schorzeniach i problemach, tak by nie czuć się osobą samotną.

Natomiast patrząc od strony opiekuna w domu pomocy społecznej, to

Dom Pomocy Społecznej w Poraju jest potwierdzeniem, że przez ostatnie lata tego typu miejsca znacznie się rozwinęły i można je nazwać domami na miarę XXI wieku

zawód ten wymaga ogromu cierpliwości, spokoju, zaangażowania, odporności psychicznej oraz wrażliwości, które pobudzają do pomocy innym. W sytuacjach konfliktowych przeważnie za stronę ponoszącą winę uważa się opiekuna, a za stronę poszkodowaną mieszkańca, który często jest osobą słabą, niedołączoną i zagubioną. Tego typu sytuacje często są niewyjaśnione i wiele jest niedopowiedzeń, co działa na niekorzyść domów pomocy społecznej. Domniemywać można, że jest to wynik słabej psychiki opiekuna, co jest dowodem braku powołania zawodowego. Realia udowadniają, że niestety nie każda osoba ma predyspozycje do wykonywania zawodu opiekuna. Jednak nie powinniśmy patrzeć na wszystkich pracowników przez pryzmat niewykwalifikowanej, niezaangażowanej jednostki, gdyż nie jest to nagminne, a wręcz przeciwnie, tego typu nieprofesjonalne zachowania ze strony opiekunów należą do rzadkości. Współcześnie osobami pracującymi w domach opieki są przeważnie jednostki wykwalifikowane, z бага-

żem doświadczeń w pracy z osobami niepełnosprawnymi. Śmiało można powiedzieć, że ci pracownicy wypełniają pewnego rodzaju misję pomocy drugiemu człowiekowi. W dzisiejszych czasach domy opieki społecznej są na najwyższym poziomie pod względem kadr, które uczestniczą w licznych szkoleniach oraz kursach doszkolających, które pozwalają na nieustanny rozwój umiejętności oraz kwalifikacji.

Dom Pomocy Społecznej dla Dorosłych im. Św. Brata Alberta, prowadzony przez Zgromadzenie Sióstr Albertynek, znajduje się w malowniczej miejscowości Poraj, położonej przy zbiorniku wodnym na Warcie. W placówce zamieszkuje sto kobiet z różnorodnymi niepełnosprawnościami intelektualnymi, które mogą korzystać z różnych form terapii oraz z uroku ogrodu w formie relaksu, jak i zajęć na świeżym powietrzu. Dom posiada szereg form terapii zajęciowej i rehabilitacji, co niewątpliwie poprawia

Zawód opiekuna wymaga ogromu cierpliwości, spokoju, zaangażowania, odporności psychicznej oraz wrażliwości. Nie każda osoba ma predyspozycje do wykonywania zawodu opiekuna. Opiekunowie wypełniają pewnego rodzaju misję pomocy drugiemu człowiekowi.



sprawność fizyczną podopiecznych. Organizuje liczne wyjazdy, podczas których mieszkanki mogą się integrować z innymi, co powoduje, że nie czują się inne, odrzucone przez społeczeństwo. W wolnym czasie Panie mogą poświęcać się zajęciom artystycznym, takim jak malowanie obrazów, szydełkowanie, wyszywanie czy wytwarzanie przedmiotów z gliny. Wytwory z gliny są wypalane i malowane, co daje niesamowite efekty. Tworząc, podopieczne odczuwają satysfakcję z samodzielnej pracy. Uczestniczą w zajęciach arteterapii, poprzez zajęcia teatralne oraz taneczne. Mają również dostęp do biblioteki gminnej, z której chętnie korzystają. Mieszkanki są zapraszane na różnego rodzaju koncerty, konkursy, kiermasze, dzięki którym mogą zaprezentować wcześniej stworzone przez siebie dzieła. Relacje z tego typu

wydarzeń prezentowane są na stronie internetowej Domu oraz Facebooku. Pensjonariuszki nie tylko spełniają się artystycznie, ale również ochoczo uczestniczą w różnego rodzaju wydarzeniach sportowych, zdobywając nagrody i wyróżnienia. Rodziny, których bliscy znajdują się w domu pomocy, mają możliwość częstych odwiedzin, wzięcia ich na urlop czy spotkania rodzinne.

W dzisiejszych czasach domy pomocy społecznej to nowoczesne placówki z profesjonalnym sprzętem i wyspecjalizowaną kadrą pracowniczą. Pomimo że niektórym ludziom dom pomocy kojarzy się negatywnie, to myślę, że Dom Pomocy Społecznej w Poraju jest potwierdzeniem, że przez ostatnie lata tego typu miejsca znacznie się rozwinęły i można je nazwać domami na miarę XXI wieku.



„Trzymajmy się ... Miłości”



Jarek i Artur

W krótkim odstępie czasu zmarło w Krakowie dwóch mężczyzn, którym w różny sposób bliskie było sanktuarium *Ecce Homo*. Na pogrzebie Jarka (żył 52 lata) były setki ludzi, na pogrzebie Artura (47 lat) – kilka osób.

Jarek był liderem wspólnoty „namARKA” – ludzi, którzy wspierają się wzajemnie, spotykają na wspólnej Eucharystii i dzieleniu Słowem, całymi rodzinami jeżdżą razem na wakacje, pielgrzymują pieszo do Częstochowy. Dzieli się też dobrem z innymi. Jeszcze jako młodzież zaczęli pomagać osobom z Chrześcijańskiego Braterstwa Niepełnosprawnych, teraz jako ludzie

dojrzały, specjaliści w różnych dziedzinach, służą swym czasem, umiejętnościami i pieniędzmi wielu potrzebującym. To oni obiecali pomagać rodzącej się z trudem albertyńskiej Fundacji Po pierwsze CZŁOWIEK – i dotrzymują słowa.

Jarek wlewał swój zapał w każde dobre przedsięwzięcie. Z prostotą dziecka podpisywał swe maile zawołaniem: „Trzymajmy się... Miłości!”. Z prostotą dziecka i z wiarą w człowieka, i z wiarą w Boga, który w Jezusie stał się – jak lubił mówić – naszym Bratem i Panem. Umarł 3 grudnia 2022 roku, na rękach najbliższych, zwrócony w kierunku



Fotografia wykonana przez Artura

wiszącego nad jego łóżkiem obrazka „*Ecce Homo*”.

Przyjaciele Jarka przygotowują publikację wspomnień o nim. Jedno z nich mówi o fenomenie jego osobowości – w drugim człowieku obchodziło go dobro, nie zło. Kiedyś na organizowanej corocznie przez wspólnotę „namARKA” pielgrzymce Miłosierdzia (z sanktuarium św. Brata Alberta *Ecce Homo* do sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach) obok Jarka wędrował pośród innych Artur, mężczyzna od wielu lat bezdomny. Jarek miał kochającą rodzinę, dobry zawód, mnóstwo przyjaciół i pasji. Arturowi

nic w życiu nie wyszło. Jarek był dobroczyńcą Fundacji, Artur – przychodził korzystać z jej wsparcia. Ale Jarek idąc obok Artura nie musiał udawać, że „też jest tylko człowiekiem”. To nie było odgrywanie roli, ale prosta prawda – że nie jest od niego więcej wart, że przed Bogiem jest – tak jak i tamten – dzieckiem.

Gdy zmarł Artur (15 stycznia, w rocznicę założenia sióstr albertynek), okazało się, że jego pogrzeb jest zaplanowany na godzinę 9.00, a następny pogrzeb w tym samym miejscu będzie o godzinie 9.10 – czyli pochowanie Artura ma trwać niecałe dzie-



się minut. Udało się to zmienić i na cmentarz przyjechał ks. Marcin, salezjanin z sercem zawsze otwartym dla ubogich. Odprawił Mszę św. i pożegnaliśmy Artura w grupce bliskich osób, ze szczerą modlitwą, godnie.

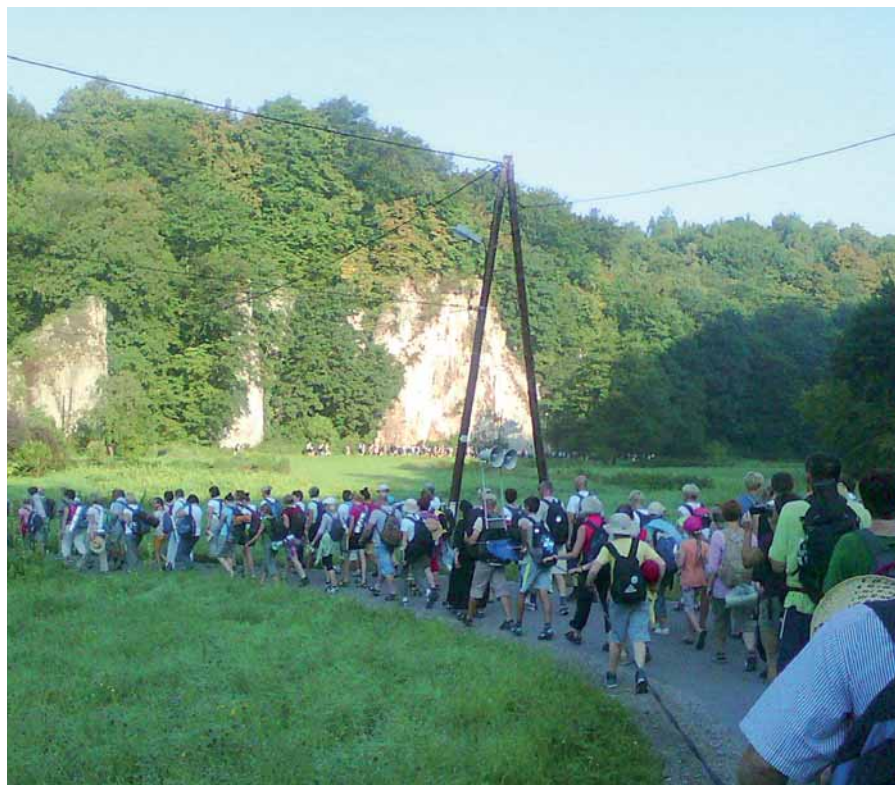
Piszę to wspomnienie, by w albertyńskiej pamięci został ślad wdzięczności dla Jarka, który wraz z przyjaciółmi tak wiele nam pomógł – nie tylko w Fundacji, ale też przy wspieraniu uchodźców z Ukrainy. I żeby został ślad po Arturze. A także po pochowanym

razem z nim nieznanym bezdomnym Leonie, w którego kilkuminutowym pogrzebie – tego już nie dało się zmienić – uczestniczyła tylko jedna osoba: pani z MOPS-u. Żeby Jarek mógł jeszcze raz „powiedzieć” to, co będąc wśród nas na ziemi mówił siłą swojej wiary: że Artur i Leon, i każdy człowiek jest wart naszego zaangażowania.

Trzymajmy się... Miłości.

s. Agnieszka, albertynka

Pielgrzymka (z Jarkiem) do Częstochowy; fot. s. Agnieszka



„Zło go nie interesowało”

O Jarku usłyszałam w 2010 r. w drodze do Częstochowy. Dołączył do nas któregoś dnia i miałam zaszczyt być mu zaprezentowaną: „Dobrze, że jesteś” – zobaczyłam w jego oczach i uśmiechu. Nie wiem, czy tak to powiedział, ale sens był taki. I mnie dobrze było przy nim być. Widział dobro w człowieku.

Z pielgrzymki na pielgrzymkę coraz bardziej stawał się jej przewodnikiem. W duecie z bp. Grzegorzem, a później z ks. Andrzejem, albo i bez nich, gdy spowiadali. Z głośnika słycać było nie tylko żarty i uwagi organizacyjne. Kiedy śpiewał lub wymawiał imię Jezus, było oczywiste, że to nie jest słowo puste, że mówi do Kogoś kogo zna i Kto jest mu bliski.

W ludziach widział dobro. Próbowalam nieraz go „napuścić”, żeby z czymś „zrobił porządek”, ale on nie gasił kaganka o nikłym płomyku i nie dawał słyszeć swe-

go głosu na rynku. Nie chciał, nie umiał walnąć pięścią w stół. Zło go nie interesowało. Widział dobro. Gdy przychodziłam z kolejnym pomysłem czy problemem, sama niepewna, czy to ma sens, następowała chwilka ciszy, a potem plewy odpadały i to, co było sensowne, jakoś cudownie się wcielało i rozmnażało. I on też mnie zachęcał i motywował do podejmowania wyzwań. Dzięki Jarkowi mogłam opowiedzieć w radio o swojej wierze. Bredziłam co prawda jak Piekarski na mękach, ale Jarek powtórzył moje zdanie w taki sposób, że nabierało sensu.

Nie umiem się modlić za Jarka; jestem pewna, że jest już z Jezusem, ze swoim Bratem, Przyjacielem i Panem. Jarek tym swoim przedwczesnym odejściem jakby nam utorował drogę na drugą stronę.

Krystyna

Rozeznąć i wybrać życie w pełni

Mk 10,17-22

Gdy wybierał się w drogę, przybiegł pewien człowiek i upadłszy przed Nim na kolana, pytał Go: Nauczycielu dobry, co mam czynić, aby osiągnąć życie wieczne?

Jezus mu rzekł: Czemu nazywasz Mnie dobrym? Nikt nie jest dobry, tylko sam Bóg.

Znasz przykazania: Nie zabijaj, nie cudzołóż, nie kradnij, nie zeznawaj fałszywie, nie oszukuj, czcij swego ojca i matkę.

On Mu rzekł: Nauczycielu, wszystkiego tego przestrzegałem od mojej młodości.

Wtedy Jezus spojrział z miłością na niego i rzekł mu: Jednego ci brakuje. Idź, sprzedaj wszystko, co masz, i rozdaj ubogim, a będziesz miał skarb w niebie. Potem przyjdź i chodź za Mną.

Lecz on spochmurniał na te słowa i odszedł zasmucony, miał bowiem wiele posiadłości.

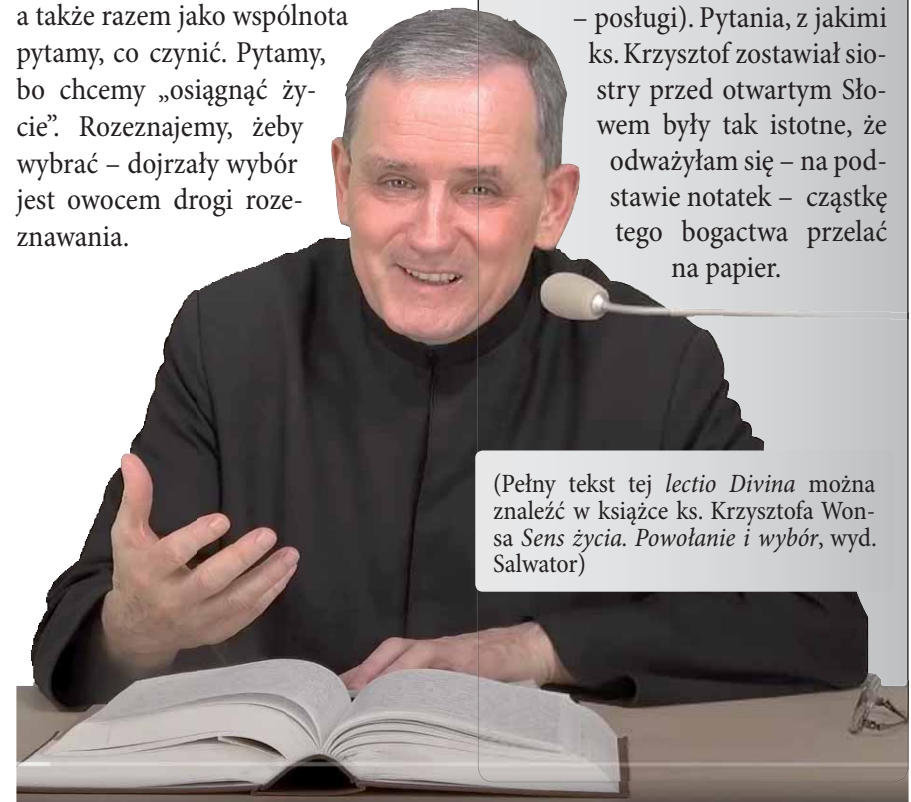
treść: ks. Krzysztof Wons
oprac.: s. Agnieszka Koteja

„Gdy wybierał się w drogę”.

**W jakim punkcie drogi jestem;
jak jest?**

Gdy wybieram się w drogę, jestem już w jakimś konkretnym punkcie życia i pytam: „Co mam czynić, Panie?”. Każda siostra pyta osobiście, a także razem jako wspólnota pytamy, co czynić. Pytamy, bo chcemy „osiągnąć życie”. Rozeznajemy, żeby wybrać – dojrzały wybór jest owocem drogi rozeznawania.

25 stycznia 2023 r. ks. Krzysztof Wons poprowadził w rytmie *lectio Divina* dzień skupienia przed kapitułą sióstr albertynek prowincji krakowskiej. Siostry czytały – medytowały – modliły się – kontemplowały słowa Ewangelii o człowieku, który pytał Jezusa, co ma czynić, by osiągnąć życie (Mk 10,17-22). Modliły się w kontekście kapituły, a więc wspólnego rozeznawania i podejmowania wyborów dotyczących życia albertyńskiego (charyzmatu – duchowości – wspólnoty – posługi). Pytania, z jakimi ks. Krzysztof zostawiał siostry przed otwartym Słowem były tak istotne, że odważyłam się – na podstawie notatek – częścią tego bogactwa przelać na papier.



(Pełny tekst tej *lectio Divina* można znaleźć w książce ks. Krzysztofa Wonsa *Sens życia. Powołanie i wybór*, wyd. Salvator)



Pan Bóg obiecuje w Apokalipsie: „Oto wszystko czynię nowe” (Ap 21,5). Bóg dotrzymuje obietnic. Chcemy Mu uwierzyć i wyjść ku temu, co nowe. Pytamy o nasze wybory... To z wyborów rodzi się nowość życia. Bóg stare py-

To z wyborów rodzi się nowość życia. Kiedy rezygnujemy z wybierania, uchodzi z nas życie.

tania może uczynić nowymi. Kiedy rezygnujemy z wybierania, uchodzi z nas życie, starzejemy się. Wybory to szansa na rozwój, na nowość życia. Abraham umarł nasycony, „syty życia” – bo on nigdy nie uciekał przed wyborami.

Człowiek z Ewangelii św. Marka przybiega ze swym pytaniem do Jezusa, bo ma pasję życia, jest pełen pragnień. A czy mi chce się żyć? Jak wygląda dojrzałość, świeżość mego entuzjazmu? Czy pytam o życie – w pełni?

Chcemy wybrać to, co jest ważne – na zawsze. Wybory pragmatyczne (korzystne tu i teraz) niekoniecznie niosą więcej życia. Pytamy o wybór tego, co ma sens – zawsze.

Świadcami rozmowy z człowiekiem, który przybiegł do Jezusa, są uczniowie. Oni przeszli już część drogi, mają za sobą ważne wybory: Piotr porzucił sieci i poszedł za Jezusem. Ale – patrząc na kontekst – jesteśmy nie na

początku, ale w drugiej połowie Markowej Ewangelii. Po etapie zachwytu Jezusem czyniącym cuda, przyszedł czas kryzysu – rozczarowania, zawodu, oporu, konfliktów, buntu. Uczniowie zaczynają być zmęczeni swoim powołaniem, w podążaniu za Mistrzem – zwalniają. Mieli wizję powodzeń, a więc zachowania własnych projektów na życie („chwilo, trwaj!”), a Jezus ma inną wizję niż oni. On kocha to, co ziemskie, ale się na tym nie zatrzymuje. Wykracza poza to, co doczesne. Zakłada straty – rezygnację z siebie, z własnych (dobrych!) poczynań. Trzeba je stracić, by zyskać *więcej*. Trzeba stracić to, co nie pozwala żyć w pełni – chodzi o coś zasadniczego.

Ścierają się różne wizje życia. (Święci kłócą się o królestwo Boże, o rzeczy wielkie – nie o siebie, nie o własne racje).

Niedługo przed rozmową z bogatym człowiekiem słyszymy rozmowę z Piotrem. On próbuje przeciągnąć Jezusa na swoją stronę, Jego imieniem podpisać własne pomysły („Piotr wziął Go na bok i zaczął Go upominać”. I wówczas słyszy: „wróć na swoje miejsce!” – Mk 8,32-33). Teraz, kiedy do Jezusa ktoś przybiega z pytaniem o życie i slychać, jak bardzo chce *więcej*, jak jest rozpalony w poszukiwaniu pełni, Piotr w tym człowieku widzi siebie. I on kiedyś, na początku drogi z Jezusem, taki był... A dziś? Co trzeba zrobić, żeby



uwolnić w sobie życie w pełni? Piotr rzucił sieci i jest z Jezusem... – Ale nie jest w pełni.

Dlatego Jezus mówi pytającemu: „odejdz – sprzedaj – rozdaj – przyjdź i chodź za Mną” (Mk 10, 21). Odejdz! Jezusowe Słowo ma moc, pozwala odejść od tego, co blokuje życie w pełni.

„Powstawszy, wybrał się stamtąd...”

Czy chcę iść dalej, czy chcę więcej, pełniej?

Jezus jest w drodze. Dziesiąty rozdział Ewangelii św. Marka rozpoczyna się słowami: „I stamtąd powstawszy [Jezus] przychodzi w granice Judei” (w.1 – w „surowym”, interlinearnym tłumaczeniu z greckiego oryginału). Rozmowa z bogatym człowiekiem zaczyna się od słów: „I kiedy wyruszał w drogę...” (w. 17), a niedługo po niej słyszymy: „Byli zaś w drodze wchodząc ku Jerozolimie” (w. 32). „Powstawszy...” – Jezus idzie z Kafarnaum w Galilei na południe, za Jordan. Z miejsca, które było mu domem, idzie do Jerozolimy, gdzie spotka Go śmierć. Jest to miejsce Jego ostatecznego wyboru.

Jezus opuszcza bezpieczną Galileę, bo jest „w sprawach Ojca”, i idzie ku pełni. Czy potrafię zostawiać? Czy nie poddaję się logice ciepłego gniazda? Logika ciepłego gniazda, logika spraw-

dzonych kolein: przywiązany do tego, co sprawdzone, nie umiem ryzykować nowych dróg, żeby tylko zachować poczucie bezpieczeństwa.

„Gdy wyszedł na drogę...” – mam być z Nim, wyjść na Jego drogę. Być z Nim – w drodze. Jaka to droga? Do Jerozolimy. Dla Jezusa ta droga śmierci okazała się drogą życia. Bo Jezus podarował siebie w pełni. Najbardziej zabiera życie, płąduje wewnątrz – nijakość, połowiczność. Nie da się iść naraz w dwóch kierunkach i nie da się stać w miejscu. Albo idziemy w kierunku życia, albo idziemy w kierunku śmierci. To ogromna pokusa myśleć, że jest pomiędzy nimi trzecia opcja.

Kto chce iść za Jezusem, musi dokonać wyboru. Jezus idzie do śmierci, ale po życie! Pytajmy ze św. Ignacym nie tylko o początek, ale też o środek i koniec tego, co wybieram – jakie owoce będą jutro? Wielka Noc – wielkie światło! Co jest moją Jerozolimą? I czy potrafię się na nią zgodzić? Gdzie trzeba stracić życie, aby je zyskać?

Trzeba stracić to, co nie pozwala żyć w pełni.

Jezus „wybrał się w drogę”. To bardzo ważne pytanie: czy drogę, którą idę, rzeczywiście wybrałem? Czy to jest *moja* droga, nawet jeśli jest bardzo trudna – czy też idę drogą, której



nie wybrałem, na którą w sercu się nie zgadzam?

Gdy Szaweł (Paweł) zobaczył Jezusa i nawrócił się, usłyszał od Ananiasza: „Dlaczego zwlekasz? Ochrcz się...” (Dz 22,16). Paweł spotkał Jezusa – wybrał kierunek – i idzie jak burza, nic go nie powstrzyma, nic go nie odciągnie z wybranej drogi.

Pod koniec dziesiątego rozdziału Ewangelii św. Marka apostołowie idą za Jezusem, ale spowalniają, jakby chcieli oddalić ten wybór („A kiedy byli w drodze, zdążając do Jerozolimy, Jezus wyprzedzał ich, tak że się dziwili; ci zaś, którzy szli za Nim, byli strwożeni. Wziął znowu Dwunastu i zaczął mówić im o tym, co miało Go spotkać” – M 10,32). Wielka pokusa – iść za Je-

Najbardziej zabiera życie, płąduje wewnętrznie – niejakość, połowiczność. Nie da się iść naraz w dwóch kierunkach.

zusem, ale na swoich warunkach. Droga Dwunastu: droga zdrady, ucieczki... pokory. A moja droga...?

Dwie obserwacje. Pierwsza: wybór może być pozorny, a nie rzeczywisty – to znaczy pełny, całkowity, bez połowiczności (jakie wybory, takie życie!). Połowiczność jest dzieckiem niezdecydowania, braku decyzji. Jest dzieckiem

kompromisu: ciągła próba takiego wybierania, by nic nie stracić, by zachować jedno i drugie. Życie okrakiem... Strach przed ryzykiem wejścia w głąb, niezgoda na wysiłek związany z wyborem – samooszukiwanie się.

Dokąd mnie doprowadziły moje wybory? Owoce wyborów wracają do nas. Czy bierzemy odpowiedzialność za nasze wybory?

Druga obserwacja. Uważajmy na cel: na tyle przejrzyste wybory, na ile przejrzysty cel. Czego naprawdę chcemy?

Człowiek, który rozmawiał z Jezusem, ma jasno określony cel. Przez swój styl życia zgodnego z przykazaniami Bożymi, jest przygotowany do podjęcia wyboru. Również Jezus wyrusza w drogę, która ma cel. Czy ja też mam cel? Czy jestem skonsolidowany, coraz mocniej scalony w swej tożsamości na drodze (albertyńskiego) charyzmatu?

Dramaturgia wyboru. Człowiek, który przybiegł do Jezusa (sam, twarzą w twarz!), „przypadł Mu do nóg” – pyta na klęcząco. Poziom jego pytań pokazuje poziom pragnień, oczekowań. Pyta o życie wieczne. Wieczne to znaczy: jakościowo inne, z sensem. Wieczne bez sensu byłoby tylko długim piekłem. Gdy życie nie ma celu ani sensu, gdy człowiek stoi w miejscu, doświadcza nudy. Ten, który przybiegł do Jezusa, jest pełen dynamiki, pasji, a sposób pytania pokazuje poziom je-



go wiary. Pyta, co ma czynić, ale w taki sposób, że pytane skupione jest na Jezusie. Wierzy, że w Jezusie jest moc sprawcza – nie tylko informacja, ale też moc. Pyta, co ma czynić, aby życie wieczne *odziedziczyć*. Wie, że to, co ma uczynić, ma swoją moc sprawczą w Bogu. Każda iskra życia jest w nas od Niego. Życie wieczne można *odziedziczyć*, nie można go (własnym staraniem) osiągnąć.

Powołanie jest z Boga, nie z nas. Nie jestem właścicielem powołania, nie mogę „robić z nim co chcę”. Ten człowiek przychodzi do Jezusa po życie – nie tylko po informację. Wierzy, że Jezus nie tylko zna odpowiedź, ale ma moc – wie, że Jezus „uczył jak Ten, co ma władzę” (Mk 1,22). Słyszał o Jego słowach, że to „nowa nauka z mocą” (Mk 1,27).

„Czemu nazywasz Mnie dobrym?”

Co oznacza: pójść dalej?

Człowiek z Ewangelii, wychowany w kulturze religijnej Prawa („wszystkiego tego przestrzegałem od młodości” – Mk 10,20), nie zamknął swoich pragnień, rozwinął je. Spontanicznie szuka nauczyciela. Nie musiało tak być. Jezus ostrzegwał: „Uważajcie na siebie, aby wasze serca nie były ociążałe wskutek obżarstwa, pijaństwa i trosk doczesnych” (Łk 21,34). Serce może

być ociążałe, utuczzone hedonizmem. Czym moje serce jest karmione na co dzień? Tym, co bardziej przyjemne, łatwe, wygodne...? Hedonizm powoduje, że potrzeby duchowe stają się coraz mniejsze – aż do zera. Gasną. A jaki poziom pragnień, taki poziom decyzji, wyborów.

*„Dlaczego Mi ufasz?”
Od dla-czego do dla-Kogo.*

Jakie pragnienia mam w sercu? Ku czemu – ku komu – zwraca się spontanicznie moje serce? Kogo się poradzę, gdy mam jakiś dylemat? Gdy coś nas przekracza, pytamy autorytetu. Albo, gdy szukamy tylko potwierdzenia swoich własnych odpowiedzi, idziemy do ludzi, którzy nam to potwierdzenie dadzą. Tamten człowiek przybiegł do Jezusa.

A Jezus uczy go słuchania. Czas pytań musi ustąpić czasowi słuchania. To Słowo ma nas przygotować na przyjęcie odpowiedzi, muszę wycofać swoje słowa. Jezus zadaje pytanie: „Czemu nazywasz Mnie dobrym?” (Mk 10, 18a). Jakby chciał wyhamować ten jego rozpęd, wyciszyć. Jakby chciał się przedrzeć przez burzę emocji i zejść głębiej, do źródeł jego decyzji.

Pan Jezus na pytanie odpowiada pytaniem, aby człowiek usłyszał siebie: coś ty właściwie powiedział, czy to



jest takie oczywiste? Przesuwa akcent – z tego, „co robić”, na Osobę, na relację z Jezusem: dlaczego Mi ufasz, czemu Mnie ubóstwiasz? Od dla-czego do dla-Kogo.

Misja (osoby, wspólnoty) wypływa z relacji z Jezusem. Jakość misji zależy od jakości tej relacji. Gdzie słabnie relacja miłości, tam wchodzi pokusa władzy. Im mniej miłości, tym więcej władzy. Jezus jest siłą naszego życia ewangelicznego.

Jaka relacja, takie słuchanie. Jakie słuchanie, takie rozeznawanie. Tam, gdzie rzeczy liczą się bardziej niż osoby – odchodzimy smutni.

„Nikt nie jest dobry, tylko Bóg Jedyny” (Mk 10,18b). Chcemy pomagać ludziom spotkać Pana Boga, który jest dobry. Jeśli stracą wiarę, że jest dobry, przestaną Go słuchać! Pozostanie im powinność i lęk. Nikt nie będzie słuchał i nie pójdzie za Bogiem, który nie jest dobry.

Gdzie słabnie relacja miłości, tam wchodzi pokusa władzy.

„Znasz przykazania” (Mk 10,19). Nie ma dobrych wyborów bez uporządkowanego fundamentu Dekalogu. Jezus mówi: doświadczyłeś, że przykazania Boga dają życie – dlatego, że są relacją z Osobą. Nie są martwą literą,

ale Słowem życia. Nie wolno oddzielać przykazania od Osoby! Nie da się doświadczyć, że przykazania są dla mnie dobre – bez relacji do Osoby, która pragnie dla mnie życia i dobra, która jest Bogiem łaskawym i miłosiernym.

„Jezus spojrział z miłością”.

Widzieć oczami Jezusa

Przyjęcie Jezusowego patrzenia na rzeczywistość to kontemplacja (por. Benedykt XVI, VD 87). Domaga się ona nawrócenia. Nawrócenie to nie tylko zmiana myślenia, ale też widzenia. Chodzi o to, by nie tylko spoglądać oczami Jezusa, ale też by patrzeć od Jego strony.

„Odejdź” (Mk 10,21). Pan Jezus poznaje prawość człowieka, który przyszedł do Niego. Widzi, że w jego sercu są pasje, które trzeba uruchomić – ale też uwolnić od serdecznych przywiązań. Dopóki się od nich nie uwolni, ma serce podzielone. Jezus mówi: odejdź – wróć do siebie, do swoich posiadłości – i pożegnaj się z nimi. Dopiero wtedy odkryjesz, że masz skarb w Niebie.

„Jednego ci brakuje”. Słyszymy tu dwa przesłania. Pierwsze: brakuje ci tylko *jednego*, jednej decyzji. Drugie: tego jednego ci *brakuje*. Kiedy już pożegnasz się ze swymi posiadłościami – dla Mnie, dopiero doświadczysz, czego naprawdę potrzebujesz. Jest niedo-



statek, który musisz przeżyć. Jak długo będziesz miał te posiadłości przy sobie, tak długo nie będzie ci brakowało tego, czego naprawdę ci brakuje, czego ostatecznie pragniesz. Masz, to znaczy trzymasz w ręku. Dopóki nie puścisz, nie otrzymasz.

„Idź”. Jezus proponuje nowy styl życia: „rozdaj”. Rozdać to znaczy oddać wszystko i na zawsze, bez możliwości zwrotu. Rozdać ubogim to ofiarować dar – ubodzy będą żyli dzięki tobie. Jezus mówi: uwolnij swój życiowy potencjał. Rezygnację zamień w dar. Wyrzeczenie rzeczy jest konsekwencją decyzji: chcę być z Nim. Tylko wtedy otwieram się na pełnię życia.

Jezus proponuje rozstać się ze swymi zabezpieczeniami. Porzucić swoje gwarancje, aby doświadczyć, że Bóg gwarantuje jeszcze więcej i na zawsze. Chodzenie po wodzie...

Bogatemu człowiekowi posiadłości gwarantowały sukces, powodzenie, niezależność, znajomości, pozycję, bycie ważnym, wartościowym, lepszym od innych... To są rzeczywiście przywiązania.

Jezus pomaga je zdemaskować. Uzależnienia wewnętrzne pokazują niezaspokojoną potrzebę miłości, przynależności do kogoś, kto kocha. Deficyt czyni mnie żebrakiem. Brakuje mi, więc chcę mieć. Wciąż muszę coraz więcej zdobywać, gromadzić, kupować, zjadać... Jezus mówi: „więcej szczęś-

cia jest w dawaniu aniżeli w braniu” (Dz 20,35), ale deficyt nie pozwala w to uwierzyć. Człowiek chce mieć, ale nigdy nie ma wystarczająco wiele, by zaspokoić swe pragnienia, dlatego nawet

Rozdać to znaczy oddać wszystko i na zawsze, bez możliwości zwrotu. Rezygnację zamień w dar.

nie potrafi się ucieszyć tym, co dostaje. Nie potrafi przyjąć miłości Jezusa. Odchodzi smutny.

Wybór oparty na takim zebraniu jest kruchy. Trzeba zdemaskować swoje deficyty. Jezusowe „idź” pomaga zobaczyć relację do własnych posiadłości, żeby zyskać przejrzystość serca i uwolnić swe najprawdziwsze pragnienia.

Co moje posiadłości mówią o mnie? Co bym stracił, tracąc je? Lęk przed traceniem zabiera nam wolność.

Jezus mówi najpierw „odejdź” (i sprzedaj, rozdaj...), a potem: „przyjdź”. Można też to wyrazić słowami: „chodźże”, „odwagi!”. To jest to samo Słowo, które usłyszeli pierwsi uczniowie. To samo Słowo, które Łazarza wyprowadziło z grobu.

Zmartwychwstały Pan wyprowadza nas z miejsca śmierci. „Bo kto chce zachować swoje życie, straci je; a kto straci swe życie z powodu Mnie i Ewangelii, zachowa je” (Mk 8,35).

Dobra pani Ludwika

s. Magdalena Wronicz

Niepozorna biała kartka ze szkicownika artysty. Charakterystyczny ciepły odcień, jak filtr minionych lat, zdradza leciwość papieru. Niewielki arkusz wypełnia fragment wnętrza z lekko naszkicowaną postacią. To ważna osoba: pani Ludwika Siemieńska, w długiej sukni, o równo układających się falbanach. Siedzi niemal na wprost widza. Jest już osobą niemłodą, lecz jeszcze silną. Jej czarne oczy, jak małe węgielki, zdradzają intensywne skupienie. Chciwie chłonie treść krótkiego listu. Ten mały bilecik zdaje się przysłaniać jej całą resztę świata. Nie widzi nas. Adam – autor szkicu – może spokojnie obserwować. Jednak rysunek jest oszczędny, linie kreślone energicznym ruchem. Zapewne niewielkie rozmiary krótkiej korespondencji nie pozwalają dłużej patrzeć i pozostać bezkarnym. Pani Ludwika, choć tak pobieżnie zarysowana, prezentuje się jednak na rzeczonym papierze w bardzo przekonujący sposób. Jej rysy nie spełniają współczesnych wymogów kobiecej urody, jednak z żywego spojrzenia,

dość pulchnych policzków, bardzo zwyczajnego nosa i lekkiego uśmiechu bije pełne prostoty ciepło. Otwartość, bezpośredniość i cała szlachetność jej serca prześwitują jasnym blaskiem między śladami ołówka. Adam nie musi zbyt długo obserwować; tylekroć na nią patrzył. Stała się dlań niemal drugą matką. Sama straciła syna, który, jak ten młody malarz, przystąpił do Powstania 1863 roku. Tym bardziej jest dla niej obiektem wielkiej troski. Ona jest dla niego autorytetem i wsparciem. Często zdumiewał się jej zdrowym rozsądkiem, głęboką mądrością i trafnością oceny sytuacji. Niejednokrotnie znajdował u niej odpowiedź na nurtujące go wątpliwości. Kiedyś zapytał, skąd czerpie tę wiedzę. Zapamiętał zaskakująco prostą odpowiedź: „z Katechizmu”. Stała się dla niego powierniczką i protektorką. Jej zabiegom zawdzięczał także stypendium hrabiego Dzieduszyckiego na wymarzone studia artystyczne w Monachium. Różańcowi rzuconemu przez nią na wirujący dębowy stół – uchronienie od dalszego



Portret p. Siemieńskiej

rys. Adam Chmielowski – św. Brat Albert
Ołówek, papier 21,6 x 14,5 cm, MN w Warszawie
(źródło: katalog wystawy: E. Charazińska, *Adam Chmielowski – św. Brat Albert*, Kraków 1995, s. 87)



udziału w seansach spirytystycznych.

Pani Ludwika odłożyła liścik. Jest jeszcze nasycona jego treścią – zapewne nadawcą jest ktoś jej bliski i ważny. Wstała, a falbanki, oplatające nadgarstki na końcu długich bufiastych rękawów, nieznacznie drgnęły. Zaszleściły fałdy obszernej sukni. Pani domu podejmuje obowiązki związane z przyjmowaniem gości. Adam śpiesznie zaznacza jeszcze w zarysie fragment wnętrza. Już go z tego znają – nie rozstaje się ze szkicownikiem. Malarz zawsze powinien mieć go przy sobie. Te codzienne okazje pozwalają mu doskonalić warsztat. Pewnie nie myśli jeszcze o tym, że właśnie dokumentuje nieodwołalnie przemijającą historię...

Zwróćmy jeszcze uwagę na napis przy dolnej krawędzi. To krótki podpis, jednak sporządzony nie przez autora rysunku. Świadczy o tym charakter pisma, różny od Adamowego. To właśnie z tych kilku słów dowiadujemy się, że prezentowana osoba to „Ludwika z hr. Potockich Lucjanowa Siemieńska”, a okoliczności czasowo-przestrzenne, to „rok 1887 Kraków”. Jest to więc praca nie z początków znajomości, kiedy to przyjechał do grodu pod Wawelem w roku 1869, lecz wykonana kilkanaście lat później – lat obfitych w głęboko kształtujące go doświadczenia. Jest to rok odnalezienia swojego miejsca w życiu. Między pierwszymi odwiedzinami a tymi, kiedy na papierze powsta-

ła podobizna Ludwiki Lucjanowej Siemieńskiej, wiele się wydarzyło: studia w Monachium, serdeczne przyjaźnie „Sztabu” i tragiczna śmierć Maksa, pobyt w Warszawie i we Lwowie, nowicjat u jezuitów i nieudane leczenie w szpitalu psychiatrycznym. Szczególnie ważnym było jednak doświadczenie Bożego Miłosierdzia w sakramencie spowiedzi u księdza Leopolda Pogorzelskiego. Później fascynacja tercjarstwem św. Franciszka i w konsekwencji wyjazd z Podola (pod groźbą zsyłki na Sybir). Teraz znów jest w Krakowie i pomaga tutejszym „opuchlakom”.

W życiorysie pani Ludwiki trzeba wspomnieć śmierć męża i dziesięcioletnie już wdowieństwo. Jeszcze nie wie, że ma przed sobą ostatnie trzy lata życia.

Wróćmy do szkicu. Czyż to nie zdumiewające, że ten wątyły kawałek papieru przetrwał, a na nim to żywe spojrzenie dobrej pani Ludwiki? Przetwał i przeżył ich oboje. Teraz papier jest świadkiem – życia i dobra, które bardziej jeszcze niż ten postarzały arkusik, oddziałuje i trwa: dziedzictwo i owoc miłości, jaką dali drugiemu człowiekowi.

Świadectwa z rekolekcji u sióstr albertynek

Rekolekcje jest to dla mnie szczególnie i bardzo wyjątkowy czas. Czas, w którym mogę się zatrzymać, odebrać od codziennego życia, pośpiechu oraz różnych trudności. Czas, kiedy mogę jeszcze bardziej przybliżyć się do Pana Jezusa. Także jest to dla mnie czas refleksji nad sobą oraz nad swoim postępowaniem, życiem. Z pewnością jest to czas, w którym umacnia się moja wiara i nadzieja. Wyjątkowe w reko-

lekcjach jest to, że są to też spotkania z ludźmi, którzy wyznają podobne wartości, co jest piękne i umacniające według mnie. Ale przede wszystkim jest to czas spędzony z Panem Jezusem. Czas spędzony na modlitwie, adoracji, eucharystii, rozmowie z Nim. Jest mi ten czas bardzo potrzebny, abym przez rutynę codziennego życia nie zatraciła relacji, która jest dla mnie najcenniejsza – relacji z Panem Jezusem.

studentka 23 lata





Pierwszy raz na dni skupienia przyjechałam przez przypadek. Zastąpiłam moją koleżankę, która się rozchorowała. Myślałam, że będzie to jednorazowy pobyt u Sióstr Albertynek w Krakowie, a tymczasem przyjeżdżam regularnie na dni skupienia.

Skupienia są dla mnie takim momentem wyrwania się z codziennych zajęć i obowiązków. W trakcie ich trwania mam czas, aby się zatrzymać i pomyśleć nad swoim życiem. Każde skupienie przeżywam inaczej, mimo tego, że plan dnia jest podobny, ale różni się tematem. Uwielbiam tu przyjeżdżać, by na nowo zaczerpnąć ze ŹRÓDŁA. Niewątpliwie okazją do tego jest uczestniczenie w Eucharystii, rozważanie Słowa Bożego, Adoracja Najświętszego Sakramentu, czy słuchanie głoszonych konferencji. Tutaj ładuję swoje duchowe „akumulatory”. Bardzo lubię ciszę, która pozwala mi zejść

w głąb swojego serca, zobaczyć, co się w nim kryje. Na co dzień towarzyszy mi wiele dźwięków i bodźców, trudno usłyszeć, co w duszy gra. A Pan Bóg mówi w ciszy.

Ważnym punktem w ciągu dnia skupienia jest dla mnie możliwość rozmowy z Siostrą. W trakcie modlitwy rodzą się we mnie różne pytania, czy wątpliwości, które mogę przedyskutować z Siostrą. Czasami są to trudne rozmowy, ale bardzo wartościowe. Dni skupienia to także czas budowania relacji z drugim człowiekiem, we wspólnocie. Spędzając razem czas możemy odkrywać swoje talenty, zdolności, jakimi zostałyśmy obdarowane przez Pana Boga. Spotykam osoby, dla których relacja z Jezusem jest również ważna, jak dla mnie. Dziękując się doświadczeniem przeżywania wiary, wzajemnie się umacniamy i ubogacamy.

Sandra



JEŚLI CHCESZ

17-21 lipca
REKOLEKCJE
POWOŁANIOWE
W PUSTELNI
ZAKOPANE - KALATÓWKI

KONTAKT · ZAPISY · SZCZEGÓŁY
S. SCHOLASTYKA 664 047 704
spotkania@otworzserce.pl



Na nast. stronie – twórczość mieszkanek Domu Pomocy Społecznej, prowadzonego przez siostry albertynki w Poraju (o tym na s. 100).

1. *Kraków*, mal. Barbara Łozowska, tempera
2. *Lato*, Krystyna Lenarczyk†, haft krzyżykowy
3. *Jesienne dary*, mal. Ewa Cisłowska, akwarela

