

# BONIFRATRY

w służbie chorym





# Spis treści

|    |                                                                           |
|----|---------------------------------------------------------------------------|
| 3  | Od redakcji                                                               |
| 4  | Światowy Dzień Życia Konsekrowanego<br>BR. JESÚS ETAYO                    |
| 4  | Rok Powołań do Szpitalnictwa<br>BR. EUGENIUSZ KRET                        |
| 5  | Europejska Nagroda Obywatelska 2014                                       |
| 6  | Powstanie Prowincji Dobrego Pasterza                                      |
| 7  | Ostatnie pożegnanie                                                       |
| 8  | Tu „miłość zwycięża cierpienie”<br>ANNA SKOPIŃSKA                         |
| 10 | Szpital bonifratrów to dar dla Łodzi<br>ANNA SKOPIŃSKA                    |
| 11 | Maraton – przebiec czy pokonać<br>ALEKSANDRA ORMAN                        |
| 14 | Tylko miłość...<br>O. LEON KNABIT OSB                                     |
| 16 | Z klasztornych Archiwów<br>– Muzyka i dobro<br>KAMIL CZECHURA             |
| 17 | Nowości Bonifraterskiego Laboratorium<br>ALEKSANDRA ORMAN                 |
| 18 | Dieta Alleluja<br>BR. BŁAŻEJ KOZŁOWSKI                                    |
| 20 | Dobre rady brata Marcina<br>ALEKSANDRA ORMAN                              |
| 22 | I Konferencja Ziołolecznictwa Zakonu<br>Bonifratrów<br>MARCIN FIEDOROWICZ |
| 22 | Certyfikat Systemu Produkt Lokalny<br>z Małopolski<br>MATEUSZ KOPTA       |
| 23 | XXIII Światowy Dzień Chorego                                              |
| 23 | Iwonicz<br>JOANNA STANISZ                                                 |
| 23 | Łódź                                                                      |
| 24 | Kraków<br>ALICJA HOMEL                                                    |
| 25 | Zebrzydowice<br>ARTUR WOJDALSKI                                           |
| 26 | Powołaniowe Dni Skupienia<br>BR. TYMOTEUSZ HOŁOZUBIEC                     |
| 27 | Uroczystości odpustowe w Iwoniczu<br>JOANNA STANISZ                       |
| 28 | Ciekawostki żywieniowe<br>RENATA MIKOŁAJEK                                |
| 30 | Książki na wiosnę                                                         |



## Liptowska Pieta

Z tkliwością podtrzymujesz  
Osuwające Ci się z kolan wiotkie ciało  
martwego Syna.  
A więc dokonało się –  
Dokładnie tak, jak przepowiedział.  
Wobec Tajemnicy Krzyża  
W zmartwiałym Matczynym sercu  
Została już tylko pokora  
Tajemnicy Zwiastowania.

Anna Jawor

Wydaje: Prowincja Polska Zakonu Szpitalnego Św. Jana Bożego  
p.w. Zwiastowania Najświętszej Maryi Panny – Fate Bene Fratelli  
31-066 Kraków, ul. Krakowska 48

Redaguje zespół:  
br. Eugeniusz Kret, Aleksandra Orman (redaktor prowadzący),  
br. Błażej Kozłowski, Marek Krobicki, br. Łukasz Dmowski  
br. Jan z Dukli Ścieranka, Grzegorz Waberski

Adres: Bonifratrzy w służbie chorym  
31-066 Kraków, ul. Krakowska 48

Fot. na okładce: Miniatura z rękopisu (pocz. XVI w.) z Klasztoru Sióstr  
Norbertanek w Krakowie, fot. Stanisław Michta

Skład: Pracownia Słowa

Nakład: 3300 egz.

# Od redakcji

*Obecny rok ogłoszony w Kościele katolickim jako Rok Życia Konsekwowanego, a zarazem przez Kapitułę Generalną Zakonu obrany Rokiem Powołań do Szpitalnictwa jest dla braci bonifratrów rokiem szczególnego zobowiązania. O tym, jak bardzo potrzebny światu jest ich charyzmat, ich obecność, ich posługa, najlepiej zaświadczyć może przyznana przez Parlament Europejski Zakonowi Szpitalnemu Św. Jana Bożego Europejska Nagroda Obywatelska, która jest nie tylko wyróżnieniem, ale także – a może nawet przede wszystkim – zobowiązaniem.*

*Tak właśnie – jako zobowiązanie – traktują swą obecność w Łodzi bracia bonifratrzy, którzy w patronalne święto Założyciela, św. Jana Bożego, obchodzili 15-lecie powrotu Szpitala do Zakonu. A że zobowiązanie to starają się wypełniać jak najlepiej, świadczą – wcale nie kurtuazyjne słowa łódzkiego metropolity ks. abp. Marka Jędraszewskiego, że Szpital Bonifratrów to dar dla Łodzi. To także chyba nie przypadek, że prezesem spółki zarządzającej Szpitalem jest Paweł Paczkowski – maratończyk, dla którego bieganie stało się sposobem na życie w najszlachetniejszym tych słów znaczeniu. Właśnie pan Paweł Paczkowski jest gościem tego numeru kwartalnika.*

*Niezawodny przyjaciel o. Leon Knabit wielkopostnie przypomina o życiu w prawdzie, która jest dla człowieka największą wartością. Czy na kolejny raz przeżywaną Tajemnicę Paschalną potrafimy odpowiedzieć nawróceniem i pełną wiary modlitwą?*

*Z radością odnotowujemy kontynuowanie wrocławskich wieści „Z bonifraterskich Archiwów”, które tym razem przynoszą wiadomości muzyczne. A ponadto o aktualnej na wiosnę diecie Alleluja pisze br. Błażej Kozłowski, dobrych rad jak zwykle udziela br. Marcin M. Cegła, o świętowaniu zaś kolejnego Dnia Chorego – z modlitwą, ale i z radosną nadzieją – donoszą nam z kilku bonifraterskich placówek. Nie możemy też nie pochwalić się uzyskaniem Certyfikatu „Produkt Lokalny z Małopolski”, co także jest nie tylko wielką bonifraterską szansą, ale i zobowiązaniem.*

*Z okazji nadchodzących Świąt Zmartwychwstania Pańskiego całej polskiej Rodzinie Bonifraterskiej, a także Pacjentom, Podopiecznym i ich Rodzinom życzymy pojednania, Bożej miłości i nadziei – po Wielkopiątkowym smutku zawsze przecież przychodzi radość Wielkiej Niedzieli!*





# Światowy Dzień 2 lutego 2015 Życia Konsekrowanego

*Oczekuję, że „przebudzicie świat”, bo cechą charakteryzującą życie konsekrowane jest prorocstwo (...) Radykalizm ewangeliczny nie jest tylko cechą zakonników: jest wymagany od wszystkich. Ale zakonnicy idą za Panem w sposób szczególnie, w sposób prorocki. To jest obecnie najważniejszy priorytet: «Bycie prorokami, którzy świadczą, jak Jezus żył na tej ziemi... Nigdy zakonnik nie powinien wyrzec się prorocstwa.»*

List Apostolski Ojca Świętego Franciszka

do wszystkich osób konsekrowanych z okazji Roku Życia Konsekrowanego, listopad 2014

Jeśli zostaliśmy wezwani do *obudzenia świata*, musimy najpierw *sami się obudzić*. Często bowiem popadamy w odrętwienie i czujemy się zdezorientowani, co niesie za sobą niebezpieczeństwo, że nasza podstawowa misja obudzenia świata pozostanie niezrealizowana i w rezultacie ci, którzy powinni się obudzić, nie będą mogli tego uczynić, nie zdążą na wiele pociągów, autobusów i samolotów swojego życia.

Sądzę, że jest to głównym wezwaniem, kierowanym do nas przez

Boga w Roku Życia Konsekrowanego oraz Roku Powołań do Szpitalnictwa: obudzić się, aby móc obudzić świat, aby być jego prorokami.

(...) To jest wezwanie i zaproszenie, jakie chcę do Was skierować w ramach Światowego Dnia Życia Konsekrowanego. Wykorzystajmy tę okazję. Witalność życia konsekrowanego ogólnie, a naszego Zakonu w szczególności, w pewnej mierze zależy od nas samych, od tego, jakiej odpowiedzi będziemy umieli udzielić i od wierności, z jaką będziemy potrafili żyć.

Niech Bóg obdarzy nas łaską, abyśmy pozostawali czujni i mogli być Jego prorokami szpitalnictwa pośród świata, tak jak to z narażeniem życia czynili i czynią nasi bracia i współpracownicy w Liberii i Sierra Leone, gdzie osiemnastu z nich zmarło.

Zjednoczeni w Panu i w św. Janie Bożym przesyłam braterskie pozdrowienia

**Br. Jesús Etayo**  
Przełożony Generalny



## Drodzy Bracia i Współpracownicy!

Kapituła Generalna z Fatimy obrała rok 2015 rokiem szczególnej modlitwy o powołania do Zakonu Szpitalnego. Rozpocznie się on w dniu wspomnienia nawrócenia naszego Ojca Jana Bożego – 20 stycznia 2015 r.

Hasłem przewodnim tego szczególnego okresu jest:

„Przyłącz się do szpitalnictwa!”

W języku polskim słowo szpitalnictwo kojarzy się „medycznie”, jednak jak wiemy, pochodzi ono od łacińskiego „hospitalitas” i oznacza gościnność, otwartość, bliskość i wrażliwość na drugiego człowieka.

Odkrywając głębię ślubu szpitalnictwa, odnajdujemy Chrystusa pochylającego się nad potrzebują-

cym. Zachęca On nas do budowania relacji, do tego, by wsłuchując się w nauczanie świętego Jana Pawła II, bardziej być niż mieć. Szpitalnictwo jest źródłem prawdziwego – bo opartego na Bogu – szczęścia.

Życzę, więc nam wszystkim, by Rok Powołań do Szpitalnictwa był dla nas szansą na ponowne odkrycie piękna i głębi naszego powołania. Ufam, że nie będzie to formalne wypełnianie zaleceń Kurii Generalnej czy Zarządu Prowincji, ale okazja do tego, aby odkrywać na nowo i dzielić się z innymi radością, jaką daje służba potrzebującym. (...)

Rok Powołań do Szpitalnictwa szczęśliwie przeżywany jest w ogłoszonym w Kościele Roku Życia

Konsekrowanego. Dla nas, Braci, jest to więc podwójna okazja i zobowiązanie, by zastanowić się, jak wypełniamy rady ewangeliczne. (...) Uczynimy wszystko, by przeżywany rok Powołań do Szpitalnictwa był dla nas wszystkich rokiem radosnego przeżywania naszego powołania i radosnego dzielenia się wiarą w Boga, który stał się naszym ubogim bratem.

Polecając Was wszystkich i całą Prowincję opiece Matki Bożej, proszę również o Waszą stałą pamięć modlitewną.

Kraków, 16 stycznia

**Br. Eugeniusz Kret**  
Prowincjał



# Europejska Nagroda Obywatelska 2014

dla **Bonifratrów**



Europejska Nagroda Obywatelska ustanowiona została przez Parlament Europejski w 2008 roku dla uhonorowania osób oraz instytucji za szczególne osiągnięcia w następujących dziedzinach:

- promowanie lepszego wzajemnego zrozumienia i ściślejszej integracji między obywatelami a państwami członkowskimi,
- ułatwianie transgranicznej lub ponadnarodowej współpracy w ramach Unii Europejskiej,
- codzienna aktywność dająca konkretny wyraz wartościom wynikającym z Karty Praw Podstawowych Unii Europejskiej.

Laureatami tego wyróżnienia mogą być obywatele, grupy, stowa-

rzyszenia oraz organizacje. Każdy deputowany PE ma prawo do nominowania jednego kandydata rocznie. Organem uprawnionym do przyznania nagrody jest 9-osobowa Kapituła, funkcję kanclerza pełni przewodniczący Parlamentu Europejskiego.

Jednym z laureatów Europejskiej Nagrody Obywatelskiej 2014 został Zakon Szpitalny św. Jana Bożego. Obradująca w Brukseli Kapituła przyjęła i w pełni zaakceptowała propozycję zgłoszoną przez hiszpańskiego europosła Gabriela Mato, który uzasadniając swój wybór powiedział: „Wartości wyznawane przez Unię Europejską, tj. poszanowanie godności wszystkich ludzi, wolność, równość i szacunek dla praw człowieka, są również podstawą działalności Zakonu Szpitalnego św. Jana Bożego, który dąży do humanizacji, solidarności i wspierania osób najbardziej potrzebujących”.

Wraz z naszym Zakonem Nagrodę otrzymały także organizacje i poszczególni obywatele z 19 państw członkowskich Unii Europejskiej. Wśród odznaczonych znaleźli się też Polacy – Fundacja Barka, prof. nauk politycznych Anna Wolff-Powęska oraz dziennikarz i wykładowca akademicki dr Bartłomiej Zapala.

Oficjalna ceremonia wręczenia Europejskiej Nagrody Obywatelskiej odbyła się 25 lutego 2015 w Brukseli. W uroczystości udział wzięli wszyscy laureaci. Przełożonemu Ge-

neralnemu Zakonowi Szpitalnemu Św. Jana Bożego Jesusowi Etayo, który odebrał Nagrodę, towarzyszyli podczas ceremonii: br. Rudolf Knopp, Radny Generalny odpowiedzialny za Region Europy, Radny Generalny br. Giampietro Luzzato oraz dyrektor europejskiego biura Zakonu „Hospitality Europe” pan Carlo Galasso.

Za [www.bonifratrzy.pl](http://www.bonifratrzy.pl)



Więcej informacji o Zakonie Szpitalnym Św. Jana Bożego na <http://iparafie.pl/Firma/polska-prowincja-zakonu-szpitalnego-sw-jana-bozego-pw-zwiastowania-n-m-p>

# Powstanie Prowincji Dobrego Pasterza w Ameryce Północnej

*19 stycznia 2015 w Albuquerque (Nowy Meksyk, USA) odbyło się uroczyste połączenie Zakonu Szpitalnego Św. Jana Bożego oraz Zgromadzenia Małych Braci Dobrego Pasterza, którego założycielem był br. Matthias Barret.*

Rada Generalna Zakonu Szpitalnego św. Jana Bożego oficjalnie erygowała Prowincję Dobrego Pasterza, w której skład weszły dzieła Małych Braci Dobrego Pasterza działające w Stanach Zjednoczonych, Kanadzie i na Haiti, a także domy Delegatury Generalnej Kanady oraz dzieło w Westville Grove (USA) należące dotychczas do Prowincji Zachodniej Europy. Prowincjałem wybrany został br. Justin Howson, a siedzibą nowej Prowincji jest Hamilton w Kanadzie.

W pierwszym posiedzeniu Rady Prowincjalnej nowo utworzonej Prowincji Dobrego Pasterza, które odbyło się 20 stycznia 2015 r., uczestniczyli Przełożony Generalny Zakonu Szpitalnego br. Jesus Etayo, Radni Generalni bracia Rudolf Knopp i Benigno Ramos, a także Delegat dla Regionu Azji i Pacyfiku br. Joseph Smith. Po ogólnym omówieniu sytuacji nowej Prowincji dokonano mianowania przełożonych wspólnot, a także sekretarza i ekonoma Prowincji.



## Mathias Barrett

**1900–1990**

Urodził się 15 marca 1900 r. w skromnym domu przy Old Yellow Road w Waterford w Irlandii, w rodzinie Margaret i Toma Barrettów. Na chrzcie otrzymał imiona Maurice Patrick. Miał 14 lat i był

uczniem szkoły w St. Stephen prowadzonej przez Braci Szkół Chrześcijańskich, kiedy postanowił zostać zakonikiem. W dwa lata później 17 marca 1916 r. w Dublinie przyjął habit zakonny Braci św. Jana Bożego, formalnie rozpoczynając postulat. W 1920 roku wysłany został do Francji i w Lyonie kontynuował nowicjat. Śluby złożył 21 listopada 1921 r., po czym został przeniesiony do Montrealu w Kanadzie, następnie do Halifax w Nowej Szkocji, gdzie w roku 1934 został przełożonym nowo utworzonej tam Prowincji Zakonu Szpitalnego.

W ciągu kolejnych 14 pracowitych lat udało mu się otworzyć schronisko dla 200 mężczyzn, szpital na 500 łóżek, jadłodajnię, dom dla chorych na epilepsję oraz dom rekonwalescencyjny dla 75 pacjentów. Przeniesiony w roku 1941 do Los Angeles w Kalifornii następne

dziesięć lat poświęcił na budowanie szpitali, domów opieki, schronisk dla bezdomnych. Wierny swojemu powołaniu, ze wszystkich sił starał się odpowiadać na potrzeby ubogich i cierpiących. Jego działanie nie zawsze jednak znajdowało zrozumienie w oczach bardziej konserwatywnych współbraci. Dezorientacja i niezrozumienie doprowadziły w końcu do tego, że we wrześniu 1950 r. otrzymał dyspensę, kanonicznie zwalniając go z przynależności do Zakonu Szpitalnego.

Głęboko zraniony br. Mathias poddał się woli Boga, którego miłował w sposób cichy i pokorny. Jego prosta irlandzka wiara pozostała niewzruszona, był pewien, że gdzieś w jakiś sposób nadal będzie mógł służyć tym, do których został posłany.

Ewangeliczne wartości szpitalnictwa, dyspozycyjność, oddanie, umiejętność przystosowania się i szacunek dla życia, tak głęboko zakorzenione w tym małym upartym białowłosym Irlandczyku, wkrótce też miały znaleźć praktyczny wyraz w misji i posłudze zakonnego Zgromadzenia Małych Braci Dobrego Pasterza, które narodziło się w Albuquerque w stanie Nowy Meksyk.

Z pomocą i zachętą miejscowych biskupów, przy wsparciu miejscowej ludności br. Mathias mógł kontynuować swą misję „nieograniczonego miłosierdzia”. Zaczęły powstawać nowe schroniska, mieszkania dla bezdomnych i ubogich, dla osób starszych, niepełnosprawnych umysłowo, maltretowanych kobiet z dziećmi, chorych na AIDS, zagubionych nastolatków. Wkrótce towarzyszy br. Mathiasa było już tylu, że mogli rozszerzyć swoją działalność poza obszar Nowego Meksyku. Mali



Bracia Dobrego Pasterza założyli swoje dzieła w Kanadzie, Anglii, Irlandii i na Haiti.

Brat Mathias Barrett doczekał się zatwierdzenia przez Stolicę Apostolską wspólnoty Małych Braci jako zgromadzenia zakonnego na prawach papieskich. Zmarł w Albuquerque w stanie Nowy Meksyk 12 sierpnia 1990 r. Jego ciało spoczęło w krypcie Villa Mathias, pierwszym domu nowego Zgromadzenia.

Poznał w życiu radość i cierpienie, sukces i porażkę, zrozumienie i odrzucenie, zawsze jednak był pewien, że powinien całe swoje życie poświęcić innym. Jego ostatnie słowa brzmiały: „Teraz za wszystko dziękuję”.

Mówiono o nim: „Irlandia go wydała, Francja posłała, Kanada przyjęła, a Stany Zjednoczone ugościły”.

Za [www.bonifratrzy.pl](http://www.bonifratrzy.pl)

## OSTATNIE POŻEGNANIE



### Brata Jana Ewangelisty SOBCZAKA

Dnia 8 stycznia 2015 roku zmarł w Krakowie w 35. roku życia zakonnego Brat Jan Ewangelista – Jan Sobczak, miał 67 lat.

Brat Jan Ewangelista urodził

się 4 grudnia 1948 r. w miejscowości Rusinowo w diecezji koszalińsko-kołobrzesckiej jako syn Józefa i Walerii. Po ukończeniu Zasadniczej Szkoły Rybołówstwa Morskiego w 1966 r. rozpoczął swą pierwszą pracę w PPiUR „Kuga” na Helu, a w sześć lat później przeniósł się do PPiUR „Korab” w Ustce.

Jesienią 1977 roku złożył prośbę o przyjęcie do Zakonu Szpitalnego św. Jana Bożego i 15 września został postulantom. 7 stycznia 1978 r. rozpoczął w nowicjacie formację zakonną. Pierwsze śluby złożył 8 stycznia 1980 r., a uroczystą profesję wieczystą 8 stycznia 1986 r.

Na Kapitulę Prowincjalnej w roku 1989 został mianowany przełożonym Konwentu pw. św. Floriana w Zembrzydowicach, gdzie pracował w tamtejszym gospodarstwie rolnym do roku 1995.

Następnie rozpoczął naukę w szkole pielęgniarstwa i uzyskał tytuł pielęgniarza, jednocześnie pracując w gabinecie porad ziołoleczniczych przy Konwencie pw. św. Rafała Archanioła w Łodzi, a także w stacji pomocy socjalnej i jadłodajni, odwiedzał chorych i ubogich.

Lata posługi zakonnej poświęcił modlitwie, ciężkiej pracy, ziołolecznictwu i pielęgniarstwu.



### o. Norberta BAJORKA OFM Conv – Honorowego Bonifratra

Dnia 16 grudnia 2014 r. w Mszańskiej Dolnej zmarł w wieku 80 lat, w 64 roku życia zakonnego i 56 roku kapłaństwa O. Norbert Władysław Bajorek, jubilat w Zakonie Franciszkanów, i kapłaństwie.

W roku 1997 został kapłanem domu nowicjackiego Sióstr Franciszkanek Rodziny Maryi w Mszańskiej Dolnej, którą to posługę pełnił przez 17 lat aż do śmierci.

O. Norbert urodził się dnia 19 czerwca 1934 r. w Węglówce k/Krosna jako syn Adama i Józefy. Śluby wieczyste we franciszkańskim Zakonie Braci Mniejszych Konwentualnych złożył w październiku 1955 roku, a w cztery lata później, w styczniu 1959 otrzymał święcenia kapłańskie. W zakonie macierzystym pełnił wiele funkcji, pracował jako duszpasterz i katecheta, był magistrem nowicjatu, gwardianem, i kustoszem kapitułnym.

W roku 1997 został kapłanem domu nowicjackiego Sióstr Franciszkanek Rodziny Maryi w Mszańskiej Dolnej, którą to posługę pełnił przez 17 lat aż do śmierci. W wolnym czasie chętnie pomagał w duszpasterstwie w parafii Św. Michała Archanioła w Mszańskiej Dolnej.

Przez ponad 30 lat swego kapłańskiego życia współpracował z Zakonem Szpitalnym św. Jana Bożego, prowadząc rekolekcje zakonne oraz dni skupienia, a także wykłady z historii i duchowości Zakonu dla postulantów, nowicjuszy, scholastyków i profesów wieczystych, pełnił również posługę spowiednika.

Za dokonania w dziele szerzenia misji św. Jana Bożego w roku 2013 o. Norbert agregowany został do Zakonu Bonifratrów jako jego Honorowy Członek.

W r. 2013 zdiagnozowano u niego białaczkę, która stała się przyczyną śmierci o. Norberta.

o. Piotr Gryziec

*Wieczny odpoczynek racz im dać Panie...*





# Tu „miłość zwycięża cierpienie”

ludzką. I nieobojętnością na bliźniego. Niewątpliwie najlepszą reklamą tego miejsca, a zarazem jego szylde, jest stojący przed szpitalem pomnik św. Jana Bożego podtrzymującego umierającego. Jest prawdziwy – w środku, w szpitalu, działają zgodnie z duchem św. Jana Bożego, założyciela Zakonu Bonifratrów – tu miłość zwycięża cierpienie. Każdego dnia. I to jest tu najpiękniejsze.

W tym roku bonifratrzy świętują jubileusz 15-lecia odzyskania łódzkiego Szpitala. Jego historia, podobnie jak perypetie związane z oddaniem go szpitalnikom, jest trudna. To chyba najlepsze określenie. Bo jakże inaczej powiedzieć o miejscu, które przygotowane na oddanie do użytku i przyjęcie chorych, w sierpniu 1939 roku czekało – z zaścielonymi łózkami, wyposażonymi salami, z braćmi chcącymi nieść pomoc – i nie doczekało się.

Wraz z wybuchem wojny Szpital przestał być własnością bonifratrów i przestał być szpitalem. Także po wojnie, bracia mieszkali, działali, obok placówki, która nie była ich. Upaństwowiona przez władze była Szpitalem Miejskim. Dopiero po upadku komunizmu nadzieje na odzyskanie Szpitala odżyły. W październiku 1997 r. Zakon rozpoczął formalne starania o przywrócenie prawa własności. Negocjacje trwały prawie dwa lata i zakończyły się uchwałą Rady Miejskiej z 9 września 1999 r. Szpital wrócił do bonifratrów za symboliczną złotówkę.

Wrócił, ale z wieloma problemami. Przed oddaniem go braciom w placówce podwyższono wynagrodzenia, wywieziono sprzęt, którym jeszcze niedawno Szpital był wyposażony, nagle poginęły dokumenty i akta. To wszystko udało się jednak przezwyciężyć. Dzięki bonifratrom i pracującym tu osobom świeckim Szpital udało się wyremontować, dobudować dwa piętra, zwiększyć liczbę łóżek ze 120 do 154, otworzyć nowe oddziały i mieć realne plany na przyszłość. Te 15 lat, to czas, gdy z zaniedbanej, upadającej placówki zrobiono wspinały, doskonale wyposażony i funkcjonujący szpital. Placówkę, która z każdym rokiem zyskuje sobie wdzięczność i przychylność pacjentów oraz opinię nie tylko Bożego, ale po prostu dobrego szpitala. Funkcjonują oddziały: chorób wewnętrznych, chirurgii ogólnej z profilem ortopedycznym, okulisty, medycyny paliatywnej, anestezjologii i inten-

Szpital z sercem – dla pacjentów, personelu, każdego człowieka. Szpital, który jako jedna z najlepszych placówek w mieście, przy panującej obecnie w służbie zdrowia sytuacji, ciągle trzyma klasę. Tu ból i choroby leczą nie tylko wykwalifikowani lekarze, a wokół pacjentów krzątają się zatroskane pielęgniarki i pielęgniarze. Leczą je także uśmiechem, troską, życzliwością. Taką



Procesja z koronowanym obrazem Matki Bożej  
Uzdrowienie Chorych (8.09.2006 r.)



sywnej terapii. I kolejka chorych czekających na leczenie właśnie tutaj. W ramach oddziału wewnętrznego, za zgodą chorych, stosuje się także ziołolecznictwo – jako uzupełnienie terapii farmakologicznej. Na szczególną uwagę zasługuje oddział opieki paliatywnej, na który trafiają osoby w ostatnim stadium choroby nowotworowej.

Szpital nie potrzebuje reklamy, bo najlepszą jego reklamą są sami pacjenci. Placówka cieszy się opinią przyjaznej pacjentowi. Jak mówią bonifratrzy, bardzo trudno jest wykonać kontrakt i nie zgubić po drodze tego, co najważniejsze – człowieka, podejścia do niego, a także misji Zakonu i Szpitala. Jednak udaje się. Na wszystko składa się polityka zatrudniania ludzi, gospodarowania i dbania o to wspólne dobro, które ma służyć i pracownikom, i pacjentom. To także zasługa współpracy zakonników z osobami świeckimi.

Pacjenci chwalą Szpital za dobry i życzliwy chorym personel, za prawie rodzinną atmosferę, poświęcenie pielęgniarek i posługę bonifratrów. Szczególnie osoby, które mają problem z poruszaniem się, dziękują za codzienną transmisję Mszy św. i za szpitalne sanktuarium Matki Bożej Uzdrawienia Chorych. Wszyscy, którzy choć raz doświadczyli pomocy i opieki bonifratrów, podkreślają, że każdego dnia realizowana jest tu służba drugiemu człowiekowi. A zakonnicy z pokorą pomagają przywracać ludzką godność każdemu, kto ją zgubił. I otaczają troską każde życie powierzone ich opiece.

Placówka funkcjonuje w oparciu o umowę z NFZ jako niepubliczny ZOZ. W ramach Szpitala działa POZ i sieć poradni specjalistycznych. Jest także nowoczesne laboratorium i apteka szpitalna z prawdziwego zdarzenia. Obecnie trwa budowa Centrum Medycznego im. dr. W. Łęckiego, które ma być otwarte dla pacjentów jeszcze w tym roku. Znajdzie w nim pomieszczenie



Personel Laboratorium

nowoczesna rehabilitacja wraz z zapleczem. W planach jest także rozbudowa pracowni rentgenowskiej i dołączenie pracowni tomografii komputerowej, a także rozbudowa endoskopii.

W roku 2000, gdy Szpital powrócił do Zakonu, przeorem łódzkiego konwentu był o. Franciszek Salezy Chmiel. Obecnie – po Marysinie, Nazarecie i Katowicach – o. Franciszek powrócił do Łodzi. To taki szczególny znak. Poza tym to placówka, która wyróżnia się spośród innych tym, że ma specyficzny, dobry klimat, że nad jej pacjentami czuwa Matka Boża ze szpitalnego sanktuarium, że funkcjonuje bez zadłużenia, a personel medyczny wspólnie z bonifratrami podejmuje misję założyciela Zakonu. Miłość zwycięża

cierpienie. Tej wrażliwości na chorego życzymy na dalsze lata łódzkim bonifratrom i wszystkim pracownikom Szpitala.

**Anna Skopińska**

**fot. Kamil Gregorczyk i Archiwum**



Lekarze Interny



Oddział Opieki Paliatywnej



## Szpital bonifratrów to dar dla Łodzi

„Dziękujemy za ten Boży dar, jaki 15 lat temu otrzymała Łódź – mówił abp Marek Jędraszewski, metropolita łódzki – dar w postaci powrotu do łódzkiego szpitala «dobrych braci». To dzięki ich obecności z tego niezwykłego miejsca, przenikniętego atmosferą miłości i szczególnego pochylenia się nad człowiekiem cierpiącym, promieniuje na innych ludzi dobro, które potrafi przemienić serca” – podkreślił.

Ksiądz Arcybiskup przewodniczył uroczystej Mszy św. we wspomnienie św. Jana Bożego i z okazji jubileuszu 15-lecia odzyskania Szpitala, wybudowanego w roku 1939. W Eucharystii w kościele pw. NMP Matki Odkupiciela i św. Jana Bożego uczestniczyli bracia bonifratrzy z łódzkiego konwentu z przeorem o. Franciszkiem S. Chmielem i byłym przeorem o. Ambrożym Pietrkieviczem, współpracownicy ze wszystkich bonifraterskich dzieł, a przede wszystkim ze Szpitala św. Jana Bożego, na czele z dyrekcją placówki. Obecni byli także kapłani związani z łódzką służbą zdrowia oraz wierni miejscowej parafii. O oprawę muzyczną uroczystości zadbał zespół Boni Fratres Band.

Witając przybyłych, o. Franciszek S. Chmiel podziękował obecnym i byłym współpracownikom za

owe 15 lat wspólnej pracy. Wyraził także wdzięczność Panu Bogu za otrzymane łaski, za opiekę nad Szpitalem i dokonujące się tu ozdrowienia. W homilii Metropolita łódzki przypomniał historię życia św. Jana Bożego, założyciela Zakonu Bonifratrów – „człowieka niezwykłego, pełnego pokory i miłości, która kazała mu pochylać się nad biednym, chorym człowiekiem i mu ją okazywać. To ta miłość jest największym lekarstwem dla duszy i ciała – powiedział. – Dlatego wielką łaską dla każdego cierpiącego, także teraz, w naszym mieście, jest doświadczanie spotkań ze spadkobiercami charyzmatu św. Jana Bożego – bonifratrami. – Prosimy Boga, by ten dar ich pracy trwał i stawał się udziałem jak największej liczby osób – mówił abp Marek Jędraszewski. I świadectwem, że Bóg jest pośród nas” – dodał.

Na zakończenie Mszy św. Ksiądz Arcybiskup wręczył dyplomy i nagrody w konkursie plastycznym „Szpital św. Jana Bożego, oczami dziecka”. Po uroczystości odbył się koncert Chóru Vivid Singers pod dyrekcją Dawida Bera. W programie znalazła się muzyka klasyczna od renesansu do współczesności oraz muzyka gospel.

Anna Skopińska

fot. Jerzy Błaż, Antoni Zalewski





# Maraton – przebiec czy pokonać

*Bieg maratoński kończący każdą nowożytną olimpiadę nie bez powodu uznany został za królewską dyscyplinę sportu, nie bez powodu też – oprócz zawodowych biegaczy – na dystansie tym biega coraz więcej amatorów. Kilka lat temu dołączył do nich także prezes spółki Boni Fratres Lodzianis pan Paweł Paczkowski. Kiedy słuchałam, z jakim zaangażowaniem mówił o powodach, dla których zaczął biegać, o tym, czym stała się dla niego ta pasja, pomyślałam, że tacy właśnie ludzie nadają praktyczny wymiar owym podstawowym wartościom, o których uwikłani w codzienności – niekiedy zapominamy.*

Zaczął się bardzo prozaicznie – zmęczony psychicznie pracą, rozmaitymi napięciami zawodowymi, postanowiłem trochę się rozluźnić. Wprawdzie nigdy dotąd nie biegałem, ale przyszło mi do głowy, że może właśnie teraz trochę pobiegam. Najpierw to był kilometr, potem półtora, potem udało nam się z kolegą przebiec 3 km, po pół roku biegaliśmy już 5 km i wtedy zdecydowałem się pobiec moje pierwsze 10 km. Odchorowałem to solidnie, tak że przez kilka miesięcy musiałem pauzować, ale do biegania wróciłem i nawet po cichu zacząłem myśleć o maratonach – za jakieś trzy-cztery lata...

Tymczasem w mojej rodzinie zdarzyło się coś zupełnie nieoczekiwanego – moi chłopcy, 9 i 10 lat, jeden po drugim zachorowali na cukrzycę, tak miesiąc po miesiącu. Do obciążeń zawodowych doszły więc problemy związane z dziećmi – bieganie pozwalało mi się nieco od tego oderwać... Wkrótce też dowiedziałem się, że istnieje fundacja zajmująca się młodymi diabetykami, popularnie nazywanymi „diabeciaki”. Uznałem, że bieganie może

być znakomitą sposobem pozyskania dla niej finansowego wsparcia, ale przede wszystkim szansą propagowania wiedzy na temat cukrzycy u dzieci, która jest praktycznie znikoma. Wymyśliłem, że będziemy biegać w koszulkach z napisem „Diabeciaki” i adresem strony Fundacji „Pomoc Młodemu Diabetykowi”. Ta moja pasja, która zrodziła się z potrzeby rozładowania emocjonalnego, stała się nośnikiem społecznej informacji, że cukrzyca wcale nie wyklucza chorych dzieciaków z normalnego życia, bo odpowiednio prowadzone i leczone funk-



cjonują w nim jak wszystkie inne dzieci, a w szkole rówieśnicy synów nauczyli się, że pompa insulinowa to nie komórka i nie wolno jej zabrać koledze, bo naraziłoby to jego życie.

Pierwszy maraton łódzki w 2012 roku biegliśmy w koszulkach mało profesjonalnych – po prostu na niebieskim tle mieliśmy wymalowany farbą napis „Diabeciaki”, ale o tym, jakie ten maraton miał znaczenie, może zaświadczyć choćby taki oto fakt, że kiedy jednego z kolegów na 37. kilometrze złapał skurcz, jakiś pan podbiegł do niego i powiedział: „Dasz radę, dasz radę, mam dziecko chore na cukrzycę”.

Od początków mojego biegania do pierwszego maratonu minęły dwa lata. We wrześniu 2011 powiedziałem, że zaczynam przygotowania na kwiecień 2012. Moim pierwszym trenerem był Internet i czytanie





relacji osób, które pokonały swój pierwszy maraton. A potem trafiłem na znajomego, który przygotowywał biegaczy. Zaraz na początku zapytał: „Chcesz przebiec czy pokonać” i wytłumaczył: „Przebiec, to znaczy cały czas biegiesz, nie zatrzymujesz się, nie idziesz, tylko biegiesz – i to jest trudniejsze, a pokonać, to znaczy po prostu mieścisz się w limicie czasowym, czyli masz 6 godzin”. Chciałem przebiec. Rozpisał mi więc tygodniowe treningi, pod jego okiem dwa razy przebiegłem po 12 km, a potem już tylko wysyłałem mu mailem informacje, ile przebiegłem i w jakim czasie, a on powiększał mi dystans i wyznaczał dni na odpoczynek.

Żartowano sobie ze mnie, że to kryzys wieku średniego, ale rodzina od początku widziała, jak znakomicie udaje mi się odreagowywać wszelkie stresy. A potem przyszła choroba dzieciaków i to moje bieganie nabrało innej wartości. Zresztą bieganie ma też i tę zaletę, że biegać można o każdej porze dnia i nocy – niekiedy po męczącym dniu zdarza mi się to nawet o godzinie 22. czy



23., biegać można wszędzie i jest to znacznie tańsze od squasha czy golfa. Trzeba tylko zainwestować w dobre buty, bo jeśli stopa nie jest odpowiednio amortyzowana, a podczas biegu wykonuje się kilkadziesiąt tysięcy kroków, to błąd przenosi się na kolana, lędźwie, na kręgosłup i konsekwencje tego mogą być bardzo przykre. A orteza na kolana jest bardzo droga. W moich adidasach spokojnie mogę przebiec 900–1000 km, wystarczają mi na pół roku.

Przygotowując się do mego pierwszego maratonu, trochę jednak z treningami przeholowałem – na tydzień przed startem wysiadł mi kręgosłup, nie mogłem ruszyć ręką ani nogą, ale rehabilitanci z bonifraterskiego szpitala postawili mnie na nogi i pobiegłem. Nie mogło być inaczej – miałem biec w koszulce „diabeciaków” i nie wyobrażałem sobie, żebym mógł nie pobiec. Mój pierwszy czas to 4 godziny 27 minut. Drugi maraton biegłem już poniżej 4 godzin, a w ubiegłym roku najszybciej – 3.47. Niekiedy korci mnie, żeby się sprężyć i próbować jeszcze poprawić wynik, ale po czterech latach biegania dorosłem do tego, że ważniejsze od śrubowania wyniku jest ukończenie maratonu. Moim ulubionym dystansem są jednak półmaratony. W każdej chwili, nawet teraz, mógłbym założyć adidas i pobiec. Mój czas w półmaratonach to 1.40. Brakuje mi jeszcze 10 minut, żeby być w grupie najlepszych wśród amatorów.

Przygotowania do maratonów to także odpowiednia dieta i tego uczyłem się chyba najdłużej. Pierwszy przebiegłem nic nie jedząc i straciłem 5 kg. Dziś już wiem, że waga przed biegiem i po biegu musi być taka sama. Jeśli nie zje się odpowiedniej ilości kalorii, to około 35. kilometra organizm zaczyna zużywać mięśnie, co jest niezwykle bolesne i ma potem duże konsekwencje. Teraz na tydzień przed biegiem staram się zachować dietę złożoną

głównie z kaszy i makaronu, do tego sporo izotoników, których normalnie unikam. Oczywiście wykluczony jest alkohol – nawet jedno czy dwa piwa wypite dzień wcześniej obniżają możliwości organizmu.

Bieganie nauczyło mnie racjonalnego odżywiania się na co dzień, pozwala mi to utrzymać dobrą formę, bo biegam nie tylko maratony. Nasza łódzka Straż Miejska, z którą biegłem pierwszy maraton dla dzieciaków, siedem lat temu wymyśliła bieganie do polskich Sanktuariów Maryjnych – w Dzień Matki dla Matki, czyli dla własnych mam i dla Matki Bożej. Idea jest taka, że biegnie się w dwuosobowych sztafetach dniem i nocą, bez względu na pogodę, każda po 10 km, i następuje zmiana. Przez cały czas mieszka się w 8-osobowym busiku, mając do dyspozycji tylko krzeselko – tu się wypoczywa, tu przebiera, tu rozciąga mięśnie... Bieg ma charakter pielgrzymki i kończy się Mszą św. z błogosławieństwem.

Pierwszy bieg był do Częstochowy, dwa lata temu pobiegliśmy do Trzebiatowa nad morze – cztery dni w deszczu, a w ubiegłym roku do Wadowic. Ponieważ jednak Wadowice są za blisko Łodzi, pobiegliśmy najpierw do granicy ukraińskiej i dopiero stamtąd do Wadowic. Miało być 650 km, a okazało się 850 km – zajęło nam to sześć dni. Oczywiście najciekawiej było w Bieszczadach nocą – cały czas czuliśmy na sobie oczy wilków, mieliśmy też bardzo niebezpieczne spotkanie z psami pasterskimi i gdyby w porę nie pojawił się pasterz, nas by już nie było. W Wadowicach pokłoniliśmy się Matce Bożej, odwiedziliśmy Dom Jana Pawła II i tam właśnie zrodził się pomysł, żeby pobiec w Dzień Ojca do Ojca, czyli do Rzymu. W pierwszej chwili wydało się to nierealne, ale nasz zapał i determinacja były tak wielkie, że dziś mamy już zarezerwowane wszystkie terminy – wybiegamy z Łodzi





16 czerwca, a 23 czerwca rano o godzinie 7. w Rzymie w Bazylice Św. Piotra mamy Mszę św. i audyencję u papieża. Trasa liczy ok. 1700 km, każdy z nas będzie miał więc do przebiegnięcia ok. 230–240 km, z różnicą wzniesień do 3000 m. Jak zawsze będziemy mieli zabezpieczenie logistyczne, nawigacyjne, a także żywnościowe i medyczne. I jak zawsze będziemy starali się biec nie asfaltami, tylko lasem, polami, jak zawsze też – mimo wielkiej pracy osób przygotowujących trasę – na pewno zdarzą się pomyłki i trzeba będzie nadrabiać, żeby wrócić na właściwy kierunek, ale to niejako „wliczone jest w koszty”.

Na swoim koncie mam jeszcze trzy biegi 100-kilometrowe. To inicjatywa mego brata, który kibicował mi przez parę lat, a pewnego dnia wstał od biurka i postanowił wziąć udział w „Setce po Łódzku”, czyli biegu na 100 km. Wyglądało to na szaleństwo, ale brat się zaciął i pobiegliśmy, uzgadniając, że kontaktujemy się telefonicznie i jeśli nie ma

zagrożenia zdrowia, każdy biegnie samodzielnie. Na pokonanie dystansu ma się 24 godziny, nie trzeba przez cały czas biec, należy tylko zmieścić się w czasie. Zakończyliśmy bieg – ja po 22 godz. i 20 min., brat w 20 minut po mnie. Zebraliśmy ogromne doświadczenie, głównie w zakresie budowania psychiki – nie wrywać się do przodu, nie wpadać w panikę, jeśli zgubi się trasę, nie robić zbyt długich przerw na odpoczynek, nie objadać się, wytrzymać i dobiec. Oczywiście, pogubiliśmy się, a to oznaczało dodatkowe kilometry. Biegłem w trzech setkach i nigdy jeszcze nie udało mi się przebiec dokładnie 100 km, zwykle było to od 105 do 120 km.

Po tej pierwszej setce powiedzieliśmy sobie, że już nigdy więcej, ale oczywiście zapisaliśmy się na następną. Ba – naszym celem stało się skrócenie czasu biegu i obu nam się to udało – ja biegłem 18 godz. i 27 min., a brat też skrócił czas o 2 godziny. W ubiegłorocznej setce ambitnie planowałem zmieścić się w 16 godzinach, ale najpierw na pierwszej pięćdziesiątce zgubiłem się, potem była wysoka, mocno zroszona trawa, upaść i coraz większe zmęczenie – mimo to daliśmy radę, uzyskaliśmy czas 21 godz. 51 min. i okazało się, że zajęliśmy 6–7 miejsce. Spośród 60 startujących do mety dotarło niespełna 20!

Po trzech latach biegania długodystansowego widzę, że dało mi to znacznie większą odporność psychiczną i umiejętność wytrzymania

trudów spraw bieżących z perspektywą przyszłego osiągnięcia celu. Patrząc dalej i dzisiejsze problemy nie są w stanie mnie pokonać, skoro nie pokonała mnie ostatnia setka, ani błoto, ani wysokie trawy, ani upał, ani wycieńczenie...

Mam cel następny, żeby zrobić polską koronę maratonów, czyli pięć największych maratonów – w Dębnie, Krakowie, Wrocławiu, Poznaniu i w Warszawie, i to nie w dwa lata, tylko w jednym roku, i zdobyć odznakę Korona Maratonów Polskich. Bo maraton to królewski bieg, w którym oprócz zwykłej rywalizacji – choć stanowi ona poważną motywację w każdej grupie wiekowej – jest też aspekt pomocy drugiemu człowiekowi, jakaś wzajemna za siebie odpowiedzialność. To sposób realizacji własnej pasji, ale też nauka pokonywania słabości, budowania charakteru, trudna lekcja wytrwałości i pokory.

Wysłuchała Aleksandra Orman





# TYLKO miłość...

Lata pięćdziesiąte były w Polsce czasem stabilizacji. Kraj dźwigał się ze zniszczeń wojennych. Ludzie stali wobec nowej sytuacji politycznej niosącej z sobą plusy i minusy. Nader dotkliwie odczuwano jednak twardą rękę Wielkiego Brata, co doprowadziło wreszcie do zamieszek, a w październiku 1956 roku do pewnego poluzowania „braterskiego uścisku”. Kościół prowadzony przez Prymasa Tysiąclecia, uwięzionego i przez trzy lata przetrzymywanego w odosobnieniu, wystąpił z programem odnowy. Była to dziewięcioletnia Wielka Nowenna poprzedzająca obchody Tysiąclecia Chrztu Polski, wsparta peregrynacją Obrazu Matki Boskiej Częstochowskiej.

Oczywiście, jak to w Polsce, niezadowolonych nie brakowało. Niezadowolenie okazywała zwłaszcza młodzież, której aspiracje – jeśli nie szły po jedynie słusznej, socjalistycznej linii partyjnej – często były tłumione; owe nastroje młodzieży

znajdowały swój wyraz między innymi w piosence *Pesymiści*. Refren tej piosenki brzmiał: „Źle było, źle będzie w Polsce zawsze i wszędzie, oprócz nas wszyscy są w błędzie”. Ostrze satyry nie oszczędzało nikogo. Jedna ze zwrotek brzmiała: „Same durnie są u steru – od komuny aż do kleru”. (Nie wiem, jak oni to godzili z postawą i działaniem kardynała Wyszyńskiego, już wtedy niekwestionowanego autorytetu moralnego?!) A jakie lekarstwo proponowano: „Gdybyście nam pozwolili, to byśmy was urządzili”.

Wiele się od tamtych czasów zmieniło. Na lepsze i na gorsze. Pesymiści wszakże zostali. Czy więc oni mają nas „urządzać”? Chyba jednak dosyć już mamy narzekania i malkontenctwa. Owszem, zdajemy sobie sprawę z panoszącego się dziś zła, którego form nie chcę tu przytaczać. Zdajemy sobie również sprawę z zagrożeń, jakie niosą współczesne ideologie, a także sytuacja politycz-



na. Jednak do pesymizmu nam daleko, widzimy bowiem wspólny mianownik wszelkich dnia dzisiejszego utrapień – jest nim brak miłości. Wobec tego i lekarstwo jest oczywiste – miłość. Ale miłość niejedno ma imię.

Jaki zatem kształt należy nadać naszej miłości, żeby uwiarygodniała nasz optymizm wypływający z chrześcijańskiej nadziei? Tak wiele rozmaitych publikacji, inicjatyw, akcji, spotkań, pochodów, apeli, uroczystości religijnych, a nie przynoszą one pożądaných efektów. Raczej z nostalgią wspominamy czasy, kiedy nękanie Kościoła było znacznie bardziej dokuczliwe, więcej było ograniczeń, a przecież wiara Polaków stanowiła przykład dla świata, dla Europy w szczególności. Myślący chrześcijanie zwracają uwagę, że przy planowaniu i przeprowadzaniu owych licznych przedsięwzięć, dostrzega się głównie to, co widoczne na pierwszy rzut oka – a więc ile ludzi było na procesji Bożego Ciała, ile na Pochodzie Trzech Króli, ile na marszu za, ile na marszu przeciw, ile osób podpisało petycję. Wszystko to dzieje się przecież w Imię Boga, dla Boga i dla Kościoła, ale jednak za mało w tym jest świadectwa żywej wiary w Chrystusa, wiary, która owocuje przekształceniem człowieka – przepraszam za patos sformułowania – w pochodnię gorejącą.

Prowadziłem kiedyś w dużym mieście rekolekcje. Było to jeszcze przed stanem wojennym. W kraju



wrzało. Ludzie mieli już dosyć pozorowanych działań władz, które tylko czekały sposobności, by się z niekarnym narodem rozprawić. O specjalną Mszę św. poprosiła Solidarność. Uczestnicy wypełnili cały wielki kościół. Sztandary, transparenty, śpiewy, dwa palce wzniesione do góry w kształcie litery V. Kiedy jednak przyszła pora Komunii św., przystąpiło do niej może dwadzieścia osób... Daleki jestem od sądzenia, ale czyżby cała reszta obecnych była w stanie grzechu ciężkiego? W takim razie byli po stronie szatana, byli w nieprzyjaźni z Bogiem. I tacy chcieli zwalczyć nienawiść, nie-miłość władzy? Pod koniec Mszy św. powiedziałem o tym zgromadzonym w owym kościele.

Wiemy, jak się to skończyło i jak nadal się – niestety – nie kończy. A więc jak mamy urządzać naszą rzeczywistość, skoro mamy teraz możliwość wpływania na to, co się dzieje? Słupsk wybrał określoną opcję, która ma urządzić miasto i jego mieszkańców. A my?

Wróćmy do Księdza Prymasa Wyszyńskiego. Bo to właśnie on – dążąc do odnowy życia religijnego poprzez Wielką Nowennę – na pierwszym miejscu postawił sprawę prawdziwej i konsekwentnej przyjaźni z Jezusem. I tak hasłem pierwszego roku Nowenny było trwanie w stanie łaski uświęcającej. Nam zaś w tym roku program duszpasterski w Polsce przypomina wezwanie Jezusa: „Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię”. Trzeba nam więc zawsze wracać do źródeł. A źródłem tryskającym na żywot wieczny jest tylko Jezus. Nie łudźmy się – żadne, najwspanialsze nawet akcje nie przyniosą pożądanego skutku, jeśli będą przeprowadzane bez



modlitwy i bez stanu łaski uświęcającej w duszy. Szatan pozwoli nam zrobić wiele różnorakiego dobra pod warunkiem, że się nie wypowiadamy i nie wpuścimy Jezusa, naszego przyjaciela, do swych serc. Dla szatana, naszego wroga i nieprzyjaciela Boga, będzie to największa uciecha.

Kolejny raz wkroczyliśmy w Tajemnicę Paschalną – męka, śmierć, zmartwychwstanie. I nasza odpowiedź – modlitwa, post, jałmużna. Nie ma innej drogi. Zanim więc będziemy sobie życzli WESOŁYCH ŚWIĄT, musimy całkowicie zerwać z grzechem i nawróciwszy się, bardziej niż dotąd żyć w służbie Bogu i bliźnim.

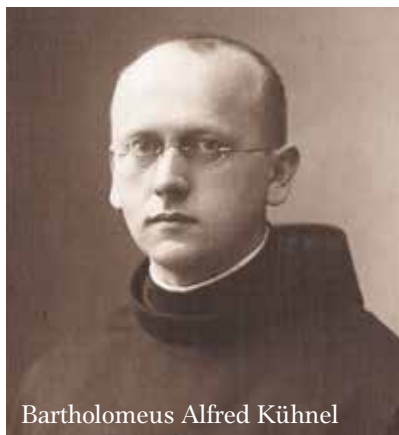
„Przemień, o Panie, smutny ten czas...”

Owszem, przemieńcie się i wy!

**O. Leon Knabit OSB**  
mnich tyniecki

Kraków-Tyniec,  
luty 2015 Roku Pańskiego





Bartholomeus Alfred Kühnel

Działalność bonifratrów skupia się wprawdzie na niesieniu pomocy chorym i potrzebującym, wydaje się jednak, że bracia posługujący we Wrocławiu w XVIII i XIX wieku znali przypisywane Pitagorasowi twierdzenie, iż muzyka rodzi w sercu pragnienie dobrych czynów, wykazywali bowiem wielką dbałość o jakość klasztornej muzyki.

Wkrótce po wybudowaniu klasztornej kościoła w pierwszej połowie XVIII w. decyzją przeora H. Hirsha zostały zakupione organy. W inwentarzu z 1736 r. zachował się spis instrumentów używanych podczas sprawowania Mszy św., były to między innymi: wiolonczele, skrzypce, rożki basetowe, waltornie, trąbki. Wykonywano na nich litanie, uwertury, motety, arie, koncerty, symfonie. Jednym z osiemnastowiecznych zakonników był pełniący funkcję przeora D. Frickel, jednocześnie muzyk i poeta. Choć w historii konwentu zdarzali się bracia będący z wykształcenia muzykami, to jednak orkiestra składała się prawdopodobnie z osób świeckich. Waż-

## Z klasztornych ARCHIWÓW Muzyka i dobro

nym stanowiskiem w klasztorze był Regens Chori, czyli przewodniczący chóru – odpowiednik dyrygenta. Do jego zadań należało prowadzenie prób orkiestry, aranżowanie oraz komponowanie utworów muzycznych.

We wrocławskim Archiwum klasztornym do dziś zachowały się liczne XIX- i XX-wieczne edycje nut oraz rękopisy. Znajduje się tam również kilka barokowych oraz XIX-wiecznych instrumentów muzycznych. W XIX i XX wieku w klasztorze bardzo popularna musiała być muzyka grana na cytrze, gdyż zachowało się wiele nut do gry na cytrze oraz dwa instrumenty. W XX wieku przy konwentach wrocławskich bonifratrów działało kilka orkiestr. Przykładem mogą być orkiestry z konwentu w Poświętnym w tym orkiestra dęta oraz orkiestra mandolin.

Ciekawą postacią związaną z muzyczną historią bonifratrów wrocławskich był brat Bartholomeus Alfred Kühnel. Urodził się w roku 1875 w powiecie strzelińskim. Odebrał wykształcenie muzyczne i przez pewien czas pracował jako nauczyciel. Do Zakonu wstąpił w 1898 roku. Do czasu złożenia ślubów wieczystych w roku 1902 pracował jako pielęgniarz. W kolejnych latach pełnił w konwencie

wiele ważnych funkcji – był mistrzem nowicjatu i scholastykatu, definitem, ekonomem prowincjalnym, starszym pielęgniarzem i przeorem. Obdarzony niezwykłym talentem do administrowania, niewątpliwie energii i zapału wykazał jednak na przejętym w 1912 roku, po bracie Leckelcie, stanowisku Regens Chori. Na potrzeby chóru skopiował wiele utworów muzycznych. Uzdolniony muzycznie, komponował muzykę sakralną – jego autorstwa jest m.in. utwór *Sei Gegrüßet, Brot der Engel!* do słów wiersza kard. M. von Diepenbrocka, przedrukowany w przedwojennym czasopiśmie bonifraterskim. Był ostatnim zakonnikiem pełniącym funkcję dyrygenta chóru. Brat Bartholomeus przeżył wojnę i oblężenie Wrocławia w 1945 roku. Po wojnie pozostał w polskim już mieście, gdzie zmarł w 1947 roku na chorobę serca. Spoczywa w krypcie pod bonifraterskim kościołem.

Po wojnie działalność bonifraterskiego chóru została zawieszona. Od czasu przemian ustrojowych w Polsce konwent bonifratrów we Wrocławiu stara się jednak nawiązywać do swych muzycznych tradycji. Przykładem tego może być kantata w stylu barokowym *Święty Jan Boży*, której autorem jest Mirosław Gasienniec. Kantatę w wykonaniu Orkiestry kameralnej Filharmonii Wrocławskiej wydano na płytach CD z okazji 150-lecia Śląskiej Prowincji Bonifratrów w 2003 roku.

Kamil Czechura



Koncert w parku na Poświętnym





# Nowości z Bonifraterskiego Laboratorium

W bonifraterskim Laboratorium w Warszawie powstało w ostatnim czasie kilka cennych nowości. Do obecnych na rynku preparatów ziołowych, takich jak:

- **Maść kremowa** – przeznaczona do codziennej pielęgnacji, zwłaszcza skóry atopowej, ze skłonnością do podrażnień,
- **Krem aloesowy** – szczególnie polecany dla skóry suchej, szorstkiej i zniszczonej,
- **Maść nagietkowa** – skuteczna zwłaszcza dla skóry suchej i łuszczącej się, działa wspomagająco przy problemach z łuszczycą,
- **Maść wirginijska** – przeznaczona dla skóry ze skłonnością do alergii, wrażliwej na chłód i zimno, polecana zwłaszcza w okresie zimowym,
- **Maść na zrogowacie pięty** – regenerująca szorstką, zniszczoną

skórę stóp, zapobiegająca powstawaniu odcisków,

dołączyły nowe specyfiki, których receptury – jak zawsze – oparte zostały na wieloletnich bonifraterskich doświadczeniach ziołoleczniczych, starannie przebadane i całkowicie bezpieczne w stosowaniu. Czuwa nad tym Karolina Przybylska pracująca w Laboratorium od 2012 roku. A są to:

- **Ziołowa maść rozgrzewająca** – o szerokim spektrum działania, przynosząca ulgę mięśniom i stawom,
- **Bonifraterska maść z witaminą A** – działa ochronnie, regenerująco, pielęgnacyjnie,
- **Ziołowy antyperspirant do stóp** – chroni przed poceniem i przykrym zapachem,
- **Ziołowy żel z diosminą** – skuteczny przy problemach z naczyniami „pajęczkami”,
- **Bonifungin, ziołowy krem do stóp** – zapobiega rozwojowi bakterii, zwalcza grzybicę.

Dwa pierwsze preparaty są już dostępne w aptekach, pozostałe pojawiają się niebawem. Wkrótce także pojawi się **Olejowy wyciąg z rumianku brata Marcina** – zapobiegający odleżynom, skuteczny przy otarciach i do pielęgnacji suchej, żylakowatej skóry. Jego wielką zaletą jest to, że znakomicie wchłania się i nie daje śladów na pościeli.

Przeor br. Marcin M. Cegła z radością zapowiada także ukazanie się jeszcze w tym roku czterech rodzajów bonifraterskich szampoonów ziołowych – przeciwłupieżowego, do włosów cienkich i zniszczonych, do włosów farbowanych oraz przethuszczających się. Prace są już na ukończeniu.

Aleksandra Orman  
fot. Mieczysław Orman



# Czy istnieją diety cud?

## Część II – Dieta Alleluja

Zapowiedziana w poprzednim numerze kwartalnika („Bonifratrzy w służbie chorym” 4/20014) dieta Alleluja to nie tyle dieta odchudzająca co raczej nowatorski, skierowany do wszystkich sposobów odżywiania. To styl życia, który pozwala utrzymywać organizm w dobrej kondycji, zachowywać młodość oraz pełnię sił witalnych, dzięki wykorzystaniu naturalnych zdolności organizmu do

i triumfu) – przywołując niejako wspomnienie rajskiego ogrodu – opiera się więc na żywności żywej, czyli w żaden sposób nieprzetworzonej, nierafinowanej i nieobrobionej termicznie, takiej, jaką dał nam Stwórca.

Pastor Malkmus był pierwszym, który ową biblijną dietę na sobie przetestował i przekonał się o jej skuteczności. Całkowicie zmie-

**DIETA ALLELUJA TO TYPOWA DIETA WEGAŃSKA, STĄD JEJ PODSTAWĘ STANOWIĄ WARZYWA I OWOCE, TAKŻE TE SUSZONE. PONADTO – ZIARNA W KAŻDEJ POSTACI, ORZECHY I NASIONA, ROŚLINY STRĄCZKOWE, OLEJE I TŁUSZCZE ROŚLINNE: AWOKADO, OLIWA Z OLIVEK I OLEJ LNIANY.**

samooczyszczania się i „samo zdrowienia” poprzez umiejętne wspomaganie jego wewnętrznej równowagi przede wszystkim za pomocą właściwej diety. Zasady owej diety z początkiem lat dziewięćdziesiątych opracował jej twórca, pastor Kościoła Ewangelicznego ze Stanów Zjednoczonych George Malkmus. On też nazwał ją dietą Alleluja.

### Dlaczego Alleluja?

Układając zasady swej diety pastor Malkmus oparł się na Biblii, a dokładniej na Księdze Rodzaju, w której napisane jest: „Umieściłem dla was wielorakie rośliny rodzące nasiona oraz różne gatunki drzew, których owoce zawierają nasienie. One będą dla was pokarmem” (Rdz. 1, 29). Dieta Alleluja (hebr. *Hallelu-jah* – wychwalajcie Jahwe, w liturgii judaistycznej i chrześcijańskiej „alleluja” to okrzyk radości

nijając swój dotychczasowy sposób odżywiania, doznał radykalnego uzdrowienia z zaawansowanej choroby nowotworowej (rak jelita grubego), pozbył się też wielu innych dolegliwości, które od lat go trapiły. Czuł się jakby młodszy, a z czasem stwierdził u siebie także znakomitą poprawę wzroku – przestał nosić okulary. To sprawiło, że zasady swej biblijnej diety postanowił propagować, zaczynając od wąskiego grona rodziny i przyjaciół. I tak jego żona w ciągu jednego roku pozbyła się 40 kg, ustąpiły od lat dręczące ją dolegliwości stawowe, a także zwy-



rodnieniowa choroba kręgosłupa, z którą borykała się od dzieciństwa.

Do propagowania swego odkrycia Malkmus wraz z żoną założyli Stowarzyszenie Hacres ([www.hacres.com](http://www.hacres.com)), którego zasadniczym celem jest edukacja prozdrowotna. Obecnie dieta Alleluja znana jest daleko poza granicami USA, a o jej popularności świadczy fakt, że Stowarzyszenie wykształciło do dziś ponad 6 000 edukatorów, doradców żywieniowych, pracujących w blisko 40 krajach w różnych częściach świata i pomagających ludziom we wprowadzaniu w życie jej zasad. W publikacjach propagatorów tego sposobu odżywiania jest wiele świadectw ludzi, którzy stosując się do zaleceń tej diety, poprawili nie tylko swoją ogólną kondycję zdrowotną, ale także doznali uzdrowień z wielu przewlekłych chorób i dręczących ich dolegliwości.

### Podstawowe zasady diety Alleluja

Oryginalna dla tej diety jest zasada, że 85 procent naszego codziennego pożywienia powinny stanowić surowe potrawy roślinne, spożywane np. w formie koktajli czy soków, a pozostałe 15 procent to dania gotowane. Dieta Alleluja to typowa dieta wegańska, stąd jej podstawę stanowią warzywa i owoce, także te suszone. Ponadto – ziarna





w każdej postaci, orzechy i nasiona, rośliny strączkowe, oleje i tłuszcze roślinne: awokado, oliwa z oliwek i olej lniany.

Z płynów dozwolone są pozabawione kofeiny herbaty ziołowe, kawy zbożowe, zupy bez tłuszczu, mleka i soli kuchennej, a także soki owocowe i warzywne. Szczególnie te ostatnie są ważną składową jadłospisu, przy czym zaleca się ich uzyskiwanie nie z sokowirówek, ale z niskobrotowych wyciskarek. To w świeżych sokach warzywno-owocowych (w tym również z młodych traw, np.



brak jest mięsa, także ryb, oraz wszelkich produktów pochodzenia zwierzęcego (w tym jaj), ale również utwardzanych tłuszczów, czekolady oraz innych słodczy, a także cukru rafinowanego. Zamiennikiem produktów mlecznych może być mleko

**ZGODNIE Z ZASADAMI TEJ DIETY NALEŻY UNIKAĆ ALKOHOŁU W KAŻDEJ POSTACI, NAPOJÓW Z KOFEINĄ, PRODUKTÓW MLECZNYCH I SOJOWYCH, PRZETWORZONYCH OWOCÓW I WARZYW, WYSOKO OCZYSZCZONEGO ZIARNA (ZAMIAST TEGO PRODUKTY Z ZIARNA PEŁNEGO, NP. MAKARON RAZOWY).**

jęczmiennej) zawarte jest bogactwo łatwo przyswajalnych substancji odżywczych. I tak typowym sokiem dla diety Alleluja jest sok warzywny przygotowany z ok. 2/3 soku z marchwi i 1/3 selera, ogórka lub zielonych warzyw liściastych – najlepiej hodowanych ekologicznie. Tak przygotowany sok powinno się pić po jednej szklance dwa-trzy razy dziennie (można go pić nawet sześć lub siedem razy na dzień, zwłaszcza jeśli ktoś zmaga się z chorobą).

Zgodnie z zasadami tej diety należy unikać alkoholu w każdej postaci, napojów z kofeiną, produktów mlecznych i sojowych, przetworzonych owoców i warzyw, wysoko oczyszczonego ziarna (zamiast tego produkty z ziarna pełnego, np. makaron razowy). W codziennym jadłospisie oczywiście

migdałowe, bananowe lub ryżowe, a zamiast cukru należy stosować miód, syrop ryżowy, melasę, stewię, czyli słodzik z zioła słodowego (*Stevia rebaudiana*) – łyżeczka sproszkowanych liści stewii odpowiada szklance cukru, karob, czyli mączkę chleba świętojańskiego, czysty syrop klonowy lub nektar z agawy.

### Za i przeciw diety Alleluja

Wprawdzie dieta Alleluja zyskała sobie na świecie ogromną rzeszę wyznawców – w istocie jest to ra-



czej nowy styl życia, a nie dieta sensu stricto – to jednak u wielu budzi ona również poważne wątpliwości. Wątpliwości te podnoszą zarówno duchowni, jak i medycy. Ci pierwsi mówią o nadinterpretacji Biblii – bo inne jej fragmenty mówią o spożywaniu mięsa zwierząt, ci drudzy zaś zwracają uwagę na aspekty zdrowotne. Wielu dietetyków jest zdania, że usuwanie z jadłospisu tak wielu produktów powoduje niedobór substancji niezbędnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu, zwłaszcza witamin z grupy B, licznych minerałów, w tym wapnia, żelaza, cynku, co może negatywnie odbić się nawet na zdrowiu osób pozostających w dobrej kondycji. Niektórych produktów po prostu nie da się zastąpić, a do prawidłowego funkcjonowania organizm potrzebuje wszystkich składników, czyli zbilansowanej diety.

Warto jednak odnotować, że jeszcze nie tak dawno te same zarzuty kierowano w stronę diet wegetariańskich. Dopiero badania naukowe na populacjach wegetarian świadomych – z wyboru – pokazały, że generalnie są oni w znacznie lepszej kondycji zdrowotnej niż pozostała część społeczeństwa, w dużej mierze dotknięta tak zwanymi chorobami cywilizacyjnymi. Z reguły również długowieczność obserwuje się u ludzi, którzy jedzą mało mięsa, zachowują aktywność ruchową oraz mają pozytywny stosunek do świata.

Br. Błażej Kozłowski  
OH



# Ziołolecznictwo

## Dobre rady brata Marcina

Z bratem Marcinem M. Cegłą o poście, czyli umiarkowaniu w jedzeniu i piciu, rozmawia Aleksandra Orman

Weszliśmy w okres Wielkiego Postu, który jak co roku ma nas przygotować – duchem i ciałem – na najważniejsze w Kościele rzymskokatolickim Święto Zmartwychwstania Pańskiego. Jedną z form tego przygotowania jest post.

Post, czyli dobrowolne dłuższe lub krótsze okresy wstrzemięźliwości w jedzeniu i piciu czy wręcz głódówki praktykowane są w wielu religiach, nie tylko w chrześcijaństwie, ale też w judaizmie, islamie czy hinduizmie. Zwykle traktowane są jako sposób oczyszczenia, wewnętrznego przygotowania przed ważnym wydarzeniem religijnym. Dla nas, katolików, okres Wielkiego Postu jest czasem refleksji, czasem pokuty mającej prowadzić do nawrócenia. Post, czyli ograniczenie posiłków, a nawet rezygnacja z nich, jest właśnie formą pokutnego umartwienia ciała. Powszechne kiedyś ewangeliczne posty o chlebie i wodzie dziś praktykowane są tylko wyjątkowo. Niekiedy zresztą mogą być wręcz niebezpieczne dla zdrowia. Obecnie post ścisły, czyli rezygnacja z pokarmów mięsnych i ograniczenie do jednego posiłku w ciągu dnia, obowiązuje tylko dwa razy w roku – w Środę Popielcową i Wielki Piątek. Ponadto w każdy piątek roku zalecana jest rezygnacja z posiłków mięsnych, co w naszych domach skutkuje – o dziwo – urozmaiceciem diety poprzez wprowadzanie dań jarskich oraz ryb.

A jednak i dziś zdarza się, że ludzie podejmują radykalne głódówki, zresztą nie zawsze z przyczyn religijnych.

Bo post, czyli dłuższa lub krótsza głódówka, może być dla człowieka także naturalnym środkiem terapeutycznym. Pani dr Ewa Dąbrowska należy dziś w Polsce do nielicznych specjalistów propagujących post jako metodę leczenia wielu chorób. Twierdzi, że można go porównać z utylizacją trujących odpadów, gdyż organizm nie otrzymując pożywienia z zewnątrz, czerpie je z własnych zasobów, a przy okazji pozbywa się nagromadzonych w nim substancji szkodliwych, złogów zalegających w komórkach, wszystkiego, co jest zbędne, co stanowi balast utrudniający sprawne funkcjonowanie na co dzień. Pochłaniane są także wszelkiego rodzaju ogniska zapalne, co prowadzi do zmniejszenia się, a nawet likwidacji bólu. Głódówka może więc uzdrowić nasze ciało, oczyścić je z trujących toksyn i przywrócić mu utraconą vitalność. Jest szansą mobilizacji organizmu, także mobilizacji duchowej. Można powiedzieć, że to operacja bez skalpela, a także sposób na zrzucenie nagromadzonych kilogramów, co teraz na wiosnę, kiedy za chwilę zdejmemy z siebie zimową odzież, także jest nie bez znaczenia.

**Ale jak sobie poradzić z głodem, który i sprawia, że stale myślimy tylko o jedzeniu?**

Osoby, które zdecydowały się na tę formę terapii, twierdzą, że trudny

jest tylko początek, a potem czują się bardzo dobrze, prowadzą normalny tryb życia. Przykre dolegliwości towarzyszące głódówce nie wynikają zresztą z braku jedzenia, lecz są efektem usuwania toksyn z organizmu. Oczywiście, każdą głódówkę należy podejmować po konsultacji z lekarzem, nigdy na własną rękę – zwłaszcza gdy ma ona trwać dłużej niż kilka dni.

**Czy są jakieś preparaty bonifaterskie, które pomogłyby nam przetrwać ten pierwszy, najtrudniejszy okres głódówki?**

Radziłbym zaopatrzyć się w bonifaterskie nasiona babki płesznika, które spożywane przed posiłkiem pęcznią w przewodzie pokarmowym, dając naturalne uczucie sytości, a także czyszczą jelita. Podobnie działają bonifaterski błonnik witalny i błonnik naturalny. Dodatkową zaletą tych preparatów jest to, że są całkowicie bezpieczne, u osób z zaparciami nie rozlewniają jelit, mogą je przyjmować przez dłuższy czas także dzieci i kobiety w ciąży.

**Jest też wiele suplementów diety o podobnym działaniu...**

Dużo by mówić, czy są skuteczne czy nie. Jedno jest pewne, że preparaty naturalne są zdecydowanie bezpieczniejsze w stosowaniu. To prawda, że przyzwyczailiśmy się do pigułek, ale radziłbym jednak powrócić do natury, jeśli nie mamy pewności, co sobie zaaplikować, zapytajmy fachowca w aptece.





Z preparatów bonifraterskich godne polecenia są także soki. **Sok z pokrzywy** – generalnie o działaniu oczyszczającym, ale ponadto uzupełnia on niedobory żelaza, obniża poziom cukru w organizmie, działa moczopędnie, a zwiększając diurezę powoduje wypłukiwanie niebezpiecznych toksyn. **Sok z granatu** to bogactwo związków polifenolowych oczyszczających organizm z wolnych rodników, których nagromadzenie może prowadzić do chorób nowotworowych.

Jako szeroką profilaktykę warto stosować codziennie wszystkie bonifraterskie ciemne soki naturalne – z czarnej porzeczki, z nonii, z żurawiny. Gorąco polecam także bonifraterski sok z aloesu z mięszem, szczególnie skuteczny przy problemach gastrycznych, takich jak wrzody, zgagi, refluksy, nadkwasota. Wyścielając śluzówkę przewodu pokarmowego, łagodzi niemiłe objawy i działa przeciwzapalnie, wystarczy przyjmować 50 mililitrów na dobę. **Po zimowej przerwie trzeba by wrócić do naszego zielnika...**

i przypomnieć, że jakość surowca, zależy od czasu zbioru – powinien być przeprowadzony w okresie największego nagromadzenia w roślinie związków czynnych, od których zależy jej lecznicze działanie. Zaczniemy od brzozy:

**Brzoza brodawkowata (*Betula pendula*)** – sok (oskołę) uzyskuje się wczesną wiosną, gdy zaczynają nabrzmiewać pąki; nacinamy głęboko gałąź lub wywiercamy w pniu

otwór, pamiętając, aby po pobraniu soku otwór zatkać.

**Okres zbioru** – liście zbieramy wiosną, gdy jeszcze są lepkie, suszymy rozłożone cienką warstwą w przewiewnym, zacienionym miejscu, w temp. 40°C, ususzone przechowujemy w szczelnych opakowaniach.

**Zastosowanie w leczeniu** – świeży sok z brzozy od dawna używany był do kuracji wzmacniających, zwłaszcza cenny dla osób starszych lub po ciężkich chorobach. Wzmacnia siły organizmu, reguluje przemianę materii, zapobiega tworzeniu się kamieni moczowych, pomocny w chorobach skóry. Stosowany zewnętrznie wzmacnia cebulki włosowe i zapobiega przetłuszczaniu się włosów; w kosmetyce służy do wybielania cery oraz usuwania przebarwień. Liście brzozy pobudzają wydzielanie moczu i dezynfekują drogi moczowe. Stosowane są w chorobach nerek, w kamicy moczowej, w obrzękach pochodzenia sercowego, a także w gościecu przewlekłym oraz w skazie moczanowej. Pomocne są też w chorobach skóry, takich jak zapalenie łojotokowe, trądzik młodzieńczy i łuszczyca.

**Fiołek Trójbarwny (*Viola tricolor*)**, znany także jako bratek polny, macoszka, kwiatek Świętej Trójcy, w Polsce bardzo popularny.

**Okres zbioru** – w początkowym okresie kwitnienia (maj) zbieramy tylko kwitnące zielone pędy, suszymy w przewiewnym, zacienionym miejscu w temp. do 40°C, prze-



chowujemy w szczelnym opakowaniu (w słoju).

**Zastosowanie w leczeniu** – napar z bratka stosuje się w schorzeniach pęcherza i nerek, w chorobach dróg oddechowych, gościecu, skazie moczanowej, a także zewnętrznie, jako okłady z naparu sproszkowanego ziela, w chorobach skóry – egzemie, trądziku, świądzie skóry, wypryskach, skazie limfatycznej. Kąpiel z dodatkiem ziela bratka: 3 łyżki ziela bratka, 3 łyżki kwiatów wrzosu, 3 łyżki drobno pokrojonej skórki cytrynowej lub pomarańczowej zalewamy dwoma litrami wody, podgrzewamy na małym ogniu 20 min., pozostawiamy pod przykryciem kolejne 10 min., po czym precedzamy i wlewamy do wanny wypełnionej ciepłą wodą. Taka kąpiel działa pobudzająco, usuwa zmęczenie, wygładza skórę.

**No to, Bracie, życząc pogodnej wiosny i radosnych Świąt Wielkanocnych, dziękuję za rozmowę.**





## I Konferencja Ziołolecznictwa Zakonu Bonifratrów

W dniach 23–24 stycznia 2015 r. w warszawskim konwencie bonifratrów odbyła się pierwsza w tym roku konferencja w ramach Bonifraterskiej Szkoły Ziołolecznictwa: „Z tradycją – naturalnie, skutecznie, bezpiecznie.” Specjaliści służący na co dzień pacjentom w bonifraterskich aptekach i poradniach wypełnili salę do ostatniego miejsca. Wśród prelegentów byli: prof. Iwona Wawer z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, wiceprezes Krajowej Rady Suplementów i Odżywek, s. Joanna Moś – psycholog i psychoterapeuta ze Zgromadzenia Najświętszego Serca Jezusa (Sacré Coeur), oraz lek.

med. Marcin Samosiej – kierownik Poradni Ziołoleczniczej Konwentu Zakonu Bonifratrów w Łodzi.

Słowa uznania należą się wszystkim zaproszonym ekspertom i prelegentom, jak również Braciom i Współpracownikom Konwentu Zakonu Bonifratrów w Warszawie przy ul. Sapieżyńskiej za perfekcyjną organizację spotkania. Kwartalnik „Bonifratrzy w służbie chorym” był jednym z patronów medialnych konferencji naukowej.

Marcin Fiedorowicz

## Certyfikat Systemu Produkt Lokalny z Małopolski



W dniu 29 stycznia 2015 r. gospodarstwo Zakładu Aktywności Zawodowej Bonifraterskiej Fundacji Dobroczynnej odebrało kolejne wyróżnienie, jakim jest Certyfikat Systemu Produkt Lokalny z Małopolski. Produkt Lokalny z Małopolski to inicjatywa Fundacji Partnerstwo dla Środowiska, która poprzez organizację targów oraz klubów zakupowych i innych kanałów dystrybucji, daje lokalnym wytwórcom możliwość bezpośredniej sprzedaży produktów spożywczych konsumentom, którzy poszukują świeżej, ekologicznej i lokalnej żywności sprawdzonego pochodzenia. Certyfikat Produkt Lokalny z Małopolski niesie ze sobą wiele korzyści, między innymi:

1. dostęp do punktów sprzedaży Systemu PLM,
2. działania promocyjne dla wytwórców i produktów poprzez kanały promocji Systemu PLM,
3. drukowane materiały reklamowe,
4. szkolenia, międzynarodowe wizyty robocze oraz inne formy wsparcia,
5. usługi doradcze.

Nadany Certyfikat wzmocni możliwości sprzedaży produktów z BFD ZAZ, co pozwoli lepiej realizować cele rehabilitacyjne wobec podopiecznych Fundacji, jak również jest elementem promocji jej misji w szerszym kręgu lokalnych społeczności małopolski.

Mateusz Kopta



# XXIII Światowy Dzień Chorego

*„Niewidomemu byłem oczami, chromemu służyłem za nogi”*

Księga Hioba



Iwonicz

W przypadające na 11 lutego liturgiczne wspomnienie Matki Bożej z Lourdes obchodziliśmy – już po raz XXIII – Światowy Dzień Chorego. Z tej też okazji o godz. 10:30 odprawiona została w naszej kaplicy uroczysta Msza św., której przewodniczył ks. Andrzej Bień, dyrektor Katolickiej Rozgłośni Radia FARA. W kazaniu ks. Andrzej wzruszająco mówił o chorobie i trudnym życiu. Zachęcał chorych, by z radością przyjmowali krzyż cierpienia i choroby. Zebranych na Eucharystii wiernym udzielono Sakramentu Namaszczenia Chorych oraz specjalnego błogosławieństwa Najświętszym Sakramentem. Po Mszy św. ks. Andrzej wraz z asystą i o. przeorem Michałem Ziębą udali się do chorych, którzy nie mogli uczestniczyć w nabożeństwie, aby im udzielić Sakramentu Namaszczenia.

Na uroczystość zaproszone zostały rodziny naszych podopiecznych, jak również władze powiatu krośnieńskiego, władze PCPR w Krośnie oraz Gminy Iwonicz Zdrój, a także zaprzyjaźnieni księża z okolicznych parafii. Gości powitał dyrektor DPS Tomasz Półchłopek, życząc miłego spędzenia czasu. W trakcie oczekiwania na obiad odbył się pokaz zdjęć obrazujących wydarzenia kulturalne z okresu 2014–2015, a także krótki koncert przygotowany przez zespoły „Promyk” i „Black Crows” działające w naszym Domu, goście mogli też posłuchać piosenek w wykonaniu Agaty Kielar.

Po zakończonym obiedzie zaproszono wszystkich do wspólnej zabawy tanecznej.

Joanna Stanisław



Łódź

– ten jest wielki, kto jest gotowy do służenia innym, bezinteresownie – podkreślił bp Adam Lepa, honorowy bonifratr, podczas Mszy św. w sanktuarium Matki Bożej Uzdrawienie Chorych. Zwrócił także uwagę na służbę, solidarność z chorymi i wrażliwość na cierpienie – to postawy jakimi winni kierować się i jakie realizować: lekarze, personel medyczny i wolontariusze. Bo dojrzała wiara to odkrywanie Bożej obecności w znakach w naszym życiu, także poprzez kontakt i opiekę nad chorym, ale też znajdowanie się po drugiej stronie – jako chory i cierpiący.

Ksiądz Biskup przewodniczył liturgii w przeddzień Światowego Dnia Chorego. W uroczystości wzięli udział pracownicy i pacjenci naszego szpitala oraz bracia bonifratrzy z prowincjałem – o. Eugeniuszem Kretem i przeorem łódzkiego konwentu – o. Franciszkiem S. Chmielelem, na czele. Obecni byli także zaprzyjaźnieni kapłani: ks. Władysław Łojan, o. Adam – franciszkanin i o. Mieczysław, jezuita. O oprawę muzyczną Eucharystii zadbał Boni Fratres Band.

Po Mszy św. bp Adam Lepa wspólnie z zakonnikami i kapłanami udał się z Najświętszym Sakramentem na szpitalne oddziały, do najciężiej chorych.

Za [www.bonifratrzy.pl](http://www.bonifratrzy.pl)



Kraków

# Spotkanie za jeden uśmiech

XXIII Światowy Dzień Chorego, którego tegorocznym hasłem stały się słowa z Księgi Hioba „Niewidomemu byłem oczami, chromemu służyłem za nogi”, w krakowskim Szpitalu Bonifratrów rozpoczął się w kaplicy szpitalnej uroczystą Mszą św. w intencji wszystkich Chorych. Celebrans w homilii podkreślił, jak cennym darem – choć niekiedy bardzo trudnym – jest kontakt ze starszymi, schorowanymi i cierpiącymi ludźmi, w nich bowiem obecny jest Chrystus, który poprzez ich cierpienia dopełnia dzieła odkupienia. Po Mszy św. w kaplicy oraz w salach chorych kapłani udzielili pacjentom Sakramentu Namaszczenia Chorych oraz „błogosławieństwa louredzkiego”. Tegoroczny Światowy Dzień Chorego Papież Franciszek w swoim Orędziu powierzył macierzyńskiej opiece Maryi, wypraszając Jej wstawieństwa dla wszystkich chorych i dla tych, którzy oddali się służbie cierpiącemu.

Niezwykłą atrakcją tego dnia było zorganizowane przez członków Stowarzyszenia Przyjaciół Szpitala Bonifratrów „Spotkanie za jeden uśmiech”, podczas którego wraz z młodzieżą Gimnazjum nr 15 odwiedzili oni pacjentów naszego Szpitala, czym sprawili miłą niespodziankę wracającym do zdrowia. Każdy z pacjentów otrzymał piękną, własnoręcznie wykonaną przez dzieci i młodzież z Zespołu Szkół Ogólnokształcących



Integracyjnych nr 1 im. Janusza Korczaka w Krakowie kartkę z życzeniami powrotu do zdrowia, a lekarze i pielęgniarki naszego Szpitala dostali serduszką. Były chwile pełne uśmiechu, wzruszeń i radości. Wierzmy, że pacjenci naszego Szpitala, którzy otrzymali takie wsparcie i piękne prace na pewno szybko wrócą do zdrowia. Stowarzyszenie Przyjaciół Szpitala Bonifratrów zorganizowało ponadto na terenie Szpitala punkt bezpłatnych badań profilaktycznych – pomiar ciśnienia tętniczego oraz pomiar poziomu cukru we krwi.

Mamy nadzieję, że to pierwsze, „Spotkanie za jeden uśmiech” stanie się początkiem czegoś bardzo pięknego, co będzie kontynuowane i stanie się tradycją.

Alicja Homel







10 lutego w remizie OSP w Brodach miała miejsce organizowana przez pracowników naszego Domu i Warsztatów Terapii Zajęciowej coroczna zabawa karnawałowa, której tematem przewodnim był Dzień Zakochanych, czyli popularne Walentynki. W sali przystrojonej czerwonymi serduszkami – stosownie do okoliczności – bawili się mieszkańcy naszego Domu, uczestnicy WTZ, pracownicy, wolontariusze i zaproszeni goście. Muzykę miksował DJ Marek, do tańca grała także zaprzyjaźniona kapela „U Panka”.

Następnego dnia, w XXIII Światowy Dzień Chorego, uroczystą Eucharystię w naszym kościele zakonnym odprawił o. przeor Damian Wasylewicz OH. Oprawę liturgiczną i muzyczną Mszy św. przygotowali pracownicy DPS i WTZ tworzący scholę. Podczas nabożeństwa odczytano przesłanie papieża Franciszka, w którym oj-



Zebrzydowice

## Zabawa karnawałowa Zapusty

ciec święty podkreślił, że mądrością serca jest wyjście poza siebie ku bratu, a czas spędzony przy chorym jest czasem świętym. W trakcie Mszy św., w której licznie uczestniczyli mieszkańcy DPS, uczestnicy WTZ, pracownicy i przyjaciele naszej wspólnoty, potrzebującym został udzielony sakrament namaszczenia chorych, odmówiono również litanii za chorych.

17 lutego zorganizowaliśmy – jak zwykle – pochód zapustowy, któremu w tym roku towarzyszyła cygańska nuta i także piękne, barwne przebrania. Pochód przeciągnął przez wszystkie zebrzydowskie zakamarki bonifraterskie, czyniąc wiele hałasu i radosnego zamieszania. Zapustnikom nie zabrakło pysznego chrustu, którym częstowano odwiedzanych, ci z kolei rewanżowali się drobnymi podarkami. Nasz orszak odwiedził też sąsiadów – Dom Wczasowo-Rehabilitacyjny Caritas w Zebrzydowicach.

Artur Wojdalski







# Powołaniowe Dni Skupienia

W dniach 18–22 lutego br. w warszawskim Konwencie pw. św. Ryszarda Pampuriego odbyły się zimowe Powołaniowe Dni Skupienia dla mężczyzn zainteresowanych życiem zakonnym. W roku poświęconym osobom konsekrowanym i tym szczególnym Roku Powołań do Szpitalnictwa wielu młodych pragnie rozeznaczyć swoje

powołanie, doświadczyć życia zakonnego – tak zupełnie odmiennego od tego, które proponuje świat. Owa odmienność to całkowite oddanie się na wyłączną służbę Chrystusowi poprzez posługiwanie chorym i najbardziej potrzebującym, to codzienny wybór Chrystusa miłosiernego.

Uczestnicy poznawali historię założyciela Zakonu Szpitalnego św. Jana Bożego, brali udział w codziennym życiu braci bonifratrów, a więc w modlitwach liturgii godzin, codziennej Eucharystii, posługiwaniu w dziełach szpitalnych – w Domu Geriatriczno-Rehabilitacyjnym czy wydając posiłki bezdomnym w bonifraterskiej jadłodajni. Codzienna adoracja Najświętszego Sakramentu oraz modlitwa wstawiennicza prowadzona przez o. Teodora Książkiewicza OH pozwalała wejść głębiej w tajemnicę powołania człowieka. Był to dobry czas spotkania z Chrystusem Miłosiernym obecnym w drugim człowieku.

Serdeczne podziękowania kieruję dla braci z Konwentu św. Ryszarda Pampuriego za serdeczne przyjęcie i gościnę. Bóg zapłać.

Br. Tymoteusz Hołozubiec OH





# Uroczystości Odpustowe

## ku czci Św. Jana Bożego – Iwonicz

*„Gdybyśmy pamiętali o Bożym miłosierdziu,  
to nie ustawilibyśmy w czynieniu dobra”*



8 marca – Dzień liturgicznego wspomnienia św. Jana Bożego, założyciela Zakonu i charyzmatycznego głosiciela szpitalnictwa, poprzedziła w Iwoniczu dziewięciodniowa Nowenna. W dniu odpustowym Mszy św. przewodniczył i homilię wygłosił ks. bp Stanisław Jamrozek. Jego ciepłe słowa skierowane do wiernych dostarczyły wszystkim wielu wzruszeń. Oprawę Mszy Św. przygotował Zespół Duszpasterski działający w naszym Domu. Po zakończonej Eucharystii i odśpiewaniu „Te Deum” przeor br. Michał Zięba zaprosił ks. Biskupa, zaproszonych gości, mieszkańców i pracowników DPS na uroczysty obiad, po czym wszyscy udali się do świetlicy, gdzie pracownicy i mieszkańcy Domu wystawili sztukę o Założycielu Zakonu. W programie znalazły się też piosenki w wykonaniu zespołu muzycznego „Black Crows” oraz wiersz o św. Janie Bożym autorstwa wolontariusza pana Dawida Dąbrowskiego. Wiersz kończył się słowami:



*Dom Pomocy Bonifratrów  
Znany jest na Podkarpaciu.  
Pomoc, wsparcie i szacunek  
Godny wikt i opierunek.*

Joanna Stanisł





# Tradycyjnie i zdrowo

W polskiej kulturze kulinarnej mamy wiele rodzajów potraw, które od stuleci przygotowywane były na czas Świąt Wielkanocnych. Obok wymiaru religijnego to właśnie bogate wielkanocne ucztowanie wpisało się w naszą historię – tradycyjnych dań świątecznych było bardzo wiele i były niezwykle zróżnicowane. Nie wszystkie przepisy bywają dziś przez nas wykorzystywane, głównie dlatego, iż brakuje nam czasu i cierpliwości na przygotowywanie pracochłonnych posiłków. Poza tym znaczna część tych potraw nie zawsze służy naszemu zdrowiu – smakowite pieczenie, zawiesiste sosy, tłuste wędliny czy świąteczne słodkości to co prawda rarytasy dla podniebienia, z reguły jednak są ciężkostrawne i znacznie obciążają nasz układ trawienny.

Nie wszystkie wszakże tradycyjne potrawy muszą być wysokokaloryczne i niezdrowe. Wiele wielkanocnych produktów cechuje się wysoką wartością odżywczą i można je zaliczyć do sojuszników naszego organizmu, gdyż chronią go przed groźnymi chorobami i szkodliwymi substancjami. Wszystko zależy, w jaki sposób zostaną przyrządzone i w jakim towarzystwie znajdą się w świątecznych daniach. Oto najbardziej charakterystyczne wielkanocne produkty, będące jednocześnie źródłem zdrowia.

**Jajko** jest prawdziwym cudem natury. Zawiera najzdrowszą postać białka spośród wszystkich produktów spożywczych. Białka jaj posiadają w swoim składzie wszystkie aminokwasy egzogenne – czyli takie, których organizm człowieka nie jest w stanie sam wytworzyć, a które jednocześnie są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania ustroju. Ponadto możemy tu znaleźć ważne dla zdrowia witaminy A, D, E i B oraz składniki mineralne, takie jak żelazo, fosfor czy siarka. Jajko zawiera ponadto ważne dla zdrowia barwniki – ksantofil i luteinę. Ksantofil zapobiega osadzeniu się złogów na ścianach tętnic, luteina zaś chroni nas przed szkodliwym promieniowaniem UVA i UVB. Wysoka podaż tych substancji zmniejsza ryzyko katarak-

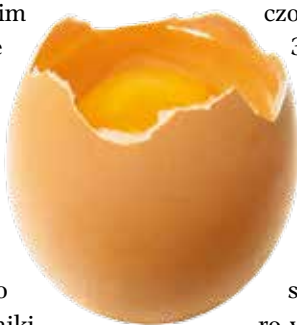
ty i degradacji plamki żółtej, która może być powodem ślepoty.

Przez lata jajko niesłusznie było krytykowane z powodu sporej zawartości cholesterolu znajdującego się żółtku. Okazuje się jednak, iż zawarta w jajku lecytyna i nienasycone kwasy tłuszczowe pomagają pozbyć się cholesterolu i obniżają poziom trójglicerydów we krwi. Nawet przy spożyciu 2–3 jaj dziennie u osób zdrowych nie stwierdza się wzrostu poziomu cholesterolu we krwi w porównaniu z dietą standardową.

**Żur** to tradycyjna polska zupa przygotowana na tzw. zakwasie. To właśnie zakwas powstały w procesie fermentacji jest najcenniejszym składnikiem tej potrawy – stanowi on bogate źródło probiotyków, czyli ważnych dla zdrowia kultur bakterii kwasu mlekowego odpowiedzialnych za prawidłowe funkcjonowanie układu pokarmowego. Probiotyki są w stanie przywrócić naturalny skład mikroflory jelitowej, zakłócany m.in. przez infekcje wirusowe, niewłaściwy sposób żywienia, stres oraz zanieczyszczenie żywności niepożądanymi mikroorganizmami i substancjami toksycznymi.

Zakwas możemy co prawda kupić w sklepie, jednak najzdrowszy i najsmaczniejszy jest ten, który samodzielnie przygotowujemy w domu. Wystarczy nam gliniane naczynie i żytnia, najlepiej razowa mąka, którą zalewamy letnią przegotowaną wodą, dodając ząbek czosnku i szczyptę ciemnej kamiennej soli. Po 3–4 dniach mamy gotowy zakwas. Jeżeli decydujemy się na zakup w sklepie wybierajmy ten w szklanych butelkach.

**Rzeżucha** to prawdziwa skarbnica ważnych dla zdrowia substancji. Jako jedna z niewielu roślin zawiera duże ilości łatwo przyswajalnego jodu, stąd też zaleca się ją osobom chorym na tarczycę. Ma sporo witaminy A, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, E, PP, a także składniki mineralne, takie jak siarka, chrom i magnez. Rzeżucha obniża poziom cukru we krwi, dlatego zalecana jest cukrzykom. Wykazuje właściwości oczyszczające, poprawia apetyt i wspomaga trawienie. Wykorzystuje







się ją także jako lek oczyszczający jelita z pasożytów. Działa dezynfekująco na jamę ustną i układ pokarmowy. Rzeżucha poprawia urodę – wzmacnia paznokcie, wspomaga włosy i odżywia skórę. Dzięki swym licznym zaletom zasługuje na to, by włączyć ją do diety, szczególnie w okresie przedwiosnia, kiedy organizm pozbawiony jest świeżych, naturalnie produkowanych warzyw.

Rzeżuchę najlepiej wyhodować samemu w warunkach domowych. W tym celu wysiewamy nasiona na miękkie, wilgotne podłoże, tj. na ligninę lub bibułę, zraszamy je wodą i umieszczamy w ciepłym, słonecznym miejscu. Pierwsze kiełki pojawiają się już trzeciego dnia. Jeśli będziemy ją regularnie podlewać po dziesięciu dniach osiągnie swoją optymalną wielkość. Rzeżucha dzięki ostremu, mocnemu smakowi znakomicie nadaje się jako dodatek do kanapek, sałatek, surówek, zup, sosów czy masła.

**Buraki** to także tradycyjny składnik wielkanocnego stołu. Najczęściej podajemy je z chrzanem, ale także w czerwonym barszczu przygotowanym na buraczanym zakwasie. Zakwas buraczany – podobnie jak zakwas z żytniej maki – odnawia naszą florę bakteryjną. Buraki zawierają w swym składzie antocyjany należące do przeciwutleniaczy, czyli związków podnoszących odporność, hamujących procesy starzenia się i przede wszystkim chroniących nas przed chorobami nowotworowymi. W korzeniu buraka znajdują się także spore ilości witamin C, A, B<sub>1</sub> oraz kwas foliowy niezbędny zwłaszcza dla kobiet w ciąży. Buraki bogate są również w wapń, który



jest budulcem kości i zębów, a duża zawartość potasu reguluje ciśnienie tętnicze krwi.

**Mięso z indyka** należy do najzdrowszych produktów zwierzęcych. Charakteryzuje się najniższą spośród mięs wartością kaloryczną, a jednocześnie wysoką jakością pod względem odżywczym. Mięso to zawiera dużo łatwo strawnego białka i należy do produktów antyalergicznym, dlatego zaleca się je stosować w dietach małych dzieci. W swym składzie posiada również znaczne ilości witamin z grupy B: niacynę, ryboflawinę i tiaminę, niezbędnych zarówno do wzrostu i prawidłowego rozwoju układu nerwowego, jak i do utrzymania ogólnej sprawności organizmu. Jest ono także ważnym źródłem witaminy B<sub>12</sub>, niezbędnej dla wytwarzania czerwonych krwinek. Mięso indycze zawiera ponadto stosunkowo dużo składników mineralnych, takich jak: fosfor, potas, magnez, żelazo i cynk. Najwięcej potasu, magnezu i fosforu można znaleźć w piersiach, zaś żelaza i cynku w nogach i skrzydłach.

Istotną rolę, od której zależy jakość mięsa indyczego, spełnia sposób hodowli zwierząt. Jeśli nie mamy możliwości zakupu drobiu ze sprawdzonego źródła, wybierajmy mięso oznaczone certyfikatem QAFP, potwierdzającym, że wyrób charakteryzuje się wysoką jakością i bezpieczeństwem, dzięki zapewnieniu odpowiednich warunków hodowli, m.in. poprzez wyeliminowanie z niej potencjalnie szkodliwych dodatków do pasz.

Wesołych Świąt i Smacznego

Renata Mikołajek

### Pieczeń z indyka

#### SKŁADNIKI

1 indyk o wadze ok. 4 kg, 1 główka czosnku, ok. ½ kostki masła, 2 cebule, pieprz, sól

#### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Z całego indyka filetujemy piersi oraz uda i podudzia, pozabawiając je kości. Wyfiletowane mięso przeznaczamy na pieczeń, z pozostałych części indyka (skrzydła, szyja, kości) możemy przygotować rosół. Mięso oddzielone od kości nacieramy roztartym czosnkiem, solą i pieprzem, wkładamy do żaroodpornego naczynia. Obkładamy grubo pokrojoną

cebulą i plastrami masła. Naczynie zakrywamy i wstawiamy do piekarnika nagrzanego do około 180°C. Całość pieczemy do miękkości około 2 godzin.

Jeśli chcemy, aby mięso było bardziej przypieczone pod koniec pieczenia zdejmujemy nakrycie naczynia, w którym piekło się indyk. Upieczone mięso wyjmujemy z naczynia, sos powstały podczas pieczenia przecieramy przez sito lub miksujemy blenderem i polewamy mięso.

Na stół możemy je podać z ziemniakami upieczonymi w tym samym piekarniku równoległe z indykiem.



# Książki na wiosnę

Andrzej Szczeklik, Jerzy Ilg

## ***Śluch absolutny***

Wydawnictwo Znak, Kraków 2014

Zmarły przed dwoma laty profesor Andrzej Szczeklik, wieloletni Kierownik II Katedry Chorób Wewnętrznych Collegium Medicum UJ, to lekarz-legenda. Jego błyskotliwe książki o medycynie: „Catharsis”, „Kore” i „Nieśmiertelność” stały się bestsellerami i ukazały się także w USA, Hiszpanii, Francji, Niemczech, Rosji, na Węgrzech i na Litwie. Człowiek autentycznego powołania, niewiarygodnej erudycji i wielu talentów, podniósł medycynę do rangi sztuki. Leczył najwybitniejszych polskich pisarzy i artystów: Lema, Miłosza, Szymborską, Wajdę, Tischnera, Mrożka. Znany także z gry na fortepianie w „Piwnicy pod Baranami” i brawurowej jazdy na nartach, był jedną z najbarwniejszych postaci Krakowa.

„Śluch absolutny” pomaga zrozumieć, skąd biorą się ludzie wyjątkowi, jak wielkiej pracy i pasji wymaga zrealizowanie marzeń. W rozmowie ze swoim wydawcą i przyjacielem, Jerzym Illgiem, wydawcą, krytykiem literackim, redaktorem naczelnym wydawnictwa Znak, profesor Szczeklik pasjonująco i dowcipnie opowiada o swoim dzieciństwie, domu, mistrzach i najważniejszych lekturach, etapach kariery i przygodach na zagranicznych stażach, zaangażowaniu w „Solidarność” i represjach w stanie wojennym, spotkaniach z papieżem, wyprawach w ukochane góry – a także o sztuce medycznej syberyjskich szamanów, egipskiej Księdze Umarłych i „prometejskim śnie medycyny”: odwiecznym marzeniu człowieka o nieśmiertelności. W książce znajdują się niepublikowane wcześniej zdjęcia z prywatnego archiwum rodziny Szczeklików.



Paweł Zuchniewicz

## ***Zakochany mnich. Biografia o. Leona Knabita***

Wydawnictwo Znak, Kraków 2014

Zakonnik z „sercem jak tramwaj”, wieczny optymista, z dystansem do siebie, ale nie do innych – ojciec Leon Knabit – jeden z najbardziej znanych i lubianych zakonników w Polsce.

Jest kapłanem od ponad 60 lat, mnichem, który żyje zgodnie z surową regułą św. Benedykta, a przecież poczucia humoru mogliby pozazdrościć mu najwięksi komicy.

Ojciec Leon prowadził telewizyjny talk-show, opublikował kilkadziesiąt książek, dla wielu jest duchowym autorytetem – a jednocześnie to, co najważniejsze w życiu, odkrył w klasztornej celi.

Jaka jest jego recepta na szczęście?

„Zakochany mnich” to historia niezwykłego człowieka przez całe życie niestrudzenie szukającego woli Bożej. Autor opowiada o dzieciństwie, rodzinnych i koleżeńskich relacjach, dramatycznych doświadczeniach czasu okupacji, ofiarnej posłudze kapłańskiej i decyzji o związaniu swojego życia z klasztorem benedyktynów w Tyńcu.

Ojciec Leon Knabit zakochał się w Bogu i nigdy nie porzucił tej miłości.

O. Wojciech Ziółek SJ, Anna Sosnowska

## ***Ziło-lecznictwo, czyli wywary na przywary***

Wydawnictwo WAM, Kraków 2015

Na pierwszy rzut oka jest to książka o mrocznych zakamarkach ludzkiego życia – o momentach, kiedy dopadają nas różne kryzysy; o lękach, grzechach i naszych ułomnościach. Jednak najważniejszym tematem rozmowy, którą prowadzi o. Wojciech Ziółek SJ, filozof, teolog biblijny, wieloletni duszpasterz akademicki, i dziennikarka Anna Sosnowska, jest Bóg – Bóg tak dalece miłosierny, że nie mieści się nam to w głowie. Książka opiera się na osobistym doświadczeniu o. Ziółka. Jest poruszającą opowieścią księdza, który otwarcie mówi o własnych bojach, jakie musiał stoczyć w trudnych dla siebie chwilach, a także o bardzo intymnym doświadczeniu bycia uratowanym przez Boga.

William Macham

## ***Spisek przeciwko Całunowi***

Wydawnictwo AA, Kraków 2015

To nie jest po prostu jedna z książek o Całunie Turyńskim. Jest absolutnie wyjątkowa z kilku względów. Po pierwsze – jej autor, wybitny amerykański archeolog, nie jest katolikiem. Po drugie – prowadzi swoje śledztwo tylko i wyłącznie z punktu widzenia nauki. Po trzecie – nie waha się obnażyć rażących błędów i katastrofalnych w skutkach decyzji, jakie miały miejsce podczas badań prowadzonych nad Całunem, a które zaważyły na uznaniu go za nieautentyczny artefakt. A w końcu – co wcale nie jest najmniej istotne – to naukowe śledztwo niekatolika doprowadziło go do przekonania, które żywi wielu katolików: o autentyczności płótna, na którym widnieje wizerunek Ukrzyżowanego.



## KURIA PROWINCJALNA PROWINCJAŁ

Br. Eugeniusz KRET, OH  
31-066 Kraków  
ul. Krakowska 48  
tel.: (12) 430 60 50  
e-mail:  
kuria@bonifratrzy.pl  
www.bonifratrzy.pl

### PROMOTOR POWOŁAŃ

63-820 Piaski  
Osiedle Marysin 1  
tel. kom.: 660 482 635  
e-mail: promotor@bonifratrzy.pl

### POSTULAT

93-357 Łódź Chojny  
ul. Kosynierów Gdyńskich 61 A  
tel.: (42) 685 51 00  
fax: (42) 685 51 29  
e-mail: postulat@bonifratrzy.pl

### NOWICJAT

43-400 Cieszyn, pl. Ks. Londzina 1  
tel.: (33) 853 50 59  
e-mail: nowicjat@bonifratrzy.pl

### SCHOLASTYKAT

50-417 Wrocław, ul. Traugutta 57/59  
tel.: (12) 430 61 22

### CIESZYN

KONWENT BONIFRATRÓW  
pw. WNIEBOWZİĘCIA N.M.P.  
43-400 Cieszyn, pl. Ks. Londzina 1  
tel.: (33) 852 05 62, 852 02 68  
fax: (33) 852 02 68  
e-mail: bonifratrzy.cieszyn@onet.pl

### IWONICZ

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. ELŻBIETY  
WĘGIERSKIEJ  
38-440 Iwonicz, ul. Floriańska 19  
tel.: (13) 435 05 21, 435 13 14  
fax: (13) 425 01 30  
e-mail: bonifratrzy\_iwonicz@dps.pl

### KATOWICE-BOGUCICE

KONWENT BONIFRATRÓW  
pw. Św. ANIOŁÓW STRÓŻÓW  
40-211 Katowice-Bogucice  
ul. Ks. Markiełki 87  
tel.: (32) 258 95 82  
fax: (32) 353 00 22  
e-mail: konwent@bonifratrzy.katowice.pl  
www.bonifratrzy.katowice.pl

### KONARY-ZIELONA

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. JÓZEFA  
Konary-Zielona 21, 32-040 Świątyni Górne  
tel./fax: (12) 270 40 84  
e-mail: konwent@konary.pl

### KRAKÓW

KONWENT BONIFRATRÓW pw. TRÓJCY  
PRZENAJSWIĘTSZEJ  
31-066 Kraków, ul. Krakowska 48  
tel./fax: (12) 430 61 22  
e-mail: konwent@bonifratrzy.krakow.pl  
www.bonifratrzy.krakow.pl



### LEGNICA

KONWENT BONIFRATRÓW pw. MATKI BOŻEJ  
ŁASKAWEJ  
ul. Lindego 6, 59-220 Legnica  
tel./fax: (76) 862 45 42  
e-mail: legnica@bonifratrzy.com

### ŁÓDŹ

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. RAFAŁA  
ARCHANIOŁA  
Sanktuarium Matki Bożej Uzdrawienia Chorych  
93-357 Łódź Chojny  
ul. Kosynierów Gdyńskich 61 A  
tel.: (42) 685 51 00  
fax: (42) 685 51 29  
e-mail: konwent@bonifratrzy.lodz.pl  
www.bonifratrzy.lodz.pl

### PIASKI

KONWENT BONIFRATRÓW  
pw. NAJŚW. SERCA PANA JEZUSA  
63-820 Piaski, Osiedle Marysin 1  
tel.: (65) 573 97 37  
fax: (65) 525 09 78  
e-mail: konwent@marysin.com.pl  
www.bonifratrzy.marysin.com.pl

### PRUDNIK

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. PIOTRA  
I PAWŁA  
ul. Piastowska 8, 48-200 Prudnik  
tel./fax: (77) 436 26 05  
e-mail: prudnik@bonifratrzy.com

### WARSZAWA I

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. JANA  
BOŻEGO i Św. ANDRZEJA APOSTOŁA  
00-213 Warszawa, ul. Bonifraterska 12  
tel./fax: (22) 635 77 17  
e-mail: bonifraterska@bonifratrzy.pl

### WARSZAWA II

KONWENT BONIFRATRÓW  
pw. Św. RYSZARDA PAMPURI  
00-215 Warszawa, ul. Sapieżyńska 3  
tel.: (22) 635 64 67, 635 68 19  
fax: (22) 635 21 09  
e-mail: przeor@bonifratrzy.warszawa.pl

### WROCŁAW

KONWENT BONIFRATRÓW pw. TRÓJCY  
PRZENAJSWIĘTSZEJ  
50-417 Wrocław, ul. Traugutta 57/59  
tel./fax: (71) 344 84 74  
e-mail: konwentwroclaw@bonifratrzy.pl

### ZAKOPANE

KONWENT BONIFRATRÓW  
pw. Św. AUGUSTYNA  
34-500 Zakopane, ul. Krzeptówki 64  
tel.: (18) 207 09 09  
fax: (18) 207 09 09  
e-mail: bonifratrzyzakopane@gmail.com

### ZĄBKOWICE ŚL

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. JÓZEFA  
ROBOTNIKA  
ul. 1-go Maja 9, 57-200 Ząbkowice Śl.  
skr. poczt. 12  
tel./fax: (74) 815 54 56  
e-mail: ząbkowice@bonifratrzy.pl  
www.bonifratrzyzabkowice.pl

### ZEBRZYDOWICE

KONWENT BONIFRATRÓW  
pw. Św. FLORIANA  
34-130 Kalwaria Zebrzydowska  
Zebrzydowice 1  
tel./fax: (33) 876 65 60  
e-mail: dps1zeb@poczta.onet.pl

### DROHOBYCZ

KONWENT BONIFRATRÓW pw. JEZUSA  
DOBREGO SAMARYTANINA  
Archidiecezja Lwowska  
ul. Iwana Franka nr 53, 82100 Drohobycz,  
Ukraina  
tel./fax 00380324433202  
e-mail: bonifratry.drohobych@gmail.com

### NAZARET

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. RODZINY  
Holy Family Hospital  
P.O. Box 8, 16100 NAZARET – Izrael  
tel.: (00972) 46508975  
fax: (00972)46508906  
e-mail: Bonifratrzy.Nazaret@gmail.com

**Pragniesz służyć chorym  
i potrzebującym?**

**Przyjdź!**

**Zakon Szpitalny  
św. Jana Bożego**

**Kontakt:**

**[www.bonifratrzy.pl](http://www.bonifratrzy.pl)**

**[promotor@bonifratrzy.pl](mailto:promotor@bonifratrzy.pl)**

**Tel. 660 482 635**

