

BONIFRATRY

w służbie chorym



120 lat Bonifratrów
w Marysinie-Piaskach



ŚWIĘTY
BENEDYKT
MENNI
11 MARCA 1841
24 KWIEŹNIA 1914

Spis treści

3	Od redakcji
4	120-lecie Marysina BR. TYMOTEUSZ HOŁOZUBIEC OH
6	Potrójne święto w Piaskach-Marysinie MONIKA DOMINIAK
8	W sercu św. Benedykta Menniego KATARZYNA WOJTANOWICZ
9	Legenda Wrocławia – Carl von Holtei KAMIL CZECHURA
10	Uświęć nas w prawdzie O. LEON KNABIT OSB
12	Ziołolecznictwo BR. MARCIN M. CEGŁA OH
14	Żyłaki kończyn dolnych i ich powikłania BR. BŁAŻEJ KOZŁOWSKI OH
16	Bonifraterska Spółka Farmaceutyczna MARCIN FIEDOROWICZ
16	Bonifraterska Apteka poleca BR. JAN Z DUKLI ŚCIERANKA OH
17	Z Życia Zakonu
17	V Bonifraterskie Spotkania z Rehabilitacją BERENIKA WRUK
18	Św. Jan Boży „zameldowany na stałe” w Tarnobrzegu BR. MATEUSZ BICZYK OH
19	Kaplica pw. Świętych Aniołów Stróżów DAMIAN STĘPIEŃ
19	Medal
20	Dzień Godności Osoby Niepełnosprawnej JOLANTA TARASIAK, JADWIGA GAWOR
21	Spotkanie formatorów z Europy BR. SĄDOK SNOPEK OH
22	Wizyta pasterska ks. biskupa Adama Szala w Iwoniczu JOANNA STANISZ
22	Piknik rodzinny BR. MARCIN M. CEGŁA OH
23	Dzień Samarytański w Szpitalu Bonifratrów w Krakowie ALICJA HOMEL
24	Ciekawostki żywieniowe RENATA MIKOŁAJEK
26	Wydawnictwa bonifraterskie



Wierzbówka

Zostawiliśmy za sobą
Wszystkie nasze codzienne sprawy
I wstąpiliśmy w lato
Tu wszystko było po staremu
Góra Chocz zachowała swoją ostrość
W kamiennym kościółku
Jak zawsze
Dobrotliwie uśmiechała się pyzata
 Madonna
Szumiały potoki
A długonogie wierzbówki kiprzyce
Z rodziny wiesiołkowatych
Jak co roku
Płynęły z wiatrem fioletową falą
Przez spletaną przydrożną zieleń

Anna Jawor

Wydaje: Prowincja Polska Zakonu Szpitalnego Św. Jana Bożego
p.w. Zwiastowania Najświętszej Maryi Panny – Fate Bene Fratelli
00-213 Warszawa, ul. Bonifraterska 12

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
00-213 Warszawa, ul. Bonifraterska 12

Fot. na okładce: Przemysław Błoch

Skład: Pracownia Słowa

Nakład: 3300 egz.

Od redakcji

Tegoroczna wiosna to dla Rodziny bonifraterskiej w Polsce dwa ważne wydarzenia – przede wszystkim jubileusz 120-lecia obecności braci Bonifratrów w Marysinie-Piaskach, oraz zakończenie Roku św. Benedykta Menniego. W kwartalniku znalazły się więc sprawozdania z uroczystości jubileuszowych zarówno w Marysinie, gdzie Bonifraterskiemu Centrum Rehabilitacji patronuje św. Benedykt, jak i w Ciempozuelos, gdzie znajduje się jego grób, a także dom macierzysty Zgromadzenia Sióstr Szpitalnych od Najświętszego Serca Jezusa, które powołał do życia.

Kończący się Rok św. Benedykta Menniego staje się okazją do poszerzenia naszej wiedzy o jego życiu i dziele, ale też o Zgromadzeniu Sióstr Szpitalnych, które w zamyśle ich świętego Założyciela miały – zgodnie z bonifraterskim charyzmatem – otoczyć opieką psychicznie chore kobiety. Temu właśnie poszerzeniu wiedzy ma służyć dołączony do kwartalnika Dodatek. Autorką zamieszczonych w nim artykułów jest od 10 lat posługująca w Ghanie siostra Iwona Olesińska HSC.

W kwartalniku znajdziemy ponadto relacje z wydarzeń w poszczególnych konwentach. I tak – Katowice pochwały się pięknie odnowioną kaplicą, w Krakowie zorganizowano Dzień Samarytański, a w Warszawie Piknik Integracyjny, działająca zaś w Konarach-Zielonej Bonifraterska Fundacja Dobroczynna wraz ze wszystkimi podopiecznymi zaprosiła do Marszu Godności, w którym wzięli udział dorośli, dzieci i młodzież z dwóch okolicznych gmin.

Z archiwów wrocławskiego klasztoru wydobyto osobę romantycznego poety Carla von Holtei, przyjaciela Polaków, któremu na ostatnie lata życia bonifratrzy udzielili gościny, natomiast tarnobrzaska parafia pw. Matki Bożej Nieustającej Pomocy nie tylko zaprosiła w gości, ale „zameldowała na stałe” św. Jana Bożego, którego relikwie spoczęły w tamtejszym kościele.

Na zbliżający się letni czas Czytelnikom kwartalnika życzymy, aby mocni prawdą i Bogiem – o czym przypomina nam o. Leon Knabit – umieli cieszyć się pięknem świata.

Wszystkim dobrego wypoczynku.





120-lecie Marysina

Jubileusz 120-lecia działalności marysińskiego szpitala skłania do pewnej refleksji – jak w ciągu minionych lat rozwijał się szpital, jak działali bonifratrzy na ziemiach Wielkopolski.

Pod koniec XIX wieku sytuacja polityczna tych ziem była bardzo trudna. Piaski jak i inne okoliczne miejscowości znajdowały się w zaborze pruskim. Poddani silnym działaniom germanizacyjnym mieszkający tam Polacy starali się na różne sposoby zachować ducha patriotyzmu – nie przez walkę zbrojną, ale poprzez postępową gospodarkę, tzw. pracę organiczną, pielęgnowanie rodzimej kultury.

W 1891 roku br. Maurus Wiczorek, bonifratrater kwestujący w ówczesnym powiecie gostyńskim na rzecz klasztoru w Ścinawie, w którym bracia prowadzili szpital, został

zaproszony przez właściciela ziemskiego hr. Marcellego Żółtowskiego, któremu przedstawił działalność Zakonu Szpitalnego św. Jana Bożego. Rozmowa zaowocowała inicjatywą ufundowania przez hrabiego szpitala dla ludności polskiej, który prowadziliby bracia miłosierdzia. Pierwszym przeorem konwentu w Piaskach został o. Emanuel Wagner.

Wiadomość o klasztorze i szpitalu mającym przyjmować najbiedniejszych rozeszła się lotem błyskawicy. Miejscowa ludność zaoferowała swą pracę, a okoliczni właściciele ziemscy materiały budowlane. Budowę szpitala i klasztoru rozpoczęto

5 maja 1892 r., a uroczyste otwarcie i poświęcenie przez abpa Floriana Stablewskiego odbyło się 15 października 1895 r. Tak szybkie tempo prac stało się dowodem wielkiej patriotycznej determinacji ludności. Konwent Bonifratrów przyjął za patrona Najświętsze Serce Pana Jezusa, a miejsce, na którym się znajdował, nazwano Marysinem – na cześć Najświętszej Marii Panny oraz córki hr. Żółtowskiego.

Szpital zaplanowany był na 32 łóżka, jednak już we wrześniu 1896 r. przebywało w nim 42 chorych, a potrzeby nowych łóżek stale rosły, toteż wkrótce zdecydowano o rozbudowie obiektu. I tak w roku 1904 powstał pawilon zakaźny, w roku 1907 dobudowano kościół klasztorny, a w latach 1909–1910 dzięki ofiarności księżnej Drucko-Lubeckiej Otylii Woller przedłużono front skrzydła szpitala. W ten sposób placówka mogła pomieścić 80 chorych. Szpital stał się jednym z najnowocześniejszych obiektów

Konwent i szpital przed rozbudową



w okolicy, wyposażony od samego początku w centralne ogrzewanie, sanitariaty, kuchnię z windą żywnościową, pralnię i magazyny, posiadał też salę operacyjną i aptekę. Służył pomocą wszystkim, zwłaszcza tym najbardziej potrzebującym.

Z chwilą wybuchu I wojny światowej władze pruskie przeznaczyły szpital do celów wojennych. Wielu braci posługujących w Marysinie skierowano na front zachodni (francuski), aby tam pełnili obowiązki sanitariuszy w szpitalach wojskowych. W 1917 roku Piaski nawiedziła powódź, która zalała pola uprawne i zniszczyła większość pól. W 1919 roku w czasie Powstania Wielkopolskiego Marysin zamieniono w szpital powstańczy Grupy „Leszno”. Chorych i rannych opatrywali zarówno pracujący tu lekarze, jak i zakonnicy.

Po odzyskaniu przez Polskę niepodległości konwent marysiński został włączony do reaktywowanej w roku 1922 Prowincji Polskiej (wcześniej należał do Prowincji Prusko-Śląskiej). Okres międzywojenny był dla bonifratrów czasem rozwoju i stabilizacji. Dochody z gospodarstwa wzorowo prowadzonego przez braci nie tylko w pełni pokrywały potrzeby szpitala, ale też wystarczały na pomoc dla najbardziej potrzebujących. W roku 1926 szpital w Marysinie rozszerzył swą działalność o leczenie chorych na gruźlicę.

Wybuch II wojny światowej całkowicie zmienił sytuację. Szpital przejęli Niemcy. Zaczęło się wielkie prześladowanie Pola-

ków, w tym także braci zakonnych. Wielu z nich wywieziono do obozu w Dachau, skąd już nie powrócili. Mimo iż szpital przeznaczony był wyłącznie dla ludności niemieckiej, ówczesny ordynator dr Luttelman wraz z kilkoma osobami wtajemniczonymi potajemnie leczył ludność polską, a nawet wykonywał operacje w piwnicach domu lekarzy przy ul. Dworcowej w Piaskach. Z chwilą wkroczenia wojsk rosyjskich szpital przekształcono w lazaret polowy, a w roku 1950 szpital i gospodarstwo rolne zostały upaństwowione. Dwa lata później nastąpiła zmiana nazwy na Szpital Obwodowy Marysin-Piaski, braci sukcesywnie zwalniano z pracy.

Działania zmierzające ku odzyskaniu mienia zagrabionego przez władze komunistyczne Zakon Bonifratrów podjął dopiero po roku 1989. W roku jubileuszowym kończącym 2000 lat chrześcijaństwa, czyli 31 grudnia 2000, bonifratrzy na nowo rozpoczęli działalność w Piaskach, odzyskując szpital i przywracając mu pierwotną nazwę Szpitala Zakonu Bonifratrów, a 1 stycznia 2001 zaczął działać Bonifraterski Ośrodek Interwencji Kryzysowej. Z braku funduszy remont szpitala rozpoczął się dopiero w roku 2005, a rok później rozpoczął działalność w zakresie rehabilitacji ogólnoustrojowej i pulmonologicznej pod nazwą Szpital Zakonu Bonifratrów pw. św. Benedykta Menniego w Piaskach-Marysinie. W latach 2009–2010 dokonano konserwacji klasztornej kościoła. W roku 2008 urucho-



miono Oddział Rehabilitacji Dzieci z Zaburzeniami Wieku Rozwojowego, a w 2011 Oddział Rehabilitacji Ogólnoustrojowej przekształcono w Oddział Rehabilitacji Neurologicznej, obecnie funkcjonuje on pod nazwą Bonifraterskiego Centrum Rehabilitacji pw. św. Benedykta Menniego. Dzięki rozszerzeniu wymiaru pomocy oferowanej pacjentom i wysokiemu poziomowi usług, Centrum uważane jest dziś – nie tylko w powiecie, ale w całym regionie wielkopolskim – za jeden z najlepszych ośrodków rehabilitacji neurologicznej. Na tę opinię zapracowali wszyscy, którzy tworzą to miejsce. Marysin stał się ponadto miejscem debat naukowych oraz wymiany informacji na temat rehabilitacji neurologicznej poprzez cykliczne Spotkania z rehabilitacją. Niegasnący duch bonifraterski, który tu panuje, stale wszystkim przypomina, że u podstaw działalności Marysina była potrzeba służenia chorym i potrzebującym.

Br. Tymoteusz Hołozubiec OH



Potrójne święto w Piaskach-Marysinie



Dzień 24 kwietnia, czyli dzień liturgicznego wspomnienia św. Benedykta Menniego, był w Bonifraterskim Centrum Zdrowia w Marysinie okazją potrójnie uroczystą –

- obchodziliśmy zakończenie Roku Świętego Benedykta Menniego (1914–2014), ogłoszonego przez w stulecie śmierci św. Benedykta, patrona marysińskiego szpitala.
- świętowaliśmy 120-lecie powstania Konwentu i Szpitala Bonifratrów w Marysinie, a także –
- 10. rocznicę wznowienia działalności medycznej w zakresie rehabilitacji przez braci bonifratrów w Piaskach.

Uroczystości rozpoczął wykład s. Iwony Olesińskiej HSC zatytułowany „Życie i dzieło Świętego Benedykta Menniego”. Gości powitał przeor Konwentu Bonifratrów br. Jacek Szyszka oraz w imieniu Prowincji Polskiej Zakonu Bonifratrów br. Doroteusz Bukowski. O życiu św. Benedykta mówił także w swej homilii Jego Eksceleńcja Ks. Biskup Grzegorz Balcerek, który przewodniczył uroczystej Eucharystii. Ks. Biskup wyraził słowa uznania i podziękowania braciom bonifratrom, współpracownikom, wolontariuszom oraz wszystkim, którzy od 10 lat angażują się w prowadzone w Marysinie dzieło.

Oprawę Mszy św. zapewniła Capella Zamku Rydzyskiego, w której wykonaniu wysłuchaliśmy później pięknego koncertu. Podczas Mszy św. poświęcony został sztandar św. Benedykta Menniego, zakupiony dzięki ofiarności darczyńców – byli wśród nich bracia bonifratrzy, pracownicy Bonifraterskiego Centrum Zdrowia w Marysinie, osoby duchowne, prezesi wielkopolskich firm, liczne osoby prywatne.

Z okazji jubileuszu 10-lecia wznowienia działalności leczniczej w Marysinie pracownicy, którzy tworzyli pierwszą kadrę i pracują do dziś, otrzymali dyplomy oraz pamiątkowe medale z wizerunkiem św. Benedykta Menniego. Są to: Ewa i Marek Jaskulscy, Emilia Słomianna, Bronisława Stawik, Anna Pachlewska, Urszula Woźniak, Gabriela Frąckowiak, Izabela Murcha, Paulina Kubiak, Anna Tymieńska, Magdalena Sobczak, Regina Wróbel, Aneta Talarczak, Edyta Brzezińska-Nowak, Beata Tomczak.

Trwałą pamiątką kończącego się Roku św. Benedykta Menniego pozostanie dla marysińskiego Szpitala, któremu św. Benedykt patronuje, pomnik autorstwa Bogumiła Burzyńskiego, znanego katowickiego rzeźbiarza. Odsłonięcia pomnika i poświęcenia go dokonał Ks. Bi-



skup Grzegorz Balcerek, który także poświęcił kamień węgielny pod rozbudowę Bonifratskiego Centrum Rehabilitacji. Podpisany przez Ks. Biskupa Akt erekcyjny w metalowej tubie zamurowany został we wnęce pod płytą z kamieniem z Groty Nawiedzenia w Nazarecie. Wizualizację projektu dobudowy nowego skrzydła budynku można było obejrzeć w recepcji Centrum.

Po części oficjalnej zaproszeni goście udali się na Świętą Górę na obiad. Jego punktem kulminacyjnym, który wzbudził powszechny zachwyt i rzesiste oklaski, był tort 3d w kształcie klasztoru w Marysinie, uroczyste rozdanie przez przeora Konwentu w Piaskach brata Jacka Szyszkę.

Monika Dominiak

Zdjęcia Monika Dominiak, Brat Jerzy OH,

Przemysław Błoch





W SERCU Świętego

Benedykta Menniego

1914 - 2014
**SAN
BENITO
MENNI**
CENTENARIO
DE SU MUERTE



W dniach 22–24 kwietnia 2015 r. w miejscowości Ciempozuelos, położonej w odległości około 30 km od Madrytu, miały miejsce główne uroczystości zakończenia obchodów Roku Jubileuszu setnej rocznicy śmierci św. Benedykta Menniego (1914–2014), hiszpańskiego bonifratra, kapłana, odnowiciela Zakonu w Hiszpanii i we Włoszech, założyciela Zgromadzenia Sióstr Szpitalnych od Najświętszego Serca Pana Jezusa, czyli żeńskiej gąłęzi Zakonu Szpitalnego, która właśnie w Ciempozuelos ma swój dom macierzysty. W tym ważnym dla światowej Rodziny Bonifraterskiej wydarzeniu udział wzięła również

6-osobowa delegacja z Polski, z radnym prowincjalnym br. Damianem Wasylewiczem.

Był to dla nas czas pielgrzymowania śladami św. Benedykta Menniego, zwanego dziś Heroldem Ewangelii Miłosierdzia, Prorokiem Szpitalnictwa, wsłuchiwanie się w świadectwa jego posługi, a przede wszystkim obecność w miejscu najbliższym jego sercu – w założonym przez niego Centrum Leczenia i Rehabilitacji Osób Chorujących Psychiczenie. To właśnie w Ciempozuelos, miasteczku liczącym niewiele ponad 20 tysięcy mieszkańców, działa bonifraterski kompleks szpitalny dla 1000 chorych oraz prowadzony przez Siostry Szpitalne kompleks dla 450 pacjentów. Trudno więc się dziwić, że nazywa się Ciempozuelos Miastem Szpitalnictwa, a św. Benedykta Menniego władze lokalne ogłosiły współpatronem miasta, obok dotychczasowej patronki Matki Bożej Pocieszenia, którą św. Benedykt darzył szczególną atencją.

Uroczystości zakończenia Roku Świętego Benedykta Menniego, stały się wyrazem wdzięczności za jego życie i posługę. Odbływały się zarówno w Konwencie Braci Bonifratrów, jak i w Domu Zakonnym Sióstr Szpitalnych, a udział w nich wzięło kilkadziesiąt delegacji prowincjalnych ze wszystkich stron świata, władze generalne obu Zakonów, władze Ciempozuelos oraz licznie zaproszeni goście.

Czym zasłużył sobie św. Benedykt Menni na tak wielkie uznanie? Czym wyróżnił się spośród wielu miłosiernych tego świata? Będąc

w Ciempozuelos, miejscu wiecznego spoczynku św. Benedykta Menniego, odpowiedzi należy szukać nie tylko w historii jego życia. Jego nauki, jego czyny stale są tu żywe. Posługujący chorym Dobrzy Bracia i Siostry Szpitalne wraz ze współpracownikami – wierni swemu szpitalnemu posłaniu – dają najlepsze świadectwo świętości Benedykta Menniego. Dzieła, które zapoczątkował, stale rozwijane i pielęgnowane, stanowią ważny wymiar realizacji jego apostołskiej misji – misji na miarę dzisiejszych czasów, wciąż aktualnej, wskazującej dalszą drogę i kolejne wyzwania Rodzinie Szpitalnej na całym świecie.

Organizując założony przez siebie w 1877 roku szpital psychiatryczny w Ciempozuelos, św. Benedykt Menni łączył leczenie farmakologiczne z terapią przez pracę. Do dziś na terenie Centrum funkcjonują m.in.: pralnia, piekarnia, hodowla zwierząt, w których rehabilitację zawodową odbywają chorzy. Pracowników Benedykt Menni dobierał bardzo starannie, wybierając osoby najbardziej oddane chorym i potrzebującym.

Czas pielgrzymowania do Ciempozuelos pozostawił w nas pragnienie, aby za przyczyną św. Benedykta Menniego jak najlepiej realizować jego naukę szpitalnictwa. Do naszych szpitali, przychodni, ośrodków pomocy społecznej zanosimy jego wezwanie:

„Z miłością służyć Bogu i Bliźnim. Serce bez granic!”

Katarzyna Wojtanowicz





12 lutego 1880 roku we wrocławskim Szpitalu Bonifratrów w skromnym pokoju nr 21 odszedł do Pana sędziwy starzec Carl Eduard von Holtei. W dniu pogrzebu na przylegającej do klasztoru ulicy Klosterstrasse zaczął gromadzić się tłum. Rzemieślnicy zostawili swe warsztaty, w szkołach i uczelniach przerwano lekcje. Przedstawiciele szlachty, urzędnicy, wojskowi, duchowni, studenci i rzemieślnicy, kobiety i dzieci – wszyscy chcieli towarzyszyć Carlowi von Holtei w jego ostatniej drodze na Cmentarz Bernardyński. W mieście zapanał smutek, nie było nikogo, kto nie czułby żalu z powodu śmierci owego skromnego starca.

Carl von Holtei – poeta romantyczny, pisarz, aktor, reżyser teatralny, ale przede wszystkim symbol i legenda Wrocławia, w którym urodził się 24 stycznia 1798 roku. Z miastem rodzinnym i ze Śląskiem sercem związany był przez całe życie. Zamierzał zostać prawnikiem,

zaczął nawet studiować na Uniwersytecie Wrocławskim, szybko jednak okazało się, że prawdziwym jego powołaniem jest teatr i literatura. Pisał wiersze, a jako aktor zadebiutował we Wrocławiu rolą Mortimera w *Marii Stuart* Schillera. Mając 23 lata ożenił się z młodziutką aktorką Luise Rogee i osiadł w Obornikach Śląskich, gdzie założył i przez kilka lat redagował lokalną gazetę. Po pewnym czasie przeniósł się z rodziną do Wrocławia, a następnie do Berlina, gdzie Luise miała kontrakt w teatrze dworskim. Tam spotkała go tragedia – przedwczesna śmierć ukochanej żony. Pozostał jednak w Berlinie, gdzie pracował jako aktor, dyrektor teatru, pisał wiersze, powieści, libretta operowe i wodewile cieszące się dużym powodzeniem.

W roku 1830 ożenił się ponownie, także z aktorką, i razem z żoną odbywał liczne tournée po ważnych ośrodkach teatralnych Europy, budząc zachwyt swymi recytacjami Szekspira oraz komponując własne utwory. Po śmierci drugiej żony w roku 1839 opuścił Rygę, gdzie był dyrektorem teatru. Podróżował po Niemczech, recytował wiersze, występował jako aktor, pisał powieści, wystawiał własne sztuki. Pod koniec życia, schorowany, powrócił do Wrocławia, gdzie przyjęli go pod

opiekę tamtejsi bonifratrzy. Przebywał w konwencie wrocławskim kilka lat, aż do swej śmierci w roku 1880.

Carl von Holtei stał się legendą już za życia. Sławę przyniosły mu przede wszystkim cieszące się wielkim powodzeniem wodewile, występy w rolach szekspirowskich, a także liczne utwory literackie. A chociaż w tym czasie żyli w Niemczech znacznie lepsi od niego poeci, to jednak do jego popularności przyczynił się życzliwy, przyjacielski sposób bycia i wielka miłość do Śląska, któremu poświęcił sporo wierszy napisanych w dialekcie śląskim. Przykładem tej miłości może być nostalgiczny wiersz poety o jego ukochanych Obornikach Śląskich:

Najlepiej być w domu

*Wśród uciech świata, pośród jego
wrzawy*

*Czuję, jak w sercu mym tęsknota
gości.*

*Za czym, do czego? – nie zgadnie
z was nikt.*

*Mnie się mój domek w Obornikach
śni,*

*Jego dach z gontów, także ta jodła,
co rośnie*

*Tuż koło furki, tęsknię do ogrodu,
Lotów gołębi, zielonej altany!*

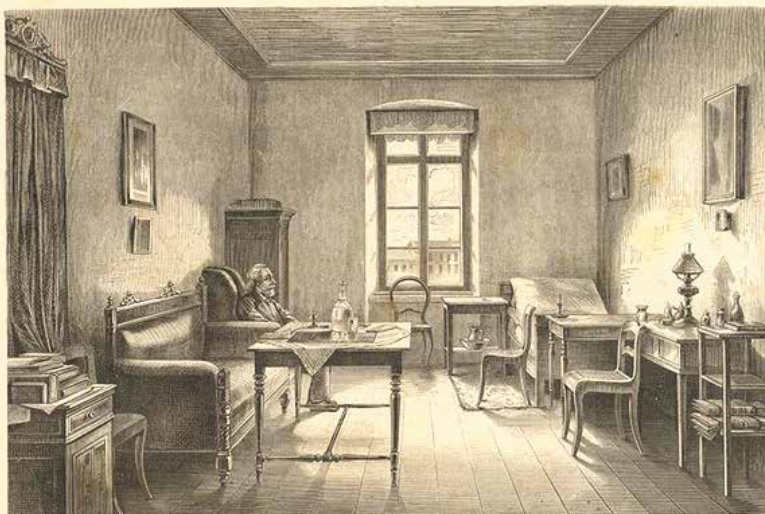
*Gdziem często wzdychał. O, na miły
Bóg,*

*Obym tam kiedyś jeszcze wrócić
mógł,*

*„Nadto nie proszę nic, byle być
w domu”!*

Dla nas, Polaków, żywił wiele sympatii, której dał wyraz w licznych utworach, m.in. w sławnej sztuce poświęconej Tadeuszowi Kościuszce *Stary Wódz*. Wrocław upamiętnił poetę nadając jego imię jednej z miejskich ulic, a także wzgórz, z którego von Holtei lubił obserwować Ostrów Tumski (obecnie Wzgórze Polskie).

Kamil Czechura



Carl v. Holtei in seinem Zimmer im Kloster der bonifratrigen Brüder in Breslau. Nach einer Photographie von H. Weimer. (S. 416)

Uświęć nas w PRAWDZIE

Ktoś mnie zapytał, czy pojęcia miłość i prawda można stosować zamiennie. Pisano na ten temat wiele. Można stwierdzić, że prawdziwa miłość bez prawdy nie istnieje. A prawda bez miłości?

Pojęcie prawdy używane bywa w rozmaitych znaczeniach. Żeby być jednoznacznym, trzeba odnieść się do Jezusa, który powiedział o Sobie: „Ja jestem drogą, i prawdą i życiem” (J 14, 6). Jeśli ktoś zaprzecza istnieniu Boga jako ostatecznego punktu odniesienia we wszystkich dziedzinach życia, bardzo często zaprzecza też istnieniu prawdy obiektywnej.

Owszem, dla porządku i ładu społecznego ludzkość przyjmuje ogólne zasady, do których wszyscy powinni się stosować, przynajmniej teoretycznie. W wypadku jakiego-

kolwiek konfliktu odwoływanie się do tych zasad zazwyczaj nie przynosi zamierzonego efektu. I to niezależnie od tego, czy chodzi o wielkie konflikty między państwami lub religiami, czy też o jakiś błahy nawet spór w rodzinie. Oczywiście, jako katolicy nie uważamy się za jedynych depozytariuszy prawdy, ale z całym poczuciem odpowiedzialności podkreślamy, że jedynym, absolutnie godnym zaufania świadkiem prawdy jest Jezus Chrystus ze swoją nauką. Ponieważ wszechobecne kłamstwo tak bardzo utrudnia nam życie i podrywa zaufanie zarówno do ludzi, jak i instytucji, musimy wciąż na nowo poznawać prawdę o Jezusie i prawdę w Jezusie.

Nie ma mowy, by w krótkim artykule wyłożyć rzecz dogłębnie,



warto jednak przedstawić choćby kilka refleksji, które by mogły Czytelnikom pomóc, w zależności od problemów, z jakimi się w życiu spotykają.

Zawsze trzeba wracać do podstaw. W naszym przypadku podstawą będzie wolny człowiek w relacji do Boga. Wszyscy dźwigamy ów owoc wolności, którym jest dziedzictwo grzechu pierworodnego. Od tego dziedzictwa sami nie potrafimy się uwolnić. Pomoc może przyjść jedynie z zewnątrz. I jest nią Jezus Chrystus, znak Miłości Bożej względem nas, ludzi. „Miłością wieczną umiłowalem Ciebie” – mówi w Piśmie świętym. Jego Śmierć i Zmartwychwstanie gwarantują prawdziwość nauki głoszonej przez Kościół. Na tej nauce opieramy prawdę o człowieku.

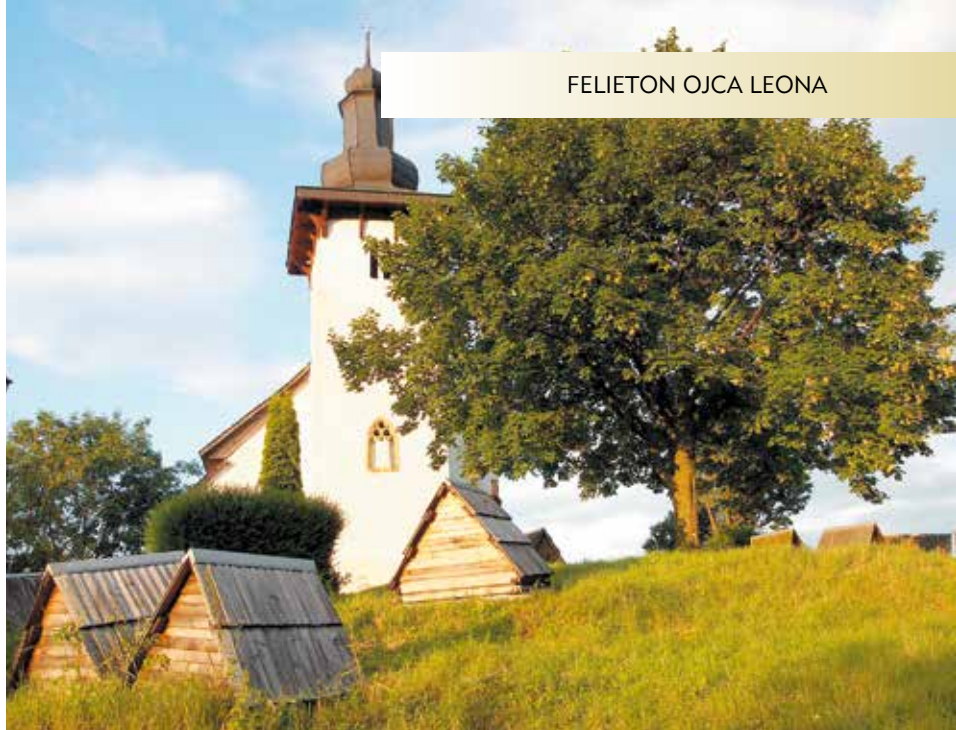


Oczywiście, w imię owej wspomnianej już wyżej wolności można tę prawdę przyjąć lub odrzucić. Jeśli się ją odrzuci, trzeba sobie stworzyć inny punkt odniesienia, a więc prawdę subiektywną, zwykle różniącą się od tej, którą przekazało nam Objawienie. I mamy wtedy do czynienia z wieloma „prawdami”, co bardzo utrudnia, a nieraz wprost uniemożliwia zarówno dyskusję, jak i wszelkie współdziałanie. Jeśli jednak przyjmuje się prawdę obiektywną, objawioną, należy pamiętać o jednym – człowiek nie jest owej prawdy posiadaczem i nie jest jej dysponentem. Jest sługą prawdy.

Sam Jezus, choć miał świadomość swego Bóstwa i jedności z Ojcem, jako Człowiek podkreślał zawsze swą zależność od Ojca – „Nie mówię sam od siebie, przyszedłem pełnić wolę nie moją, czynię zawsze to, co się Jemu podoba...” (por. J 6, 38; 8, 29; 12, 49). I słusznie mówimy w Litanii: „Jezu cichy i pokornego serca”, gdyż swoim postępowaniem – jako Wcielony Syn Boga – dał nam przykład podporządkowania się z miłości Temu, który do końca nas umiłował.

Właśnie dlatego trzeba najpierw samemu stanąć w prawdzie przed Bogiem – jestem dziełem Stwórcy. On więc może ustalać dla mnie prawa, wyznaczać mi drogę i żądać, bym na tej drodze osiągnął cel, dla którego istnieję. Ponieważ mam naturę skażoną grzechem pierwszych rodziców, nie mogę sobie sam ze sobą poradzić, potrzebuję pomocy, którą On sam mi świadczy poprzez śmierć odkupieńczą Swojego Syna.

Tej prawdzie mam dawać świadectwo wobec ludzi, zwłaszcza wobec najbliższych, widząc ich – w perspektywie Bożej prawdy – z szacunkiem, na jaki każdy człowiek zasługuje. Zdrowe relacje rodzinne, oparte na prawdzie osób, rzeczy, informacji i opinii, są podstawą ładu społecznego i wszelkich stosunków międzyludzkich.



Tęsknimy za ładem, spokojem i bezpieczeństwem w Polsce i na świecie. I wiemy, że tęsknota nasza nie zostanie ugaszona, dopóki duch kłamstwa będzie mógł działać tak swobodnie, jak to jest dzisiaj. Musi zstąpić Duch Boży, który odnowi oblicze ziemi i uświęci jej mieszkańców w prawdzie. Bóg może sprawić, że dokona się to w sposób nadzwyczajny, ale chyba się na to nie zanosí. Pójdźmy więc za myślą Bożą i wypowiadajmy wciąż na nowo bezkompromisową walkę złemu duchowi, który jest przeciw ojcem kłamstwa, o czym poucza nas sam Pan Jezus. Panowanie Jezusa w ludzkich duszach będzie się przekładało na wzrost Królestwa Bożego na ziemi, Królestwa PRAWDY i łaski.

Trzeba jeszcze wspomnieć o konieczności walki o prawdę w życiu publicznym, zwłaszcza w mediach. Jakże często miesza się proporcje w przekazywaniu faktów niewygodnych dla właścicieli mediów. Zdarza się nawet, że kłamliwa informacja nie jest prostowana – chyba dla zasady. Na interwencję, którą kiedyś złożono, redakcja odpowiedziała, że informacja rzeczywiście była niezgodna z prawdą, ale skoro zaistniała jako fakt medialny, nie będzie prostowana.

Pamiętamy, na jak wielkim zakłamaniu opierał się tak zwany

realny socjalizm. Jeśli elementy zakłamania widzimy i dzisiaj, to musi dojść do zmiany. Zmianę tę muszą przeprowadzić ludzie kompetentni, pokorni, a mocni Bogiem. Rok, który przeżywamy, daje po temu wspaniałą okazję. Nie wolno jej zmarnować.

Pamiętajmy – Bóg jest zawsze po stronie prawdy. Bóg JEST Prawdą...

Leon Knabit OSB

Kraków-Tyniec, 13 maja,
Roku Pańskiego 2015





Ziołolecznictwo

Dobre rady brata Marcina

Z bratem Marcinem M. Cegłą o ciężkich nogach, pajączkach i o tym, jak ustrzec się żylaków, rozmawia Aleksandra Orman

Wszyscy z utęsknieniem czekamy na prawdziwą wiosnę, na zieleń i ciepłe dni, a kiedy to ciepło wreszcie nadchodzi, nasze nogi po całym dniu bywają obolałe i ciężkie jak ołów, a stopy nie mieszczą się w butach...

Oczywiście nie jest to wina wiosny, lecz objawy nieprawidłowości krążeniowych, które stają się szczególnie przykre właśnie wtedy, kiedy robi się ciepło, a jeszcze gdy mamy za sobą dzień pracy przy biurku lub długo staliśmy w jednym miejscu, zwłaszcza w niezbyt wygodnych butach. Objawów tych w żadnym wypadku nie należy bagatelizować, a jeśli powtarzają się często, warto będzie wykonać kilka podstawowych badań dla sprawdzenia, czy ich powodem nie są schorzenia nerek, serca, płuc czy wątroby. Jeśli wyniki badań wykluczą to, wtedy nasze dolegliwości będziemy musieli potraktować jako pierwszy sygnał rozpoczynającej się choroby żylakowej.

A choroba ta dotyczy głównie kobiet.

To prawda, jednym z czynników, które sprzyjają jej powstawaniu, jest właśnie płeć, ale także uwarunkowania genetyczne, wiek, przebyte ciążę, kuracje hormonalne,

w tym zwłaszcza stosowanie preparatów antykoncepcyjnych, otyłość, częste gorące kąpiele, obuwie na wysokich obcasach, no i oczywiście tryb życia, a więc długotrwałe pozostawanie w jednej pozycji, siedzącej lub stojącej, mała aktywność ruchowa – co oczywiście dotyczy nie tylko kobiet.

Wszystkie te czynniki mają istotny wpływ na prawidłowy przepływ krwi, która z serca rozprowadzana jest w organizmie całym systemem większych i mniejszych naczyń, czyli tętnic i żył, tworząc układ zamknięty. Problem zaczyna się w drodze powrotnej krwi do serca, która teraz wbrew prawu ciężenia – nasze ciało ma pozycję pionową – musi wspiąć się w górę. Dzieje się to za sprawą tak zwanej pompy mięśniowej, czyli mięśni nóg, które systematycznie kurcząc się, popychają krew ku górze. Ich pracę wspomaga system zastawek żylnych, które zapobiegają cofaniu się krwi.

Tak jest, kiedy nasz układ naczyniowy działa prawidłowo...

jeśli jednak przez dłuższy czas nasze nogi pozostają bez ruchu, pompa mięśniowa przestaje działać, krew nie mogąc odpłynąć, gromadzi się w żyłach, jej ciśnienie rośnie, co dla żył może być niebezpieczne. Przedłużający się zastój krwi powoduje wzrost przepuszczalności naczyń i w konsekwencji obrzęk. Tak w uproszczeniu przedstawia się mechanizm powstawania ciężkich nóg. Jeśli podobna sytuacja będzie się powtarzać, z czasem może dojść do trwałego poszerzenia się, wydłużenia i poskręcania żył, czyli właśnie do choroby żylakowej, której towarzyszy kłujący ból, drętwienie nóg, obrzęki, a w skrajnych przypadkach trudno gojące się rany.

A pajączki, czy też mają związek z krążeniem żylnym? Latem są prawdziwym utrapieniem wielu kobiet, także całkiem młodych.

Pajączki, to jakby mini żylaki. Jeśli ścianki żył są osłabione albo gdy nie całkiem sprawne zastawki pozwalają na cofanie się krwi, to zaczyna jej być coraz więcej, ciśnienie wzrasta i krew coraz silniej napiera na ścianki żył, które rozciągają się, tworząc owe tak nie lubiane pajączki. Ich powstawanie należy wiązać głównie z ge-





netyką, ale także z brakiem ruchu, niewłaściwą dietą, przyjmowaniem niektórych leków.

Uczucie ciężkich nóg to jeszcze nie choroba żyłkowa. Możemy jej zapobiegać...

Oczywiście, i nie jest to szczególnie trudne. Wystarczy, że staniemy się bardziej aktywni. Jeśli nasza praca wymaga dłuższego siedzenia lub stania w jednym miejscu, starajmy się wykonywać choćby tylko drobne ruchy – napinać mięśnie nóg, poruszać palcami, co wpłynie na poprawę krążenia. Przed dłuższą podróżą wakacyjną zaopatrmy się w podkolanówki przeciwobrzękowe, unikajmy, zwłaszcza przy upałach, zbyt wysokich obcasów, a także zbyt gorących kąpeli, pijmy raczej napoje niegazowane, a potrawy starajmy się nieco mniej solić – sól zatrzymuje wodę w organizmie. O tak oczywistych rzeczach jak rzucenie palenie tytoniu nawet nie wypada wspominać, warto za to przypomnieć o moczeniu nóg w chłodnej wodzie z dodatkiem soli lub olejków aromatycznych, co znakomicie obkurcza naczynia krwionośne, przynosząc ulgę zmęczonym nogom.

Oprócz szeroko rozumianej profilaktyki istnieją leki pomocne przy dolegliwościach pochodzenia krążeniowego.

Mamy cały wachlarz rozmaitych wieloskładnikowych maści oraz żelów. Spośród produktów bonifraterskich szczególnie godne polecenia są dwa żele:

- ziołowy żel z diosminą – zawierający w swym składzie oprócz diosminy, także hesperydynę, oczar, miłorząb japoński, kasztanowiec oraz mentol dający uczucie chłodzenia i lekkości – żel ten jest niezwykle skuteczny przy problemach z pajączkami, a także
- venoczar żel – zawierający wyciągi z arniki, szaflwii i oczaru, poprawia krążenie oraz likwiduje dyskomfort przemęczonych nóg, pielęgnuje suchą skórę, regeneruje, koi, łagodzi i poprawia elastyczność skóry w okolicach żyłaków,

bardzo pomocna jest też

- maść nagietkowa – działająca regenerująco, przeciwzapalnie, wzmacniająco na ścianki naczyń.

Bonifraterskie apteki dysponują ponadto mieszkankami ziołowymi do zaparzania, które przy problemach krążeniowych działają łagodząco i wspomagająco. Należy jednak pamiętać, że niektóre z nich, zwłaszcza te, w których składzie znajduje się miłorząb, nie powinny być używane wraz z lekami rozrzedzającymi krew.

No to powróćmy teraz do naszego zielnika, na wiosnę jest w czym wybierać.

Rzeczywiście, możliwości jest sporo, ale chciałbym się skupić na roślinach, które mogą nam pomóc przy problemach krążeniowych. Zaczniemy od kasztanowca:

Nagietek lekarski (*Callendula officinalis*) – na Mazowszu zwany jest też pazurkiem, a w Małopolsce paznokietkiem, co wiąże się z kształtem płatków kwiatu.

Okres zbioru – w okresie kwitnienia, czyli od końca maja do września, zbieramy całe koszyczki kwiatów i suszymy w przewiewnym miejscu.

Zastosowanie w lecznictwie – o jego leczniczych właściwościach wiedziano od dawna. Już Hildegarda z Bingen w XII wieku zalecała stosowanie naparów z nagietka przy rozmaitych problemach gastrycznych, ale także do przemywania ran. Dziś stosowany jest głównie jako środek bakteriobójczy przy skaleczeniach, stanach zapalnych skóry, owrzodzeniach, zwłaszcza pochodzenia żyłkowego, także przy hemoroidach. Godna polecenia jest tu wspomniana wyżej bonifraterska maść nagietkowa. Napary z nagietka stosuje się przy chorobach wrzodowych żołądka i dwunastnicy, przy dolegliwościach wątroby i pęcherzyka żółciowego, przy niezżytach jelit, działa rozkurczowo, a także wykazuje łagodne działanie uspokajające.

Krwawnik pospolity (*Achillea millefolium*) – to popularne ziele występujące na całym obszarze Polski, często traktowane jako chwast. Jego dobroczynne działanie znane było jednak już od starożytności.

Okres zbioru – Ścina się go w okresie kwitnienia (od czerwca do października) na wysokości ok. 10 cm nad ziemią, wybierając rośliny rosnące z dala od ruchliwych dróg, suszyć należy je na płachtach lub związane w cienkie pęczki i zawieszane w ocienionym, przewiewnym miejscu, można też suszyć w piekarniku w temp. do 35°C.

Zastosowanie w lecznictwie – krwawnik ma działanie przeciwzapalne, uszczelniające, poprawiające krążenie, toteż napary stosowane są głównie w leczeniu stanów zapalnych przewodu pokarmowego, a także przy leczeniu chorób spowodowanych zaburzeniami krążenia, takich jak zapalenia żyłaków, hemoroidy. Działa regulująco na cykle menstruacyjne, stąd nazwany został „ulubionym ziołem kobiet”. Napary z krwawnika pobudzają układ odpornościowy, a według najnowszych badań pomagają też zwalczać cukrzycę.

Zewnętrznie krwawnik stosuje się do przemywania przy owrzodzeniach nóg, stanach zapalnych skóry, do płukania ust przy stanach zapalnych dziąseł.

A więc, Bracie, życzymy sobie pięknego lata, dobrego wypoczynku, obfitych zbiorów ziół i jak najmniej kłopotów ze zdrowiem. Dziękuję za rozmowę.

Żylaki kończyn dolnych i ich powikłania



Żylakami określa się zmienione chorobowo, wydłużone i poszerzone żyły o krętym przebiegu zlokalizowane na kończynach dolnych. Żyły należą do systemu naczyń krwionośnych oplatających wszystkie tkanki i narządy organizmu zwanego układem krążenia, do którego należą także tętnice oraz mikroskopijne naczynia włosowate. W układzie krążenia obieg krwi wymuszany jest przez serce działające jak pompa ssąco-tłocząca. Można to też porównać do sieci rur o różnej średnicy, przy czym tętnice biegnące od serca na obwód dostarczają krew bogatą w tlen oraz substancje odżywcze do wszystkich komórek, a żyły odbierają „zużytą” krew z komórek i transportują ją z powrotem do serca i płuc. Żyły kończyn dolnych

ce w rytm skurczów serca oraz system zastawek żylnych.

Jak tworzą się żylaki?

Zaburzenie prawidłowego działania zastawek żylnych prowadzi do cofania się krwi (tzw. refluksu żylnego) i tworzenia się patologicznie poszerzonych żył kończyn dolnych. Złe funkcjonowanie zastawek może nastąpić w wyniku chorób żył, takich jak zakrzepica żył głębokich, lub negatywnego współdziałania z sobą czynników genetyczno-środowiskowych (rodzinne skłonności do żylaków, praca zawodowa stojąca, otyłość, podnoszenie ciężarów, ciąża itp.). W pierwszym przypadku mamy do czynienia z żylakami wtórnymi, w których główną przyczyną jest choroba żylna (najczęściej jako

ności żylny. Początkowo objawia się ona zwykle uczuciem ciężkości nóg oraz niewielkimi obrzękami okolicy kostek, które nasilają się pod wieczór. Następnie pojawiają się bóle goleni, skurcze mięśni łydek, a z biegiem czasu żylaki stają się coraz bardziej widoczne. Są to pierwsze sygnały, które winny być impulsem do podjęcia działań profilaktycznych i zasięgnięcia opinii lekarza.

Manifestacje choroby żylakowej:

- Teleangiektazje śródskórne – czyli tzw. „pajęczki”, które są osadzone płytko pod skórą, rzadko powodują dolegliwości, raczej postrzegane są jako problem estetyczny.
- Żylaki siatkowate – tworzą siatkę krętych i poszerzonych żyłek znajdujących się pod skórą, najczęściej w dole podkolanowym albo na bocznej powierzchni łydki lub uda.
- Żylaki pnia – to najczęstsza postać żylaków powodująca dolegliwości i powikłania. Występują one typowo w dwu lokalizacjach: na przyśrodkowej powierzchni kończyny obejmując żyłę odpiszczelową lub na tylnej powierzchni łydki – żyłę odstrzałkową.

Dalszy postęp zmian nieleczone, zaniedbanych, z czasem prowadzi do nasilenia się dolegliwości obrzękowych, stwardnienia skóry i podskórnej tkanki tłuszczowej, a także charakterystycznych brunatnych przebarwień i stanów za-

ŻYŁY KOŃCZYN DOLNYCH SKŁADAJĄ SIĘ Z UKRYTYCH POMIĘDZY MIĘŚNIAMI I TKANKĄ ŁĄCZNĄ SYSTEMU DUŻYCH ŻYŁ GŁĘBOKICH ORAZ ZNAJDUJĄCYCH SIĘ TUŻ POD SKÓRĄ, WIDOCZNYCH ŻYŁ POWIERZCHOWNYCH.

składają się z ukrytych pomiędzy mięśniami i tkanką łączną systemu dużych żył głębokich oraz znajdujących się tuż pod skórą, widocznych żył powierzchownych. Wytworzone przez pracę serca ciśnienie nie wystarczyłoby jednak do przepchnięcia krwi przez cały krwiobieg, gdyby nie dodatkowe mechanizmy wymuszające ruch krwi w sposób ciągły i jednokierunkowy. Należą do nich m.in. sprężyste naczynia tętnicze, pulsują-

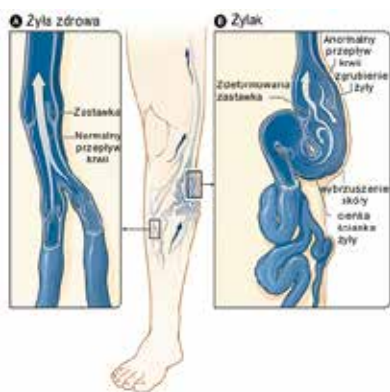
zespół pozakrzepowy), w odróżnieniu do żylaków pierwotnych, w których zasadniczą przyczyną jest samoistna, genetycznie uwarunkowana upośledzona odporność naczyń żylnych

Jakie konsekwencje mogą powodować żylaki?

Zaawansowana choroba żył, bez względu na pierwotną przyczynę, prowadzi do objawów niewydol-



Zastawki żyłne umożliwiają przepływ krwi tylko w jednym kierunku, uniemożliwiając jej cofanie się



palnych skóry. W bardzo nasilonych postaciach niewydolności żylniej na łydce, tuż nad kostką, po wewnętrznej stronie goleni, może powstać trudno gojące się owrzodzenie żylnie. Najczęściej wykonywanym badaniem pozwalającym na ocenę stopnia zaawansowania choroby oraz ewentualną obecność powikłań jest ultrasonografia (USG Doppler żylny kończyn dolnych). W wypadku nagłych dolegliwości z obrzękiem i bólem jednej kończyny USG pozwala wykluczyć ewentualną ostrą zakrzepicę żył głębokich kończyn dolnych. Uważa się, że przewlekła niewydolność żylna ma wymiar społeczny, gdyż dotyka 40–60% kobiet i 15–30% mężczyzn. Wielu chorych zgłasza się do lekarza bardzo późno lub nie zgłasza się wcale, co



prowadzi do powstania powikłań, takich jak trudno gojące się owrzodzenia skóry kończyn dolnych. Leczenie żylaków, zwłaszcza w fazie niewydolności żylniej, ma charakter kompleksowy i uzależnione jest od przyczyny. Obejmuje ono leczenie zachowawcze (nieinwazyjne) i/lub operacyjne.

Leczenie zachowawcze

Postępowanie zachowawcze polega na:

- zmianie stylu życia chorego (redukcja nadwagi, uprawianie sportu, zmiana nawyków żywieniowych, unikanie długotrwałego stania lub siedzenia z nogami zgiętymi pod kątem prostym w stawach kolanowych i biodrowych, podnózek pod stopy, kil-

nieobrzękniętej kończyny. Pomiaru (wg tabeli rozmiarów dostarczonych przez producenta) należy dokonać rano, nie później niż 20 minut po wstaniu z łóżka. Prawdopodobnie pończocha wywiera największy ucisk na wysokości stawu skokowego, stopniowo malejąc w górę i osiągając 40% ucisku maksymalnego w górnej części uda.

Leczenie zabiegowe żylaków

Skleroterapia polega na wstrzyknięciu związku chemicznego do światła żyły, co poprzez wywołanie kontrolowanego odczynu ze strony ściany naczynia powoduje jej zarośnięcie.

Laserowe usuwanie pajęczek jest coraz popularniejsze i często wykonywane również w gabinetach

NAJCZĘŚCIEJ WYKONYWANYM BADANIEM POZWALAJĄCYM NA OCENĘ STOPNIA ZAAWANSOWANIA CHOROBY ORAZ EWENTUALNĄ OBECNOŚĆ POWIKŁAŃ JEST ULTRASONOGRAFIA (USG DOPPLER ŻYLNĄ KOŃCZYN DOLNYCH).

kuminutowe przerwy na spacer w czasie pracy, ruch (jogging, spacer, rower, pływanie), odpoczynek z kończynami uniesionymi i opartymi goleniami na całej ich długości a nie punktowo)

- farmakoterapii – stosowane są głównie preparaty pochodzenia roślinnego: hesperydyna, pochodne rutyny, escyna, ale również preparaty syntetyczne. Zmniejszają często dolegliwości, ale nie mają istotnego znaczenia w rozwoju choroby.
- kompresjoterapii, czyli leczeniu uciskowym, tj. używaniu uciskowych opasek, podkolanówek, pończoch, rajstop,

Kompresjoterapia jest jedyną metodą mogącą spowolnić postępy przewlekłej niewydolności żylniej. Stosuje się ją na każdym etapie rozwoju choroby, w tym także w profilaktyce (bez widocznych zmian żył). Pończochy uciskowe powinny być dobierane indywidualnie do

dermatologicznych. Zwykle konieczne jest wykonanie wielu zabiegów i są one dość kosztowne. Po zabiegu również nie ma gwarancji, że nowe zmiany nie powstaną w innych miejscach.

Metody te stosowane są głównie do usuwania niewielkich żylaków i pajęczek naczyńowych lub uzupełniająco po usunięciu dużych pni żylnych.

Leczenie operacyjne

Leczenie operacyjne wykonuje się głównie u osób, u których pojawiają się powikłania (stany zapalne żylaków, skóry, przebarwienia, niegojące się owrzodzenie) lub silne dolegliwości bólowe uniemożliwiające choremu codzienne funkcjonowanie lub wykonywanie pracy.

Br. Błażej Kozłowski OH

BONIFRATERSKA Spółka Farmaceutyczna

Należąca do Zakonu Bonifratrów Spółka Boni Fratres Pharmaceutical została powołana aktem założycielskim 24 października 2014 i rozpoczęła działalność operacyjną w styczniu 2015 roku. Spółka postawiła sobie za zadanie wprowadzanie na rynek aptek otwartych i sklepów zielarskich produktów leczniczych, suplementów diety, ziół i produktów kosmetycznych wykorzystujących wielowiekowe doświadczenie Zakonu w zakresie ziołolecznictwa.

Dzięki 400-letniemu doświadczeniu Zakonu Bonifratrów, ugruntowanej współpracy zarówno z liderami w zakresie fitoterapii na polskim rynku farmaceutycznym, jak i jednostkami naukowymi, tworzymy nowe, innowacyjne produkty o wysokim potencjale, w rozwijających się kategoriach rynku farmaceutycznego.

Spółka wspiera rozwój bonifraterskich aptek i sklepów zielarsko-medycznych powstałych w dziele Fate bene fratelli. Realizuje centralne zakupy produktów leczniczych i suplementów diety, rozwija narzędzia marketingowe, szkolenia i spotkania dla braci i współpracowników, za cel stawiając sobie obniżenie cen zakupu produktów oraz podniesienie jakości oferty i usług dla pacjentów zaopatrywanych przez Apteki i Sklepy Zielarskie Zakonu Bonifratrów.

Celem spółki jest wypracowanie środków finansowych na wspieranie działalności charytatywno-opiekuńczej Zakonu, a także zabezpieczenie od strony merytorycznej i prawnej dorobku i doświadczenia medyczno-zielarskiego Prowincji Polskiej Zakonu Bonifratrów, w tym:

- rejestracje tradycyjnych produktów,
- badania i rozwój innowacyjnych produktów w oparciu o tradycyjne receptury,
- wsparcie Prowincji w ochronie patentowej, zastrzeżenie nazw i domen internetowych.

Spółka prowadzi biuro w Krakowie oraz magazyn we Wrocławiu. Zatrudnia sześciu pracowników, dodatkowo korzystając z wąsko wyspecjalizowanych ekspertów na zasadzie outsourcingu, m.in. w zakresie: kontraktowego wytwarzania, marketingu, sprzedaży, obsługi prawnej i obsługi księgowej. Funkcję Prezesa Zarządu Spółki pełni Brat Jan z Dukli.

Marcin Fiedorowicz



BONIFRATERSKA Apteka poleca

Zapowiadany w ostatnim numerze kwartalnika **Olejek rumiankowy brata Marcina** – już jest w sprzedaży. Główne składniki olejku to ekstrakt rumianku i parafina, wzbogacone oryginalną kompozycją zapachową. Olejek ma bardzo szerokie spektrum działania w zakresie pielęgnacji dolegliwości skórnych. Wykazuje właściwości regenerujące, odkażające, przeciwzapalne, natłuszczające i odżywcze. Przyspiesza gojenie się ran i odparzeń, łagodzi podrażnienia wywołane odparzeniami, odleżynami i zmianami skórnymi po pieluchowym. Może być stosowany do łagodzenia żylakowych napięć skórnych, do przemywania skóry suchej, podrażnionej, a także do masażu ciała.



Wielką zaletą olejku jest to, że natłuszcza skórę, nie natłuszczając jednak bielizny ani pościeli.

Bonifraterski Błonnik naturalny – suplement diety to połączenie babki płesznik i babki jajowatej, które dobrane w odpowiednich proporcjach przywracają i regulują naturalny rytm wypróżnień, wspomagają oczyszczanie jelit i prawidłowe trawienie. Dzięki swym właściwościom Błonnik naturalny wpływa korzystnie na układ pokarmowy i pomaga w utrzymaniu właściwej masy ciała. Wspomaga przemianę materii i zmniejsza uczucie głodu, dzięki czemu ułatwia proces odchudzania, pomaga kontrolować poziom cholesterolu we krwi.



Polecam sprawdzone Produkty Bonifraterskie będące owocem wielowiekowej tradycji i doświadczenia Zakonu w ziołolecznictwie.

Br. Jan z Dukli Ścieranka OH





V Bonifraterskie Spotkania z Rehabilitacją

Zorganizowane w ramach obchodów Roku Świętego Benedykta Menniego – patrona Bonifraterskiego Centrum Rehabilitacji w Piaskach, 15 kwietnia br. odbyły się V Bonifraterskie Spotkania z Rehabilitacją, których tematem głównym były „Aktualności w rehabilitacji pacjentów po urazach rdzenia kręgowego”. Patronat honorowy zechcieli sprawować: Polskie Towarzystwo Rehabilitacji, Polskie Towarzystwo Neurorehabilitacji, Oddział Wielkopolski Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii oraz Okręgowa Izba Pielęgniarek i Położnych. Patronat medialny objęła „Praktyczna Fizjoterapia i Rehabilitacja”.

Wykład wprowadzający „Rehabilitacja pacjentów po urazie rdzenia kręgowego – czego nadal nie wiemy?” wygłosiła dr n. med. Katarzyna Hojan, kierownik Oddziału Rehabilitacji Neurologicznej naszego Centrum.

Niezwykle ciekawe i przynoszące wiele praktycznej wiedzy były wykłady dr hab., prof. nadzw. Tomasza Tasiemskiego, kierownika Zakładu Sportu Osób Niepełnosprawnych AWF w Poznaniu: „Zaburzenia seksualne u mężczyzn po urazie rdzenia kręgowego” oraz „Stan funkcjonalny i poziom samoobsługi osób po urazie rdzenia kręgowego”. Problem „Powikłań oddechowych u osób z uszkodzeniem rdzenia kręgowego” w obszerным wystąpieniu przybliżył dr n. med. Piotr Tederko z Kliniki Rehabilitacji Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Istotnym uzupełnieniem wymienionych wykładów było wystąpienie dr hab. n. med. Jerzego Słowińskiego z Oddziału Neurochirurgii Specjalistycznego Szpitala im. dr. A. Sokołowskiego w Wałbrzychu zatytułowane „Postępowanie neurochirurgiczne u pacjentów z uszkodzeniem rdzenia kręgowego”.

Duże zainteresowanie wzbudziła prezentacja urologa dr. Janusza Zajdy z Warszawy, wieloletniego pracow-

nika Mazowieckiego Centrum Rehabilitacji „STOCER” w Konstancinie, który w przystępny sposób przedstawił tematykę postępowania z pęcherzem neurogennym u pacjentów z uszkodzeniem rdzenia kręgowego.

Spotkanie zakończyła prezentacja p. Żanety Łędzińskiej z firmy Coloplast, poświęcona stosowaniu specjalistycznych opatrunków w profilaktyce i leczeniu odleżyn. Dużym zainteresowaniem cieszyły się warsztaty technik samocewnikowania prowadzone przez Pawła Szcześniaka, przedstawiciela firmy Coloplast.

Z inicjatywy ZG Polskiego Towarzystwa Rehabilitacji minutą ciszy uczczono pamięć śp. dr. n. med. Mieczysława Kowalskiego, wieloletniego dyrektora ds. medycznych Centrum Rehabilitacji „STOCER” w Konstancinie.

Spotkania z Rehabilitacją, w których udział wzięło ponad 150 osób z różnych ośrodków nie tylko w Wielkopolsce, ale i z innych regionów kraju, znów stały się okazją do wymiany poglądów i doświadczeń między członkami zespołu rehabilitacyjnego.

Berenika Wruk



Św. Jan Boży „zameldowany na stałe” w Tarnobrzegu



Niedzielnny poranek 17 maja. Parafia Matki Bożej Nieustającej Pomocy w Tarnobrzegu od dawna szczyli się posiadaniem relikwii wielu świętych i błogosławionych, lecz marzeniem obecnego proboszcza ks. Michała Józefczyka było sprowadzenie relikwii św. Jana Bożego, założyciela Zakonu Braci Miłosiernych, patrona szpitali i chorych, pielęgniarzy i służby zdrowia, wielkiego propagatora miłości miłosiernej. Prowincjał Zakonu Bo-



nifratrów br. Eugeniusz Kret przychylił się do prośby tarnobrzесkiej wspólnoty parafialnej – i tak w wigilię uroczystości Wniebowstąpienia Pańskiego delegacja Braci Miłosiernych (br. Sadok, o. Albert Dorociak, br. Jan z Dukli oraz nowicjusze: br. Augustyn, br. Daniel i br. Mateusz) przybyła do Tarnobrzegu z relikwiami św. Jana Bożego.

„Jesteśmy szczęśliwi, że św. Jan Boży nareszcie zamieszkał wśród nas, bo długo czekaliśmy na niego. Właśnie dziś zameldowaliśmy go na stałe w naszej świątyni. Teraz możemy spotykać się z nim każdego dnia i nie tylko prosić o wstawiennictwo w różnych sprawach, ale przede wszystkim uczyć się od niego tej miłości, jakiej uczy Jezus” – mówił ks. prałat Józefczyk, witając wiernych oraz gości przybyłych na uroczystą Eucharystię. „Przykład działalności tego wybitnego świętego – kontynuował proboszcz w swojej homilii – jest w dzisiejszych czasach bardzo potrzebny. Będzie budził w naszych sercach miłość, dobro i uczył nas w twarzy każdego potrzebującego, cierpiącego i chorego człowieka dostrzegać oblicze Jezusa. Ucz nas miłości do bliźniego, bo tylko przez Chrystusa dojdziemy do zwycięstwa i zmartwychwstania (...) Święty Janie Boży, wyproś nam łaskę wiary i cnotę męstwa, abyśmy stali się podobni do ciebie” – zakończył ks. Prałat.

Z kolei w okolicznościowych homiliach o. Albert Dorociak przybliżył parafialnej wspólnotie życie św. Jana Bożego i jego posługę pośród ludzi chorych, biednych, odrzuconych, zepchniętych na margines społeczny, stawiając go za wzór zaangażowania na rzecz potrzebujących pomocy w dzisiejszym świecie, a zarazem podkreślając znaczenie

kultu świętych w życiu każdego człowieka wierzącego, mającego dążyć do świętości.

Na każdej z siedmiu odprawionych w tym dniu Mszy św. licznie zgromadzeni wierni słuchali z uwagą homilii wygłoszonych przez o. Dorociaka. Wystawione materiały promocyjne Zakonu, ulotki powołaniowe, egzemplarza kwartalnika, obrazki z wizerunkiem św. Jana Bożego znikwały z kościelnych stołów i półek po każdej Eucharystii. Wszyscy też – proboszcz, parafianie, pracownicy i duszpasterze – okazali nam wiele ciepła i zainteresowania podczas licznych rozmów przy stole i na promocyjnym stoisku. Produkty i poradniki bonifraterskie skończyły się już koło południa. „Musicie przyjechać tu tirem załadowanym waszymi ziołami. Takie tu jest zapotrzebowanie” – mówiła jedna z parafianek rozczerowana brakiem produktów bonifraterskich.

Dla tarnobrzесkich pracowników służby zdrowia ten dzień stanie się ważną datą w kalendarzu – dziś właśnie otrzymali relikwie swojego patrona. Po liturgii każdy z parafian mógł uczcić relikwie św. Jana Bożego poprzez ich ucałowanie.

Opuszczaliśmy gościnną parafię z niewzruszoną nadzieją, że św. Jan Boży otoczy swą opieką zarówno mieszkańców, jak i prowadzone przez nich liczne dzieła parafialne, a Księdzu Prałatowi nie poskąpi łaski zdrowia. „Nie zapomnimy o hasle św. Jana Bożego – «Bracia czynicie dobro dla miłości Boga». Odwiedzajcie nas jak najczęściej” – pożegnał nas ks. Prałat.

Święty Janie Boży, wierny świadku Ewangelii – módl się za nami...

Br. Mateusz Biczak OH

Kaplica pw. Świętych Aniołów Stróżów

W katowickim Konwencie Bonifratrów zakończyły się prace konserwatorskie zmierzające do przywrócenia pierwotnego wystroju klasztornej kaplicy, a zarazem kolejny etap prac remontowych prowadzonych w szpitalu po jego powrocie w 2009 roku do Zakonu. Kaplica pw. Świętych Aniołów Stróżów zbudowana została w latach 1872–74, równocześnie ze szpitalem i domem zakonnym bonifratrów. Jest najstarszym obiektem sakralnym w dzielnicy Bogucice i jednym z trzech najstarszych w Katowicach. Przez cały czas – wyłączając jedynie okres okupacji hitlerowskiej – służyła zarówno chorym ze szpitala, jak i okolicznym mieszkańcom.

Głównym celem przeprowadzonych prac było uratowanie zabytku przed zniszczeniem i dalszą degradacją techniczną. Prace te obejmowały wzmocnienie tynków

w miejscach ich odspojenia od podłoża, modernizację przestarzałej, zagrażającej pożarem instalacji elektrycznej, likwidację zawilgoceń. Odkryto polichromię ścian, przeprowadzono konserwację techniczną oraz estetyczną, zgodnie z badaniami odkrywcowymi i stratygrafią warstw, oczyszczono i zabezpieczono polichromię stropu. Z istniejących malowideł usunięto kurz i zabrudzenia. Polichromię utrwalono i wypunktowano. Przeprowadzono badania systematyzujące chronologię nawarstwień malowidła. Obecnie, po konserwacji, możemy podziwiać oryginalne piękno kaplicy.

Wymieniono w kaplicy także konfesjonał, odnowiono wyposażenie zakrystii, na ścianach zawisły stacje drogi krzyżowej w nowych ramach, a na chórze zamontowano nowe organy. Zawdzięczamy to – podkreśla przeor konwentu o. An-



zelm Skiba – ofiarności Współbraci całej Prowincji Polskiej, którzy podarowali m.in. szaty liturgiczne, krzyż na tabernakulum, konfesjonał, meble do zakrystii oraz organy.

Dzięki przeprowadzonym pracom możliwe stało się transmitowanie tegorocznych obchodów Triduum Paschalnego na wszystkie sale chorych.

Damian Stępień

Medal

Kapituła Medalu „Dziękujemy za wolność” na wniosek Stowarzyszenia „Sieć Solidarności”, a także innych organizacji o solidarnościowym i opozycyjnym rodowodzie (Stowarzyszenie NZS 80) postanowiła uhonorować kolejną grupę osób wywodzących się z wielkiego ruchu społecznego Solidarność.

Uroczyste wręczenie Medalu odbyło się 25 kwietnia w Urzędzie Miasta Krakowa. Wśród uhonorowanych znalazł się prezes Bonifraterskiej Fundacji Dobroczynnej w Konarach Marek Krobicki – członek Komitetu Strajkowego pierwszego w Polsce strajku studenckiego w listopadzie 1980 roku

na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie, działacz NZS na Akademii Medycznej, a potem członek Zarządu NSZZ Solidarność w Zespole Opieki Zdrowotnej Kraków-Śródmieście, następnie przewodniczący NSZZ S w Szpitalu Bonifratrów św. Jana Grandego w Krakowie, a od 1 maja 1991 roku z rekomendacji Solidarności – po wygraniu konkursu – przez 20 lat dyrektor Szpitala.

Medal „Dziękujemy za wolność” jest szczególnym wyróżnieniem, od solidarnych dla solidarnych, jest też swoistym wyrazem wdzięczności dla tych, którzy w tamtych trudnych czasach mieli odwagę upomnieć się o wolność.





Dzień Godności Osoby Niepełnosprawnej

Ustanowiony przez Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym w roku 1999 Dzień Godności Osoby z Niepełnosprawnością Intelleksualną miał na celu uświadomienie społeczeństwu różnorodnych możliwości osób z tym rodzajem niepełnosprawności, a także zwrócenie uwagi na bariery – edukacyjne, zawodowe, komunikacyjne, prawne, kulturalne



– uniemożliwiające im prowadzenie normalnego życia. Oficjalnie Dzień Godności Osoby z Niepełnosprawnością Intelleksualną ustanowiony został na 5 maja. Data ta została wybrana nieprzypadkowo, tego bowiem dnia w całej Europie obchodzony jest Dzień Walki z Dyskryminacją Osób Niepełnosprawnych.

Właśnie 5 maja tego roku – po raz pierwszy w powiecie krakowskim – obchodziliśmy Dzień Godności Osoby Niepełnosprawnej, zainicjowany i zorganizowany przez Bonifraterską Fundację Dobroczynną w Konarach.

Spotkanie rozpoczęło się w kościele pw. św. Bartłomieja Apostoła w Mogilanach, gdzie powitał wszystkich Ks. Proboszcz, który pobłogosławił rozpoczynające się uroczystości, po czym przemaszzerowaliśmy do Zespołu Dworskiego w Mogilanach na spotkanie z wójtem Gminy Mogilany Piotrem Piotrowskim, posłanką na Sejm Jagną Marczułajtis, wicestarostą powiatu krakowskiego

Wojciechem Pałąką, przedstawicielem PCPR-u w Krakowie, a także z delegacjami szkół w Mogilanach i Bukowie, które z radością przyjęły nasze zaproszenie.

Dalszy ciąg uroczystości miał miejsce w Świątnikach Górnych, gdzie w kościele pw. św. Stanisława powitał nas i pobłogosławił ks. Grzegorz Mrowiec, proboszcz tutejszej parafii, i gdzie dołączyli do nas uczniowie z miejscowej szkoły podstawowej, ze szkół z Włosani i Wrząsowic, a także zaprzyjaźniona z Fundacją, krakowska wokalist-





ka Lidia Jazgar, która wraz z nami wszystkimi stanęła do pamiątkowego zdjęcia na schodach kościoła.

Prowadzeni przez stacjonującą w Konarach husarię przemaszerowaliśmy w radosnym pochodzie pod Urząd Miasta i Gminy, gdzie czekał na nas burmistrz Witold Słomka. Podczas marszów towarzyszyły nam wypisane na transparentach hasła: „Poznaj nas”, „Jesteśmy równi”, „Uśmiechnij się”, „Daj nam szansę”, „Patrzymy na siebie sercem”, „Bądź moim przyjacielem”, „Razem

łatwiej i weselej”, „Bądźmy otwarci na siebie”. Trzeba podkreślić, że w przygotowanie transparentów oraz bibułkowych kwiatów niesionych przez uczestników pochodu aktywnie włączyły się dzieci ze szkoły podstawowej w Konarach. Nad bezpieczeństwem marszu czuwała policja z komisariatu w Świątnikach Górnych oraz służba medyczna; patronat medialny objęła TV Kraków.

Uczestniczka Środowiskowego Domu Samopomocy Beata Woźniak odczytała Konwencję Praw Osób

Niepełnosprawnych, która została przekazana wójtowi Mogilan oraz burmistrzowi Świątnik Górnych. W swym liście gratulacyjnym skierowanym do prezesa Fundacji Marka Krobickiego prof. Andrzej Zoll przypominał, iż „Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej stanowi w art. 30, że godność człowieka jest przyrodzona i niezbywalna. Jest ona źródłem wolności i praw człowieka i obywatela. Jest przyrodzona, a więc związana z samym człowieczeństwem, a nie nadaniem określonych wolności i praw przez władzę publiczną”.

Wszyscy zaproszeni goście wykazali ogromne zainteresowanie, troskę i chęć pomocy osobom niepełnosprawnym, którymi na co dzień opiekuje się Bonifraterska Fundacja Dobroczynna w Konarach. Mamy nadzieję, że tegoroczny, radośnie i serdecznie obchodzony Dzień Godności Osoby Niepełnosprawnej stanie się nową formą wzajemnej integracji i da początek tradycji kontynuowanej w kolejnych latach.

Jolanta Tarasiuk, Jadwiga Gawor
Fot. Mieczysław Orman

Spotkanie formatorów z Europy

W Krakowie w dniach 1–2 czerwca br. odbyło się spotkanie braci zajmujących się formacją postulantów, nowicjuszy i scholastyków w prowincjach europejskich, które obejmują: Polskę, Czechy, Słowację, Austrię, Niemcy, Węgry, Chorwację. Z Prowincji Polskiej obecni byli: magister scholastykatu – br. Łukasz Dmowski, nowicjatu – br. Sadok Snopek, postulat – br. Jonasz Wojewodzic, oraz br. Tymoteusz Hołozubiec odpowiedzialny za duszpasterstwo powołań. Celem spotkania była integracja formatorów, wymiana doświadczeń oraz poszukiwanie odpowiedzi na pytanie, jak powinna wyglądać formacja dzisiaj i w przyszłości w zmieniającej się Europie.

Gościem specjalnym podczas tych dni była siostra Iwona Oleśńska ze Zgromadzenia Sióstr Szpitalnych od Najświętszego Serca Jezusa. Siostra zwróciła szczególną uwagę na to, że żyjemy dziś w środowiskach wielokulturowych, co wyraźnie widać w dużych miastach. Nasze wspólnoty zakonne będą stawały się wielokulturowe, co oznacza, że w jednym klasztorze będą posługiwać bracia czy siostry pochodzący z różnych krajów. Już dziś powinniśmy pracować na usuwaniu barier, np. językowych, oraz koncentrować się na tym, co nas łączy, czyli na wierności charyzmatowi.

Br. Sadok Snopek OH



Wizyta pasterska ks. biskupa Adama Szala w Iwoniczu



W ramach kanonicznej wizytacji duszpasterskiej przeprowadzanej w dniach 15–16 maja biskup pomocniczy diecezji przemyskiej ks. Adam Szal odwiedził Dom Pomocy Społecznej Zakonu Bonifratrów w Iwoniczu. Zebrani w naszej domowej kaplicy bracia z o. prowincjałem Eugeniuszem Kretem i przeorem o. Michałem Ziębą, a także mieszkańcy Domu i pracownicy serdecznie powitali Czcigodnego Gościa. Słowa powitania wygłosił jeden z podopiecznych Stanisław Przeklasa.

Głównym punktem wizyty było nabożeństwo majowe, podczas któ-



rego odśpiewano Litanię Loretańską oraz wysłuchano Słowa Bożego skierowanego przez Księdza Biskupa do zebranych. Na zakończenie nabożeństwa wszyscy otrzymali pamiątkowe obrazki, dla Księdza Biskupa zaś przygotowany został prezent w postaci odlewu gipsowego wykonanego przez mieszkańców Domu na terapii zajęciowej.

Z uśmiechem i słowami szczerzego zainteresowania Ksiądz Biskup w asyście o. Przeora, o. Prowincjała oraz księży z iwonickiej parafii odwiedził następnie mieszkańców Domu w ich pokojach, rozmawiał z podopiecznymi i udzielał im błogosławieństwa Bożego, po czym oprowadzany przez gospodarzy obejrzał, jak postępują prowadzone prace remontowe i jakie są dalsze plany na przyszłość.

Wszyscy mile będziemy wspominać spotkanie z naszym Dostojnym Gościem, jego niezwykłą otwartość, prostotę i łatwość, z jaką potrafił z każdym nawiązać kontakt. Niech słowa – miłe słowa – jakie dane nam było usłyszeć w ciągu tej wizyty od naszego Biskupa, staną się dla każdego z nas długotrwałą zachętą do jeszcze większego zaangażowania się na rzecz naszej wspólnoty, a otrzymane błogosławieństwo niech zaowocuje wzrostem i pogłębieniem naszej wiary.

Joanna Stanisz



W ostatnią niedzielę maja w bonifraterskim ogrodzie klasztorным odbyło się rodzinno-integracyjne spotkanie, na które licznie przybyli nasi współpracownicy z rodzinami, pensjonariusze DGR i ich rodziny, siostry zakonne współpracujące w konwencie przy Sapieżyńskiej wraz ze wspólnotami, a także oczywiście my, Bonifratrzy.

Niebiosa były nam przychylne, dając piękną pogodę. Na przybyłych czekało wiele atrakcji – dzieci najbardziej cieszyły się przejażdżką na koniku, u dorosłych zaś spore emocje budził konkurs wiedzy o Konwencie Bonifratrów, do którego zgłosiło się 14 chętnych. Test nie był łatwy, ale wszyscy zaliczyli go pomyślnie. Największą liczbę punktów – 38 na 40 możliwych – zdobyła p. Małgorzata Dziekańska, ona też otrzymała główną nagrodę.

Czas szybko minął wśród kwitnących roślin i pięknej muzyki.





Dzień Samarytański w Szpitalu Bonifratrów w Krakowie

Wychodząc naprzeciw potrzebom mieszkańców Krakowa, którzy na co dzień mają trudności z dostępem do specjalistycznych badań czy profilaktyki, Stowarzyszenie Przyjaciół Szpitala Zakonu Bonifratrów św. Jana Grandego we współpracy ze Szpitalem zorganizowało 31 maja br. Dzień Samarytański. Specjaliści z zakresu chirurgii ogólnej, chorób naczyń, diabetologii, endokrynologii, dermatologii, okulistyki, urologii, ziołolecznictwa, psychologii, diagnostyki obrazowej oraz dietyki (edukacji w cukrzycy) udzielili łącznie 143 porady. Ponadto przez cały czas trwania akcji studenci pielęgniarstwa dokonywali pomiarów ciśnienia oraz poziomu cukru we krwi, z czego skorzystało 164 pacjentów.

O godzinie 13:30 w Ogrodzie Bonifraterskim odprawiona została uroczysta Msza św. zakończona błogosławieństwem relikwiami św. Jana Grandego, patrona naszego Szpitala. Dzień ten uświetniły koncerty Krakowskiego Towarzystwa Śpiewaczego ECHO oraz Zespołu Boni Fratres Band z Łodzi.

Na przybyłych pacjentów, pracowników oraz gości w Ogrodzie Bonifraterskim czekało wiele atrakcji. Firma ECOLAB Sp. z o.o. oraz HCS

Europe sp. z o.o. prowadziły edukację z zakresu higieny mycia rąk. Wolontariusze promowali działalność wolontariatu w naszym Szpitalu, pracownicy i uczestnicy Warsztatów Terapii Zajęciowej przy DPS w Zebrzydowicach prezentowali własne rękodzieła, apteka „Uzdrowienie Chorych” częstowała odwiedzających bonifraterskimi herbatkami. Pracownicy NFZ umożliwili zainteresowanym założenie konta w Zintegrowanym Informatorze Pacjenta, a ratownicy Krakowskiego Pogotowia Ratunkowego prezentowali wyposażenie karetki oraz uczyli zasad pierwszej pomocy. Na najmłodszych czekały atrakcyjne zabawy prowadzone przez Animatora, przejażdżki na kucyku, wata cukrowa oraz słodycze.

W tym pełnym wrażeń dniu wszyscy mogliśmy liczyć na pyszny poczęstunek przygotowany przez firmę Aspen.

Alicja Homel



Biesiadowanie zakończyliśmy wspólnym odśpiewaniem Litanii Loretańskiej przy figurze Matki Bożej Królowej Pokoju.

Br. Marcin M. Cegła OH





Eliksiry młodości i zdrowia



Z pewnością nie trzeba nikogo przekonywać, że warzywa i owoce są naszymi sprzymierzeńcami w utrzymaniu organizmu w jak najlepszej kondycji zdrowotnej i znacznie przedłużają naszą młodość. Mimo to jednak – choć wszyscy o tym wiemy – nasza codzienna dieta nie zawsze zawiera dostateczną ilość produktów roślinnych, co zazwyczaj wynika z indywidualnych preferencji i upodobań. Niestety nie wszyscy lubimy owoce i warzywa. Często bierze się to stąd, że nie do końca mamy świadomość istnienia wielu różnorodnych przepisów i możliwości przygotowania potraw, które mogą być dla nas niezwykle atrakcyjne smakowo, właśnie z warzyw i owoców. Wystarczy tylko trochę inspiracji, wyobraźni i... dobry blender.

Od pewnego czasu na całym świecie – a coraz częściej także w Polsce – bardzo popularne stają się koktajle przygotowane z surowych warzyw, owoców i ziół oraz innych wartościowych składników. Skład koktajli bywa niezwykle urozmaicony i różnorodny, ważne jest, aby były przygotowane ze świeżych i zdrowych produktów, o odpowiednio dobranych proporcjach, tak by całość była atrakcyjna pod względem smakowym. Dla przykładu – nie każdy jest w stanie w jednym posiłku zjeść pęczek pietruszki czy garść świeżego szpinaku.

Tymczasem okazuje się, że jeśli sporządzimy z nich koktajl, dodając owoce, np. pomarańcze, kiwi, jabłka czy banana, to uzyskujemy nie tylko zdrowy, ale również bardzo smaczny i odżywczy napój z mnóstwem witamin i składników mineralnych.

Spośród koktajli owocowo-warzywnych najzdrowsze są te o intensywniej zielonej barwie, którą zawdzięczają dodatkowi warzyw bogatych w chlorofil, czyli zielony „pigment” roślinny. Chlorofil jest substancją, która w organizmie rośliny spełnia tę samą rolę co w organizmie człowieka krew. Jego budowa jest zbliżona do budowy czerwonego barwnika krwi – hemoglobiny. Za to odkrycie amerykańscy badacze otrzymali Nagrodę Nobla. Dzięki swoim właściwościom chlorofil oczyszcza organizm ze szkodliwych toksyn i wolnych rodników, wspomaga tworzenie krwi, zapobiega infekcjom, przeciwdziała chorobom nowotworowym i dostarcza cennego magnezu niezbędnego do prawidłowej pracy systemu nerwowego. Zapewnia ponadto lepsze wykorzystanie białka, usprawnia czynność tarczycy, wzmacnia układ naczyniowy.

Soki z zielonych warzyw oprócz chlorofilu zawierają też sporo witaminy A, C, P, B oraz kwas foliowy – niezbędny każdej komórce od poczęcia do późnej starości. Kwas foliowy szczególnie zalecany jest kobietom planującym macierzyństwo oraz będącym w ciąży, gdyż zmniejsza ryzyko wystąpienia u płodu wad rozwojowych. Niedobór tej substancji sprzyja powstaniu anemii, chorób serca, a nawet nowotworów. Obok wymienionych substancji zielone rośliny dostarczają także wiele składników mineralnych, takich jak żelazo, wapń czy potas, przez co wpływają na utrzymanie prawidłowej równowagi kwasowo-zasadowej w organizmie. Natomiast zawarty w nich błonnik reguluje pracę układu pokarmowego i oczyszcza go z niebezpiecznych toksyn.





Które z zielonych warzyw możemy wykorzystać do sporządzenia koktajli? Nie ma żadnych specjalnych ograniczeń, najczęściej jednak bywa to natka pietruszki, seler naciowy, świeży ogórek, różne rodzaje sałaty, coraz bardziej popularny jarmuż, a także szpinak, mięta, brokuły itp. Wszystko zależy od naszej wyobraźni i preferencji smakowych.

Aby uzyskać smaczny napój, należy stosować się do kilku zasad, przede wszystkim trzeba pamiętać o właściwych proporcjach: na jedną część zielonych warzyw, dwie części owoców oraz płyn – woda, mleko roślinne, świeży sok owocowy itp. Jego ilość zależy od tego, czy wolimy napój bardziej lub mniej gęsty. Jeśli chodzi o rodzaj owoców, to podobnie jak w przypadku zielonych warzyw nie obowiązują tu żadne reguły, dodajemy to, co lubimy – banany, truskawki, jabłko, kawałki melona lub arbuza, wszelkie owoce jagodowe itp., przy czym najlepiej wybierać te, na które właśnie jest sezon. Koktajl najlepiej wypić zaraz po przygotowaniu – wtedy jest najsmaczniejszy i najzdrowszy.

Przy komponowaniu koktajli możemy korzystać z gotowych, sprawdzonych przepisów lub też uruchamiamy własną fantazję – metodą prób i błędów tworzymy swoje ulubione zestawy. Oczywiście nie musimy ści-



śle stosować się do podanych wyżej proporcji. Jeśli nie jesteśmy w stanie przekonać się to intensywnego smaku zieleniny, to możemy użyć jej mniej lub w ostateczności całkiem ją wyeliminować. Z pewnością zdrowiej będzie wypić świeży napój przygotowany z samych owoców niż zastąpić go gotowym sokiem z kartonu. Alternatywą dla słodkich koktajli z owocami są napoje wytrawne, przygotowywane z przewagą warzyw, głównie pomidorów, z dodatkiem aromatycznych ziół.

Aby koktajle były smaczne powinny mieć odpowiednio aksamitną konsystencję. W tym celu najlepiej użyć dobrego blendera kielichowego o odpowiednio dużej mocy, nie każde bowiem urządzenie poradzi sobie z dokładnym rozdrobnieniem wszystkich składników, zwłaszcza zielonych liści, przez co napój może stracić na swoich walorach smakowych.

Dajmy sobie szansę na zdrowie. Zamiast syntetycznych suplementów diety postawmy na naturę. Jest na to najlepszy czas – zaczyna się sezon na owoce i warzywa – prawdziwe skarby natury. Ich świeżość i różnorodność należy koniecznie wykorzystać. Zacznijmy tworzyć swoje własne kompozycje – napoje pełne słońca i energii!

Renata Mikołajek

Koktajl I

SKŁADNIKI

1 banan, 2 garści szpinaku, 1/4 świeżego ananasa, woda kokosowa lub mineralna

Koktajl II

SKŁADNIKI

Kilka liści jarmużu lub szpinaku, ½ pęczka natki pietruszki, 2 słodkie gruszki, 1 banan, sok z ½ cytryny, liście świeżej mięty do smaku, woda kokosowa lub mineralna

Koktajl III

SKŁADNIKI

1,5 szklanki świeżego szpinaku, wyciśnięty sok z 2 pomarańczy, kilka listków świeżej mięty



Koktajl IV

SKŁADNIKI

1 owoc kiwi, garść szpinaku, ½ zielonego ogórka, ½ łodygi selera naciowego, ½ jabłka, ½ szklanki soku z świeżego ananasa, 2 łyżeczki syropu klonowego lub miodu, woda kokosowa lub mineralna

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Obrane i pokrojone na kawałki składniki wraz z odpowiednią ilością płynu wrzucić do blendera i miksować aż do uzyskania jednolitej, aksamitnej konsystencji. Aby napój był bardziej orzeźwiający, część płynu można zastąpić kostkami lodu.

Przedstawione wyżej kompozycje koktajli są tylko przykładami. Można je modyfikować w zależności od upodobań i dostępności produktów. Jeżeli wolimy, żeby nasze koktajle były słodsze, możemy dodać miód, syrop klonowy lub większą ilość słodkich owoców.

Wydawnictwa bonifraterskie



Hubert Andrzej Matusiewicz OH

Brat Ludwik Perzyna (1742–1800), lekarz i pisarz w bonifraterskim habicie

Prowincja Polska Zakonu szpitalnego
św. Jana Bożego, Rzym-Warszawa 2010

Lekarz bonifratr Ludwik Perzyna, jedna z najwybitniejszych postaci polskiego Oświecenia, współpracownik Komisji Edukacji Narodowej, autor napisanych wyborną polszczyzną dzieł medycznych oraz pism religijnych do dziś przykuwa uwagę historyków, lekarzy, bibliografów i naukowców z różnych dziedzin. Uważany za prekursora wielu nowoczesnych metod diagnostyki i terapii oraz współtwórcę polskiej terminologii medycznej, był też niestrudżonym krzewicielem zasad higieny, profilaktyki i lecznictwa, zwłaszcza pośród najuboższej warstwy społecznej – „włościan”.

Jakim był człowiekiem? Czym się kierował w swej praktyce lekarskiej? Dlaczego wstąpił do Zakonu Bonifratrów? Dlaczego zaczął pisać – po polsku? Skąd czerpał inspiracje? Na te i wiele innych pytań próbuje odpowiedzieć współczesny bonifratr o. Hubert A. Matusiewicz, którego żmudne poszukiwania znalazły odzwierciedlenie w niniejszej publikacji, będącej swoistym kompendium dotychczasowej wiedzy o życiu i dziele najśłynniejszego spośród polskich braci Zakonu Szpitalnego w ciągu 400 lat ich obecności na polskich ziemiach.

Poradnik Bonifratrów. Praktyczne wskazówki żywienia w zdrowiu i chorobie

Konwent Bonifratrów – Łódź 1996

Wykorzystując swe wielowiekowe doświadczenie, a także opierając się na wynikach najnowszych badań naukowych bracia bonifratrzy w swym Poradniku dowodzą, że właściwe odżywianie jest równie ważne w zdrowiu, jak i w chorobie. Książka stanowi próbę przełamania pokutujących w społeczeństwie błędnych przekonań i stereotypów żywieniowych, a zarazem niezwykle przydatne źródło praktycznych wskazówek z zakresu żywienia w wielu najczęściej spotykanych chorobach.

Poradnik Bonifratrów. Porady medyczne i ziołolecznictwo

Kuria Prowincjalna Zakonu Bonifratrów,
Warszawa 2000

Celem Poradnika jest ukazanie etiologii najczęstszych chorób, sposobów ich rozpoznawania, a także leczenia z wykorzystaniem zarówno współczesnej wiedzy medycznej i farmaceutycznej, jak też wieletnich doświadczeń Zakonu w dziedzinie ziołolecznictwa. Napisana w sposób niezwykle przystępny przez braci – Błażeja Kozłowskiego (lekarza internistę) i Macieja Seiferta (ziołolecznika), książka może stać się cennym źródłem praktycznej wiedzy medycznej dla każdego.

Fotografie Adam Bujak, Wacław Klag
Tekst Aleksandra Orman

Bonifratrzy. Andaluzji do Polski

Wydawnictwo Biały Kruk, Kraków 2009

Wydany na jubileusz 400-lecia obecności bonifratrów na ziemiach polskich album prowadzi nas od korzeni Zakonu w Granadzie, poprzez mało znane, a przecież chlubne dzieje Zakonu w Polsce, aż do dnia dzisiejszego i współczesnej działalności Prowincji Polskiej. Album przybliży też dzisiejszym czytelnikom bonifraterskich świętych, zwłaszcza zaś osobę Założyciela Zakonu św. Jana Bożego. Wydany przez renomowaną oficynę „Biały Kruk” ze zdjęciami znanych polskich fotografików album stanowi fundamentalne świadectwo dziejów Zakonu Bonifratrów w Polsce.

Wilhelm Hunerman

Żebtrak z Granady

Kuria Zakonu Bonifratrów, Kraków 2011

Książka stanowi zbeletryzowany życiorys św. Jana Bożego, założyciela Zakonu Braci Miłosierdzia, w Polsce zwanych bonifratrami, patrona chorych i pracowników służby zdrowia. Życie Świętego jest przykładem, jak niezbadane i pełne tajemnic są drogi, którymi Bóg prowadzi człowieka. Jan przez wiele długich lat błądził po drogach życia, szukając swego powołania, zanim wreszcie odnalazł je w Granadzie, w całkowitym oddaniu się Bogu poprzez posługę chorym, opuszczonym, wyrzuconym na margines życia. Jego miłosierdzie względem każdego potrzebującego pomocy człowieka stało się podstawą bonifraterskiego charakteru na całym świecie.

Życiorys św. Jana Bożego, patrona chorych i pracowników służby zdrowia, czyta się jak niesamowitą książkę przygodową. Tułacz na obczyźnie, żołnierz walczący za ojczyznę, robotnik na polu, wędrowny księgarz, zamknięty w zakładzie dla obłąkanych, ciężko doświadczony cierpieniem. Z żebraka stał się największym dobroczyńcą Grenady. Jego życie jest dowodem na to, jak niezbadane i pełne tajemnic są drogi, jakimi Bóg prowadzi człowieka.

KURIA PROWINCJALNA

00-213 Warszawa
ul. Bonifraterska 12
tel.: 22 635 77 17
e-mail: kuria@bonifratrzy.pl
www.bonifratrzy.pl

PROMOTOR POWOŁAŃ

93-357 Łódź Chojny
ul. Kosynierów Gdyńskich 61
tel.: 660 482 635
e-mail: promotor@bonifratrzy.pl
www.facebook.com/brattymoteusz

POSTULAT

93-357 Łódź Chojny
ul. Kosynierów Gdyńskich 61a
tel.: 42 685 51 08
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.: 71 344 84 74

CIESZYN

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

IWONICZ

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. Św. ELŻBIETY WĘGERSKIEJ
38-440 Iwonice, ul. Floriańska 19
tel.: 13 435 05 21, 13 435 13 14
fax: 13 435 05 21
e-mail: bonifratrzy_iwonice@dps.pl

KATOWICE-BOGUCICE

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. Św. ANIOŁÓW STRÓŻÓW
ul. Ks. Markiełki 87, 40-211 Katowice-Bogucice
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
32-040 Świątniki Górne, Konary-Zielona 21
tel./fax: 12 270 40 84
e-mail: konwent@konary.pl

KRAKÓW

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



LEGNICA

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

ŁÓDŹ

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

PIASKI

KONWENT BONIFRATRÓW pw.
NAJSWIĘTSZEGO 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
48-200 Prudnik, ul. Piastowska 8
tel./fax: 77 436 26 05
e-mail: konwentprudnik@bonifratrzy.pl

WARSZAWA

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. Św. RYSZARDA PAMPURI
00-215 Warszawa, ul. Sapieżyńska 3
tel.: 22 635 64 67, 22 635 68 19
fax: 22 635 65 58
e-mail: przeor@bonifratrzy.warszawa.pl

REKTORAT

KOŚCIÓŁ pw. Św. JANA BOŻEGO
i Św. ANDRZEJA APOSTOŁA
00-213 Warszawa, ul. Bonifraterska 12
tel.: 22 831 41 40
e-mail: bonifraterska@bonifratrzy.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./fax: 18 207 09 09
e-mail: konwentzakopane@bonifratrzy.pl

ZĄBKOWICE ŚLĄSKIE

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

ZEBRZYDOWICE

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. Św. FLORIANA
34-130 Kalwaria Zebrzydowska, Zebrzydowice 1
tel./fax: 33 876 65 60
e-mail: konwentzebrzydowice@bonifratrzy.pl

DROHOBYCZ

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

NAZARET

KONWENT BONIFRATRÓW pw. ŚWIĘTEJ
RODZINY
Holy Family Hospital
P.O. Box 8, 16100 NAZARET – Israel
tel.: (00972) 46508900
e-mail: Bonifratrzy.Nazaret@gmail.com

LEDNICKIE WAKACJE



O. Jan Góra OP oraz Zakon Bonifratrów
zapraszają młodzież na spotkanie



PIERWSZA POMOC DUCHOWA I MEDYCZNA



19 – 26 lipca 2015 r.
Ustroń – Hermanice

Zapraszamy

- obecnych i przyszłych wolontariuszy
- wszystkich, którzy chcą pomagać bliźniemu
- pragnących przeżyć kilka dni z Bogiem medycyną i z nami

Przygotujmy się razem do **Świątowych
Dni Młodzieży**

w programie :

- wspólne uwielbianie Boga
- konferencje duchowe
- praktyczne szkolenie z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej
- zdobywanie umiejętności opieki nad chorym
- dzielenie się doświadczeniem bonifraterskiego ziołolecznictwa
- wycieczka w góry
- spotkania integracyjne

Zgłoszenia przyjmuje:
brat Tymoteusz Hołozubiec OH
tel. kom. 660 482 635
e-mail: promotor@bonifratrzy.pl

Więcej informacji na stronie
www.bonifratrzy.pl

adres spotkania:

Klasztor Dominikanów
ul. Dominikańska 14
Ustroń – Hermanice

