

## Ogłoszenia duszpasterskie

Ewangelia dzisiejsza ukazuje nam Jezusa powołującego pierwszych uczniów, którzy uwierzyli słowu Świętego Jana Chrzciciela i chcieli bliżej Go poznać. Niech i w nas nie gaśnie chęć poznawania i zbliżania się do Jezusa: może warto zaangażować się w działalność grup i wspólnot w naszej parafii, aby to pragnienie realizować.

**W styczniu** Msze św. popołudniowe od poniedziałku do piątku są odprawiane **o godz. 16.00**, a w sobotę o godz. 18.00. Kancelaria czynna po odprawionej Mszy świętej.

ZMIANA TERMINU! **21 stycznia o godz. 19.00** odbędą się kolejne warsztaty w ramach kursu Pierwszej Pomocy Emocjonalnej w grocie św. Michała Archanioła.

We **wtorek** z racji 16. dnia miesiąca modlimy się przez wstawiennictwo św. Jana Pawła II. Po Mszy popołudniowej **wspólny różaniec**.

## Intencje mszalne 15 - 21 stycznia 2024

### Poniedziałek, 15.01

7:00 + Halina GABER  
(od sąsiadów z ul. Balickiej)  
16:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.15)

### Wtorek, 16.01

7:00 + Halina GABER (od rodz. Rospond)  
16:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.16)  
**16:30 RÓŻANIEC**

### Środa, 17.01 - św. Antoniego

7:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.17)  
16:00 Nowenna do MBNP

### Czwartek, 18.01

7:00 + Halina GABER  
(od wnuka Grzegorza z rodziną)  
16:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.18)

W **środe** wspomnienie św. Antoniego, pustelnika. Zapraszamy na Mszę z nowenną do MBNP.

W tym dniu obchodzony będzie Dzień Judaizmu. Od czwartku 18 stycznia do czwartku 25 stycznia trwać będzie **Tydzień Powszechnej Modlitwy o Jedność Chrześcijan**.

W **piątek** wspomnienie św. Józefa Sebastiana Pelczara, biskupa przemyskiego i założyciela sercanek, który z wielką gorliwością i troską realizował program podniesienia wiedzy, wiary i ducha wśród wiernych i duchowieństwa swojej diecezji.

Za tydzień III niedziela miesiąca ze składką inwestycyjną oraz modlitwą podczas Mszy Świętej o godz. 12.00 w intencji rodzin przez wstawiennictwo św. Zeli, Ludwika i Teresy.

Trwa wizyta duszpasterska. Pełny terminarz dostępny na stronie [www.mydlniki.diecezja.pl](http://www.mydlniki.diecezja.pl)

Daru zdrowia i obfitości łask Bożych przyzywamy dla solenizantów i jubilatów tygodnia.

### Piątek, 19.01 - św. Józefa Sebastiana Pelczara

7:00 + Halina GABER  
(od rodziny Szlachta i matki chrzestnej)  
16:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.19)

### Sobota, 20.01

7:00 + Teresa STEC  
18:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.20)

### III Niedziela Zwykła, 21.01.2024

*Niedziela Słowa Bożego, św. Agnieszki*

**6:55 GODZINKI**  
7:30 Rez.  
9:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.21)  
10:30 Rez.  
12:00 Za Parafian. Dobroczynców.  
18:00 + Czesław PIWOWARCZYK  
w 29 r. śmierci



Nr 2/2024 (986)

# MAGNIFICAT

do użytku wewnętrznego

Pismo Parafii pw. Matki Bożej Nieustającej Pomocy w Krakowie-Mydlnikach

## 14 stycznia 2024 - II Niedziela Zwykła

### ANTYFONA NA WEJŚCIE (Ps 66, 4)

Niechaj Cię wielbi, Boże, cała ziemia i niechaj śpiewa Tobie, \* niech wysławia Twoje imię, o Najwyższy.

(1 Sm 3, 3b-10. 19)

### Czytanie z Pierwszej Księgi Samuela

Samuel spał w przybytku Pańskim, gdzie znajdowała się Arka Przymierza. Wtedy Pan zawołał Samuela, a ten odpowiedział: «Oto jestem». Potem pobiegł do Helego, mówiąc mu: «Oto jestem, przecieź mnie wołałeś». Heli odrzekł: «Nie wołałem cię, wróć i połóż się spać». Położył się zatem spać. Lecz Pan powtórzył wołanie: «Samuelu!» Wstał Samuel i poszedł do Helego, mówiąc: «Oto jestem, przecieź mnie wołałeś». Odrzekł mu: «Nie wołałem cię, synu mój. Wróć i połóż się spać». Samuel bowiem jeszcze nie znał Pana, a słowo Pańskie nie było mu jeszcze objawione. I znów Pan powtórzył po raz trzeci swe wołanie: «Samuelu!» Wstał więc i poszedł do Helego, mówiąc: «Oto jestem, przecieź mnie wołałeś». Heli zrozumiał, że to Pan woła chłopca. Rzekł więc Heli do Samuela: «Idź spać! Gdyby jednak ktoś cię wołał, odpowiedz: Mów, Pannie, bo sługa Twój słucha». Odszedł Samuel, położył się spać na swoim miejscu. Przybył Pan i stanawszy, zawołał jak poprzednim razem: «Samuelu, Samuelu!» Samuel odpowiedział: «Mów, bo sługa Twój słucha». Samuel dorastał, a Pan był z nim. Nie pozwolił upaść żadnemu jego słowu na ziemię.

(1 Kor 6, 13c-15a. 17-20)

### Czytanie z Pierwszego Listu Świętego Pawła Apostoła do Koryntian

Bracia: Ciało nie jest dla rozpusty, lecz dla Pana, a Pan dla ciała. Bóg zaś i Pana wskrzesił, i nas

również swą mocą wskrzesi. Czyż nie wiecie, że ciała wasze są członkami Chrystusa? Ten zaś, kto się łączy z Panem, jest z Nim jednym duchem. Strzeżcie się rozpusty! Bo czyż jakikolwiek grzech popełniony przez człowieka jest poza ciałem? Lecz ja wam mówię, kto grzeszy rozpustą, przeciwko własnemu ciału grzeszy. Czyż nie wiecie, że ciało wasze jest przybytkiem Ducha Świętego, który w was jest, a którego macie od Boga, i że już nie należycie do samych siebie? Za wielką bowiem cenę zostaliście nabyti. Chwalcie więc Boga w waszym ciele!

(J 1, 35-42)

### Ewangelia według Świętego Jana

Jan stał wraz z dwoma swoimi uczniami i gdy zobaczył przechodzącego Jezusa, rzekł: «Oto Baranek Boży». Dwaj uczniowie usłyszeli, jak mówił, i poszli za Jezusem. Jezus zaś, odwróciwszy się i ujrzawszy, że oni idą za Nim, rzekł do nich: «Czego szukacie?» Oni powiedzieli do Niego: «Rabbi! – to znaczy: Nauczycielu – gdzie mieszkasz?» Odpowiedział im: «Chodźcie, a zobaczycie». Poszli więc i zobaczyli, gdzie mieszka, i tego dnia pozostali u Niego. Było to około godziny dziesiątej. Jednym z dwóch, którzy to usłyszeli od Jana i poszli za Nim, był Andrzej, brat Szymona Piotra. Ten spotkał najpierw swego brata i rzekł do niego: «Znaleźliśmy Mesjasza» – to znaczy: Chrystusa. I przyprowadził go do Jezusa. A Jezus, wejrzawszy na niego, powiedział: «Ty jesteś Szymon, syn Jana; ty będziesz nazywał się Kefas» – to znaczy: Piotr.

## MYDLNICKIE KOŁĘDOWANIE

W KLUBIE KULTURY MYDLNIKI  
20 stycznia (sobota) o 17:00



ZESKANUJ KOD

**Parafia Rzymskokatolicka pw. Matki Bożej Nieustającej Pomocy**  
ul. Hemara 1, 30-198 Kraków – Mydlniki, tel. **12 626 04 53** lub **729 491 093**  
e-mail: [parafia@mydlniki.diecezja.pl](mailto:parafia@mydlniki.diecezja.pl)

→ Strona Parafii: [mydlniki.diecezja.pl](http://mydlniki.diecezja.pl) Strona Facebook: [fb.com/parafiamydlniki](https://fb.com/parafiamydlniki)

Numer Konta Bankowego Parafii: 15-1050-1445-1000-0023-0823-2921 ING Bank Śląski, oddział w Krakowie

**Bóg zapłać za wszelkie wyrazy wsparcia funkcjonowania naszej parafii!**

## Niedzielne rozważanie

Krzysztof Wons SDS/Salwator, niedziela.pl

Stanę z uczniami przy Janie, aby – jak oni – przeżyć moje pierwsze spotkanie z Jezusem. „Oto Baranek Boży” – to pierwsze słowa, jakie usłyszeli o Jezusie, gdy Go zobaczyli.

Kiedy po raz pierwszy wyraźnie zobaczyłem Jezusa w moim życiu? Kto mi Go pokazał? Spróbuję sobie przypomnieć słowa o Jezusie, które najbardziej poruszyły moje serce i zbliżyły do Niego. Kiedy to było? W jakich okolicznościach?

Wyobrażę sobie, że idę z uczniami za Jezusem. Zobaczą, jak Jezus odwraca się, patrzy na mnie i pyta: „Czego szukasz?”. Jakie przeczucie budzi się we mnie to pytanie? Czego najbardziej szukam w moim życiowym powołaniu?

„Gdzie mieszkasz?”. Będę patrzył na uczniów. Zobaczą, z jaką pasją pragną poznać Jezusa. Czy jest we mnie szczerze pragnienie poznania Jezu-

sa? Czy gotów jestem, jak uczniowie, zostawić wszystko, aby Go lepiej poznać? Co najbardziej osłabia we mnie pragnienie bycia z Jezusem?

„Pozostali u Niego”. Przebywanie z Jezusem pozwala lepiej Go poznać i rozmyślać się w Nim. Czy potrafię ofiarować sobie czas, aby pozostawać z Jezusem? Czy jestem hojny i wielkoduszny na modlitwie?

Zwrócę uwagę na entuzjazm uczniów po spotkaniu z Jezusem. Przebywanie z Jezusem przemienia. Czy w moim świadczeniu o Jezusie przeżywa osobiste doświadczenie czy też powierzchowność, autentyzm, a może brak wewnętrznego przekonania?

Będę prosił Jezusa, aby pociągał mnie do siebie, rozmyślał w sobie i rozbudził pragnienie Jego bliskości i zażyłej więzi. Będę trwał przy Nim i powtarzał: „Pragnę, abys w moim sercu miał zawsze pierwsze miejsce!”.

## Przez chrzest wchodzę do Kościoła

Kolejny materiał dotyczący hasła „Uczestniczę we wspólnocie Kościoła”.



### Przez chrzest staję się Dzieckiem Boga

„Nazywamy go darem – ponieważ jest udzielany tym, którzy nic nie przynoszą; łaską – ponieważ jest dawany nawet tym, którzy zawinili; chrztem – ponieważ grzech zostaje pogrzebany w wodzie; namaszczeniem – ponieważ jest święty i królewski (a królów się namaszcza); oświeceniem – ponieważ jest jaśniejącym światłem; szatą – ponieważ zakrywa nasz wstyd; obmyciem – ponieważ oczyszcza; pieczęcią – ponieważ strzeże nas i jest znakiem panowania Boga” *Katechizm Kościoła Katolickiego, nr 1216*

Przyjął chrzest – co to właściwie znaczy? Chrzest czyni nas przybranymi dziećmi Bożymi. Z Jezusem i przez Jezusa staliśmy się adoptowanymi córkami i synami najlepszego Ojca i dziećmi Królestwa Bożego. On tak umiłował świat, że dał nam Syna – Jezusa, który z miłości

umarł na krzyżu zamiast nas. Przez wiarę w Niego otrzymujemy życie wieczne z Ojcem, lecz także z braćmi i siostrami.

Choć każdy z nas powinien pamiętać o swojej dacie chrztu, jeszcze usilniej należy pamiętać, że rzeczywiste przyjęcie tego daru dokonuje się tylko w Bożym „teraz”, a my winniśmy stawać się tym, kim jesteśmy, przez codziennie ponawianie naszej osobistej decyzji o nawróceniu i panowaniu Chrystusa w naszym życiu.

Bycie dzieckiem Bożym wiąże się z odpowiedzialnością. Jako chrześcijanie mamy obowiązek naśladować Jezusa Chrystusa i dawać świadectwo Jego miłości i miłosierdzia wobec innych ludzi. Staliśmy się uczestnikami wspólnoty Kościoła i otrzymaliśmy sakramentalną pieczęć, która nas umacnia i jednoczy z innymi wierzącymi, ale tylko od naszych wolnych wyborów zależy, czy będziemy rozwijać otrzymaną na chrzcie wiarę.

### ZADANIA:

Poproś rodziców, żeby opowiedzieli Ci, co się działo w dniu Twojego chrztu (jeśli jest jeszcze taka możliwość). Opowiedz swoim dzieciom o ich chrzcie (data, kto był obecny, itd.).

## Wizyta duszpasterska (cd.)

**15 stycznia** (poniedziałek) od godz. **17:00**

• ks. *Proboszcz* - ul. Myczkowskiego 8 i ul. Łupaszkowski blok 5

• ks. *Damian* - ul. Łupaszkowski blok 7

**16 stycznia** (wtorek) od godz. **17:00**

• ks. *Proboszcz* - ul. Łupaszkowski blok 9

• ks. *Damian* - ul. Łupaszkowski blok 11

**17 stycznia** (środa) od godz. **17:00**

• ks. *Proboszcz* - ul. Łupaszkowski blok 15 i 17

• ks. *Damian* - ul. Łupaszkowski blok 13

## Znaczenie empatii w Pierwszej Pomocy Emocjonalnej

W dzisiejszym zabieganym świecie, pełnym stresu i napięcia, coraz większe znaczenie zyskuje umiejętność okazywania empatii. W szczególności, w kontekście Pierwszej Pomocy Emocjonalnej, empatia odgrywa kluczową rolę w zapewnianiu wsparcia i pomocy osobom przeżywającym trudne emocje. W niniejszym artykule omówię znaczenie empatii w Pierwszej Pomocy Emocjonalnej, przedstawiając argumenty poparte przykładami.

Pierwsza Pomoc Emocjonalna to zbiór technik i umiejętności, które pozwalają nam pomóc innym osobom w radzeniu sobie z trudnymi emocjami, takimi jak smutek, lęk czy złość. Jednym z kluczowych elementów tej pomocy jest empatia, czyli zdolność do zrozumienia i odczuwania emocji drugiej osoby. Empatia jest niezwykle ważna, ponieważ pozwala nam nawiązać głębszą więź z drugim człowiekiem, a także pomaga nam lepiej zrozumieć jego potrzeby i oczekiwania.

Po pierwsze, empatia w Pierwszej Pomocy Emocjonalnej jest istotna, ponieważ pomaga nam stworzyć bezpieczne i zaufane środowisko dla osoby potrzebującej wsparcia. Kiedy pokazujemy empatię, dajemy sygnał, że jesteśmy gotowi wysłuchać drugiej osoby i zrozumieć jej emocje. To sprawia, że osoba ta czuje się bardziej komfortowo i otwarcie mówi o swoich problemach. Przykładowo, jeśli ktoś przeżywa żal po stracie bliskiej osoby, empatyczne podejście drugiej osoby może pomóc w wyrażeniu tych emocji i rozpoczęciu procesu leczenia.

**18 stycznia** (czwartek) od godz. **17:00**

• ks. *Proboszcz* - ul. Balicka od 267 do 287

• ks. *Damian* - ul. Wapiennik blok 18D

**19 stycznia** (piątek) od godz. **17:00**

• ks. *Proboszcz* - ul. Darowskiego blok, 12a i 12

• ks. *Damian* - ul. Darowskiego blok 9

**20 stycznia** (sobota) od godz. **9:00**

• ks. *Proboszcz* - ul. Balicka blok 116 i ul. Balicka numery rosnące od 126 do 144

• ks. *Damian* - ul. Balicka numery malejące od 144 do 126

Po drugie, empatia w Pierwszej Pomocy Emocjonalnej pozwala nam lepiej zrozumieć potrzeby i oczekiwania osoby potrzebującej pomocy. Często osoby przeżywające trudne emocje nie są w stanie jasno wyrazić swoich potrzeb, ale empatia pozwala nam odczytać ich sygnały niewerbalne i zrozumieć, czego naprawdę potrzebują. Na przykład, jeśli ktoś wydaje się być przygnębiony i wycofany, empatyczna osoba może zrozumieć, że ta osoba potrzebuje przestrzeni i czasu dla siebie.

Po trzecie, empatia w Pierwszej Pomocy Emocjonalnej pomaga nam uniknąć potencjalnych błędów i nieodpowiednich reakcji. Często, gdy widzimy, że ktoś przeżywa trudne emocje, nasza pierwsza reakcja może być próba rozwiązania problemu lub pocieszenia tej osoby. Jednak bez empatii, nasze działania mogą być nieodpowiednie lub niezrozumiane przez drugą osobę. Empatia pozwala nam lepiej zrozumieć kontekst i potrzeby osoby, co umożliwia nam bardziej adekwatne reagowanie.

Empatia odgrywa kluczową rolę w Pierwszej Pomocy Emocjonalnej. Dzięki empatii tworzymy bezpieczne środowisko, lepiej rozumiemy potrzeby drugiej osoby i unikamy nieodpowiednich reakcji. W dzisiejszym świecie, gdzie emocje często są ignorowane lub bagatelizowane, umiejętność okazywania empatii jest niezwykle cenna. Dlatego warto rozwijać tę umiejętność i wykorzystywać ją w codziennym życiu, aby pomagać innym w radzeniu sobie z trudnymi emocjami.

Pozdrawiam, życząc dobrego tygodnia,

Ks. Damian