



MAGNIFICAT

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

28 stycznia 2024 - IV Niedziela Zwykła

ANTYFONA NA WEJŚCIE (Ps 106, 47)

Ratuj nas Panie, nasz Boże, * i zgromadź nas z krajów pogańskich, * abyśmy wielbili święte imię Twoje * i dumni byli z Twojej chwały.

(Pwt 18, 15-20)

Czytanie z Księgi Powtórzonego Prawa

Mojżesz tak przemówił do ludu: „Pan Bóg twój wzbudzi ci proroka spośród braci twoich, podobnego do mnie. Jego będziesz słuchał. Właśnie o to prosisz Pana Boga swego na Horobie, w dniu zgromadzenia: «Niech więcej nie słucham głosu Pana Boga mojego i niech już nie widzę tego wielkiego ognia, abym nie umarł»”. I odrzekł mi Pan: „Dobrze powiedzieli. Wzbudzę im proroka spośród ich braci, takiego jak ty, i włożę w jego usta moje słowa, będzie im mówił wszystko, co rozkażę. Jeśli ktoś nie będzie chciał słuchać moich słów wypowiedzianych w moim imieniu, Ja od niego zażądam zdania sprawy. Lecz jeśli który prorok odważy się mówić w moim imieniu to, czego mu nie rozkazałem, albo wystąpi w imieniu bogów obcych, taki prorok musi ponieść śmierć”.

(1 Kor 7, 32-35)

Czytanie z Pierwszego Listu Świętego Pawła Apostoła do Koryntian

Bracia: Chciałbym, żebyście byli wolni od utrapień. Człowiek bezzenny troszczy się o sprawy Pana, o to, jak by się przypodobać Panu. Ten zaś, kto wstąpił w związek małżeński, zabiega o sprawy świata, o to, jak by się przypodobać żonie. I doznaje rozterki. Podobnie i kobieta: niezamężna i dziewica troszczy się o sprawy Pana, o to, by była święta i ciałem, i duchem. Ta zaś, która wyszła za mąż, zabiega o sprawy świata, o to, jak by się przypodobać mężowi.

Mówię to dla waszego pożytku, nie zaś, by zadowalać was waszą wolą; ale po to, byście godnie i z upodobaniem trwali przy Panu.

(Mk 1, 21-28)

Ewangelia według Świętego Marka

W Kafarnaum Jezus w szabat wszedł do synagogi i nauczał. Zdumiewali się Jego nauką: uczył ich bowiem jak ten, który ma władzę, a nie jak uczeni w Piśmie. Był właśnie w ich synagodze człowiek opętany przez ducha nieczystego. Zaczął on wołać: «Czego chcesz od nas, Jezusie Nazarejczyku? Przyszedłeś nas zgubić. Wiem, kto jesteś: Święty Boga». Lecz Jezus rozkazał mu surowo: «Milcz i wyjdź z niego!» Wtedy duch nieczysty zaczął nim miotać i z głośnym krzykiem wyszedł z niego. A wszyscy się zdumiali, tak że jeden drugiego pytał: «Co to jest? Nowa jakaś nauka z mocą. Nawet duchom nieczystym rozkazuje i są Mu posłuszne». I wnet rozeszła się wieść o Nim wszędzie po całej okolicznej krainie galilejskiej.

Niedzielne rozważanie

Krzysztof Wons SDS/Salwator, niedziela.pl

Stanę blisko Jezusa, który naucza w synagodze. Wejdę w panujący tam klimat ciszy i zasłuchania. Będę wsłuchiwał się w Jezusa, aby doświadczyć mocy Jego słowa. Zobaczę zdumienie słuchaczy. Wypowiadane przez Jezusa słowa poruszają głęboko. Uczy jak ten, który ma władzę.

Jezus tak samo dzisiaj przemawia z mocą. Co mogę powiedzieć o mojej postawie słuchania? Czy Jego Słowo mnie porusza? Czy nie ulegam rutynie i przyzwyczajeniu? Jaki wpływ na moje codzienne życie ma Słowo usłyszane w Liturgii? (kontynuacja na kolejnej stronie)

wane jest świętem Matki Boskiej Gromnicznej. Msze św. o godz. 7.00, 9.00 i 18.00. **Przyniesmy świece** (gromnice), które poświęcimy na początku każdej Mszy świętej. Niech będą znakiem obecności Chrystusa – Światłości świata; zapalajmy je, jak mówi stara polska tradycja, w chwilach trwogi i zagrożenia, aby o tej obecności i opatrności Bożej sobie nieustannie przypominać. To święto to również **Światowy Dzień Życia Konsekrowanego**. Naszą modlitwą obejmujemy osoby podejmujące służbę Bogu i ludziom w różnych zakonach i zgromadzeniach. Ofiary składane na tacę przeznaczone będą na wsparcie zakonów klauzurowych.

Okazja do spowiedzi w tygodniu przed Mszą świętą, a w I czwartek i piątek od godz. 17.00.

W sobotę, 3 lutego, czcimy **św. Błażeja** - orędownika w chorobach gardła. Po Mszy św. ob-

rzęd błogosławieństwa św. Błażeja i poświęcenia jabłek. To również pierwsza sobota miesiąca z wieczornym **nabożeństwem fatimskim**.

Odwiedziny chorych w I. piątek wyjątkowo od godz. 10.00, a w I. sobotę od godziny 8.30.

W I niedzielę miesiąca po Mszy o godz. 9.00 zmianka różańcowa oraz możliwość skorzystania z **biblioteki parafialnej**, a po godz. 18.00 **Uwielbienie Jezusa**.

Zakończyliśmy wizytę duszpasterską. Serdecznie **dziękujemy** za chwile wspólnej modlitwy, świadectwo wiary, serdeczne przyjęcie oraz złożone ofiary, z których część przeznaczona jest na utrzymanie kapłanów w naszej parafii oraz na dzieła prowadzone przez diecezję. Bóg zapłać.

Wszystkim **życzymy** obfitości Bożego błogosławieństwa i Bożego światła na drogach codzienności.

Intencje mszalne 29 stycznia - 4 lutego 2024

Poniedziałek, 29.01

7:00 + Ryszard GAWLIK (od rodz. Błańdów)

16:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.29)

Wtorek, 30.01

7:00 + Marta i Ludwik

16:00 + Andrzej TOMASIEWICZ (greg.30)

Środa, 31.01 - św. Jana Bosko

7:00 + Siostra Miłostawa STĘPIEŃ (od Sióstr Karmelitanek Dzieciątka Jezus z Barcic)

16:00 Nowenna do MBNP

I. Czwartek, 1.02

7:00 + Ryszard GAWLIK (od rodz. Stacherów)

18:00 O dar nowych powołań kapłańskich, zakonnych i misyjnych

I. Piątek, 2.02 - Ofiarowanie Pańskie

7:00 + Siostra Miłostawa STĘPIEŃ (od rodziców)

9:00 + Ryszard GAWLIK

(od Parafialnego Oddziału Akcji Katolickiej)

18:00 Wynagradzająca za grzechy przeciw Najświętszemu Sercu Pana Jezusa

I. Sobota, 3.02

7:00 + Siostra Miłostawa STĘPIEŃ (od Sióstr Karmelitanek Dzieciątka Jezus z Mielca)

18:00 Wynagradzająca za grzechy przeciw Niepokalanemu Sercu NMP

V Niedziela Zwykła, 4.02.2024

6:55 GODZINKI

7:30 + Bożena STRZELICHOWSKA

9:00 + Kazimierz KADET w 3 r. śmierci

10:30 Dziękczynna w pierwszą rocznicę urodzin Adama z prośbą o Boże bł. opiekę MBNP dla niego i rodziców

12:00 Za Parafian.

18:00 + Krystyna MADEJ

(od córek: Romy, Małgorzaty i Joanny)



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

→ Strona Parafii: mydlniki.diecezja.pl Strona Facebook: [fb.com/parafiamydlniki](https://www.facebook.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!

Wejść w wydarzenie, które miało miejsce w synagodze. Opętany człowiek krzyczy, kiedy słyszy przemawiającego Jezusa. Wyobraź sobie osłupienie ludzi wyrwanych z zasłuchania i z zadumy. Sytuacja, która potrafi przerazić.

Uświadomię sobie, że najbardziej przerażająca jest w synagodze bieda człowieka, który znajduje się w mocy złego. Zły nie pozwala mu słuchać Jezusa. Rodzi się w nim lęk i agresja. Zło przeszkadza w spotkaniu ze Słowem.

Wydarzenie w synagodze przypomina mi, że zatrzymywane w sercu zło będzie mnie zamykało na szczere i hojne słuchanie Słowa. Czy

Przez chrzest wchodzę do Kościoła (c.d.)

Przedstawiamy kolejny materiał dotyczący hasła roku duszpasterskiego 2023/2024 „Uczestniczę we wspólnocie Kościoła”.

Moje obowiązki wynikające z chrztu

„Ochrzczeni, odrodzeni przez chrzest jako synowie Boży, zobowiązani są do wyznawania przed ludźmi wiary, którą otrzymali od Boga za pośrednictwem Kościoła, i uczestniczenia w apostołskiej i misyjnej działalności Ludu Bożego”
Katechizm Kościoła Katolickiego, nr 1270

Czy w trosce o dobre przeżywania mojego chrztu realizuję obowiązki wynikające z tego sakramentu?

Historycy podają, że w pierwszych wiekach chrześcijaństwa katechumen przygotowujący się do otrzymania chrztu miał dwa lub trzy lata na bliższe zapoznanie z Pismem Świętym oraz nauką Kościoła. Jednocześnie miał wdrażać się w praktyki ascetyczne, zwłaszcza: post, jałmużnę i różnego rodzaju umartwienia. Katechumen sam musiał się przekonać i zmotywować do przestrzegania wszelkich zasad moralności chrześcijańskiej i swoim postępowaniem miał udowodnić wspólnocie wierzących szczerą swoich zamiarów.

Pierwszym i podstawowym obowiązkiem ochrzczonego staje się uczestnictwo w potrójnej misji u Chrystusa i Kościoła, tj. w kapłańskim,

nie trwam w stanie grzechu ciężkiego? Silny niepokój, jaki budzi się w sercu pod wpływem Słowa, może być wezwaniem do oczyszczenia i zerwania ze złem.

Wysłucham się w Jezusa, który z całą mocą swojego słowa uwalnia człowieka nękanego przez zło. Jezus pokazuje mi, jak wielką moc posiada Jego słowo. Zapytam siebie o postawę wiary i przekonania, z jaką słucham Jego słowa.

Poproszę gorąco Jezusa, aby odnowił we mnie wiarę w moc Jego słowa. Będę Go prosił, aby mnie uwolnił od wszystkiego, co zamyka mnie na przyjęcie Jego słowa.

prorockim oraz królewskim posłannictwie. Zadanie kapłańskie dotyczy wszystkich wiernych i przejawia się w przyjmowaniu sakramentów, przede wszystkim – w korzystaniu z Eucharystii.

Zadanie prorockie to nic innego jak zachowywanie i ustawiczne pogłębianie wiary, korzystanie z charyzmatów oraz świadectwo życia. Królewskość oznacza zaś służenie innym na wzór Chrystusa. Owocem życia chrześcijańskiego są dobre czyny. Ten sposób głoszenia dobroci Boga jest szczególnie skuteczny i oczekiwany.

Każdy chrześcijanin powinien mieć w sercu osobistą „kartezjańską”, zasadę, a brzmi ona: „Miłuję, więc jestem”. Jestem chrześcijaninem, gdy staram się być dobry jak Ojciec.

ZADANIA:

- Porozmawiajcie o obowiązkach domowych. Czy łatwo przychodzi Wam je wypełniać?
- Zastanów się, czy poza uczestnictwem w Mszy Świętej moim codziennym życiem świadczę o przynależności do wspólnoty Kościoła?

Modlitwa do św. Jana Bosko

wspomnienie liturgiczne 31 stycznia

Miłosierny Boże, który wezwałeś św. Jana Bosko, by był ojcem i nauczycielem młodych, spraw, abyśmy zachęceni jego wielkim miłosierdziem mogli służyć Tobie i nigdy nie zmęczeni się prowadzeniem innych do Twego Królestwa. Amen.

Pierwsza Pomoc Emocjonalna

Jak ustawić zdrowe granice w relacjach osobistych?

Relacje osobiste odgrywają kluczową rolę w naszym życiu. Bez względu na to, czy są to relacje z rodziną, przyjaciółmi czy mężem lub żoną, zdrowe granice są niezbędne dla utrzymania równowagi i dobrostanu psychicznego. W tym artykule omówię, jak ustawić zdrowe granice w relacjach osobistych.

Na początku warto zdefiniować, czym są granice w relacjach osobistych. Granice to linie, które oddzielają nas od innych ludzi i określają, co jest dla nas akceptowalne i co nie. Ustalenie granic jest ważne, ponieważ pozwala nam na wyrażenie naszych potrzeb, oczekiwań i wartości, jednocześnie respektując prawa innych osób.

Pierwszym krokiem w ustalaniu zdrowych granic jest samoświadomość. Musimy zrozumieć, czego naprawdę chcemy i czego potrzebujemy w relacjach. Często jesteśmy skłonni poświęcać swoje potrzeby dla dobra innych, ale to może prowadzić do frustracji i niewłaściwego traktowania. Przykładem może być sytuacja, w której przyjaciel regularnie prosi nas o pomoc, ale nigdy nie jest dostępny, gdy my potrzebujemy wsparcia. W takim przypadku, ustalenie granic może oznaczać wyrażenie swoich potrzeb i oczekiwań wobec tej relacji, na przykład mówiąc: "Jestem zawsze tu dla ciebie, ale również potrzebuję, żebyś był tu dla mnie, gdy tego potrzebuję".

Kolejnym ważnym aspektem jest komunikacja. Musimy być w stanie jasno i otwarcie wyrażać

nasze granice w relacjach. Często obawiamy się, że wyrażenie naszych potrzeb może prowadzić do konfliktów lub odrzucenia, ale prawda jest taka, że zdrowe relacje opierają się na wzajemnym szacunku i zrozumieniu. Przykładem może być sytuacja, w której mąż czy żona nie szanuje naszej prywatności i regularnie przegląda nasze wiadomości lub e-maile. W takim przypadku, możemy wyrazić naszą granicę, mówiąc: "Szacuję twoją ciekawość, ale potrzebuję, żebyś nie przeglądał mojej prywatnej korespondencji. To jest dla mnie ważne".

Ostatnim, ale nie mniej istotnym aspektem jest konsekwencja. Musimy być konsekwentni w utrzymaniu naszych granic i nie pozwalać innym na ich naruszanie. Jeśli ustalimy granicę, ale nie będziemy jej egzekwować, inni ludzie mogą nie brać naszych potrzeb i granic na poważnie. Przykładem może być sytuacja, w której rodzic regularnie przekracza nasze granice, np. narzucając nam swoje zdanie lub decyzje. W takim przypadku, musimy być konsekwentni i stanowczo wyrazić naszą granicę, mówiąc: "Szukam twojej rady, ale ostateczna decyzja należy do mnie. Proszę, szanuj to".

Podsumowując, ustalanie zdrowych granic w relacjach osobistych jest kluczowe dla naszego dobrostanu psychicznego. Sama świadomość, komunikacja i konsekwencja są kluczowymi elementami w tym procesie. Pamiętajmy, że zdrowe granice nie tylko chronią nasze prawa i potrzeby, ale również budują zdrowe i satysfakcjonujące relacje z innymi ludźmi.

Pozdrawiam, życząc dobrego tygodnia,

Ks. Damian

Ogłoszenia duszpasterskie

W ostatnią niedzielę stycznia obchodzimy w Kościele Światowy Dzień Trędowatych.

We wtorek po Mszy świętej o godzinie 16.00 wspólny **różaniec**.

W środę wspomnienie św. Jana Bosko, charyzmatycznego duszpasterza młodzieży i wybitnego pedagoga XIX wieku, który całe życie poświęcił trosce o młodych.

Od czwartku (1.02.) wracamy do odprawiania Mszy wieczornych o godz. 18.00.

W tym tygodniu przypada **I czwartek** z całodzienną **adoracją** Najświętszego Sakramentu i modlitwą dziękczynną za dar Eucharystii i kapłaństwa. Będziemy również prosić na **różańcu** o godz. 17.30 o nowe i święte powołania.

W piątek będziemy przeżywać święto Ofiarowania Pańskiego, które w polskiej tradycji nazy-