

po wybuchu Etny. W tym dniu błogosławi się chleb jako znak dobroci oraz wodę i sól, która chroni przed niebezpieczeństwem ognia.

We wtorek wspomnienie św. Pawła Miki z towarzyszami – to japońscy misjonarze i męczennicy, którzy w tym dalekim kraju głosili Ewangelię i dla niej ponieśli śmierć. Po Mszy wieczornej wspólny **różaniec** i **spotkanie Parafialnego Oddziału Akcji Katolickiej**.

W II piątek miesiąca wieczorna **Msza święta** jest ofiarowana **za zmarłych** wypominanych w naszym kościele i za dusze czyścicowe.

W **sobotę** wspomnienie św. Scholastyki, siostry św. Benedykta, którą cechowały wielka wiara i ufność wobec Pana Boga.

W przyszłą **niedzielę**, 11 lutego, przypada

Światowy Dzień Chorego. W naszym kościele parafialny obchód dnia chorych z dodatkową Mszą świętą, podczas której udzielimy sakramentu chorych, zorganizujemy w **sobotę (10.02) o godz. 9.00**. Pół godziny wcześniej możliwość spowiedzi.

Za tydzień, w niedzielę z racji **40-godzinnego nabożeństwa**, które odprawiamy przed trzy kolejne dni poprzedzające Wielki Post, po Mszy świętej o godz. 12.00 będzie wystawienie Najświętszego Sakramentu i czas na osobistą modlitwę i adorację Jezusa (do godz. 18.00 do Mszy wieczornej).

Solenizantów i jubilatów zapewniamy o naszej modlitwie i życzliwości. Zmarłych polecamy miłosierdziu Bożemu.

Intencje mszalne 5 - 11 lutego 2024

Poniedziałek, 5.02 - św. Agaty

7:00 + Ryszard PIÓRKOWSKI

(od kolegi Marka – Michała Witkowskiego)

18:00 + Michał PASIUT

Wtorek, 6.02 - św. Pawła Miki i Towarzyszy

7:00 Bogu wiadomej intencji

18:00 O Boże bł., opiekę MBNP i potrzebne łaski dla Doroty z okazji imienin

18:30 RÓŻANIEC

Środa, 7.02

7:00 + Ryszard PIÓRKOWSKI

(od Krystyny i Józefa Smoleń)

18:00 Nowenna do MBNP

Czwartek, 8.02

7:00 + Ryszard PIÓRKOWSKI

(od Marii Włodarczyk)

18:00 + Krystyna MADEJ

(od Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Koło w Zakopanem)

Piątek, 9.02

7:00 + Ryszard PIÓRKOWSKI

(od rodz. Czajkowskich)

18:00 WYPOMINKOWA

Sobota, 10.02 - św. Scholastyki

7:00 + Ryszard PIÓRKOWSKI

(od rodz. Kądzików)

9:00 Msza święta w intencji chorych z sakramentem Namaszczenia

18:00 + Adam ADAMSKI w 6 r. ś.

VI Niedziela Zwykła, 11.02.2024

NMP z Lourdes

6:55 GODZINKI

7:30 + Helena i Władysław POMSTA w rocznicę śmierci

9:00 + Anna ZIELIŃSKA i Józef mąż

10:30 + Ryszard GAWLIK

(od syna z synową i dziećmi)

12:00 Za Parafian. Sakrament Chrztu

18:00 + Siostra Miłostawa STĘPIEŃ

(od parafii św. Jana Chrzciela z Przysietnicy)



Nr 5/2024 (989)

MAGNIFICAT

do użytku wewnętrznego

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

4 lutego 2024 - V Niedziela Zwykła

ANTYFONA NA WEJŚCIE (Ps 95, 6-7)

Przyjdźcie, uwielbiamy Boga, * zegnijmy kolana przed Panem, który nas stworzył, * albowiem On jest naszym Bogiem.

(Hi 7, 1-4. 6-7)

Czytanie z Księgi Hioba

Hiob przemówił w następujący sposób: «Czyż nie do bojowania podobny byt człowieka? Dni jego czyż nie są dniami najemnika? Jak sługa wzdycha on do cienia, i jak najemnik czeka na zapłatę. Tak moim działem miesiące nicości i wyznaczono mi noce udręki. Położę się, mówiąc do siebie: Kiedyż zaświta i wstanę? Przedłuża się wieczór, a niepokój mnie syci do świtu. Dni moje lecą jak tkackie czółenka, i kończą się, bo braknie nici. Wspomnij, że dni me jak powiew. Ponownie oko me szczęścia nie zna».

(1 Kor 9, 16-19. 22-23)

Czytanie z Pierwszego Listu Świętego Pawła Apostoła do Koryntian

Bracia: Nie jest dla mnie powodem do chluby to, że głoszę Ewangelię. Świadom jestem ciężkiego na mnie obowiązku. Biada mi bowiem, gdybym nie głosił Ewangeli! Gdybym to czynił z własnej woli, miałbym zapłatę, lecz jeśli działam nie z własnej woli, to tylko spełniam obowiązki szafarza. Jakąż przeto mam zapłatę? Otóż tę właśnie, że głosząc Ewangelię bez żadnej zapłaty, nie korzystam z praw, jakie mi daje Ewangelia. Tak więc nie zależąc od nikogo, stałem się niewolnikiem wszystkich, aby tym liczniejsi byli ci, których pozyskam. Dla słabych stałem się jak słaby, by pozyskać słabych. Stałem się wszystkim dla wszystkich, żeby uratować choć niektórych. Wszystko zaś czynię dla

Ewangelii, by mieć w niej swój udział.

(Mk 1, 29-39)

Ewangelia według Świętego Marka

Po wyjściu z synagogi Jezus przyszedł z Jakubem i Janem do domu Szymona i Andrzeja. Teściowa zaś Szymona leżała w gorączce. Zaraz powiedzieli Mu o niej. On podszedł i podniósł ją, ująwszy za rękę, a opuściła ją gorączka. I usługiwała im. Z nastaniem wieczora, gdy słońce zaszło, przynosili do Niego wszystkich chorych i opętanych; i całe miasto zebrało się u drzwi. Uzdrowił wielu dotkniętych rozmaitymi chorobami i wiele złych duchów wyrzucił, lecz nie pozwalał złym duchom mówić, ponieważ Go znały. Nad ranem, kiedy jeszcze było ciemno, wstał, wyszedł i udał się na miejsce pustynne, i tam się modlił. Pośpieszył za Nim Szymon z towarzyszami, a gdy Go znaleźli, powiedzieli Mu: «Wszyscy Cię szukają». Lecz On rzekł do nich: «Pójdźmy gdzie indziej, do sąsiednich miejscowości, abym i tam mógł nauczać, bo po to wyszedłem». I chodził po całej Galilei, ucząc w ich synagogach i wyrzucając złe duchy.

Niedzielne rozważanie

Krzysztof Wons SDS/Salwator, niedziela.pl

Będę kontemplował czułość i wrażliwość Jezusa spotykającego się z prostymi ludźmi. Wyobrażę sobie, jak przychodzi do domu Szymona i Andrzeja, i ujęty prośbą domowników uzdrawia teściową Piotra. Czy wierzę, że Jezus jest czuły na wszystko, co dzieje się w moim domu?

„Zbliżył się do niej i ująwszy ją za rękę, podniósł”. W kilku słowach opisana jest niezwykła dobroć Jezusa. Podobnie jak chora w domu

(kontynuacja na kolejnej stronie)



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!

Szymona, tak i ja mogę doświadczać codziennie Jego uzdrawiającej bliskości. Jezus chce, abym Go o to prosił.

Przypomnę sobie chwile z mojego życia, w których wyraźnie doświadczyłem, jak Jezus przenikał mnie swoją czułą dobrocią: zbliżał się do mnie, ujmował za rękę, podnosił... W ciszy będę adorował dobroć Jezusa, jakiej doświadczyłem w moim życiu.

Wyobrażę sobie tłumy, które wieczorem przychodzą do Jezusa ze swoimi chorymi. Wierzą, że potrafi im pomóc. Dla Jezusa nie ma chorób nieuleczalnych. Potrafi pomóc każdemu. Czy w to wierzę?

Wejść w tłum chorych, aby razem z nimi zbli-

żyć się do Jezusa. Czy potrafię poczuć się jak jeden spośród chorych i powiedzieć Jezusowi, że Go potrzebuję? Co jest moją największą raną? O co chciałbym prosić Jezusa?

Jezus wstaje bardzo wcześnie, „gdy jeszcze jest ciemno”, i idzie na pustynię, aby się modlić, chociaż „wszyscy Go szukają”. Będę wpatrywał się w Jezusa, który w ukryciu rozmawia ze swoim Ojcem.

Zbliżyć się do Jezusa, który rozmawia ze swoim Ojcem. Poproszę Go, aby uczył mnie głębokiej i czulej więzi ze swoim Ojcem. Przeprowadzę do Niego wszystkich, którzy – dotknięci różnymi chorobami – prosili mnie o modlitwę. Odmówię z miłością „Ojciec nasz”.

uczuć, zamiast oskarżać. Na przykład, zamiast powiedzieć: "Zawsze ignorujesz moje potrzeby", możesz powiedzieć: "Czuję się niedoceniony, gdy nie jestem uwzględniany w decyzjach".

3. Ucz się rozpoznawać i nazwać emocje:

Często jesteśmy ograniczeni w naszej komunikacji emocjonalnej, ponieważ nie potrafimy rozpoznać i nazwać naszych własnych emocji. Naucz się identyfikować, jak się czujesz, i używać odpowiednich słów, aby wyrazić swoje emocje. Może to być pomocne np. prowadzenie dziennika emocji, aby lepiej zrozumieć swoje uczucia i później komunikować je innym.

4. Bądź gotowy do wyrażenia i przyjęcia konstruktywnej krytyki:

Część komunikacji emocjonalnej to również przekazywanie i przyjmowanie konstruktywnej krytyki. Bądź otwarty na wskazówki od innych osób i nie bój się zadać pytań, aby lepiej zrozumieć, co możesz poprawić. Jednocześnie, jeśli ktoś wyraża krytykę, staraj się go słuchać bez defensywy i skupić się na tym, co możesz zrobić, aby rozwiązać problem.

5. Zadawaj pytania, aby lepiej zrozumieć drugą osobę:

Często domyślamy się, co druga osoba czuje lub potrzebuje, ale nie zawsze mamy rację. Zadawa-

nie pytań może pomóc nam lepiej zrozumieć drugą osobę i jej perspektywę. Unikaj jednak pytań sugestywnych i skierowanych na narzucanie swojego stanowiska. Pytaj w sposób otwarty i szczerze staraj się zrozumieć.

6. Ćwicz akceptację i wyrozumiałość:

Komunikacja emocjonalna wymaga akceptacji i wyrozumiałości wobec drugiej osoby. Nie zawsze będziesz zgadzać się z jej punktem widzenia, ale staraj się zrozumieć, że każdy ma prawo do swoich uczuć i perspektywy. Unikaj oceniania, negocjowania czy minimalizowania uczuć drugiej osoby.

Wyślij pączka do Afryki!

Jest to ogólnopolska akcja społeczna. Organizatorem jest Fundacja Kapucyni i Misje z Krakowa. Zbierane są środki pieniężne na realizację projektów prowadzonych przez misjonarzy kapucynów w Republice Środkowoafrykańskiej i Republice Czadu. Pomóc można przede wszystkim kupując „e-pączka” na stronie www.paczek.kapucyni.pl, a także kupując prawdziwego pączka na kermaszu, który prowadzi dzisiaj (4.02) nasza młodzież oazowa.

Wpłaty poprzez powyższą stronę internetową można dokonywać aż do Świąt Wielkanocnych.

Modlitewne czuwanie

W noc 17/18 lutego odbędzie się czuwanie w intencji trzeźwości w Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach. W programie: 21:00 Apel Jasnogórski, konferencja, 23.00 Różaniec, 24:00 Msza Święta, 2:00 Koronka do Bożego Miłosierdzia i 3:00 Droga Krzyżowa.

Ogłoszenia duszpasterskie

Z racji pierwszej niedzieli miesiąca dzisiaj po Mszy świętej Adoracja Najświętszego Sakramentu. Po Mszy św. o godz. 9.00 zmianka różańcowa oraz możliwość skorzystania z biblioteki parafialnej. Natomiast o godz. 18.00 **Uwielbienie Jezusa** z grupą Bliżej Boga oraz **Kurs Pierwszej Pomocy Emocjonalnej** dla doro-

Poprawa komunikacji emocjonalnej w bliskich relacjach to proces, który wymaga czasu, wysiłku i praktyki. Ucz się słuchać z empatią, wyrażać swoje emocje konstruktywnie, rozpoznawać i nazwać emocje, być gotowym do przyjęcia konstruktywnej krytyki, zadawać pytania i być akceptującym oraz wyrozumiałym. Pamiętaj, że zdrowa komunikacja emocjonalna jest kluczem do tworzenia trwałych i satysfakcjonujących więzi w bliskich relacjach.

Pozdrawiam, życząc dobrego tygodnia,
Ks. Damian

Może to być również forma wielkopostnej jałmużny.

Wszelkie szczegóły na temat działalności misyjnej kapucynów w Afryce oraz potrzeb znajdziemy na stronie Organizatorów.

Serdecznie zapraszamy do AKCJI :)



Intencja Papieska - luty 2024

Za chorych terminalnie

Módlmy się, aby chorzy w terminalnej fazie swojego życia oraz ich rodziny otrzymywali zawsze niezbędną opiekę i wsparcie, zarówno pod względem medycznym, jak i ludzkim.

słych o godz. 19.20 w grocie św. Michała.

Dzisiaj po Mszach świętych o 9:00, 10:30, 12:00 i 18:00 (lub do wyczerpania zapasów) Oaza zaprasza do włączenia się w akcję „Pączek dla Afryki” można zakupić pączka, a zebrane fundusze zostaną wpłacone działalność misyjną kapucynów w Afryce (www.paczek.kapucyni.pl).

Jutro wspomnienie św. Agaty, której wstawiennictwu przypisuje się ocalenie jej rodaków