



Parafia Świętego Michała Archaniola

www.michalarchaniol.pl • ul. Świętego Michała 2-4 • 62-200 Gniezno • tel. 61-426-15-51

Mojej Parafii

Nr 42 (1047) 2026

XXIX Niedziela Zwykła – 18 października 2026 r.

EWANGELIA (Mt 22, 15-21) *Oddajcie cesarzowi to, co należy do cesarza, a Bogu to, co należy do Boga*

Faryzeusze odeszli i naradzali się, jak by podchwycić Jezusa w mowie.

Posłali więc do Niego swych uczniów razem ze zwolennikami Heroda, aby mu powiedzieli: «Nauczycielu, wiemy, że jesteś prawdomówny i drogi Bożej w prawdzie nauczasz. Na nikim Ci też nie zależy, bo nie oglądasz się na osobę ludzką. Powiedz nam więc, jak ci się zdaje? Czy wolno płacić podatek cesarzowi, czy nie?»

Jezus przejrzał ich przewrotność i rzekł: «Czemu wystawiacie Mnie na próbę, obludnicy? Pokażcie Mi monetę podatkową!» Przynieśli Mu denara. On ich zapytał: «Czyj jest ten obraz i napis?» Odpowiedzieli: «Cezara». Wówczas rzekł do nich: «Oddajcie więc cesarzowi to, co należy do cesarza, a Bogu to, co należy do Boga».

Medytacja nad Słowem Bożym

Epizod, o którym mowa, miał miejsce na dziedzińcu świątyni. Jezus właśnie w trzech przypowieściach skrytykował uczonych w Piśmie i faryzeuszy jako nieudanych przywódców duchowych. Dotknięci tymi przypowieściami próbują pokonać Mesjasza, zasypując Go sprytnymi argumentami, zastawiając nań pułapki. Pytając o Jego ustosunkowanie się do płacenia podatków cesarzowi chcą wpędzić Jezusa w kłopoty polityczne. Gdyby pochwalil płacenie podatków, zdradziłby sprawę żydowską, której wielkimi zwolennikami byli faryzeusze. Gdyby natomiast pochwalil niepłacenie podatków, okazałby się buntownikiem i zostałby oskarżony o nawoływanie do rozruchów społecznych. Pytanie więc było trudne, a odpowiedź zobowiązująca. Zamiast wpaść w pułapkę, Jezus odpowiada dogłębnie i z całkowitą wiernością swojemu dotychczasowemu nauczaniu o Królestwie Bożym: dać cesarzowi to, co stosowne, nie zaniedbując dawania Bogu tego, co Mu się należy. Stwierdza, że zarówno zobowiązania polityczne, jak i religijne mogą być pełnoprawnie wypełniane. Płacenie podatków nie stanowi kompromisu względem obowiązków wobec Boga, a służenie Bogu nie wyklucza wspierania władz cywilnych. Przez tę odpowiedź Jezus nakazuje oddać cesarzowi nie życie, wiarę i serce, ale pieniądze, mamonę. Bogu natomiast trzeba oddać wszystko, co do Niego należy. A do Boga należy cała osoba ludzka,

która nosi w sobie wizerunek Boga żyjącego. Największym zatem życiowym zobowiązaniem każdego człowieka jest oddanie siebie Stwórcy – bez kalkulacji i pustej pobożności, oddanie własnego życia w Jego ręce. Wtedy naszej godności i wolności nie będzie w stanie zagrozić żaden cesarz ani żadna władza.

ks. Zbigniew Snarski

Ogłoszenia duszpasterskie – 18 października 2026 r. - XXIX Niedziela Zwykła

1. Dzisiejsza niedziela w całym Kościele poświęcona jest sprawie misji. Rozpoczyna się **Tydzień Misyjny**. Modlimy się w intencji misji i misjonarzy zakonnych i świeckich. Prosimy Boga, aby mogli oni skutecznie wypełniać swoje powołanie i nieść Ewangelię ludom i narodom, które wiarę zagubiły albo dotąd Boga nie poznały. To stosowny czas, abyśmy przypomnieli sobie, że do istoty życia Kościoła należy powołanie misyjne. Światowy Dzień Misyjny uświadamia nam też, jak bardzo Kościół jest różnorodny, a przez to rzeczywiście powszechny. To mozaika kultur, ras, języków i zwyczajów. Wielkie dzieło misyjne wspieramy na różne sposoby, dzisiaj także składając ofiary na Papieskie Dzieła Misyjne.
2. Każdy chrześcijanin na mocy sakramentu chrztu powołany jest do bezpośredniego zaangażowania się na rzecz głoszenia Ewangelii. Pamiętamy, że nieustannie mamy być światłem dla całej ludzkości w pielgrzymce wiary.
3. W dzisiejszą niedzielę modlimy się również za **pracowników służby zdrowia** z racji przypadającego w kalendarzu liturgicznym w dniu 18 października święta Świętego Łukasza Ewangelisty.
4. W najbliższy poniedziałek przypada **Narodowy Dzień Pamięci Duchownych Niezłomnych**. Został ustanowiony przez Sejm Rzeczypospolitej Polskiej w 2018 roku. Dzień ten ma być wyrazem hołdu dla kapłanów i innych osób duchownych, które swoją postawą dały świadectwo męstwa i patriotyzmu, a niejednokrotnie przelały też krew w obronie naszej Ojczyzny.
5. Wszystkich Parafian zapraszam na **nabożeństwa różańcowe**! Matka Boża w swych objawieniach wskazuje na różaniec jako mistyczną broń i narzędzie Bożych zwycięstw. Jako chrześcijanie nie walczymy mieczem. Naszym orężem jest różaniec. Codziennie od poniedziałku do piątku w naszym kościele o godz. **17.00** gromadzimy się na wieczornej Eucharystii, a po niej odprawiamy nabożeństwo różańcowe, a w sobotę o godz. **7.30**.
6. Spotkanie **dzieci, które przyjmą w przyszłym roku Pierwszą Komunię Świętą** odbędzie się we wtorek, **20 października 2026 roku o godz. 18.00**, w sali konferencyjnej.
7. **Spotkanie kandydatów do bierzmowania** z klasy VIII SP i kl. I Ponadpodstawowej w czwartek, **22 października 2026 roku o godz. 18.15**.
8. W TYM TYGODNIU PATRONUJĄ NAM:
 - we wtorek, **20 października** – **Święty Jan Kanty** (1390-1473), prezbiter, wykładowca teologii i filozofii, człowiek wielkiego miłosierdzia wobec ubogich;
 - w czwartek, **22 października** – **Święty Jan Paweł II** (1920-2005), papież, wielki czciciel Matki Chrystusa.
9. Już dziś informujemy, że w **Uroczystość Wszystkich Świętych**, 1 listopada br., procesja za zmarłych na cmentarzu św. Krzyża, rozpocznie się o godz. 13.00, a po niej Msza św.

Zachęcamy do modlitwy różańcowej za zmarłych, połączonej z tzw. „wymieniankami”. Kartki na wymienianki wyłożone są na stolikach.

10. Od **10 - 17 maja 2027 r.** nasza parafia organizuje pielgrzymkę do **Grecji** śladami św. Pawła. Na stolikach wyłożony jest program.
11. **Bóg zapłać** za ofiary na potrzeby parafii, a szczególnie za zeszlotygodniowe ofiary na fundusz remontowo-budowlany Parafii oraz na Fundację Trzeciego Tysiąclecia.
12. **Zapraszamy na nabożeństwa** stale w naszej parafii: ku czci św. Michała Archaniola we wtorek przed Mszą św. o godz. 8.00, w środę rano litania do św. Józefa, a wieczorem Nowenna do Matki Bożej Nieustającej Pomocy, w sobotę rano Godzinki ku czci Niepokalanego Poczęcia NMP.
13. Módlmy się w intencji zmarłych, **Wieczny odpoczynek racz im dać, Panie...**
14. Na nowy tydzień naszego życia życzę wszystkim naszym Parafianom, Przyjaciolom, Dobrodziejom i Sympatykom naszej Parafii obfitości Bożych darów. **Szczęść Boże.**

Jak pomóc bliskiej osobie z depresją? Słowa i gesty, które mogą uratować życie

Jak rodzina i przyjaciele mogą wesprzeć osobę pogrążoną w kryzysie? Czasem wystarczy drobna zmiana w otoczeniu, innym razem – cicha, wierna obecność.

Depresja nie jest chwilowym smutkiem. To choroba, która odbiera nadzieję, zamyka w ciemności i sprawia, że nawet najprostsze czynności stają się ogromnym wysiłkiem. Dodatkowy problem sprawia, że wielu ludzi utożsamia się ze swoją depresją. Choroba staje się podstawą ich tożsamości.

Dlaczego warto unikać etykiet?

W roku 2024 ukazał się istotny artykuł naukowy dotyczący młodzieży i młodych dorosłych doświadczających problemów z zakresu zdrowia psychicznego. Okazało się, że przyjmowanie etykiety np. „jestem autystykiem” czy „mam depresję” tylko pogłębia problem.

Osoba, która myśli o sobie wyłącznie w kategoriach choroby, może przestać wierzyć, że ma wpływ na swoje życie. Choć z reguły korzysta z farmakoterapii, często rezygnuje z psychoterapii i innych form pomocy (jak np. aktywność fizyczna i zmiana diety), które - jak pokazują coraz liczniejsze badania - mają kluczowe znaczenie dla pokonania depresji.

Dlatego zamiast utwierdzać chorego w przekonaniu, że depresja jest nieodłącznym elementem jego tożsamości, warto komunikować mu inną perspektywę. Słowa: „Doświadczasz trudności, ale wspólnie poszukamy rozwiązania” nie zamykają w schemacie, ale otwierają przestrzeń na zmianę. Takie podejście daje nadzieję i przypomina, że depresja nie definiuje człowieka – jest tylko trudnym etapem życia.

Rozmowa, która daje nadzieję – jak mówić, by naprawdę wspierać?

Szczególnym wyzwaniem jest sytuacja, gdy osobą doświadczającą symptomów depresji jest nastolatek. Nawet, gdy mamy dziecko zdrowe i doskonale funkcjonujące, w rozmowach z nim możemy odnieść wrażenie, jakbyśmy mówili do ściany. Pytamy: „Jak było w szkole?”, a odpowiedź brzmi „Okej”. Dopytujemy: „Co się stało?”, a dziecko odpowiada: „Nic”. Taka forma komunikacji jest szczególnie częsta w przypadku nastolatków doświadczających zaburzeń depresyjnych. Właśnie dlatego chciałabym podzielić się kilkoma poradami usprawniającymi komunikację.

Kluczowe jest zrozumienie, że depresja zmienia sposób odbierania rzeczywistości. Czasem chory nie mówi wiele, bo nie ma siły, innym razem – bo czuje, że i tak nikt go nie zrozumie. Dlatego warto postawić na komunikację, która nie zmusza do długich odpowiedzi, ale pokazuje, że druga osoba jest gotowa wysłuchać. Pomaga tu refleksyjne słuchanie, czyli parafrazowanie tego, co mówi rozmówca. Jeśli na przykład nastolatek rzuci w złości: „Nienawidzę, kiedy ze mną rozmawiasz,

zawsze jesteś taki władczy i wiesz wszystko. To tak jakbyś w ogóle mnie nie zauważał." rodzic może odpowiedzieć: „Widzę, że czujesz się zirytowany, bo masz wrażenie, że cię nie słucham”. Nie zawsze jednak trzeba szukać odpowiedzi. Czasem największą pomocą jest zwykła obecność. Gdy chory nie chce rozmawiać, wystarczy powiedzieć: „Jestem tu dla ciebie” albo po prostu być obok, bez naciskania, bez oceniania, bez oczekiwania, że rozmowa potoczy się w określonym kierunku, a nawet po prostu przytulając go.

Słowa, które wspierają

Kiedys trzynastoletnia Amelia, która sama doświadczyła depresji napisała na swoim (nieistniejącym już blogu "porcelanowe aniolki") mądry artykuł o tym, co potrzebuje usłyszeć osoba z depresją. Przytoczę kilka kluczowych sformułowań:

- Jestem przy Tobie. Nie zostawię Cię.
- Jesteś dla mnie ważny/ważna.
- Widzę, że jest Ci ciężko.
- Jeśli zechcesz porozmawiać – jestem tutaj.
- Jak mogę Ci pomóc?
- Nie ma nic złego w proszeniu o pomoc.
- To nie Twoja wina.
- Nie jesteś sam/a.
- Będę przy Tobie, nawet jeśli jest Ci źle.

Małe kroki, wielka zmiana – jak można realnie pomóc osobie z zaburzeniami depresyjnymi?

Osoba w depresji z reguły rezygnuje z aktywności, które wcześniej sprawiały jej radość. Świat staje się coraz mniejszy – najpierw znika ochota na spotkania z przyjaciółmi, potem zaniedbywane są drobne codzienne rytuały, aż w końcu jedyną rzeczywistością pozostaje łóżko i ekran smartfonu. Ten mechanizm można porównać do lejka depresji – im głębiej chory się w niego zapada, tym trudniej mu się wydostać.

Dlatego tak ważne jest, by bliscy pomagali stopniowo odbudowywać codzienność. Nie chodzi o wielkie zmiany, ale o małe kroki – zachęcenie do krótkiego spaceru, wspólne zjedzenie posiłku, przypomnienie o drobnych obowiązkach. Nawet jeśli chory nie czuje radości, warto go wspierać, bo każda mała aktywność to krok w stronę wyzdrowienia. Najprostsza rzecz, którą można zrobić na samym początku to lekkie przemeblowanie pokoju - podstawienie łóżka tuż pod oknem, tak by proste odsunięcie zasłon wpuściło promienie słoneczne. Badania pokazują, że słońce odgrywa ważną rolę w produkcji serotoniny, odpowiedzialnej za nasze samopoczucie, a najlepsze rezultaty daje wystawienie na działanie słońca przed południem. Samo odsłonięcie zasłon, tak by skąpać się w świetle słonecznym dużo daje.

Światło w ciemności – gdzie szukać nadziei?

Depresja nie jest tylko walką o zdrowie, ale także o nadzieję. Często osoby pogrążone w cierpieniu tracą sens życia, czują się opuszczone i bezwartościowe. W takich chwilach kluczowe jest przypomnienie, że nawet w największej ciemności Bóg jest blisko.

Jezus powiedział: „**Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię**” (Mt 11,28). Te słowa mogą stać się światłem dla każdego, kto czuje, że nie ma już sił. Modlitwa, rozmowa z kapłanem, wsparcie wspólnoty – to wszystko może być cennym elementem w procesie zdrowienia.

Warto pamiętać, że depresja nie jest oznaką słabości, lecz chorobą, którą można leczyć. A człowiek, nawet jeśli dziś czuje się zagubiony, wciąż jest bezcenny w oczach Boga. Czasem największą pomocą, jaką możemy dać drugiej osobie, jest przypomnienie jej o tym – cierpliwie, z miłością i nadzieją, że światło zawsze jest silniejsze od ciemności.