

APOSTOŁ TRZEŻWOŚCI

Vademecum duszpasterstwa trzeźwości



Zespół Apostolstwa Trzeźwości
przy Konferencji Episkopatu Polski
2009

Opracował Zespół:

ks. Zbigniew Kaniecki (red. odp.), O. Jan Karczewski OFM Cap., O. Krzysztof Kościelecki OFM Cap., ks. Piotr Kulbacki, Barbara Sowińska, Wanda Śniegocka, Małgorzata Tomczak, Sławomir Tomczak, Regina Ziarko Podlaska, Zofia Ziarko

Adres do korespondencji:

Ks. Zbigniew Kaniecki
ul. Krzywa 15
09 – 402 Płock
tel. (024) 261 38 79 lub kom. 0607 237 124
E-mail: zkaniecki@plock.opoka.org.pl
<http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl>

Projekt symbolu na 2009 pracy duszpasterskiej Kościoła w zakresie trzeźwości:

Małgorzata Tomczak

Wydawca:

Płocki Instytut Wydawniczy
Pl. Narutowicza 3
09-400 Płock
tel. (0-24) 262 68 44
e-mail: piw@plock.home.pl
www.wydawnictwo.plock.pl

ISBN 978-83-61193-21-0



Słowo Ks. Biskupa Tadeusza Bronakowskiego

„TROSKA O TRZEŹWOŚĆ TROSKĄ O ŻYCIE”

Na początku nowego roku ze szczególną mocą brzmią w naszych sercach słowa Chrystusa „Ja przyszedłem po to, aby [owce] miały życie i miały je w obfitości” (J 10,10). Stanowią one biblijne motto roku duszpasterskiego, którego hasło brzmi: „Otoczmy troską życie.”

Kościółw Polsce stając wobec współczesnych zagrożeń pragnie skierować uwagę wiernych na to niezwykle istotne zagadnienie. Program ma rozbudzić w naszych sercach wolę obrony życia nie tylko nienarodzonych dzieci, ale zmobilizować do troski o życie człowieka we wszystkich jego różnorodnych wymiarach: fizycznym, psychicznym i duchowym.

Sługa Boży Jan Paweł II w Encyklice *Evangelium Vitae* napisał: „(...) każde zagrożenie godności i życia człowieka głęboko wstrząsa samym sercem Kościoła, dotyka samej istoty jego wiary w odkupieńcze wcielenie Syna Bożego i przynagla Kościół, by pełnił swą misję głoszenia Ewangelii życia całemu światu i wszelkiemu stworzeniu (por. Mk 16, 15).” (EV 3) Niepodważalnym jest fakt, że problemy alkoholowe w sposób najgłębszy ranią życie duchowe, upośledzają życie psychiczne i szkodzą fizycznemu wymiarowi ludzkiej egzystencji. W dziedzinie duszpasterstwa trzeźwości w Polsce będziemy zatem realizować działania oparte na hasle: „Troska o trzeźwość troską o życie.”

Przede wszystkim akcent położony zostanie na działania pozytywne zapobiegające występowaniu tych problemów. W wielkim dziele przemiany naszej współczesnej kultury i budowania „cywilizacji życia”, troska o trzeźwość zajmuje ważne miejsce. Dlatego wciąż potrzeba nam jak największego zaangażowania w dziedzinie profilaktyki, edukacji i kształtowania wartościowych i godnych rozpowszechniania postaw, zwłaszcza wśród młodych Polaków.

Prosimy Wszechmogącego Ojca, aby nowy rok zaowocował wzrostem liczby ludzi, którzy sami trwając w trzeźwości, będą tę cnotę promować i rozszerzać w naszym społeczeństwie. Chcemy, aby jak najpowszechniejsze stało się rozważne wspieranie ruchów, grup i wspólnot, które przez troskę o trzeźwość wychowują do dojrzałej wiary i pobudzają do troski o życie duchowe, psychiczne i fizyczne.

Nie zapominamy także, że w zaleceniach ogólnopolskiego programu duszpasterskiego na ten rok została uwzględniona konieczność podejmowania pomocy duszpasterskiej osobom uzależnionym. Dlatego też troską otoczmy ludzi borykających się z nałogiem oraz ich rodziny i najbliższych. Chrystus narodził się w sposób szczególnych dla tych, którzy „potrzebują lekarza” (Łk 27, 31), a zatem życie naznaczone dramatem nałogu jest bezcennym darem strzeżonym w rękach Miłosiernego Ojca (por. Mt 6, 25-34).

W szlachetnej walce o przywrócenie godności życia nikt nie może być osamotniony i pozostawiony bez opieki. Każdy z nas, chrześcijan, wezwany jest mocą przykazania miłości do autentycznej troski o życie bliźniego. „Bóg Przymierza powierzył życie każdego człowieka drugiemu człowiekowi – jego bratu, zgodnie z prawem wzajemności dawania i otrzymywania, składania siebie w darze i przyjmowania daru bliźniego.” (EV 76) Przełamujemy zatem bariery egocentryzmu wychodząc do bliźnich z darem naszej miłości, której wzór Chrystus ukazał nam w postaci miłosiernego Samarytanina.

W opisanych wyżej oraz innych działaniach znaczącą pomocą niech będzie Vademecum duszpasterstwa trzeźwości na 2009 rok. Zgodnie ze swoją trafną nazwą i utrwaloną już tradycją jest ono godnym polecenia przewodnikiem, który w trudzie walki o trzeźwość pomaga nam zmierzać najlepszymi i wypróbowanymi drogami. Otrzymujemy zatem cenne wskazówki dotyczące najważniejszych wydarzeń duszpasterskich, pielgrzymkowych i rekolekcyjnych, wraz ze wskazaniem miejsc i terminów, w których się odbywają. Odnajdujemy również niezwykle przydatne pomoce na XLII Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu oraz miesiąc sierpień, w którym tradycyjnie apelujemy o abstynencję. Korzystajmy z otwartością i mądrością z wszystkich cennych wskazówek zawartych w Vademecum.

W tym roku na szczególną uwagę zasługuje dodatek poświęcony duszpasterstwu alkoholików i ich rodzin. Prosimy Wszechmogącego Boga, aby ta drobna niczym gorczyczne ziarnko pomoc zaowocowała we wspaniały sposób w życiu rodzin dotkniętych problemem alkoholowym. Niech pomaga odbudowywać miłość, jedność i zaufanie, aby odzyskać godność i siłę pozwalające wypełniać Boże powołanie do troski o życie.

Wielka wartość kolejnego numeru Vademecum jest niewątpliwą zasługą ofiarnej pracy Księdza Kanonika Zbigniewa Kanieckiego, Sekretarza Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy KEP oraz Jego oddanych i doświadczonych Współpracowników, którzy wspólnie przygotowali niniejsze opracowanie. Za to wszystko przekazujemy słowa wielkiego szacunku i serdecznych podziękowań.

Oby trud Autorów przyczynił się do umocnienia „ludu pielgrzymującego, ludu życia i dla życia” (EV 105) w szlachetnej walce o trzeźwość. Na ten rok duszpasterskiej posługi i troski o życie bliźniego z serca błogosławie

Bp Tadeusz Bronakowski
Biskup Pomocniczy Łomżyński
Przewodniczący Zespołu Apostolstwa Trzeźwości KEP

Łomża, 16 stycznia 2009 roku.

Podstawowe założenia duszpasterstwa trzeźwości

Misja zbawcza Kościoła dotyczy tak wieczności człowieka, jak i pełni jego rozwoju doczesnego. Nadużywanie alkoholu uniemożliwia pełny rozwój człowieka na ziemi oraz życie w miłości, prawdzie i wolności. Z tego względu staje się poważną przeszkodą na drodze do zbawienia.

W Polsce istnieje wiele dramatycznych problemów osobistych, rodzinnych i społecznych, będących konsekwencją nadużywania alkoholu.

Kościół w Polsce, świadom zagrożeń wynikających z nadużywania napojów alkoholowych, podejmował i podejmuje działania duszpasterskie w celu rozwijania i ugruntowania cnoty trzeźwości w Narodzie oraz w celu niesienia pomocy tym, którzy są zagrożeni lub cierpią na skutek problemów alkoholowych.

Każdy człowiek ma moralny – wynikający z prawa Bożego i naturalnego – obowiązek życia w trzeźwości. Istotą cnoty trzeźwości – zawartej w kardynalnej cnocie umiarkowania – jest odpowiedzialna postawa wobec napojów alkoholowych, wyrażająca się w korzystaniu z nich zgodnie z rozumem i wiarą (zob. KKK 1804).

W odniesieniu do dzieci i młodzieży cnota trzeźwości oznacza całkowitą abstynencję.

W odniesieniu do dorosłych oznacza abstynencję lub spożywanie alkoholu w niewielkich ilościach.

Przeciwnie cnocie trzeźwości jest każde nadużycie alkoholu. Jego konsekwencją staje się najczęściej alkoholizm, czyli chorobliwe uzależnienie od alkoholu.

*Zespół Apostolstwa Trzeźwości
przy Konferencji Episkopatu Polski*

Z tego trudnego doświadczenia, które nosi nazwę „Polska”, można wydobyć lepszą przyszłość, ale tylko pod warunkiem uczciwości, trzeźwości, wiary, wolności ducha i siły przekonań”. (Jan Paweł II)

XLII TYDZIEŃ MODLITW O TRZEŹWOŚĆ NARODU **22–28 lutego 2009 roku**

Hasło:

„TROSKA O TRZEŹWOŚĆ – TROSKĄ O ŻYCIE”

Niedziela 22 lutego 2009 r. – IV Niedziela Zwykła

- Modlimy się za tych, którzy troszcząc się o życie podjęli decyzję rezygnacji z używania napojów alkoholowych, kupowania ich i częstowania nimi.

Poniedziałek 23 lutego 2009 r.

- Modlimy się za tych, którzy troszcząc się o życie podjęli pomoc swoim bliskim nadużywającym alkoholu.

Wtorek 24 lutego 2009 r.

- Modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie należąc do ruchów, stowarzyszeń i pracując w organizacjach apostołstwa trzeźwości.

Środa 25 lutego 2009 r. (Popielec)

- Modlimy się za tych, którzy troszcząc się o życie włączyli się w spotkania grup samopomocowych dla osób uzależnionych i ich rodzin (AA, Al – Anon, Al – Ateen, DDA).

Czwartek 26 lutego 2009 r.

- Modlimy się za tych, którzy troszczą o życie jako pracownicy lecznictwa odwykowego i instytucji pracujących nad trzeźwością narodu.

Piątek 27 lutego 2009 r.

- Modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie jako nauczyciele i wychowawcy.

Sobota 28 lutego 2009 r.

- Modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie w swej posłudze kapłańskiej i świeckich apostołów trzeźwości.

INSTRUKCJA DUSZPASTERSKA NA TYDZIEŃ MODLITW O TRZEŻWOŚĆ NARODU

1. Alkoholizm należy dzisiaj do największych zagrożeń moralnych naszego społeczeństwa. Już od 42 lat przeżywając na początku Wielkiego Postu Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu, uświadamiamy sobie naszą odpowiedzialność za zbawienie sióstr i braci uzależnionych od alkoholu.

2. TM o TN jest realizowany w ramach duszpasterstwa zwyczajnego i nadzwyczajnego, które stawia sobie na celu:

- a) wyrobienie u wiernych odpowiedniej postawy wobec alkoholików,
- b) wychowanie do trzeźwości,
- c) kształtowanie nowych obyczajów,
- d) osobisty przykład abstynencji i modlitwy,

3. Duszpasterstwo trzeźwościowe prowadzi się m.in. przez głoszenie kazań, katechezy, nabożeństwa.

4. TM o TN jest tygodniem refleksji nad trzeźwym a zarazem radosnym sposobem spędzania wolnego czasu (od ostatniej niedzieli karnawału do środy popielcowej). Jest też czasem modlitwy i pokuty w intencji tych, którzy nadużywają napojów alkoholowych. (od środy popielcowej do I niedzieli Wielkiego Postu).

5. Aby dobrze przeżyć TM o TN należy w niedzielę 22 lutego 2009 r. przygotować w kościele stół, na którym należy wyłożyć Parafialną Księgę Trzeźwości. Niech przy tym stole trzeźwości dyżur pełni osoba ciesząca się dużym autorytetem religijnym i moralnym w parafii.

6. W niedzielę i wszystkie dni TM o TN korzystamy z pomocy liturgicznych zawierających **WPROWADZENIE** do liturgii, **ROZWAŻANIE** i **MODLITWĘ WIERNYCH**.

VII Niedziela Zwykła „B”

22 lutego 2009 r.

Czytania: *Iz 43, 18-19. 21-22. 24b-25 2 Kor 1, 18- 22; Mk 2, 1-12*

Modlimy się za tych, którzy troszcząc się o życie podjęli decyzję rezygnacji z używania napojów alkoholowych, kupowania ich i częstowania nimi.

Wprowadzenie do Mszy Św.

Dzisiejszą niedzielą rozpoczynamy dni modlitw o trzeźwość Narodu. W naszej ojczyźnie jest wiele wspólnot, które podejmują działania, aby w Polsce alkohol przestał być symbolem nieszczęść, zmartwień i tragedii. Podczas tej Eucharystii *„módlmy się za tych, którzy troszcząc się o życie podjęli decyzję rezygnacji z używania napojów alkoholowych, kupowania ich i częstowania nimi”*.

Na początku tej Najświętszej Ofiary przepróśmy Boga za naszą obojętność wobec problemu alkoholowego w swoim środowisku.

Rozważanie

Dzisiaj Bóg poprzez słowa Psalmu przypomina nam: „Błogosławiony człowiek, który myśli o biednym”.

Ileż razy słyszymy o nadużywających alkoholu: „To biedny człowiek”.

Czesław Miłosz w „Traktacie moralnym” pisał:

„Z ręk do ręk podajmy skromnej mądrości dar zwyczajny.

Jak widzisz, nie mam ja recepty,

Do żadnej nie należę sekty,

A ocalenie tylko w tobie”.

A ty Siostrzo, Bracie pytasz: Co ja mogę zrobić? Jestem bezradny. Św. Paweł pisał: „Wszystko mogę w tym, który mnie umacnia”. Co mogę? Możesz mieć pragnienie, aby było inaczej. Aby alkohol nie był przyczyną utraty celu życia ludzkiego. Jezus wyraża pragnienie: „Chcę, aby wszyscy byli tam, gdzie Ja jestem”. A jednocześnie Pismo św. powiada: „Nie łudźcie się (..) pijacy Królestwa Bożego nie odziedziczą”. Najpierw pragnienie a później trzeba podjąć walkę. Ciągle powracam do słów bliskich mi osób. Jeden z kapłanów pisał: „Pewien znajomy psycholog powiedział mi kiedyś: ja nie walczę nigdy z ... Bo gdy walczy się ze złem, to to zło człowieka zamyka, ogranicza, czasem przestrasza i czyni pesymistą. Walczę zawsze o coś, o dobro, o wartości, o ich obecność w sercu ludzi. My również, ja i Ty, my wszyscy nie chcemy z nikim walczyć. Pragniemy walczyć o piękną ideę trzeźwości, o styl życia niezależnego, nie zniewolonego alkoholem, narkotykami i tytoniem... O człowieka trzeźwego, bo tylko taki człowiek może odpowiadać na Boże

powołanie, bo tylko taki człowiek może być wolny i niepodległy i przyczynić się do wolności i niepodległości ludzi „tej ziemi”.

Może razi Was słowo „walka”. Nie da się go wyeliminować tam, gdzie chodzi o przekonania i o wartości.

Ale walka walce nierówna. My walczymy, nie zadając cierpienia, nie zabijając, ale przyjmując cierpienie i wpatrując się w krzyż. Kiedyś M. Gandhiego zapytano, czy jego posty, jego „usilne trwanie przy prawdzie” nie są środkami przemocy. Gandhi odpowiedział: „tak, ale jest to przemoc, jaką wywiera na Ciebie Jezus z wysokości krzyża”.

Naszą jedyną bronią jest świadectwo abstynencji. Walczymy nim z przekonaniem, że tak, jak świadectwo celibatu może ukazać piękno miłości oddanej wszystkim, jak świadectwo ubóstwa może ukazać moc ofiary i poświęcenia, tak abstynencja może ukazać styl życia radosnego i twórczego z samej natury, a nie ze sztucznych podniet, które stają się ostatecznie ucieczką od radości i wspólnoty. Walczymy mocą tego świadectwa w przekonaniu, że być człowiekiem, to również klękać, ale tylko przed jednym, przed Krzyżem Chrystusa, przed świadectwem bezbronnej, miłującej Mocy...”

Zatem powtórzmy za poetą:

„Z rąk do rąk podajmy skromnej mądrości dar zwyczajny.

Jak widzisz, nie mam ja recepty,

Do żadnej nie należą sekty,

A ocalenie tylko w tobie”.

Ks. Zbigniew Kaniecki

Płock

Modlitwa wiernych

Jezus Chrystus jest Zbawicielem świata. W Nim i przez Niego niech Bóg zechce udzielić dobra, o które teraz będziemy prosili:

1. Za cały Kościół Boży, by umacniał swoje dzieci w odważnym wyznawaniu wiary. *Ciebie prosimy...*
2. Za rodziny żyjące trzeźwo i pobożnie, aby trwały w tym sposobie życia i swoim przykładem pociągały innych do Chrystusa. *Ciebie prosimy...*
3. Za abstynentów, aby wytrwali w swoich postanowieniach, znajdując uznanie i naśladowców. *Ciebie prosimy...*
4. Za rządzących naszym krajem i odpowiedzialnych za życie moralne narodu, aby skuteczniej przeciwstawiali się demoralizacji i nie podważali wartości wstrzeźliwości, czystości i zdrowia moralnego. *Ciebie prosimy...*
5. Za wierzących w Polsce, aby było wielu takich, którzy dobrowolnie wyrzekną się alkoholu, pragnąc zadośćuczynić za grzechy, wysłużyć nawrócenia i dać świadectwo troski o bliźniego. *Ciebie prosimy...*

6. Za nas zgromadzonych na tej Eucharystii, byśmy nie zagubili wiary pewnej, odważnej i dojrzałej. *Ciebie prosimy...*

Ojcze, przyjmij nasze modlitwy, które zanosimy przez Tego, który świat wyzwolił i odkupił – Jezusa Chrystusa. Który żyje i króluje na wieki wieków. Amen.

Propozycja ogłoszeń:

Dzisiejszą niedzielą rozpoczęliśmy Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu. Jest w naszej tradycji, że Wielki Post przeżywamy podejmując różnego rodzaju umartwienia. Między innymi wielu z nas rezygnuje z picia alkoholu, czy palenia tytoniu. Prosimy Was, abyście uzewnętrznili to zobowiązanie składając podpis w Księdze Trzeźwości. Ci którzy piją, że w imię Chrystusa ukrzyżowanego walczą ze swoją słabością. Nie pijący dają świadectwo, że życie bez alkoholu może być radosne i pełne.

Dlatego zachęcamy do uzewnętrznienia swojego stylu życia bez alkoholu, nawet tych, którzy kiedyś takie zobowiązanie składali na całe życie. Jest to ważne ponowienie tych przyrzeczeń, a dla parafii świadectwo, że są wśród nas ludzie niepijący, ludzie traktujący poważnie Wielki Post, Kościół i jego Pasterzy.”

Propozycja wpisu do parafialnej Księgi Trzeźwości:

„Przez abstynencję wielu do trzeźwości wszystkich”.

Jako uczeń Chrystusa, mając świadomość moralnych i społecznych skutków picia alkoholu postanawiam podjąć dobrowolnie zobowiązanie abstynencji od spożywania napojów alkoholowych. Ponadto nie będę napojów alkoholowych kupował, ani nikogo nimi częstował. Zobowiązanie to podejmuję na okres WIELKIEGO POSTU (tj. od 25 lutego do 11 kwietnia 2009 r.) w wiadomej sobie intencji i uzewnętrzniam niżej złożonym podpisem.

Na rozesłanie

Modłmy się za tych, którzy troszcząc się o życie podjęli decyzję rezygnacji z używania napojów alkoholowych, kupowania ich i częstowania nimi.

Rozważmy w tej intencji **I Tajemnicę Światła: Chrzest Pana Jezusa w Jordanie.**

Aby przygotować drogi Panu święty Jan Chrzciciel „nie pił wina ani syce-ry”. I dziś trzeba nam apostołów podejmujących dobrowolną abstynencję. Ale trzeba nam dziś prosić o namaszczenie nas Duchem Świętym, tak jak Jezus w wodach Jordanu, zanim podjął misję wyzwolenia człowieka, ogłaszania wolności więźniom, przejrzenia ślepym, uzdrawiania chorych.

Ojcie nasz.... 10 Zdrowaś Maryjo.... Chwała Ojcu....

Modlitwa do św. Jana Chrzciciela – Patrona Trzeźwości

Święty Janie Chrzcicielu, który abstynencję praktykowałeś przez całe swoje życie, pomóż, abyśmy w naszej Ojczyźnie dożyli czasów, w których alkohol przestanie być symbolem nieszczęść, zmartwień i tragedii. Chroń nas przed grzechem upijania się. Bądź natchnieniem i pomocą dla wszystkich, którzy wyrzekają się napojów alkoholowych dla dobra swoich najbliższych i narodu.

Patronie niepijących alkoholu, wzbudź w sercach moich rodaków pragnienie życia bez alkoholu, abyśmy poprzez ich abstynencję osiągnęli trzeźwość całego narodu.



Poniedziałek 23 lutego 2009 r. po VII Niedzieli Zwykłej „I”

Czytania: Syr 1, 1-10, Mk 9,14-29

Dzień powszedni

Modlimy się za tych, którzy troszcząc się o życie podjęli pomoc swoim bliskim nadużywającym alkoholu.

Wprowadzenie do Mszy św.

Wczoraj rozpoczął się kolejny już Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu. W dzisiejszej Mszy świętej polecamy Bogu w sposób szczególnie rodziny alkoholików i pijaków, które podejmują próbę niesienia pomocy swoim bliskim. Skutki nadużywania alkoholu przez jedną nawet osobę dotyczą całe rodziny. Zapewne wielu z nas tu obecnych ma takie doświadczenie. Stojąc więc we wspólnocie wiary, wobec Chrystusa, który jest źródłem wszelkich łask pragniemy wspierać wszystkich podejmujących dzieło niesienia pomocy swoim bliskim – uzależnionym, prosząc dla nich o mądrość, odwagę i cierpliwość w działaniu.

Przepróśmy Boga za nasze grzechy, abyśmy mogli godnie prosić Boga w dzisiejszych intencjach Tygodnia Modlitw o Trzeźwość Narodu.

Rozważanie

Niejednokrotnie jesteśmy podobni do człowieka, który przyprowadził do Jezusa chorego syna: szukamy pomocy u Boga w sprawach po ludzku beznaściejnych. Liczymy na Jego działanie, moc, uzdrowienie. Okazuje się jednak, że nie otrzymujemy tego, czego pragniemy. Wydaje się wówczas, że także Bóg

okazał się zbyt słaby. Także gdy chodzi o problemy związane z chorobą alkoholową czy pijaństwem ci, którzy chcą pomóc swoim bliskim, a w tym także sobie, doświadczają często podobnej – wydawałoby się beznadziejnej – sytuacji. Wydaje się wtedy, że i wiara i nic tu nie może pomóc. Jezus na prośbę ojca chłopca: „jeśli możesz co, zlituj się nad nami i pomóż nam” odpowiada: „Jeśli możesz? Wszystko jest możliwe dla tego, kto wierzy”. Człowiek ów staje z pokorą mówiąc: „Wierzę, zaradz memu niedowiarstwu”. Wiara w moc Bożą jest warunkiem przemiany w naszym życiu i życiu naszych bliskich. Wiara, która jest wiarą w Boga, a nie w nasz pomysł i nasze siły. Dlatego w prawdziwą wiarę wpisana jest zawsze pokora. Wiara w Boga niesie ze sobą prośbę... o wiarę. Wierzę – zaradz memu niedowiarstwu. Tak często ci, którzy podejmują próbę pomocy swoim bliskim nadużywającym alkoholu załamują się w wierze, bo jest inaczej niż zaplanowali. Modlitwy, podejmowane pielgrzymowanie w tej intencji często wydaje się, że są bezowocne, bo nic się nie zmienia, bądź dzieją się rzeczy, których nie chcemy. Przychodzi rozgoryczenie i załamanie. „Wierzę, zaradz memu niedowiarstwu” to modlitwa ufności wobec sytuacji po ludzku bez wyjścia. Wszystkim, którzy przeżywają trudności i załamanie z powodu braku widocznych owoców działania jest dziś ogłoszona dobra nowina – nie traćcie ufności i wobec ciemności, które otaczają wasze życie prosicie Chrystusa o wiarę, która jest ufnością. To dzięki niej można iść dalej. Dzięki niej ojciec mógł ucieszyć się zdrowym synem.

Uzdrowienie nie przyszło łatwo. Uczniowie nie mieli mocy aby uzdrowić chłopca. Gdy uczynił to Pan Jezus, wydało się, że umarł... Jezus ujął go za rękę i wstał. Chrystus musiał go podnieść. Zgoda na oddanie kogoś bliskiego w moc Bożą wydaje się być „ryzykiem wiary”, czymś co po ludzku wydaje się być klęską. Z tej niby – śmierci, wtedy gdy jest podniesiony przez Chrystusa, chłopiec odzyskuje życie i zdrowie. Nie my jesteśmy w stanie uzdrowić naszych bliskich, ale możemy podjąć działanie, które jest bardzo pomocne, jest współpracą z Tym, który uzdrawia – możemy podjąć modlitwę i post. „Ten rodzaj można wyrzucić tylko modlitwą i postem” mówi Chrystus zapraszając do współpracy. W dziele niesienia pomocy nadużywającym alkoholu najskuteczniejszy zawsze będzie post polegający na abstynencji – dobrowolnej rezygnacji ze spożywania alkoholu pod każdą postacią oraz codzienna modlitwa. Może warto posłuchać rady Niepokalanej Dziewicy kiedy w objawieniu w Gietrzwałdzie w 1877 roku wzywała do modlitwy za „pijaków” modlitwą różańcową.

Modlitwa, post, pokorna wiara – wszystko to jest współpracą z Bogiem w niesieniu pomocy uzależnionym i pijakom w wymiarze duchowym. Ich leczenie w ośrodkach terapeutycznych, udział w spotkaniach grup samopomocowych, podobnie jak i całych rodzin niech będzie połączone z pomocą duchową, której skuteczność możemy dziś widzieć w przekazanej nam Dobrej

Nowinie – Ewangelii. Nie traćmy ufności i wiary, współpracujmy z Bogiem, który zawsze działa.

*O. Jan Karczewski OFM Cap.
Zakroczym*

Modlitwa wiernych:

Do Boga, naszego Ojca, przez Jezusa Chrystusa, naszego Zbawiciela i Brata, skierujmy serdeczne prośby:

1. Za święty Kościół Boży, by niósł całemu światu moc słowa Bożego. *Ciebie prosimy...*
2. Za papieża i wszystkich pasterzy Kościoła, by na wzór Jezusa troszczyli się o powierzony Lud Boży. *Ciebie prosimy...*
3. Módlmy się za rodziny, które cierpią z powodu alkoholizmu bądź pijactwa któregoś z członków, aby nie tracili nadziei lecz z odwagą szukali pomocnej dłoni Boga i drugiego człowieka. *Ciebie prosimy...*
4. Módlmy się za wszystkich, którzy niosą pomoc rodzinom dotkniętym alkoholizmem, aby byli mocni duchem i działali zawsze z roztropnością i mądrością. *Ciebie prosimy...*
5. Za ludzi nadużywających alkoholu, aby z pomocą łaski Bożej uwolnili się od nałogu i cieszyli się godnością dzieci Bożych. *Ciebie prosimy...*
6. Za nas tu zgromadzonych, abyśmy z uwagą przyjmowali słowo Boże i według niego żyli. *Ciebie prosimy...*

Ojciec Niebieski, przyjmij prośby, które do Ciebie zanosimy, i użycz nam także łask, o które nie ośmielamy się prosić. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Na rozesłanie:

Modlimy się za tych, którzy troszcząc się o życie podjęli pomoc swoim bliskim nadużywającym alkoholu. W tej intencji rozważmy **II Tajemnicę Świata: Pan Jezus objawia się uczniom w Kanie Galilejskiej.**

Jezus chciał być obecnym razem z młodą rodziną na ich weselu, apostołowie ujrzeni i uwierzyli w niego gdy zobaczyli jego solidarność z nowożeńcami. Ale obecność Pana Jezusa na weselu w Kanie tak jak nie oznacza odrzucenia celibatu tak nie oznacza pochwały nadużywania alkoholu.. Gdyby dziś Pan Jezus widział widząc wśród gości weselnych osoby uzależnione uczyniłby inny znak swego posłannictwa, swej solidarności z ludźmi – zorganizowałby w Kanie wesele bezalkoholowe i uczyłby zabawy bez alkoholu.

Ojciec nasz.... 10 Zdrowaś Maryjo.... Chwała Ojcu....

Modlitwa do Matki Bożej za wszystkich uzależnionych

Królowo i Matko nasza, poprzez pragnienie, które Twój Syn przeżywał z miłości dla nas, błagam o Twoją pomoc dla wszystkich uzależnionych.

Matko Bożej łaski, uprosz u Twego Syna miłosierdzie dla nich. Zdani tylko na samych sobie są bezsilni, lecz przez twoje wstawiennictwo i za łaską Twego Syna zwycięstwo będzie ich udziałem.

Amen

Komentarz przed błogosławieństwem

Dobiega końca czas Karnawału, czas radości, ale też niekiedy zagubienia poprzez szukanie radości w środkach zmieniających nastroj. Bóg posyła nas byśmy własnym przykładem życia nieśli prawdziwą radość najpierw do własnych rodzin, a potem także do innych. Niech Boże błogosławieństwo umacnia nas na tej drodze stawania się uczniami Chrystusa.



Wtorek – 24 lutego 2009 r.

Czytania: *Syr 2, 1-11; Mk 9, 30-37*

Dzień Powszedni

Modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie należąc do ruchów, stowarzyszeń i pracując w organizacjach apostołstwa trzeźwości.

Wprowadzenie do Mszy św.

W trzecim dniu Tygodnia Modlitw o Trzeźwość narodu, a w ostatnim dniu zabaw karnawałowych podejmijmy raz jeszcze refleksję, czy potrafimy ten czas przeżywać spontaniczne, bez sztucznego wymuszania radości alkoholem. W ten sposób nasze świadectwo staje się fundamentem szkoły radośnego życia dla młodych. Równocześnie solidaryzujemy się z uzależnionymi i ich rodzinami może po raz pierwszy od wielu lat wspólnie spędzających te dni bez alkoholu.

Mając przed oczami perspektywę rozwoju młodego pokolenia uznajmy przed Bogiem naszą grzeszność, nasze słabości powodujące brak solidarności z młodymi poszukującymi nauczycieli sztuki życia, nasz brak modlitwy i czytelnego świadectwa w dziedzinie wstrzeźliwości od alkoholu.

Uznajmy swoją grzeszność i prosimy Boga o przebaczenie grzechów, abyśmy godnie mogli uczestniczyć w Ofierze Chrystusa i Kościoła.

Rozważanie

Bardzo często ulegamy złudzeniu, iż sprawna organizacja życia społecznego podejmowana przez państwo czy samorząd niejako automatycznie wprowadzi oczekiwany ład w naszą codzienność. Jest to wygodna postawa, bowiem zwalnia ludzi, w tym także rodziców, wychowawców od odpowiedzialności osobistej. Wydaje się bowiem, iż skrupulatne przestrzeganie prawa na polu związanym z rozwiązywaniem problemów alkoholowych powinno zaowocować trzeźwością młodzieży. Przecież już nikt jej nie sprzedaje alkoholu ani nie poczęstuje, sprawna służba zdrowia powinna spowodować skuteczne leczenie osób uzależnionych oraz właściwą terapię dla ich rodzin, zniknie problem dzieci cierpiących w swym życiu wskutek użycia choćby jeden raz alkoholu przez brzemienną matkę, nikt nie będzie cynicznie obchodzić prawa w interesie biznesu alkoholowego...

I chociaż w Polsce mamy dziś nadal najlepsze w Europie prawo regulujące te dziedziny życia społecznego to jednak okazuje się, że nadużywanie alkoholu poważnie zagraża zdrowiu moralnemu i fizycznemu młodego pokolenia, a także toruje drogę do innych uzależnień. Rodzą się dzieci z upośledzeniami spowodowanymi choćby jednorazowym użyciem alkoholu przez matkę w stanie błogosławionym, liczne rodziny cierpią z powodu pojawiającego się w nich alkoholizmu.

Bo prawo samo z siebie nie wystarczy, by rozwiązać problemy. Złudzeniem minionej epoki totalitaryzmu komunistycznego był pogląd iż wystarczy zmienić struktury życia społecznego. Owszem trzeba je czynić bardziej „ludzkimi”, lecz jeśli nie są ożywione duchem miłości do młodego pokolenia i do tych, którzy pogubili się w życiu, to nie wytworzą odruchu serc ludzkich ożywionych miłością. A tylko miłość może skutecznie przemieniać obyczaje; tylko miłość buduje autentyczną troskę o życie.

W tym właśnie duchu podejmują swą służbę ludzie należący do ruchów, stowarzyszeń i pracujący w organizacjach apostołstwa trzeźwości. Są to członkowie Krucjaty Wyzwolenia Człowieka, ruchu AA, różnych grup Apostołstwa Trzeźwości oraz innych organizacji podejmujących wychowanie w trzeźwości. Podejmują oni dobrowolną abstynencję w duchu solidarności z młodym pokoleniem potrzebującym wzorców życia i stają solidarnie z tymi, którzy potrzebują wsparcia otoczenia a nie moralizowania.

Ruchy te mają różnoraki charakter: jedne gromadzą dobrowolnych abstynentów, inne szczególnie wspierają osoby uzależnione i ich rodziny. Wszystkie one realizują wezwanie Jana Pawła II zawarte w Jego liście *Novo millennio ineunte*, napisanym u progu III tysiąclecia:

„W naszej epoce wiele jest [...] potrzeb, które poruszają wrażliwość chrześcijan. [...] Krajobraz ubóstwa może poszerzać się bez końca, jeśli do starych

jego form dodamy nowe, dotykające często także środowisk i grup ludzi materialnie zasobnych, którym wszakże zagraża rozpacz płynąca z poczucia bezsensu życia, niebezpieczeństwo narkomanii, opuszczenie w starości i chorobie, degradacja lub dyskryminacja społeczna. Trzeba, aby w obliczu tej sytuacji chrześcijanin uczył się wyrażać swą wiarę w Chrystusa przez odczytywanie ukrytego wezwania, jakie On kieruje do niego ze świata ubóstwa. W ten sposób będzie można kontynuować tradycję miłosierdzia, która już w minionych dwóch tysiącleciach wyraziła się na wiele różnych sposobów, ale która obecnie wymaga może jeszcze większej inwencji twórczej. Potrzebna jest dziś nowa «wyobraźnia miłosierdzia», której przejawem będzie nie tyle i nie tylko skuteczność pomocy, ale zdolność bycia bliźnim dla cierpiącego człowieka, solidaryzowania się z nim, tak aby gest pomocy nie był odczuwany jako poniżająca jałmużna, ale jako świadectwo braterskiej wspólnoty dóbr.” (NMI 50)

Dzisiejsza Ewangelia wskazuje drogę wyzwolenia jako drogę paschalną – przez Krzyż do Zmartwychwstania. To dlatego, w trosce o życie, członkowie ruchów, stowarzyszeń i organizacji apostołstwa trzeźwości prowadzą w tych dniach zarówno modlitwy o trzeźwość o charakterze wynagradzającym, jak i karnawałowe bale bez alkoholu. W tyłu miejscach jest głoszona Ewangelia wyzwolenia, dlatego tyle osób podjęło i podejmie dobrowolną abstynencję. O sile tych ruchów decyduje jednak nie tyle organizacja co zapal serca i gotowość do podejmowania wyrzeczeń. To wielki znak prorocki, znak nadziei dla troszczących się o przyszłość narodu.

*Ks. Piotr Kulbacki
Łódź-Lublin*

Modlitwa wiernych

Do miłosiernego Boga, który troszczy się o wszystkich ludzi, a zwłaszcza będących w potrzebie, zanieśmy nasze błagania z wiarą, że zostaniemy wysłuchani:

1. Za Kościół święty, by głosząc ustawiczne wezwanie do nawrócenia, sam stawał się coraz bardziej znakiem prawdziwej wolności od grzechu. *Ciebie prosimy...*
2. Za Ojca Świętego, biskupów i kapłanów, by ci, którzy otrzymali od Boga posłannictwo udzielania napomnień, znaleźli w Duchu Świętym moc i mądrość do doskonałego spełniania otrzymanego powołania. *Ciebie prosimy...*
3. Za podejmujących dobrowolną abstynencję w ruchach i stowarzyszeniach, aby radość jakiej doświadczają, stawała się świadectwem ich wolności w życiu. *Ciebie prosimy...*

4. Za animatorów i moderatorów ruchów na rzecz trzeźwości, aby z miłością i odwagą głosili Jezusa, który wyzwala i zaprasza do współpracy z Nim poprzez dobrowolną abstynencję motywowaną miłością. *Ciebie prosimy...*
5. Za ludzi szukających radości w alkoholu i narkotykach, aby przyjęli ofiarowaną im pomoc i odkryli prawdziwe wartości życia. *Ciebie prosimy...*
6. Za nas samych, abyśmy nie byli obojętni na problemy nadużywania alkoholu. *Ciebie prosimy...*

Dobry Boże, który w Jezusie z Nazaretu, Twoim Boskim Synu i naszym Zbawicielu, stałeś się naszym Sługą, przyjdź nam łaskawie z pomocą i wysłuchaj pokornych próśb swojego ludu. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Na rozesłanie:

Modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie należąc do ruchów, stowarzyszeń i pracując w organizacjach apostołstwa trzeźwości. W tej intencji rozważmy **III Tajemnicę Światła: Pan Jezus ogłasza Królestwo Boże i wzywa do nawrócenia.**

Czuwajcie, bo nie wiecie kiedy Pan powróci. Podejmujecie zorganizowaną służbę na rzecz trzeźwości, niech nie zabraknie wam ofiarnych serc, aby darem waszej abstynencji płynącej z miłujących serc przybliżyć królestwo Boże w waszym środowisku. Podejmujcie wynagrodzenie za tych, którzy kończą karnawał pijaństwem.

Ojciec nasz.... 10 Zdrowaś Maryjo.... Chwała Ojcu....

Modlitwa do św. Maksymiliana Marii Kolbego – Patrona Ruchu Trzeźwości w Polsce

Święty Maksymilianie, który tyle razy przypominałeś, że szatan przy pomocy alkoholu zabiera Chrystusowi wiele dusz nieśmiertelnych, miej nas w swojej opiece. Poświęcając się dla drugiego człowieka, pokazałeś jak wielką wartość ma życie ludzkie. Ciebie więc Kościół w Polsce chce uznawać za Patrona Trzeźwości. Wyjednaj, prosimy, moc naszemu katolickiemu narodowi, który Maryi Jasnogórskiej uroczyście ślubował walkę z pijaństwem. Pomóż nam skutecznie zachęcać bliźnich do życia w trzeźwości.

Amen.



Środa – 25 lutego 2009 r.

POPIELEC

Czytania: *Jl 2,12-18; 2 Kor 5,20-6,3; Mt 6,1-6. 16-18*

Modlimy się za tych, którzy troszcząc się o życie włączyli się w spotkania grup samopomocowych dla osób uzależnionych i ich rodzin (AA, Al – Anon, Al – Ateen, DDA).

Wprowadzenie do Mszy św.

Msza św. jest bezkrwawą ofiarą Jezusa Chrystusa – z Jego życia – za nasze grzechy. Tak się zatroszczył o nasze życie tu na ziemi i wieczne, że oddał swoje. Ofiara z życia w imię miłości, jest najważniejszym przejawem troski o życie, w jego wszystkich przejawach. Prawdziwe życie odzyskiwane we wspólnotach AA, Al-Anon, Al-Ateen, DDA przez realizację 12 Kroków programu trzeźwienia, jest formą troski o życie moje i moich bliskich. Prośmy w tej Mszy św. Środy Popielcowej o moc i siły do nawrócenia ku życiu w prawdzie, miłości i trzeźwości.

Znajmy swoją grzeszność i prośmy Boga o przebaczenie naszych grzechów.

Rozważanie

Pierwszy z XII- tu kroków programu AA mówi: „Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu że przestaliśmy kierować własnym życiem”. Podobnie ten krok brzmi we wspólnotach rodzinnych Al-Anon, Al-Ateen, DDA. Jest on swoistym fundamentem, na którym można potem budować trzeźwe życie, wznosić „dom życia”. Na samym fundamencie nie można długo trwać, bo przychodzą burze, deszcze, wichry i trzeba zbudować ściany, okna, drzwi, dach, żeby zamieszkać i żyć. Ten Tydzień Modlitw o Trzeźwość ma nam kolejny, 42 raz przypomnieć, że to budowanie Domu Życia jest naszą troską. Będąc we wspólnocie i mając program 12 kroków, program – sposób na życie, musimy go rozwijać, ubogacać o to co jest wskazaniem Chrystusa z dzisiejszej Ewangelii. Mam ściany Domu Życia budować z modlitwy, bo ona mnie chroni, umacnia, a najprawdziwsza jest, gdy dokonuje się w „izdebce” mego serca. Okna tego „Domu” niech będą budowane z postu, bo umartwienie ciała daje dopiero możliwość „Zobaczenia” duszy i ducha i dostrzeżenia, że duch jest nad i przed materią. A drzwi „Domu Życia Trzeźwego” niech będą z jałmużny, żeby mogli przez nie wejść wszyscy potrzebujący i żebyśmy ja mogli przez nie wyjść do moich braci i sióstr, którzy potrzebują po-

mocy, bo oni mogą się wstydzić swej biedy, uzależnienia, współuzależnienia. Takiego prawdziwego „Domu Trzeźwego Życia” nie da się budować bez spoiwa, którym jest pokora. To ona łączy elementy mojego życia w całość. To ona daje mi szansę stawania w prawdzie, abym przejrzał i dojrzał Boga, drugiego człowieka we wspólnocie – mojej grupie AA, Al-Anon, Al-Ateen, DDA i żebym zrozumiał, że to budowanie musi się zacząć ode mnie, od mojej zmiany, mojego nawrócenia. Gdy przychodzimy z zakłętym kręgu choroby alkoholowej poranieni i skłóceniu z Bogiem, światem i sobą – przyjaciele w grupach nie pytają o wiarę, o wyznawaną religię. Mówią: o Bogu na początek musisz wiedzieć tylko tyle, że Nim nie jesteś! A skoro nie jesteś Bogiem, to nie jesteś wszechmocny i jedyne co ci zostało, to świadomość nie kierowania swoim życiem. Z tego rodzi się pokora, dystans do problemu życia i ufność – ta bezgraniczna, że Bóg pokierował moim życiem, nawet przez to cierpienie i tę chorobę. A więc: Jezu ufam Tobie! – Prowadź, ja będę robił to co do mnie należy, efekty mego działania zależą od Ciebie i to jest zdrowienie, trzeźwienie, które tu na ziemi może trwać do końca życia. To jest moja troska o życie tutaj i „tam” z Tobą Jezu. Amen.

*Ks. Wiesław Kondratowicz
Kowalew*

Modlitwa wiernych:

Chrystus umarł na krzyżu i zmartwychwstał dla naszego zbawienia. Dziś, przyjmując popiół na głowę, stańmy pokornie przed Bogiem i wołajmy do Niego:

1. Za Kościół święty, aby nie zabrakło w nim ludzi, którzy pragną przychodzić z pomocą potrzebującym. *Ciebie prosimy...*
2. Za rządzących w naszej Ojczyźnie, aby szanowali podstawowe prawa każdego człowieka i kierowali się w swoim działaniu odpowiedzialnością przed Bogiem. *Ciebie prosimy...*
3. Módlmy się za nasze społeczeństwo polskie, aby trzeźwość została zauważona, jako warunek troski o życie. *Ciebie prosimy...*
4. Módlmy się w intencji członków wspólnot AA, Al-Anon, Al-Ateen, DDA w Polsce, aby wzrastanie w trzeźwości jako wartości życia, było przedmiotem troski nieustannej, realizowanej przez pracę nad sobą na mitingach i spotkaniach w grupach religijnych. *Ciebie prosimy...*
5. Za młodzież poszukującą własnych dróg w życiu, aby Ewangelia Jezusa Chrystusa była dla niej przewodnikiem. *Ciebie prosimy...*
6. Za nas samych, by okres Wielkiego Postu był dla nas okazją do prawdziwej przemiany i nawrócenia serca. *Ciebie prosimy...*

Wszchemocny i miłosierny Boże, który doskonale znasz serce człowieka i pochylasz się nad ludzkimi słabościami, wysłuchaj nasze prośby, które do Ciebie z pokorą zanosimy. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Na rozestanie:

Modlimy się dzisiaj za tych, którzy troszcząc się o życie włączyli się w spotkania grup samopomocowych dla osób uzależnionych i ich rodzin (AA, AI – Anon, AI – Ateen, DDA).

Prośmy Maryję.

Modlitwa do Matki Bożej za wszystkich uzależnionych

Królowo i Matko nasza, poprzez pragnienie, które Twój Syn przeżywał z miłości dla nas, błagam o Twoją pomoc dla wszystkich uzależnionych.

Matko Bożej łaski, uproś u Twojego Syna miłosierdzie dla nich. Zdani tylko na samych sobie są bezsilni, lecz przez twoje wstawiennictwo i za łaską Twego Syna zwycięstwo będzie ich udziałem. Amen.



Czwartek – 26 lutego 2009 r.

Czwartek po Popielcu

Czytania: *Pwt 30, 15-20; Łk 9, 22-25.*

Modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie jako pracownicy leczenia odwykowego i instytucji pracujących nad trzeźwością narodu.

Wprowadzenie do Mszy św.

Bł. Bronisław Markiewicz, wielki apostoł trzeźwości, nauczał, że wstrzeмиęźliwość jest darem z wysoka i człowiek nie może jej osiągnąć wyłącznie o własnych siłach. Zarówno osoby, którym brak wstrzeмиęźliwości, jak i pomagający im, nierzadko odwołują się w swej pracy wyłącznie do sił ludzkich, co okazuje się zawodne i niewystarczające. Jest to pewna postać grzechu pychy, która skutkuje brakiem skuteczności i naraża życie tych, którzy potrzebują pomocy. Aby pracować nad trzeźwością, swoją własną czy cudzą trzeba trzymać się Boga!

Na początku Eucharystii prośmy Boga o przebaczenie naszych grzechów.

Rozważanie

Wybitnego psychiatrę amerykańskiego, prof. Maxa Weissmanna zapytano kiedyś na publicznym odczycie, czy jest w stanie przewidzieć dalsze losy osób poddawanych przez niego terapii w kierunku opanowania choroby al-

koholowej, uzależnienia. Po czym poznaje ewentualne dalsze losy swoich pacjentów i trwałość wyleczenia? Odpowiedział, że ma taki sposób rozpoznawania czy wyleczenie było głębokie i trwałe czy tylko powierzchowne i nietrwałe. Tym sposobem jest ocena stopnia, w jakim jego pacjent „ustąpił miejsca w swym sercu na rzecz Boga”. Jeżeli na „tronie naszego życia”, w naszym sercu króluje nadal własne „ja”, terapia nie będzie trwała i pacjent wcześniej czy później znów pogrzeży się w chorobie. Jeżeli jednak odda kierowanie swoim życiem „sile wyższej” – Bogu, są wielkie szanse na trwałość i skuteczność postawy trzeźwości.

Pomaganie jest zawsze próbą naszej pokory. Jeśli trzymamy się Boga, jeżeli on jest Panem naszego życia – żyjemy. Jeżeli Go opuścimy – umieramy, szybko, albo powoli.

Ta zasada stała też u początków ruchu AA, a także jest akceptowana przez wielu terapeutów. Człowiek zdany na samego siebie bardzo często boleśnie doświadcza swej słabości. Dlatego regułą skutecznego pomagania jest zawsze pokora która jest „kluczem życia”.

Św. Ignacy Loyola zalecał czynić wszystko z takim zaangażowaniem, jakby rezultat naszych działań zależał wyłącznie od nas, ale natychmiast zwracać się ku Bogu z poczuciem, że wszystko zależy od niego. To trudna postawa, wymagająca zarówno pełnego zaangażowania naszych sił, jak i pełnej ufności w Bogu. Ale tylko to połączenie sprawdza się w pracy na rzecz trzeźwości.

I tylko tam skutecznie ratujemy życie i zdrowie osób uzależnionych, gdzie króluje pokora i zaufanie do Boga.

*Krzysztof Wojcieszek
Paprotnia*

Modlitwa wiernych

Do Boga, naszego Ojca, który rozpała w ludzkich sercach miłość i pragnie służyć bliźnim, skierujmy nasze prośby:

1. Za wyznawców Chrystusa na całym świecie, aby wierni Ewangelii przyczyniali się do budowania lepszego świata. *Ciebie prosimy...*
2. Za Ojca Świętego Benedykta XVI i Biskupów, aby swoją posługą pasterską przypominali światu o właściwej godności człowieka. *Ciebie prosimy...*
3. Módlmy się o dar roztropności dla wszystkich pracowników lecznictwa odwykowego i działaczy trzeźwości, aby umieli pomagać skutecznie. *Ciebie prosimy...*

4. Módlmy się o dar wytrwałości i cierpliwość dla wszystkich zniechęconych pozornym brakiem postępu w działaniach trzeźwościowych, aby nie poddawali się zniechęceniu. *Ciebie prosimy...*
5. Za pogrążonych w nałogu alkoholowym, aby obecny okres Wielkiego Postu był dla nich szczególnym czasem łaski Bożej, czasem podźwignięcia się z niewoli grzechu. *Ciebie prosimy...*
6. Za nas samych, abyśmy nigdy nie ustawiali w czynieniu dobra. *Ciebie prosimy...*

Wszechmogący Boże, którego dobroć i pokój przewyższają nasz umysł, przyjmij także prośby, które zanosimy do Ciebie. Prosimy Cię o to przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Na rozesłanie

Dzisiaj modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie jako pracownicy lecznictwa odwykowego i instytucji pracujących nad trzeźwością narodu. Prośmy w ich intencji rozważając **IV Tajemnicę Światła: Przemienienie Pana Jezusa na Górze Tabor.**

Pan Jezus ukazał swa chwałę apostołom, aby umocnić ich wobec mającego nastąpić ukrzyżowania. A przecież tylko przez śmierć na krzyżu droga wiodła Pana Jezusa do Zmartwychwstania. Trzeba obumrzeć swoim nawykom, upodobaniom, aby móc służyć drugiemu człowiekowi będącemu w potrzebie.

Ojciec nasz.... 10 Zdrowaś Maryjo.... Chwała Ojcu....

Modlitwa o pokój ducha

Boże, użyż mi pogody ducha, abym godził się z tym, czego nie mogę zmienić, odwagi, abym zmieniał to, co mogę zmienić, i mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego. Amen.



Piątek – 27 lutego 2009 r.

Piątek po Popielcu

Czytania: *Iz 58, 1-9 Ps. 86; Mt 9, 14-15*

Modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie jako nauczyciele i wychowawcy.

Wprowadzenie do Mszy św.

Rozpoczął się dla nas czas postu. Dla nas, gości weselnych Chrystusa. Co odczuwasz w swoim sercu, jak chcesz ten czas przeżyć? Czy zwrócisz swoje serce do Pana? Czy zmienisz swoje postępowanie? Ja wygląda twój post? „Rozzerwać kajdany zła, rozwiązać więzy niewoli, wypuścić wolno uciśnionych i wszelkie jarzmo połamać? Dzielić swój chleb z głodnym, wprowadzić w dom biednych tułaczy, nagiego, którego ujrzysz, przyodziać i nie odwrócić się od współziomków?” (Iz 58, 6n) Takiego postu chce Pan nasz Bóg.

Może powiesz: „Któż nam drogę ukaże, którą mamy pójść?” On staje przed tobą puka do twojego serca Ukryty Wielki Pan. Ukrywa się dziś obok ciebie staje się twoim nauczycielem. Otwórz serce uznaj swoją małość, swoje błędy, przeproś za nie Miłosiernego Boga.

Rozważanie

Czcigodni uczniowie Jezusa Chrystusa. Bracia i siostry.

Różne są motywacje naszych postów. Pewne osoby decydują się na post ze względu na swoją własną próżność. Chcą pięknie wyglądać, odchudzić się, pozbyć się celolitu. Inni chcą udowodni sobie lub innym, że potrafią wytrzymać bez jakiegoś dobra. W końcu są tacy, którzy poszczą ze względu na samego Boga, na miłość do Niego. Nieustanna walka, jaką prowadzi człowiek o swoją wolność, o swoje uświęcenie, często też o trzeźwość swoją lub kogoś bliskiego. Batalia ta przypomina walkę wojownika z jakimś pierwotnego plemienia z uzbrojonym po zęby przedstawicielem choćby żołnierzem współczesnego militarnego mocarstwa, lub człowieka z potworem. Biblia ukazuje nam przykład takiej nierównej walki. Dawid, młody chłopak idzie do walki z doświadczonym wojownikiem Goliatem. Po ludzku los walki jest przesądzony. Młody niedoświadczony wojownik ulegnie przed doświadczonym. Jednak wyroki Boże są inne. Zwycięża niedoświadczony, lecz pełen wiary w Boga wojownik. Najpierw wybiera sobie pięć płaskich kamieni ze strumienia i jednym z nich powala Goliata.

My podejmując walkę w czasie Wielkiego Postu jesteśmy podobni do młodego, niedoświadczonego Dawida. Do walki nie tylko w tym czasie występuje Szatan odwieczny wróg potomstwa Maryi. Matka Boża objawiająca się w różnych miejscach na ziemi zaleca byśmy wzięli sobie pięć kamieni do walki z Goliatem. Jednym z nich jest właśnie post. Post ścisły o chlebie i wodzie. Patrząc na owoce postu można uwierzyć, że przez post można zwyciężyć.

Już od najdawniejszych czasów wojownicy wielkich armii doskonalili swoje umiejętności. Potrzebowali mistrzów, nauczycieli, wychowawców, którzy nauczaliby jak rozwijać swój kunszt wojenny. Dziś również potrzeba nam nauczycieli, którzy otoczyliby nas opieką, pokazali jak prowadzić walkę. Jak

obronić życie? Tym bardziej trzeba docenić trud pedagogów, którzy wśród ofensywy różnych nowomodnych trendów ekonomicznych, społecznych, kulturowych wkładają młodemu człowiekowi oręż do walki o godne życie. Dokonuje się to często przez przykład własnego godnego życia, własnej walki i własnych zwycięstw. Coraz częściej spotykam nauczycieli, którzy przykładem własnej abstynencji pociągają młodzież do trzeźwości. Po przez własną walkę z Goliatem kamieniem postu wypuszczanym z procy miłości bronią życia, godnego życia dzieci i młodzieży.

Módlmy się dzisiaj, aby do tej ciągłej kampanii o życie zagrzewali nas nasi patronowie.

*Ks. Tomasz Wilga
Grajewo*

Modlitwa wiernych

Do Boga, który pragnie umacniać nas swoją łaską, zanośmy teraz ufne prośby:

1. Aby Kościół święty przez głoszenie nawrócenia i pokuty prowadził wiernych na spotkanie z Bożą miłością. *Ciebie prosimy...*
2. Niechaj ludzie nadużywających alkoholu z pomocą łaski Bożej uwolnią się od nałogu i cieszą się godnością dzieci Bożych. *Ciebie prosimy...*
3. Jezu Nauczycielu na wieki, daj nam, naszym dzieciom i naszej młodzieży, nauczycieli dobrych, którzy pociągną ich ku Tobie, na drodze trzeźwego życia. *Ciebie prosimy...*
4. Jezus posyłając uczniów na głoszenie ewangelii powiedział „idźcie i nauczajcie wszystkie narody” dziś posyła nauczycieli. Prośmy, aby wszyscy nauczyciele czuli, że są narzędziem w ręku dobrego Boga. *Ciebie prosimy...*
5. Obdarz, Panie, miłością i cierpliwością wszystkich dźwigających krzyż choroby, cierpienia, starości i samotności. *Ciebie prosimy...*
6. Dopomóż, Panie, nam tu obecnym patrzącym z uwagą na Twojego Syna, lepiej zrozumieć Jego naukę. *Ciebie prosimy...*

Boże, Ty znasz pragnienia i myśli serca swojego ludu. Wysłuchaj prośby, które z pokorą do Ciebie zanosimy. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Na rozesłanie

Prośmy dzisiaj za tych, którzy troszczą się o życie jako nauczyciele i wychowawcy. W ich intencji ofiarujemy dzisiejszą Drogę Krzyżową oraz prośmy:

O dobre wypełnienie obowiązków zawodowych i rodzinnych

Różo duchowna, pomagaj nauczycielom i wychowawcom stale właściwie podejmowali te zadania, które niesie ze sobą ich życie, zawarte pomiędzy powołaniem do życia w rodzinie i do pracy nauczycielsko-wychowawczej. Dodaj im siłę, aby umieli wypełnić te powołania, i tą drogą dążyli do doskonałości. Spraw, by trudności życia rodzinnego nie kładły się cieniem na powołaniu nauczycielsko-wychowawczym. Aby nie byli rozdarci wewnątrz.

Umocnij w nich przekonanie, że w rodzinie i szkole najlepiej służą Bogu. Amen.

DROGA KRZYŻOWA

Wstęp

Dobry Jezu – rozpoczynamy Drogę Krzyżową, którą pragniemy przejść razem z Tobą, tak jak miało to miejsce wiele tysięcy lat temu. Jest to ostatnia ziemská droga Twojego życia. Podążając za Tobą i uczestnicząc w Twoich cierpieniach pragniemy je ofiarować zwłaszcza za tych, których zniewolił alkoholizm; będziemy pamiętać także o ich rodzinach i o wszystkich, którzy trwają w abstinencji.

Stacja I – Jezus na śmierć skazany

Wydających wyrok śmierci na Jezusa Chrystusa było wielu, ale jeden miał głos decydujący, był to Piłat – obcokrajowiec. Władzą namiestnika skazuje Chrystusa na najcięższy wyrok kary, chociaż ma bardzo słabe dowody.

Chryste, nie pozwól, bym ja kiedyś skazywał innych nic o nich nie wiedząc.

Stacja II – Jezus bierze krzyż

Po wielogodzinnych cierpieniach zadanych przez żołnierzy na ramiona Chrystusa zostaje włożony ciężki krzyż. Ma zanieść go na wzgórze Golgoty. Nikt nie zważa, że skazaniec jest na progu fizycznego wycieńczenia.

Chryste, w takich sytuacjach daj mi oczy miłosierdzia, bym czuł ból drugiego człowieka.

Stacja III – Jezus upada po raz pierwszy

Ciężar krzyża okazuje się ponad ludzkie siły. Po kilku krokach tak mocno ciężar przygniata, że Chrystus upada. Oprawcy nie pozwalają, by tak pozostał, musi wstać i na nowo podjąć wysiłek zmierzania ku celowi.

Chryste, pozwól czasami zatrzymać się nad ludzkim cierpieniem pośród codziennego pośpiechu.

Stacja IV – Jezus spotyka swoją Matkę

Cierpiący Chrystus, a wokół Niego obojętny tłum patrzący na drogę męki, jak na wielkie widowisko. Pośród tego tłumu spotkały się dwie bliskie osoby: Matka i Syn. Czy powiedziały coś do siebie? Czy tylko wymienili spojrzenia?

Chryste, jak wiele w takich sytuacjach znaczy współczujące spojrzenie.

Stacja V – Szymon Cyrenejczyk pomaga dźwigać krzyż

Spieszył się bardzo do domu, do swoich najbliższych, a nagle jego drogę przerywają żołnierze i zmuszają do niesienia krzyża jakiegoś obcego skazańca. Z wewnętrznym buntem i złością Szymon bierze krzyż.

Chryste, spraw bym pomagając w niedolach innych nigdy nie pytał ich o personalia.

Stacja VI – Weronika ociera twarz Chrystusowi

Prosta, słaba kobieta przedarła się przez kordon otaczający Chrystusa i chustą otarła zakrwawioną twarz. Ta kobieta potrafiła przełamać krąg bezprawia otaczający Jezusa.

Chryste, niech jak najwięcej będzie takich odważnych osób, które potrafią likwidować bariery zła i milczenia.

Stacja VII – Jezus upada po raz drugi

Krzyż coraz bardziej ciąży, uwiera, na nowo otwiera lekko zabliźnione rany. Powoduje to ból i spala siły. Jezus wie, że nie jest to ostatni akord tej drogi. Podnosi się i rusza dalej.

Chryste, pomóż nam nie zatrzymywać się nad naszymi upadkami, ale dźwigać się ciągle ku dobru.

Stacja VIII – Jezus spotyka płaczące niewiasty

Wśród różnych osób, które Chrystus spotyka na ostatniej drodze, jest też i grupa niewiast, które zawodzą i lamentują nad losem Chrystusa. On zatrzymuje się i nakazuje, by zaprzestały próżnej rozpacz.

Chryste, rozpacz bez cienia nadziei jest daremna. Pozwól ludziom cierpiącym mieć nadzieję.

Stacja IX – Jezus upada po raz trzeci

Golgota jest tak blisko, prawie w „zasięgu ręki”, a jednak tuż przed wyznaczonym celem następuje kolejny upadek. Świadczy to o tym, jak Chrystus jest bardzo wyczerpany, jak siły gwałtownie Go opuszczają.

Chryste, ucz nas opierać swoje plany życiowe o Ciebie, a nie o własne zdolności.

Stacja X – Jezus z szat obnażony

Zrywanie szat boli, powoduje nowy ból i zadaje kolejne cierpienia. Największym upokorzeniem jest jednak niemoc wobec bestialstwa oprawców. Ponizienie ludzkiego ciała.

Chryste, ucz nas szacunku dla tego, co jest piękne i co pochodzi od Ciebie.

Stacja XI – Jezus przybity do krzyża

Kolejne gwoździe wbijane w ciało Chrystusa sprawiają, że Jego postać na zawsze zespoli się z drzewem krzyża. Już nie będzie mógł spieszyć do potrzebujących i ich błogosławić, leczyć i wskrzeszać.

Chryste, nie dozwól, by nasz osobisty ból zamykał nasze serca na cierpienia innych.

Stacja XII – Jezus umiera na krzyżu

Ostatnie godziny ziemskiego życia Chrystusa. Pod krzyżem zostali żołnierze, kilku przypadkowych przechodniów i kilku odważnych przyjaciół, którzy wbrew grożącym karom dzielnie towarzyszyli Chrystusowi w ostatnich chwilach Jego życia.

Chryste królujący z krzyża, ucz nas sensu cierpienia i ofiary.

Stacja XIII – Jezus zdjęty z krzyża

Ciało Chrystusa ponownie złożono w ramionach Matki. Ta, która była Świadkiem całego życia, trzyma teraz w swych dłoniach ciało ukochanego Syna.

Chryste, ucz nas milczenia nad tajemnicą ludzkiej śmierci.

Stacja XIV – Jezus złożony do grobu

Przyjaciele wzięli ciało Chrystusa i nabożnie pochowali je w grobie. Od dali w ten sposób szacunek Temu, który szedł przez życie dobrze czyniąc. Dla innych grób był miejscem definitywnego „zamknięcia sprawy Jezusa z Nazaretu”. Jakżeż bardzo się mylili.

Chryste, prosimy Cię, byśmy umieli wyznawać przed światem Ciebie – Pana życia i śmierci.

Modlitwa

Jezu Chryste, który poniosłeś śmierć na krzyżu, aby w ten sposób wyzwolić człowieka z jarzma grzechu; prosimy Cię, abyś wszystkich dotkniętych alkoholizmem wyprowadził ku wolności, aby mieli dość siły, by rozpocząć nowe życie – Dzieci Bożych.

*O. Krzysztof Kościelecki OFM Cap.
Rywald Królewski*

Sobota 28 lutego 2009 r.

Sobota po Popielcu

Czytania: *Iz 58, 9b-14; Ps. 86; Łk. 5,27-32*

Modlimy się za tych, którzy troszczą się o życie w swej posłudze kapłańskiej i świeckich apostołów trzeźwości.

Wprowadzenie do Mszy św.

Dziś kończy się tydzień modlitw o trzeźwość. Z racji soboty, w sposób szczególny zwracamy się ku Maryi, która jest Matką Boga i ludzi. Jej macierzyńskie Serce płonie wielką miłością do ludzkości, którą Jezus Chrystus odkupił przez mękę i śmierć. Tak jak była zatroskana o życie Pana Jezusa, tak zatroskana jest o życie każdego człowieka, aby mogło się ono rozwijać i osiągnąć chwałę w niebie. Dlatego Sercu Niepokalanej powierzamy naszą troskę o trzeźwość, aby całe społeczeństwo zmierzało drogą ku wolności dzieci Bożych.

Na początku Mszy św. przepróśmy Boga za grzechy, którymi zasmucamy Serce Zbawiciela i wszelkie zaniedbania w krzewieniu trzeźwości.

Rozważanie:

W dzisiejszym pierwszym czytaniu prorok Izajasz przypomina nam, że gdy będziemy dobrzy, prawi i miłośni, to wówczas nasze „światło zabłyśnie w ciemnościach” (Iz 58, 10). i będziemy jak „zroszony ogród i jak źródło wody, co się nie wyczerpie” (Iz 58, 11). Jak wiadomo, światło i woda to podstawa naszego życia. Każdy z nas może podtrzymywać życie i być życiodajnym źródłem, które się nie wyczerpie. Izajasz mówi: „będą cię nazywać naprawcą wyłomów, odnowicielem rumowisk – na zamieszkanie” (Iz 58, 12). Praca trzeźwościowa, to najczęściej naprawianie wyłomów w domach rodzinnych i w społeczeństwie, w którym żyjemy. Widzimy, jak pijaństwo ludzi doprowadza wszystko do ruiny. A jednak, według Słowa Bożego, jest możliwe, aby ludzie dobrzy, miłośni i prawi, dokonywali cudu odnowy. Zapewne każdy z nas powie, że jest słaby i grzeszny. Jest to prawda. Pan Jezus jednak mówi: „Nie przyszedłem wezwać do nawrócenia sprawiedliwych, lecz grzeszników” (Łk 5, 32). Wszyscy jesteśmy powołani do różnorodnej służby i do ciągłego nawracania. Nawracanie się, to wybieranie życia w Bogu. W tym wysiłku nie możemy ustawać. Dotyczy to zarówno powołanych do kapłaństwa i zakonu, jak i świeckich. Chrzest święty zobowiązuje każdego do troski o życie własne i życie drugich. Warto wziąć pod uwagę radę z Księgi Przysłów: „Z całą pilnością strzeż swego serca, bo życie ma tam swoje źródło”. (Prz 4, 23) Gdy będziemy strzec serca, czyli gdy będziemy trzeźwi i będziemy trwać w gotowości poprawiania się i nawracania ku Bogu, będzie-

my mieć serce czyste. Trzeźwość jest więc warunkiem czystego serca. Trzeczając się o trzeźwość troszczymy się o życie, które ma tam swoje źródło – jak uczy nas Księga Przysłów. Pan Jezus powiedział: „Błogosławieni czystego serca” (Mt 5, 8), a w Księdze Przysłów czytamy: „Obrzydłe dla Pana są serca przewrotne” (Prz 11,12). Pan Jezus ostrzegł nas mówiąc: „Z serca bowiem pochodzą złe myśli, zabójstwa, cudzołóstwa, rozpusta, kradzieże, fałszywe świadectwa, bluźnierstwa.” (Mt 15, 19). Jeśli będziemy troszczyć się o czyste serce, zachowamy życie. Chodzi tu o życie cielesne tu na ziemi, jak również o życie Boże, nadprzyrodzone, o którym mówimy, że jest życiem wiecznym.

Serce Maryi, Matki Jezusa Chrystusa, jest najpiękniejszym, najczystszym sercem, jakie zaistniało w historii ludzkości. Niepokalane Serce Maryi jest wzorem dla każdego wierzącego w Chrystusa. O Nim możemy powiedzieć, że króluje nad wszystkimi sercami. Skoro Bóg Ją wybrał, skoro powierzył Jej Swego Syna, to innych dowodów nam nie trzeba. Ona sama w 1830 r. ukazała tę prawdę, prosząc o wybite medalika, na którym widnieje obok Serca Jezusowego Jej Serce. Medalik stał się cudownym dlatego, że wystarczy uwierzyć, że Bóg wysłużone przez Jezusa łaski dla każdego człowieka, zsyła poprzez Macierzyńskie Serce Matki Boga i ludzi. Gdy zastanawiamy się nad objawieniami fatimskimi, to zrozumiemy wyrażoną wolę Boga, że należy czcić Serce Niepokalanej i Jemu się poświęcać. Poświęcenia świata dokonał Papież Jan Paweł II dnia 25 marca 1984 r., wraz ze wszystkimi biskupami. Od tej chwili na świecie zaczęły się dokonywać przemiany. Jest to jednak początek działań. Teraz aktu poświęcenia muszą dokonać parafie, diecezje, poświęcić się musi każda rodzina i każdy z nas. Dlaczego to mamy czynić? Po to, aby tak jak w orędziu fatimskim Matka Boża mogła powiedzieć: „Moje Niepokalane Serce będzie schronieniem i drogą, która zaprowadzi cię do Boga”. Tak więc wszystkie nasze wysiłki mają zmierzać do tego, aby Niepokalana była rzeczywistą Matką i Królową. Wtedy szybko, dzięki Jej działaniu, znajdziemy się w Królestwie Bożym. Ona jest Przywódczynią nowego pokolenia, czyli ludzi ochrzczonych – według zapowiedzi Księgi Rodzaju. Tak jak serce każdej matki jest w początkach życia dziecka jakby jego sercem, tak Serce Niepokalanej jest Sercem chrześcijan. Jak pod sercem matki rozpoczyna się życie, tak życie Boże chrześcijan będzie rozwijać się tylko w łączności z Sercem Niepokalanej. Dlatego poświęcenie się Sercu Niepokalanej jest właściwą drogą do zachowania swego serca w czystości, co gwarantuje nam prawdziwe życie w Bogu. Z kolei takie życie umożliwi nam korzystanie z pełni kapłaństwa sakramentalnego i powszechnego. Będziemy więc wszyscy „wybranym plemieniem, królewskim kapłaństwem, narodem świętym, ludem Bogu na własność przeznaczonym” (1P 2, 9). Amen

*O. Oskar Puzkiewicz OFM
Wieluń*

Modlitwa wiernych

Do Boga, który „słyszy nasze wołanie” i „widzi nasz trud” zanośmy prosby w intencjach Kościoła i całego świata:

1. Za Kościół święty, aby jego nawoływanie do naprawy życia i trzeźwego oczekiwania na Pana, spotkało się z aktywną odpowiedzią w sercach ludzi. *Ciebie prosimy...*
2. Módlmy się za kapłanów, aby w pracy duszpasterskiej byli świadomi mocy swego sakramentalnego kapłaństwa i tą mocą dokonywali naprawy współczesnego świata. *Ciebie prosimy...*
3. Módlmy się o czyste serca dla wszystkich podejmujących wysiłek na polu działalności trzeźwościowej, aby ich działania przynosiły owoce w tym życiu i w przyszłym. *Ciebie prosimy...*
4. Módlmy się za wszystkich ochrzczonych, aby uświadamiali sobie wielki dar chrztu św., który zobowiązuje do całkowitego poświęcenia się Sercu Niepokalanej. *Ciebie prosimy...*
5. Za zmarłych, by miłosierny Ojciec, który jest w niebie udzielił im nagrody obiecanej na chrzcie świętym. *Ciebie prosimy...*
6. Za nas samych, abyśmy zwłaszcza w okresie Wielkiego Postu otworzyli serca na problemy braci. *Ciebie prosimy...*

Boże i nasz Ojcze, Ty rozdzielasz swe dary wszystkim, którzy Cię wzywają. Wysłuchaj naszych prośb, abyśmy mogli chwalić Ciebie na wieki. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Na rozestanie

Modlimy się dzisiaj za tych, którzy troszczą się o życie w swej posłudze kapłańskiej i świeckich apostołów trzeźwości. W ich intencji rozważajmy V Tajemnicę Światła: *Ustanowienie Eucharystii*.

Ręce kapłańskie łamią chleb słowa i chleb eucharystyczny, abyśmy mocą tego pokarmu byli wolni. Wspierajmy naszą modlitwa i ofiarą kapłanów i świeckich, aby powiększały się szeregi apostołów trzeźwości, aby powiększały się szeregi dobrowolnych abstynentów. Jutro na mszy św. niedzielnej szczególnie będziemy się modlić o licznych apostołów trzeźwości wśród kapłanów.

Ojcze nasz.... 10 Zdrowaś Maryjo.... Chwała Ojcu....

Modlitwa do Matki Bożej

Maryjo, Królowo i Matko moja!

Pragnę przyczynić się do przyspieszenia królowania Twego przez wypełnienie Ślubów Jasnogórskich, przez miłość i zgodę w rodzinach.

Oddaję Ci się, Zwycięska Pani Jasnogórska, jako Twoje narzędzie i jako pomoc Twoja, aby stoczyć pod Twoim sztandarem święty bój ze straszną kłęską rozbicia rodziny, wzajemnej nienawiści, pijaństwa i niemoralności.

Cechuje mnie jednak słabość i nieudolność. Proszę Cię więc pokornie, abys mnie natchnęła odwagą i siłą, mocą i wytrwałością.

Chcę w każdym środowisku, jako chrześcijanin, dawać świadectwo całkowitej trzeźwości i zawsze kierować się w życiu dobrem innych ludzi.

Proszę Cię więc o ratunek dla moich braci, nieszczęśliwych niewolników różnych nałogów, a szczególnie nałogu alkoholowego.

Dobra Matko, wzmocnij ich słabą wolę. ulecz z choroby alkoholowej, opiekuj się ich rodzinami.

Proszę Cię, abys jak najprędzej zakrólowała w Narodzie trzeźwym i czystym, wiernym Bogu, Krzyżowi, Ewangelii, Kościołowi i Jego Pasterzom.

Amen.



XXVIII Ogólnopolska Pielgrzymka Apostolstwa Trzeźwości na Jasną Górę (trzecia sobota i niedziela czerwca)

Niedziela 21.06.2009 r.

XII Niedziela zwykła – (trzecia niedziela czerwca)

Czytania: *Hi 38, 1. 8-11; 2 Kor 5,14-17.; Mk 4, 35-41*

Wprowadzenie do Mszy św.

Dzisiaj na Jasnej Górze gromadzą się pielgrzymi, którzy przybyli w dorocznej pielgrzymce Apostolstwa Trzeźwości. Podczas tej Eucharystii łączymy się z nimi duchowo i modlimy się o dar trzeźwości dla naszej Ojczyzny.

Modlitwa wiernych

Do najlepszego Ojca zaniemy nasze prośby:

1. Za Kościół Powszechny, by swoim orędziem zbawienia objął wszystkich ludzi. *Ciebie prosimy...*
2. Za grupy AA, Al.-Anon, DDA, Ruch Maksymiliański, Krucjatę Wyzwolenia Człowieka, Dziecięcą Krucjatę Niepokalanej Królowej Polski, aby stanowiły skuteczne wsparcie i pomoc na drodze ku trzeźwości. *Ciebie prosimy...*
3. Za naszych parafian uzależnionych od alkoholu, by w swoim środowisku znaleźli ludzi gotowych im pomóc. *Ciebie prosimy...*

4. Za tych którzy pielgrzymują na Jasną Górę w intencji trzeźwości, by otrzymali to o co błagają. *Ciebie prosimy...*
5. Za wszystkich którzy w jakikolwiek sposób przyczyniają się do wzrostu szeregów abstynentów, by widzieli owoce swojej pracy. *Ciebie prosimy...*

Ojcie zechciej wejrzeć na swoje dzieci korzące się przed Twym ołtarzem, przyjmij, ich błagania. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Propozycja ogłoszeń

Dzisiaj prosimy w naszych prywatnych modlitwach o dar trzeźwość dla wszystkich w naszej Ojczyźnie.

A teraz pomódlmy się wspólnie o trzeźwość na polskiej ziemi:

Modlitwa do Matki Bożej o trzeźwość w Ojczyźnie

Maryjo, Królowo Polski i Wspomożycielko wiernych!

Wejrzyj, prosimy, na nasz Naród i broń jego synów przed nałogami, a zwłaszcza nałogiem pijaństwa.

Spójrz, Matko, na spustoszenie spowodowane klęską alkoholizmu. Otocz opieką nieszczęśliwe rodziny, zrujnowane alkoholizmem i udziel im radości wyzwolenia z tego nałogu i jego następstw.

Prosimy, byś zakrólowała w Narodzie trzeźwym i zdrowym, wiernym Bogu, Krzyżowi, Ewangelii i Kościołowi świętemu.

Amen.



XVIII NIEDZIELA ZWYKŁA – 2 sierpnia 2009 r.

(pierwsza niedziela sierpnia)

Czyt.: *Wj 16, 2-4. 12-15; Ef 4, 17. 20-24; J 6, 24-35*

Wprowadzenie do Mszy św.

Wczoraj rozpoczęliśmy miesiąc sierpień. Miesiąc Abstynencji od alkoholu. Miesiąc pielgrzymowania do Matki Narodu. Miesiąc zobowiązań wszystkich Polaków do rezygnacji z używania napojów alkoholowych. Pragniemy pokazać, że potrafimy być silni, potrafimy być wewnętrznie wolni od słabości i zniewoleń. Razem z Janem Pawłem II prosimy: Maryjo, Królowo Polski, bądź nadal natchnieniem tych wszystkich, którzy walczą o trzeźwość swych bliźnich. O trzeźwość w sobie samych. O trzeźwość Narodu”. I wsłuchujemy się w Jego głos, głos sumienia współczesnej Polski: „Jestem wdzięczny tym,

którzy podejmują inicjatywy w dziedzinie trzeźwości – zwłaszcza w miesiącu sierpniu. Nie wolno tych inicjatyw ośmieszać i pomniejszać! Nie wolno! I trzeba tutaj iść pod prąd ludzkiej słabości. Pod prąd źle rozumianej „wolności”.

Przepróśmy Boga za wszelkie formy naszego zniewolenia, za tych, którzy ograniczają naszą wolność i za to, że niekiedy sami źle ją rozumiemy.

Modlitwa wiernych

Dobremu Bogu przedstawmy nasze prośby:

1. Za wszystkich, „którzy nie ulękli się niebezpieczeństw i trudności, nie zatracili wiary w ideały i prawdziwe wartości, nie zagubili sensu życia i pracy, nie ulegli słabościom lecz w poczuciu solidarnej odpowiedzialności umacniają swoich braci w wierze w przekonaniu, że dla chrześcijanina nie ma sytuacji bez wyjścia”. *Ciebie prosimy...*
2. Za tych, „którzy w kraju i poza krajem poświęcili siły fizyczne i duchowe, talenty i energie dla wspólnego dobra, jakim jest Ojczyzna, a miłość do niej okupili wielorakim cierpieniem”. *Ciebie prosimy...*
3. Za tych, którzy nie mają pracy lub pracy odpowiadającej ich kwalifikacjom, którzy nie mogą zrealizować swoich planów życiowych, słusznych aspiracji i rozwinąć swoich talentów: którzy w jakikolwiek sposób cierpią na ciele i duszy, niosąc z wiarą i nadzieją codzienny swój krzyż”. *Ciebie prosimy...*
4. Za tych „którzy obecnie przy swoich warsztatach na wsi i w mieście, czy jako pracownicy fizyczni czy umysłowi, świadomi wielorakiego kryzysu, podejmują jednak odważnie i sumiennie trud codziennej pracy”. *Ciebie prosimy...*
5. Za wszystkich, którzy walczą o życie nienarodzonych. I którzy walczą o życie i zdrowie całego Narodu, każdego człowieka zagrożonego nałogiem. *Ciebie prosimy...*
6. Za „tych wszystkich, którzy walczą o trzeźwość swych bliźnich. O trzeźwość w sobie samych. O trzeźwość Narodu”. *Ciebie prosimy...*

Przez przyczynę Pani Jasnogórskiej przyjmij Boże nasze modlitwy i spraw, byśmy żyjąc godnie, trzeźwo i solidarnie, nieśli wszędzie światło Twej prawdy i wyzwolenia. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Propozycja ogłoszeń

Prośmy Boga, przez wstawiennictwo Maryi za naszą Ojczyznę:

Modlitwa do Matki Bożej o trzeźwość w Ojczyźnie

Maryjo, Królowo Polski i Wspomożycielko wiernych!

Wejrzyj, prosimy, na nasz Naród i broń jego synów przed nałogami, a zwłaszcza nałogiem pijaństwa.

Spójrz, Matko, na spustoszenie spowodowane klęską alkoholizmu. Otocz opieką nieszczęśliwe rodziny, zrujnowane alkoholizmem i udziel im radości wyzwolenia z tego nałogu i jego następstw.

Prosimy, byś zakrólowała w Narodzie trzeźwym i zdrowym, wiernym Bogu, Krzyżowi, Ewangelii i Kościołowi świętemu. Amen.

Komentarz przed błogosławieństwem

„We wszystkim (...) odnosimy pełne zwycięstwo dzięki Temu, który nas umiłował” (Rz 8,37). „odwagi, Ja jestem, nie bójcie się! (Mt 14,27).

Te słowa muszą przynieść owoc w naszych sercach, jak ziarno rzucone w ziemię przynosi owoc żniwiarzom.

Przypominamy, że Biskupi polscy proszą nas, byśmy w miesiącu sierpniu nie pili, nie częstowali i nie kupowali piwa, wina, wódki. W trudzie tych postanowień jest nasze chrześcijańskie żniwo, chrześcijańskie zwycięstwo i odwaga. Na ich realizację przyjmijmy błogosławieństwo Boga Wszechmogącego.

Propozycja wpisu do Parafialnej Księgi Trzeźwości:

Na chwałę Boga i ku czci Matki Najświętszej, w poczuciu odpowiedzialności za losy Kościoła i Ojczyzny w trosce o ocalenie najwyższych wartości Narodu, na wynagrodzenie Panu Bogu za grzechy i w celu uproszenia daru trzeźwości dla Narodu przyrzekam powstrzymać się od używania napojów alkoholowych w miesiącu sierpniu 2009 roku.



Jesienna Sesja Duszpasterstwa Trzeźwości w Zakrocymiu – wrzesień 2008 r.



I Niedziela Adwentu – 29.11.2009 r.

Czytania: Jr 33,14-16; 1Tes 3, 12 – 4,2; Łk 21, 25-28. 34-36.

Wprowadzenie do Mszy św.

Czas Adwentu to czas rozpoznania obecności Bożej pośród nas i jednocześnie uświadomienia sobie wielkiego daru jakim jest Boże Wcielenie. Ale po to by to rozpoznać przyjąć człowiek musi być wolny od jakichkolwiek pożądań i uzależnień. Dlatego w tej Mszy św. prosimy Boga, abyśmy ten święty czas przeżyli trzeźwo i w poczuciu pełnej wolności. Hasłem tegorocznej pracy duszpasterskiej Kościoła są słowa: „Bądźmy świadkami Miłości”.

Uznajmy, że potrzebujemy pomocy Pana, by pokonać swoją niemoc w realizacji tegorocznego wezwania: „Bądźmy świadkami Miłości”. Przeprosimy Boga za grzechy.

Modlitwa wiernych

Do najlepszego Ojca, który w swojej wielkiej miłości zechciał stać się jednym z nas zanieśmy nasze wspólne błagania.

1. Za Kościół, aby umiał ukazywać ludziom prawdziwe drogi wolności. *Ciebie prosimy...*
2. Za ruchy i stowarzyszenia, które mają w swoich programach zachętę do dobrowolnej abstynencji, aby rosły ich szeregi. *Ciebie prosimy...*
3. Za dzieci i młodzież, by ustrzegła się popadnięcia w nałogi alkoholizmu, nikotynizmu i narkomanii. *Ciebie prosimy...*
4. Za wszystkich, którzy przygotowują się do Sakramentu Małżeństwa, aby przeżyli tę uroczystość bez alkoholu. *Ciebie prosimy...*
5. Za nas samych, abyśmy czas Adwentu umieli wykorzystać na ugruntowanie swojej postawy abstynencji. *Ciebie prosimy...*

Dobry Boże udziel potrzebnych łask wszystkim, którzy stoją przed Tobą z sercem pokornym i pragną być świadkami Miłości. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Propozycje ogłoszeń

Proszę Was którzy chcecie pomóc swoim bliskim, uzależnionym od alkoholu zrezygnujcie z używania, kupowania i częstowania alkoholem przez ten Adwent 2009 roku. Proszę także, byście swoje decyzje uzewnętrzнили wpisem do parafialnej księgi trzeźwości w której znajduje się taki wpis:

„Przede wszystkim muszę wziąć pod uwagę interes duszy.”

Mateusz Talbot

Jako uczeń Chrystusa, mając świadomość moralnych i społecznych skutków picia alkoholu postanawiam podjąć dobrowolnie zobowiązanie abstynencji od spożywania napojów alkoholowych. Ponadto nie będę napojów alkoholowych kupował, ani nikogo nimi częstował. Zobowiązanie to podejmuję na okres Adwentu 2009 (tj. od 29 listopada do 24.12.2009 r.) w wiadomej sobie intencji i uzewnętrzniam niżej złożonym podpisem.

Niechaj na życie bez alkoholu podczas tego Adwentu błogosławi nam Bóg.



Jubileusz 40-lecia Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu – wrzesień 2008 r.

Z NAUCZANIA PAPIEŻA BENEDYKTA XVI

Pomagajcie uzależnionym otworzyć się na Boga

Spotkanie ze wspólnotą «Farmy nadziei»

PODCZAS PODRÓŻY APOSTOLSKIEJ DO BRAZYLII

(9-14 maja 2007 r.)

Po spotkaniu z klaryskami Ojciec Święty udał się na boisko sportowe, gdzie zgromadzili się podopieczni ośrodków rehabilitacyjnych, osoby po terapii, ich rodziny, wolontariusze i dobroczyńcy.

Historia Dzieła Społecznego «Nossa Senhora da Glória», znanego jako «Farma nadziei», rozpoczęła się w 1979 r., gdy do parafii w Guaratinguetá w Brazylii przybył niemiecki franciszkanin br. Hans Stapel, który dał początek nowym formom życia chrześcijańskiego. Inspiracją prowadzonej przez niego działalności społecznej były słowa Jezusa: «Wszystko, co uczyniliście jednemu z (...) braci moich najmniejszych, Mnieście uczynili» (Mt 25, 40).

Z tych doświadczeń zrodziła się nowa inicjatywa. W 1983 r. młody parafianin Nelson Giovanelli Ros razem z rówieśnikiem, który był narkomanem i chciał zmienić życie, zorganizował pierwszą grupę, która zamieszkała w jednym domu. Pod kierunkiem proboszcza wolontariusze i ludzie chcący wyrwać się z nalogu starali się żyć we wzajemnym poszanowaniu, pracując na własne utrzymanie.

Sukces tej metody resocjalizacyjnej doprowadził do powstania «Farmy nadziei» w podarowanym wspólnocie gospodarstwie. Dzieło rozrosło się i obecnie istnieje 39 placówek, osobnych dla mężczyzn i dla kobiet, z czego 30 w różnych regionach Brazylii, a za granicą: 2 «farmy» w Niemczech, 1 w Paragwaju, 1 w Filipinach, 1 w Rosji, 1 w Meksyku, 1 w Gwatemali, 1 w Argentynie i 1 w Afryce.

W samej Guaratinguetá w dwóch ośrodkach, męskim i żeńskim, przebywa obecnie ok. 300 osób uzależnionych od narkotyków i alkoholu.

Benedykta XVI powitał założyciel br. Hans Stapel. Po wysłuchaniu świadectw mieszkańców «farmy» Ojciec Święty wygłosił następujące przemówienie:

Drodzy Przyjaciele i Przyjaciółki!

Nareszcie jestem na «Farmie nadziei»!

1. Pozdrawiam szczególnie serdecznie br. Hansa Stapela, założyciela Dzieła Społecznego Nossa Senhora da Glória, znanego także jako Fazenda

da Esperança – «Farma nadziei». Przede wszystkim pragnę pogratulować wam wszystkim wiary w ideał dobra i pokoju, którą to miejsce wyraża.

Wam wszystkim – którzy tutaj korzystacie z terapii, i tym, którzy ją już zakończyli, wolontariuszom, rodzinom, byłym podopiecznym, a także dobroczyńcom wszystkich «farm», reprezentowanych tutaj na dzisiejszym spotkaniu z Papieżem – chciałbym powiedzieć: pokój i dobro!

Wiem, że są tutaj obecni przedstawiciele różnych krajów, w których «Farma nadziei» ma swoje siedziby. Przybyliście tu, by zobaczyć Papieża. Przybyliście, by wysłuchać tego, co on pragnie wam powiedzieć, i to sobie przyswoić.

2. Dzisiejszy Kościół musi ożywić w sobie świadomość stojącego przed nim zadania głoszenia na nowo światu przesłania Tego, który powiedział: «Ja jestem światłością świata. Kto idzie za Mną, nie będzie chodził w ciemności, lecz będzie miał światło życia» (J 8, 12). Misja Papieża polega na ożywianiu w sercach tego niegasnącego światła, które ma rozświetlać wnętrza dusz poszukujących prawdziwego dobra i pokoju, jakich świat dać nie może. Tego rodzaju światło potrzebuje tylko serca otwartego na pragnienia Boga. Bóg nie przymusza, nie tłumi wolności indywidualnej. Pragnie jedynie, żeby otworzyło się to sanktuarium naszego sumienia, w którym kryją się wszystkie najszlachetniejsze aspiracje, ale także nieuporządkowane uczucia i namiętności, przyćmiewające przesłanie Najwyższego.

3. «Oto stoję u drzwi i kołaczę: jeśli ktoś posłyszy mój głos i otworzy, wejść do niego i będę z nim wieczerzał, a on ze Mną» (Ap 3, 20). Są to Boże słowa, które docierają do wnętrza duszy i poruszają ją do głębi.

W pewnym momencie naszego życia Jezus przychodzi i delikatnie puka do gotowych przyjąć Go serc. W waszym przypadku posłużył się którymś z waszych przyjaciół albo kapłanem, a może – kto wie – przysposobił cały szereg okoliczności, które pozwoliły wam zrozumieć, że Bóg was sobie upodobał. Poprzez tę instytucję, która was przyjmuje, Pan umożliwił wam odzyskanie zdrowia cielesnego i duchowego, mającego życiowe znaczenie dla was i dla waszych najbliższych. W konsekwencji społeczeństwo oczekuje od was, że będziecie umieli szereg to cenne dobro wśród przyjaciół i wśród członków całej wspólnoty.

Macie być ambasadorami nadziei! Wskaźniki statystyczne dotyczące uzależnienia od narkotyków i środków odurzających w Brazylii należą do najwyższych. Ameryka Łacińska też nie pozostaje w tyle. Dlatego mówię handlarzom narkotyków, by zastanowili się nad tym, jaką krzywdę wyrządzają nieprzeliczonym rzeszom młodzieży i dorosłych ze wszystkich warstw społecznych. Bóg zażąda od nich, by zdali sprawę ze swoich uczynków. Nie wolno deptać w ten sposób godności ludzkiej. Uczynione przez nich zło zasługuje na te same słowa potępienia, jakimi Jezus potępił gorszenie «tych małych», najmilszych Bogu (por. Mt 18, 7-10).

4. Dzięki terapii, na którą składa się pomoc lekarska, psychologiczna i pedagogiczna, częsta modlitwa, praca fizyczna i dyscyplina, już bardzo wiele osób, przede wszystkim młodych, zdołało wyzwolić się z uzależnienia od narkotyków i alkoholu i odnaleźć sens życia.

Pragnę wyrazić uznanie dla tego dzieła, którego fundamentem duchowym jest charyzmat św. Franciszka i duchowość Ruchu Focolari.

Resocjalizacja jest bez wątpienia dowodem skuteczności waszej inicjatywy. Lecz tym, co najbardziej zwraca uwagę i potwierdza wartość włożonej pracy, są nawrócenia, odnalezienie Boga i czynny udział w życiu Kościoła. Nie wystarczy leczyć ciało, trzeba też ozdobić duszę najcenniejszymi darami Bożymi nabytymi przez chrzest.

Dziękujemy Bogu za to, że tak wiele dusz wyprowadził na drogę odzyskanej nadziei za pomocą sakramentu przebaczenia i liturgii Eucharystii.

5. Drodzy przyjaciele, nie mogę nie skorzystać z tej okazji i nie podziękować również tym wszystkim, którzy przyczyniają się materialnie i duchowo do zapewnienia ciągłości Dzieła Społecznego *Nossa Senhora da Glória*. Niech Bóg błogosławi br. Hansowi Stapelowi i Nelsonowi Giovanellemu Rosowi, którzy przyjęli Jego wezwanie i poświęcili wam swoje życie. Niech Pan błogosławi również wszystkich angażujących się w to dzieło: osoby konsekrowane i wolontariuszy – mężczyzn i kobiety. Szczególnym błogosławieństwem obejmują też wszystkich ludzi życzliwych, którzy to dzieło wspierają: władze, grupy wsparcia i tych wszystkich, którzy kochają Chrystusa obecnego w tych Jego umiłowanych dzieciach.

Moja myśl biegnie teraz ku wielu innym instytucjom na całym świecie, pracującym nad przywróceniem życia – daniem nowego życia tym obecnym w naszej społeczności braciom, których Bóg darzy szczególną miłością. Myślę też o licznych grupach Anonimowych Alkoholików czy Anonimowych Narkomanów, a także o Duszpasterstwie Trzeźwości, które działa w wielu wspólnotach, wielodusznie pomagając w odbudowywaniu życia.

6. Bliskość sanktuarium Matki Bożej z Aparecidy daje nam pewność, że «Farma nadziei» narodziła się z Jej błogosławieństwem i pod Jej matczynym okiem. Od dawna proszę Matkę, Królową i Patronkę Brazylii, o objęcie opieką uczestników zbliżającej się V Konferencji Ogólnej Episkopatu Ameryki Łacińskiej i Karaibów. Wasza obecność tutaj przyczynia się w istotny sposób do powodzenia obrad tego wielkiego zgromadzenia; złożcie wasze modlitwy, ofiary i wyrzeczenia na ołtarzu w kaplicy i bądźcie pewni, że w świętej Ofierze Ołtarza dary te wzniosą się do nieba przed oblicze Najwyższego, niczym miła woń. Liczę na waszą pomoc. Niech św. br. Galvo i św. Krescencja czuwają nad wami i strzegą każdego z was. Udzielam wam wszystkim błogosławieństwa w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

„L'Osservatore Romano” nr 9 z 2007 roku, s. 31-32.

NABOŻEŃSTWA

ROZWAŻANIA RÓŻAŃCOWE – Tajemnice światła

I. Chrzest w Jordanie.

W owym czasie przyszedł Jezus nad Jordan i przyjął chrzest od Jana”. Każdy z nas stał się Dzieckiem Bożym w czasie naszego chrztu Św. Ty jesteś moim umiłowanym dzieckiem mówi Bóg. Nie możemy tej godności niszczyć w sobie przez grzech pijaństwa. Nasza prastara diecezja plocka ma wiele pięknych wzorów świętych i błogosławionych, którzy na tej ziemi stali się dziećmi Bożymi przez sakrament Chrztu Św. Są nimi np. św. Stanisław Kostka młodzieniaszek z Rostkowa, czy bł. bp Leon Wetmański – męczennik z Działdowa. Jesteśmy z nich dumni, ponieważ są chlubą naszej ziemi, jako wierni synowie mazowieckiej diecezji. Za ich wstawiennictwem módlmy się za wszystkich którzy zagubili swój ideał chrześcijański przez grzech pijaństwa, aby stali się apostołami trzeźwości. św. Stanisławie Kostko i bł. bpie Leonie módlcie się za nami.

II. Cud w Kanie Galilejskiej.

Trzeciego dnia odbywało się wesele w Kanie Galilejskiej i była tam Matka Jezusa. Maryja jest zawsze tam, gdzie człowiek przeżywa swoje radości i smutki. Zawsze jest ze swymi dziećmi. Ona pierwsza dostrzega, kiedy zagraża Jej dzieciom niebezpieczeństwo. To Ona zwraca się wtedy z prośbą: „uczynicie co Syn Mój wam powie”. W wielu sanktuariach naszej diecezji wiemy lud Mazowsza zanoszą do swej Matki błaganie o wstawiennictwo i opiekę. Ileż to podziękowań Matce zawierają księgi w Oborach, Czerwińsku czy w Skępem: za wyzwolenie z pijaństwa, czy prośba o ratunek dla dzieci, które zeszyły na złą drogę. Maryjo. nasza Matko wyprasza łaskę przemiany dla naszych rodzin, aby w nich było wielu Apostołów trzeźwości, uczniów Twojego Syna.

III. Głoszenie Królestwa Bożego i wzywanie do nawrócenia.

„Czas się wypełnił i bliskie jest Królestwo Boże. nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię,” Bóg stawia na naszej drodze życia świetlane wzorce świętych i błogosławionych, którzy byli synami tej ziemi jak św. Stanisław Kostka z Kostkowa czy bł. Honorat Koźmiński. ich zawierzenie Bogu - „do wyższych rzeczy jestem stworzony” i ofiarna służba bliźnim w czasie Zaborów -praca w konfesjonale i urabianie sumień dla umęczonego ludu-jest zadaniem do realizacji apostołstwa trzeźwości dla każdego z nas.

IV. Przemiana na Górze Tabor.

„To jest Mój Syn umiłowany Jego słuchajcie”. Wypełniać wolę Boga do końca i być Mu wiernym do końca. To zadania ucznia Chrystusa. W ubogiej celi zakonnej Miłosierny Jezus zwrócił się do św. Faustyny, którą wybrał na sekretarkę Bożego Miłosierdzia. Początki objawień mają miejsce w Płocku. gdzie św. Faustyna przez swoje ciche życie dopełnia posłuszeństwa, idąc za wezwaniem swego Mistrza – realizuje zadania uczennicy Jezusa. Daj nam Panie, abyśmy uznawali Ciebie za Jedyne Zbawiciela i Pana, którego mamy słuchać, aby osiągnąć życie wieczne., aby być apostołem trzeźwości.

V. Ustanowienie Eucharystii.

„To jest Ciało Moje,... to jest Moja, Krew, która za was będzie wylana. To czyńcie na moją pamiątkę”. Na ziemi dokonuje się nieustannie bez krwawa Ofiara, która jest pamiątką, tej Ofiary, którą złożył Zbawiciel na krzyżu za zbawienie świata. Odkupił nas wszystkich, abyśmy się stali dziećmi Bożymi. Z naszej diecezji płockiej w czasie II wojny światowej ponad stu kapłanów wraz ze swymi biskupami oddało życie w obozie w Działdowie jako duszpasterze. którzy wierni ideału kapłańskiego życia zdawali egzamin jako uczniowie Chrystusa. Jezu najwyższy Kapłanie wspieraj wszystkich kapłanów ziemi mazowieckiej, aby byli dla swych parafian autentycznymi uczniami Chrystusa. Prosimy Cię, aby byli dla nich apostołami trzeźwości.

*Ks. Stanisław Dziekan
duszpasterz trzeźwości dekanatu bodzanowskiego
w diecezji płockiej*



Jubileusz 40-lecia Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości w Zakrocymiu – wrzesień 2008 r.

JUBILEUSZ OŚRODKA APOSTOLSTWA TRZEŻWOŚCI W ZAKROCZYMIU

Od 22-24 września br w OAT prowadzonym przez Zakon Braci Mniejszych Kapucynów w Zakroczymiu, miało miejsce spotkanie Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski. Spotkanie to poświęcone było 40 rocznicy powstania Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości im. O. Benignusa Jana Sosnowskiego w Zakroczymiu. 23 września 2008 roku, jubileuszowej Mszy św. w kaplicy Ośrodka przewodniczył bp Tadeusz Bronakowski, Przewodniczący Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski. Z Księdzem Biskupem Koncelebrowali Mszę św., diecezjalni duszpasterze trzeźwości oraz dekanalni duszpasterze trzeźwości diecezji płockiej. Obecny był także Prowincjał Warszawskiej Prowincji Braci Mniejszych Kapucynów O. Sławomir Siczek.

Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości wpisuje się w wielką tradycję działań trzeźwościowych w Polsce od połowy XIX wieku, poprzez takich propagatorów abstynencji jak: o. Rajmund Smerdziński., bł. O. Honorat Koźmiński, o. Franciszek Szymanowski, o. Rafał Mazurkiewicz aż do czasów obecnych. Ich działalność wiązała się z zakładaniem bractw abstynenckich, szerzeniem literatury trzeźwościowej, czy powoływaniem i prowadzeniem przez zgromadzenia honorackie gospód bezalkoholowych, co było zjawiskiem nowatorskim.

Po II wojnie światowej, do tych inicjatyw zakroczymskich nawiązał o. Benignus J. Sosnowski, który z zespołem misjonarzy ludowych (min o. Apolinary Kaźmierak, o. Damian Zawitkowski i inni) prowadził misje i rekolekcje o charakterze trzeźwościowym w wielu diecezjach. Z refleksji nad koniecznością formowania „działaczy trzeźwościowych” spośród duchowieństwa a potem świeckich – zrodziła się myśl i potrzeba utworzenia w Zakroczymiu domu rekolekcyjnego. Powstał on de facto 13.05.1968 r, z czasem przekształcając się w Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości.

W dniu 8 stycznia 1971 r. w klasztorze Kapucynów w Zakroczymiu odbyło się zebranie Zakonnych Delegatów Apostolstwa Trzeźwości, którego celem było konkretyzacja propozycji Ks. Kard. Stefana Wyszyńskiego Prymasa Polski, w sprawie utworzenia duszpasterskiego ośrodka trzeźwości przy

klasztorze kapucynów. Na tymże zebraniu ustalono też cele i zadania Ośrodka. OAT jest organem wykonawczym Zakonnej Podkomisji ds. Trzeźwości w ramach Międzyzakonnej Komisji Dziel przy Konsulcie Wyższych Przełożonych.

Posiada ogólnopolski dwumiesięcznik Trzeźwymi Bądźcie.

OAT nie prowadzi terapii, ani detoksykacji. Działalność Ośrodka realizowana jest w dwóch kierunkach: profilaktycznym, przez organizowanie kurso-rekolekcji o charakterze kształtującym postawy abstynenckie i trzeźwościowe, korzystając z bogatej bazy merytoryczno-dydaktycznej wykładowców: psychologów, terapeutów i lekarzy. Drugi kierunek to pomoc duchowa, sakramentalna, osobom uzależnionym i współuzależnionymi, udzielana przez duszpasterzy OAT (Aktualnie są nimi: o. Jan Karczewski (dyr.) o. Marek Skowroński, o. Rafał Sońta, o. Mariusz Zacharkiewicz) Proces wychodzenia z uzależnienia czy współuzależnienia wymaga wszechstronnego interdyscyplinarnego, podejścia zarówno od strony medycznej psychologicznej jak i duchowej. Naprzeciw tej ostatniej, wychodzi właśnie działalność zakroczymskiego Ośrodka.

Ponadto OAT organizuje sesje naukowe dotyczące szeroko pojętej działalności trzeźwościowej i jest siedzibą Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski.

Marek Skowroński OFM Cap

* * *

„...nie bądź żarłoczny, abyś nie wzbudził odrazy”.
(Syr 31,16)

*„Zdrowy jest sen [u człowieka], gdy ma umiarkowanie syty żołądek,
wstaje on wcześniej, jest panem samego siebie.”*
(Syr 31,20)

NIE WINO, ALE PIJAŃSTWO JEST ZŁEM

Nie czyn tego! Szatańskie jest takie myślenie. Nie obwiniaj wina, ale pijaństwo. Weź takiego człowieka, kiedy będzie trzeźwy, i przedstaw mu całą jego ohydę i powiedz mu: «Wino zostało nam dane, abyśmy byli radośni, a nie okrywali się hańbą; abyśmy się weselili, a nie byli przedmiotem pośmiewiska; abyśmy byli zdrowi, a nie schorowani; abyśmy pokrzepiali słabe ciało, a nie wyniszczali siły duszy».

Bóg uczcił cię darem, dlaczego nadużywając go, znieważasz siebie? Posłuchaj, co mówi Paweł: Używaj po trosze wina ze względu na twój żołądek

i twe słabości (I Tm 5, 23). Jeśli ów święty, pomimo słabości i częstych chorób, nie używał wina aż do czasu, gdy nakłonił go do tego jego nauczyciel, to jakże otrzymamy przebaczenie my, którzy upijamy się będąc zdrowi? Jemu powiedział: Używaj po trosze wina ze względu na twój żołądek (I Tm 5, 23). Natomiast do każdego z was, którzy się upijacie, powie: «Używaj wina po trosze ze względu na rozpustę, na częste nieprzyzwoite słowa oraz na inne niegodziwe pragnienia, jakie zwykle rodzą się z pijaństwa». Jeśli nie zechcecie się od niego powstrzymywać z tych powodów, powstrzymujcie się przynajmniej z powodu przygnębienia i wstrętu, które wywołuje. Wino bowiem zostało dane ku radości. Wino – powiada – rozwesela serce człowieka (Ps 104, 15). Wy zaś plugawicie nawet tę jego właściwość. Cóż to bowiem za radość: być nieprzytomnym; znosić niezliczone bóle; patrzeć, jak wszystko wokół wiruje; doznawać zawrotów głowy oraz odczuwać potrzebę polania głowy oliwą, jak ludzie mający gorączkę?

Nie mówię tego do wszystkich, a właściwie do wszystkich. Nie dlatego, żeby wszyscy ulegali pijaństwu. Żadną miarą! Ale dlatego, że ci, którzy się nie upijają, nie troszczą się o pijaków. Z tego powodu kieruję swe słowa raczej do was, którzy jesteście zdrowi. Przecież i lekarz pomija chorych i zwraca się do siedzących przy łożu chorego. Do was więc kieruję swe słowa, błagając by was nigdy nie opanowała ta choroba, a tych, których już pochwyciła, abyście z niej wyciągali, aby nie okazali się gorsi od istot pozbawionych rozumu. One bowiem nie szukają niczego więcej ponad to, czego potrzebują. Pijacy zaś mają mniej rozumu aniżeli one, bo przekraczają granice umiaru. O ileż lepszy jest od nich osioł, o ileż dzielniejszy jest pies! Każda z tych istot żywych – podobnie jak i wszystkie pozostałe – gdy potrzebuje jeść czy pić, zna wystarczającą ilość i nie przekracza miary własnej potrzeby; nie da się nakłonić do przesady, choćby tysiące ludzi je do tego zmuszały.

Pod tym względem jesteście gorsi nawet od nierozumnych istot, i to nie tylko według opinii ludzi zdrowych, ale także według waszej własnej. Samych siebie stawiacie niżej od psów i ostów, jak z tego wynika. Nie zmuszasz przecież zwierząt, by jadły ponad miarę. Gdyby cię ktoś zapytał: «Dlaczego?», odpowiedziałbyś: «By im nie zaszkodzić». A o siebie samego nie przejawiasz takiej troski. Uważasz sam siebie za gorszego od nich i w ogóle nie zwracasz uwagi, że nękania jesteś wielką zawieruchą.

Szkody wynikającej z pijaństwa doznajesz nie tylko w dniu upicia się, ale również potem. Podobnie jak wtedy, gdy ustanie gorączka, osłabienie nią spowodowane utrzymuje się nadal, tak i po upiciu się: zarówno w duszy, jak i w ciele panuje niepokój. Biedne [upite] ciało leży skołatane jak rozbity okręt; dusza zaś jest jeszcze biedniejsza od niego. Ciało pomimo zmęczenia wznieca burzę i rozpala żądze; dusza obdarzona – jak się wydaje – rozumem, właśnie wtedy najbardziej ulega szaleństwu i marzy o winie, o beczkach z winem,

o pucharach i dzbanach. I jak po ustaniu burzy pozostaje wyrządzona przez nią szkoda, tak samo i tu. Podobnie jak w czasie sztormu wyrzuca się towary w morze, tak i tu dokonuje się utrata prawie wszystkich dóbr. Pijaństwo, gdy znajdzie roztropność, poczucie wstydu, bystrość umysłu, cnotliwość czy pokorę – wszystko to wyrzuca w morze nieprawości. Skutki jednak nie są takie same. W pierwszym przypadku statek [na wezbranym] morzu po wyrzuceniu ciężarów staje się lżejszy; w tym zaś -jeszcze cięższy. Zamiast wyrzucenych bogactw, nabiera słonej wody, piasku oraz wszelkich obrzydliwości pijaństwa i wkrótce zostaje zatopiony wraz z żeglarzami i sternikiem.

Trzymajmy się z dala od takiej burzy, abyśmy tego nie doświadczyli. Nie można zobaczyć królestwa niebieskiego, żyjąc w pijaństwie. Nie łudźcie się... – powiada [Apostoł] – ani pijacy, ani oszczercy... nie odziedziczą królestwa Bożego (1 Kor 6, 9-10). Dlaczego mówię: królestwa Bożego? Pijaństwo przecież nie pozwala widzieć nawet tego, co nas otacza. Pijaństwo czyni nam noc z dnia, ciemność ze światła; pijani, mając oczy otwarte, nie widzą nawet tego, co znajduje się pod ich nogami.

Nie tylko to jest straszne, bo oprócz tego ponoszą inną, bardzo ciężką karę: zawsze ścigani są przez irracjonalne przygnębienie, szaleństwo, słabość, [nieopanowany] śmiech i wyrzuty. Czy pograżających samych siebie w tak wielkich nieszczęściach czeka jakieś przebaczenie? Nie ma żadnego.

Unikajmy więc tej choroby, abyśmy dostąpili zarówno doczesnych, jak i wiecznych dóbr, z łaski i dobroci Pana naszego Jezusa Chrystusa, któremu chwała i moc z Ojcem i Duchem Świętym na wieki wieków. Amen.

Św. Jan Chryzostom

W: Św. Jan Chryzostom, Cnoty i wady, Kraków 2004, s. 120-124.

W polską świadomość zbiorową wpisana jest obecność alkoholu. Ktoś, kto się na to nie godzi, kto jest abstynentem, traktowany jest często, nawet podświadomie, jako ktoś inny, niestety gorszy. Aby temu zaradzić, potrzeba odwagi ludzi, by się przeciwstawiać nieformalnemu nakazowi picia podczas spotkań.

Potrzeba osobistego świadectwa wielu osób. Jeżeli bowiem na spotkaniu odmawia jedna osoba, to jest ona mniejszością, wyjątkiem, właśnie takim dziwakiem. Ale jeżeli na tym samym spotkaniu alkoholu nie piłoby już dziesięć czy piętnaście osób, to oni tworzyliby regułę, a nie wstydlivy wyjątek. Do tej drugiej sytuacji musimy zmierzać.

Bp Tadeusz Bronakowski

TROSKA O TRZEŻWOŚĆ – TROSKĄ O POLSKĘ

Z Przewodniczącym Zespołu Apostolstwa
Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski
bp. Tadeuszem Bronakowskim rozmawia ks. Paweł Bejger

– Od kilku miesięcy Ksiądz Biskup pełni funkcję przewodniczącego Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski. Składamy gratulacje, a jednocześnie pragniemy zapytać, jakie główne zadania spoczywają na przewodniczącym wspomnianego Zespołu?

– Udzielając odpowiedzi na to pytanie, warto najpierw wskazać, jakie zadania realizowane są w całym Zespole Apostolstwa Trzeźwości. Zespół ten został powołany do rozległej działalności na rzecz promocji życia w trzeźwości. Jego misja realizowana jest poprzez wspomaganie kościołów partykularnych w ich działalności duszpasterskiej obejmującej troskę o trzeźwość. Zespół jest także swoistą przestrzenią współpracy między diecezjalnymi i zakonnymi duszpasterzami trzeźwości. Jego aktywność realizuje się również poprzez gromadzenie materiałów i informacji dotyczących tych problemów. Współpracujemy też przy konkretnych dziełach, takich jak pielgrzymki, spotkania trzeźwościowe czy sympozja poświęcone zagadnieniom trzeźwości. Dodatkowo Zespół włącza się w akcje organizowane przez grupy kościelne, ale również władze samorządowe i organizacje pozarządowe, których działalność dotyczy rozwiązywaniu problemów alkoholowych. Staramy się także, aby wielkie wezwanie do trzeźwości było obecne w mediach, które mają w współczesnym świecie wielką moc oddziaływania na ludzi. W miarę możliwości podejmujemy działania zmierzające do zmian prawa, które ułatwią dążenie do trzeźwości.

Przewodniczący Zespołu zobowiązany jest natomiast do koordynowania tych prac. Przedstawia także propozycję składu personalnego Zespołu, którą zatwierdza zgromadzenie plenarne KEP. Przewodniczący spotyka się również z wiernymi i przygotowuje sierpniowy apel o abstynencję.

– *Jak Ksiądz Biskup ocenia dzisiaj problem trzeźwości w naszej ojczyźnie?*

– Oczywiście trzeźwość nie jest problemem. Problemem jest jej brak. Trzeba podkreślić, że trzeźwość dotyczy dwóch zjawisk. Przede wszystkim trzeźwość duchowa, która każdemu chrześcijaninowi jest potrzebna do podejmowania drogi ku zbawieniu. To do niej w sposób szczególny wzywa nas Pismo Święte: „Bądźcie trzeźwi, czuwajcie!” Tak rozumiana trzeźwość najpełniej ukazuje się w czystości naszego życia, w umiejętności dokonywania słusznych wyborów, w zdolności do oddzielania dobra od zła, w umiejętności słuchania i realizowania Bożego powołania, a także w sile do odrzucania pokus oddalających nas od Boga.

Poza tym jest też trzeźwość w jej fizycznym i psychologicznym wymiarze. Ona oznacza wolność od wszelkich nałogów, umiejętność panowania nad alkoholem i innymi środkami odurzającymi. Na ich podstawie statystyk rządowych, ośrodków medycznych i badawczych, statystyk organizacji społecznych. można powiedzieć, że sytuacja zmienia się nieustannie. Niestety często zmienia się na gorsze. O ile bowiem, jako społeczeństwo, wiemy więcej na temat charakteru, zagrożeń i skutków uzależnień, o tyle wciąż ulegamy coraz to nowym nałogom. Te najnowsze związane są oczywiście z rozwojem technologicznym. Wielu ludzi odnajduje swój azyl w świecie gier komputerowych i Internetu. Stają się niewolnikami cyberprzestrzeni. Oni również są uzależnieni i potrzebują takiej samej troski, jak np. alkoholicy czy narkomani.

– *Przyznam szczerze, że dla mnie poważnym problemem jest sprzedawanie alkoholu nieletnim. Proceder ten widoczny jest niemal każdego dnia. Jak dotrzeć do sprzedawców, aby rzeczywiście zaniechali tego procederu.*

– Trzeba na to zjawisko spojrzeć na dwóch różnych płaszczyznach, które są jednak ze sobą ściśle powiązane. Przede wszystkim mamy tu do czynienia z przestępstwem, co do którego odpowiednie kodeksy przewidują konkretne kary. I to trzeba głośno powtarzać przy każdej okazji. Kto sprzedaje alkohol nieletnim, jest przestępcą i podlega karze przewidzianej przepisami prawa.

Druga płaszczyzna związana jest z naszą moralnością, przede wszystkim zaś z uczciwą realizacją nakazów Chrystusa. Wiemy, że chrześcijanin ma wiele obowiązków, które wynikają z prawa Bożego. Takim obowiązkiem jest odpowiedzialność za wszystkich naszych bliźnich. Wystarczy przywołać wezwanie św. Pawła, który do Filipian pisał: Niech każdy ma na oku nie tylko swoje własne sprawy, ale też i drugih!

Tworząc wspólnotę Kościoła, musimy troszczyć się o zbawienie innych. Jeżeli więc w niedzielę idziemy do świątyni, ale już w poniedziałek sprzedajemy nastolatkowi piwo i papierosy, to cierpimy na duchową schizofrenię. Powtórzmy – obowiązkiem każdego chrześcijanina jest szczególna troska o do-

bro drugiego człowieka. Reagujmy więc, gdy widzimy ten szkodliwy proceder, o którym Ksiądz Prałat wspomniał w pytaniu.

– *Księżo Biskupie, od dłuższego już czasu jesteśmy zaniepokojeni sondażami, które pokazują nam, że po alkohol sięgają coraz młodsze osoby. Dzisiaj pięć zaczynają dzieci w wieku nawet 10 lat. Tragedia. Czy wobec tego fakty jesteśmy bezradni?*

– Nigdy nie wolno mówić, że jesteśmy bezradni wobec złych zjawisk społecznych. Chrześcijanin ufny w moc Bożej łaski, przede wszystkim zaś ufny w siłę Bożego Miłosierdzia, zawsze wierzy, że można pokonać zło, które często pojawia się na tym świecie. Do tego tak pięknie namawia nas Apostoł Narodów w Liście do Rzymian: „Nie daj się zwyciężyć złu, ale zło dobrem zwyciężaj.” W obliczu nawet najtrudniejszej sytuacji, która może się po ludzku wydawać beznadziejna, jedynym wyborem prawdziwie chrześcijańskim jest stałe odrzucanie zła i podążanie za dobrem.

W tym konkretnym przypadku ujętym w pytaniu, trzeba przede wszystkim poprawić skuteczność egzekwowania prawa, które zakazuje handlu alkoholem wśród nieletnich. Trzeba mobilizować rodziców z jednej strony do kontroli swoich dzieci, z drugiej zaś do osobistego świadectwa trzeźwości. Nieustannie trzeba też pokazywać młodym ludziom, że droga z alkoholem jest krótka i kończy się zazwyczaj tragicznie, zaś trzeźwe życie jest czymś niezwykle pięknym i wartościowym. Warto też wspierać szkoły, w których realizowane jest wiele programów profilaktycznych.

– *Człowiek spożywający alkohol jest przyczyną wiele dramatów, czy to rodzinnych, czy społecznych. Zdaniem Księdza Biskupa, czy my, duszpasterze, rodzice robimy wszystko, aby ratować te osoby przed tragedią?*

– Na to pytanie każdy z nas musi odpowiedzieć w ciszy własnego sumienia. Trzeba sobie stawiać wiele pytań, które będą nas zmuszały do odpowiedzialnych, czasem nietrywialnych odpowiedzi. Część z takich pytań stawialiśmy podczas IV Narodowej Modlitwy o Trzeźwość w Miejscu Piastowym. Warto je powtórzyć: Czy nie zmuszamy innych do picia? Czy przeciwstawiamy się brutalnemu obyczajowi przymuszania do picia drugiego, nieraz rozpaczliwie broniącego się człowieka? Zapytajmy w ciszy naszych sumień, czy rzeczywiście pijemy tylko symbolicznie? Czy możemy z czystym sumieniem powiedzieć, że z naszego domu nigdy nikt nie wyszedł pijany?

Czy mamy świadomość, że częstując innych ludzi alkoholem, jesteśmy współodpowiedzialni za czyny przez nich popełnione? Czy pamiętają o tym ci, którzy sprzedają alkohol na kredyt lub sprzedają go niepełnoletnim? Dlaczego często jest tak, że osoby, w których rodzinach krwawi bolesna blizna alkoholizmu, bez skrpułów podają alkohol innym ludziom?

– *Prawdą jest, że mamy wspaniałą młodzież. Ale jednocześnie młodzież, która szczególnie w weekendy topi swoje smutki, stres w alkoholu. Obraz taki szczególnie widoczny jest na zabawach, dyskotekach, festynach. Można temu jakoś zaradzić?*

– Oczywiście, że można temu zaradzić. W pewnym stopniu mówiliśmy już o tym problemie w poprzednich pytaniach. Reasumując, możemy powiedzieć, że potrzebna jest szczególna wrażliwość na losy drugiego człowieka. Ta wrażliwość zmusza do przestrzegania prawa, które powinno stawiać tamę wielu złym zjawiskom. Dodatkowo trzeba zaangażować jak największe siły i środki w budowanie prawdziwego obrazu trzeźwości. Często bowiem życie z alkoholem ukazywane jest jako coś dobrego, a życie trzeźwe jak nudziarstwo i sztywniactwo, używając młodzieżowego języka. Tymczasem jest to szkodliwy obraz będący wynikiem reklam i niektórych złych obyczajów.

Problemem jest jednak również brak kontrpropozycji do takiej formy spędzania czasu. Widzimy, że w miastach młodzież gromadzi się wieczorami na stacjach benzynowych, w pubach i knajpach. A gdyby otworzyć basen, odnowić salę kinową lub wybudować inną, stworzyć jakieś centrum młodzieżowe, w którym działałyby różnorodne sekcje artystyczne, dać szansę tworzenia zespołów muzycznych i grup teatralnych, prowadzić zajęcia plastyczne i taneczne, wybudować więcej boisk, drózek rowerowych? Niewątpliwie wielu z tych młodych ludzi udałoby się odciągnąć od alkoholowych weekendów.

– *Ksiądz Biskup uważa, że w naszych środowiskach wystarczająco dużo rozmawia się o trzeźwości?*

– Trudno jest oceniać poszczególne środowiska, bo nie wszędzie można dotrzeć, nie o wszystkich grupach ma się rzetelne informacje. Niewątpliwie jednak w wielu społecznościach zbyt mało rozmawia się o problemach wywołanych brakiem trzeźwości. To temat bolesny, w wielu grupach temat tabu. Znam takie grupy, w których alkoholizm zbiera tragiczne żniwo, ale wewnątrz nich nikt nie porusza tego tematu. Panuje jakaś niesłychana zmowa milczenia, coś podobnego do mafijnego nakazu omerta. Wszyscy wiemy, że coś jest bardzo złe, ale milczymy, aby nie narażać się na przykrości, aby uniknąć odpowiedzialności, aby mieć święty spokój. Skoro zaś nie rozmawia się o problemach, uważa się powszechnie, że ich nie ma i takie tragiczne status – quo się utrzymuje.

– *Ktoś, kto nie pije, w towarzystwie uważany jest za dziwaka. To podejście tak naprawdę nie zmienia się od lat. Co trzeba zrobić, aby ludzie inaczej patrzyli na tych, którzy odmawiają chociażby przysłowiowego kieliszka?*

– Nie ma na to jednej prostej recepty. To problem złożony, który rzeczywiście narastał przez wiele lat. W Polsce wspólne picie alkoholu jest niestety

obwarowane licznymi utrwalonymi w świadomości ludzi zwyczajami i obyczajami. Słyszałem ostatnio, że podczas badania, które miało dać odpowiedź na pytanie: „Co to znaczy porozmawiać jak Polak z Polakiem”, pojawiły się odpowiedzi, że to znaczy porozmawiać przy wódce. Inne okropne i szkodliwe potoczne powiedzenie mówi, że przyjacielem jest ten, z kim się piło wódkę. Wiemy też, jak wyglądają polskie wesela, czy imieniny. Alkohol jest ich niezbędnym niestety składnikiem. Pamiętamy, że za czasów komunistycznych, alkohol był też jednym z najlepszych środków płatniczych za różne usługi, których normalnie nie można było załatwić. To też w innej formie trwa do dzisiaj.

Rozumiemy więc, że niestety w polską świadomość zbiorową wpisana jest obecność alkoholu. Ktoś, kto się na to nie godzi, kto jest abstynentem, traktowany jest często, nawet podświadomie, jako ktoś inny, niestety gorszy. Aby temu zaradzić, potrzeba odwagi ludzi, by się przeciwstawić nieformalnemu nakazowi picia podczas spotkań. Potrzeba osobistego świadectwa wielu osób. Jeżeli bowiem na spotkaniu odmawia jedna osoba, to jest ona mniejszością, wyjątkiem, właśnie takim dziwakiem. Ale jeżeli na tym samym spotkaniu alkoholu nie piłoby już dziesięć czy piętnaście osób, to oni tworzyliby regułę, a nie wstydlivy wyjątek. Do tej drugiej sytuacji musimy zmierzać.

– *Analizując ostatnie 10 lat w naszej ojczyźnie, możemy powiedzieć, że ludzie coraz bardziej doceniają trzeźwość, czy jest zupełnie inaczej?*

– To kolejne pytanie, na które trudno jest odpowiedzieć bez sięgnięcia do konkretnych danych, ale również bez włączenia się w analizy socjologiczne. Jak już mówiłem wcześniej, niewątpliwie mamy większą świadomość zagrożeń. Ale czy przez to rośnie w społeczeństwie poczucie, że trzeźwość jest czymś tak bardzo cennym?

Jeżeli do odpowiedzi na to pytanie wziąć informacje dotyczące ruchów działających na rzecz trzeźwości, pielgrzymek i spotkań modlitwanych, informacje o działalności ośrodków trzeźwościowych, to niewątpliwie widać w ostatnich latach wielki, wspaniały wzrost tych inicjatyw. I niech one będą znakiem nadziei, że sytuacja zmienia się jednak na lepsze.

– *Jak my, duszpasterze, rodzice, nauczyciele i wychowawcy mamy krzewić w naszych środowiskach ideę trzeźwości?*

– Przede wszystkim musimy dawać wzór trzeźwości w naszym osobistym życiu. Świadectwo trzeźwości to podstawa, od której nic nie jest bardziej wartościowe. Żadne akcje społeczne, sympozja, programy profilaktyczne nie będą w pełni skuteczne, jeżeli w naszych rodzinach, miejscach pracy, lokalnych społecznościach nie będzie autentycznych świadków tego, że trzeźwe życie jest piękne i wartościowe. Poza naszą osobistą postawą, w miarę moż-

liwości powinniśmy wspierać zorganizowane inicjatywy służące wychowaniu do trzeźwości. Propagujemy prasę katolicką, która podejmuje te tematy, podsuwajmy innym ciekawe książki, które niosą wiele prawdy o pięknie życia trzeźwego. Zachęcajmy do udziału w pielgrzymkach i spotkaniach.

Jako chrześcijanie nie zapominajmy też o wielkiej mocy modlitwy. Módlmy się nieustannie do Boga Wszechmogącego, aby swoimi łaskami wspierał wszystkie ludzkie działania w tej dziedzinie. Z Bożą pomocą wszystko jest możliwe.

– *Ciągle w moich uszach brzmią słowa Prymasa Tysiąclecia Stefana Wyszyńskiego: „Polska albo będzie trzeźwa, albo nie będzie jej wcale.” Ksiądz Biskup uważa, że te słowa nadal są aktualne?*

– Ta myśl, którą Prymas Wyszyński zaczerpnął od wielkiego orędownika trzeźwości, bł. Bronisława Markiewicza, nigdy nie przestanie być aktualna. Historia uczy, że wrogowie Polski w alkoholu zawsze widzieli doskonałego sojusznika w niszczeniu polskiego ducha narodowego. Potwierdzają to chociażby represje, jakie spotykały franciszkanów z Zakroczymia i Niepokalana, gdy prowadzili akcje trzeźwościowe podczas zaborów i II wojny światowej. Wrogowie Polski wiedzieli doskonale, że pijane społeczeństwo jest słabe, podzielone, niezdolne do samoorganizacji, bezbronne. Mimo, że upłynęło tak wiele lat, nie zmienia się fakt, że alkohol jest wielkim wrogiem polskiego społeczeństwa i narodu. Prawdziwym patriotą jest więc ten, kto walczy o trzeźwość narodu.

za „Głos Katolicki” nr 32 (315)/2008 roku z 10 sierpnia 2008 roku, s. 11-13.

* * *

WYTYCZNE EPISKOPATU POLSKI DLA KOŚCIELNEJ DZIAŁALNOŚCI TRZEŻWOŚCIOWEJ przyjęte przez Episkopat w dniu 17 VI 1959 r., a znowelizowane 1 IV 1971 r. na 124 Konferencji Plenarnej w Warszawie.

*(Podtytuły rozdziałów „Wytycznych” zostały wprowadzone
przez Sekretariat Komisji Episkopatu ds. Trzeźwości).*

I. ZASADY DZIAŁALNOŚCI

UZASADNIENIE DZIAŁALNOŚCI

W trosce o realizację życia w pełni ewangelicznego zgodnie z nauką II Soboru Watykańskiego oraz w obliczu ciągłego wzrostu alkoholizmu w społeczeństwie polskim Episkopat Polski – nawiązując do tradycji pracy Kościoła

w Polsce nad trzeźwością Narodu i uznając konieczność wzmocnienia wysiłków duszpasterskich na tym odcinku, nie umniejszając przy tym znaczenia walki z innymi wadami i zagrożeniami – ujmuje w niniejszym ogólne ramy Kościelną Działalność Trzeźwościową nad wykorzenieniem pijaństwa i ugruntowaniem cnoty trzeźwości w Narodzie.

CEL I MOTYWACJA DZIAŁALNOŚCI

1. Kościelna Działalność Trzeźwościową kieruje się zasadą: „Przez dobrowolną, całkowitą abstynencję wielu do trzeźwości stanowej i zawodowej wszystkich”. Duszpasterze – będąc daleko od przesady w motywacji konieczności abstynencji względami moralnymi i zdrowotnymi, zachowują pełny szacunek wobec tych, którzy w sposób godny chrześcijanina i katolika używają czasami napojów alkoholowych – niechaj zachęcają wiernych do składania dobrowolnej ofiary całkowitej abstynencji na pewien okres lub na całe życie, w nadprzyrodzonym duchu wynagrodzenia za grzechy alkoholizmu z miłości ku Bogu i bliźnim, a zwłaszcza nieszczęśliwym ofiarom nałogu pijaństwa, a także dla skuteczniejszego przeciwstawienia się towarzyskiemu przymusowi picia, jak również dla osobistego postępu w życiu duchowym i dawania dobrego przykładu.

POSTAWA KAPŁANÓW

2. Obecna chwila domaga się szczególnie zdecydowanej postawy kapłanów wobec zagrożenia alkoholizmu i przykładu ich całkowitej abstynencji. Dlatego Episkopat Polski wyraża gorące życzenia pod adresem wszystkich kapłanów tak diecezjalnych, jak i zakonnych, aby wzięli sobie do serca sprawę wykorzeniania pijaństwa – z pobudek społecznych oraz moralno-religijnych i w pierwszym rzędzie sami stanęli w szeregach abstynenckich. W związku z tym Episkopat poleca, ażeby prymicje kapłańskie, oficjalne zebrania duchowieństwa, nie wykluczając przyjęć odpustowych czy imieninowych, odbywały się bez podawania alkoholu.

ZAANGAŻOWANIE SIĘ ZAKONÓW I ZGROMADZEŃ

3. Episkopat Polski zobowiązuje również zakony i zgromadzenia – tak męskie, jak i żeńskie – aby planowo i systematycznie, zależnie od przepisów własnych Konstytucji i Reguł, przyczyniały się do krzewienia chrześcijańskich obyczajów oraz gorliwie włączały się w Kościelną Działalność Trzeźwościową.

WYCHOWANIE W SEMINARIACH DUCHOWNYCH I NOWICJATACH ŻEŃSKICH

4. Episkopat poleca, żeby we wszystkich Seminariach Duchownych tak diecezjalnych, jak i zakonnych oraz we wszystkich nowicjatach zgromadzeń

i zakonów żeńskich było poważnie potraktowane wychowanie trzeźwościowe, kształtujące właściwe postawy młodzieży i przygotowujące ją do przyszłej pracy na tym polu w naszym kraju. Należy młodzieży ukazywać, że abstynencja od alkoholu i tytoniu jest dla niej doniosłą wartością w formacji duchowej, osobistej i społecznej. W seminariach zaś należy wprowadzić przygotowania alumnów do przyszłej pracy duszpasterstwa trzeźwościowego przez systematyczne wykłady, prelekcje oraz pracę w zespołach trzeźwościowych.

WYKŁADY ALKOHOLOGII NA UCZELNIACH KATOLICKICH

5. Episkopat wyraża życzenie, żeby na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim i na Akademii Teologii Katolickiej wprowadzono specjalne wykłady z zakresu alkoholologii.

WŁĄCZENIE SIĘ POMOCNIKÓW MARYI I INNYCH FORM APOSTOLSTWA KOŚCIOŁA

6. Episkopat z zadowoleniem notuje fakt, powstania na progu nowego Milenium w Polsce, w ramach realizacji Ślubów Jasnogórskich oraz posoborowej odnowy Kościoła, nowej formy apostołstwa pod nazwą

Pomocników Maryi Matki Kościoła (jak odpowiedzi na apel z dnia 26 VIII 1969 r.) Episkopat wyraża życzenie, aby apostołstwo to nie tylko rozszerzyło się jak najbardziej, lecz również walnie przyczyniało się do wzmocnienia Kościelnej Działalności Trzeźwościowej. Podobnie inne formy apostołstwa i działalności społecznej Kościoła powinny być włączone w tę tak konieczną akcję.

ŚRODKI I CHARAKTER DZIAŁALNOŚCI

7. Kościelna Działalność Trzeźwościowa, posługując się środkami przyrodzonymi i nadprzyrodzonymi, powinna być ciągła i systematyczna uwzględniana w programie pracy duszpasterstwa zwyczajnego i obejmować cały Naród.

PARAFIALNA KSIĘGA TRZEŻWOŚCI I PARAFIALNY APOSTOŁ TRZEŻWOŚCI

8. Duszpasterze doceniają Parafialną Księgę Trzeźwości. Jest ona dowodem społecznej i wychowawczej, profilaktycznej i pomocniczej działalności Kościoła oraz wyrazem apostołskiego dążenia Ludu Bożego do pełni chrześcijaństwa. Dlatego też zapisanymi w Księdze Trzeźwości należy troskliwie zaopiekować się w sposób duszpasterski. Oni bowiem tworzą tzw. „Parafialny Apostolat Trzeźwości”. Przynajmniej cztery razy w roku, najlepiej w nie-

dziele, w każdej parafii duszpasterze urządzają dla nich odpowiednie nabożeństwo z homilią i aktem zadośćuczynienia.

RODZINA KATOLICKA – SZKOŁĄ CHRZEŚCIJAŃSKIEJ TRZEŹWOŚCI

9. Doceniając znaczenie funkcji wychowawczej rodziny, Episkopat domaga się od rodziców katolickich chrześcijańskiej postawy trzeźwości oraz zdołania i w tym zakresie wiedzy pedagogicznej, a także ustawicznego wysiłku wychowawczego.

WYCHOWANIE TRZEŹWOŚCIOWE DZIECI I MŁODZIEŻY

10. W celu ujednoczenia we wszystkich diecezjach pracy duszpasterskiej nad dziećmi. Episkopat usilnie zachęca Księża proboszczów oraz katechetów do przyjmowania od dzieci przy I Komunii św. przyrzeczenia powstrzymania się od napojów alkoholowych i palenia tytoniu aż do dojścia do pełnoletniości (nie może to być jednak okres mniejszy niż do 18 roku życia) i zapisywania tych przyrzeczeń w Parafialnej Księdze Trzeźwości. Od rodziców tych dzieci należy pobierać zobowiązanie, że nie urządzają przyjęcia pierwszokomunijnego z alkoholem i zatroszczą się o wychowanie dzieci w trzeźwości.

11. Do programu formacji Liturgicznej Służby Ołtarza, Scholi, oraz Bieli wprowadza się obowiązek abstynencji od alkoholu i tytoniu. Przyrzeczenia dzieci i młodzieży należy łączyć z ideą ofiarnej i apostołskiej służby Niepokalanej Królowej Polski.

12. Przy okazji bierzmowania powinno odbyć się odnowienie przyrzeczenia dzieci i młodzieży wobec księdza biskupa. Nie należy zaniedbywać odnowy tych przyrzeczeń również na początku i przy zakończeniu roku katechetycznego. Uznanie bowiem przyrzeczeń za życiową wartość i przestrzeganie ich przyczynia się do normalnego¹ rozwoju biologicznego, psychicznego, społecznego oraz religijno-moralnego dzieci i młodzieży.

KSZTAŁTOWANIE OBYCZAJÓW TRZEŹWOŚCIOWYCH W ŻYCIU RODZINNYM I SPOŁECZNYM

13. Episkopat wymaga także, żeby przyjęcia wiernych z okazji chrztów, ślubów, pogrzebów, odpustów oraz innych uroczystości rodzinnych odbywały się bez alkoholu. W wypadku urzędzenia weselnego przyjęcia bez alkoholu Biskup Ordynariusz prześle nowożeńcom swoje specjalne błogosławieństwo pasterskie.

TYDZIEŃ MODŁÓW O TRZEŹWOŚĆ NARODU

14. Jeden tydzień w roku, na początku W. Postu z uwzględnieniem Środy Popielcowej, poświęca się na wzmoczenie Kościelnej Działalności Trzeźwosciowej jako Tydzień Modłów o Trzeźwość Narodu. Tydzień Modłów o Trzeźwość Narodu ma być szczególnie poświęcony modłom i pokucie dla wyproszenia ła-

ski ugruntowania trzeźwości w narodzie oraz problemom walki z alkoholizmem i kształtowaniu cnoty wstrzemięźliwości. Jak wyżej wspomniano praca winna jednak trwać cały rok osiągając natężenie w Adwencie i w W. Poście.

II. PODMIOT I STRUKTURA DZIAŁALNOŚCI

KOMISJA EPISKOPATU ds. TRZEŻWOŚCI I JEJ SEKRETARIAT oraz KRAJOWY DUSZPASTERZ ds. TRZEŻWOŚCI

15. Całością Kościelnej Działalności Trzeźwościowej w Polsce, z polecenia Konferencji Episkopatu, kieruje Komisja Episkopatu do Spraw Trzeźwości. W jej skład wchodzi znawcy alkoholologii pastoralnej i działacze trzeźwościowi zarówno duchowni, jak i świeccy. Komisja opracowuje bieżące i perspektywiczne programy duszpasterstwa trzeźwości, przygotowuje materiały, organizuje kursy, rekolekcje, konferencje trzeźwościowe itp. Najbliższymi współpracownikami Komisji są Diecezjalni Referenci Trzeźwościowi. Komisja organizuje spotkania Diecezjalnych Referentów Trzeźwości przynajmniej dwa razy w roku. W ramach Komisji działa jej *Sekretarz jako Krajowy Duszpasterz ds. Trzeźwości i Kierownik Sekretariatu Komisji*. Komisja utrzymuje kontakty i współpracuje z innymi Komisjami Episkopatu, a zwłaszcza z Komisjami ds. duszpasterstwa ogólnego, katechizacji, duszpasterstwa kobiet, dobroczynności oraz apostołstwa świeckich. Współpracuje ona również z Instytutem Teologii Pastoralnej KUL oraz w miarę możliwości z innymi zakładami naukowymi i społecznymi.

DIECEZJALNY REFERAT TRZEŻWOŚCI

16. Na szczeblu diecezjalnym Kościelną Działalnością Trzeźwości kieruje Biskup Ordynariusz za pośrednictwem swego Diecezjalnego Referenta Trzeźwości. Każdy Diecezjalny Referent Trzeźwości powinien posiadać Konsultę utworzoną z duchownych i świeckich. Tworzą oni Kurialny Referat Trzeźwości, który jest odpowiedzialny za działalność trzeźwościową w diecezji. Służy on duchowieństwu informacjami o przepisach prawnych odnoszących się do zwalczania alkoholizmu, a także i leczenia choroby alkoholowej. Tworzy w Kurii bibliotekę i składnicę przeciwalkoholową, wykorzystując stosowne również pomoce Społecznego Komitetu Przeciwalkoholowego, jak wydawnictwa książkowe, broszury, plakaty, afisze, obrazki, przezrocza, filmy itp. Zbiera także od duchowieństwa sprawozdania przeprowadzonych akcji trzeźwościowych i przekazuje Sekretarzowi Komisji dla Spraw Trzeźwości.

DEKANALNY REFERAT TRZEŹWOŚCI

17. W dekanacie Kościelną Działalność Trzeźwościową koordynuje i popiera Dekanalny Referent Trzeźwości, mianowany przez Ordynariusza na wniosek Diecezjalnego Referenta Trzeźwości.

DUSZPASTERSTWO PARAFIALNE I PARAFIALNE KOMISJE DO SPRAW TRZEŹWOŚCI

18. Na terenie parafii program pracy trzeźwościowej wprowadzają w życie miejscowi duszpasterze pod kierownictwem proboszcza. Ksiądz Proboszcz może powołać Parafialną Komisję złożoną ze świeckich dla popierania programu trzeźwości na forum parafii.

REFERATY TRZEŹWOŚCI PRZY ZAKONACH I ZGROMADZENIACH MĘSKICH ORAZ ŻEŃSKICH

19. Również zakony męskie i żeńskie zatroszczą się o utworzenie Referatów Trzeźwości i podjęcie pracy zgodnie z niniejszymi „Wytycznymi”.

DUSZPASTERSTWO AKADEMICKIE

20. Episkopat poleca Duszpasterstwu Akademickiemu, aby wspólnie z młodzieżą włączyło się w powszechną walkę z alkoholizmem i realizowało program Kościelnej Działalności Trzeźwościowej.

WIERZĄCY LUDZIE DOBREJ WOLI – JAKO PODMIOT KOŚCIELNEJ DZIAŁALNOŚCI TRZEŹWOŚCIOWEJ

21. Episkopat Polski usilnie prosi, aby do Kościelnej Działalności Trzeźwościowej, prowadzonej w myśl niniejszych „Wytycznych”, włączali się szczerze i odważnie wszyscy ludzie wierzący dobrej woli, których Duch Święty na pewno do tej pracy wzywa i uzdalnia.

* * *

ZESPÓŁ APOSTOLSTWA TRZEŹWOŚCI przy Konferencji Episkopatu Polski

Pro memoria

W dniach 22-24 września 2008 roku w Zakroczymiu odbyła się Jesien na Sesja Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski oraz diecezjalnych i zakonnych duszpasterzy trzeźwości z całej Polski. Została ona połączona z obchodami czterdziestej rocznicy powołania Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu. Podczas Mszy św. dziękowali

śmy Bogu za dar wielkich dzieł, które dokonały i dokonują się w zakroczymskim ośrodku.

W Sesji uczestniczyli diecezjalni duszpasterze trzeźwości z następujących archidiecezji i diecezji: **bielsko-żywieckiej, gdańskiej, krakowskiej, legnickiej, łomżyńskiej, łowickiej, łódzkiej, pelplińskiej, płockiej, przemyskiej, siedleckiej, świdnickiej, tarnowskiej, toruńskiej, warmińskiej, warszawskiej, warszawsko-praskiej, zielonogórsko-gorzowskiej.**

Tematyka wykładów była związana z wychowawczą wartością abstenencji. Uczestnicy spotkania potwierdzili aktualność programu trzeźwościowego Kościoła w Polsce streszczonego w haśle: *„Przez całkowitą, dobrowolną abstynencję wielu do trzeźwości wszystkich”*.

Wykłady i dyskusje pozwoliły uczestnikom na przyjrzenie się i ocenę aktualnych inicjatyw duszpasterstwa trzeźwości w Polsce – szczególnie wobec dzieci i młodzieży. Postulowali szersze wykorzystanie sprawdzonych przez lata metod formacji trzeźwościowej związanej z formacją sakramentalną w ramach duszpasterstwa ogólnego. W związku z tym Zespół Apostolstwa Trzeźwości współorganizuje sympozjum naukowe *„Profilaktyczne aspekty formacji rodziców i dzieci do I Komunii świętej” w dniu 11 X 2008 w Wyższym Seminarium Duchownym w Łomży.*

Sympozjum powinno zapoczątkować dyskusję nie tylko w środowisku duszpasterzy, ale również rodziców, katechetów, wychowawców, profilaktyków nad sposobem wspierania dzieci i ich rodziców w wychowaniu do trzeźwości.

Do udziału w Sympozjum zapraszamy osoby kształtujące postawy trzeźwościowe: duszpasterzy, katechetów, katechetki, kleryków, rodziców, animatorów wspólnot rodzin, liderów kościelnych grup trzeźwościowych, członków Krucjaty Wyzwolenia Człowieka, harcerzy i wszystkich zainteresowanych tematem.

* * *

W 2008 roku w Ośrodku Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu – tak jak w latach minionych – odbyły się 3 turnusy Kursów duszpasterstwa trzeźwości dla alumnów (*dwa turnusy pierwszego stopnia i jeden drugiego stopnia*). Klerycy pochodzili z następujących seminariów diecezjalnych: AWSD Archidiecezji Częstochowskiej (2); WSD Diecezji Drohiczyńskiej (5); AWSD Archidiecezji Krakowskiej (14); WSD Diecezji Łomżyńskiej (2); AWSD Archidiecezji Warmińskiej (3); WSD Diecezji Pelplińskiej (4); WSD Diecezji Radomskiej (1); WSD Diecezji Rzeszowskiej (3); WSD Diecezji Siedleckiej (2); WSD Diecezji Sosnowieckiej (2); AWSD Archidiecezji Szczecińskiej (4); WSD Diecezji Toruńskiej (2); WSD Diecezji Zielonogórsko-Gorzowskiej (2).

W kursie duszpasterstwa trzeźwości w Zakroczymiu w roku 2008 z seminariów diecezjalnych uczestniczyło zatem 46 kleryków. Obecnych było również 3 kleryków z WSD w Grodnie.

Z Seminariów zakonnych natomiast byli obecni klerycy z: WSD Księża Misjonarzy CM Kraków (2); WSD OFM Cap Prow. Warszawskiej (9); WSD OFM we Wrocławiu (4); WSD Księża. Michalitów (4); WSD Trynitarzy (4); WSD Paulinów (2). W kursach uczestniczyło więc 25 seminarzystów zakonnych.

W roku 2008 łącznie w kursie duszpasterstwa trzeźwości uczestniczyło **74 kleryków**. Analizując dane z lat ubiegłych (w 2007 – 96 kleryków; w 2006 – 119 kleryków; w 2005 – 109 kleryków; w 2004 – 117 kleryków), zauważamy niepokojący spadek liczby uczestników kursów.

* * *

Podjęto też zagadnienie pracy trzeźwościowej wśród duchowieństwa na polu kształtowania obyczajowości chroniącej młodszych i starszych kapłanów przez nadużyciami i uzależnieniem. Wskazano na inicjatywy skutecznej pomocy dla kapłanów uzależnionych podejmowane przez kapłanów, którzy sami uporali się ze swoim uzależnieniem.

W Polsce istnieje wiele ośrodków leczenia uzależnień. Jednak choroba alkoholowa kapłana wymaga pomocy specyficznej. Istnieje na terenie diecezji kaliskiej **Ośrodek Duszpasterstwa Trzeźwości im. św. Józefa Opiekuna** w Kowalewie. Prowadzi go ks. kan. Wiesław Kondratowicz, który opierając się na 28 letnim trzeźwieniu w chorobie alkoholowej i na 20 letnim doświadczeniu pomagania księżom z problemem alkoholowym (ponad 500 księży). Zauważa on, że ksiądz który jest skierowany na terapię do ośrodka razem ze świeckimi alkoholikami, uruchamia mechanizm iluzji i zaprzeczania, polegający na tym, że nie utożsamia się z przeżyciami i doświadczeniami tam spotkanych pacjentów.

Warto zatem rozważyć kierowanie kapłanów do ośrodka w Kowalewie, w którym pracują osoby specjalizujące się od 14 lat w terapii księży. Program jest kompleksowy: duchowo-religijno-kapłański i oparty o terapię profesjonalną. Adres Ośrodka:

DIECEZJALNY OŚRODEK DUSZPASTERSTWA TRZEŻWOŚCI IM. ŚW. JÓZEFA OPIEKUNA.

Kowalew, ul. Kościelna 12, 63-300 Pleszew 1, tel./Fax (062) 742 65 46

e-mail: kondrat@post.pl

Zgłoszenia na terapię pod nr telefonu:

tel: do Księdza Dyrektora: (062) 742-30-82;

tel. do Ośrodka: (062) 742-65-46; fax (062) 742-65-46

telefon komórkowy Księdza Dyrektora: 660 773 492;

Strona internetowa: www.duszpasterstwo-trzewosci.diecezja.kalisz.pl

www.dodt.diecezja.kalisz.pl

* * *

Skala problemów społecznych związanych z alkoholem jest zależna od średniego spożycia i jego struktury. To zaś zależy od ilości (gęstości) punktów sprzedaży. Niekiedy samorządy lokalne zdają się zapominać o tej zależności i uchwalają limity tych punktów na zbyt wysokim poziomie. Stąd celowe są wszelkie inicjatywy zmierzające do wypracowywania mechanizmów zachęcających samorządy do ograniczania tej liczby.

* * *

Informuję, iż spotkania diecezjalnych duszpasterzy trzeźwości w roku **2009** odbędą się w **Zakroczymiu** w terminach: wiosenne – **23-24 lutego** i jesienne **21-22 września**.

Pragnę także przypomnieć, iż:

- **Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu** trwa od ostatniej niedzieli karnawału do soboty przed pierwszą niedzielą Wielkiego Postu (w roku 2009 będzie on zatem w dniach 22 -28 lutego);
- miesiąc sierpień natomiast jest „Miesiącem Abstynencji” nie „Miesiącem Trzeźwości”.

*Bp Tadeusz Bronakowski
Biskup Pomocniczy Łomżyński
Przewodniczący Zespołu Apostolstwa Trzeźwości
przy Konferencji Episkopatu Polski*

Łomża, dnia 25 września 2008 r.

Nigdy nie wolno mówić, że jesteśmy bezradni wobec złych zjawisk społecznych. Chrześcijanin ufny w moc Bożej łaski, przede wszystkim zaś ufny w siłę Bożego Miłosierdzia, zawsze wierzy, że można pokonać zło, które często pojawia się na tym świecie. Do tego tak pięknie namawia nas Apostoł Narodów w Liście do Rzymian: „Nie daj się zwyciężyć złu, ale zło dobrem zwyciężaj.” W obliczu nawet najtrudniejszej sytuacji, która może się po ludzku wydawać beznadziejna, jedynym wyborem prawdziwie chrześcijańskim jest stałe odrzucanie zła i podążanie za dobrem.

Bp Tadeusz Bronakowski



SPRAWOZDANIE Z DZIAŁALNOŚCI ZESPOŁU APOSTOLSTWA TRZEŻOWŚCI PRZY KONFERENCJI EPISKOPATU POLSKI ZA ROK 2008

1. Podczas 343 Zebrania Plenarnego Konferencji Episkopatu Polski, 6 marca 2008 roku, nastąpiła zmiana Przewodniczącego Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski. Dotychczasowego przewodniczącego, biskupa drohiczyńskiego Antoniego Pacyfika Dydycza, zastąpił biskup pomocniczy Diecezji Łomżyńskiej – bp Tadeusz Bronakowski.

2. Skład Zespołu Apostolstwa Trzeźwości w roku 2008:

- Przewodniczący Zespołu – Biskup Tadeusz Bronakowski
- Sekretarz Zespołu – Ks. kan. Zbigniew Kaniecki
- Członek honorowy – Ks. Prałat Henryk Korża
- Członkowie Zespołu:
 - Ks. kan Henryk Grządko
 - Ks. kan. Wiesław Kondratowicz
 - O. Jan Karczewski OFM Cap
 - Ks. dr Piotr Kulbacki
 - Ks. prałat dr Stanisław Ulaczyk
 - Dr Krzysztof Wojcieszek
 - Ks. kan. Władysław Zązel
 - Ks. proboszcz mgr lic. Tomasz Wilga
 - Ks. prałat kmdr dr Leon Szot
 - O. Oskar Puskiewicz OFM
 - Pan Kazimierz Jaworski
 - Pan Ludwik Skurzak

3. W dniach 4-5 lutego odbyła się w Zakroczymiu Wiosenna Sesja Duszpasterstwa Trzeźwości, której przewodniczył bp Antoni Pacyfik Dydycz. Podczas Sesji omówione zostały m.in. następujące zagadnienia:

Możliwości współpracy kościoła z Państwową Agencją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Warszawie i jednostkami samorządowymi – Błażej Gawroński, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Warszawie

„Jak powinny w dzisiejszych czasach wyglądać przyrzeczenia trzeźwociowe składane przez rodziców i dzieci przy okazji I Komunii św.” – ks. dr Piotr Kulbacki

4. W dniach 3-9 lutego trwał XLI Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu pod hasłem: „Apostoł Trzeźwości Uczniem Chrystusa”. W związku z Tygodniem Modlitw o Trzeźwość Narodu zostały przygotowane pomoce litur-

giczno-duszpasterskie „Apostoł Trzeźwości – Vademecum duszpasterstwa trzeźwości 2008” oraz plakat na Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu. Pomoc te otrzymały wszystkie diecezje polskie z wyjątkiem diecezji radomskiej. Diecezja warmińska prosiła o 100 egzemplarzy.

5. Dnia 7 czerwca rozpoczęły się na Jasnej Górze 20. Jubileuszowe Jasno-górskie Spotkania „Anonimowych Alkoholików”. Ich hasłem były słowa: „Trzeźwość – Radość – Wdzięczność”. W mitingach i bogatym programie religijno – kulturalnym uczestniczyło ok. 25 tys. osób. Kulminacyjnym punktem spotkań była Msza św. na szczycie Jasnej Góry, której przewodniczył bp Antoni Długosz z Częstochowy. Na początku Mszy św. odczytano list bp Tadeusza Bronakowskiego, przewodniczącego Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski.

6. W dniach 14-15 czerwca odbyła się XXVII Krajowa Pielgrzymka Apostolstwa Trzeźwości na Jasną Górę. Organizacją Pielgrzymki zajmował się ks. prałat Henryk Korża. Spotkanie odbywało się pod patronatem bpa Tadeusza Bronakowskiego, który przesłał pielgrzymom list z podziękowaniami i życzeniami.

7. Dnia 28 lipca 2008 r. w Miejscu Piastowym (Archidiecezja Przemyska) odbyła się IV Narodowa Modlitwa o Trzeźwość, w tym roku organizowana pod hasłem: „Młodzi świadkami trzeźwości”. Uroczystą Mszę św., w której udział wzięło wielu pielgrzymów z całej Polski, koncelebrowali bp Antoni Pacyfik Dydycz, bp Tadeusz Bronakowski, bp Ignacy Dec oraz licznie zgromadzeni kapłani. Homilię wygłosił bp Tadeusz Bronakowski. Uroczystości były transmitowane przez TV Trwam, Radio Maryja oraz lokalne media Archidiecezji Przemyskiej.

8. Biskup Tadeusz Bronakowski w imieniu Zespołu wystosował na miesiąc sierpień apel o abstynencję, którego tytuł nawiązujący do programu duszpasterskiego, brzmiał: „Uczeń Chrystusa – Apostołem trzeźwości”.

9. W sierpniu Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej przeprowadzało akcję „Porozumienie dla trzeźwości”, promującą wśród mieszkańców Mazowsza życie bez alkoholu. W jej organizację włączył się również Zespół Apostolstwa Trzeźwości. W związku z tą akcją 10 sierpnia 2008 r. bp Tadeusz Bronakowski odprawił w parafii św. Antoniego w Ostrołęce Mszę św. transmitowaną przez TVP Polonia.

10. W 2008 roku w Ośrodku Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu – tak jak w latach minionych – odbyły się 3 turnusy Kursów duszpasterstwa trzeźwości dla alumnów (dwa turnusy pierwszego stopnia i jeden drugiego stopnia). Łącznie w kursie duszpasterstwa trzeźwości uczestniczyło 74 klery-

ków. Podczas wszystkich turnusów obecny był bp Tadeusz Bronakowski, który odprawił Msze św. i wygłosił homilie.

11. Dnia 4 września 2008 r. w Zakroczymiu odbyło się spotkanie Zespołu Apostolstwa Trzeźwości, któremu przewodniczył bp Tadeusz Bronakowski.

12. W dniach 22-24 września 2008 r. w Ośrodku Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu odbyła się Jesienna Sesja Duszpasterstwa Trzeźwości, połączona z uroczystymi obchodami Jubileuszu 40 lat istnienia Ośrodka. Wśród referatów znalazły się między innymi następujące referaty:

- „Rola abstynencji w działalności profilaktycznej i jej wykorzystanie w ruchach kościelnych na przykładzie KWC” wygłoszony przez dr Krzysztofa Wojcieszka;
- „Abstynencja z wyboru pod naciskiem skutków uzależnienia od alkoholu” wygłoszony przez psychologa klinicznego p. Barbarę Góralczyk.

W trakcie Sesji Sekretarz Zespołu Apostolstwa Trzeźwości, ks. kanonik Zbigniew Kaniecki przedstawił najważniejsze wydarzenia duszpasterskie Apostolstwa Trzeźwości. Uczestnicy wzięli również udział w uroczystej Eucharystii sprawowanej z okazji Jubileuszu 40 lat istnienia OAT w Zakroczymiu, której przewodniczył i wygłosił homilię bp Tadeusz Bronakowski.

13. W dniach 25-28 września 2008 odbyły się w OAT w Zakroczymiu Zakroczymskie Spotkania Dzieci i Młodzieży. Hasłem tegorocznych spotkań były słowa: „Wierzyć to znaczy chodzić po wodzie.”

14. 8 października 2008 r. Bp Tadeusz Bronakowski skierował list do Pani Elżbiety Bieńkowskiej, Minister Rozwoju Regionalnego, z prośbą o szczególne uwzględnienie w poddziałaniu 7.2.1 Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki problemu osób uzależnionych od alkoholu lub innych środków odurzających, członków ich rodzin dotkniętych tzw. współuzależnieniem, a także osób poddających się procesowi leczenia bądź będących po jego ukończeniu.

15. Dnia 11 października 2008 r. w Wyższym Seminarium Duchownym w Łomży odbyło się IX Sympozjum Krucjaty Wyzwolenia Człowieka „Profilaktyczne aspekty formacji rodziców i dzieci do I Komunii świętej”. W organizację Sympozjum włączyły się m. in. Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Instytut Formacji Pastoralno-Liturgicznej KUL, Redakcja pisma „Eleuteria”, Stowarzyszenie AGAPE (Łódź) oraz Wyższe Seminarium Duchowne w Łomży. W tematykę sympozjum wprowadził zebranych bp Tadeusz Bronakowski podczas uroczystej Eucharystii. Wykłady poprowadzili m. in. ks. prof. dr hab. Marian Zajac („O wielkich postanowieniach małego dziecka w przygotowaniu do I Komunii św.”), o. prof. dr hab. Andrzej Derdziuk OFMCap. („Moralny wymiar przyrzeczeń pierwszo-

komunijnych”), dr Krzysztof Wojcieszek („Profilaktyczne aspekty postanowień pierwszokomunijnych”), ks. dr Piotr Kulbacki („Liturgia i nabożeństwa związane z postanowieniami pierwszokomunijnymi”).

16. Dnia 25 października 2008 r. bp Tadeusz Bronakowski odprawił uroczystą Mszę św. i wygłosił homilię w parafii MB Bolesnej w Łomży z okazji Jubileuszu dwudziestu lat istnienia grupy AA „Jutrzenka”.

17. Dnia 29 listopada 2008 r. w Ośrodku Apostolstwa Trzeźwości odbył się wieczór wspomnień o założycielu, śp. Ojcu Benignusie Sosnowskim. Uroczystość związana była z obchodami Jubileuszu 40 lat istnienia Ośrodka. Uroczystej Mszy św. przewodniczył i homilię wygłosił bp Tadeusz Bronakowski.

Ks. Zbigniew Kaniecki
Sekretarz
Zespołu Apostolstwa Trzeźwości
przy KEP

+ Tadeusz Bronakowski
Przewodniczący
Zespołu Apostolstwa Trzeźwości
przy KEP

Łomża, dnia 14 stycznia 2009 r.



Kurs Duszpasterski dla alumnow Wyższych Seminarium Duchownych Diecezjalnych i Zakonnych w Zakroczymiu (zakończenie II stopnia – 5 września 2008 r.)

Zespół Apostolstwa Trzeźwości

(III kadencja)

Członkowie mianowani na 344. Zebraniu Plenarnym Konferencji Episkopatu Polski, które odbyło się w Katowicach w dniach 17-18 czerwca 2008 roku.

- **Przewodniczący Zespołu** – Wybrany na 343. Zebraniu Plenarnym Konferencji Episkopatu Polski, które odbyło się w dniach 5-6 marca 2008 r.

Ks. biskup dr Tadeusz Bronakowski

ul. Sadowa 3a

18-400 Łomża

tel. 086 2164068; kom. 0502 474 130

e-mail: tbronakowski@episkopat.pl

<http://www.kuria.lomza.pl>

- **Sekretarz Zespołu**

Ks. kan. Zbigniew Kaniecki

ul. Krzywa 15,

09-402 PŁOCK

tel. (024) 261 38 79; kom. 607 237 124,

e-mail: zkaniecki@plock.opoka.org.pl

<http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl>

- **Członek Honorowy:**

Ks. Prałat Henryk Korża

ul. Lipowa 24,

24-140 NAŁĘCZÓW

tel. (081) 501 41 15

- **Członkowie Zespołu:**

• Ks. prałat kmdr dr Leon Szot

ul. Tokarzewskiego-Karaszewicza 4

00-911 Warszawa 62

tel. 697199162

e-mail: kanclerzwp@poczta.onet.pl

• Ks. kan. Henryk Grządko

ul. Słoneczna 63,

66-400 GORZÓW WIELKOPOLSKI

tel. (095) 722 71 05; kom. 0600 857 105

e-mail: hgrzadko@wp.pl

- Ks. kan. Wiesław Kondratowicz
Kowalew, Ul. Kościelna 12,
63-300 PLESZEW 1
tel. (062) 742 30 82, kom. 660773492
e-mail: kondrat@post.pl
<http://www.duszpasterstwo-trzezwosci.diecezja.kalisz.pl>
www.dodt.diecezja.kalisz.pl

- O. Jan Karczewski OFM Cap
ul. O. Honorata Koźminkiego 36,
05-170 ZAKROCZYM
tel. (022) 785 22 08,
e-mail: oat@kapucyni-www.opoka.org.pl
<http://www.oat.com.pl>

- Ks. dr Piotr Kulbacki
ul. Retkińska 127
94-004 Łódź
tel. (042) 6890508
e-mail: PiotrKulbacki@oaza.org.pl

- Adwokat Ludwik Skurzak
ul. Roderyka Alsa 5/4
35-025 RZESZÓW
tel. 601 803 472
e-mail: skurzak@ostnet.pl

- Senator Kazimierz Jaworski
36-016 Chmielni 150
tel. 661 764 610
e-mail: kazimierz.jaworski@polskichleb.pl

- Ks. prałat dr Stanisław Ulaczyk
ul. Kościelna 10,
17-312 DROHICZYN n. Bugiem
tel (085) 655 78 05

- Dr Krzysztof Wojcieszek
ul. Koralewa 14,
96-515 PAPROTNIA
tel. (046) 8614335; (046) 8614154, kom. 0604 466 478
e-mail: kwojcieczek@swps.edu.pl

- Ks. prałat Władysław Zązel
34-383 KAMESZNICA
tel. (033) 8625218 kom. 502 740 472
fax 033 8625218
- O. Oskar Puskiewicz OFM
ul. Reformacka 1
98-300 WIELUŃ
e-mail: oskar@katowice.opoka.org.pl; signum@gmail.com
- Ks. proboszcz mgr lic. Tomasz Wilga
Os. Południe 35
19-203 GRAJEWO
tel. 086 273 87 84; kom. 0601/317323
e-mail: twilga@lomza.opoka.org.pl



Jesienna Sesja Duszpasterstwa Trzeźwości w Zakroczymiu - wrzesień 2008 r.

Diecezjalni Duszpasterze Trzeźwości



Białystok

Duszpasterz Trzeźwości i Osób Uzależnionych

Ks. PIOTR RADKIEWICZ

ul. Sybiraków 2

15-204 Białystok

tel. (085) 7401166 w. 38

kom. 696077645

e-mail: pastua@o2.pl



Bielsko-Żywiecka

Duszpasterz Trzeźwości i Klubów Abstynenckich

Ks. kan. WŁADYSŁAW ZĄZEL

34-383 Kamesznica

tel. (033) 8624822; 502740472

fax 0338625218



Bydgoszcz

Duszpasterz Trzeźwości

O. MAREK KARCZEWSKI CSSp

Al. Jana Pawła II 117

85-152 Bydgoszcz

tel. (052) 3712789; kom. 503311764

e-mail: csspdom@lo.pl



Częstochowa

Duszpasterz Trzeźwości

Ks. kan. JÓZEF ZIELONKA

ul. Warszawska 452 A

42-200 Częstochowa

tel. (034) 3665084; 3643000 ; fax.3669742

<http://www.swjacek.cz.pl>

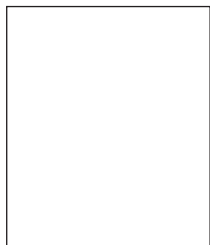


Drohiczyn

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. prałat dr STANISŁAW ULACZYK
ul. Kościelna 10
17-312 Drohiczyn n. Bugiem
tel. (085) 6557079; 0856558355
e-mail: sulaczyk@drohiczyn.opoka.org.pl



Duszpasterz Trzeźwości
Ks. kan. ZBIGNIEW GRABOWSKI
ul. Kościelna 7;
07-104 Stoczek Węgrowski
tel. (025) 6919108



Elbląg

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. ZBIGNIEW KULESZ
ul. Kielecka 16
82-300 Elbląg-Zatorze
tel. ((055) 2332532
e-mail: bibi3@poczta.onet.pl



Elk

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. prałat MARIAN SZEWCZYK
ul. kard. Stefana Wyszyńskiego 2 A
16-300 Augustów
tel/fax (087) 6433665;
kom. 602407537



Gdańsk

Duszpasterz Osób Uzależnionych (Trzeźwości)
Ks. prałat. BOGUSŁAW GŁODOWSKI
ul. Słowackiego 161
80-298 Gdańsk – Żłota Karczma
tel/fax (058) 3214205; kom. 695403962
e-mail: kapelanpol@wp.pl



Gliwice

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. prałat TADEUSZ FRYC
ul. Powstańców 15
42-288 Koszęcin
tel. (034) 3576369
kom. 601405861



Gniezno

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. ALFRED LEWICZ
ul. Koscielna 7
62-430 Powidz
tel. (063) 2776905; kom. 601761848
e-mail: fred@plusnet.pl



Kalisz

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. kan. WIESŁAW KONDRATOWICZ
Kowalew, ul. Kościelna 12,
63-300 Pleszew 1
tel. (062) 742 30 82, kom. 660773492
e-mail: kondrat@post.pl
www.duszpasterstwo-trzezwosci.diecezja.kalisz.pl



Katowice

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. ZYGMUNT KLIM
Pl. Wyzwolenia 21,
40-423 Katowice
tel. (032) 2557099; kom 0603744730;
e-mail: zklim@o2.pl



Katowice

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. PIOTR BRZAŃKALIK
ul. Siewna 25,
40-339 Katowice-Szopienice
kom. 0601448870
e-mail: mbnp@katowice.opoka.org.p



Kielce

Duszpasterz Trzeźwości i zjawisk patologicznych
Ks. SYLWESTER OKŁA
ul. Jana Pawła II 3 25-013 Kielce
tel. (041) 3445425



Koszalin-Kołobrzeg

Duszpasterz Trzeźwości
vacat



Kraków

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. MIROSŁAW ŻAK
ul. Babińskiego 29/22A/26;
30 – 393 Kraków
tel. (012) 2624597; kom. 0501418612
e-mail: mzak@diecezja.krakow.pl



Legnica

Duszpasterz Trzeźwości
KS. BRONISŁAW PIŚNICKI
ul. Karola Miarki 24
58-400 Kamienna Góra
tel. 075 6455554; kom. 693514217
e-mail: pisnicki@gmail.com



Lublin

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. ZDZISŁAW SZOSTAK
ul. Kasztanowa 1
20 -245 Lublin
tel. (081) 7479041; kom. 507085986
e-mail: z.szostak@kuria.lublin.pl



Łomża

Duszpasterz Trzeźwości (Apostolat Trzeźwości)

Ks. prałat HENRYK KORŻA

ul. Lipowa 24
24-140 Nałęczęwów
tel. (081) 5014115



Łowicz

Duszpasterz Trzeźwości (Referent ds. Wych. w Trzeźw.)

Ks. JACEK KIJEWSKI

Krzemienica 15
97-216 Czerniewice
tel. (044) 7104633, kom. 503068011
e-mail: jacek.kijewski@gmail.com; www.arka24.com



Łódź

Duszpasterz Ludzi Uzależnionych (Komisja do Spraw
Duszpasterstwa Ludzi Uzależnionych)

Ks. dr WALDEMAR WOŹNIAK

ul. Przyszkole 2
93-549 Łódź
tel. (042) 6849130; kom. 602725114
e-mail: valvoz@neostrada.pl



Olsztyn

Duszpasterz Trzeźwości

O. IRENEUSZ NAUMOWICZ OFM Cap

ul. Pana Tadeusza 16a
10-461 Olsztyn
tel. 089 5334624
e-mail: naum@post.pl



Opole

Duszpasterz Ludzi Uzależnionych

Ks. MARCIN MARSOLLEK

Niewodniki, ul. Wiejska 11
49-120 Dąbrowa
tel. (077) 4547573; kom. 0602 776001
e-mail: marcinm@ozzl.org.pl



Pelplin

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. ZENON GÓRECKI
ul. Kościelna 2a;
83-210 Zblewo
tel. (058) 5884204



Płock

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. kan. ZBIGNIEW KANIECKI
ul. Krzywa 15
09-402 Płock (Trzepowo)
tel. (024) 2613879 kom. 0607 237124
e-mail: zkaniecki@plock.opoka.org.pl
<http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl>



Poznań

Duszpasterz Trzeźwości (Referat Chorych, Niepełnosprawnych, Uzależnionych)
Ks. PAWEŁ PAWLICKI
64-513 Chojno n. Wartą
tel. (067) 2547181
kom. 606981967



Przemyśl

Duszpasterz Trzeźwości i AA
Ks. prałat dr STANISŁAW ZARYCH
Plac Konstytucji 3 Maja 8
37-700 Przemyśl
tel. (016) 6790830



Radom

Wiceprzewodniczący Diecezjalnej Rady Duszpasterstwa Trzeźwości
KS. MIROSŁAW KSZCZOT
ul. Sienkiewicza 13
26-600 Radom
tel. (048) 362 27 40; 0608 294 408



Rzeszów

Duszpasterz Trzeźwości

Ks. MACIEJ FIGURA

Dobrzechów 281

38-100 Strzyżów

tel. (017) 2763922; kom. 0608559337

e-mail: mfigura@rzeszow.opoka.org.pl



Sandomierz

Duszpasterz Uzależnionych ((Referat Duszpasterstw Charytatywnych)

Ks. RYSZARD KONECKI

ul. Rynek 30; 27-425 Waśniów

tel. (041) 264 60 13

e-mail: konecki62@op.pl



Siedlce

Duszpasterz Trzeźwości

Ks. prałat JAN GOMÓŁKA

ul. J. Piłsudskiego 62

09-110 Siedlce

tel. (025) 6442195



Sosnowiec

Duszpasterz Trzeźwości

Ks. prałat JAN SZKOC

ul. Orla 19,

41-205 Sosnowiec

tel. (032) 2661263



Szczecin-Kamień

Duszpasterz Trzeźwości

Ks. ROBERT WŁODKOWSKI

ul. Połabska 1

70-115 Szczecin

tel. (091) 3119627 w.37; kom. 0601639414

e-mail: wlodko@op.pl



Świdnica

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. SŁAWOMIR CALIK
Konary 71
55-340 Udanin
kom. 508188886
e-mail: slawekcalik@op.pl



Tarnów

Dyrektor Wydziału Duszpasterstwa Trzeźwości
i Uzależnień
Ks. ZBIGNIEW GUZY
Al. Matki Boskiej Fatimskiej 39; 33-100 Tarnów
tel. (014) 6223830; 6261014; kom. 0604265879
e-mail: guzy@tarnow.opoka.org.pl



Toruń

Duszpasterz Trzeźwości (Referat duszpasterstwa dobro-
czynnego)
Ks. kan. ADAM FILARSKI
ul. Nidzicka 4
13-200 Działdowo
tel. (023) 6974542; kom. 782309013



Warszawa

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. prałat HENRYK BARTUSZEK
ul. Grójecka 38
02-314 Warszawa
tel. (022) 8222849
e-mail: heba1@poczta.onet.pl



Warszawa-Praga

Duszpasterz Trzeźwości
Ks. kan. LUCJAN SZCZĘŃNIAK
ul. Ks. Schabowskiego 2
05-120 Legionowo
tel. (022) 7742753



Włocławek

Duszpasterz Trzeźwości

Ks. TOMASZ JENER

ul. Fabryczna 19A

88-210 Dobre Kujawskie

tel. (054) 2850129; kom. 502790156

e-mail: jenertom@wl.onet.pl

lub parafiadobre@neostrada.pl



Wrocław

Duszpasterz Trzeźwości

Ks. kan. dr WOJCIECH TOKARZ

Plac Staszica 4,

50-221 Wrocław

tel. (071) 3289517



Zamość-Lubaczów

Duszpasterz Trzeźwości (Duszpast. grup specjalistycznych)

Ks. TOMASZ BAZAN

ul. Nowa 11

22-500 Hrubieszów

tel. (084) 6965042; kom. 505035793

e-mail: bazanek1@wp.pl



Ziel.Góra-Gorz. Wlk

Duszpasterz Trzeźwości

Ks. kan. HENRYK GRZĄDKO

ul. Słoneczna 63

66-400 Gorzów Wielkopolski

tel. (095) 7227105; kom. 0600857105

e-mail: hgrzadko@wp.pl

Zakonnicy Duszpasterze Apostolstwa Trzeźwości

ZAKON FRANCISZKANÓW

(Zakon Braci Mniejszych, Ordo Fratrum Minorum (OFM))

Odpowiedzialny za Krucjatę Niepokalanej

O. Oskar Puskiewicz OFM,
ul. Reformacka 1, 98-300 Wieluń
e-mail: oskar@katowice.opoka.org.pl

Duszpasterz trzeźwości

O. Gracjan Landowski OFM
ul. Klasztorna 2
67-400 Wschowa
tel. 065 5407345; kom. 887360455

KSIĘŻA KANONICY REGULARNI LATERAŃSCY, Zakon Kanoników Regularnych św. Augustyna Kongregacji Luteranńskiej Najświętszego Zbawiciela, (Ordo Canoniorum Regularium Sancti Augustini Congregatio Lateranensis Sanctissimi Salvatoris (CRL))

Kustosz Sanktuarium Matki Bożej Gietrzwałdzkiej

Ks. Kazimierz Brzozowski CRL
11-036 Gietrzwałd
tel. (089) 512 31 02; fax (089) 512 34 06; kom. 0601 850 625
e-mail: sanktuarium@at.pl, <http://www.gietrzwald.at.pl>

ZAKON KAPUCYNÓW (Zakon Braci Mniejszych Kapucynów, Ordo Fratrum Minorum Capuccinorum (OFM Cap.))

Dyrektor Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości im. O. Benignusa Jana Sosnowskiego w Zakroczymiu

O. Jan Karczewski OFM Cap

Duszpasterze Ośrodka:

O. Rafał Sońta OFM Cap
O. Marek Skowroński OFM Cap.
O. Mariusz Zacharkiewicz OFM Cap.
ul. O. Honorata Koźminkiego 36, 05-170 Zakroczym, tel. (022) 785 22 08
e-mail: oat@kapucyni-www.opoka.org.pl, <http://www.oat.com.pl>

Moderator Bractwa Trzeźwości w Łomży

O. Apolinary Kaźmierak,
ul. Krzywe Koło 3,
18-400 Łomża, tel. (086) 2164849

Duszpasterz Trzeźwości; Kustosz Sanktuarium Matki Boskiej Pocieszycielki Strapionych w Rywałdzie Królewskim. Gwardian Klasztoru OO. Kapucynów. Proboszcz Parafii

O. Krzysztof Kościelecki OFM Cap.
Rywałd Królewski
87-220 Radzyń Chełmiński
tel. 056 6886897
e-mail: rywald@kapucyni-wwa-opoka.org.pl
strona internetowa: www.rywald.franciszkanie.pl

KSIĘŻA MARIANIE (Zgromadzenie Księży Marianów Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny, Congregatio Clericorum Marianorum sub titulo Immaculatae Conceptionis Beatissimae Virginis Mariae (MIC))

Dyrektor Licheńskiego Centrum Pomocy Rodzinie i Osobom Uzależnionym
ks. Robert Krzywicki MIC
ul. Klasztorna 4,
62-563 Licheń Stary;
tel. 063/2708132; 2708167
Strona internetowa: <http://www.pomoclichen.home.pl>
e-mail: pomoclichen@home.pl; xprimic@interia.pl

KSIĘŻA MICHALICI (Zgromadzenie Świętego Michała Archanioła, Congregatio Sancti Michaelis Archanieli (CSMA))

Referent ds. Pielgrzymki Trzeźwościowej
Ks. Tomasz Wilisowski CSMA,
ul. Nałęczowska 96,
20-831 Lublin,
tel. (81) 7215323, kom. 0608402194

KSIĘŻA PALOTYNI (Stowarzyszenie Apostolstwa Katolickiego, Societas Apostolatus Catholici (SAC))

Rekolekcjonista
Ks. Józef Krzeski SAC,
ul. Żeromskiego 6, 05-400 Otwock,
tel. (022) 779 29 92

ZAKON PAULINÓW (Zakon Świętego Pawła Pierwszego Pustelnika, Ordo Sancti Pauli Primi Eremitae (OSPPE))

Prezes Stowarzyszenia Pomocy Osobom Uzależnionym i ich Rodzinom „Jest nadzieja”
O. Ryszard Bortkiewicz OSPPE

ul. Św. Barbary 51,
42-212 Częstochowa,
tel. (034) 3671308, kom. 0609 107 841
e-mail: dream1959@o2.pl

KSIĘŻA FILIPINI (Kongregacja Oratorium św. Filipa Neri, Congregatio Oratorii Sancti Philippi Neri)

Duszpasterz trzeźwości

ks. Leszek Woźnica – Filipin
Święta Góra;
63-800 Gostyń Wielkopolski
tel. (065) 5720014
e-mail: servusl@op.pl

Parafialna Księga Trzeźwości

Zarządzenie

(Fragment z listu Episkopatu Polski Zachęta do upowszechnienia trzeźwości z 10.02.1977

Polecamy, by w każdym kościele parafialnym, jeżeli dotąd tego nie zrobiono, była prowadzona Księga Trzeźwości, do której będą się wpisywali ci, którzy poszli za naszym wezwaniem i na całe życie (a choćby tylko na jakiś okres czasu) postanowili żyć w trzeźwości, nie używając żadnych napojów alkoholowych i nigdy nikogo nimi nie częstować. Księga Trzeźwości powinna zawsze leżeć w kościele w miejscu widocznym, aby była dostępna dla wszystkich. Ma być dokumentem tego, jak za naszych czasów rozumieliśmy swój obowiązek chrześcijański i społeczno – obywatelski.

Niech Was wspiera swoimi modlitwami Matka Najświętsza i Św. Jan Chrzciciel, wzór ludzi trzeźwych i do końca wiernych.

Na Wasz ofiarny wysiłek na rzecz trzeźwości narodu Polskiego, niech Was wszystkich błogosławi Bóg Wszechmogący: Ojciec i Syn i Duch Święty

Warszawa, dnia 10 lutego 1977 r. 157 Konferencja Episkopatu

Podpisani: Kardynałowie, Metropolici i Biskupi obecni na Konferencji

APOSTOŁOWIE TRZEŻWOŚCI

S. Ewa Stachowicz – Służka NMP

Punkt Konsultacyjno-informacyjny
11-036 Gietrzwałd
(Sanktuarium Maryjne)
tel. 089 5123102
e-mail: estachowicz@wp.pl

Ks. Wojciech Ignasik

Moderator Krucjaty Wyzwolenia Człowieka diecezji katowickiej
ul. Zamkowa 8
44-350 Gorzyce
tel. 032 4511976; 602823742
e-mail: w.ignasiak@interia.pl

Ks. Józef Sobotka

Moderator KWC diecezji siedleckiej i dekanalny duszpasterz trzeźwości
dekanatu Łuków I
21-400 Gręzowka
Kol. 58
tel. 025 7981525

Wanda Śniegocka

Prezes Katolickiego Stowarzyszenia Pomocy Osobom Uzależnionym
i ich Rodzinom „Filadelfia”
ul. Przyszłości 39 m 1
09-210 Drobin
tel. 024 2601372

Ks. Sylwester Frąc

dekanalny duszpasterz trzeźwości dekanatu adamowskiego
w diecezji siedleckiej
21-411 Wojciechów
tel. 0257554108

Ks. Jerzy Grochowski

Dziekan dekanatu domanickiego
08-113 Domanice
tel. 025 6313011
e-mail: igrochowski@siedlce.opoka.org.pl

Małgorzata Sojka

Prezes Fundacji „Signum Magnum” z siedzibą w Rybniku
ul. Wodzisławska 9
44-200 Rybnik
tel. 0601495910

Katarzyna Owczarek

Diakonia Krucjaty Wyzwolenia Człowieka
34-450 Krościenko n. Dunajcem
ul. Ks. Franciszka Błachnickiego 2
tel. 697895807
e-mail: kowczarek@oaza.pl

Stanisława Orzel

Diakonia Krucjaty Wyzwolenia Człowieka
34-450 Krościenko n. Dunajcem
ul. Ks. Franciszka Błachnickiego 25
tel. 018 2625732; 503510555
e-mail: sorzel@oaza.pl

Ks. Adam Wąsik

Moderator Krajowy Krucjaty Wyzwolenia Człowieka i Centralnej
Diakonii Krucjaty Wyzwolenia Człowieka
34-450 Krościenko n. Dunajcem
ul. Ks. Franciszka Błachnickiego 25
tel. 018 2623235
e-mail: KopiaGorka@oaza.pl

Andrzej Zieliński

ul. Wyzwolenia 4 A/6
83-110 Tczew
tel. 0-58/5314720

Ks. Mirosław Kszczot

Wiceprzewodniczący Diecezjalnej Rady Duszpasterstwa Trzeźwości
ul. Sienkiewicza 13
26-600 Radom
tel. 048 3622740; 0608294408

„Nowy człowiek, który żyje w nowej wspólnotcie, nie może być obojętny, nie może się nie angażować, musi być twórczy, musi być aktywny”
ks. F. Błachnicki

KRAJOWA KSIĘGA KAPŁANÓW ABSTYNETÓW

Imię i nazwisko	Rok urodz.	Diecezja	Adres	Abstyn. od roku	Deklarowany okres abstynen.
Ks. Robert Mikos	1971	warszawska	ul. Szkolna 5 05-822 Milanówek	1995	Na całe życie
Ks. Adam Brzeziński	1971	płocka	ul. Abp Nowowiejskiego 2 09-400 Płock	1993	Członek KWC
Ks. Czesław Stolarczyk	1958	płocka	ul. Stary Rynek 17 09-110 Sochocin	1988	Członek KWC
Ks. Stanisław Dziekan	1956	płocka	09-471 Miszewo Murowane	1987	Członek KWC
Ks. Tomasz Opaliński	1966	płocka	ul. Misjonarska 1 09-402 Płock	1987	Członek KWC
Ks. Stanisław Kowalski	1946	włocławska	87-645 Zbójno Działyń Mazowiecki 16	1992	Na całe życie
Ks. Zbigniew Grabowski	1951	drohiczyńska	ul. Kościelna 7 07-104 Stoczek Węgrowski	1974	Na całe życie
Ks. Piotr Kulbacki	1954	łódzka	ul. Retkińska 127 94-004 Łódź	1979	Członek KWC
Ks. Józef Czerwonka	1950	lubelska	ul. Popijarska 2 24-300 Opole Lubelskie	1979	Członek KWC
Ks. Kazimierz Piwowarczyk	1932	legnicka	ul. Jana Pawła II 3 58-405 Krzeszów	1979	Na całe życie
Ks. Henryk Korża	1936	łomżyńska	Al. Lipowa 24 24-140 Nałęczów	1948	Na całe życie
Ks. Władysław Zązel	1942	bielsko-żywiecka	34-383 Kamesznica	1979	Na całe życie
Ks. Jacek Dudkiewicz	1964	płocka	87-336 Radziki Duże	1988	Członek KWC
Ks. Piotr Brząkałik	1955	katowicka	ul. Solskiego 2 40-749 Katowice	1996	Na całe życie
Ks. Stanisław Zarych	1922	przemyska	Pl. Konstytucji 3 Maja 8 37-700 Przemyśl	1959	Na całe życie
Ks. Tadeusz Fryc	1932	gliwicka	ul. Powstańców 15 42-286 Koszęcin	1984	Członek KWC
Ks. Jan Gomółka	1936	siedlecka	ul. Piłsudskiego 62 08-100 Siedlce	1955	Na całe życie

Ks. Jan Szkoc	1932	sosnowiecka	ul. Orla 19 41-205 Sosnowiec	1957	Na całe życie
Ks. Henryk Grządko	1961	zielonogórsko- gorzow	ul. Słoneczna 63 66-400 Gorzów Wielkop.	1983	Na całe życie
Ks. Zbigniew Kaniecki	1959	płocka	ul. Krzywa 15 09-402 Płock	1979	Na całe życie Członek KWC
O. Apolinary Kaźmierak	1934	Zakon Kapucynów	ul. Krzywe Koło 3 18-400 Łomża	1966	Na całe życie
Ks. Józef Zielonka 1946	c z ę - s t o -	chowska	ul. Warszawska 452 A 42-200 Częstochowa	1975	Na całe życie
Ks. Wiesław Kondratowicz	1948	kaliska	ul. Kościelna 12 63-325 Kowalew	1980	Na całe życie
Ks. Dariusz Kwiatkowski MIC	1960	Zgromadzenie XX. Marianów	ul. Klasztorna 4 62-563 Licheń	1980	Na całe życie
Ks. Waldemar Kostrubiec	1955	zamojsko- lubaczowska	22-604 Tarnawatka	1994	Na całe życie
O. Piotr Pawlita OFM Cap	1957	Zakon Kapucynów	ul. Bielińskiego 26 26-420 Nowe Miasto	1989	Na całe życie
O. Damian Zawitkowski OFM Cap	1932	Zakon Kapucynów	ul. O. H. Koźmińskiego 36 05-170 Zakroczym	1975	Co roku ponawiam
Ks. Ryszard Konecki	1962	sandomierska	ul. Rynek 30 27-425 Waśniów	1980	Na całe życie
Ks. Andrzej Szopiński	1967	peplińska	ul. Poczтовая 9 89-410 Więcbork	1987	Na całe życie
Ks. Józef Sobotka	1959	siedlecka	Gręzówka Kol. 58 21-200 Łuków	1979	Członek KWC
Ks. Stanisław Stęchły	1936	przemyska	Wygarki 305 37-500 Jarosław	Od I Ko- munii	Na całe życie
O. Tomasz Aleksiewicz OP	1948	Zakon Dominikanów	ul. Dominikańska 2 02-738 Warszawa	1979	Na całe życie
Ks. Tomasz Jacek Bartkowiak	1966	włocławska	ul. Kazimierza Wielkiego 13 87-820 Kowal	1984	Członek KWC
Ks. Maciej Figura	1961	rzeszowska	Dobrzechów 281 38-100 Strzyżów	1988	Na całe życie Członek KWC
Ks. Józef Winiarski CSMA († 2002)	1936	Zgromadzenie XX. Michałitów	Pawlikowice 1 32-020 Wieliczka	1944	Na całe życie
Ks. Tomasz Wilga	1969	łomżyńska	Os. Południe 35 19-203 Grajewo	1987	Członek KWC

Ks. Bogusław Głodowski	1957	gdańska	ul. Słowackiego 161 80-298 Gdańsk 43	1980	Na całe życie
Ks. Paweł Waruszewski	1971	płocka	ul. Farna 7 05-140 Serock	1994	Na całe życie
Ks. Andrzej Sroka	1974	rzeszowska	Niechobrz 274 36-047 Niechobrz	1996	Na całe życie Członek KWC
Ks. Wojciech Ignasiak	1965	katowicka	ul. Gawronów 20 40-527 Katowice	1985	Członek KWC
Ks. Henryk Bartuszek	1956	warszawska	ul. Grójecka 38 02-314 Warszawa	1980	Członek KWC
Ks. Grzegorz Ostrowski	1976	płocka	ul. Św. Wojciecha 2 09-410 Płock	1997	Na całe życie
Ks. Henryk Wierzejski	1937	siedlecka	ul. Starowiejska 1 08-110 Siedlce	1955	Na całe życie
O. Bernard Zieliński CSsR	1939	Zgromadzenie Redemptoryst.	ul. Sikorskiego 23 67-200 Głogów	1966	Na całe życie
Ks. Jerzy Szakiel	1961	zielonogórsko- gorzowska	67-320 Niegostawice	1986	Na całe życie
Ks. Zbigniew Wokotrub	1957	zielonogórsko- gorzowska	ul. Szkolna 3 66-534 Trzebiecz	2001	Na całe życie
Ks. Tadeusz Wielgolaski	1956	zielonogórsko- gorzowska	ul. Kościelna 3 66-211 Ołobok	1984	Na całe życie
Ks. Henryk Mucha	1952	poznańska	ul. Kościańska 4 Kunowo; 63-800 Gostyń	1970	Na całe życie
Ks. Grzegorz Jendrzejewski	1962	płocka	Orszymowo 09-460 Mała Wieś	2000	Na całe życie
O. Jan Karczewski OFM Cap.	1972	Zakon Kapucynów	ul. O. H. Kozłmińskiego 36 05-170 Zakroczym	1990	Na całe życie
Ks. Józef Krzeski SAC	1931	Księża Pallotyni	ul. Żeromskiego 6 05-400 Otwock	1960	Na całe życie
Ks. Zygmunt Halejcio	1945	Koszalińsko- kołobrzeńska	77-235 Trzebielino 88	1982	Na całe życie
Ks. Krzysztof Włodarczyk	1961	Koszalińsko- kołobrzeńska	ul. Seminarystyczna 2 75-950 Koszalin	1987	Członek KWC
Ks. Marek Matusik	1964	siedlecka	Nowe Opole 173 B 08-110 Siedlce 2	1983	Na całe życie
Ks. Konstanty Kusyk	1967	siedlecka	Borki	1983	Na całe życie
Ks. Jan Pierkosz	1955	siedlecka	ul. Piłsudskiego 62 08-110 Siedlce	1983	Na całe życie

Ks. Józef Skorodiuk	1939	siedlecka	ul. Piłsudskiego 62 08-110 Siedlce	1955	Na całe życie
Ks. Antoni Laszuk	1930	siedlecka	21-500 Biała Podlaska	1955	Na całe życie
Ks. Józef Szajda	1932	siedlecka	ul. Floriańska 5 08-110 Siedlce	1955	Na całe życie
Ks. Stefan Kornas	1933	siedlecka	ul. Floriańska 5 08-110 Siedlce	1955	Na całe życie
Ks. Eugeniusz Gaładyk	1933	siedlecka	ul. Kościuszki 10 08-110 Siedlce	1955	Na całe życie
Ks. Kazimierz Korszniewicz	1956	siedlecka	ul. Staromiejska 11 21-560 Międzyrzec Podlaski	1955	Na całe życie
Ks. Józef Huszaluk	1935	siedlecka	21-450 Stoczek Łukowski	1955	Na całe życie
Ks. Janusz Potapczuk	1938	siedlecka	ul. Kościuszki 10 08-110 Siedlce	1955	Na całe życie
Ks. Franciszek Hołda	1939	siedlecka	Radoryż Kościelny	1966	Na całe życie
Ks. Edmund Wałuszko	1929	siedlecka	Haydnów 08-207 Olszanka	1971	Na całe życie
Ks. Józef Franczuk	1941	siedlecka	07-107 Wyszków	Od I Komu- nii św.	Na całe życie
Ks. Henryk Drozdek	1947	siedlecka	Oleksin 08-122 Bojmie	1972	Na całe życie
Ks. Eugeniusz Filipiuk	1960	siedlecka	ul. Kochanowskiego 11 08-110 Siedlce	1988	Członek KWC
Ks. Jan Dziega	1950	siedlecka	ul. Floriańska 5 08-110 Siedlce	Od I Komu- nii św.	Na całe życie
Ks. Jan Siennicki (†2003)	1954	siedlecka	ul. Floriańska 5 08-110 Siedlce	Od I Komu- nii św.	Na całe życie
Ks. Sylwester Ługowski (†2003)	1959	siedlecka	Szpaki 21-545 Kornica	Od I Komu- nii św.	Na całe życie
Ks. Andrzej Żelazo	1960	siedlecka	Osiny Dolne 08-124 Mokobody	1988	Na całe życie
Ks. Zygmunt Pena	1960	siedlecka	Krynka k. Łukowa	1992	Na całe życie
Ks. Andrzej Aftyka	1966	siedlecka	Życzyn 08-452 Wola Życka	1992	Ponawiam co roku
Ks. Konrad Poterek	1968	siedlecka	08-412 Borowie	1990	Na całe życie
Ks. Marek Boruc (†2008)	1951	siedlecka	Kostuń	1980	Członek KWC

Ks. Zbigniew Paweł Maciejewski	1965	płocka	ul. Kazimierza Wielkiego 1 09-400 Płock	1983	Członek KWC
Ks. Robert Włodkowski	1963	szczecińsko-kamieńska	ul. kard. S. Wyszyńskiego 2F 72-009 Police	1990	Na całe życie
Ks. Mirosław Żak	1959	krakowska	ul. Babińskiego 29/22A/26 30-393 Kraków	1979	Na całe życie
Ks. Zdzisław Ciżmiński	1944	zamojsko-lubaczowska	ul. Kolegiacka 3 22-400 Zamość	Od I Komunii św.	Na całe życie
Ks. Tomasz Bazan	1976	zamojsko-lubaczowska	ul. Nowa 11 22-500 Hrubieszów	1995	Członek KWC
Ks. Robert Strus 1976	z a - m o j -	sko-lubaczowska	ul. Paderewskiego 13 a 22-600 Tomaszów Lubelski	1999	Członek KWC
Ks. Janusz Zdunkiewicz	1960	płocka	09-411 Biała k. Płocka	1984	Na całe życie
O. Adam Zawacki OFM Conv	1969	Zakon Franciszkanów	ul. Franciszka. 4, 76-150 Darłowo	Od 18 roku życia.	Na całe życie Członek KWC
O. Oskar Puskiewicz OFM	1955	Zakon Franciszkanów	ul. Reformacka 1 98-300 Wieluń	1979	Na całe życie
Ks. Zygmunt Klim	1960	katowicka	Pl. Wyzwolenia 21 40-423 Katowice	1980	Na całe życie
Ks. Jarosław Kędra	1978	zamojsko-lubaczowska	ul. Kościelna 50 23-415 Książ polski.	1997	Na całe życie Członek KWC
Ks. Bogdan Marciniak	1967	łódzka	ul. Skarbowska 63 91-473 Łódź	1984	Członek KWC
Ks. Wojciech Puciato	1964	szczecińsko-kamieńska	ul. Kard. S. Wyszyńskiego 2F 72-009 Police	1988	Członek KWC Na całe życie
Ks. Czesław Gacek	1940	krakowska	32-438 Trzebnia 165	1993	Na całe życie
Ks. Jarosław Tomaszewski	1975	płocka	ul. Gen. Kutrzeby 2 09-409 Płock	2000	Na całe życie
Ks. Zbigniew Tartak	1964	zielenogórsko-gorzowska	ul. Piastowska 4 62-415 Kolsko	1983	Na całe życie
O. Marek Karczewski CSSp.	1961	Zgromadzenie Ducha Św.	Al. Jana Pawła II 117 85-152 Bydgoszcz	2001	Na całe życie
Ks. Zbigniew Guzy	1962	tarnowska	Al. M. B. Fatimskiej 39; 33-100 Tarnów	2001	Na całe życie
Ks. Witold Semeniuk	1962	siedlecka	Wola Wereszczyńska	Od Seminarium	Na całe życie

Ks. Eugeniusz Pepa	1950	siedlecka	Dubeczno	1967	Na całe życie
Ks. Józef Kuzawiński	1963	siedlecka	Wereszczyn	Od Seminarium	Na całe życie
Ks. Krzysztof Stopa (†2006)	1953	pelplińska	ul. Pachnąca 27 Garczegorze; 84-351 N. Wieś Lęborska	1978	Na całe życie
Ks. Wojciech Lassota	1968	szczeecińsko-kamińska	ul. Kościelna 29 72-420 Dźwnów	01.03.2006	Na 1 rok
Ks. Jan Wojcieszek	1936	kielecka	Małoszów 39; 28-530 Skalbmierz	1958	Na całe życie
Ks. Władysław Pawlik	1953	Zielonogórzko-gorzowska	ul. Ks. Bp. Wilhelma Pluty 7 66-400 Gorzów Wielkop.	1983	Na całe życie Członek KWC
Bp Tadeusz Bronakowski	1959	łomżyńska	ul. Sadowa 3 a 18-400 Łomża	Od I komunii św.	Na całe życie
Ks. Maciej Basiuk	1971	katowicka	ul. Boryńska 45 44-240 Żory	1988	Członek KWC
Ks. Sławomir Wartalski CM	1965	Misjonarz św. Wincentego à Paulo	ul. Zamkowa 39 95-200 Pabianice	1987	Na całe życie
Ks. Jerzy Marcin Sokolowski	1966	białostocka	ul. Jana Pawła II 1 16-010 Jurowce	Od I komunii św.	Członek KWC
Ks. Zenon Bonecki	1973	katowicka	ul. Śródkowa 19 44-352 Czyżowice	1988	Członek KWC
Ks. Kazimierz Cichoń	1972	katowicka	ul. Górnośląska 31 41-705 Ruda Śląska	1991	Członek KWC
Ks. Dariusz Kreis	1969	katowicka	ul. Korfantego 14 44-310 Radlin	1989	Członek KWC
Ks. Ryszard Nowak	1963	katowicka	ul. Działkowców 1 44-206 Rybnik	1981	Członek KWC
Ks. Adam Pradela	1969	katowicka	ul. Staszica 4/23 41-100 Siemianowice	Śląskie 1988	Członek KWC
Ks. Adam Skutela	1976	katowicka	ul. Gawronów 20 40-527 Katowice	1992	Członek KWC
Ks. Grzegorz Stencel	1967	katowicka	ul. Boryńska 45 44-240 Żory	1981	Członek KWC
Ks. Teodor Sucheń	1950	katowicka	ul. Działkowców 1 44-206 Rybnik	1979	Członek KWC
Ks. Stanisław Czenczek	1940	przemyska	Przemysł ul. Kapitulna 2	1959	Na całe życie

Ks. January Horwath	1925	przemyska	Wrocanka 67	1952	Na całe życie
Ks. Piotr Kandefer	1969	przemyska	Przemysł ul. Zamkowa 5	1984	Na całe życie
Ks. Marek Zajdel	1964	przemyska	Rymanów Zdrój ul. Zdrojowa 10	1996	Na całe życie
Ks. Zbigniew Malec	1946	przemyska	Rogóżno 318	1999	Na całe życie
Ks. Jan Mazurek	1965	przemyska	Przemysł ul. Pl. Konstytucji 3 Maja 8	1974	Na całe życie
Ks. Janusz Klamut	1967	przemyska	Przemysł ul. Chrobrego 64	1992	Na całe życie
Ks. Adam Wąsik	1966	przemyska	Przemysł ul. Pelczara 4	1993	Na całe życie
Ks. Maciej Kandefer	1973	przemyska	Jarostaw ul. 3 Maja 12	1989	Na całe życie
Ks. Piotr Niemczyk	1974	przemyska	Wierzawice 573	2000	Na całe życie
Ks. Mariusz Mul	1976	przemyska	Przemysł ul. Pl. Konstytucji 3 Maja 8	2001	Na całe życie
Ks. Daniel Trojnar	1979	przemyska	Jarostaw Oś. Słoneczne 214	1997	Na całe życie
Ks. Krzysztof Szybiak	1981	przemyska	Zarzeczce k. Przeworska 7a	2005	Na całe życie
Ks. Paweł Wielgus	1980	przemyska	Dwernik 38	1998	Na całe życie
Ks. Mariusz Woźny	1981	przemyska	Sarzyna 375	2007	Na całe życie
Ks. Łukasz Ograbek	1979	kaliska	ul. Ostrowska 91 63-410 Ostrów Wlkp.	2000	Na całe życie
Ks. Sławomir Calik	2001	świdnicka	Konary 71 55-340 Udanin	2001	Na całe życie
Ks. Marek Zoloteńki	1969	świdnicka	Wałbrzych	1982	Członek KWC
Ks. Bronisław Piśnicki	1949	legnicka	ul. Karola Miarki 24 58-400 Kamienna Góra	1979	Na całe życie

* Wszelkie uwagi i informacje o zmianie adresu proszę przesyłać pod adres:

Ks. Zbigniew Kaniecki, ul. Krzywa 15, 09-402 Płock.

Ruchy, stowarzyszenia i organizacje apostolstwa trzeźwości

Formacja dzieci i ich rodziców w Dziecięcej Krucjacie Niepokalanej a profilaktyka względem patologii społecznej.

Dziecięcą Krucjatą Niepokalanej to ruch maryjny o charakterze modlitewnym, wynagradzającym i abstynenckim. Oparty jest na ewangelicznych wartościach, którymi są: modlitwa i ofiara. Właśnie te wartości Niepokalana, jako Matka Kościoła, przypominała w swoich orędziach w wielu miejscach świata. W Dziecięcej Krucjacie obowiązek codziennej modlitwy spełniany jest głównie przez modlitwę różańcową, a codzienna ofiara, która jest formą pokuty, podejmowana jest w intencji nawrócenia grzeszników. Matka Boża, szczególnie w orędziu fatimskim, prosiła chrześcijan o codzienne odmawianie różańca świętego i składanie ofiar za grzeszników. Dzieci w Krucjacie zobowiązują się także do wstrzemięźliwości i skromności. Te dwie wartości są konkretną formą realizacji ofiary.

Wstrzemięźliwość w Dziecięcej Krucjacie oznacza powstrzymanie się od używania alkoholu, papierosów i innych środków, które niszczą zdrowie fizyczne, psychiczne i duchowe. Według nauki Kościoła Świętego, wszystkie dzieci i cała młodzież są zobowiązani do całkowitej abstynencji aż do osiągnięcia wieku dojrzałego.

Skromność jest szerszym pojęciem czystości. Dotyczy bowiem postawy chrześcijanina, który całym sercem, czyli całym sobą, powinien należeć do Boga. Mówiąc o sercu, mamy na myśli centrum i istotę życia duchowego. Według Pisma św., to czystość serca jest warunkiem pełnej przynależności do Boga, który pragnie wypełniać ludzkie serca swoją miłością. Pan Jezus powiedział, że „z serca ludzkiego pochodzą złe myśli, nierząd, kradzieże, zabójstwa, cudzołóstwa, chciwość, przewrotność, podstęp, wyuzdanie, zadróżki, obelgi, pycha, głupota. Całe to zło z wnętrza pochodzi i czyni człowieka nieczystym” (Mk 7, 49).

Istotą przynależności do Krucjaty jest więc realizacja w codziennym życiu programu opartego na czterech podstawowych wartościach: **MODLITWA RÓŻAŃCOWA, OFIARA, WSTRZEMIEŹLIWOŚĆ I SKROMNOŚĆ.**

Zobowiązania, które dzieci podejmują w Krucjacie, mają na celu uchronienie ich od uzależnienia od alkoholu, nikotyny i innych szkodliwych środków oraz od zepsucia moralnego (wulgarne słownictwo, grzeszna moda, styl

bycia niegodny chrześcijanina, itp.). Ruch spełnia funkcję profilaktyczną względem zjawisk patologii życia społecznego.

Celem Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej jest również włączenie dzieci do apostołstwa, poprzez świadectwo praktykowania w swoim życiu czterech wspomnianych tu wartości.

Program Krucjaty jest aktualny na każde czasy i powinien przeniknąć wszystkie parafialne wspólnoty i zjednoczyć je na polu działalności absty-nenckiej i maryjnej, a także zachęcić dzieci, które nie są zrzeszone do pracy apostołskiej, zapewniając im odpowiednią formację.

Metody pracy w Krucjacie zakładają włączenie do współpracy rodziców, aby odpowiedzialnie pomagali swoim dzieciom w spełnianiu podjętych zobowiązań.

Każdy ochrzczony człowiek, od momentu używania rozumu, musi nieustannie podejmować wysiłek, aby nie popełniać grzechów ciężkich. Troska chrześcijanina powinna więc być skierowana na zachowanie czystości serca, aby mógł następować wzrost w łasce Bożej do pełni człowieczeństwa na wzór Jezusa Chrystusa. W tym ma pomagać Dziecięca Krucjata Niepokalanej, do której może należeć każde ochrzczone dziecko, które zaczęło używać rozumu. Dzieci przed przyjęciem Pierwszej Komunii świętej realizują swoje zobowiązania z pomocą rodziców lub opiekunów.

Samodzielną decyzję realizowania programu Krucjaty może podjąć dziecko, które przygotowuje się do Pierwszej Komunii Świętej i zadeklarowało włączenie się do ruchu. Wstępowanie do Krucjaty odbywa się przez ceremoniał nałożenia Cudownego Medalika we wspólnocie parafialnej. Od tego momentu dziecko wypełnia zobowiązania czterech wartości Krucjatowych i rozpoczyna pięciomiesięczny okres kandydacki. Duszpasterze informują rodziców o decyzji ich dziecka i proszą o służenie pomocą, aby wytrwał w podjętej decyzji. W okresie kandydatury praktykuje się nabożeństwo Pięciu Pierwszych Sobót Miesiąca, według zasad podanych przez Niepokalaną siostrze Łucji, będącej świadkiem objawień fatimskich. Po ich odprawieniu w parafii powinno nastąpić uroczyste włączenie do szeregów Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej. W ciągu roku szkolnego w parafiach powinna mieć miejsce formacja w grupach. Raz w roku odbywa się uroczyste odnowienie postanowienia. Może temu towarzyszyć wręczenie oznak.

W latach 1957 – 1960, kiedy to Dziecięca Krucjata Niepokalanej, Królowej Polski istniała w ramach Krucjaty Wstrzemięźliwości, przewidywało się zachęcanie dzieci do włączania się do tego ruchu przez przeprowadzenie katechez przed Pierwszą Komunią św., w ramach zwykłej katechezy. Obecnie w tej kwestii nic się nie zmieniło. Tematem katechez są cztery wartości chrześcijańskie: modlitwa, ofiara, wstrzemięźliwość i skromność oraz poświęcenie się (oddanie) Niepokalanej. Katechezy głoszone są całej grupie – klasie. Dla

jednych jest to przygotowanie do obowiązkowych postanowień (przyrzeczeń) abstenenckich, dla drugich jest to pomoc w podjęciu decyzji przynależenia do Krucjaty.

Jeśli w parafii dzieci tworzą tylko Dziecięcą Krucjatę, wtedy praca formacyjna odbywa się poprzez cotygodniowe spotkania. Jeżeli dzieci realizują program Krucjaty w ramach jakiegoś innego ruchu, wówczas raz w miesiącu należy zorganizować spotkanie krucjatowe, którego stałym punktem powinna być modlitwa różańcowa i konferencja przypominająca postanowienia. Spotkania prowadzi parafialni opiekunowie danych grup na podstawie materiałów Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej. Gdy w parafii istnieje tylko Dziecięca Krucjata wówczas spotkania cotygodniowe mogą prowadzić opiekunowie, którzy przeszli szkolenia organizowane dla animatorów Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej.

Dzieciom wskazuje się konkretne sposoby pracy nad sobą, metody apostołstwa w środowisku rodzinnym, rówieśniczym, podaje się też wzory do naśladowania, zwracając szczególną uwagę na przykład Dzieci Fatimskich.

Ważną rolę w wypełnianiu postanowień krucjatowych przez dzieci spełniają osoby dorosłe. Mogą one włączyć się w to dzieło poprzez realizację tych samych postanowień, które wypełniają dzieci.

Rolę formacyjną spełnia również miesięcznik „Promyk Jutrzenki”, który powstał właśnie w tym celu. Od 1992 roku szerzy wśród dzieci ideę Krucjaty Niepokalanej, zachęcając do realizacji podstawowych wartości chrześcijańskich i ukazując macierzyńską miłość Niepokalanego Serca Maryi. Dla najmłodszych dzieci wydawany jest w tym samym celu „Promyczek Jutrzenki”.

W Krucjacie proponuje się też sprawdzone metody, które pomagają w wypełnieniu codziennych zobowiązań przez prowadzenie tak zwanej Karty Miłości.

Sekretariat Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej

ul. Dworek 12, 44-200 Rybnik

email: promyk.jutrzenki@gmail.com

POSTANOWIENIE DZIECIĘCEJ KRUCJATY NIEPOKALANEJ

O Niepokalana, Królowo i moja Matko! Przyrzekam uczynić wszystko, co leży w mojej mocy, aby moja Ojczyzna i cały świat były rzeczywistym Królestwem Twojego Syna i aby nikt nie sprzeciwił się Jego woli i nie obrażał Go grzechami. Dlatego poświęcam się i oddaję Tobie. Proszę Cię, abys odtąd uważała mnie za swoją własność i narzędzie.

Matko Najświętsza, chcąc ucieszyć Twe Serce, z Twoją pomocą pragnę:
– odmawiać codziennie przynajmniej jedną dziesiątkę różańca,

- podjąć codziennie jakąś ofiarę za grzeszników,
- ze wszystkich swoich sił dbać o czystość serca,
- nie używać alkoholu, papierosów i innych środków, które zniewalają i poniżają człowieka,
- swoim przykładem zachęcać innych do wstrzeźliwości i skromności.

Pragnę również, w miarę moich możliwości, w każdą pierwszą sobotę miesiąca wziąć udział we Mszy świętej i przystąpić do Komunii świętej, by wynagradzać zniewagi wyrządzone Twemu Niepokalanemu Sercu.

Ponadto pragnę obecnie i w przyszłości należeć do jakiejś wspólnoty, która pod opieką Kościoła będzie szerzyć cześć Niepokalanej.

Matko Najświętsza, przyjmij te moje postanowienia i dopomóż mi zawsze prowadzić piękne i czyste życie Dziecka Bożego. W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

Zgłoszenie włączenia się do Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej

Zgłaszam, że pragnę należeć do Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej. Postanowiłem (łam), że będę codziennie odmawiać przynajmniej dziesiątkę różańca, podejmować ofiarę w intencji nawrócenia grzeszników, a także przestrzegać wstrzeźliwości i skromność

Imię i nazwisko:

Rok urodzenia: Klasa/szkoła

Adres:

Parafia: Diecezja:

Data: Podpis:

Zgłoszenia przysyłać na adres: Sekretariat Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej, ul. Dworek 12, 44-200 Rybnik lub pocztą elektroniczną: signumm@gmail.com

Zgłoszenie oddajemy osobom odpowiedzialnym za szerzenie Dziecięcej Krucjaty, np. w czasie rekolekcji Ruchu Światło–Życie; w parafiach, w sanktuariach albo przesyłamy na adres: Sekretariat Krucjaty Niepokalanej, ul. Dworek 12, 44–200 Rybnik.

Prośba do rodziców

Z radością pragnę poinformować Mamę i Tatę, że należę do Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej, której członkowie zobowiązują się do:

- odmawiania codziennie przynajmniej jednej dziesiątki różańca,
- podejmowania codziennej ofiary w intencji nawrócenia grzeszników,

- zachowywania wstrzemięźliwości i skromności w swoim życiu,
- uczęszczania, w miarę możliwości, w pierwsze soboty miesiąca na Msze św., aby przyjąć Komunię św. jako wynagrodzenie za zniewagi wyrządzone Niepokalanemu Sercu Maryi.

Kochani Rodzice!

Proszę Was, pomóżcie mi w wypełnianiu moich zobowiązań. Pragnę wzrastać duchowo pod opieką Matki Bożej oraz być Jej i Waszą radością.

.....
(Prosbę należy podpisać i oddać rodzicom)

* * *

Fundacja „Signum Magnum” szerzy ruch Krucjaty Niepokalanej i Dziecięcej Krucjaty Niepokalanej poprzez wydawanie czasopism „Promyka Jutrzenki”, „Promyczka Jutrzenki”, „Zwycięstwa Niepokalanej” oraz przez organizowanie kursów i rekolekcji dla animatorów.

Kontakt:

Fundacja „Signum Magnum”,
ul. Dworek 12, 44-200 Rybnik,
tel.: 032 42 21640;
e-mail: signumm@gmail.com;
strona internetowa: signummagnum.rybnet.pl



KRUCJATA WYZWOLENIA CZŁOWIEKA

34-450 Krościenko n. Dunajcem
tel. 018 262 32 35; fax 018 262 56 41
Strona internetowa: www.kwc.oaza.pl

Metody działania KWC

Ponieważ wyzwolenie jest możliwe tylko w Jezusie Chrystusie i dokonuje się mocą Jego Ewangelii, dlatego podstawową drogą Kruczaty jest:

- ewangelizacja, czyli głoszenie z wiarą i mocą Jezusa Chrystusa, który wyzwala człowieka,
- modlitwa indywidualna i wspólnotowa,
- post, całkowita abstynencja od alkoholu.

Drogę taką wskazał Chrystus apostołom, gdy doświadczyli niemocy w walce ze złem (*Ten rodzaj duchów wypędza się postem i modlitwą.* Mt 17,21). Modlitwa często jest jedynym środkiem pomocy, kiedy po ludzku nic nie da się zrobić. Ona również przemienia „działaczy” w pokornych świadków Bożego działania, a zniewolonych przyprowadza do źródła życia. Modlitwa i post stanowią serce programu działania Kruczaty Wyzwolenia Człowieka.

Diakonia KWC

LICHEŃSKIE CENTRUM POMOCY RODZINIE OSOBOM UZALEŻNIONYM

ul. Klasztorna 4, 62 – 563 Licheń Stary;
tel. 063/2708132; 2708167

E-mail: pomoclichen@home.pl

Strona internetowa: <http://www.pomoclichen.home.pl>

Program Pomocy LCP

Licheńskie Centrum Pomocy Rodzinie i Osobom Uzależnionym otwarte jest na nowe formy i metody skutecznego pomagania alkoholikom, palaczom, narkomanom, hazardzistom, erotomanom, osobom doświadczającym skłonności homoseksualnych oraz ich rodzinom. Osoby cierpiące z powodu tych i innych problemów – uzależnień oraz przeżywające trudności i kryzysy rodzinne, dzięki pomocy duchowej i terapeutycznej mogą odzyskać utraconą nadzieję, przeżyć przebudzenie duchowe, otrzymać moc i odwagę do zmiany własnego życia. Przychodzą bezsilni, załamani, zrozpaczeni, po moc do życia oraz rozwiązywania swoich problemów. Doświadczają tutaj łaski spotkania z Bogiem oraz odnowienia sił witalnych. Formy pomocy stosowane w Centrum są wynikiem poszukiwania równowagi „złotego środka” między

oddziaływaniem duchowym i terapeutycznym. Ważny jest cały człowiek szukający pomocy. Może on ją znaleźć przede wszystkim w dziedzinie duchowości jak również w uporządkowanej przez terapię sferze zmysłów, uczuć oraz intelektu. Ważne jest zdrowe funkcjonowanie rodziny jako całości. Ten priorytet integralnego spojrzenia na człowieka i rodzinę wyznacza kierunki pracy terapeutycznej i duchowej Centrum.

Zespół LCPRIOU

Licheńskie Centrum Pomocy Rodzinie i Osobom Uzależnionym czynne jest codziennie:

8.00-20.00 – w okresie letnim (maj – październik)

8.00-18.00 – w okresie zimowym (listopad – kwiecień/)

Każdego roku w Licheńskim Centrum przyjmujemy około 4.000 osób poszukujących pomocy w dziedzinie kryzysów rodzinnych oraz różnych uzależnień.

Pracownicy:

Stały zespół tworzą:

- Ks. Robert Krzywicki MIC – duszpasterz
- mgr Piotr Kucal – administrator
- mgr Agnieszka Wawrzyniak – psycholog, ukończyła psychologię na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim, Studium Pomocy Psychologicznej i Studium Terapii Uzależnień
- mgr Monika Potera – psycholog, ukończyła psychologię na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim,

XV OGÓLNOPOLSKIE SPOTKANIE MAŁŻEŃSTW, KTÓRE MIAŁY WESELA BEZALKOHOLOWE

**Wesele Wesel 2009
30.7.-2.8.2009 w Łomży.**

Żyjemy niewątpliwie w trudnych czasach, kiedy to zożydza się fundamentalną ideę małżeństwa poprzez niesmaczne dowcipy, straszenie rozwodami, teściową, przedstawia się je jako kajdany, niewolę, ograniczenie, źródło przemocy, itd.. Niektórzy wręcz odmawiają kobiecie prawa do poślubienia mężczyzny, a mężczyźni – kobiety. Wiele osób traktuje zatem swój ślub jako życiową tragedię, stąd – wiadomo – na te wszystkie smutki co trzeba zrobić

To nastawienie do małżeństwa bynajmniej nie jest udziałem wszystkich. Są tacy, którzy cieszą się z tego, że poślubią ukochanego czy ukochaną i pragną wesele traktować jako dzień radości. Doroczne Ogólnopolskie Spotka-

nia Małżeństw, Które Miały Wesela Bezalkoholowe 'Wesele Wesel' są okazją do poznania innych małżeństw podobnie myślących, są okazją do symbolicznego obchodzenia rocznicy własnego ślubu i wspomnienia własnego, radosnego wesela.

Pijacki fundamentalizm i antytrzeźwościowy terroryzm zapuściły swe macki nawet na uczelniach i w szkołach – średnich, a nawet podstawowych. Dlatego warto pokazać swym dzieciom, że są w Polsce regiony, gdzie nie tylko nikt się z trzeźwych nie naśmiewa, ale ich wysoko ceni, gdzie wznosi się nie toast, ale umysł ludzki, gdzie ludzie gromadzą się nie dookoła flaszki, lecz wokół wartości wyższych – przy Bogu i przy drugim człowieku. Gdzie mądrość, a nie głupotę się ceni. Gdzie ludzie są z tego dumni, że służą z miłości swemu małżonkowi, swej rodzinie. Gdzie Bóg jest na pierwszym miejscu, więc wszystko jest na swoim miejscu. Regiony nie geograficzne, lecz intelektualne.

Wesele Wesel to odnowienie przyrzeczeń małżeńskich oraz prawdziwa zabawa weselna w chciałoby się rzec staropolskim stylu – kilkudniowe spotkanie w rodzinnej atmosferze, wspólne dyskusje, występy artystów, debaty i całonocne tańce. Ale styl ten zarazem jest nowy, bo bezalkoholowy, nawiązujący do świątłych myśli największych geniuszy naszego Narodu.

Już dziś zapraszamy na piętnaste *Wesele Wesel 2009*, które odbędzie się w dniach 30.7.-2.8.2009 w Łomży.

Koordinatory: Ewa i Krzysztof Różański
ks. prałat Władysław Zązel
Stowarzyszenie Wesele Wesel

Miejsce spotkania

Wesele Wesel 2009 odbędzie się w dniach **30.7.-2.8.2009 w Łomży.**

Łomża to stolica diecezji łomżyńskiej.

Ordynariusz łomżyński ks. bp Stanisław Stefanek, który przez wiele lat przewodniczył Komisji d/s Rodziny Konferencji Episkopatu Polski. był prelegentem i kaznodzieją podczas Wesela Wesel 2003 w Ludźmierzu. Jego biskupowi pomocniczemu ks. bp Tadeuszowi Bronakowskiemu Konferencja Episkopatu Polski powierzyła w 2008 r funkcję Przewodniczącego Zespołu Apostolstwa Trzeźwości (ZAT KEP).

Diecezja łomżyńska to ważny punkt na mapie działalności trzeźwościowej w Polsce. Tu od lat działał ks. prałat Henryk Korża, obecnie honorowy członek ZAP KEP. 8-9 listopada 2002 r odbył się w diecezji łomżyńskiej Kongres Trzeźwościowy. Był to kolejny Kongres po roku 1991. W Łomży działa Bractwo Trzeźwości im. św. Maksymiliana Kolbe, które założył W 1987 roku ś. p. O. Benignus Sosnowski. Opiekuje się nim obecnie O. Apolinary Kaźmierak, z miejscowego Klasztoru OO Kapucynów (kościół Matki Boskiej Bolesnej).

Od szeregu lat Wojewódzki Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień w Łomży współdziałając z Krucjatą Wyzwolenia Człowieka organizuje warsztaty dla wodzirejów wesel i zabaw bezalkoholowych.

W roku 2008 IV już WARSZTATY DOBREJ ZABAWY odbywają się w dniach 7-9.11.2008 r.

W miejscowej katedrze czczony jest przez wiernych cudowny obraz Matki Boskiej Łomżyńskiej – Matki Pięknej Miłości.

Program spotkania – zarys

Wesele Wesel w Łomży to okazja, aby

- odnowić przyrzeczenia małżeńskie podczas Mszy Św. pontyfikalnej,
- przetańczyć całą noc podczas wielkiego balu weselnego,
- pogłębić wiarę. poprzez udział w Mszach Świętych,
- złożyć publiczne świadectwo swej abstynencji,
- poznać historię i dzień dzisiejszy pięknego grodu nad Narwią
- dać swym dzieciom i młodzieży doskonałą okazję do godziwej rozrywki.

Inicjator i duszpasterz *Spotkań*:

Ks. kan. Władysław Zązel, 34-383 Kamesznica

tel. (033) 8625218 kom. 502 740 472

KATOLICKI OŚRODEK „DOM NADZIEI”

ul. Konstytucji 9, 41-905 Bytom

tel.: 032/2860623 lub 32/3871587

e-mail: domnadziei@gliwice.opoka.org.pl

strona internetowa: www.domnadziei.pl

Katolicki Ośrodek Rehabilitacyjno-Wychowawczy „Dom Nadziei” jest niepublicznym zakładem opieki zdrowotnej dla dzieci i młodzieży w wieku od 14 do 21 lat zażywających substancje psychoaktywne, w tym również alkohol. Nasz ośrodek powstał pod koniec 1995 roku z inicjatywy grupy terapeutów pragnących pomagać młodzieży „biorącej” narkotyki. Nasza placówka świadczy usługi medyczne w systemie opieki stacjonarnej. Czas trwania terapii wynosi 1 rok. Dysponujemy 24 miejscami. Leczenie osób ubezpieczonych w Narodowym Funduszu Zdrowia jest bezpłatne.

Ważnym czynnikiem zmiany jest troska o rozwój duchowy. Specyfiką naszego ośrodka jest jego zakorzenienie w wartościach chrześcijańskich. Uczestnictwo w praktykach religijnych, takich jak modlitwy poranne i wieczorne, uczestnictwo we Mszy św., czy udział w sakramentach wzmacnia motywację do rozwoju osobistego. Pomaga utrwalić efekty terapii.

Program terapeutyczny jest osadzony w filozofii społeczności terapeutycznej. Pobyt w społeczności terapeutycznej ma przede wszystkim zapewnić bezpieczne środowisko wolne od narkotyków. Celem terapii jest również wzmocnienie poczucia własnej wartości i uczenie konstruktywnego radzenia sobie ze stresem i różnego rodzaju konfliktami. Istotną jest także zdolność do tworzenia dojrzałych i bliskich relacji interpersonalnych. Oznacza to, że celem leczenia jest nie tylko wyeliminowanie zachowań problemowych, takich jak zażywanie narkotyków, picie alkoholu. Cele leczenia wychodzą poza te symptomy i sięgają o wiele dalej. Jest to coś więcej niż pomoc w wyjściu z nałogu. Zasadniczym celem społeczności terapeutycznej jest wspieranie osobistego rozwoju. Możliwe jest to poprzez zmianę indywidualnego stylu życia przy pomocy grupy zaangażowanych osób, pracujących wspólnie, aby pomóc sobie samym i innym mieszkańcom społeczności. To bycie częścią społeczności jest szczególnie ważnym czynnikiem wspomagającym proces rozwoju. Mieszkańcy społeczności terapeutycznej funkcjonują jako członkowie rodziny, a nie jako pacjenci w instytucji. Odgrywają więc ważną rolę w kierowaniu społecznością i uczeniu się odpowiedzialności. Niemniej największy wpływ na osiągnięcie trwałej zmiany przynosi uczenie się poprzez doświadczenie, doznawanie porażek, osiągnięcie sukcesów i ponoszenie konsekwencji swoich zachowań i decyzji.

KONWENT ZAKROCZYMSKI

Mając na uwadze dotychczasowe doświadczenia w pracy trzeźwosciowej, przedstawiciele kilku stowarzyszeń, które podejmują działania w celu krzewienia cnoty trzeźwości doszli do wniosku, iż istnieje potrzeba ożywienia współpracy pomiędzy osobami, ruchami, stowarzyszeniami i organizacjami działającymi na rzecz trzeźwości w wymiarze indywidualnym i społecznym.

W związku z tym postanowiono powołać do istnienia Konwent Zakroczymski. Konwent pragnie stać się płaszczyzną umożliwiającą efektywną współpracę wszystkim, którym zależy na trzeźwości każdego człowieka.

Zapraszam wszystkich zainteresowanych na spotkania do Zakroczymia w dniach **23-24 lutego 2009 roku** (początek 23 lutego o godz. 15.00) oraz **21-22 września 2009 r.** (początek 21 września o godz. 15.00).

ks. Zbigniew Kaniecki

WAŻNIEJSZE WYDARZENIA

- **23 lutego 2009 r.** – Zakroczym (poniedziałek godz. 11.00)
II Sesja Zespołu Apostolstwa Trzeźwości
- **23-24 lutego 2009 r.** – Zakroczym (poniedziałek godz. 15.00 – wtorek godz. 13.00)
 - Wiosenna Sesja Diecezjalnych Duszpasterzy Trzeźwości
 - Zakroczymski Konwent Organizacji Apostolstwa Trzeźwości w Polsce
- **22-28 lutego 2009 r.**
XLII Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu. Hasło: „*Troska o trzeźwość – troską o życie*”.
- **22 lutego 2009 r.** (Niedziela przed Środą Popielcową) Kamesznica
X Zimowe Igrzyska Abstynentów
Informacje: ks. Władysław Zązel, 34-383 Kamesznica; tel. 033/8624822.
- **21 marca 2009 r.** (sobota przed IV Niedzielą Wielkiego Postu) Oświęcim-
-Brzezinka
Droga Krzyżowa w intencji trzeźwości narodu po terenie obozu.
Informacje: ks. Władysław Zązel, 34-383 Kamesznica; tel. 033/8624822.
- **1 maja 2009 r.** – diecezja rzeszowska
XXI Piesza Pielgrzymka Krucjaty Wyzwolenia Człowieka z Rzeszowa do Niechobrza
Informacje: ks. Maciej Figura, Dobrzechów 281, 38-100 Strzyżów
tel. (095) 8718455 kom. 608559337
e-mail: mfigura@rzeszow.opoka.org.pl
- **1-3 maja 2009 r.** – diecezja zielonogórskogorzowska
VIII Piesza Pielgrzymka Trzeźwości z Gorzowa do Rokitna
Informacje: Ks. Henryk Grządko, ul. Słoneczna 63
66-400 Gorzów Wielkopolski
tel. 095/7227105; kom. 0600 857 105
- **31 maja 2009 r.** – (ostatni piątek i sobota maja) diecezja siedlecka
Piesza Pielgrzymka AA i AL.-ANON z Łukowa (XIV) i z Międzyrzecza Podlaskiego (XIX) do sanktuarium w Leśnej Podlaskiej
Informacje: ks. Jan Gomółka, ul. J. Piłsudskiego 62;
09-110 Siedlce; tel. (025) 6442195
- **6 czerwca 2009 r.** – XXIX Pielgrzymka Krucjaty Wyzwolenia Człowieka do Warszawy

- **20-21 czerwca 2009 r.** – (trzecia sobota i niedziela czerwca)
XXVIII Krajowa Pielgrzymka Apostolstwa Trzeźwości na Jasną Górę
Informacje: O. Oskar Puskiewicz OFM; ul. Reformacka 1; 98-300 Wieluń
e-mail: oskar@katowice.opoka.org.pl; signum@gmail.com
- **20-21 czerwca 2009 r.** – (trzecia sobota i niedziela czerwca) diecezja legnicka
IX Piesza Pielgrzymka w intencji trzeźwości Narodu z Kowar do Sanktuarium Matki Bożej Łaskawej w Krzeszowie
Informacje: Ks. Bronisław Piśnicki, ul. Karola Miarki 24,
58-400 Kamienna Góra; tel. 075 6455554; kom. 693514217
- **25-30 czerwca 2009 r.** – diecezja radomska
XIX Piesza Pielgrzymka w Intencji Trzeźwości Narodu z Radomia do Niepokalanowa
Kierownik Pielgrzymki: Ks. Mirosław Kszczot, ul. Sienkiewicza 13,
26-600 Radom; kom. 0608294408.
- **28 czerwca 2009 r.** – (ostatnia niedziela czerwca) diecezja przemyska
Pielgrzymka Grup Trzeźwościowych z Przemyśla do Kalwarii Pałacowskiej.
Informacje: Ks. Stanisław Zarych, Plac Konstytucji 3 Maja 8,
37-700 Przemyśl; tel. (016) 679-08-30.
- **27-28 czerwca 2009 r.** – (ostatnia sobota i niedziela czerwca) Kamesznica – diecezja bielsko-żywiecka
XIX Kamesznickie Dni Trzeźwości
Informacje: ks. Władysław Zązel, 34-383 Kamesznica; tel. 033/8624822.
- **4-5 lipca 2009 r.** – diecezja toruńska
X Pielgrzymka Piesza w Intencji Trzeźwości Narodu z Działdowa do sanktuarium Matki Bożej w Lipach koło Lubawy (Nawiedzenia Matki Bożej)
Informacje: Ks. Adam Filarski, ul. Nidzicka 4;
13-200 Działdowo; tel. (023) 6974542
- **6-11 lipca 2009 r.** – diecezja płocka
XIX Piesza Pielgrzymki w Intencji Trzeźwości Narodu z Ciechanowa, Bieżunia i Płocka do Niepokalanowa
Kierownik Pielgrzymki: Ks. Radosław Dąbrowski, ul. Mostowa 2;
09-402 Płock; tel. 024 2626420; kom. 605148181;
e-mail: radoplock@gmail.com
- **5-11 lipca 2009 r.** – diecezja łomżyńska
IX Piesza Pielgrzymka w Intencji Trzeźwości Narodu Diecezji Łomżyńskiej z Ostrołęki do Niepokalanowa

Kierownik Pielgrzymki: ks. Tomasz Wilga,; kom. 0601/317323
e-mail: twilga@lomza.opoka.org.pl

➤ **1-14 lipca 2009 r.**

XXIV Pieszka Pielgrzymka Młodzieży z Warszawy-Strugi do Miejsca Piastowego

Informacje: Księża Michalici, Al. Józefa Piłsudskiego 248/252;
05-261 Marki-Struga, te./fax 022/7811490.

Kierownik Pielgrzymki: ks. Tomasz Wilisowski CSMA, ul. Nałęczowska 96,
20-831 Lublin, tel. 081/7215323, kom. 0608402194

➤ **25-26 lipca 2009 r.** – (ostatnia sobota lipca) Licheń – Księża Marianie XVII Ogólnopolskie Spotkania Trzeźwościowe

Informacje: Ks. Robert Krzywicki MIC, ul. Klasztorna 4, 62-563 Licheń Stary, tel. 063/2708132; 2708167

Strona internetowa: <http://www.pomoclichen.home.pl>

e-mail: pomoclichen@home.pl

➤ **30 lipca – 2 sierpnia 2009 r.** – Łomża

XV Wesele Wesel (spotkanie małżeństw, które miały przyjęcia weselne bezalkoholowe)

Strona internetowa: www.weselewesel.pl

Opiekun: ks. Władysław Zązel, 34-383 Kamesznica; tel. (033) 8624822.
tel./fax (033) 8625218

SIERPIEŃ – MIESIĄC ABSTYNENCJI

➤ **1 sierpnia 2009 r.** – (pierwsza sobota sierpnia)- Koszalin

XVII Ogólnopolska Pielgrzymka Trzeźwości na Górę Chełmską

Informacje: Tadeusz Rogowski, tel. (094) 341 12 77,

Redakcja „Gościa Niedzielnego”, ul. Piłsudskiego 6, 75-511 Koszalin

➤ **1 sierpnia 2009 r.** – (pierwsza sobota miesiąca) – diecezja tarnowska

V Marsz w Intencji Trzeźwości z Tarnowa (kościół bł. Karoliny) do Skrzyszowa (kościół św. Stanisława, biskupa i męczennika)

Informacje: Ks. Zbigniew Guzy; Al. Matki Bożej Fatimskiej 39,

33-100 Tarnów; tel. (014) 6261014; kom. 0604 265879

e-mail: guzy@tarnow.opoka.org.pl

➤ **8 sierpnia 2009 r.** – Studzieniczna (diecezja ełcka). V Diecezjalna Pielgrzymka w intencji trzeźwości. Program: Godz. 10.00 – Powitanie przybyłych grup; Godz. 10.15; Różaniec (w czasie różańca proszę kapłanów o posługę w konfesjonale), Godz. 11.00 – Msza Święta – koncelebrowana (kapłanów proszę, aby wzięli do koncelebry: albę, cingulum, stułę);

Godz. 12.30 – Ognisko; Godz. 13.00 – Otwarty miting; Godz. 15.00 – Koronka do Miłosierdzia Bożego, zawierzenie Matce Bożej; Godz. 15.30 – Zakończenie pielgrzymki

Informacje: Ks. Marian Szewczyk, ul. Kard. S. Wyszyńskiego 2A, 16-300 Augustów; tel/fax (087) 6433665, kom. 0602407537

- **15 sierpnia 2009 r.** – Gdańsk-Oliwa
XVI Gdańska Pielgrzymka Trzeźwości (7 km)
Z Gdańska-Oliwy do Matemblewa (Sanktuarium Matki Bożej Brzemiennej)
Informacje: Ks. Bogusław Głodowski, ul. Słowackiego 161; 80-281 Gdańsk – Żłota Karczma; tel. 058/3214205
- **13-16 sierpnia 2009 r.** – Gietrzwałd (Sanktuarium Maryjne)
XII Spotkanie Wspólnoty Rodzin Katolickich z Problemem Alkoholowym
Informacje: Bożena i Marek Grunwald, ul. Husarska 8/7; 05-120 Legionowo; tel. 022/7847125.
Opiekun: O. Krzysztof Kościelecki OFM Cap.
- **29-30 sierpnia 2009 r.** – (ostatnia sobota i niedziela sierpnia) Krzeszów – diec. legnicka
Krzeszowskie Spotkania Trzeźwościowe w Bazylice M. B. Łaskawej.
Droga Krzyżowa (dróżki Krzeszowskie), Msza Św., Apel, Poezja i piosenka religijna, nocne czuwanie, mityngi w grupach: AA, Al.-Anon, Al.-Ateen.
Informacje: Ks. kan. Kazimierz Piwowarczyk; Pl. Jana Pawła II 3; 58-405 Krzeszów; kom. 661 743 997
- **29 sierpnia 2009 r.** – (ostatnia sobota sierpnia) – diec. sandomierska
Diecezjalna Pielgrzymka Trzeźwościowa z Gorzyc do sanktuarium Matki Bożej Bolesnej w Radomyślu nad Sanem
Informacje: Ks. Ryszard Konecki; ul. Rynek 30; 27-425 Waśniów; tel. (041) 2646012; e-mail: konecki@op.pl
- **30 sierpnia 2009 r.** – (ostatnia niedziela sierpnia) – (diecezja koszalińsko-kołobrzaska)
Regionalna Pielgrzymka Trzeźwości z Polanowa na Świętą Górę Polanowską
Pustelnia Franciszkańska – Kaplica z Ikoną Matki Bożej Bramy Niebios – Prowincja św. Maksymiliana Kolbe (Zakon Braci Mniejszych Konwentalnych w Polsce – Franciszkanie)
Informacje: O. Janusz Jędrzysek, Pustelnia Franciszkańska, Święta Góra Polanowska, 76-010 Polanów, tel. kom. 0509 319 112
• Klub Abstynenta „FENIKS” w Polanowie

- **12-13 września 2009 r.** – IV Konferencja Krucjaty Wyzwolenia Człowieka w Niepokalanowie (Spotkanie dla odpowiedzialnych za Diakonię Wyzwolenia w diecezjach).
- **19-20 września 2009 r.** – Szczepanów – diecezja tarnowska
XXX Diecezjalna Pielgrzymka w Intencji Trzeźwości
Informacje: Ks. Zbigniew Guzy; Al. Matki Bożej Fatimskiej 39,
33-100 Tarnów; tel. (014) 6261014; kom. 0604 265879
e-mail: guzy@tarnow.opoka.org.pl
- **21 września 2009 r.** – (poniedziałek godz. 11.00) – Zakroczym
III Sesja Zespołu Apostolstwa Trzeźwości
- **21-22 września 2009 r.** – (poniedziałek godz. 15.00 – wtorek godz. 13.00)
– Zakroczym Jesienna Sesja Zespołu Apostolstwa Trzeźwości i Diecezjalnych
Duszpasterzy Trzeźwości
Zakroczymski Konwent Organizacji Apostolstwa Trzeźwości w Polsce
- **21 października 2009 r.** – (III sobota października) Kalwaria Zebrzydowska
XV Pielgrzymka Duszpasterstwa Trzeźwości Archidiecezji Krakowskiej
Program: godz. 10. 00 Droga Krzyżowa; godz. 13.00 Msza Święta;
godz. 15.00 Nabożeństwo Różańcowe
Informacje: ks. Mirosław Żak, ul. Babińskiego 29/22A/26;
30-393 Kraków
tel. 012/2624597; kom. 0501418612
e-mail: mzak@diecezja.krakow.pl



Jesienna Sesja Duszpasterstwa Trzeźwości w Zakroczymiu - wrzesień 2008 r.

POLECAMY STRONY INTERNETOWE

- Ośrodek Trzeźwości Diecezji Płockiej:
<http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl>
- Licheńskie Centrum Pomocy Rodzinie i Osobom Uzależnionym:
<http://www.pomoclichen.home.pl>
- Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
<http://www.parpa.pl>
- Piesza Pielgrzymka Młodzieży z Warszawy-Strugi do Miejsca Piastowego:
<http://www.pielgmp.prv.pl>
- Centrum Psychologiczno-Pastoralne „Metanoia”:
<http://www.metanoia.plock.opoka.org.pl>
- dr Bohdan Woronowicz: <http://www.lekarz.net/bworonowicz/>
- <http://www.uzaleznienia.eu>; www.akmedcentrum.eu
- Centrum Akmed: <http://www.akmed.waw.pl>
- Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości im. O. Benignusa Sosnowskiego:
<http://www.oat.com.pl>
- Duszp. trzeźwości diecezji opolskiej:
<http://www.duszpasterstwo-trzezwosci.opole.opoka>.
- Krucjata Wyzwolenia Człowieka: <http://www.oaza.org.pl/osrodek-kwc>
- Ogólnopolskie Spotkania Małżeństw, które miały wesela bezalkoholowe:
<http://www.weselewesel.pl>
- Wodzirej: <http://www.wodzirej.pl/>
- „Eleuteria” – Pismo Krucjaty Wyzwolenia Człowieka:
<http://www.eleuteria.oaza.org.pl/>
- Tarnowski Serwis Informacyjny – Twój Ślub, Twoje Wesele:
<http://www.wesele-tarnow.com/>
- Sejmowa Komisja Zdrowia: <http://www.sejm.gov.pl>
- Sanktuarium Matki Bożej Gietrzwałdzkiej:
<http://www.gietrzwald.at.pl>
- Oficjalną stronę Wspólnoty AA w Polsce
<http://www.anonimowi-alkoholicy.org.pl/>
- Profesjonalny Portal Psychologiczny <http://www.psychologia.edu.pl/>
- Alkoholizm <http://www.alkoholizm.akcjasos.pl/>
- Rozwój osobisty w duchu... <http://www.persona.olsztyn.opoka.org.pl/>

- Naturalne planowanie rodziny – Liga Małżeństwo Małżeństwu
<http://www.lmm.pl/>
- Centrum Przeciwdziałania Psychomanipulacji <http://www.kulty.info/>
- Grupa AA „Bez dymka” <http://bez-dymka.fm.interia.pl/>
- Rudzkie Stow. Rodzin Abstynenckich „Zdrowe Życie”
<http://logokrokus1994.w.interia.pl/>
- Klub Abstynenta ARKA w Lubinie <http://arkalubi.w.interia.pl/>
- Stowarzyszenia Klub Abstynentów „Nowe Życie” w Zabrze
<http://www.nowezycie.prv.pl/>
- KWC w diec. sandomierskiej
http://www.sandomierz.oaza.pl/diakonie/d_wyzwolenia/
- <http://www.alokholizm.eu>
- <http://www.alokholizm.pl>
- <http://www.aa.org.pl>
- <http://www.al-anon.org.pl>
- <http://dda.pl>
- Stowarzyszenie Psychologów chrześcijańskich: www.spch.pl
- Profesjonalny portal psychologiczny: www.psychologia.edu.pl
- Portal psychologiczny: www.psychologia.net.pl



Bp Tadeusz Bronakowski podczas Jesiennej Sesji Duszpasterstwa Trzeźwości
w Zakroczymiu – wrzesień 2008 r.

WAŻNE ADRESY

Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

01-458 Warszawa, ul. Szańcowa 25
tel. (022) 532 03 20, 533 20 325, 532 03 26, 836 78 72, 836 82 73, 836 69 01,
836 06 21, fax. (022) 836 81 66
e-mail: parpa@warman.com.pl, strona internetowa: <http://www.parpa.pl>

Instytut Psychiatrii i Neurologii.

02-957 Warszawa, ul. Sobieskiego 1/9,
Dyrektorem Instytutu jest doc dr hab. Danuta Ryglewicz
IPiN na zlecenie PARPA oraz biura ds. Narkomanii wydaje kwartalnik
„Alkoholizm i Narkomania”, redaktor naczelny – Zenon Kulka.
tel.: (0 22) 842-27-00, 642-66-11; fax: (0 22) 642-53-75;
e-mail: ipin@ipin.edu.pl; www: <http://www.ipin.edu.pl>

Instytut Psychologii Zdrowia i Trzeźwości

02-412 Warszawa, ul. Gęślarska 3,
tel. (+48 22) 863-42-76, 863-90-97, 863-87-38; fax. (+48 22) 863-42-38;
e-mail: poczta@ipz.edu.pl; <http://www.ipz.edu.pl>

ETOH – Fundacja Rozwoju Profilaktyki, Edukacji i Terapii Problemów Alkoholowych

01-254 Warszawa, ul. Mszczonowska 6,
tel. (0 22) 524-57-83, 836-80-80, 836-80-89; fax. (0 22) 836-80-81;
e-mail: etoh@etoh.edu.pl

Ogólnopolski Ośrodek Koordynacji i Informacji Klubów i Stowarzyszeń Abstynenckich przy Warszawskim Stowarzyszeniu Abstynenckim

01-045 Warszawa, ul. Kolska 2/4, tel./fax (022) 838 72 86

Krucjata Wyzwolenia Człowieka (Stanica nr 1)

34-450 Krościenko nad Dunajcem, ul. Ks. Franciszka Blachnickiego 2,
tel. (018) 262-32-35

Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości

05-170 Zakroczym, ul. O. Honorata Koźmińskiego 36,
tel./fax (022) 785-22-08
e-mail: [oat@kapucyni-wwa.opoka.org.pl](mailto: oat@kapucyni-wwa.opoka.org.pl),
strona internetowa: <http://www.oat.com.pl>
Konto: Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości, Bank Spółdzielczy Nowy Dwór
Mazowiecki, Oddział Zakroczym
Nr: 80110008-3000332-2700-61

Krajowy Ośrodek Ruchu Trzeźwości Im. Św. Maksymiliana Kolbego
Rekolekcyjne Hospicjum Kapłańskie „PRZEMIANA I TRWANIE”
Al. Lipowa 24, 24-140 Nałęczów, tel. (081) 501 41 15

Fundacja „Światło-Życie”, Ośrodek Profilaktyczno-Szkoleniowy im. Ks. Franciszka Blachnickiego

ul. Gawronów 20, 40-527 Katowice, tel. (032) 2053922

„Niebieska Linia” Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

ul. Szczotkarska 48A, 01-382 Warszawa,

Bezpłatna linia z całego kraju: 0800 120 002,

tel./fax: (0-22) 666 05 59;

e-mail: pogotowie@niebieskalinia.pl

Strona internetowa: <http://www.niebieskalinia.pl>

Sejmowa Komisja Zdrowia

ul. Wiejska 4/6/8, 00-902 Warszawa, tel. (022) 694 10 20

Strona internetowa: <http://www.sejm.gov.pl>

Europejskie Biuro Światowej Organizacji Zdrowia

Biuro Łącznika WHO w Polsce

ul. Długa 38/40; 00-238 Warszawa

tel. (+48 22) 635 94 96; fax.(+48 22) 831 08 92

e-mail: who@pol.pl

Licheńskie Centrum Pomocy Rodzinie i Osobom Uzależnionym

Adres: ul. Klasztorna 4, 62-563 Licheń Stary;

tel. (063) 2708132; 2708167; e-mail: pomoclichen@home.pl

strona internetowa: <http://www.pomoclichen.home.pl>

* * *

Dostępne formy pomocy

Miejsce pierwszego kontaktu – „punkt konsultacyjny” – dla osób z problemem alkoholowym powinno istnieć w każdej gminie:

- przy poradni odwykowej
- przy poradni ogólnej (jeśli nie ma poradni odwykowej)
- przy urzędzie gminnym: Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych lub Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej
- w Klubach Abstynenckich
- przy Grupach Samopomocowych: AA (Anonimowi Alkoholicy); AIA-non (grupy samopomocowe dla członków rodziny osoby uzależnionej); DDA (Dorosłe Dzieci Alkoholików); AL-Ateen (Grupy dla dzieci i młodzieży z rodzin z problemem alkoholowym).

REKOLEKCJE, KURSY, SZKOLENIA, WARSZTATY

ORDW – OAZA REKOLEKCYJNA DIAKONII WYZWOLENIA

Dom Rekolekcyjny Sióstr Benedyktyn

Przy Parafii Świętej Trójcy

Plac Konstytucji 3-go Maja 8

37-700 Przemyśl

tel. 016/6770690; 6770097; 6790830

Moderator: ks. dr Stanisław Zarych

Plac Konstytucji 3 Maja 8 37-700 Przemyśl;

tel. 016/6790830.

**09-11 stycznia; 06-08 lutego; 06-08 marca; 03-05 kwietnia; 08-10 maja;
12-14 czerwca; 11-13 września; 09-11 października; 06-08 listopada; 04-06
grudnia.**

Rozpoczęcie rekolekcji w dniu przyjazdu o godz. 18.00.

Zgłoszenia należy przesałać na 7 dni przed rozpoczęciem rekolekcji.

STUDIUM APOSTOLSTWA TRZEŹWOŚCI ARCHIDIECEZJI KRAKOWSKIEJ

Zostało powołane przez Księdza Kardynała Franciszka Macharskiego w 1986 roku.

Celem Studium jest: pogłębienie wiedzy religijnej, podnoszenie świadomości wiernych na temat uzależnień, zwłaszcza choroby alkoholowej, jak również pokazanie sposobów rozwiązywania problemów alkoholowych. Osoby, które ukończą Studium mogą podejmować pracę trzeźwosciową w swoim środowisku, zwłaszcza w parafii.

Zajęcia obejmują 120 godzin wykładów i ćwiczeń. Spotkania odbywają się raz w miesiącu przez okres półtora roku. W ramach zajęć są organizo-

Telefony zaufania:

Telefon Zaufania dla Osób z Problemem Alkoholowym

Warszawa (0-22) 842-26-00

Telefony Zaufania AA w poszczególnych miastach można znaleźć w książkach telefonicznych, oprócz tego w każdej Poradni Odwykowej można otrzymać informację o działających w pobliżu samopomocowych grupach (AA, AL-Anon, DDA, AL-Ateen), ich adresy i telefony.

wane weekendowe wyjazdy będące czasem wspólnej modlitwy, dyskusji, wymiany poglądów i dalszego pogłębiania wiedzy.

Tematyka studium obejmuje trzy zagadnień: 1. antropologia chrześcijańska; 2. problemy alkoholowe; 3. rozwiązywanie problemów alkoholowych, zwłaszcza duszpasterstwo trzeźwości.

Uczestnicy studium w ramach zajęć mają realizować praktyczne dzieła trzeźwościowe w swoich parafiach.

Absolwenci Studium otrzymują dyplom podpisany przez Metropolitę Krakowskiego.

Dyrektor Studium: ks. Mirosław Żak

ul. Babińskiego 29/22A/26; 30 – 393 Kraków

tel. 012/2624597; kom. 0501418612

e-mail: mzak@diecezja.krakow.pl

STUDIUM ANIMATORÓW TRZEŹWOŚCI ARCHIDIECEZJI ŁÓDZKIEJ im. Sługi Bożego ks. Franciszka Blachnickiego

Studium Animatorów Trzeźwości 2008/2009

Dotychczasowe trzy lata funkcjonowania Studium Animatorów Trzeźwości Archidiecezji Łódzkiej im. Sługi Bożego ks. Franciszka Blachnickiego wskazują na owocność podejmowania takich inicjatyw. Spotkało się ono z bardzo dużym zainteresowaniem zarówno ze strony duszpasterzy jak i osób pragnących służyć dziełu trzeźwości w parafiach.

Znaczna część spośród kilkudziesięciu osób, które ukończyły Studium jest zaangażowana w różnych formach w działalność trzeźwościową w swoich środowiskach. Często spotykamy się bowiem z problemami nadużywania alkoholu zarówno przez dorosłych jak i młodzieży a nawet dzieci stąd sprawą najwyższej wagi staje się poszerzanie umiejętności dawania odpowiedzi na te wyzwania na płaszczyźnie parafii.

W Miesiącu Abstynencji, dniu 1 sierpnia 2005 roku zostało powołane (Dekretem Nr. Abp 471-1004/05) przez Arcybiskupa Władysława Ziółka, Metropolitę Łódzkiego, Studium Animatorów Trzeźwości Archidiecezji Łódzkiej im. Sługi Bożego ks. Franciszka Blachnickiego. Studium zostało powołane przez Metropolitę Łódzkiego we współpracy z Krucjatą Wyzwolenia Człowieka i Stowarzyszeniem AGAPE w Łodzi.

W roku 2008/2009 organizowana jest IV edycja Studium. Celem Studium jest przygotowanie osób, podejmujących służbę w parafii w zakresie profilaktyki dla dorosłych i młodzieży. Osoby te zostaną przygotowane do prowadzenia działań informacyjno-konsultacyjnych w zakresie rozwiązywania proble-

mów alkoholowych. Uczestnicy Studium mają nabyć umiejętności wstępnego diagnozowania problemu, wskazania możliwości pomocy, sposobu informowania o problemie i możliwościach rozwiązywania w parafiach, właściwego organizowania spotkań i modlitw, współpracy z różnymi środowiskami zajmującymi się rozwiązywaniem problemów alkoholowych.

Uczestnicy Studium będą brać udział w ciągu roku w prowadzonym przez specjalistów cyklu 10 spotkań wykładowo – warsztatowych. Celem uzyskania dyplomu Studium jego uczestnik otrzyma zadanie przeprowadzenia wybranego projektu w swojej parafii (w uzgodnieniu z proboszczem).

Zajęcia odbywać się będą w soboty, raz w miesiącu, w godzinach od 9.00 do 14.00 w Domu Parafialnym parafii Najświętszej Eucharystii przy ul. ks. Jerzego Popiełuszki 9 (Retkinia). Na rozpoczęcie, w końcu września, przewidziane jest weekendowe spotkanie w domu rekolekcyjnym.

Informacje oraz zgłoszenia telefoniczne od 24 VIII – 6 IX 2008 – ks. Jan Cholewa, tel.: 042/616 00 18. Przy zgłoszeniu ustalony będzie termin rozmowy kwalifikacyjnej, na podstawie której odbywać się będą przyjęcia na Studium Animatorów Trzeźwości. Warunkiem uczestniczenia w Studium jest pełnoletność, dojrzałość osobowa i społeczna, oraz uzyskanie skierowania od księdza proboszcza (wg otrzymanego formularza).

Do udziału w Studium zapraszamy: członków ruchów, stowarzyszeń, grup charytatywnych w parafiach, kancelistów parafialnych, członków grup samopomocowych, rodziców, wychowawców, nauczycieli, katechetów, oraz inne osoby pragnące zaangażować się w rozwiązywanie problemów alkoholowych. Uczestnikami Studium mogą być osoby świeckie oraz księża i siostry zakonne. Doświadczenie lat ubiegłych wskazuje, że praca w parafii jest najowocniejsza, jeśli z danego środowiska do duszpasterstwa trzeźwości włącza się kilka osób.

Ks. Piotr Kulbacki

Kontakt ze Studium:

ks. Jan Cholewa, 91-473 Łódź, ul. Zgierska 123,
tel. 042 616 00 18

**FUNDACJA „ŚWIATŁO-ŻYCIE” OŚRODEK PROFILAKTYCZNO
-SZKOLENIOWY IM. KS. FRANCISZKA BLACHNICKIEGO**

ul. Gawronów 20
40-527 Katowice
tel. 032/2053922

www.osrodek-brynow.pl
e-mail: kontakt@osrodek-brynow.pl

Dyrektor Ośrodka: ks. Adam Skutela

Fundacja „Światło-Życie” Ośrodek Profilaktyczno-Szkoleniowy im. ks. Franciszka Blachnickiego w Katowicach istnieje od 7 listopada 1994 roku. Celem Ośrodka jest wychowanie człowieka wolnego do wszelkich uzależnień, człowieka otwartego na potrzeby innych ludzi i potrafiącego nieść im pomoc. Inspiracją do działania jest dzieło Krucjaty Wyzwolenia Człowieka ks. Franciszka Blachnickiego.

Oferta Ośrodka skierowana jest do: pedagogów, psychologów, nauczycieli, wychowawców, katechetów; osób uzależnionych i ich rodzin; młodzieży z rodzin z problemem alkoholowym; osób zainteresowanych animowaniem zabaw bezalkoholowych; kandydatów i członków Krucjaty Wyzwolenia Człowieka; animatorów i uczestników Ruchu Światło-Życie.

Zespół Ośrodka:

ks. Marcin Piasecki, kierownik Ośrodka i wikary parafii św. Michała w Katowicach,

Justyna Czeszyńska – pedagog i socjoterapeuta,

Sylvia Pietryga – pedagog i animator społeczno-kulturalny

Kontakt:

Fundacja Światło-Życie Ośrodek Profilaktyczno-Szkoleniowy im. ks. Franciszka Blachnickiego;

ul. Gawronów 20; 40-527 Katowice

tel. (032) 205 39 22

Dyżury:

- we wtorki i środy od 16.00 do 19.00;
- w czwartki od 10.00 do 12.00;
- w piątki od 14.00 do 16.00.

Konto bankowe (na które wpłaca się zaliczki i darowizny)

Getin Bank 12 1560 1108 0000 9060 0006 1956

Dojazd do Ośrodka

z Rynku w Katowicach tramwajem nr 6 lub 16 w kierunku Brynowa do przystanku przy ul. Gawronów lub autobusem nr 51 spod Dworca PKP. Ośrodek znajduje się przy kościele p. w. Matki Kościoła.

Od czerwca 2007 r. działa Poradnia telefoniczna Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”:

Warszawska „Niebieska Linia” tel. (0-22) 668-70-00

- Poradnia działa w dni powszednie w godzinach 14.00 -22.00;
- Dyżur prawny w ramach poradni: w piątki w godz.: 18.00-22.00.
- Zadanie realizowane jest na zlecenie Urzędu Miasta st. Warszawy.

Ośrodek przeprowadza również **warsztaty dla danej grupy na zamówienie**.
Spotkania otwartej grupy wsparcia – „**Jutrzenka Wolności**” każda środa
godz. 18.30.

OŚRODEK APOSTOLSTWA TRZEŻWOŚCI

05-170 Zakroczym, ul. O. Honorata Koźmińskiego 36,
tel./fax (022) 785-22-08
e-mail: oat@kapucyni-wwa.opoka.org.pl,
strona internetowa: <http://www.oat.com.pl>

Kurs Duszpasterski dla alumnów Wyższych Seminarium Duchownych i Zakonnych

- Stopień I 6 – 10 VII 2009 r.
- Stopień I 24-28 VIII 2009 r.
- Stopień II 31 VIII – 04 IX 2009r. (kończy się egzaminem – wyjazd w piątek po obiedzie)

W roku 2008 kurs uczestniczyło w kursie 74 kleryków z następujących seminarium duchownych:

AWSD Archidiecezji Częstochowskiej (2); WSD Diecezji Drohiczyńskiej (5); AWSD Archidiecezji Krakowskiej (14); WSD Diecezji Łomżyńskiej (2); AWSD Archidiecezji Warmińskiej (3); WSD Diecezji Pelplińskiej (4); WSD Diecezji Radomskiej (1); WSD Diecezji Rzeszowskiej (3); WSD Diecezji Siedleckiej (2); WSD Diecezji Sosnowieckiej (2); AWSD Archidiecezji Szczecińskiej (4); WSD Diecezji Toruńskiej (2); WSD Diecezji Zielonogórsko-Gorzowskiej (2).

Z Seminarium zakonnych natomiast byli obecni klerycy z: WSD Księża Misjonarzy CM Kraków (2); WSD OFM Cap Prow. Warszawskiej (9); WSD OFM we Wrocławiu (4); WSD Księża. Michalitów (4); WSD Trynitarzy (4); WSD Paulinów (2). W kursach uczestniczyło więc 25 seminarzystów zakonnych.

Zakroczymskie spotkania dzieci i młodzieży

- 26 lutego – 2 marca; 24-27 września

Zgłoszenia przyjmuje biuro OAT, koszt 150 zł, przedpłatę (połowa kosztów) należy wpłacić na konto OAT.

Spotkania formacyjne dla osób pomagających innym

- 06-08 lutego; 04-06 grudnia

Zgłoszenia przyjmuje biuro OAT, koszt 110 zł, przedpłatę (połowa kosztów) należy wpłacić na konto OAT.

Zakroczymskie spotkania rodzin

- 25-28 czerwca

Zgłoszenia przyjmuje Tadeusz Wojtulewicz, ul. Sienkiewicza 19, 16-010 Wasilków. Koszt 160 zł (małżonkowie po 130 zł.), połowę kwoty należy wpłacić na konto OAT.

Kurso-rekolekcje

- 19-22 lutego; 1-4 października; 19-22 listopada

Zgłoszenia przyjmuje biuro OAT, koszt 160 zł, przedpłatę (połowa kosztów) należy wpłacić na konto OAT.

Uwaga! W dwumiesięczniku Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu „Trzeźwymi bądźcie” znajdziecie wkładkę „**Apostoł Trzeźwości**” redagowaną przez Zespół Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski.

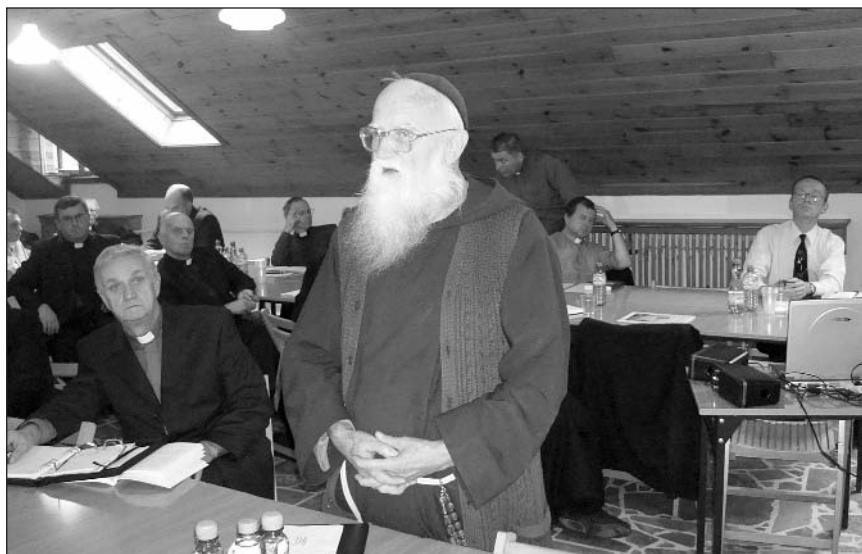
Materiały do wkładki oraz uwagi i sugestie można przesyłać na adres:

Ks. Zbigniew Kaniecki, ul. Krzywa 15, 09-402 Płock

* * *

Dwumiesięcznik „Trzeźwymi bądźcie” można zamawiać w Zakroczymiu

Adres: ul. O. H. Koźmińskiego 36; 05-170 Zakroczym; tel/fax 022 7852208



Jesienna Sesja Duszpasterstwa Trzeźwości w Zakroczymiu - wrzesień 2008 r.

MODLITWY

Modlitwa Piusa X

UPOWSZECHNIONA PRZEZ BŁ. KS. B. MARKIEWICZA

Boże, Ojczy mój, dla okazania mojej względem Ciebie miłości, dla wynagrodzenia za zniewagi wyrządzone Twojej czci, dla uproszenia duszom zbawienia, mocno postanawiam: dnia dzisiejszego ani wina, ani wódki, ani piwa, ani też jakiegokolwiek innego upajającego trunku nie używać. To umartwienie ofiaruję Tobie w połączeniu z ofiarą Twego Syna Jezusa Chrystusa, który codziennie ofiarowuje siebie samego na ołtarzu dla Twojej chwały. Amen.



Modlitwa

przypisywana Św. Anzelmowi

Panie, nasz Boże, udziel nam łaski, byśmy pragnęli Cię z całego serca, a pragnąc Cię, byśmy mogli Cię szukać i znajdować; a znajdując Cię, byśmy mogli Cię ukochać; a pokochawszy Cię, byśmy obrzydzili sobie to wszystko, od czego nas wybawiłeś. Amen.



Modlitwa o pokój ducha

O Boże, użycz mi pogody ducha,
abym godził się z tym,
czego nie mogę zmienić,
odwagi, abym zmieniał to,
co mogę zmienić,
i mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego.

Pozwól mi, cały ten dzień przeżyć
w świadomości upływającego czasu.
Pozwól mi rozkoszować się chwilą
w świadomości jej ograniczenia.
Pozwól mi zaakceptować konieczność,
jako drogę do wewnętrznego pokoju.
Pozwól mi, za przykładem Jezusa,
przyjąć także ten grzeszny świat, jakim jest,

a nie, jakim ja chciałbym, aby był.
Pozwól mi Tobie zaufać,
że wszystko zrobisz dobrze,
jeśli zdam się na Ciebie i Twoją wolę.
Tak będę mógł być szczęśliwym w tym życiu
i osiągnąć pełnię szczęścia z Tobą
w życiu wiecznym.
Amen.



Za Anonimowych Alkoholików

O Panie, prowadź i broń Anonimowych Alkoholików. Daj każdemu z nich pogodną i wytrwałą trzeźwość w tym życiu i szczęście wieczne po śmierci.



Prośba Alkoholika

Panie, kiedy wisiałeś na krzyżu, powiedziałeś „pragnę”. Chciałeś wypić kielich cierpienia do ostatniej kropli. Gdy cierpiełeś z pragnienia, podano Ci ocet do picia. Niech Twoje okrutne męki przypomną mi się w chwili, gdy chcę przyłożyć kieliszek alkoholu do ust. Niechaj sobie uświadomię Twoje gorzkie pragnienie na krzyżu Niech myśl o Twoim zwycięstwie na krzyżu da mi łaskę przezwyciężenia mojej słabości i wiarę w całkowite zwycięstwo nad nałogiem.



Boże jestem alkoholikiem

Trudno jest mi się do tego przyznać.
Ta prawda wywołuje we mnie różne uczucia:
bunt, przerażenie, złość, poczucie winy.
Wiem, że piciem alkoholu niszczyłem swoje zdrowie
i krzywdziłem wielu ludzi, nawet tych, którym mówiłem – Kocham.
Wiem, że przez to oddaliłem się od Ciebie.
Ufam, że Ty nigdy mnie nie opuściłeś.
Dzisiaj przyznając się do swego uzależnienia od alkoholu,
proszę Cię o dar trzeźwości.
Wiem, jaki jestem słaby.
Wiele razy obiecywałem nie pić i nie wypełniałem tej obietnicy.

Potrzebuję Twojej pomocy.
Błagam Cię, dodaj mi siłę, abym wytrzeźwiał.
Pozwól mi naprawić wyrządzone krzywdy.
Spraw, abym uwierzył, że Ty mnie kochasz.
Amen.



Modlitwa dla alkoholików

(którą można też odmawiać w ich imieniu)

Ojciec Niebieski, jestem chory. Dałeś mi życie i zdrowie, ale przez nadużywanie alkoholu zniszczyłem Twoje dary i straciłem swoją wolność. Dużo ludzi cierpi przeze mnie, a inni dają mi odczuć, że nie jestem w porządku. Chciałbym być zdrowy, ale każde nowe postanowienie daje mi dodatkowe doświadczenie mojej słabości i niemocy. Wiem, że potrzebuję leczenia, a jednak boję się jego wymagań. Dużo ludzi mną pogardza i tak samo boli obojętność innych. Nie widzę ratunku, jeżeli Ty nie pomożesz.

Dziękuję Ci, Panie Jezu, za Twoją Najdroższą Krew. Wiele razy plamiłem moje sumienie, straciłem zdrowie, pieniądze, przyjaciół i honor – a jednak przez Twoją Krew zawsze pozostawała mi godność człowieka, za którego umarł Syn Boży. Jedyne Twoja Krew daje mi nadzieję i odwagę nowego rozpoczęcia. Panie, ratuj moje życie, ratuj moją rodzinę, moich przyjaciół. Przyjmij moją słabość i nicość i wypełnij ją do końca swoją Najdroższą Krwią. Przebacząc tym, którzy Ciebie przybili do krzyża, dałeś nadzieję także mnie. Pragnę zmartwychwstać z Tobą i przyjąć Twojego Ducha, aby stać się nowym człowiekiem.

Duchu Święty, wypełnij moje serce, abym był pokorny. Własnymi siłami nie mogę się leczyć. Potrzebuję pomocy od innych, potrzebuję prawdy, wspólnoty i wytrwałości, potrzebuję nowej radości życia i wiary, która jest Twoim darem. Umacniaj mnie we wszystkich pokusach i kryzysach i pomóż mi pomagać innym, którzy również walczą o prawdziwe życie.

Maryjo, Nadziejo pokutujących i Matko Dobrej Rady, bądź zawsze blisko nas! Amen.



Modlitwa dla członków rodziny alkoholika

Panie Jezu Chryste, dziękuję Ci przede wszystkim za wiarę, ponieważ bez niej już nie wiedziałbym, jak żyć, jak wytrzymać pod krzyżem naszej rodziny. Razem z ojcem chorego chłopca z Ewangelii wołam: „Wierzę, Panie, za-

radź memu niedowiarstwu!” Nieraz zadaję sobie pytanie: jak długo musimy jeszcze wytrzymać pod tym krzyżem? Wtedy zapominam o tym, że nasz krzyż to przecież również Twój krzyż. Dlatego chcę już nie tyle patrzeć na nasze cierpienie, co raczej rozważać Krew Twoich ran przelaną dla zbawienia całego świata.

Jezu, nasz Zbawicielu, tak bardzo pragniemy zdrowia i leczenia dla naszego / naszej.... Chcemy wszystko uczynić, aby znaleźć pomoc u specjalistów choroby alkoholizmu. Chcemy z cierpliwością stworzyć warunki, które pozwolą na przyjęcie leczenia ciała i duszy. Chcemy z miłości wymagać tego, co potrzebne, oraz unikać litości, która bardziej niszczy niż buduje. Niech moc Twojej Krwi wspiera nas w walce z własną słabością i daje nam mądrość, abyśmy wiedzieli, kiedy mamy stawiać warunki, a kiedy darować i przebaczać. Daj nam szacunek wobec tych, którzy są chorzy, ochroń nas od wszelkich wyrazów osądzania i potępiania.

Błagając o leczenie i nowe zdrowie dla naszego/naszej..., pragniemy żyć w jedności i pokoju rodziny chrześcijańskiej. Jeżeli jednak krzyż naszej rodziny służy bardziej Twoim celom zbawienia, daj nam wiarę i wytrwałość do końca, aby nasza krew razem z Twoją przyczyniła się do ratowania wielu ludzi. Amen.



Modlitwa po otrzymaniu daru trzeźwości

Boże mój, tak bardzo pragnę Ci dziękować za Twoją Opatrzność. Dzięki pomocy Twojej łaski i wielu ludzi potrafiłem przyjąć dar trzeźwości. Czuję się nowym człowiekiem. Mogę jeszcze raz zacząć swoje życie. Odzyskałem straconą wolność, ale jednocześnie zdaję sobie sprawę, że tylko w konsekwentnej i pełnej trzeźwości potrafię zachować to nowe życie. Jestem dalej alkoholiczkiem i tylko przez pokorę, czuwanie oraz jedność z moimi braćmi i siostrami, którzy przeżywają taką samą sytuację, mogę zachowywać i rozwijać owoce leczenia.

Ze wstydem i żalem patrzę wstecz na smutne okresy mojego życia, a zarazem z wdzięcznością zauważam, że uzyskałem przez moje leczenie więcej, niż przedtem straciłem przez słabość i grzechy. Uwielbiam Ciebie, Panie Boże, za cud Twojej miłości, za „błogosławioną winę” w moim życiu! Podobnie jak Krew Chrystusa dała światu więcej, niż zniszczył grzech pierwotny, ja też mogę dzisiaj stwierdzić, że przez zwycięstwo nad chorobą i grzechem stałem się bardziej dojrzały i bogatszy niż przedtem.

Wiem, że ten dar Twojej łaski zobowiązuje mnie: mam nie tylko czuwać nad własnymi słabościami i pokusami z zewnątrz, ale ponadto czuję obowiąz-

zek pomocy tym, którzy męczą się jeszcze w chorobie alkoholizmu lub podobnych uzależnień. Oczyszczony i umocniony przez Krew Chrystusa i Ewangelię pragnę w jedności z moją wspólnotą walczyć o godność i wolność wszystkich. Amen.



O uzdrowienie rodziny z nałogu alkoholizmu

Wszchemogący Boże, Stwórcu wszelkiego dobra,
Ty jesteś samą Miłością i Dobrocią.
Ja – Twój niegodny sługa
staję przed Tobą, by prosić Cię o miłosierdzie.
Wejrzyj, Panie, na moją rodzinę,
która cierpi z powodu choroby alkoholowej mojego ojca.
Ty, Najwyższy, rzekłeś do pierwszych rodziców:
„Bądźcie płodni i rozmnażajcie się”
i już wtedy udzieliłeś swego błogosławieństwa
wszystkim rodzinom.
Ty sam konsekrujesz związek dwojga ludzi,
gdy zawierają oni sakrament małżeństwa.
Czasem buntuję się,
bo moja rodzina nie jest święta;
nie jest podobna do Świętej Rodziny z Nazaretu:
Jezusa – Twego Jedynego Syna,
Maryi – Jego Przenajświętszej Matki
i świętego Józefa – Jego ziemskiego opiekuna.
Wpatrując się w tę Świętą Rodzinę,
proszę Cię, Panie, o uzdrowienie mojej rodziny;
proszę o wyleczenie mojego taty
z tego strasznego nałogu.
Gdy choruje jeden członek rodziny,
choruje cała rodzina.
Daj mi, Panie Boże, siły i pokorę,
abym umiał cierpliwie przyjmować to,
co przynosi mi każdy dzień.
Chcę szanować i kochać mojego ojca,
choć nie jest to łatwe,
gdy widzę go nietrzeźwego i agresywnego.
Duchu Święty,
umacniaj mnie i moją mamę oraz moje rodzeństwo,

abyśmy udźwignęli ten nasz krzyż.
Obyśmy w Jezusie
– naszym ukochanym Zbawicielu –
znajdowali pomoc w pokonywaniu
codziennych trudności.
Maryjo, Święta Boża Rodzicielko,
Weź w swe matczyne ramiona
moją udręczoną rodzinę
i przytul nas do swego Niepokalanego Serca.
Obyśmy byli silni wiarą w Boga!
Obyśmy nigdy nie zwątpili w Jego Opatrzność
i w Jego nieskończone miłosierdzie! Amen.

ks. Krzysztof Masłyk

„Bądź wola Twoja – Modlitwy w różnych intencjach”, Poznań 2008, s. 82-83.



Boże, jestem uzależniony

... Aby zaś nie wynosił mnie zbyt wielki objawień, dany mi został oścień dla ciała, wysłannik szatana, aby mnie policzkował – żebym się nie unosił pychą. Dlatego trzykrotnie prosiłem Pana, aby odszedł ode mnie, lecz mi powiedział: «Wystarczy ci mojej łaski. Moc bowiem w słabości się doskonali». Najchętniej więc będę się chlubił z moich słabości, aby zamieszkała we mnie moc Chrystusa. (II Kor 12,7-9)

W oczach Boga uzależnienia są drogami do zbawienia. Stanowią niezbędny dla mnie bodziec do tego, abym w końcu oddał swoje życie Bogu. Moje uzależnienie jest „dowodem rzeczowym A” pośród dowodów wskazujących na to, dlaczego nie jestem w stanie być swoim własnym zbawicielem. Mam jeszcze wiele innych dowodów, lecz ten jest najbardziej przekonujący. Bez mojego uzależnienia byłbym niemal w stanie przekonać siebie o tym, że nie potrzebuję zbawiciela. Jednak bez względu na to, jak się staram, co robię, ile zdobywam stopni naukowych, ilu mam przyjaciół, ile wypowiadam obietnic, czy też ile razy dziennie się modłę, nic potrafię rozgryźć swojego uzależnienia. Jestem w stosunku do niego całkowicie bezsilny. Potrzebna mi siłą wyższą. Tylko ona może mnie z niego wyrwać.

Jednymi z najszcześniejszych, najzdrowszych i najświętszych ludzi, jakich znam, są alkoholicy potrafiący swobodnie rozmawiać o swoim nałogu. Tak jakby odnaleźli, swego rodzaju wolność dzięki umiejętności powiedzenia: „Poddaję się. Nie radzę sobie z tym i nie mam zamiaru dłużej walczyć. Jestem

alkoholikiem: w obliczu alkoholu jestem bezsilny”. Nie potrafię wyobrazić sobie ulgi, jaką się odczuwa, rezygnując z walki i prosząc Chrystusa o to, aby został naszym mistrzem. Wielu wyraża wręcz wdzięczność za swój nałóg, ponieważ to właśnie dzięki niemu odnaleźli Boga, a nawet siebie. Przypomina to św. Pawła, prawda?

Najchętniej więc będę się chlubił z moich słabości, aby zamieszkała we mnie moc Chrystusa. (II Kor 12, 9)

Każdy z nas jest na swój sposób uzależniony. Każdy trzyma się czegoś zbyt kurczowo. Jeśli nie będziemy uważni, nasze uzależnienia zniszczą nas. Mogą to uczynić bardzo szybko, albo też niszczyć nas stopniowo, pozostawiając nas bezsilnymi i bez życia. Tak oczywiście może się zdarzyć wtedy, jeśli nie skorzystamy z tego, aby nasze uzależnienia stały się drogą do ołtarza Chrystusa – miejsca, w którym, my, chrześcijanie sławimy połamane ciało naszego Pana. To właśnie w tym połamaniu zostajemy uczynieni całością.

PROPOZYCJE CZYTAŃ BIBLIJNYCH

- Księga Wyjścia 32: Złoty cielec
- Księga Liczb 11: Narzekanie na pustyni
- Księga Sędziów 16,4-31: Pożądanie niszczy Samsona
- Pierwsza Księga Królewska 11: Salomon zwraca swe serce ku obcym bogom
- Księga Ezechiela 37,1-14: Bóg ożywia wysuszone kości
- Księga Joela 2,15 – 3,2: Wezwanie do pokuty; Pan odpowiada
- Ewangelia wg św. Mateusza 17,14-21: Wypędzanie złych duchów
- Ewangelia wg św. Mateusza 19,16-30: Bogaty młodzieniec
- Ewangelia wg św. Marka 5,1-20: Uzdrowienie opętanego
- Ewangelia wg św. Marka 5,21-43: Lęk jest bezużyteczny – potrzebna jest wiara
- Ewangelia wg św. Marka 10,46-52: Niewidomy Bartymeusz
- Ewangelia wg św. Łukasza 12,13-21: Gromadzenie ziemskich skarbów
- Ewangelia wg św. Łukasza 23,39-43: Jezus wybawia dobrego łotra
- Ewangelia wg św. Jana 4,1-39; Kobieta przy studni
- Ewangelia wg św. Jana 8,1-11: Kamienowanie kobiety
- Ewangelia wg św. Jana 8,31-36: Prawda was wyzwoli
- List do Rzymian 7,14-25: Nie czynię tego, co chcę
- Drugi List do Koryntian 4,7-18: Zewsząd znosimy cierpienia, lecz nie podajemy się
- Drugi List do Koryntian 12,7-10: Wystarczy ci mojej laski

WSKAZÓWKI DO MODLITW

Jeśli wcześniej tego nie uczyniłem, modlę się według Dwunastu Kroków Anonimowych Alkoholików (zobacz www.aa.org). Poświęcam dużo czasu na rozważanie swojej bezsilności w obliczu swojego uzależnienia. Błagam Boga, aby przejął kontrolę nad moim życiem – aby był moim zbawicielem.

Pytam Boga: „Nad którym z tych dwunastu kroków najbardziej powinienem się obecnie skupić?”. Rozmawiam z Bogiem na ten temat.

Zastanawiam się na modlitwie, z kim mógłbym podzielić się swoimi problemami. Dogłębnie analizuję, kto mógłby być najbardziej pomocny w tym względzie. Wyobrażam sobie siebie opowiadającego tej osobie absolutnie wszystko o swoim uzależnieniu i wyobrażam sobie jej reakcję. Rozważam decyzję o spotkaniu się w tej sprawie z tą osobą.

POKREWNE TEMATY

Złe nawyki, Nienawidzę się. Winny, Pożądanie, Zgrzeszyłem

WARTE ZAPAMIĘTANIA

Jak pies powraca do swoich wymiotów,
tak niemądry powtarza swoje szaleństwo. (Księga Przysłów 26,11)

Gąsienice przemieniają się w motyle. (Anonim)

Bóg nie zachęcił Dzieci Izraela do wyjścia z niewoli egipskiej;
nakazał im to uczynić. (Thomas Merton)

Prawda ma wielu wrogów. Kłamstwo ma wielu przyjaciół.
(Bartolome de Las Casas)

Ci, którzy kładą się z psami, wstają z pchłami.
(Przysłowie Indian Czarnych Stóp)

W: Mark E. Thibodeaux, *Boże mam problemy*, Kraków 2008, s. 19-22.

Historia uczy, że wrogowie Polski w alkoholu zawsze widzieli doskonałego sojusznika w niszczeniu polskiego ducha narodowego. Potwierdzają to chociażby represje, jakie spotykały franciszkanów z Zakrocymia i Niepokalanowa, gdy prowadzili akcje trzeźwościowe podczas zaborów i II wojny światowej. Wrogowie Polski wiedzieli doskonale, że pijane społeczeństwo jest słabe, podzielone, niezdolne do samoorganizacji, bezbronne. Mimo, że upłynęło tak wiele lat, nie zmienia się fakt, że alkohol jest wielkim wrogiem polskiego społeczeństwa i narodu. Prawdziwym patriotą jest więc ten, kto walczy o trzeźwość narodu.

Bp Tadeusz Bronakowski

Abstynencja z wyboru, pod naciskiem skutków uzależnienia od alkoholu

Abstynencja u osób uzależnionych od alkoholu jest w naszej kulturze jedynym konstruktywnym rozwiązaniem tego problemu alkoholowego. Przedstawię temat z perspektywy podejścia terapii uzależnień, oferowanej w placówkach służby zdrowia.

Abstynencja, w rozumieniu „nie – picie, powstrzymywanie się od spożywania napojów alkoholowych” łączy się ściśle z wieloletnią pracą nad jej utrzymaniem czyli trzeźwieniem. Trzeźwienie jest trudnym zadaniem, co postaram się uzasadnić. Jak ważną zarazem wartością jest dla tych, którym się to udaje, świadczy m.in. fakt, że wielu mówi o dniu odstawienia alkoholu, jako o powtórny narodzeniu, a niektórzy rocznice trzeźwienia obchodzą dużo huczniej, w gronie członków grupy AA, niż rocznice własnych urodzin.

Uzależnienie od alkoholu jest chorobą postępującą i śmiertelną. Pomimo, że Światowa Organizacja Zdrowia zaleca, aby zrezygnować z używania pojęcia „alkoholizm” na rzecz terminu: „uzależnienie od alkoholu”, będę dla uproszczenia posługiwać się wyrazem „alkoholik”, mając na myśli osobę uzależnioną.

Nikt, kto spożywa alkohol, nie chce się uzależnić. Przyczyny nałogowego picia są złożone i mają podłoże bio-psycho społeczne. Skutki nadużywania alkoholu są także złożone i mają także charakter bio-psycho-społeczny, m.in. wymienia się:

Skutki zdrowotne: zaburzenia układu trawiennego, krążenia, neurologicznego, choroby płuc, nowotwory, urazy, choroby psychiczne, samobójstwa itp. Osoby uzależnione często są schorowane somatycznie i osłabione.

Skutki społeczne: nadużywaniu alkoholu towarzyszą przestępstwa, łamanie prawa. Uzależnionych jest około 3-4 % dorosłych Polaków, co roku rejestruje się ok. 150-160 tys. osób w placówkach ambulatoryjnych. A u od 3 do 4 milionów Polaków, u rodzin osób uzależnionych występują: schorzenia psychosomatyczne, zaburzenia emocjonalne, spowodowane chronicznym stresem i przemocą, demoralizacja, ubóstwo, obniżenie szans osiągnięcia sukcesu zawodowego.

Skutki psychologiczne i duchowe: dotyczą:

– sfery emocjonalnej – są to zaburzenia świata emocji. Każda sytuacja trudna albo stresowa (również przyjemna, ale nietypowa) wywołuje głód alkoholu – silną natrętną potrzebę picia, połączoną z potrzebą doznania natychmiastowej ulgi. Stresem może być także brak wrażeń, czyli nuda – a zatem sam brak powodu może być przyczyną uruchomienia się głodu alkoholu.

– procesów umysłowych, które tworzą niszczącą orientację życiową. Myślenie osoby uzależnionej, również na trzeźwo, nie jest prawidłowe, jest wypaczone, zniekształcone i podporządkowane budowaniu własnego świata fikcji, w której „ja i moje picie jest w porządku, to inni nie są w porządku”.

– najogólniej mówiąc osobowości człowieka, jego struktury Ja.

– zniewolenia sfery duchowej

Alkoholik rzadko sam z siebie podejmuje decyzję o leczeniu odwykowym. W swojej decyzji ulega różnym rodzajom „nacisków”, motywujących ją do utrzymywania abstynencji. Do „nacisków” bio-psycho- społecznych, motywujących osobę uzależnioną do utrzymywania abstynencji należą:

– prośby i nalegania najbliższych, groźba rozpadu małżeństwa, wyrzucenia z pracy,

– poczucie zagrożenia wynikające z pogorszenia stanu zdrowia lub sytuacji bytowej,

– przykre dolegliwości związane z doświadczaniem alkoholowego zespołu abstynencyjnego

– zobowiązanie sądowe, sprawy karne,

– strach przed śmiercią, strach przed jakąkolwiek utratą, poczucie osiągnięcia dna, osamotnienie – alkoholik czasem fizycznie, ale zawsze psychicznie i emocjonalnie oddala się od otoczenia.

Utrzymywanie abstynencji daje: ucieczkę przed skutkami picia: śmiercią, chorobą, rozwodem, utratą pracy, więzieniem, samotnością – uzależnienie jest chorobą prowadzącą do społecznej izolacji, degradacją – a w konsekwencji, po latach poprawia się jakość życia.

Abstynencja, trzeźwienie

Kiedy alkoholik decyduje się na abstynencję, to rozstaje się i z alkoholem, i traci korzyści wynikające z picia. Koniec ze znieczulaniem się przy pomocy alkoholu, który do tej pory był skutecznym, szybko działającym sposobem na problemy, zmęczenie, osamotnienie i smutki. Trzeba na trzeźwo spotykać się z przykrymi uczuciami.

A nawykowe picie alkoholu, które stało się jego drugą naturą, pociągnęło za sobą nałogowe myślenie, tzw. nałogową logikę, nałogowe przeżywanie emocji i całą nałogowa osobowość człowieka.

Ta „druga natura” pozostaje w osobie uzależnionej, pomimo, że człowiek przestał pić. Mówi się o niektórych, że chociaż są trzeźwi, mają nadal „pija-

ne myślenie” – występują u nich alkoholowe zniekształcenia poznawcze, przejawiają chore myślenie na temat swojej osoby, swojego picia, swojego funkcjonowania.

Osoby uzależnione posługują się niekiedy slangiem, pojęciami, które nie funkcjonują w słowniku języka polskiego, ale wiadomo, że gdy alkoholik jedynie „abstynuje, idzie w zaparte”, to oznacza, że już nie pije, ale też nie robi nic ze sobą, nie dba o poznanie choroby, poznanie siebie i swój rozwój wewnętrzny. Rodziny wówczas niekiedy mówią, że „nie pije, ale lepiej już było, gdy pił...”

Choroba alkoholowa w świetle aktualnej wiedzy jest zmianą nieodwracalną, nastąpiła dożywotnia utrata kontroli nad piciem. Abstynencja jest zmianą odwracalną, trzeba ją pielęgnować, aby nie uległa przerwaniu. Pielęgnowanie abstynencji, trzeźwienie, jest możliwe jedynie dzięki wprowadzeniu zmian w wielu obszarach swego funkcjonowania. Warunkiem niezbędnym do podjęcia skutecznego leczenia odwykowego jest gotowość do wprowadzania zmian: w myśleniu, zachowaniu, własnej osobowości.

Zdrowienie alkoholika, czyli trzeźwienie jest poważnym, zamierzonym na całe życie przedsięwzięciem. Pojęcie trzeźwienia, zawiera w sobie pojęcie abstynencji, ale nie tylko. Abstynent to ten, kto nie pije. Trzeźwość oznacza bardziej podstawową zmianę, obejmującą całą osobowość. Nie można stać się trzeźwym tak szybko, jak abstynentem. Aby osiągnąć trzeźwość, trzeba tego bardzo mocno pragnąć i usilnie pracować nad zdobyciem przynoszącego satysfakcję twórczego życia, bez opierania się na środkach zmieniających nastrój.

Praca nad sobą jest wysiłkiem, ale daje też umiejętność łatwiejszego znoszenia skutków choroby alkoholowej. We wczesnych okresach utrzymywania abstynencji osoby uzależnione, nawet ci, którzy nie mieli „wpadek” („naglego zapicia”), uważają się za walczących o abstynencję nałogowców, którym odebrano używkę. „Wpadkę” można traktować jako konkretne wydarzenie, a nawrót jako konstrukt psychologiczny. Większość pozostających długo w trzeźwości alkoholików zna uczucie pojawiającego się nagle jakby znienacka nagłego silnego pragnienia wypicia alkoholu. Takie chwile budzą lęk i zaburzą równowagę. Niektórym kojarzy się taki stan z koszmarem sennym, innym przypominają się nasycone lękiem pierwsze próby trzeźwości.

A zatem trzeźwość u osoby uzależnionej jest wynikiem zarówno utrzymywania abstynencji jak i wieloletniego procesu wdrażania zmian we wszystkich obszarach życia – pracy nad sobą.

Praca nad sobą

Proces trzeźwienia jest zmianą, zmianą i jeszcze raz zmianą, którą człowiek wprowadza w swoje życie, czasem zmiany te wcale nie mają charakteru stopniowo przebiegającego procesu tylko wymagają równoczesnego wdroże-

nia. W przeciwieństwie do większości chorób, gdzie zadaniem pacjenta jest dostosować się do zaleceń lekarskich, w przypadku alkoholika, to on jest odpowiedzialny za formę i przebieg leczenia.

Chociaż niektórzy mówią, że ich decyzja była nagła, na ogół „pracują na nią lata wcześniejszych rozważań”. Proces zmian związanych z decyzją i samym leczeniem obejmuje:

- etap przedkontemplacyjny, który może trwać kilka miesięcy lub lat. Poprzedza on jakiegokolwiek rozważania na temat zmiany i obejmuje cały wzorec uzależnienia;
- etap kontemplacji (etap motywacji – czyli zobowiązania) – alkoholik uznaje, że „coś z tym trzeba zrobić”. Niektórzy na tym etapie poprzestają – i odkładają działanie „do jutra” z powodu konfliktu motywacji i mieszanych uczuć.
- etap działania – gdy alkoholik aktywnie wprowadza zmiany, sam lub z pomocą.
- etap utrwalania zmiany – ważny acz niedoceniany. Zdarza się, że zaniechanie realizacji tego etapu prowadzi do „zapicia” i powrotu do któregoś z wcześniejszych etapów.

Wprowadzanie zmian polega na odstawieniu alkoholu i rozpoczęciu procesu zdrowienia. Gdy przychodzi moment poczucia „sięgnięcia dna”, chwila szczególnie bolesnej konfrontacji z rzeczywistością – pojawia się potrzeba uzyskania pomocy, ale okryta wstydem. Alkoholik chciałby pomocy, w tajemnicy przed światem – tak, aby nikt nie dowiedział się, że sobie nie radzi. (Np. na oddziale psychiatrycznym – pacjentka alkoholiczka prosi o ukrycie tytułu książki o uzależnieniach, bo się wstydzi współpacjentek; depresja, psychoza – są mniej wstydliwą chorobą. Policjant alkoholik, uparcie zaprzecza, aby miał problem alkoholowy, a na oddział odwykowy zgłasza się dopiero po fackie, gdy prowadził samochód pod wpływem alkoholu, spowodował kolizję i grożą mu poważne konsekwencje.)

W etapach procesu zdrowienia wymienia się kolejno: leczenie odwykowe, tzw. rehabilitację, samorelizację i realizację trzeźwości.

1. leczenie odwykowe, poprzedzone fazą rzucania.

Jest to ostra faza utrzymywania abstynencji, rozpoczyna się z chwilą rzucenia nałogu, towarzyszą jej ostre objawy odstawiennne. Uzależniony w tym czasie nieustannie doświadcza głodu alkoholu i jest to jedna dominująca w umyśle myśl – o piciu. Człowiek zachowuje się nerwowo, gwałtownie, ale ma też największą gotowość do podjęcia działań w kierunku zmiany nałogowych zachowań. Jest tu wysokie ryzyko nawrotu choroby. Utrzymuje się stała pokusa picia, niezależnie od okoliczności. Na powodzenie w utrzymaniu abstynencji mogą mieć wpływ tzw. czynniki indywidualne.

1. detoksykacja – odtruwanie, przerywanie ciągu picia,
2. leczenie uszkodzeń somatycznych i zaburzeń psychicznych,
3. zaczynają się dłuższe przerwy w piciu i kontakty z placówką odwykową. Jest to pośredni okres utrzymywania abstynencji, uczucie głodu ma charakter okresowy, epizodyczny, incydentalny, łatwiej kojarzyć go z określoną sytuacją. Radzenie sobie z trudnościami wynikającymi z choroby przybiera postać aktywnej – bezpośrednie przeciwdziałanie sytuacjom kryzysowym lub pasywną – unikanie osób uzależnionych.

Należy podkreślić, że wszystkie wyszczególnione etapy, okresy mają charakter umowny, ich kolejność i czas trwania mogą mieć bardzo indywidualizowany charakter.

4. początek zdawania sobie sprawy z własnej choroby,
5. rozpoczęcie systematycznej terapii uzależnienia,

Do szpitala, w przeciwieństwie do innych chorób nie są przyjmowane „szczególnie ciężkie czy beznadziejne przypadki”. Trafiają tu osoby, które w stosunkowo krótkim czasie- ok. 2 miesięcy, intensywnie realizują programy, które w warunkach ambulatoryjnych trwają 12 m-cy. Cennym, a niekiedy jedynym programem jaki realizują osoby uzależnione jest program rozwoju duchowego, 12 Kroków, w ramach spotkań Wspólnoty Anonimowych Alkoholików.(zaleca się 90 mitingów w 90 dni),

6. zdobywanie wiedzy o objawach i naturze uzależnienia od alkoholu,
7. uświadamianie sobie szkód we własnym życiu spowodowanych przez alkohol,
8. rozpoznawanie i uznawanie faktu własnej bezsilności wobec alkoholu,
9. dostrzeganie faktu utraty zdolności do kierowania swoim własnym życiem,
10. uznawanie faktu własnego uzależnienia i nadzieja na uratowanie siebie.

Jest to okres zmagania się z ostrymi skutkami picia, po przejściu detoksykacji p-t zaczyna się przygotowywać do uczestnictwa w długotrwałym leczeniu. W tej fazie wczesnego zdrowienia p-t akceptuje fakt, że jest alkoholikiem i zaczyna godzić się z programem zdrowienia jako zmianą stylu życia. Rozpoznaje głód alkoholu i wyrabia w sobie motywację do dalszego leczenia.

Na tym etapie leczenia alkoholika również członkowie jego rodziny mogą uczestniczyć w programie pomocy psychologicznej dla rodzin, który jest realizowany w poradniach terapii uzależnień.

2. tzw. rehabilitacja

Przewlekła faza utrzymywania abstynencji – gdy abstynencja się stabilizuje i znacząco spada ilość napadów intensywnego głodu, jednocześnie spada czujność i aktywność związana z radzeniem sobie w trudnych sytuacjach. Spada też gotowość do realizacji bezpośrednich form przeciwdziałania nawrotów. Konieczne jest ciągle utrzymywanie czujności.

Osoba uzależniona, w celu utrzymania kontroli nad swoim zachowaniem:

1. zdobywa wiedzę o: uszkodzeniach życia emocjonalnego i duchowego, mechanizmach uzależnienia, o procesie nawrotu picia i sygnałach ostrzegawczych;

2. rozpoznaje własne uszkodzenia emocjonalne i duchowe, własny system iluzji i zaprzeczania, uszkodzenia i zagrożenia w życiu własnej rodziny

3. uczy się i trenuje: konstruktywnie postępować z własnymi uczuciami, trafnie rozumieć siebie i własne otoczenia, rozpoznawać sytuacje tworzące ryzyko nawrotu, program HALT (skrót z ang. hungry, angry, lonely, tired – nie być głodnym, złym, samotnym i przemęczonym), umiejętności zapobiegania nawrotom picia – ćwiczy umiejętności zaradcze w zakresie rozwiązywania problemów, bo choroba miewa okresy zaostrzenia, co nie oznacza zapicia, a jedynie proces wzrostu głodu alkoholu.

4. rozpoczyna pracę nad rozwojem duchowych aspektów życia, zrozumieniem i akceptacją obecności Siły Wyższej jako wsparcia w pracy nad sobą, nad poprawą kontaktów z członkami własnej rodziny, nad konstruktywnymi i trzeźwymi kontaktami z innymi ludźmi, przygotowuje się do systematycznego uczestnictwa w programie AA.

5. buduje nową wizję własnego życia w trzeźwości, poczucie własnej wartości, Skuteczne na tym etapie jest poznawcze przeprogramowanie – pacjent uczy się technik takich jak: alternatywne myślenie, kierowanie wyobrażeniami, wymyślanie konstruktywnych reakcji na sygnały rozpoczynające nawrót. Uzależniony doświadcza także zmiany w ocenie poczucia własnej skuteczności – ocenie jak radzi sobie z sytuacjami o wysokim stopniu ryzyka. Poczucie to jest ukształtowane przez doświadczenie, historie sukcesów i porażek, obserwacje innych ludzi lub ich wpływ i stan emocjonalny.

W tym średnim okresie zdrowienia pacjent pokonuje wstrząs pojawiający się po zmianie obrazu siebie, wyobrażeń o swoim życiu, akceptacji choroby oraz budowaniu planu trzeźwienia. Czynniki wyzwalającymi nawrót choroby, stanowiący zagrożenie dla abstynencji mogą być m.in. nagle, nieoczekiwane wyzwania.

3. samorelizacja

W okresie późnego zdrowienia p-t uporządkowuje i rozwiązuje problemy życiowe związane z uzależnieniem oraz rozpoczyna długotrwały proces zmiany osobowości.

Uzależniony pacjent:

1. poznaje stan własnych umiejętności życiowych potrzebnych do trzeźwego życia;

2. trenuje: praktyczne umiejętności ważne w kontaktach z ludźmi, umiejętności radzenia sobie ze stresem i z trudnymi sytuacjami życiowymi, angażowanie się i pomaganie innym ludziom;

3. dba o odpowiednie odżywianie się, regularny sen i odpoczynek, poprawę zdolności do współżycia seksualnego, zwiększone zainteresowanie robieniem czegoś pożytecznego i dobrego w życiu;

4. pracuje nad rekonstrukcją więzi rodzinnych i nad ulepszeniem życia rodzinnego;

5. odzyскуje i tworzy: nowe zainteresowania, szacunek do samego siebie, zaufania i akceptacji ze strony najbliższych osób, plan dalszej pracy nad ulepszeniem własnego życia;

6. uczy się znajdować przyjemności w trzeźwym życiu.

4. realizacja trzeźwości

Jest to okres utrzymywania zmiany, kontynuacja codziennego programu zdrowienia i rozwoju osobistego. Osiągnięcie tej fazy oznacza koniec behawioralnego i psychologicznego uwikłania w picie alkoholu. Na tym etapie ktoś czasem stwierdzi: „dzięki temu, że jestem alkoholikiem”... ten skrót myślowy odzwierciedla zadowolenie z własnego rozwoju, nie tylko abstynencję i powrót do swoich normalnych zachowań, ale i nabycie nowych umiejętności życiowych, które przyczyniają się do wzrostu satysfakcji życiowej.

1. zmiana stylu życia i zwrócenie się do nowych wartości i ideałów

2. twórcze wykorzystywanie czasu wolnego

3. pełna akceptacja trzeźwości i abstynencji

W każdym etapie istotna jest praca nad duchowością. Programem rozwoju duchowego jest program 12 Kroków, realizowany w grupach AA. Alkoholik do pracy nad sobą potrzebuje pomocy Siły Wyższej.

Pomoc innych ludzi jest niezbędna:

1. w grupach terapeutycznych – w poradni, przychodni lub oddziale terapii uzależnień (są to grupy prowadzone przez wyszkolonych terapeutów uzależnień: grupy edukacyjno- motywacyjne, grupy realizujące podstawowy program terapii uzależnień, zapobiegania nawrotom choroby, spotkania byłych pacjentów, grupy treningowe: TAZA – trenujące asertywne zachowania abstynenckie, asertywność, rozwiązywanie problemów). Grupy te są poligonem do przećwiczenia otwartości, zaangażowania, koncentracji na zdrowieniu, umiejętności podejmowania ryzyka, asertywnych zachowań, niealkoholowych sposobów spędzenia czasu.

Alkoholik, aby zrealizować PPTU musi:

- przełamać własne zaprzeczenia i zakłamania – dzięki temu, że słucha alkoholika nie tylko terapeuta, ale grupa osób, również alkoholików, mało możliwe jest aby wciągnąć wszystkich w swój system pokrewnych uzasadnień, iluzji, usprawiedliwień. Trzeba później wysłuchać tzw. informacji zwrotnych od członków grupy, którzy zwrócą uwagę na nierealistyczną ocenę siebie, zdarzeń, postępowania swojego i innych;

- szczerze mówić o sobie – pomimo wewnętrznego oporu, lęku i wstydu a niekiedy i braku umiejętności mówienia o sobie – tego dopiero czasem nauczy się, słuchając innych.
- mówić innym o swoich uczuciach, co widzę, co słyszę, co czuję, z czym się utożsamiam. Poprzez udzielenie informacji zwrotnych jest to pomaganie innym, a zatem powód do uzyskania wdzięczności i sympatii ze strony innych – a przez to wzrostu szacunku do siebie. Praca nad życiem uczuciowym prowadzi do uświadomienia sobie życia uczuciowego, zaakceptowania uczuć własnych i innych ludzi. Pacjenci uczą się wyrażać emocje we właściwy, kontrolowany sposób – bez agresji, wyzwisk.
- identyfikować się z chorobą; dzięki grupie – można się dowiedzieć, jak podobne skutki w rodzinie, pracy, niosło za sobą picie – utożsamienie się z losami innych osób daje utożsamienie się z chorobą.

2. W pracy indywidualnej z terapeutą – prowadzący terapeuta po zebraniu wywiadu opracowuje osobisty program terapii, wyznacza zadania, rozlicza z ich wykonania, prowadzi sesje rodzinne i sesje terapeutyczne.

3. W grupie samopomocy AA - gdzie realizuje program rozwoju duchowego

4. W ruchach trzeźwościowych, rekolekcjach, – gdzie osoby wierzące w Pana Boga czerpią siły do życia w wolności.

Dlaczego tak trudno alkoholikowi utrzymać abstynencję

Abstynencja u osób uzależnionych jest dowodem na utrzymywanie samokontroli, (przez długi czas, całe lata, okupionej dużym wysiłkiem), czyli zmiany własnych reakcji i zachowań. Samokontrola, samoregulacja to każdy wysiłek człowieka w kierunku zmiany własnych reakcji. Dlaczego jest tak trudno utrzymać abstynencję, utrzymać samokontrolę w zakresie nałogowych zachowań?

Programy zdrowienia planowane są na kilka miesięcy, a nawet lat. W tym czasie alkoholik ma na trzeźwo wprowadzić zmiany w myśleniu, przeżywaniu, zachowaniu, nawykach, części swojej osobowości, ma zmienić towarzystwo, uporać się ze skutkami picia, itp. W tym wszystkim ma radzić sobie na trzeźwo z sytuacjami wysokiego ryzyka, tj. gdy wzrasta napięcie wewnętrzne, a wraz z nim automatycznie uruchamia się silna natrętna potrzeba wypicia alkoholu połączona z potrzebą doznania natychmiastowej ulgi. Do takich zagrażających sytuacji należą:

- sytuacje związane z przeżywaniem nieprzyjemnych uczuć (np. nudy, samotności, lęku, depresji);
- sytuacje konfliktowe związane z odczuwaniem złości i agresji (np. w pracy lub w rodzinie)
- wpływ otoczenia, namowy (gdy koledzy proponują napić się)

- przyjemne wydarzenia i sytuacje życiowe, (sukcesy, zakochanie się)
- sytuacje towarzyskie (wizyta w pubie, przyjęcie, uroczystości rodzinne)
- dolegliwości somatyczne (ból, problemy ze snem)

7. próby picia kontrolowanego (gdy pojawia się wątplenie w utratę kontroli nad piciem)

8. nagle pojawiający się głód (np. w wyniku zobaczenia ulubionego trunku czy ogródka piwnego) (wg Marlatta i Gordona w: Chodkiewicz J. 2006)

Trudności związane z utrzymaniem abstynencji wynikają także z innych czynników, do jakich zalicza się: sprzeczność standardów osobistych, wadliwe monitorowanie zachowania, wyczerpanie siły osobistej, nieprawidłowo ukierunkowaną regulację, zaburzenia uwagi, przyczyny wzbudzone wstępnym niepowodzeniem, przyzwolenie sobie na dalsze picie, negatywne samookreślanie osoby uzależnionej. (Baumeister, 2000):

Sprzeczność standardów osobistych: do skutecznej samokontroli niezbędne są standardy, wzorce tego, co ma być przedmiotem kontroli. Uzależnieni dysponują sprzecznymi wzorcami. Z jednej strony jest doświadczenie, że alkohol poprawia samopoczucie (albo daje przyjemność, albo ulgę) – z drugiej strony jest własne postanowienie i świadomość nieprzyjemnych szkód. Konflikt decyzyjny: dążenie – unikanie będzie rozstrzygnięty z udziałem systemu iluzji i zaprzeczeń- czyli zniekształceń w myśleniu, które tworzą nieodpowiadające rzeczywistości wyobrażenie na temat własnego picia. Trzeba pamiętać, że głównym celem osób uzależnionych staje się pożądaný poziom dobrostanu, a nie powściągliwe zachowanie.

Wadliwe monitorowanie zachowania, zaniechanie monitorowania – skuteczna samoregulacja wymaga monitorowania, czyli porównywania ze standardami, własnymi wzorcami. Jeśli człowiek nie dokonuje takich stałych porównań, to samoregulacja jest nieskuteczna. Osoby uzależnione często „nie zwracają sobie głowy” uważaniem na to, co robią. Ponadto pewne czynniki, jak np. stres powodują rozproszenie uwagi i utrudniają monitorowanie lub uniemożliwiają – jak np. niewielka dawka alkoholu.

Wyczerpanie siły osobistej – powstrzymanie pragnienia, kontrolowanie myśli lub zachowania wymaga dysponowania siłą osobistą, rozumianą jako skoncentrowanie energii na zamierzonym działaniu. Walka ze stresem i złe samopoczucie wyczerpują siły człowieka. U ludzi dochodzi do różnych form załamania samokontroli, samoregulacji pod wpływem stresu. Kryje się za tym często wyczerpujące napięcie emocjonalne. Uzależnieni mają obniżoną odporność na stres. A zatem nawet przy jednoznacznie określonych celach, właściwym monitorowaniu swego zachowania, może dochodzić do załamania samokontroli z powodu wyczerpującego napięcia emocjonalnego.

Nieprawidłowo ukierunkowana regulacja – z powodu aktywności psychologicznych mechanizmów uzależnienia – czyli nieprawidłowości w myśleniu,

życiu emocjonalnym i funkcjonowaniu struktury. Ja osoby uzależnione mają mylne przekonanie o sobie i otoczeniu. Usiłują kontrolować to, czego nie da się kontrolować – np. pożądania, pragnienia, podczas gdy należałoby powstrzymać się przed działaniami, które dają początek tym impulsom. Alkoholik zaangażowany w beznadziejną walkę o udowodnienie sobie i światu, że ma kontrolę nad alkoholem lub w walkę o odzyskanie tej kontroli.

Zaburzenia uwagi, „krótkowzroczność alkoholowa” – nadużywanie alkoholu powoduje zmiany w pracy systemu nerwowego, prowadzi do stałych lub przejściowych zmian w mózgu. U osób pijących nałogowo są problemy z koncentracją i uwagą, nie radzą sobie z odwróceniem uwagi od aktualnej, nieprzyjemnej chwili – mają trudności z przerwaniem uwagi na długodystansowe cele, co najwyżej koncentrują uwagę na wyobrażeniu sobie atrakcyjnego stanu, jaki daje napicie się. Nawet widok obrazka przedstawiającego napój alkoholowy powoduje u alkoholików pobudzenie wegetatywne, zapach, widok alkoholu, zdjęcia z libacji alkoholowych mogą wywołać reakcję wegetatywną. Dlatego mityngi AA odbywają się przy kościołach, w szkołach – miejscach bez skojarzeń z alkoholem.

Przyczyny wzbudzone wstępnym niepowodzeniem – „efekt złamania abstynencji”, załamanie samoregulacji przebiega często dwuetapowo; niektórzy uważają że tzw. wpadka, spożycie niewielkiej ilości alkoholu, „z okazji”, chęci sprawdzenia się, namów kolegów itp. może spowodować poczucie porażki, silny wzrost napięcia – i uruchomić dalsze picie. Niewielkie przekroczenie, traktowane jest jako katastrofa: „z perspektywy wszystko albo nic, każdy kieliszek stanowi pogwałcenie zasad abstynencji: czyn raz popełniony nie może zostać unieważniony”.

Przyzwolenie sobie na picie – utrzymywanie abstynencji wymaga kłopotliwej walki wewnętrznej, a załamanie samokontroli aktywnego udziału, osoba uzależniona poszukuje miejsc i środowisk, gdzie picie jest normą i panuje przekonanie, że alkoholik pić musi.

Negatywne samookreślenie osoby uzależnionej – sprzeczne obrazy samego siebie, nadmiernie rozwinięta potrzeba kontroli, w tym nierealnie ukierunkowanej samokontroli, niepokój, wstyd, poczucie winy prowadzą do decyzji „od jutra nie piję” i faktycznego odroczenia w czasie podjęcia zmian.

Podsumowanie

Warto pamiętać, że szereg wprowadzanych zmian, wywołuje u każdego człowieka, w sposób naturalny, napięcie, związane ze stresem.

Napięcie u osób uzależnionych uruchamia głód alkoholu, czyli silną, natrętną potrzebę doznania natychmiastowej ulgi poprzez napicie się alkoholu. Uruchamia się potrzeba, aby zredukować nieprzyjemny stan i jest nawyk, sprawdzony i skuteczny – z natychmiastowym skutkiem; alkohol gwarantuje

natychmiastową ulgę. Równocześnie poradzenie sobie ze stresem przy pomocy alkoholu oznacza porażkę w trzeźwieniu, przerwanie abstynencji.

Stała praca nad własnym trzeźwieniem (gdy alkoholik czuwa, aby nie dopuścić do silnego zaostrzenia choroby – nawrotu) daje szansę na włączenie racjonalnej analizy konfliktu i dokonania bilansu zysków i strat. Uzależniony może dokonać wyboru: stres i rozładowanie go w zalecony sposób (wymaga to podjęcia działań-) albo stres i rozładowanie go w znany, nawykowy sposób.

W nawrocie choroby alkoholowej jest konflikt wewnętrzny i trwa walka między motywacją do utrzymywania abstynencji a pragnieniem picia. W silnym nawrocie choroby, gdy dochodzi do zawężenia postrzegania i usztywnienia myślenia, nie ma czasu na analizę, uruchamiają się czynności nawykowe.

Tak jak w przysłowiu, że „tonący brzytwy się chwyta”, tak abstynencja jest na początku dla osoby uzależnionej „brzytwą”. Ani nie sprawia ona przyjemności (poza pierwszym krótkim jhokresem, zwanym fazą „miesiąca miodowego”), ani nie przynosi żadnych korzyści w wymiarze biologicznym, ani psychologicznym, ani społecznym. Osoba pijąca nałogowo zaczyna spotykać się „na trzeźwo” ze skutkami swego picia, a ta bolesna konfrontacja jest powodem dodatkowego cierpienia. Praktycznie nie zdarza się, aby motywacja do utrzymywania abstynencji u osób uzależnionych była „dobrowolna” i wynikała z własnej potrzeby wolności lub potrzeby samorozwoju.

Na terapię i/lub do grupy AA trafiają ludzie, którzy czują się źle, są pełni winy, mają wyrzuty sumienia, poczucie bezwartościowości i beznadziei.

Uświadomienie sobie zniszczeń, własnej autodestrukcji, bez skorzystania z nałogowych zachowań, przejście przez to „na trzeźwo”, rozwiązywanie życiowych problemów bez ucieczki w picie alkoholu jest dowodem na trzeźwienie osoby uzależnionej, pozytywnym efektem abstynencji i pracy nad sobą.

Alkoholik w początkowym okresie trzeźwienia walczy o abstynencję, ale cieszy się nią, zaczyna ją traktować jako przejaw swojej wolności, dopiero po wieloletnim wprowadzeniu zmian we wszystkich obszarach życia. Wówczas dopiero jest to nowy styl życia; gdy radzi sobie z życiem na trzeźwo, z poczuciem humoru, dba o swoje zdrowie, stosuje właściwą dietę, utrzymuje satysfakcjonujące relacje z ludźmi, wykazuje aktywność stosownie do swoich rzeczywistych możliwości.

oprac. *Barbara Góralezyk*

SPOTKANIA I REKOLEKCJE

OŚRODEK APOSTOLSTWA TRZEŻWOŚCI

05-170 Zakroczym,
ul. O. Honorata Koźmińskiego 36,
tel./fax (022) 785-22-08
e-mail: oat@kapucyni-www.opoka.org.pl
strona internetowa: <http://www.oat.com.pl>

REKOLEKCJE DLA ALKOHOLIKÓW TRZEŻWIEJĄCYCH I ICH RODZIN

- 05-08 MARCA
- 02-05 KWIETNIA
- 20-23 SIERPNI
- 10-13 GRUDNIA

Zgłoszenia przyjmuje biuro OAT, koszt 170 zł, przedpłatę (połowa kosztów) należy wpłacić na konto OAT

SPOTKANIA GRUP RODZINNYCH AL.-ANON

- 22-25 STYCZNIA prowadzi grupa olsztyńska
- 12-15 MARCA prowadzi grupa gdańska
- 14-17 MAJA prowadzą grupy z Legionowa
- 16-20 WRZEŚNIA prowadzi grupa „Westalki” z Wrocławia
- 05-08 LISTOPADA prowadzą grupy z Warszawy

Zgłoszenia przyjmuje biuro OAT, koszt 160 zł, (spotkanie grupy z Wrocławia 175 zł) przedpłatę (połowa kosztów) należy wpłacić na konto OAT.

DNI SKUPIENIA I MODLITWY DOROSŁYCH DZIECI ALKOHOLIKÓW (DDA)

- 15-18 STYCZNIA;
- 26-29 MARCA;
- 02-05 LIPCA;
- 15-18 PAŹDZIERNIKA

ZGŁOSZENIA PRZYJMUJE: Magdalena Czuchryta,
01-911 Warszawa, ul. Andersena 1/27
e-mail: zakroczymiaci@op.pl
koszt 160 zł, przedpłatę (połowa kosztów) należy wpłacić na konto OAT.

SPOTKANIA ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW

- 08-11 STYCZNIK – **prowadzi:** Grupa „Nadzieja” ul. Kardynała Wyszyńskiego 58; 85-620 Bydgoszcz
- 29 STYCZNIK– 1 LUTEGO – **prowadzi:** Grupa AA „Arka, skr. poczt. 60; 01-380 Warszawa 27
- 12-15 LUTEGO – **prowadzi:** Grupa AA „Awanti”, ul. Armii Poznań 42; 62-031 Luboń k. Poznania
- 19-22 MARCA – **prowadzi:** Grupa AA „Barbara” ul. Włocławska 1, Kościół NMP; 62-650 Kłodawa
- 23-26 KWIECIEŃ – **prowadzi:** Grupa AA „Zostań z nami”, ul. Ks. Jana Majdera 19, Kościół p. w. NMP, 80-384 Gdańsk-Przymorze
- 7-10 MAJA – **prowadzi:** Grupa AA „Echa Leśne” ul. Bródnowska 22/12, 03-439 Warszawa
- 21-24 MAJA – **prowadzi:** Grupa AA „Pod plebanią” ul. Kolorowych domów, Kościół p. w. św. Stanisława 70-781 Szczecin-OŚ. BUKOWE
- 4-7 CZERWCA – **prowadzi:** Grupa AA „Jedność” ul. Szosa Bydgoska 1; 87-100 Toruń
- 18-21 CZERWCA – **prowadzi:** Grupa AA „Tolerancja-Barka” ul. 1 Maja 74c/8; 11-130 Orneta.
- 16-19 LIPCA – **prowadzi:** Grupa AA „Bory Tucholskie” i „Podhaje” (Spotkania dla uzależnionych i współuzależnionych) ul. Piastowska 25/9 89-501 Tuchola. E-mail: Jozefaa@wp.pl (Tel. 601208165); pawell@poczta.fm (Tel. 509714613)
- 10-13 WRZEŚNIA – **prowadzi:** Grupa AA „Bez nazwy”; Parafia Matki Bożej Królowej Polski, ul. Obrońców krzyża 1; 31-831 Kraków-Bieńczyce. E-mail: aa_beznazwy@interia.pl; <http://aa-beznazwy.w.interia.pl>
- 8-11 PAŹDZIERNIKA – **prowadzi:** Grupa AA „Dobro-Wolność” Rynek Główny Kościół p. w. św. Mikołaja 32-500 Chrzanów
- 26-29 LISTOPADA – **prowadzi:** Grupa AA „Ster” ul. Marcinkowskiego 24; 61-827 Poznań
- 17-20 GRUDNIA – **prowadzi:** Grupa AA „Witaj”, Poradnia Leczenia Uzależnień, ul. Staszica 18 08-400 Garwolin; e-mail: aawitaj@tlen.pl

Zgłoszenia przyjmują organizatorzy spotkań, koszt 170 zł, przedpłatę (połowa kosztów) należy wpłacić na konto OAT.

LICHEŃSKIE CENTRUM POMOCY RODZINIE I OSOBOM UZALEŻNIONYM

ul. Klasztorna 4, 62-563 Licheń Stary; tel. (063) 27 08 132

e-mail: pomoclichen@home.pl; www.pomoclichen.home.pl

Centrum czynne codziennie:

- Od godz. 8.00 do 20.00 – w sezonie pielgrzymkowym (maj-październik)
- Od godz. 8.00 do 18.00 – poza sezonem pielgrzymkowym (listopad-kwiecień)
- Telefon zaufania codziennie od godziny 800 do 1800 – (0-63) 270 81 32
- Koronka do Miłosierdzia Bożego codziennie o godzinie 1500
- Mityng AA w Licheńskim Centrum – sobota godzina 1715
- Mityng Al.- Anon w Licheńskim Centrum – sobota godzina 1715
- Mityng DDA w Licheńskim Centrum – czwartek godzina 1600

Centrum Pomocy to miejsce pierwszego kontaktu dla osób uzależnionych i ich rodzin. Zjednoczyło w sobie dwa działające w Sanktuarium Maryjnym w Licheniu Apostolaty: Odnowy Rodziny i Trzeźwości. Oferta licheńskiego ośrodka obejmuje pomoc modlitewno-duchową i psychologiczną. Na poszukujących wsparcia czekają duszpasterze i zawodowi terapeuci. Osoby potrzebujące pomocy duchowej mogą skorzystać z rozmowy z kapłanem znającym problemy rodzinne i uzależnień. Pomoc psychologiczna to: rozmowy indywidualne, diagnoza uzależnień i współuzależnień oraz terapia indywidualna i grupowa. Apostolat Odnowy Rodziny oferuje pomoc w nauczaniu naturalnych metod planowania rodziny, zajmuje się problemami wychowawczymi i komunikacją małżeńską. Licheńskie Centrum Pomocy jest otwarte na nowe formy i metody skutecznego pomagania alkoholikom, palaczom, narkomanom, hazardzistom, erotomanom oraz ich rodzinom. Osoby cierpiące z powodu tych i innych uzależnień oraz przeżywające trudności i kryzysy rodzinne, dzięki pomocy duchowej i terapeutycznej mogą odzyskać utraconą nadzieję, przeżyć przebudzenie duchowe, otrzymać moc i odwagę do przemiany życia. Doświadczają tutaj spotkania z Bogiem oraz odnowienia sił witalnych.

OGÓLNOPOLSKIE SPOTKANIA WSPÓLNOT TRZEŻWOŚCIOWYCH

Ważnym i stałym wydarzeniem w Licheniu stały się Ogólnopolskie Spotkania Wspólnot Trzeźwościowych, których tradycyjnym terminem jest **ostatnia sobota i niedziela lipca**. Pierwsze z nich odbyło się w 1993 roku z inicjatywy Intergrupy AA „Jedność” z Konina, ks. Stanisława Kowalskiego z Koła oraz Apostolstwa Trzeźwości z Lichenia i zgromadziło około 300

uczestników. Odtąd z roku na rok „Mityngi pod gwiazdami” gromadziły coraz liczniejsze rzesze przedstawicieli środowisk trzeźwościowych z całej Polski. W jubileuszowym, X Spotkaniu wzięło udział 15 tysięcy uczestników.

W programie proponowane są: prelekcje, Droga Krzyżowa w miejscu objawień w Lesie Grąblińskim, całonocne mityngi wspólnot, koncert muzyki religijno – trzeźwościowej, Msza św. o północy.

Mityng pod gwiazdami, sakrament pojednania i pokuty oraz świadectwo trzeźwego życia to dar Licheńskich Spotkań złożony na ręce Boga i Jego Matki w przededniu miesiąca trzeźwości.

(Istnieje możliwość otrzymania dofinansowania ze środków Komisji Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych na podstawie art. 4 ust. 1 i art. 18 Ustawy o „Wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałania alkoholizmu”.)

Opłaty za udział w rekolekcjach i warsztatach można dokonać na konto:
Dom Zakonny Księży Marianów
ul. Klasztorna 4, 62-563 Licheń Stary
PKO S.A. O/Konin
Nr 88 1240 1415 1111 0010 0200 2735

Zgłoszenie udziału najpóźniej na trzy tygodnie przed wybranym terminem telefonicznie: (063) 270 81 32 lub pocztą elektroniczną: e-mail: pomoclichen@home.pl.

Zjazd w piątek do godz. 13.00 a zakończenie rekolekcji i warsztatów w niedzielę obiadem o godz. 13.00.

Możliwość indywidualnej rozmowy z psychologiem, terapeutą, duszpasterzem.

Obowiązuje kontrakt na zasady pracy w grupie oraz zachowanie dyscypliny!

FATIMSKIE SPOTKANIA TRZEŹWOŚCIOWE W TURZY ŚLĄSKIEJ

W programie Koronka do M. B., Mityngi AA i Al-Anon, Msza Św. Agapa

Organizatorzy spotkań: Henryka i Tadeusz Todys
44-240 Żory; Oś. Ks. Władysława 14 H/3; tel. (032) 434 45 46

Miejsce spotkań: Dom Parafialny i Sanktuarium Matki Bożej Fatimskiej,
Turza Śląska koło Wodzisławia; ul. Tysiąclecia 15

Terminy spotkań w 2009 r. (każda 3-a sobota miesiąca)

TERAPIA DLA KSIĘŻY I ZAKONNIKÓW PRZEŻYWAJĄCYCH KRYZYS ŻYCIOWY W ZWIĄZKU Z WYSTĄPIENIEM U NICH UZALEŻNIENIA OD ALKOHOLU

Ośrodek Terapii Uzależnień Stare Juchy

ul. Mazurska 33, 19-330 Stare Juchy k. Ełku
tel/fax: (0-87) 6199326; kom. +48 668 114 066;
e-mail: otu@otu.pl www.otu.pl

Założycielem Ośrodka Terapii Uzależnień Stare Juchy jest Zakon Kano-ników Regularnych Laterańskich (Kraków, ul. Bożego Ciała 26). Ośrodek powstał jako wotum za 600 lat pobytu Zakonu w Krakowie na Kazimierzu, gdzie Zakon ma swój główny klasztor oraz prowadzi parafię Bożego Ciała. Kilkanaście wieków w Kościele Katolickim, 600 lat obecności Zakonu w Krakowie na Kazimierzu, 60 lat prowadzenia parafii w Ełku na Mazurach, obecność w Polsce i na świecie zobowiązywała i zobowiązuje do dbałości o jakość ośrodka i pełną profesjonalność świadczonych usług medycznych.

Ośrodek nasz położony jest 22 km od Ełku, 800m za miejscowością Stare Juchy, w jednym z piękniejszych miejsc widokowych na Mazurach. Krajo-braz, cisza, bliski kontakt z naturą pomagają osiągnąć spokój i skoncentro-wać się na leczeniu. Staramy się, aby terapia przebiegała w bezpiecznej i przy-jaznej atmosferze. Zapewniamy maksymalną dyskrecję podczas pobytu. Sprzyja temu położenie Ośrodka, które umożliwia tworzenie klimatu bezpie-czeństwa, odosobnienia i koncentracji na terapii oraz osobistym rozwoju.

W naszym ośrodku leczymy osoby uzależnione od alkoholu, hazardu i komputera. Koszty leczenia są finansowane z Narodowego Funduszu Zdro-wia. Czas oczekiwania wynosi wtedy około 3-4 miesięcy. Istnieje także możli-wość odpłatnego leczenia pacjentów. Posiadamy miejsca finansowane osobi-ście przez uczestników programu lub sponsorów, pracodawców, samorządy lokalne...inne podmioty. Nie wymagane jest wtedy skierowanie lekarskie, stąd pacjent pozostaje w pełni anonimowy. Ośrodek nie prowadzi detoksyka-cji, ale wymaga odtrucia przed rozpoczęciem leczenia lub okresu abstynencji.

Terapia w Ośrodku trwa 6 tygodni. Korzystamy z nowoczesnych meto-dach stosowanych w psychoterapii uzależnień, z wykorzystaniem programu rozwoju duchowego Anonimowych Alkoholików. W tym czasie zagwaranto-wana jest opieka medyczna, psychiatryczna i psychologiczna. Realizacja pro-gramów terapeutycznych jest zindywidualizowana, dostosowana do indywi-dualnych potrzeb i możliwości pacjenta, z uwzględnieniem pracy nad cechami osobowości (w tym zaburzeń osobowości), w kontekście choro-by alkoholowej.

Podstawową metodą leczenia jest psychoterapia grupowa i indywidualna.

Pomimo krótkiego czasu działania (od 2005r.), placówka posiada bardzo wysokie referencje, m.in. Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, która nadzoruje i superwizuje pracę lecznictwa odwykowego w Polsce. Zaliczyła ona nasz ośrodek do „wiodących zakładów lecznictwa odwykowego w Polsce, udzielającej świadczeń zdrowotnych na najwyższym poziomie” oraz stwierdziła, że „Ośrodek Terapii Uzależnień Stare Juchy, mimo krótkiego okresu funkcjonowania, cieszy się doskonałą opinią w środowisku profesjonalistów oraz dużym zainteresowaniem ze strony pacjentów”.

Gwarancją wysokiego poziomu usług jest także zespół terapeutyczny. Ośrodkiem kieruje Leszek Sagadyn psycholog kliniczny, certyfikowany specjalista (superwizor) psychoterapii uzależnień, superwizor psychoterapii i treningu grupowego Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Cały zespół terapeutyczny spełnia wymagania stawiane profesjonalnym terapeutom przez Ministerstwo Zdrowia (STU, SPP, staże kliniczne, certyfikaty). Terapeuci systematycznie podnoszą swoje kwalifikacje, uczestnicząc w szkoleniach wymaganych przez standardy leczenia. OTU Stare Juchy spełnia wymagania II poziomu referencyjnego stawiane przez NFZ.

Ośrodek z założenia jest ośrodkiem otwartym, tzn., że będziemy w nim wszystkich, bez względu na płeć, wyznanie, pochodzenie, stan materialny.

Przez cały okres działalności w naszym ośrodku są leczone także osoby duchowne. Nasze dotychczasowe doświadczenia wskazują, że leczenie osób duchownych razem z osobami świeckimi tworzy dla terapii możliwość skutecznego przepracowania problemu wstydu i poczucia winy, związanego z uzależnieniem, które było dotychczas skrzętnie ukrywane. Ksiądz zostawał często sam ze swoim problemem, a braki jakiegokolwiek działania w kierunku leczenia były tłumaczone stwierdzeniem „aby nie pogorszyć świeckich”. Istotą wspólnej terapii jest „wyjście na zewnątrz” ze swoją chorobą, doświadczenie, że także inni, często też „postawieni na świeczniku”, doświadczają podobnych przeżyć. Natomiast leczenie ma być powodem dumy i zadowolenia z siebie, a nie kolejnego, skrzętnie skrywanego faktu, który staje się powodem przeżywania dodatkowego napięcia z ukrywanej tajemnicy, obawy, wstydu. Doprowadza to często do zapicia. Wspólne leczenie pomaga księdzu uporać się z narastającym lękiem przed ujawnieniem jego alkoholizmu. Jest to też szansa na lepsze wzajemne zrozumienie swojej choroby.

W ośrodku jest kaplica p. w. św. Ojca Pio, gdzie na stałe jest Najświętszy Sakrament. W niedzielę odprawiana jest Msza św., a w tygodniu odbywają się nabożeństwa, zgodnie z rokiem liturgicznym. W czasie leczenia księża nie sprawują funkcji kapłańskich. Każdy z pacjentów jest w „stanie chorych”, bez żadnych wyróżnień (uzależniony lekarz nie leczy w czasie pobytu w ośrodku, nauczyciel nie naucza, adwokat nie doradza, itd.). Indywidualnie zaś księża są zachęceni do odmawiania brewiarza, częstych nawiedzeń

Najśw. Sakramentu. Okres 6 tygodni bardzo sprzyja trzeźwej refleksji nad swoim powołaniem, a także trosce o rozwój duchowy, niezbędny w procesie trzeźwienia.

Kontakt:

Ks. Jacek Krzewicki CRL

Parafia NSJ

ul. Armii Krajowej 2; 19-300 Elk

e-mail: jk@miastoelk.pl lub na adres OTU Stare Juchy.

www.otu.pl

**DIECEZJALNY OŚRODEK DUSZPASTERSTWA TRZEŹWOŚCI
IM. ŚW. JÓZEFA OPIEKUNA.**

Kowalew, ul. Kościelna 12, 63-300 Pleszew 1,
tel./Fax (062) 742 65 46 E-mail: kondrat@post.pl
www.duszpasterstwo-trzezowosci.diecezja.kalisz.pl
www.dodat.diecezja.kalisz.pl

Terapia dla księży i zakonników przeżywających kryzys życiowy w związku z wystąpieniem u nich uzależnienia od alkoholu. Ośrodek ma swoją siedzibę w parafii św. Bartłomieja Apostoła w Kowalewie, wsi położonej blisko Pleszewa na terenie diecezji kaliskiej.

Funkcjonuje od 1994 r. Celem jego działalności jest świadczenie różnorodnej pomocy wszystkim kapłanom Diecezji Kaliskiej, a także z innych diecezji, zgromadzeń zakonnych i zakonów, którzy przeżywają kryzys życiowy spowodowany nadużywaniem alkoholu lub innych środków zmieniających świadomość. Założycielem i dyrektorem ośrodka jest ks. mgr Wiesław Kondratowicz, trzeźwiejący alkoholik, działacz trzeźwościowy, doradca duchowy i terapeuta. Z oferty ośrodka skorzystało dotychczas ponad 500 kapłanów z Kraju i zagranicy. Sprawdzone, oparte na dziesięcioletnim doświadczeniu program terapeutyczny trwa 8 tygodni i realizowany jest w dwóch płaszczyznach:

PROFESJONALNY PROGRAM TERAPII UZALEŻNIENIA oparty o amerykański model Minnesota realizowany przez doświadczony zespół, w którym pracuje psycholog – specjalista terapii uzależnień, lekarz psychiatra i dwóch certyfikowanych instruktorów. Szefem zespołu jest mgr Mirosław Konieczny, specjalista psychoterapii uzależnień. W zespole pracują osoby mające osobiste doświadczenie uzależnienia, z którym sobie poradziły. Ośrodek Terapii Uzależnień posiada kontrakt z NFZ i te oddziaływania są dla ubezpieczonych księży bezpłatne.

PROGRAM DUCHOWO-RELIGIJNO-KAPŁAŃSKI realizowany przez dwóch kapłanów w systemie grupowym i indywidualnym. Obok dyrektora doradcą duchowym jest ks. mgr Jerzy Siwik. Obydwaj są trzeźwiejącymi alkoholikami z dużym stażem abstynencji. Uczestnicy korzystają też z duchowego programu Anonimowych Alkoholików. Unikalnym, bo niemożliwym do zastosowania w ośrodkach świeckich, jest program terapii religijno – kapłańskiej, w którym księża angażują się w życie parafii. Kapłani codziennie celebrują Mszę św., spowiadają, głoszą homilie i kazania a także pomagają w różnych parafiach. Parafianie kowalewscy i z okolicznych wspólnot wiedzą, że księża z Ośrodka w Kowalewie przebywają na terapii w chorobie alkoholowej i jest to przez ludzi akceptowane. Dla pacjentów – duchownych jest to okazja do konfrontacji ze wstydem i poczuciem winy, które są zranieniami towarzyszącymi chorobie alkoholowej i często blokującymi proces trzeźwienia.

Dysponujemy 10 miejscami dla księży pacjentów. Pobyt w Ośrodku w Kowalewie wiąże się z pokryciem kosztów utrzymania w czasie trwającej 8 tygodni terapii. Wpłaty dokonuje ksiądz sam na nasz numer konta przed terapią, co jest też środkiem mobilizującym do podjęcia procesu leczenia.

Nasz numer konta: 49 1020 2212 0000 5202 0091 5314

Koszty całkowite w kwocie 5040 zł. (56 dni x 90 zł.) pokrywa ksiądz ze swoich dochodów, co jest też sytuacją terapeutyczną, uczącą pacjenta odpowiedzialności osobistej za swoje zdrowienie. W wypadku gdy ksiądz czy zakonnik nie ma aktualnie takiej kwoty, może kuria diecezjalna, czy prowincjalna udzielić pożyczki, którą pacjent po leczeniu spłaci, pracując i zdrowiejąc. W przypadkach szczególnych przewidujemy możliwość odstąpienia od tej procedury przyjmowania do Ośrodka, rozpatrując sprawę indywidualnie.

Ksiądz czy zakonnik, który przybywa do Ośrodka na terapię, badany jest alkotestem na zawartość alkoholu w organizmie. W przypadku stanu wskazującego na spożycie alkoholu nie może być w tym dniu przyjęty na terapię.

Kapłani przywożą ze sobą sutannę (habit), albę, stulę i brewiarz. Istnieje w czasie terapii możliwość korzystania ze spacerów pieszych i rowerowych, z basenu kąpielowego. W związku z tym dobrze jest zabrać ze sobą odpowiedni strój do tego typu zajęć. W ramach programu zdrowienia duchowego zalecane jest korzystanie z teatru, filharmonii, kina w pobliskim Kaliszu.

Kapłani mogą mieć swoje intencje mszalne, ale nie związane z konkretnymi terminami (np. nie „gregoriankę”), ponieważ odpowiadają też intencje parafii Kowalew.

Księża i zakonnicy mieszkają w czasie terapii w pokojach 2 osobowych z łazienkami i jest to wymóg terapeutyczny, zapobiegający izolacji, jaką powoduje choroba alkoholowa.

Przyjęcie na terapię, nie jest uwarunkowane skierowaniem od biskupa, przełożonego czy kurii. Księża i zakonnicy mogą zgłaszać się prywatnie. Ośrodek posiada usankcjonowanie prawne Biskupa Ordynariusza Kaliskiego oraz akceptację Konferencji Episkopatu Polski. Ks. Dyrektor jest członkiem Zespołu Apostolstwa Trzeźwości KEP.

Księża i zakonnicy zabierają ze sobą legitymację ubezpieczeniową ZUS lub ostatni odcinek wpłaty składki do ZUS. Księża z zagranicy, którzy nie mają ubezpieczenia w Polsce muszą być przygotowani do zapłacenia dodatkowo, do kosztów utrzymania, kwoty 1600 zł. za 8 tygodni usług terapeutycznych.

Kowalew to miejscowość położona k/Pleszewa przy trasie Kalisz – Poznań; Katowice – Poznań. Jadąc pociągiem trzeba wykupić bilet do Pleszewa, ponieważ stacja kolejowa leży na terenie Kowalewa. Można powiadomić Ośrodek o godz. przyjazdu pociągu – będziemy czekać na dworcu. Wskazany jest przyjazd własnym samochodem, jeśli to możliwe.

Zgłoszenia na terapię pod nr tel.:

- (062) 742-30-82 tel. – Ks. Dyrektor
- (062) 742-65-46 tel. – Ośrodek
- (062) 742-65-46 fax
- 660 773 492 – Ks. Dyrektor
- email: kondrat@post.pl

Skorzystanie z naszej pomocy jest w tej chorobie szansą na wejście w proces zdrowienia, który im wcześniej rozpoczęty, daje większą nadzieję na uratowanie. Trzeba mieć też, świadomość, że terapia w Ośrodku jest tylko początkiem trzeźwienia, które będzie trwało całe życie. Pacjent – duchowny, kończąc program, otrzymuje wskazania poterapeutyczne do zrealizowania i w miejscu pracy i życia, i w kontakcie z naszym Ośrodkiem oraz wspólnotą Anonimowych Alkoholików.

**I GIETRZWAŁDZKIE REKOLEKCYJNO-TERAPEUTYCZNE
SPOTKANIA DLA KAPŁANÓW
„12 KROKÓW W ŚWIETLE PISMA ŚWIĘTEGO”**

14 – 18 kwietnia 2009 r.

W orędziu gietrzwałdzkim Matka Boża wzywała do gorliwej modlitwy różańcowej; do czynienia pokuty i pracy osobistej nad własną świętością ze szczególnym uwzględnieniem cnoty trzeźwości. Wszelkie zło i uzależnienia można pokonać modlitwą różańcową. Takie zapewnienie płynie od Matki Bożej, która objawiła się w Gietrzwałdzie w 1877, i stale przebywa pośród wiernych pielgrzymujących do tego świętego miejsca na Warmii.

Sanktuarium gietrzwałdzkie jest otwarte na potrzeby duchowe wszystkich wiernych, ale także treścią maryjnego orędzia pragnie ubogacić kapłanów, szczególnie tych, którzy przeżywają życiowy kryzys związany z uzależnieniem alkoholowym lub innym zmieniającym świadomość.

Zapraszamy kapłanów diecezjalnych i zakonnych, aby w miejscu objawień Matki Bożej i czczonego tutaj Jej Cudownego Wizerunku, zapragnęli zdrowieć na drodze zupełnego oddania się Matce Bożej Gietrzwałdzkiej, która w tym sanktuarium jest pozdrawiana słowami „AVE REGINA CAELORUM AVE DOMINA ANGELORUM”.

Zapewniamy, że klimat gietrzwałdzkiego sanktuarium, modlitewna atmosfera odmawianego trzy razy dziennie Różańca oraz piękno warmińskiego krajobrazu lasów i jezior, przyczyni się do odzyskania równowagi psychicznej i duchowego odrodzenia się na drodze życia kapłańskiego.

Zapraszamy 14 kwietnia 2009 (zjazd i rozpoczęcie wieczorem kolacją o godz. 18.00), a zakończenie 18 kwietnia (obiad o godz. 12.45).

Koszt pobytu to int. mszalna + 70.00zł za każdą dobę.

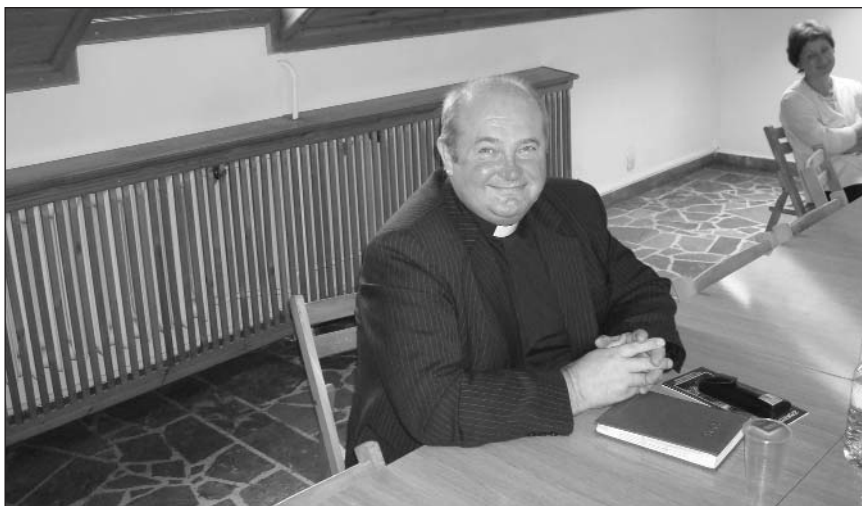
Zgłoszenia:

Ks. Kazimierz Brzozowski CRL

11-036 Gietrzwałd

tel. (089) 512 31 02; fax (089) 512 34 06; kom. 0601 850 625

e-mail: kazimierz.brzozowski@wp.pl



Ks. Kazimierz Brzozowski CRL podczas Jesiennej Sesji Duszpasterstwa Trzeźwości w Zakrocymiu – wrzesień 2008 r.



***Pomnik Mateusza Talbota
przed kościołem św. Aleksego
w Płocku-Trzepowie.***

* * *

Odsłonięcie i poświęcenie:

17 maja 2009 roku.

Uroczystości przewodniczą **Biskup
Płocki Piotr Libera.**

Kazanie wygłosi **Biskup Tadeusz
Bronakowski** Przewodniczący
Zespołu Apostolstwa Trzeźwości
przy Konferencji Episkopatu Polski

* * *

Rzeźba autorstwa p. Jana Żebrowskiego
z Płocka

„Będziemy szli po śladach Mateusza”

Słowa: Jadwiga Bednarska, *muzyka:* Tadeusz Trojanowski

Żył jak owca zagubiona
Wśród irlandzkich łąk i pól
Świat go chwytał w swe ramiona
Niosąc rozpacz, grzech i ból
Szukał drogi do świętości-
Takie przeznaczenie miał-
Lecz nie wiedział, że tą Drogą -
Jest dla niego Chrystus Pan.

Ref: Więc szedł i szedł
Szukając źródła życia
I pił i kradł
Swym życiem się zachwycał
I błędził wciąż po różnych życia drogach
Nie wiedząc, że
Tak błędząc – szukał Boga.

Gdy dwudziestą ósmą wiosnę
Po Dublinie błąkał się

W głębi duszy głos usłyszał:
„Mateuszu, czynisz źle”
Oprzytomniał i zrozumiał,
Że czas inną drogą iść,
By prawdziwą wodę życia,
Ze świętego źródła pić.

Ref. Więc szedł i szedł,
W modlitwach Boga prosił,
By pomógł mu
z nałogiem walkę stoczyć.
Spowiadał się, odpokutował winy,
Odnalazł cel,
By wskazać drogę innym.

Świętość życia Mateusza,
Niech przykładem będzie nam,
Że zawrócić każdy może
Nawet spod piekielnych bram.
Szukać drogi do świętości,
To naszego życia cel.
Dzielny bracie Mateuszu
Dziś w opiece swej nas mniej.

Ref. Więc chodź, więc chodź,
Mój bracie, moja siostró
Choć wokół nas,
kolczaste krzewy rosną.
I Ty i ja
Dziś zaufajmy Bogu,
Świętości ślad,
Niech będzie naszą drogą.

W czystości serc
Pójdziemy za Chrystusem,
Będziemy szli
Po śladach Mateusza.
Przed nami cel,
Za nami czas nałogu.
Talbotcie spójrz!
Idziemy twoją drogą!

SPIS TREŚCI

1. Słowo ks. bp. Tadeusza Bronakowskiego, Przewodniczącego Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski	3
2. Podstawowe założenia duszpasterstwa trzeźwości	5
3. Pomoce liturgiczne	6
4. Z nauczania Jana Pawła II	37
5. nabożeństwa. Rozważania różańcowe – tajemnice Światła	40
6. Artykuły	
• Jubileusz Ośrodka Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu	42
• Nie wino, ale pijaństwo jest złem	43
7. Dokumenty	46
8. Skład Zespołu Apostolstwa Trzeźwości przy Konferencji Episkopatu Polski	64
8. Diecezjalni Duszpasterze Trzeźwości	67
9. Zakonni Duszpasterze Apostolstwa Trzeźwości	76
10. Apostołowie Trzeźwości	79
10. Krajowa Księga Kapłanów Abstynentów	81
11. Ruchy, stowarzyszenia i organizacje apostolstwa trzeźwości	88
12. Ważniejsze wydarzenia	98
13. Adresy stron internetowych	103
14. Ważne adresy	105
15. Szkolenia i rekolekcje	107
16. Modlitwy	113

Dodatek

DUSZPASTERSTWO ALKOHOLIKÓW I ICH RODZIN

1. Artykuł	121
2. Spotkania i rekolekcje	132
3. Terapia dla księży i zakonników przeżywających kryzys życiowy ...	136
4. Sługa Boży Mateusz Talbot	142