

moje pismo

TECZA

Specjalnie
dla nas
biskup
Antoni
Długosz



w przyjaźni z Bogiem

nr 3/4
marzec/kwiecień
2017

Puk,
puk!



Pobudka

W numerze:
DROGA KRZYŻOWA



SPIIS TREŚCI

4-5

Książd Biskup na tęczy
Posłuchaj, co Biskup Antoni
mówi o Wielkim Poście



6-7

kolorowy temat
Pobudka, pora na wspaniały
dzień ☺

8-9

kolorowa rodzinka
Przeczytaj, co niezwykłego
przyśniło się Szymonowi



10-11

co powie ciocia Ewa?
Czy wiesz, że sam siebie
możesz nagrodzić?

12-13

kolory świętych
Zaprzyjaźnij się ze świętą
Weroniką

14

kolory modlitwy
Przywitaj się z wiosną



15-18

dodatek specjalny
Razem z Panem Jezusem idź
drogą krzyżową i dowiedz się,
jak kochać innych ludzi

19

drogowskazy do nieba
Jałmużna Wielkopostna



20-21

opowiedz mi Biblię
Przeczytaj o tym, jak Pan
Bóg w środku nocy budził
pewnego chłopca

22-23

po tęczy do Boga
Dowiedz się, po co Ignasiowi
choroba na święta

24-25

historia w kolorach
Przeczytaj historię
o wspaniałych polskich
lotnikach z czasów wojny

26

tęczowy cooking
Kiełki? Spróbuj
koniecznie!

27

tęczowy misz masz
Czy wiesz, dlaczego
zmieniamy czas?

28-29

kolory malucha i starszaka
Rozwiąż łamigłówek

30

zróbmy razem
Razem z rodzicami
przygotujcie ozdoby
na świąteczny stół

31

dzieci na tęczy
Zobacz, kto wygrał
w konkursie rysunkowym

UWAGA, KONKURS!!!

Tym razem zapraszamy was do udziału w konkursie fotograficznym. Ozdobcie na wielkanocne śniadanie jajka najpiękniej, jak potraficie. Zróbcie ich zdjęcia sami lub poproście o pomoc rodziców i prześlijcie je do naszej redakcji. Najciekawsze opublikujemy w „Tęczy” i nagrodzimy książkami.



Tajemnica dziesięciu palców

Wielki Post to czas wielkiego sprzątania. Trzeba przewietrzyć nasze wnętrza i dokładnie uporządkować. Oczywiście, jeżeli Bóg będzie na pierwszym miejscu, to wtedy wszystko znajdzie się na właściwym miejscu. Aby tak się stało, konieczna jest systematyczna modlitwa, która może przyjmować różne formy. Trzeba przede wszystkim pamiętać o codziennym pacierzu. W modlitwie mogą nam pomagać dłonie. U rąk mamy dziesięć palców, które są szczególnie przydatne podczas odmawiania Różańca. W razie potrzeby zastępują koronkę różańcową – każdy palec to jedna „Zdrowaśka”.

Sam papież Franciszek zwraca uwagę na wyjątkowe znaczenie naszych dłoni i proponuje „Modlitwę pięciu palców”. Sprawdziłam tę metodę i zapewniam, że palce świetnie podpowiadają intencje. Popatrzmy więc na swoją dłoń i zacznijmy się modlić, zgodnie ze wskazówkami Franciszka. Najbliżej nas jest kciuk oznaczający modlitwę w intencji najbliższych, najbardziej ukochanych osób: mamy, taty, rodzeństwa. Palec drugi – wskazujący – to zachęta do modlitwy za tych, którzy wychowują, kształcą, leczą na duszy i ciele, czyli za nauczycieli, kapłanów, lekarzy. Palec środkowy, który jest najwyższy, sięga do ludzi sprawujących władzę. Kolejny palec – serdeczny – to zaproszenie do modlitwy za ludzi najsłabszych, najbardziej potrzebujących miłości. Najmniejszy palec podpowiada nam, że powinniśmy się modlić również za siebie samych.

Nie możemy przespać czasu Wielkiego Postu. Już na jego starcie – w Środę Popielcową, przypadającą 1 marca – budzimy się do nowego życia. Wstajemy z kanapy lenistwa i ruszamy do działania. Na kanapie można zostawić tabliczkę z napisem: „Zakaz siadania”. I już nie oglądamy się za siebie. Idziemy za Jezusem Jego Drogą Krzyżową, na której uczymy się kochać Boga i drugiego człowieka. W poranek wielkanocny dotrzemy do tajemnicy Zmartwychwstania. Wtedy będzie najradośniejsza pobudka, bo o świcie usłyszymy nie domowe budziki, ale kościelne dzwony, oznajmiające, że Jezus zmartwychwstał i jest pośród nas. Czyż może być większa radość...?

Lidia Dudkiewicz
Redaktor Naczelna „Niedzieli”

Czy w Wielkim Poście muszę ciągle się smucić?



tekst: Biskup
Antoni Długosz

ilustracja: Paulina Niła

Może kiedyś zachorowałeś? Okres choroby składa się ze smutnych dni, ponieważ trzeba leżeć w łóżku, przyjmować gorzkie lekarstwa, dostawać bolesne zastrzyki. Chociaż są to nieprzyjemne chwile, smutne – to wiemy, że lekarstwa, zastrzyki, leżenie w łóżku dają nadzieję wyzdrowienia, pokonania choroby. Żyjesz nadzieją, radością otrzymania zdrowia.

Wielki Post jest także smutnym czasem, ponieważ przypomina nam cierpienia Pana Jezusa. Możemy różnie ten czas przeżywać. Kto naprawdę kocha Pana Jezusa – chce być z Nim, choćby myślami – gdy Jezus przeżywa trudne, bolesne dni. Chce Mu współczuć, a przez to dziękować, ponieważ Pan Jezus cierpi za nasze grzechy i dla nas umiera na krzyżu.



Kiedy podczas choroby jest z tobą mamusia czy odwiedza cię koledzy – jest ci przyjemnie, gdyż część twojej choroby oni biorą na siebie: są z tobą, chcą cię pocieszyć. Możesz z miłości do Pana Jezusa być z Nim, kiedy On ma smutne dni – to znaczy mówić Jezusowi, że chcesz brać na siebie część Jego cierpień. To branie cierpień polega na drobnych umartwieniach robionych z miłości do Jezusa, na przykład: rezygnowania czasem z jedzenia słodczy, nieoglądania w piątek telewizji, czuwania, by nikomu nie dokuczyć. Można wybrać jeszcze inne umartwienia. Umartwienia robione dla Pana Jezusa powinny dawać ci radość. Im więcej ci one kosztują, tym są cenniejsze i oznaczają większą miłość do cierpiącego Pana Jezusa. Jeśli jest ci trudno tak robić – nie martw się: Pan Jezus nie przestanie cię kochać! Nie musisz się umartwiać, by się jedynie smucić, smucić, smucić! W Wielkim Poście nie smucimy się dla samego smutku.

Ciągle musimy pamiętać, że cierpienia Pana Jezusa, Jego krzyżowa śmierć prowadzą do zmartwychwstania. Ta prawda: Pan Jezus Zmartwychwstanie – będzie naszym smutkom, umartwieniom dawała nadzieję i radość. Przez nasze umartwienia robione dla Pana Jezusa udowodnimy sobie, że umiera w nas zło, a zmartwychwstaje dobro, że umiemy kierować sobą, że niczego nie żałujemy Panu Jezusowi.

Smutek Wielkiego Postu przemienia się w radość Jezusowego Zmartwychwstania. Niech ta nadzieja i radość idą z tobą przez cały Wielki Post, abyś mógł się cieszyć, cieszyć, cieszyć, że jego końcem będzie Zmartwychwstanie!

mamo, tato, co wy na to?

Wielki Post to czas wielu wyrzeczeń, lecz jedynie takich, które nie są obowiązkiem, lecz przyjemnością. Należy dziecku uświadomić, że wyrzeczenia wielkopostne są ofiarą, jego zbliżeniem się do cierpiącego za nasze grzechy Jezusa. Nie są więc żadną karą. Dziecko winno przyjąć te umartwienia dla Jezusa dobrowolnie i z miłością.

Możliwości wyrzeczeń, jakie mogą podjąć w Wielkim Poście dzieci, jest wiele, np.: ograniczenie spożywania niektórych pokarmów, zwłaszcza słodczy i deserów, choćby w wybrane dni, zrezygnowanie z gier telefoniczno-komputerowych czy wreszcie zachowanie milczenia na czas potrzebny do odrobienia lekcji i różnych innych drobnych czynności, zwłaszcza takich, które prowadzą do zmiany na lepsze sumienia i serca.

Warto nagradzać dziecko pochwałą za każde z jego strony wyrzeczenie. Pewna katechetka poprosiła dzieci, aby na kartce z bloku rysunkowego namalowały koronę cierniową Pana Jezusa i zaznaczyły na niej 100 kolców. Za każde spełnione umartwienie miały na kolcu korony namalować kwiatuszek. Dzieci z wielką radością i dumą przynosiły na lekcje religii, na zakończenie Wielkiego Postu – kwiatowe korony, które ofiarowały Zmartwychwstałemu Jezusowi.

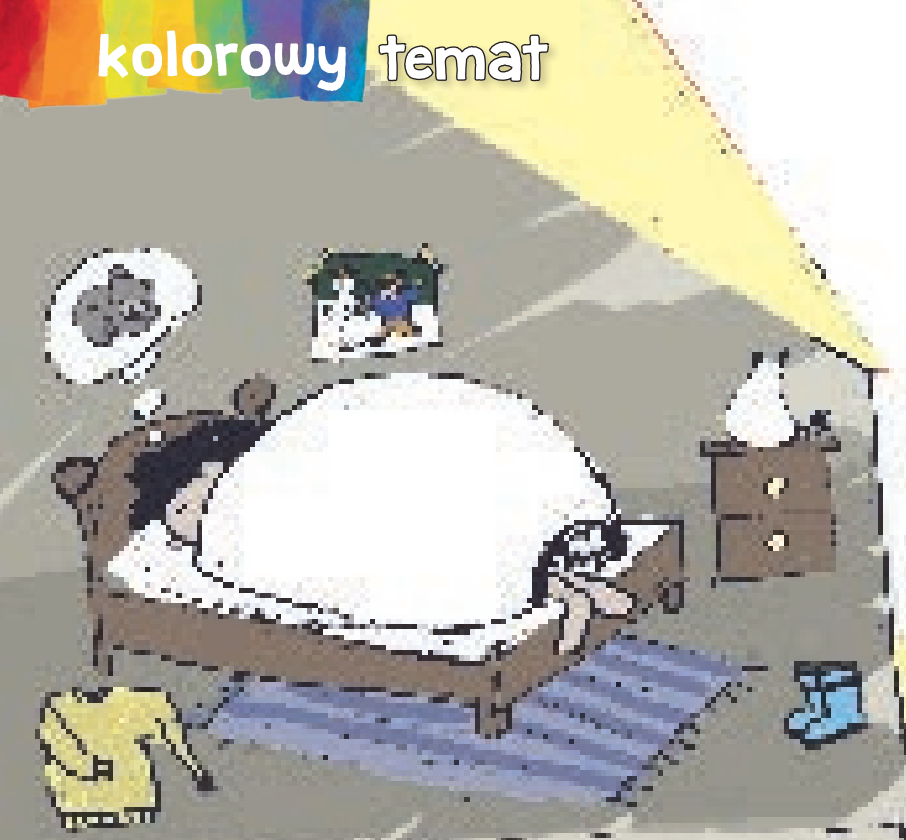
Ksiądz Stanisław JasioneK

Wstawaj, idziemy



tekst: Ksiądz Rafał Kowalski

ilustracja: Katarzyna Niła



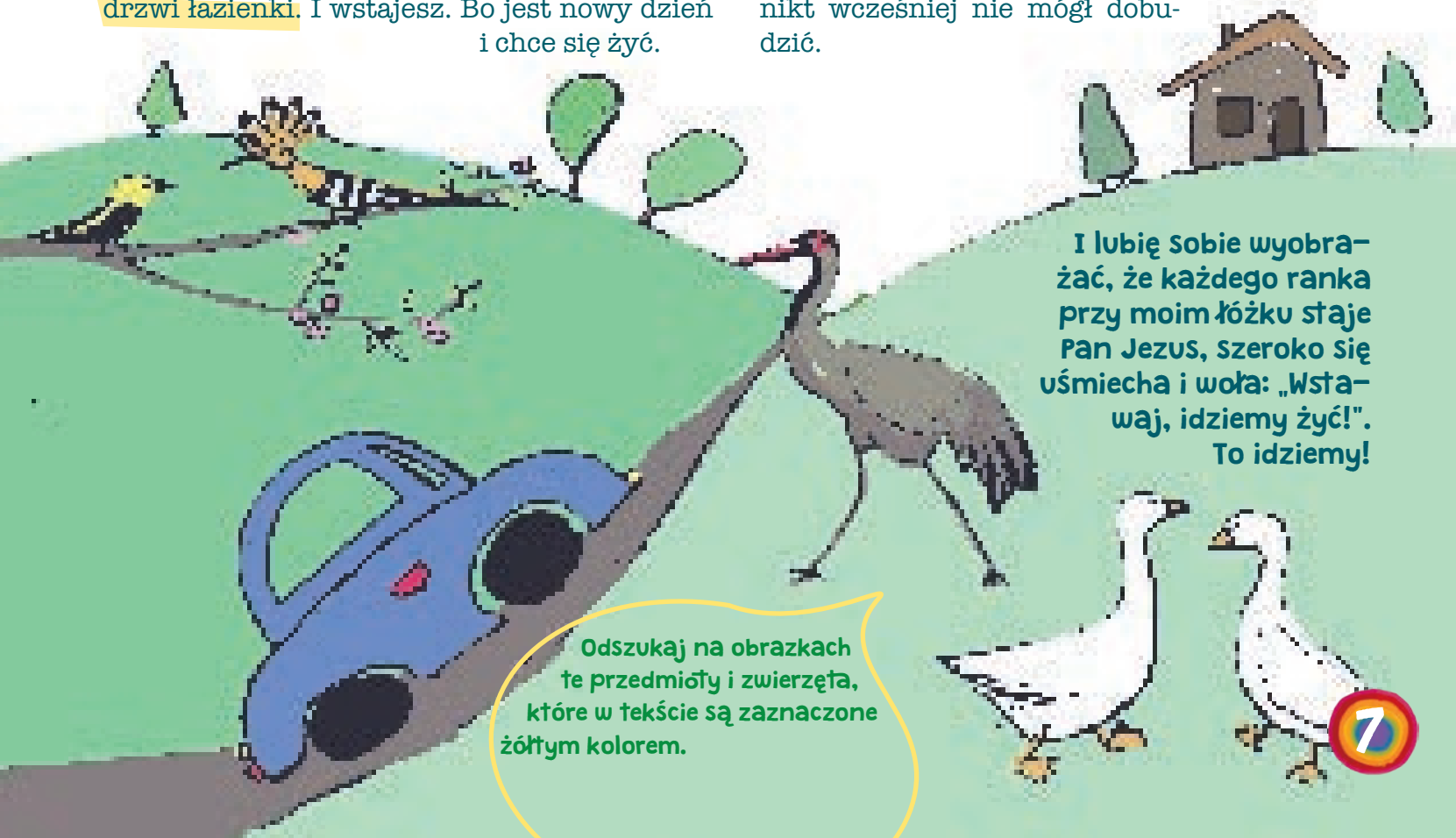
Najtrudniejszy jest ten moment, kiedy masz wystawić nogę spod kołdry. Wtedy wszystkie powody do wstania stają się okropnie nieważne, ani szkoła, ani wyjazd do dziadków, ani lepienie bałwana w lesie nie mają nad tobą żadnej mocy. Chowasz się w tym igloo z pierza i śnisz o niedźwiedziach, których nikt nie śmie budzić, dopóki śnieg nie stopnieje. I wtedy czujesz, jak z kuchni unosi się zapach kakao. Albo słyszysz tym jednym uchem, które nie przytula się do poduszki, że inni już są spakowani, głośno żartują albo ze szczoteczką w zębach tłumaczą coś przez drzwi łazienki. I wstajesz. Bo jest nowy dzień i chce się żyć.

Wiosna idzie! Bociany, żurawie, wilgi, dudki i gęsi gęgawe już myślą o wracaniu do kraju z ciepłych stron świata. Niby nic nowego ta wiosna, ale dobrze byłoby móc się przeciągnąć po kilku miesiącach w grubym swetrze i w zimowych butach i obudzić w sobie zieloną świeżość.

Bardzo lubię tę Ewangelię, która mówi, że Pan Jezus przyszedł kiedyś do dziewczynki, nad którą inni stali i płakali, a On wziął ją za rękę i powiedział „wstań”. Nie wiemy, jak miała na imię, ale wiemy, że zerwała się taka lekka i pełna życia jak Śpiąca Królewna, której nikt wcześniej nie mógł dobudzić.

I lubię sobie wyobrazić, że każdego ranka przy moim łóżku staje Pan Jezus, szeroko się uśmiecha i woła: „Wstawaj, idziemy żyć!”.
To idziemy!

Odszukaj na obrazkach te przedmioty i zwierzęta, które w tekście są zaznaczone żółtym kolorem.





kolorowa rodzinka

tekst:
Aleksandra
Niłkiewicz

ilustracja:
Beata Karaś-
-Markowska

Cześć!

To ja – Szymon. Nigdy nie zgadniecie, co mi się przyśniło...
Że jestem rycerzem wysłanym na specjalną misję ratowania świata.
Obudziłem się w momencie, gdy już dobrze władałem mieczem świetlnym i chciałem go wypróbować w pojedynku z przeciwnikiem.
Prawie popłakałem się z żalu, że nie zdążyłem sobie powalczyć...

Kiedy opowiedziałem o tym tacie, odpowiedział, że mogę sprawić, żeby moja pobudka również była walką. Ale jak? – W prawdziwym świecie też jest Dobro i Zło – powiedział tata. – To od nas zależy, po której staniemy stronie.

– Przecież ja w tym roku przygotowuję się do Pierwszej Komunii Świętej i wiem, że możemy oddać serce Jezusowi i poprosić, by został naszym Królem, a wtedy opowiadamy się po stronie Dobrego Boga – powiedziałem. Tata spojrzał na mnie z uśmiechem i powiedział, że jest coś jeszcze. Zamarłem z ciekawości.

Tata powiedział, że **Bóg swoim rycerzom daje trzy miecze świetlne.**

Trzy miecze świetlne? – pomyślałem podekscytowany. Coś podobnego, a pani na religii o tym ani mru, mru...

Pierwszy – to **miecz modlitwy**. Rycerz Boga rozmawia ze swoim Królem o wszystkim. Gdy spotyka go przykrość albo choroba, taki rycerz modli się do Boga, by pomógł, ale też oddaje to w modlitwie i prosi, by Bóg przyjął tę trudność w jakiejś intencji, na przykład pokoju na świecie. Miecza modlitwy można używać wiele razy dziennie i walczyć za innych i za siebie, a przeciwnik Boga bardzo się denerwuje, bo miecz modlitwy ma wielką moc.

Drugi – to **miecz postu**. Rycerz Boga odmawia sobie różnych przyjemności – na przykład słodczy albo gry, by wywalczyć większe dobro... Oj, bardzo się niepokoi wtedy przeciwnik Boga, bo ten miecz może mu przysporzyć wiele strat. Czasami post może sprowadzić na dobrą drogę nawet tych, którzy bardzo daleko odeszli od Boga.

Trzeci miecz – to **miecz jałmużny**. Taki miecz to jest coś. Rycerz Boga używa go zwłaszcza w czasie wzmożonej walki, to jest w poście i Adwencie. Rycerz Boga często odmawia sobie zakupów, by zaoszczędzić więcej dla tych, co mają mniej. Wtedy na przeciwnika Boga przypuszczony jest prawdziwy szturm.

Cóż, przy tych rewelacjach mój sen to bajeczka dla małych dzieci – pomyślałem. Prawdziwe życie – to dopiero WALKA!!!

A wy, co myślicie o tych mieczach? Mama powiedziała mi, że dziewczyny też mogą ich używać i mają świetne rezultaty. Coś takiego!

Pozdrawiam Was serdecznie i życzę wielu sukcesów we władaniu mieczami.

Wasz przyjaciel –
Szymek



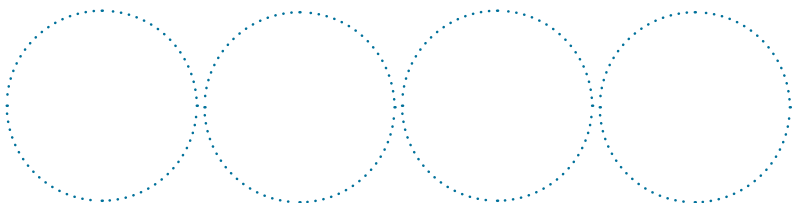
PS Użyłem dziś miecza postu. Kolorowałem z Weroniką księżniczki, chociaż nie cierpię tego. Mama wtedy mogła sobie odpocząć, bo dzidzius w jej brzuszku jest coraz większy. Ofiarowałem to Bogu za dzieci, które żyją w krajach, gdzie jest wojna, żeby szybko doczekały się pokoju.

NIE MUSI

Otrzymałeś kiedyś za coś nagrodę? Przypomnij sobie.

Nagrody to coś, co bardzo lubimy i na co czekamy. Spróbuj sobie przypomnieć mniejsze bądź większe nagrody, które otrzymałeś.

Możesz je wypisać lub narysować.



Najczęściej lubimy robić to, za co otrzymujemy nagrodę. Czujemy wtedy zadowolenie, dumę, satysfakcję. **Nagroda motywuje, czyli dodaje sił i energii do tego, żeby po raz kolejny podejmować zadanie.** Na przykład jak ktoś wygra klasowy wyścig na lekcji WF-u i dostanie najwyższą ocenę, to z pewnością chętnie pójdzie na następną lekcję WF-u, kiedy będą zawody.





BYĆ IDEALNIE

Nagrody możemy otrzymywać od innych, od najbliższych, ale **możemy też nagradzać samych siebie**. I to jest bardzo ważna umiejętność. Warto się tego nauczyć. Możesz na przykład powiedzieć sobie „Dobrze mi poszło” – pochwała siebie to też nagroda. Albo możesz po pracowitym tygodniu w szkole umówić się z kolegą na mecz piłki nożnej – to też może być twoja nagroda.

Spróbuj teraz poszukać zadań, które masz zamiar wykonać, i znaleźć sposoby nagrodzenia samego siebie.

.....

.....

Zdarza się jednak, że czasami coś postanawiamy, ale nie wszystko nam wychodzi tak, jak chcemy. Na przykład pieczemy ciasteczka na świąteczny stół i trochę się przypieką albo masz postanowienia, ale mimo wysiłku nie uda się ich wszystkich zrealizować. Czy wtedy zasługujesz na nagrodę? Ważne jest twoje pragnienie i wysiłek. Efekt oczywiście też. Ale chodzi o to, aby to było wystarczająco zadawalające, a czasami, by poszło po prostu lepiej niż ostatnio.

Pamiętaj – to, co robisz, nie musi być idealne! Nawet jeśli nie jest idealne, możesz powiedzieć sobie: „To dobra robota!”. Powodzenia!

Nazywam się Weronika i chciałabym opowiedzieć wam historię, która zmieniła całe moje życie. Posłuchajcie.



Mamo, słyszałam dziś nauczanie wspaniałego Nauczyciela!

O kim mówisz, córeczko?



O Jezusie z Nazaretu!

Ludzie mówią, że uzdrawia, a nawet wskrzesza umarłych.



Tak, to prawda! Sama widziałam, jak uleczył niewidomego od urodzenia.



Gdybym tak kiedyś mogła podejść do Niego i porozmawiać... Jest tyle pytań, które chciałabym Mu zadać.

Weronika od pewnego czasu jest poważniejsza i bardziej zamyślona.

Tak, ja też to zauważyłem.

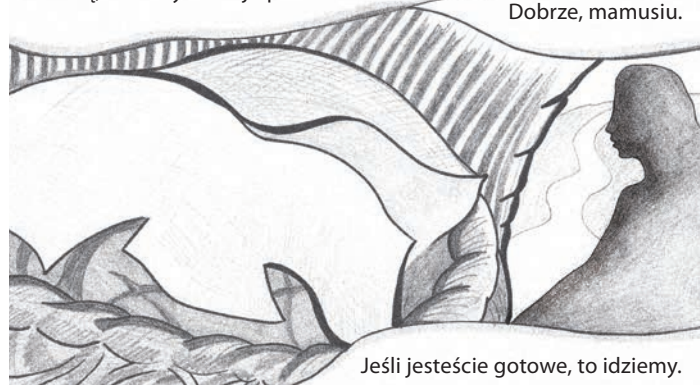


Jutro zabierzemy ją na rodzinną wycieczkę.

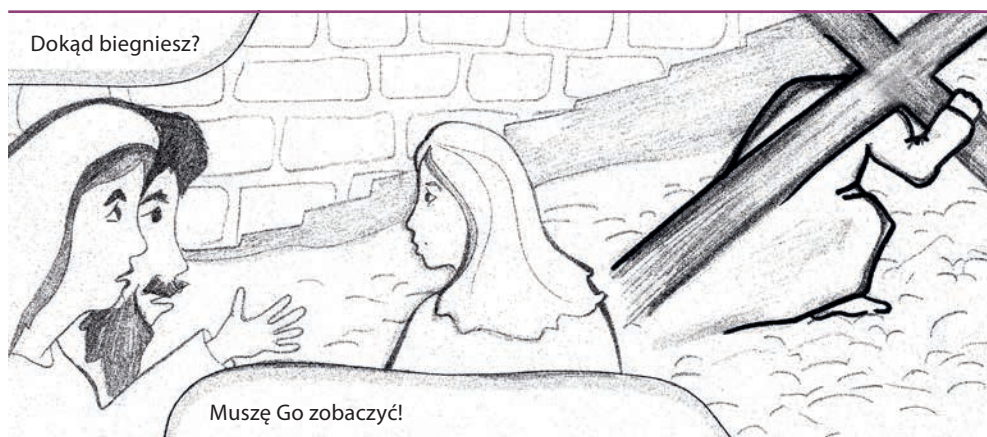
Dobry pomysł, kochanie.

Weronisiu, włóż wodę, chleb do koszyka i przykryj to wszystko białą chustą, bo duży dzisiaj upał.

Dobrze, mamusiu.



Jeśli jesteście gotowe, to idziemy.



Wiosna

Chociaż chłodno jest na razie,

już na rosną,

a wśród dzieci gwar radosny:
chodźmy, poszukajmy wiosny!

Patrzcie, już ostatnie,

coraz szybciej gubią,

no bo wciąż przygrzewa.

Wiosno, gdzie ty się podziewasz?

Jak to gdzie? Podleвам,

kolorowe już rabatki.

..... skrzydła zdobię

i z śpiewam sobie.

Już kwitną w

..... w wodę dają nura,

i zmykają ile siły,

bo już wróciły.

Ewa Stadtmüller



MIŁOŚĆ Z KRZYŻA



Idąc z Jezusem
drogą krzyżową,
możemy nauczyć się
kochać drugiego człowieka.
Wyruszmy teraz
tym szczególnym szlakiem.



I Pan Jezus skazany na śmierć.

Gdy kogoś nie lubimy, to łatwo dostrzegamy
w nim tylko złe cechy.
W każdym jest jednak mnóstwo dobra.
Spróbuj zobaczyć dobro
w kimś, kogo nie darzysz sympatią.

II Pan Jezus bierze krzyż na swoje ramiona.

Nie chce mi się... Nie teraz, później...
Zdarza nam się ociągać z wykonaniem obowiązków.
A gdyby tak wyłączyć swoje biadolenie,
pokonać lenistwo i zrobić od razu to, co do mnie należy?

III Pan Jezus po raz pierwszy upada pod krzyżem.

Nie musisz mieć w szkole samych piątek i szóstek.
Gdy wpadnie jakaś gorsza ocena, to nie jest to nic strasznego.
Ważne, żeby wtedy nie poddawać się i odważnie iść do przodu.

IV Pan Jezus spotyka swoją Matkę.

Nasze mamy ciągle czynią nam tyle dobra,
że już się do tego przyzwyczailiśmy
i nawet tego nie doceniamy.
Podziękuj dzisiaj swojej mamie za wszystko, co dla ciebie robi.

V Szymon z Cyreny pomaga dźwigać krzyż Panu Jezusowi.

Dobre słowo podnosi nas na duchu.
Spróbuj i ty umocnić kogoś swoim słowem.
Powiedz mu szczerze, że go lubisz, albo pochwal go.





VI Weronika ociera twarz Pana Jezusa.

Czasem wystarczy, że kogoś cierpliwie wysłuchasz.
Już wtedy robisz dla niego coś bardzo dobrego.
Ludzie tak pragną bycia wysłuchanym, jak pragną wody do picia.

VII Pan Jezus po raz drugi upada pod krzyżem.

Małe dziecko musi przewrócić się wiele razy,
zanim nauczy się chodzić. Podobnie w życiu,
nieraz trzeba się pomylić, aby się czegoś nauczyć.

VIII Pan Jezus spotyka płaczące niewiasty.

Zapłakać nad sobą, to znaczy przyznać się
do popełnionego błędu.
Jedynie szlachetni ludzie są do tego zdolni.
Mogą dzięki temu stawać się coraz lepsi.
Tylko samochwały nie zmieniają się, bo myślą,
że wszystko robią najlepiej.

IX Pan Jezus po raz trzeci upada pod krzyżem.

Nieraz trudno jest samemu wstać, gdy leży się
przygniecionym przez smutek. Potrzebujemy drugiego
człowieka, który poda rękę. Spróbuj jako pierwszy
wyciągać pomocną dłoń. Zobaczysz, że tobie też ktoś
ją poda, gdy będziesz tego potrzebował.

X Pan Jezus z szat obnażony.

Dobrze jest się czasem zawstydzić. Wstyd chroni w nas to,
co wartościowe. Nie pozwala, aby ktoś obcy
wszedł w nasze tajemnice.





XI Pan Jezus przybity do krzyża.

Gdy cię coś bardzo boli, to pomyśl o Panu Jezusie, który też dużo cierpiał.

We dwoje lepiej znosi się ból niż samemu.

Gdy ktoś jest obok, to wszystko można przejść.

XII Pan Jezus umiera na krzyżu.

Pan Jezus tak bardzo nas kocha, że oddał nam swoje życie.

Gdy poświęcasz swój czas dla innych, to tak, jakbyś oddawał swoje życie za nich. To jest miłość.

XIII Pan Jezus zdjęty z krzyża.

Mówimy, że Maryja współcierpiała.

To znaczy była z Jezusem wtedy, gdy było Mu bardzo ciężko.

Mieć przy sobie kogoś takiego w takich chwilach to największy skarb.

XIV Pan Jezus złożony do grobu.

My już wiemy, że Pan Jezus zmartwychwstały opuści grób. To daje nam pewność, że każdy smutek, choroba czy strach, które odczuwamy, także nas opuszcza. W ich miejsce nadejdzie radość.



Skarbonka Miłosierdzia

Post | Modlitwa | Jałmużna

Twoja Jałmużna Wielkopostna

pomoże w leczeniu dzieci
i osób starszych.



www.jalmuzna.caritas.pl



Wyślij SMS
o treści
POMAGAM
na nr 72052

(koszt 2,46 z VAT)



patroni:



KIEDY PAN BÓG

tekst: Brat szkolny Tadeusz Ruciński, ilustracja: Magdalena Pijewska

Gdzie można usłyszeć głos Pana Boga? Najlepiej chyba w świątyni, czyli w miejscu świętym. Do tej dawnej świątyni przyprowadziła swojego małego synka Samuela jego mama Anna, bo był on darem Bożym, więc miał uczyć się służyć Bogu u kapłana Helego.

Najbardziej lubił miejsce przy złocistej skrzyni, w której były tablice z zapisanym głosem Pana Boga w Przykazaniach. Teraz też mały Samuel ułożył się przy tej skrzyni do snu, wpatrując się w palącą się nieustannie lampę. Było cicho i ciemnawo,

WOŁA

więc powieki mu się zamknęły i zasnął. I nie wiadomo, czy w jakimś śnie, czy naprawdę usłyszał przyciszone wołanie: „Samuelu! Samuelu”. Otworzył oczy, zerwał się i pobiegł do śpiącego niedaleko kapłana Helego. – „Jestem – powiedział – wołałeś mnie”. A kapłan: „Nie wołałem cię. Idź spać”. Samuel popatrzył na tańczący dziwnie płomyk lampy, położył się i zasnął. A tu znowu wołanie: „Samuelu! Samuelu”. I znów obudził się i pobiegł do kapłana: „Jestem. Wołałeś mnie?” – powiedział. Przebudzony kapłan pokręcił głową. Zdziwiony Samuel wrócił na swe posłanie, ziewnął i usnął. Tym razem, prawie przy uchu usłyszał: „Samuelu! Samuelu”. Teraz, gdy zapytał kapłana, on rzekł: „Gdy jeszcze raz usłyszysz wołanie, to odpowiedz: «Mów, Panie, sługa Twój słucha»”.

I kiedy jeszcze raz zbudził go ten głos, Samuel tak odpowiedział: „Mów, Panie, sługa Twój słucha”. I wtedy usłyszał przy uchu tajemnice, które Pan Bóg miał dla niego. Płomyk lampy tańczył, a Samuel słuchał uważnie, aż szept ustał i lampa zgasła.

Gdy przebudził się rano, wiedział, że to mu się nie śniło. I że głos Boży powie mu jeszcze wiele tajemnic i mądrości, by już duży Samuel mógł być sędzią, kapłanem i mędrce.



Wielkanocna historia

Wiesz, jaka jest najważniejsza historia w całej Biblii?

Historia, która zmieniła świat?

To śmierć Pana Jezusa na krzyżu i Jego zmartwychwstanie. Ale zanim to wszystko się wydarzyło, Pan Jezus przecież uroczyście wjechał do Jerozolimy, była Ostatnia Wieczerza – czyli pierwsza na świecie Msza święta, modlitwa Pana Jezusa w Ogrodzie Oliwnym. Przedstawiamy wam książkę, w której możecie przeczytać o tych wszystkich wydarzeniach. Nosi tytuł „Wielkanocna historia”.

Dzięki temu przekonacie się też, jak bardzo Pan Bóg was kocha. W książce znajdziecie przepiękne ilustracje. To wszystko pomoże wam zrozumieć, co wydarzyło się prawie dwa tysiące lat temu i dlaczego Wielkanoc jest naszym najważniejszym świętem. (km)

„Wielkanocna historia”, Juliet David,
Wydawnictwo Jedność
ul. Jana Pawła II nr 4, 25-013 Kielce
41 349 50 50; infolinia 801 163 160
www.jednosc.com.pl

Dwa baranki

Wiosna wdzieraa się do pokoju Ignasia pierwszym, wiosennym promieniem. Na drzewach nie było jeszcze wyczekiwaną przez wszystkich zielonej mgły, ale uchylnym oknem sącył się wyraźnie ciepły powiew.

– Agnieszko! On się dodatkowo zaziębi... – dziadek Tomasz spojrział na mamę z lekkim wyrzutem i wskazał ruchem głowy poruszaną wiatrem firankę.

– Ależ tato – mama Ignasia posłała wyrozumiały uśmiech w stronę dziadka – Ignacy nie jest chory, tylko ma skręconą nogę! Lekarz powiedział, że najpóźniej za dwa tygodnie będzie biegał jak inni chłopcy.

– Biegał, biegał... Daj Boże! Ale jak go zaziębimy, to poleży w łóżku jeszcze kolejne dwa. Nie pamiętasz, jak ja przeleżałem kiedyś święta wielkanocne z zapaleniem płuc? W samą Wielką Niedzielę musieliście do mnie wzywać pogotowie, taką miałem gorączkę. A zaczęło się też od zwykłego lufcika, co sobie tak wisiał uchyłony, bo się wszystkim w kalendarzu wiosny zachciało!

Ignas, nadzwyczajnie zainteresowany, z ożywieniem spojrział na dziadka Tomasza:

– Ojej! Ale historia! Opowiesz ze szczegółami, dziadku?

– Opowiem pod warunkiem, że mama zamknie to okno. Kiedyś była grzeczną córeczką, teraz też powinna słuchać starszych i bardziej doświadczonych!

Jednak mama roześmiała się tylko w odpowiedzi. Najwyraźniej postanowiła przeprowadzić małe pertraktacje:

– Zróbmy tak: zamiast zamykać okno, przyniosę wam obu po dodatkowym, ciepłym kocu i po filiżance kakao. Zgoda?

Dziadek był teraz w kłopotcie, bo jako znany rodzinie amator ciepłych koców i filiżanek z kakao chętnie przyjmował podobne propozycje. Tym razem jednak chodziło o rzecz ważniejszą niż przyjemności – o zdrowie wnuka! Zanim jednak zdecydował, jak się sprzeciwić, Ignas wyręczył go z ochotą:

– Ależ tak! Tak! To super pomysł, mamusi! I wtedy okno może zostać otwarte, a my z dziadkiem sobie porozmawiamy! Jak to było z tym zapaleniem płuc w święta? Jak, dziadku?

Cóż, w tej sytuacji należało się poddać, więc pan Tomasz po krótkim westchnieniu rozpoczął swoją opowieść:

– Jak już wiesz, zaczęło się od uchyłania lufcika. Ciepły marzec, małe wietrzeńka – to wyglądało mało groźnie. Ale później mama z babcią wzięły się do przedświątecznych porządków: mycie okien, pranie, suszenie, zakupy, drzwi wiecznie na oścież... No i zaziębiłem się okropnie. Cały Wielki Tydzień leżałem, ledwie zipiąć.

– To tak jak ja, dziadku! Tak jak ja... Przecież skręciłem kostkę w sobotę przed Niedzielą Palmową. Bez sensu, żeby być chorym na Wielką-

tekst:
Małgorzata Nawrocka
ilustracja:
Marzena Zacharewicz

noc, prawda, dziadku? – Ignas spodziewał się entuzjastycznego przytaknięcia dziadka Tomasa, ale zobaczył tylko jego skupiony na sobie wzrok. Potem usłyszał:

– Niezupełnie... Wiesz, ja za tamto zapalenie płuc do dziś Panu Bogu dziękuję.

– Dziękujesz? Za chorobę w święta? Jak to, dziadku?

– Żadne rekolekcje wielkopostne nie przygotowały mnie do przeżywania Wielkiego Czwartku, Wielkiego Piątku i Wielkiej Soboty, jak tamta choroba. Kiedy człowiek cierpi, jest bardziej skłonny rozumieć cierpienie innych. Nawet cierpienie swojego Boga.

– Ooooo... – chłopiec był zbyt zaskoczony, żeby powiedzieć coś bardziej konkretnego. Dziadek Tomasz pogładził go więc tylko po włosach, mówiąc:

– Modliłem się wtedy godzinami, Ignasiu... Ofiarowałem swoje cierpienia za grzeszników.

– Ale przecież w Wielką Niedzielę Pan Jezus zmartwychwstał, a ty właśnie wtedy musiałeś pojechać do szpitala!

– Jednak w szpitalu zastosowali tak skuteczną kurację, że po kilku dniach wróciłem do domu.

– Więc czy ja też mogę ofiarować swoje cierpienie za grzeszników?

– Zrób to bez wahania, Ignasiu! I uwierz, że zmartwychwstały Jezus da ci potem zdrowie!



ASY PRZESTWORZY

tekst: Beata Kociołek

ilustracja: Karolina Szczówka

Po przegranej kampanii wrześniowej w 1939 roku polscy żołnierze zameldowali się w Królewskich Siłach Lotniczych RAF (z ang. Royal Air Force) na terenie Wielkiej Brytanii, skąd mieli prowadzić dalszą walkę zbrojną za swój kraj. Pieszczotliwie nazywano ich RAFałkami. Baza lotnicza w Northolt była jedną z kilku biało-czerwonych przyczółków na wyspach, gdzie rozbrzmiewała polska mowa. Tęsknota za krajem i bliskimi, pozostawionymi w okupowanej Polsce, oraz wciąż żywe rodzinne tradycje żołnierskie (wielu z nich było potomkami powstańców styczniowych z 1863 roku) dodawały sił każdego dnia.

Początkowo nie doceniano Polaków. Wytykano im klęskę w wojnie obronnej i przestarzały sprzęt lotniczy oraz... nieznamość języka angielskiego. Brak właściwej komunikacji (co jest istotne także w powietrzu!) długo zatrzymywał polskich lotników na ziemi. Dowództwo oddziałów polskich zawsze było podwójne, czyli angielsko-polskie. Pułkownik John Kent (Kanadyjczyk), jeden z ówczesnych dowódców, chcąc poznać swoich podkomendnych, uczył się języka polskiego, spisując polskie słowa i ich angielskie odpowiedniki w notesie. W dowód

sympatii piloci spolszczyli jego nazwisko i mówili o nim „Johnny Kentowski”.

Pokaz lotniczego kunsztu Polaków nastąpił w bitwie o Anglię latem 1940 roku. Z dnia na dzień piloci z 303. Dywizjonu Myśliwskiego Warszawskiego im. Tadeusza Kościuszki stali się bohaterami. Nagły atak niemieckiego lotnictwa Luftwaffe umożliwił Polakom zaprezentowanie swoich wyjątkowych umiejętności pilotażu, jakie zdobyli między innymi w elitarnej Szkole Podchorążych Lotnictwa w Dęblinie. Niespotykana odwaga, zdyscyplinowanie, perfekcyjne zgranie w powietrzu nie tylko oszołomiły obrońców Londynu, ale również zdobyły Polakom uznanie wśród dowódców aliantów. Kościuszkowcy atakowali wroga jak





25

Zielono mi...

SAŁATKOWO-KIEŁKOWO

Składniki:

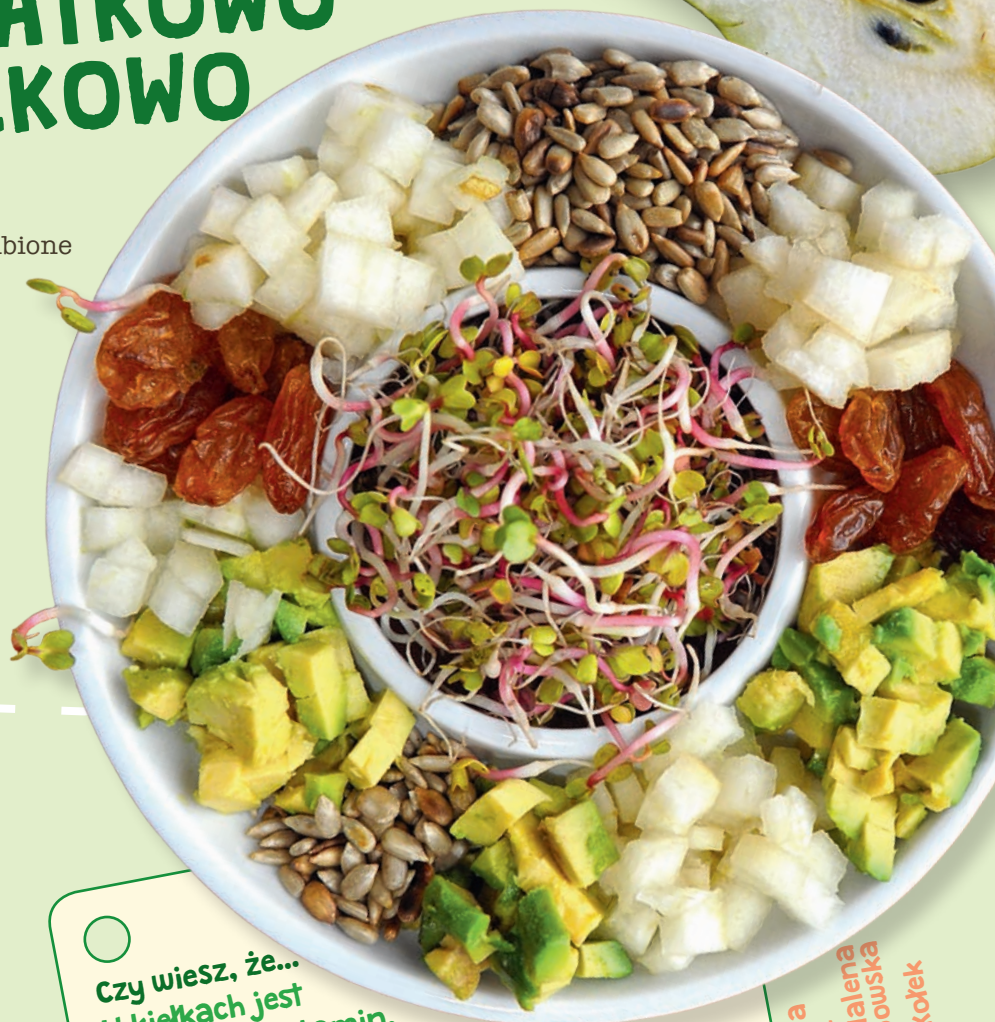
- Kiełki, na przykład: słonecznika, lucerny, brokułu lub inne ulubione
- Awokado
- Gruszka
- Żurawina suszona lub rodzynki
- Ziarna słonecznika prażone

Awokado przekrój wzdłuż, wyjmij pestkę, łyżką oddziel od skórki i pokrój w kostkę. Włóż do miseczki. Gruszkę obierz, pokrój w kostkę i dodaj do awokado. Na patelni podpraż delikatnie nasiona słonecznika. Wrzuć do miski razem z żurawiną, posyp kiełkami. Sałatka gotowa.

Ingredients:

- Sunflower, alfalfa, broccoli sprouts or other favourite sprouts
- an avocado
- a pear
- dried cranberries or raisins
- roasted sunflower seeds

Cut an avocado in half, remove the pit, use a spoon to separate the peel and cut into cubes. Place them in a bowl. Peel a pear, cut into cubes and add to the avocado. Gently roast sunflower seeds on a pan. Put them into the bowl along with cranberries and sprinkle with sprouts. The salad is ready.



Czy wiesz, że...
W kiełkach jest
cała gama witamin,
m.in. A, B, C, E i H.
Są one również bogate w minerały: wapń,
żelazo, siarkę, magnez, potas, cynk
czy selen. Zwiększają odporność,
polepszają witalność oraz odżywiają
organizm aż po brzegi...

tekst: Karolina Maria
Szoskiewicz
tłumaczenie: Magdalena
Grabowska
zdjęcie: Grażyna Kótek

○ Bomba witaminowa

Naukowcy niejednokrotnie byli zdumieni, gdy obejrzel pod mikroskopem kiełki. Okazało się, że te młode roślinki mają o wiele więcej cennych składników niż dorosłe warzywa. Dzięki temu, że zawierają mnóstwo witamin, mikroelementów i enzymów, są prawdziwą bombą witaminową. Najzdrowsze i najlepsze są wyhodowane samodzielnie, dlatego **załóżcie w domu własną hodowlę kiełków.**

Wystarczy: dokładnie wypierzony słoik, nasiona (np. rzodkiewki, brokułów, soczewicy, rzeżuchy, słonecznika, buraka czerwonego) i woda. Pamiętajcie, aby wody było dwa razy więcej niż nasion. Słoik przykryjcie gazą – przymocujcie gumką recepturką. Ziarna napęcznieją i wchłoną wodę. Po kilku-kilkunastu godzinach wodę odlewamy, nie zdejmując gazy. Słoik ustawiamy ukośnie do góry dnem. Kiełkowanie, w zależności o wielkości nasion, trwa 4-7 dni. Każdego dnia należy 2-3 razy przepłukać nasiona letnią wodą, znów bez zdejmowania gazy, a następnie odwrócić słoik dnem do góry, aby nadmiar wody spłynął, ale tak, by kiełki miały dostęp powietrza. Obserwowanie, jak rosną „w oczach”, to prawdziwa frajda!

tekst: Edyta Kopczyńska



Czy wiesz, że...

w nocy w ostatnią niedzielę marca **przestawiamy zegarki** jedną godzinę do przodu (z drugiej na trzecią)?

To znaczy, że będziemy spać godzinę krócej, ale za to godzinę dłużej będziemy się cieszyć słońcem! Będziemy mieć więcej czasu na zabawę. Pamiętaj, żeby w sobotę położyć się wcześniej spać, żebyś w niedzielę był wyspany! To jest przejście na czas letni. Kilka miesięcy później – w październiku – wrócimy do czasu zimowego. Jako pierwsi czas przestawili Niemcy w 1916 roku.

Dzisiaj rozróżnienie na czas zimowy i letni stosuje się w prawie 70 krajach na całym świecie.



Czy wiesz, że...

astronomiczna wiosna zaczyna się już 20 marca dokładnie o godzinie 11.29? Tego dnia będzie równonoc

wiosenna, to znaczy, że **dzień i noc będą trwały tyle samo**. A od tej pory dzień będzie się wydłużać jeszcze przez trzy miesiące.

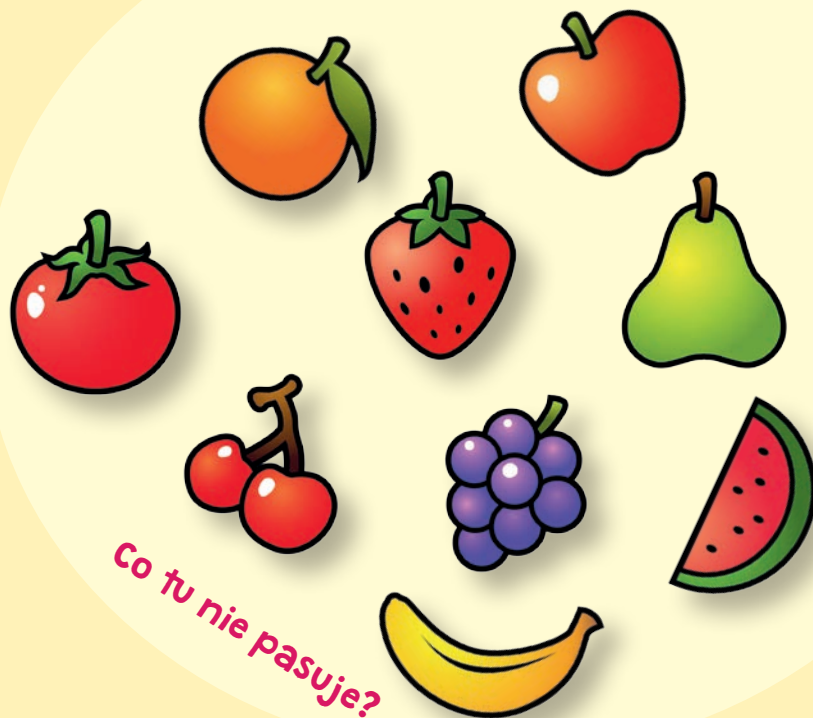
Nareszcie przyroda zaczyna budzić się do życia, drzewa pokrywają się pąkami, listkami i kwiatami, ptaki powracają z ciepłych krajów.

Wiosna kalendarzowa zaczyna się co roku 21 marca.

tekst: Karolina Mysłek



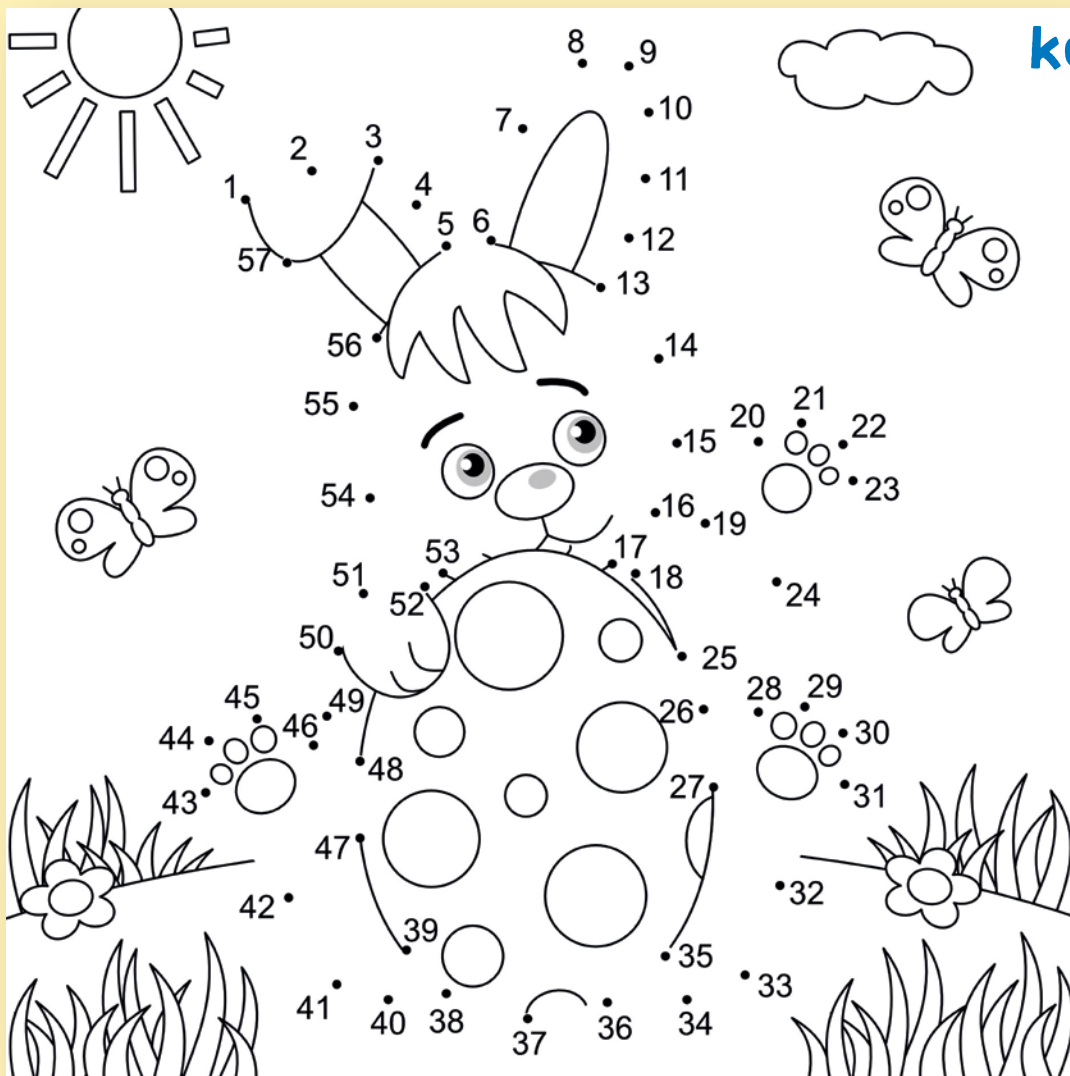
Połącz
małpki
w pary.



Co tu nie pasuje?



Znajdź
pięć
szczegółów,
którymi
różnią się
dziewczynki.



Połącz
liczby
i zobacz,
kto się
za nimi
ukrył.

Znajdź
10 szczegółów,
którymi
różnią się
obrazki.



Baranek wielkanocny

Na pewno wiecie, że najważniejszym wielkanocnym posiłkiem jest śniadanie. To wtedy właśnie spotykamy się całą rodziną, składamy sobie życzenia. I dzielimy się tym, co znalazło się w koszyku do poświęcenia. Zachęcamy was, żeby świąteczny stół w waszym domu wyglądał wyjątkowo.

Możecie przygotować specjalne wielkanocne ozdoby. My proponujemy wam barankowy stół ☺ z:

- barankiem serwetkowym,
- barankiem na patyku,
- barankiem z życzeniami.

- Potrzebne będą:
- sztywny papier kolorowy, mogą być różne kolory
 - klej
 - nożyczki
 - kolorowa wstążka
 - patyki do szaszłyków
 - mazaki
 - taśma klejąca

Wytnij baranka według formy, którą zamieszczamy obok, dorysuj mu oczy, nos i grzywę tak jak we wzorze.

Baranek serwetkowy: do wstążki o długości 20 cm przyklej gotowego baranka. Następnie obwiąż nią papierową serwetkę zwiniętą w rulon. Połóż na talerzu i gotowe.

Baranek na patyku: do baranka przyklej od tyłu patyk taśmą klejącą. Gotową ozdobę możesz włożyć do wazonu z bukietem na świątecznym stole.

Baranek z życzeniami: gotowego baranka odwróć na drugą stronę i wypisz mazakami świąteczne życzenia. Możesz też zamieścić zdanie, które wprawi wszystkich w dobry świąteczny nastrój. Każdy może mieć inne zdanie. Na przykład: Radosnego świętowania! Albo: Pan Jezus cię kocha! Albo: Jesteś wyjątkowy! Baranka połóż każdemu na talerzu ☺



To Lucja i Klara z Częstochowy,
które przygotowały maski według wzoru
z „Mojego Pisma Tęcza”.

Podoba wam się efekt ich pracy?

Jeśli też chcielibyście
znaleźć się w „Tęczy”,
to przygotujcie sałatkę
z kielków albo sami je wyhodujcie,
albo przystrójcie stół
tęczowymi barankami.

Poproście rodziców, żeby zrobili wam
zdjęcie z efektem waszej pracy
i przyslijcie je do nas

do 10 kwietnia.

Odnajdźcie się
w kolejnej
„Tęczy”!

zdjęcie: Grażyna Kołek



1



2

Zwycięzcami w konkursie „Najbardziej się cieszę z...” są:
Antonina Jedlińska, lat 6 (1),
Lucja Zajemska, lat 5 (2),
Małgosia Jafra, lat 4 (3).



3

Rozwiązanie krzyżówki nr 1/2
Hasło krzyżówki:
„Karnawał”
Nagrody wylosowali:
Karolina Folwarska z Bindugi
i Bartłomiej Leńczowski
z Wadowic.
Gratulujemy!
Nagrody prześlemy
pocztą.

**Prenumerata
bez kosztów
przesyłki!**

Redaktor Naczelna „Niedzieli”: Lidia Dudkiewicz
Redaktor prowadząca „Mojego Pisma Tęcza”: Karolina Mysiek
Redakcja „Mojego Pisma Tęcza”: Edyta Kopczyńska, Beata Włoga
Skład i łamanie: Monika Balwierz, Grażyna Kołek
Makieta: Adam Markowski
Asystent kościelny: ks. Stanisław Jasonek
Zdjęcia: Fotolia, Wikipedia
Druk: Częstochowskie Zakłady Graficzne

moje pismo
TĘCZA
w przyjaźni z Bogiem

Dwumiesięcznik „Moje Pismo Tęcza”
w przyjaźni z Bogiem
ul. 3 Maja 12, 42-200 Częstochowa
tel. 34 369 43 00
www.mojepismoteczka.pl
e-mail: redakcja@mojepismoteczka.pl

Roczna: 6 numerów x 5 zł = 30 zł
(oszczędzasz 12 zł!)
Półroczna: 3 numery x 5 zł = 15 zł
(oszczędzasz 6 zł!)

Zamówienia telefonicznie: (34) 365 19 17 wew. 351
lub elektronicznie: kolportaz.niedziela@niedziela.pl

Wpłaty na prenumeratę pocztą:
„Moje Pismo Tęcza”, ul. 3 Maja 12,
42-200 Częstochowa
lub na konto: PKO BP/O Częstochowa
nr 86 1020 1664 0000 3102 0019 7418

tęczowy humor

**Radosnych
Świąt
Wielkanocnych!**

Mama Jasia patrzy przez okno, co robi jej syn
na podwórku. Nagle krzyczy: – Jasiu, nie pij tej wody
z kałuży, bo tam jest wiele zarazków!
Na to Jaś: – Skoro tak,
to już nie żyją,
bo je przejechałem
rowerem!

– Dlaczego
lepiej
nie wchodzić
do dżungli
po godzinie 22.00?
– Bo słonie śpią
na drzewach.
– A dlaczego krokodyle
są spłaszczone?
– Bo weszły do dżungli
po 22.00.

co to jest: w biało-czarne paski
i w czerwone kropki?
Odpowiedź: Zebra z wysypką!

Żarty nadesłał
Mateusz Kopczyński, 12 lat.
Do Mateusza wędruje książka.

Wy też chcielibyście otrzymać
od nas książkę-niespodziankę?
Przyślijcie żarty,
a najciekawsze opublikujemy.

temat następnego numeru:

MAMA KRÓLOWA

