03/2026

IMPULSY dla życia

Odnaleźć spokój

Sekretariat Ojca Józefa Kentenicha

Odnaleźć spokój

To, co obecnie zajmuje myśli wielu osób jest zapewne bardzo różnorodne. Biorąc pod uwagę porę roku, można przypuszczać, że są to przede wszystkim wakacje i zasłużony odpoczynek. Jedni z radością odliczają dni do wyjazdu, inni najbardziej pragną choć na chwilę oderwać się od codziennego zabiegania i zatrzymać. Są też tacy, którzy mają już urlop za sobą i z wdzięcznością wspominają piękne spotkania oraz dobre doświadczenia. Nie wszystkim jednak, z różnych powodów, będzie dane wyjechać i odpocząć z dala od codziennych obowiązków.

Na okładce widać leżak – nie nowoczesny model, lecz raczej stary, „z duszą" – stojący na skraju lasu, być może niedaleko niewielkiego jeziora. Czy ten obraz nie budzi spontanicznego pragnienia, by usiąść, odpocząć i choć na chwilę uciec od codziennego zgiełku i pośpiechu?

Odnaleźć spokój – to jedno z najgłębszych pragnień ludzkiego serca. W świecie pełnym technologii i nieustannego przyspieszenia coraz więcej ludzi czuje się przytłoczonych i żyje w ciągłym biegu. Często nie wiedzą już, od czego zacząć. Nawet gdy wokół zapada cisza, ich wnętrze pozostaje niespokojne. Zapewne każdy zna ten stan, przynajmniej w pewnym stopniu. Dotyka on ludzi w różnym wieku. Nauczyciele biją na alarm, że dzieci mają coraz większe trudności z koncentracją, co utrudnia proces nauczania. Także osoby starsze, choć nie są już czynne zawodowo, często odkrywają, że nie potrafią naprawdę odpocząć i się wyciszyć. Nic dziwnego, że tak dużym zainteresowaniem cieszą się dziś propozycje, które pomagają wprowadzać do codzienności chwile ciszy i skupienia.

Pewnego mnicha zapytano, dlaczego zawsze pozostaje tak spokojny i pogodny. Odpowiedział:

„Kiedy stoicie – już biegniecie.
Kiedy idziecie – jesteście już u celu.
Kiedy siedzicie – myślami jesteście przy następnym zadaniu.
Kiedy śpicie – jesteście już przy przebudzeniu.
Kiedy jecie – już skończyliście posiłek.
Kiedy pijecie – nie umiecie delektować się tym, co pijecie.
Kiedy mówicie – przygotowujecie odpowiedź na przyszłe zarzuty.
Kiedy milczycie – nie jesteście naprawdę skupieni.
Kiedy patrzycie – wszystko porównujecie.
Kiedy słuchacie – układacie już kolejne pytania.
Kiedy czytacie – natychmiast chcecie wiedzieć więcej.
Kiedy pracujecie – zamartwiacie się, a kiedy się modlicie – jesteście daleko od Boga..."

Zapraszam, aby na chwilę – choćby tylko w wyobraźni – usiąść na leżaku z okładki. Już samo miejsce emanuje spokojem. Zieleń lasu pozwala głęboko odetchnąć i odzyskać wewnętrzną równowagę.

O wiele trudniej jednak odnaleźć wewnętrzny pokój. Jak uwolnić się od troski o najbliższych, od problemów materialnych, lęku o przyszłość czy bólu związanego ze słabnącą wiarą młodego pokolenia?
Jezus zna ludzką potrzebę odpoczynku – zarówno zewnętrznego, jak i wewnętrznego. W Ewangelii słyszymy Jego zaproszenie:

„Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię" (Mt 11,28).

Najpierw dostrzega zmęczenie tych, którzy przyszli do Niego po długiej drodze. Zaraz jednak mówi także o ciężarach, które każdy nosi w swoim sercu. Przyjmuje jedno i drugie, obiecując prawdziwy odpoczynek. Być może właśnie te słowa zachęcają dzisiaj, by wypowiedzieć przed Bogiem swe troski i pozostawić je w Jego rękach.

Ojciec Józef Kentenich, który w każdej sytuacji doświadczał Bożego prowadzenia, powiedział kiedyś: „Świadomość, że nie jestem sam, że Bóg żyje we mnie, powinna napełniać mnie głębokim pokojem".
Starajmy się nieść to przekonanie w naszą codzienność i przypominać je sobie zawsze wtedy, gdy ogarnia nas niepokój i gdy życiowe ciężary wydają się zbyt wielkie.
Nie zawsze potrzebny jest tygodniowy urlop. Czasem wystarczy krótka chwila odpoczynku – „pięć minut na leżaku", o którym przypomina okładka tego numeru. Również lekarze medycyny pracy podkreślają, że regularne przerwy zmniejszają zmęczenie, pomagają odzyskać siły i zwiększają efektywność.

Od dawna wiadomo, że chwile odpoczynku służą zdrowiu i dobremu samopoczuciu. Tempo współczesnego życia, coraz większa liczba obowiązków i nieustanny pośpiech sprawiają jednak, że łatwo o tym zapominamy. Dlatego warto świadomie wpisywać w swój dzień krótkie chwile zatrzymania, aby spotkać się z Bogiem, nabrać dystansu i spojrzeć na swoje życie z szerszej perspektywy.
Kiedy powierzamy Bogu nasz niepokój, nic nie jest w stanie wyprowadzić nas z równowagi. Możemy doświadczyć, że jesteśmy przez Niego podtrzymywani i prowadzeni. W Nim odnajdujemy nowe siły i odwagę, by podjąć wyzwania kolejnego dnia.

Na nadchodzące tygodnie życzymy wielu takich chwil pokoju – niezależnie od tego, czy będą Państwo na wakacjach, w swoim ogrodzie, na leżaku w cieniu lasu, pośród codziennych obowiązków czy przy osobach, które potrzebują całej naszej uwagi.

s.Gisela-Maria Mues
i s. M. Krzysztofa Fulneczek

„Musimy nauczyć się uspokajać nasze serce przy spokojnym Bogu. Spokojny Bóg uspokaja wszystko." – o. Józef Kentenich

Świadectwa

Emanował spokojem...

„Święty Jan opisuje swoje widzenie: „Przed tronem rozciągało się jakby morze szklane, podobne do kryształu" (por. Ap 4,6). Symbol ten odczytuje się jako obraz pokoju promieniującego od Boga. Wszystko w Nim tchnie pokojem i przynosi ukojenie.

Ojciec Kentenich promieniował niezwykłym spokojem, którego źródłem była jego głęboka więź z Bogiem oraz nadprzyrodzone spojrzenie na rzeczywistość. Pewnego razu, w gronie kilku kapłanów, zapytano go o tajemnicę jego wewnętrznego pokoju i niezwykłej skuteczności działania. Z delikatnym uśmiechem odpowiedział: *„W moim wnętrzu nie ma niepotrzebnego zgiełku".*

Nie tracił czasu ani sił na to, co rozprasza. Człowiek, który sam trwa w pokoju, potrafi naprawdę wejść w świat drugiego. Ojciec Kentenich, głęboko zakorzeniony w wewnętrznym pokoju, posiadał rzadki dar słuchania i wychwytywania tego, co kryło się między słowami. Umiał także czekać – tak, jak potrafi czekać dobry ojciec. Jakże długo potrafił czekać!

Już w 1929 roku wypowiedział prorocze słowa, że w „cieniu sanktuarium" będą się przez całe stulecia rozstrzygać losy Kościoła. Wówczas istniała tylko jedna Kaplica Szensztacka, dziś nazywana Prasanktuarium.

W 1946 roku, gdy państwo niemieckie leżało jeszcze w gruzach, jeden z jego współbraci zapytał: „Ojcze, jak mogłeś już wtedy z taką pewnością mówić o cieniu sanktuarium?".

Odpowiedział spokojnie: „Poczekajmy, zobaczymy".

On czekał, a my czekaliśmy razem z nim. I ujrzeliśmy – i nadal z podziwem oglądamy – rozwój Dzieła Szensztackiego, które rozkwitło już w wielu krajach świata.

W 1981 roku istniało ponad osiemdziesiąt wiernych kopii Prasanktuarium (dziś jest ich już ponad dwieście), połączonych z domami formacyjnymi, które stały się żywymi ośrodkami życia katolickiego.

Maria Annette Nailis, „Wie wir ihn erlebten", s. 26–27

W obozie koncentracyjnym w Dachau jeden ze współwięźniów, kapłan, z niepokojem zapytał ojca Kentenicha: „Czy wyjdziemy stąd kiedyś żywi?"
Ojciec Kentenich odpowiedział z całkowitym spokojem:
„To sprawa drugorzędna. Najważniejsza jest wola Boża".
W mistrzowski sposób potrafił łączyć to, co dzisiaj tak często zostaje rozdzielone: niebo i ziemię.
Mówił: „Świat, który jest przestrzenią naszego działania, nie tylko nie może stanowić przeszkody na drodze do głębokiego zjednoczenia z Bogiem, lecz powinien stać się drogą i stopniami prowadzącymi do Niego".
Tamże, s. 100–101.

W swojej książce o Dachau "So sah ich sie" (Tak ich widziałem) były poseł do Reichstagu Józef Joos wspomina:
„Po raz kolejny przemierzyliśmy krótką drogę między barakami – trzy razy tam i z powrotem. On mówił, a ja słuchałem. I znów ogarnęły mnie zdumienie i podziw. Ten prosty pallotyn, ojciec Kentenich, imponował niezwykłą wszechstronnością myśli i wiedzy, a zwłaszcza głębokim rozumieniem natury człowieka i sztuki prowadzenia ludzi.
To, co – jak sądziłem – zrozumiałem dzięki wieloletniemu doświadczeniu w działalności społecznej i politycznej, on ujmował w znacznie szerszej perspektywie i we wzajemnych powiązaniach. Tam, gdzie ja potrafiłem wskazać dziesięć argumentów, on dostrzegał ich sto i rozwijał je z niezwykłą przenikliwością.
A do tego ten pokój, który od niego emanował, ta zadziwiająca pewność i niewzruszona ufność! Pytania tak naturalne w naszej sytuacji: „Co będzie z nami?" albo „Czy wrócimy stąd żywi?" – zdawały się dla niego w ogóle nie istnieć.
Widziałem ojca Kentenicha uśmiechniętego nawet w najtrudniejszych chwilach, całkowicie spokojnego i wolnego od lęku. Nie wynikało to z nieświadomości, bo doskonale wiedział, co się dzieje. Nie była to również pycha, ponieważ pozostawał człowiekiem pokornym i skromnym. Im dłużej go słuchałem, tym lepiej rozumiałem, dlaczego jego rekolekcje w Schönstatt cieszyły się tak wielkim zainteresowaniem. Ten pallotyński kapłan i uczony musiał ludzi albo niezwykle pociągać, albo zdecydowanie odpychać – jak to często bywa z ludźmi bezwarunkowej wiary..."
„Wir schauen auf ihn". Begegnungen mit Pater Kentenich, oprac. Schönstatt-Frauenliga, s. 86–87.

Ktoś wspomina: „Za każdym razem, gdy przychodziłem do niego po radę, uderzały mnie spokój i skupienie, z jakimi mnie słuchał. Zadawał pytania z wielkim taktem, nigdy nie będąc niedyskretnym. Dodawał otuchy, pomagał rozeznać właściwy kierunek i udzielał konkretnych wskazówek.
Wszystko czynił z ojcowską dobrocią i wielką życzliwością. Człowiek, który w danej chwili siedział przed nim – kimkolwiek był – stawał się dla niego najważniejszą osobą na świecie. Taką postawę uważał za służbę Bogu i Maryi".
Tamże, s. 138–139.

On pomaga

MIESZKANIE DLA MŁODEJ RODZINY

„Dziś nasza córka XX otrzymała wiadomość, że przyznano jej mieszkanie. Ma 33 lata i pod koniec października spodziewa się dziecka. Modliłam się nowenną „Bezpieczni w Bogu" i całą sprawę powierzyłam wstawiennictwu ojca Kentenicha. Jestem ogromnie wdzięczna za wysłuchanie tej prośby. Córka odetchnęła z ulgą".

maj 2026 / R. M.

SZCZĘŚLIWE ZAKOŃCZENIE

Nasza córka pracuje jako muzykoterapeutka w specjalistycznej klinice. W chwili jej nieuwagi jedna z pacjentek oddaliła się z oddziału i mimo intensywnych poszukiwań nie można było jej odnaleźć. Powiadomiono policję, która rozpoczęła poszukiwania także za pośrednictwem mediów. Córka poprosiła nas o modlitwę. Gorąco prosiliśmy Boga o pomoc, wzywając jednocześnie wstawiennictwa o. Kentenicha. Po niemal tygodniu, dokładnie 18 maja - w dniu Przymierza Miłości, pacjentka została odnaleziona cała i zdrowa. To szczęśliwe zakończenie przypisujemy wstawiennictwu o. Kentenicha i wyrażamy zgodę na publikację tego świadectwa.

maj 2026 / H. H.

REMONT

Konieczna była wymiana dwojga drzwi wewnętrznych. Zleciliśmy pracę lokalnej firmie, która cieszyła się bardzo dobrymi opiniami. Ponieważ mieszkamy w starym domu, prace wykończeniowe nie zostały ujęte w kosztorysie i miały być rozliczone według rzeczywiście przepracowanego czasu. Podczas montażu okazało się, że jedne z drzwi mają niewłaściwy wymiar. Pracownik błędnie je zmierzył. Trzeba było kuć ścianę, co spowodowało znaczne zniszczenia. Dwóch robotników spędziło przy tym po sześć godzin, a mimo to prace nie zostały wykonane ani starannie, ani do końca. Pełni obaw modliliśmy się o wstawiennictwo o. Kentenicha, ponieważ nasz budżet był bardzo ograniczony. Jeszcze przed otrzymaniem faktury mój mąż pojechał do firmy, aby porozmawiać z właścicielem. Nie zastał go. Sekretarka obiecała przekazać sprawę i poprosić szefa o kontakt. Czekaliśmy z wielkim niepokojem. W następnym tygodniu przyszła faktura. Ku naszemu zdumieniu naliczono jedynie po półtorej godziny pracy dla każdego z dwóch pracowników. Niedługo potem zadzwonił właściciel firmy, przeprosił za zaistniałe trudności i wystawił nową fakturę z dodatkowym rabatem. Jesteśmy bardzo wdzięczni i głęboko przeko-

nani, że pomogło nam wstawiennictwo ojca Kentenicha. Wyrażamy zgodę na publikację tego świadectwa.

maj 2026 / K. E. i H. H.

URAZ PODCZAS PRZYCINANIA DRZEW

Jeden z cenionych pracowników naszego przedsiębiorstwa ogrodniczego podczas wiosennego przycinania drzew zahaczył akumulatorowymi nożycami o gałęzie i odciął sobie czubek palca. Rana przebiegała skośnie w kierunku dłoni. My, siostry, wraz z naszym pracownikiem powierzyliśmy tę sprawę wstawiennictwu ojca Kentenicha.

Dziś z wdzięcznością dziękujemy za otrzymaną pomoc. Opuszek palca i rana bardzo dobrze się zagoiła. Ufamy, że utrzymujące się jeszcze ograniczenia ruchomości dłoni i ramienia również zostaną przezwyciężone za wstawiennictwem ojca Kentenicha. Dziękujemy i wyrażamy zgodę na publikację.

wrzesień 2025 / M. K. O.-D.

ZNALEZIENIE PRACY

Po dwóch latach nauki na studiach podyplomowych, które moja córka ukończyła z bardzo dobrymi ocenami, trudno było znaleźć odpowiednie miejsce pracy. Od 1 grudnia jest jednak zatrudniona. Choć dojeżdża nieco dalej, bardzo lubi swoją pracę. Pracodawca umożliwia jej dalszy rozwój zawodowy oraz zdobywanie dodatkowych kwalifikacji. Często powierzałam swoje intencje o. Kentenichowi. Również tym razem doświadczyłam jego skutecznego wstawiennictwa.

luty 2026 / C. L.

WYPADEK ROWEROWY

Po wypadku rowerowym obrażenia Th szybko się zagoiły. Niestety, ten ojciec czworga dzieci niespodziewanie doznał udaru mózgu. Rodzina przeżywała bardzo trudne chwile. Utracił mowę i został częściowo sparaliżowany. Gorąco modliłam się o wstawiennictwo ojca Kentenicha. To niemal cud, że już po kilku miesiącach Th. został uznany za całkowicie zdrowego. Odzyskał mowę i pełną sprawność ruchową, a także mógł powrócić do pracy zawodowej. Z całego serca dziękuję za wstawiennictwo ojca Kentenicha, przez które Bóg okazał swoją pomoc.

marzec 2026 / M. B.

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH

Ojciec mojej znajomej pod koniec pobytu rehabilitacyjnego doznał udaru mózgu, który zagroził jego życiu. Trafił do szpitala położonego daleko od rodzinnej miejscowości, dlatego bardzo trudno było znaleźć kapłana, który mógłby udzielić mu sakramentu namaszczenia chorych. Gdy dowiedziałam się o tej sytuacji, zaczęłam szukać możliwości sprowadzenia księdza. Tę ważną intencję powierzyłam również wstawiennictwu o. Kentenicha. Zadziwiające było, jak kolejne wydarzenia prowadziły mnie do właściwych osób. Dzięki temu udało się znaleźć kapłana, który szybko przybył do szpitala i udzielił choremu sakramentu namaszczenia. Dało to całej rodzinie wielkie umocnienie i pocieszenie. Dziękuję o. Kentenichowi za jego wstawiennictwo.

marzec 2026/M.B.

Ojciec Józef Kentenich - Założyciel Międzynarodowego Ruchu Szensztackiego urodził się w 16 listopada 1885 r. w Gymnich k/ Kolonii. Zmarł 15 września 1968 r. bezpośrednio po odprawieniu Mszy Świętej, w kościele Trójcy Świętej na Górze Szensztat. W tym kościele jest on również pochowany. Na jego sarkofagu widnieje napis *Dilexit Ecclesiam - Umiłował Kościół.*

Sekretariat Ojca Józefa Kentenicha rozpowszechnia pisma i broszury informujące o duchowości ks. Kentenicha i zachęcające do modlitwy. O otrzymanych łaskach za przyczyną Sługi Bożego o. Józefa Kentenicha prosimy informować na adres Sekretariatu: ***sekretariat-kentenich@szensztat.pl.***

KONTAKT:

Sekretariat Ojca Józefa Kentenicha, ul. Czecha 9/11; 05-402 Otwock, tel. 605 871 771 ;
e-mail: sekretariat-kentenich@szensztat.pl

Sekretariat utrzymuje się wyłącznie z ofiar. Możesz nas wspomóc przekazując dar serca:
Nr konta: 75 1020 1127 0000 1202 0324 8929 z tytułem:
"Sekretariat o. Kentenicha - na cele kultu religijnego"

Tytuł oryginału: *"Zur Ruhe kommen"*

Świadectwa o wysłuchanych prośbach i słowa "święty" czy "cud" mają jedynie charakter prywatny. Nie należy przez to rozumieć oficjalnego roztrzygnięcia Kościoła.