

OD WRZEŚNIA **DO WRZEŚNIA**



18.02.2016r.

Uśmiechnąłem się do przechadnia, który też się
do mnie uśmiechnął. Czułem wtedy radość.*

SPIS TREŚCI

ŚWIATŁO TRADYCJI

- Stoimy w ciemności otoczeni światłem **3**
- Kto ma uszy, niechaj słucha **3**
- Dlaczego jest święto Bożego Narodzenia? **4**
- Mikołajki czyli szczypta radości **5**
- Ty druha we mnie masz... **5**

ŚWIATŁO WIEDZY

- Metafizyka światła **7**
- „Szukaj siebie we Mnie” **7**
- Spotkanie z „naszym” ciekawym człowiekiem **8**
- Mieć serce... **8**
- Ucztować jak mistrz **9**
- Nieobecność, która jest obecnością **9**

ŚWIATŁO KULTURY

- Niepoprawni w muzeum i teatrze **10**
- Życie jak teatr **10**
- Muzyczna podróż sentymentalna **10**

ŚWIATŁO RADOŚCI

- Miłość niejedno ma imię **11**
- Teatr duszy **11**
- Dunajec Biały – jakże wspaniały **12**
- Kajakowe wakacje **12**
- Sztuka to życie **13**

ŚWIATŁO MIŁOSIERDZIA

- Trzeba się zająć rzeczami tylko ważnymi **14**
- Chleb potrzebny do życia **14**
- Miłosierdzie jest jak latarka z niewyczerpanymi bateriami **15**



Bądźmy światłem

■ ■ *Miłosierdzie jest jak kawałki drewna dorzucane do ognia, ponieważ powodują, że płomień jest podtrzymywany i rozprzestrzenia się coraz dalej. Tak samo jest z miłosierdziem; gdy je czynimy, dajemy innym przykład i zachęcamy ich do działania.*

Słowa jednej ze stypendystek oddają cel pracy w roku fundacyjnym 2015/16 – zrozumienie na czym polega bycie miłosiernym. Wykłady przybliżyły istotę miłosierdzia: „czym jest”. Wyjazdy do miejsc, w których okazywana jest pomoc, zrozumienie, serdeczność oraz spotkania z osobami, które czynnie wdrażają każdego dnia ideę serca dla potrzebujących, smutnych, odrzuconych i niekochanych: „jak być miłosiernym”. Staramy się w Fundacji wspólnie zachęcać i wspierać w okazywaniu bycia wrażliwym na potrzeby drugiego człowieka. To mogą być drobne gesty: uśmiech, chęć wysłuchania, czuły gest, pamięć i wdzięczność. Praca nad budowaniem swego człowieczeństwa nigdy się nie kończy i już dzisiaj – zaraz, natychmiast mogę przekazać bezinteresownie iskrę dobrego.

Redakcja

Stoimy w ciemności otoczeni światłem

Wystawa nowoczesnej sztuki performance, jaką stypendyści widzieli w Zachęcie kilka miesięcy wcześniej, zainspirowała do przygotowania oryginalnej inauguracji.

11 września młodzież zaskoczyła licznie zebranych gości wydarzeniem artystycznym łączącym różne formy. Muzyka, śpiew, teksty, maszyny światła, teatr cieni pokazały drogę współczesnego człowieka dążącego do Prawdy, Dobra i Piękna. Przyjęto osiemnaścioro nowych stypendystów – to oni otrzymali światelko jako strażnicy światła. Cele i działania Fundacji przedstawiały pa-



nele wykonane w pracowni J. Wilkonja (inspirowane pracami stypendystów, jakie powstawały podczas zajęć). Przy pierwszym stanęła Założycielka Fundacji p. doktor Anna Formanowicz, przy kolejnych stypendyści, a przy ostatnim p. Maria Florczuk. Był to symboliczny znak ciągłości pokoleń wspólnie idących



➔ Wręczenie symbolicznego światelka przez Założycielkę Fundacji.

➔ Powitanie nowo przyjętych stypendystów.



➔ Pani Maria Florczuk reprezentuje kolejne pokolenie Założycieli „Naszej Drogi”.

„Naszą Drogą”. Na zakończenie wszyscy obejrzeni etudy filmowe zrealizowane przez nas oraz reportaży autorstwa p. Tadeusza Bystrama o olśnieniach (nie tylko artystycznych) jakie dokonywały się podczas obozu w Łuczniczy.

Redakcja

Kto ma uszy, niechaj słucha

Jakie masz uszy? Co nimi słyszysz? Jak słuchasz swego głosu wewnętrznego i drugiego człowieka? Dnia 29 czerwca właśnie takie pytania rozpoczęły pełne dobrych emocji spotkanie z kandydatami do programu stypendialnego Fundacji AMF.

Komisja z niemałym trudem wybrała piętnaścioro osób, gdyż wszyscy chętni zaprezentowali się znakomicie, udzielając błyskotliwych i przemyślanych odpowiedzi. Zgodnie z tradycją, potwierdzoną dobrą praktyką, otwarte są comiesięczne spotkania, na które mogą przychodzić wszyscy uczniowie, w tym ci, którzy nie zakwalifikowali się do pełnego programu stypendialnego.

Redakcja

Dlaczego jest święto Bożego Narodzenia?

Odpowiedzi udzielił wiersz ks. Jana Twardowskiego i wigilijny spektakl stypendystów: „żeby sobie przebaczać!” Brak porozumienia, żale, pretensje i kłótnie prowadzące do poczucia goryczy i osamotnienia – to mogło przydarzyć się każdemu z nas... Dziś, w XXI wieku, łatwo się zagubić i zapomnieć o prawdziwej istocie Świąt.



➔ Finałowa scena wigilijnego przedstawienia.



➔ Wspólne dzielenie się opłatkiem.

Předstawienie miało szczęśliwe zakończenie – wzajemne darowanie urazów, a rozdane gościom papierowe aniołki z napisanymi myślami św. Teresy z Avila skłoniły do refleksji. Prezentem dla Pp. Formanowiczów był album „Światło, które łączy niebo i ziemię”, na który złożyły się wykonane przez młodzież zdjęcia przedstawiające światło łączące niebo i ziemię w przyrodzie, w architekturze, w przestrzeni miasta oraz w człowieku.

P. doktor Anna Formanowicz przypomniała o dziesięciu filarach Fundacji, które przedstawiliśmy na inauguracji roku stypendialnego. Przybyli na wigilię starsi koledzy opowiedzieli o tym, co się u nich dzieje; wspominali czasy, kiedy to oni występowali w wigilijnych przedstawieniach i uczęszczali na comiesięczne spotkania. Adrian przyleciał aż z Meksyku, by dać wiele ciekawych wskazówek, które pomogą na dalszej drodze życia; m.in. by nigdy nie rezygnować z marzeń i żyć pasją.



Św. Mikołaj pamiętał o wszystkich i pod choinką czekały upominki: jeden z paneli fundacyjnych „My” w formie plakatu oraz książka „Święci codziennego użytku” Szymona Hołowni.

Magdalena Kośnik

Mikołajki czyli szczypta radości

W Środowiskowym Domu Samopomocy zawsze w grudniu czekają na nas chwile wzruszeń. Staramy się naszym przyjaciołom dać szczyptę radości, odwiedzając ich z p. doktor Anną Formanowicz. Fundacyjny Mikołaj wręcza upominki, a oni obdarowują nas serdecznością, wdzięcznością, uśmiechem i pięknym przedstawieniem świątecznym.

Dnia 7 grudnia Stypendyści naszej Fundacji jak co roku z wielką radością zaangażowali się w przygotowanie paczek dla podopiecznych Środowiskowego Domu Samopomocy. 8 grudnia po raz kolejny mogliśmy cieszyć się razem z nimi i poczuć, jak dobrze jest być blisko drugiej osoby.

Część Stypendystów, a raczej Stypendystek, przebrała się za śnieżynki. Oczywiście nie zabrakło także głównego i tak wyczekiwanego gościa, a mianowicie św. Mikołaja! Te wspaniałe chwile na długo zapiszą się w naszej pamięci.

Patrycja Skłodowska



➔ Mikołaj dla każdego podopiecznego Domu Samopomocy ma niespodziankę.

Ty druha we mnie masz...

10 czerwca przyszedł czas pożegnań – oczywiście nie na zawsze, ale gratulowaliśmy koleżankom i kolegom, którzy jako maturzyści ukończyli pierwszy etap naszej wspólnej fundacyjnej wędrówki.

Spotkanie było zarazem podsumowaniem i zakończeniem roku, a stypendyści, podzieleni na cztery grupy (każda zajęta się innym kwartałem), przygotowali prezentacje, pokazujące zdjęcia z poszczególnych wydarzeń i opatrzone komentarzem w formie sprawozdań, reportaży, kabaretowych scenek. Pierwszy i drugi rocznik stypendystów przygotował niespodziankę dla absolwentów

Ciąg dalszy na s. 6



➔ Nasi wspaniali maturzyści.



🔵 O wydarzeniach roku stypendialnego opowiadać można także scenkami pełnymi humoru.

Ciąg dalszy ze s. 5

Fundacji w postaci albumów-harmonijek ze zdjęciami, przedstawiających wspólne wspomnienia. Wszystkie upominki zawierały krótkie rymowanki, opisujące każdego absolwenta w sposób humorystyczny.

Ostatni rocznik – czyli piętnaścioro abiturientów – zrewanżował się zaśpiewaniem piosenki „Ty druga we mnie masz”, sygnalizując, że mimo rozstania z Fundacją, więź pomiędzy „pokoleniami” będzie dalej utrzymywana. P. doktor Anna Formanowicz podziękowała wszystkim za tak dobry rok i wręczyła absolwentom pamiątkowe dyplomy gratulacyjne.

Mateusz Fydrych

🔵 Rodzina Fundacyjna w komplecie.



🔵 P. Doktor Anna Formanowicz w obecności p. Barbary Bilwin wręcza dyplom gratulacyjny absolwentce Fundacji.



Metafizyka światła

Światło, utożsamiane z najpiękniejszymi wartościami i ideami w filozofii i religii, od wieków było znakiem dobrego i rozumnego życia.

Dowiedzieliśmy się o tym 9 października podczas wykładu p. dr hab. Ewy Krawieckiej. W grupach stworzyliśmy plakaty mówiące o świetle do siebie, drugiego człowieka i do Boga. Zespoły miały możliwość przedstawienia i omówienia swojego projektu oraz rezultatów zadania: w jaki sposób rzuca się światło do przodu. Po chwili



➤ Praca w zespole przy tworzeniu plakatu.



➤ Efekt pracy jednego z zespołów – „Jak rzucam światło do przodu na drodze do Boga”.

namysłu okazuje się, że każdy z nas potrafi emanować światłem: wiedzy, talentu, dobra. Właśnie to sprawia, że rozświecła się wtedy droga życia; co więcej – można sprawić, iż jaśniejsze staną się ścieżki innych.

Anna Falkowska

„Szukaj siebie we Mnie”

Dobro jest jak blask światła – prowadzi nas do miłosierdzia czyli dostrzegania piękna nas samych, otaczającego świata i człowieka, szczególnie potrzebującego pomocy.

9 listopada na konferencji zorganizowanej przez Fundację i Katedrę Duchowości UKSW mottem spotkania były słowa św. Teresy z Avila „Szukaj siebie we Mnie”.

Spotkanie rozpoczęło krótkie przemówienie i powitanie przez ks. prof. dr hab. Stanisława Urbańskiego oraz Rektora i Dziekana Uczelni. Następnie głos zabrał p. Maciej Formanowicz, który przybliżył zebranym historię i cele Fundacji.

Ciąg dalszy na s. 8



➤ Wystąpienie przed wymagającym audytorium to sposób na doskonalenie sztuki prezentacji.

Ciąg dalszy ze s. 7

Jako pierwszy z prelegentów wystąpił o. Wojciech Ciak z Zakonu Karmelitów Bosych w Poznaniu. Przedmiotem jego rozważań był „Zamek wewnętrzny” napisany w 1577 roku przez św. Teresę z Avila oraz „Zamek” – powieść Franza Kafki z 1922 roku; dwa przykłady mówiące o odmiennych sposobach postrzegania życia: od afirmacji aż po negację. Następnie swój wykład zaprezentował dr Tomasz Sowiński – fizyk pracujący w Państwowej Akademii Nauk. Przedstawił nietatwą i długą drogę, jaką przeszli naukowcy, nim odkryli tak powszechne dzisiaj światło laserowe.

O świetle w swoim życiu opowiedziała siostra Małgorzata Chmielewska, która jest założycielką Wspólnoty Chleb życia. Wspólnota prowadzi siedem domów, w których przyjmuje ludzi bezdomnych, starszych, chorych i matki z dziećmi, starając się razem z nimi tworzyć miejsca do godnego życia i umożliwić powrót do społeczeństwa.



➔ Siostra Małgorzata Chmielewska wszystkich ujęła swym świadectwem miłosierdzia.

Siostra podzieliła się z nami miłością jaką daje potrzebującym, i zaświadczyła, że czynione dobro zawsze wraca do człowieka. Nawet najmniejsza pomoc może być światłem zmieniającym życie.

Stypendyści przedstawili efekty pracy rozpoczętej w październiku. Pierwsza grupa zajmowała się tematem „Jak rzucam światło do przodu na drodze do samego siebie”, druga – do człowieka, a trzecia – do Boga.

Wykład Stanisława Soyki był zupełnie inny od wszystkich, ponieważ miał formę śpiewaną. Oprócz wsłuchiwania się w słowa i wykonanie mieliśmy okazję odrobinę pośpiewać. Takie „warsztaty muzyczne” w sposób niekonwencjonalny zakończyły spotkanie ze światłem nauki, kultury, ducha i serca.

Joanna Tyl, Magdalena Kośnik

Spotkanie z „naszym” ciekawym człowiekiem

W dniu 4 grudnia gościem była nasza fundacyjna koleżanka – Paulina Godlewska, studentka IV roku mediacji i dziennikarstwa na Uniwersytecie Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie.

Spotkanie odbyło się w formie wywiadu, a w rolę zadającej pytania wcieliła się p. Ewa Krawiecka. Na początku Paulina opowiedziała nam o swoich wspomnieniach związanych z Fundacją; następnie otrzymaliśmy pożyteczne porady: jak stać się dobrym liderem oraz czym kierować się przy wyborze studiów. Pasją Pauliny jest dziennikarstwo i praca z dużym zespołem ludzi, dlatego zaangażowała się w medialną pomoc przy Światowych Dniach Młodzieży. Każdy z nas mógł zadać pytanie, na które nasza koleżanka z chęcią odpowiedziała. Miłym akcentem dnia było złożenie życzeń imieninowych dla Solenizantek: p. Basi Bilwin i p. Basi Porowskiej.

Ewa Jagielska, Aleksandra Jagiełto

Mieć serce...

...czyli dostrzegać tych, którzy czekają, by ktoś zauważył ich problem. Może nie potrafią, lub nie chcą głośno się zalić. Kto umie współodczuwać, ten słyszy i widzi nie tylko zmysłami, lecz przede wszystkim sercem.

Dnia 8 stycznia podczas wykładu p. Ewy Krawieckiej poznaliśmy definicję miłosierdzia pochodzące z mądrości świętych, m.in. św. Augustyna i św. Faustyny. Zastanawialiśmy się nad znaczeniem miłosierdzia w różnych religiach oraz nad jego rolą w naszym codziennym życiu.

Aleksandra Zęgota

Ucztować jak mistrz

Zamiast przysmaków i frykasów – praca nad sobą.

Oto mistrzowskie menu:

- 1. ŚNIADANIE** – wizja pracy nad sobą (charakter, kompetencje, relacje z innymi, odpowiedzialne umowy czyli plan na życie).
- 2. OBIAD** – rozwijanie charakteru i kompetencji w pełnej odpowiedzialności – działanie zgodnie z reakcją otoczenia (empatia, pokora, otwartość na zmianę swego zachowania).
- 3. KOLACJA** – korekta: doskonalenie samego siebie.



➔ Do efektywnego wykonania zadania przydatne są nawet plecy kolegi.

11 marca p. E. Krawiecka zaprosiła na ucztę mistrzów! Temat dotyczył odpowiedzialności lidera i menedżera. Poznaliśmy hierarchię panującą w zespole, zadania poszczególnych członków, a także sylwetki Mistrzów odpowiedzialności, takich jak św. Jan Paweł II. Jak zawsze dostaliśmy zadanie do wykonania – tym razem każdy dokonał samooceny stopnia swej odpowiedzialności. Szukaliśmy odpowiedzi na trudne pytanie: czy jesteśmy już Mistrzami, czy może nadal trenujemy? Pozornie odpowiedź jest prosta, jednak przeprowadzenie analizy SWOT naszej odpowiedzialności okazało się wyzwaniem.

Anna Ryszewska, Mateusz Fydrych

Nieobecność, która jest obecnością

„Brakuje słów, bo coraz boleśniej brakuje ludzi. Zostają ich piękno i wrażliwość. I coraz większy problem z ich opisem”. (Z blogu Remigiusza Grzeli)

W dniu 29 kwietnia na spotkanie fundacyjne zawiązał dziennikarz i pisarz, autor książki „Obecność” Remigiusz Grzela. Opowiadał o swoim życiu, pracy, jak i o inspiracji do spisania nietatnych rozmów i wspomnień znanych osób o odchodzeniu bliskich.

Najbardziej znaną książką Remigiusza Grzeli jest „Obecność”. Zmierzenie się z tak trudnym tematem, jak mówił autor, było wielkim wyzwaniem. Powód do tworzenia tak nietypowej książki był osobisty – śmierć agentki i przyjaciółki Agaty, której zadedykował „Obecność” i której historię opisał na pierwszych stronach publikacji.

Opowiedział także o spotkaniu z najbardziej wymagającym rozmówcą – Sławomirem Mrożkiem. Przeprowadzony wywiad, pełen „wszystkiego i niczego”, został opublikowany... i stał się hitem. Jego



➔ Spotkanie z p. red. Remigiuszem Grzelą.

tytuł to przytoczone tajemnicze słowa Mrożka: „Odpowiem z za grobu”.

Po „części teoretycznej”, czyli opowieści naszego gościa o życiu i pracy, przyszedł czas na rozmowy i odpowiedzi na pytania. Na zakończenie autor podpisywał swą książkę (prezent od Fundacji dla Stypendystów). Takie spotkania pozwalają poczuć obecność tych, których nie ma już z nami.

Anna Ryszewska

Niepoprawni w muzeum i teatrze

Malarstwo pastelowe, sztuki klasyków dramatu mogą się kojarzyć z bardzo ugrzecznonym i poprawnym wizerunkiem. A wcale tak nie jest...



➔ Lekcja muzealna podczas wystawy mistrzów pastelów.

Tak schematyczne myślenie zburzyła wycieczka dnia 9 stycznia. Dzięki wystawie w Muzeum Narodowym „Mistrzowie Pastelu. Od Marteau do Witkacego” nikt z nas nie będzie powtarzał stereotypu, że malowaniem pastelami parą się wyłącznie malarki, tworząc „słodkie scenki i portreciki”. Wielcy twórcy chętnie sięgali po pastele, czego efektem były dynamiczne sceny i portrety oddające głębię psychologiczną.

Wieczór w Teatrze Współczesnym przyniósł kolejne zaskoczenie; nowoczesny sposób interpretacji wielkiej klasyki. Spektakl „Niepoprawni”, na motywach sztuki Juliusza Słowackiego „Fantazy” w reżyserii Macieja Englerta, okazał się aktualną wizją świata i polskich spraw.

Weronika Kietlińska, Izabela Choromańska

Życie jak teatr

Przyznać trzeba rację Stendhalowi – pisarzowi, który uważał, że literatura jest jak zwierciadło przechadzające się po drogach; lustro, w których przeglądamy się my sami.



➔ Fotos z przedstawienia „Posprzątane” w Teatrze Współczesnym. Fot. Magda Hueckel

9 kwietnia na spektaklu „Posprzątane” w reżyserii Bożeny Suchockiej mogliśmy z niewielkiej odległości zobaczyć wspaniałą grę aktorską czołowych polskich artystów. Sztuka poruszała ważne kwestie, takie jak samorealizacja, miłość, przyjaźń, śmierć.

Ukazywała również złożoność relacji międzyludzkich w nieco żartobliwy sposób, ale też pobudzała do refleksji.

Wiktoria Polkowska

Muzyczna podróż sentymentalna

Znane przeboje i szlagiery zupełnie inaczej brzmią, jeśli opowie o historii ich napisania sam autor. I to z humorem.

Jadąc 19 maja do Stolicy, myśleliśmy, że przedstawienie, które za chwilę zobaczymy, będzie współczesną sztuką teatralną, przeplatana piosenkami Jacka Cygana. Wydarzenie okazało się jednak przyjemnym wyjątkiem od reguły, ponieważ był to oryginalny montaż słowno-muzyczny. Utwory wykonywali aktorzy Teatru Polskiego, m.in. Andrzej Seweryn, Natalia Sikora, Joanna Trzepiecińska, natomiast autor uroczymi anegdotami przybliżył historię tworzenia swych tekstów. Nostalgiczne wspomnienia o muzycznych przebojach i ich wykonawcach bawiły i wzruszały.

Patrycja Zadroga

Miłość niejedno ma imię

Przyjaźń, stany zakochania, odpowiedzialne macierzyństwo i ojcostwo, bezinteresowne i bezwarunkowe okazywanie miłości miłosiernej... Przez siedem dni stypendyści (od 1 do 7 lutego) uczestniczyli w zajęciach, które podejmowały tematykę miłości.

Zimowisko rozpoczęło się od wizyty w Podlaskim Hospicjum Onkologicznym. Kolejne dni wypełniły zajęcia z psychologami, specjalistką od przysposobienia do życia w rodzinie oraz duchowe porady. Z pewnością pomogły w odkryciu kilku imion miłości. „Poznaliśmy metodę porozumiewania się opartą na porównaniu dwóch sposobów komunikacji: na wzór szakala i żyrafy. Typ komunikacji szakala charakteryzuje się agresją. Osoby komunikujące się językiem żyrafy potrafią rozpoznawać problemy innych osób” – wspomina Aleksandra Zęgota. „Na zajęciach *Miłość* czy *zauroczenie* rozmawialiśmy o tym, jak powinniśmy zachowywać się w związku i co robić, by być dobrym partnerem. Omawialiśmy także psychiczne różnice między kobietami i mężczyznami” – twierdzi Patryk Świercz. Aneta Kietlińska dodaje: „Sądzę, że tematy dotyczące miłości, zauroczenia czy

✎ By w sercu przeważały pozytywne emocje, trzeba umieć rozpoznać także negatywne. Autorzy rysunku przedstawiającego potwora agresji.



nawet seksualności nas dotyczą. Na pewno pomogły nam wiele zrozumieć i będą pomocne w przyszłości”.

„Efektem wykładu o św. Teresie z Avila jako liderce empatii” – mówi Joanna Tyl – „są nasze przepisy na paellę (hiszpańskie danie) z różnych wartości, które przekazała nam święta. Podzieleni na cztery grupy, niczym profesjonalni kucharze, dopieszczaliśmy skład «duchowego rarytasu» złożonego z m. in. szczypty pokory, miłości z puszek, ryżu miłosierdzia, radości, modlitwy i empatii”.

Magdalena Rowińska, Joanna Żochowska

Teatr duszy

„W Hodyszewie najbardziej podobała mi się bibliodrama. Nie spotkałam się nigdy z czymś takim... Z zajęć wyszłam zupełnie inna, bardziej otwarta na innych i na uczucia. Cenne było zbliżenie się do kogoś bez słów, wyrażenie emocji i przeżyć za pomocą ruchu i gestów” – dzieli się swym odkryciem Iza.

Nowym doświadczeniem dla wszystkich była bibliodrama. Na warsztatach prowadzonych przez p. Annę Łobodę okazało się, że to metoda poznawania Pisma Świętego, która wykorzystuje elementy teatru i psychodramy. Przypowieść o synu marnotrawnym odgrywana była w grupie, ale przez pryzmat indywidualnych doświadczeń każdego z nas, poprzez własne odczucia i wyobrażenia. Moc

✎ Pantomima wyrażająca emocje związane z miłosierdziem.

przebaczenia i miłości jest tak wielka, że potrafi wszystko zwyciężyć – dowodem było m.in. zadanie dla każdego, by wykonać rysunek siebie jako cienia człowieka

umęczonego, smutnego, który w swym wnętrzu lśni pięknymi barwami dobrych uczuć. Każdy dostrzegł, że nawet w najgorszych chwilach życia człowiek ma w sobie wiele pozytywnych emocji, którymi może obdarować innych. Zajęcia były prowadzone w sposób dynamiczny z wykorzystaniem następujących dziedzin: rysunek, fotografia, dźwięk, taniec, pantomima, mowa ciała, gra cieni. Bibliodrama to świetna forma terapeutyczna, która integruje. Obecnie, gdy własne myśli wyrażamy głównie poprzez słowa oraz elektroniczne wiadomości, nie doceniamy, jak wiele możemy wyrazić bez słów.

Magdalena Rowińska, Joanna Żochowska



Dunajec Biały – jakże wspaniały

Biały Dunajec jest jak zdrowie. Ile trzeba go cenić ten tylko się dowie, kto go opuści...

W dniach od 26 grudnia do 2 stycznia 2015r. odbył się coroczny wyjazd na narty, zorganizowany przez ks. prof. Włodzimierza Gałązkę. Po niemal jedenastogodzinnej podróży wreszcie dotarliśmy do Białego Dunajca.

Oczywiście pierwszą kwestią do omówienia były narty. Osoby, które po raz pierwszy miały na nich jeździć zostały przydzielone do grupy początkującej, podzielone na mniejsze podgrupy i wystane na „ośłą łączkę”, gdzie szkolili ich instruktorzy. Zaawansowani natomiast, rzecz jasna, udali się w stronę wyższego stoku – „Kaniówki”, ponieważ nie zamierzali marnować swych sił na zjazd z niskiego stoku i chcieli szlifować swoje umiejętności. Jednak już po kilku dniach także początkujący byli przygotowani do zjazdu z wyższego stoku i do jazdy równoległej, chociaż nieraz się zdarzało, że ktoś pod sobą uklepał trochę śniegu i to niestety nie nartami. Jazda wyciągiem także była niezwykła, szczególnie dla początkujących. Ach, ta wysokość...



➤ Fundacyjni dzielni zdobywcy stoku.

Jednak nie samymi nartami żyje człowiek. Spotkania z ciekawymi ludźmi były interesujące, tym razem odwiedził nas p. Stanisław, 89-letni instruktor jazdy na nartach (nadaj szusuje!), który uczył jeździć samego Karola Wojtyłę oraz niejednokrotnie zdobywał czołowe miejsce w mistrzostwach Polski w jeździe na nartach. Równie ciekawą osobą był popularny „Józek”. Uraczył nas świetnymi skeczami oraz opowiadał o sobie i swojej karierze.

Ten wyjazd przyniósł nam wiele dobra, ponieważ mieliśmy okazję poznać nowych ludzi, nabyć nowe umiejętności, a także nauczyć się wielu innych rzeczy (kazania ks. Gałązki; formacyjne zajęcia). Niezapomniane wspomnienia z nart zawsze będą towarzyszyć uczestnikom.

Mateusz Fydrych

Kajakowe wakacje

Pogoda nie zawsze nam dopisywała, dlatego też mieliśmy trudności z przemieszczaniem się do kolejnych punktów. Jednak nie było to przeszkodą do przepłynięcia całego szlaku Wigry – Czarna Hańcza – Kanał Augustowski.



➤ Podczas forsowania rzeki potrzeba sporo siły.

W dniach 9-23 lipca już jako drugoklasiści uczestniczyliśmy w obozie sportowo – rekreacyjnym na wodzie organizowanym przez ks. prof. Włodzimierza Gałązkę.

Plan dnia był bardzo urozmaicony, uczestniczyliśmy w wielu zajęciach. Przygotowano spotkanie z pracownikami GROMu, którzy opowiedzieli nam o swojej pracy i przeprowadzili szkolenia z pierwszej pomocy. Uczyliśmy się kroków tańców: salsa, samba, cha-cha, disco-samba oraz house.

Na zajęciach kuglarskich mogliśmy poczuć się jak prawdziwi cyrkowcy. Próbowaliśmy m. in. żonglerki, chodzenia po linie oraz jazdy na monocyklach. Niesamowitych wrażeń artystycznych dostarczył nam pokaz fireshow. Każdy wieczór był „pogodny” – z programem zabaw integracyjnych, gier i wspólnego śpiewania.

Był też czas na duchową odnowę: msze święte, spotkania formacyjne, warsztaty pisania ikon. Najbardziej podobały się nam nocne warty przy ognisku.

W drodze powrotnej zajechaliśmy do Łomży na Diecezjalne Dni Młodzieży.

Letni wyjazd był wyzwaniem, można nazwać go nawet „nietypowym doświadczeniem”.

Weronika Kietlińska, Adrian Gębka

Sztuka to życie

Dwa ostatnie tygodnie sierpnia na obozie artystycznym w Akademii Łucznica są czasem integracji nowych członków Fundacji i starszych stypendystów. Tematami przewodnimi wyjazdu były miłosierdzie, wsłuchiwanie się w siebie oraz wolność.

O bóz zaczął się warsztatami kreatywnego pisanego z p. redaktorem Remigiuszem Grzelą, który w ciekawy sposób opowiadał o swojej twórczości i przedstawiał różne historie odstawiające kulisy pracy pisarza i dziennikarza. Uczył nas na co zwracać uwagę w tekście i jak budować w nim dramaturgię. Przydatne okazały się również zajęcia z psychologami: p. Joanną Pytel i p. Michałem Borkowskim, którzy przedstawiając nam różne ćwiczenia, pomagali zrozumieć, co dzieje się wewnątrz nas i na czym polega budowanie relacji z innymi. W tym roku na zajęciach artystycznych skupiliśmy się szczególnie na ceramice, dzięki czemu każdy z nas mógł spróbować pracy w różnych technikach m.in. na kole garncarskim pod okiem p. Justyny Skowyrskiej. Rozwijaliśmy też swoje umiejętności muzyczne na zajęciach z p. Emilią Romanik, a razem z p. Witoldem Vargasem robiliśmy flety z rdestu. Grupa muzyczna stworzyła piosenkę fundacyjną. Będzie można usłyszeć ją na inauguracyjnym przedstawieniu, które powstało dzięki wspólnej pracy scenarzystów i scenografów. Łączy ono tematy przewodnie ubiegłego i bieżącego roku fundacyjnego. P. prof. Elżbieta Winiecka pomagała nam jeszcze bardziej zgłębić temat Internetu oraz zapoznała nas z liberaturą. Powstały też nasze próby zmierzenia się z „wolną literaturą”. 27 sierpnia odbył się zjazd absolwentów Fundacji. Był to idealny moment dla stypendystów,



➤ Na stopniach dworku – siedziby Akademii Łucznica.

by otrzymać różne rady na przyszłość od absolwentów, czy po prostu okazja do ich poznania. W tym dniu odwiedzili nas Założyciele Fundacji pp. Anna i Maciej Formanowiczowie oraz goście specjalni – p. Jacek Cygan wraz z małżonką. Twórca wielu przebojów podzielił się swymi refleksjami jako autor tekstów, opowiadań i wierszy oraz przedstawił kilka

cennych uwag o naszej piosence. Z absolwentami długo bawiliśmy się przy ognisku i graliśmy w grę terenową, która sprawdzała naszą sprawność fizyczną i intelektualną. Obóz zakończył się 28 sierpnia pożegnalnym śniadaniem pod chmurką. Wyjechaliśmy z Łucznicy żegnani przez „dobrego ducha” tego miejsca, czyli p. Zofię Bisiak. Myślę, że obóz był naprawdę niezwykłym przeżyciem. Poznając tak wiele wspaniałych osób, otworzyłam się jeszcze bardziej na ludzi.

Weronika Grabowska



➤ W pracowni ceramicznej jak zawsze praca wrze.

Trzeba się zająć rzeczami tylko ważnymi

Spotkanie w Podlaskim Hospicjum Onkologicznym dnia 1 lutego było dla wszystkich lekcją pokory wobec kruchości ludzkiego życia.

Pomysłodawca i założyciel – p. doktor Paweł Grabowski i jego współpracownicy szczegółowo przedstawili nam, na czym polega praca w takim miejscu.

„Miałem przygodę z własnym życiem” – wyznał nam pan doktor – „w czasie jednego z badań serce przestało bić, umarłem. Po czterystu sekundach reanimacji udało się mnie przywrócić do życia. I wtedy podjąłem decyzję, że skoro życie jest tak kruche... nie ma w nim czasu, żeby zajmować się rzeczami błahymi, a nawet ważnymi... trzeba się zająć rzeczami tylko ważnymi.”

Głównym celem Hospicjum jest profesjonalna pomoc medyczna osobom nieuleczalnie chorym oraz ich rodzinom. Miejsce, choć jest kojarzone ze



➔ Pierwsze chwile spotkania z p. doktorem Pawłem Grabowskim.

śmiercią i rozpaczą, jest tak naprawdę pełne życia: „Naszym sukcesem jest to, że życie chorych staje się pełniejsze. Spotykamy się z przepięknym heroizmem.

Choroba jest czasem dojrzewania w swoim człowieczeństwie. A my jesteśmy po to, aby w tym najtrudniejszym okresie życia być jak najbliżej chorego”...

Patrycja Zadroga

Chleb potrzebny do życia

Co innego mówić o miłosierdziu, a co innego doświadczać go. Kiedy przechodziliśmy obok jednego z blaszanych łóżek piętrowych, zobaczyłam leżącą na stoliku książkę. Była to „Mitologia” J. Parandowskiego, a obok stała gitara. Niby nic wielkiego... Zaskoczyło mnie, że człowiek w trudnej sytuacji nie zamyka się na świat. To „tylko i aż” ludzie pełni wiary i tacy, którzy tak jak my mają swoje pasje – wspomina Magdalena Kośnik wizytę w domu dla bezdomnych.



➔ Przed Domem Wspólnoty Chleb Życia.

9 kwietnia 2016 roku byliśmy w Warszawie. Odwiedziliśmy jeden z domów prowadzonych przez Wspólnotę Chleb Życia, założoną przez siostrę Małgorzatę Chmielewską.

W domu Wspólnoty mogliśmy zetknąć się z miłosierdziem, oddaniem i troską o drugiego człowieka. Poczuliśmy bezinteresowną miłość do bliźniego, wielkie zaangażowanie i determinację w swoich działaniach wszystkich osób tworzących prawdziwą wspólnotę (nie tylko z nazwy). W czasie rozmowy dowiedzieliśmy się także, jak powstał pomysł na stworzenie tak potrzebnego dzieła miłosierdzia.

Wiktoria Polkowska

Miłosierdzie jest jak latarka z niewyczerpanymi bateriami

✚ Jest jak karetka pogotowia, która pomaga ludziom w potrzebie. Jego moc, gdy jesteśmy w potrzebie daje nam siłę i dzięki temu możemy znowu stanąć na nogi.

✚ Jest jak życie każdego człowieka. Tak jak my dorastamy i dojrzewamy, tak miłosierdzie dorasta w nas i dojrzewa.

✚ Jest jak mur. Proste w budowie, nie stanowiące z pozoru wartości... To jednak mury otaczają dom, posesję i miasta – to one nas chronią... I tak samo jest z miłosierdziem, którego czasami nie dostrzegamy, nieustannie go potrzebujemy, ale czasem nie wiemy jak go szukać.



✚ Kto dotknie serca dzwonu Zygmunta, ten będzie szczęśliwy w życiu.



✚ Pamiątka z Zakopanego.



✚ Przed pomnikiem św. Faustyny Kowalskiej w Łodzi.

To zaledwie trzy komentarze uczestników wyprawy fundacyjnej, którzy przez siedem pierwszych dni lipca poznawali wielkich orędowników miłosierdzia: św. Siostrę Faustynę, św. Alberta Chmielowskiego, św. Rafała Kalinowskiego, św. Jana Pawła II a także miejsca oraz wydarzenia, które ich ukształtowały.

Płock, Łódź, Częstochowa, Wadowice, Kraków (w tym wystawa w Muzeum Narodowym arcydzieł sztuki „Mater Misericordiae”), Łagiewniki, Zakopane były dobrą okazją do poznania historii, wspaniałych zabytków i przemysłów, że miłosierdzie to nie tylko wzniosłe słowa, ale przede wszystkim zadanie i codzienny wysiłek, by dla siebie i drugiego człowieka być dobrym jak chleb.

Redakcja

Migawki z Łuczniczy



OD WRZEŚNIA DO WRZEŚNIA
Jednodniówka – magazyn stypendystów www.amf.org.pl

Zespół Redakcyjny: Izabela Choromańska, Anna Falkowska, Mateusz Fydrych, Adrian Gębka, Weronika Grabowska, Weronika Kietlińska, Magdalena Kośnik, Wiktoria Polkowska, Magdalena Rowińska, Anna Ryszewska, Joanna Tyl, Patrycja Zadroga, Aleksandra Żęgota, Joanna Żochowska

Zdjęcia: archiwum prywatne stypendystów i archiwum Fundacji AMF
Jednodniówka ukazała się nakładem własnym.



Fundacja AMF
„NASZA DROGA”

07-300 Ostrów Mazowiecka,
ul. Biała 1,
tel. 0048/29 644 21 16
KRS: 0000159282
www.amf.org.pl