



Jacek Pulikowski to przede wszystkim mąż i ojciec trójki dzieci. Poza tym dr inżynier, wykładowca na Politechnice Poznańskiej oraz wykładowca Studium Rodziny przy Wydziale Teologicznym UAM w Poznaniu.

Od około trzydziestu lat czynnie zaangażowany w działalność Duszpasterstwa Rodzin. Razem z żoną Jadwigą służą swoją wiedzę i doświadczeniem wielu małżeństwom w kryzysie i przygotowują młodych do założenia rodziny, prowadzą kursy przedmałżeńskie.

Pan Jacek znany jest z tego, że potrafi przekazać swą wiedzę w bardzo przystępny i humorystyczny sposób.

„Moja rodzina – problemy w relacjach międzyludzkich”

Zastanówmy się dzisiaj nad problematyką współczesnej rodziny i relacji w niej panujących. Zatrzymajmy się na chwilę i pomyślmy, jakie relacje towarzyszą rodzinie od jej początku tj. od małżeństwa, poprzez macierzyństwo i ojcostwo, do komunikacji międzypokoleniowej? Najpierw jest wzajemne „oswajanie się” małżonków - to początek budowania przez nich najmniejszej i najbardziej podstawowej ze wspólnot z jakich składa się społeczeństwo. Wkrótce potem już jako rodzice oswiają się z faktem, że ta ich maleńka wspólnota rozrasta się i wymaga coraz większej odpowiedzialności. Odkrywają, iż małżeństwo i rodzina to więzy na dobre i na złe, umocnione przez sakrament, który jednak nie działa automatycznie i nie zwalnia członków wspólnoty z codziennego wysiłku budowania relacji. To od nas samych w decydującej mierze zależy, czy łączące nas więzy miłości nie zamieniają się w więzienie rutyny i zgorzknienia. Na drodze codziennego wysiłku budowania relacji, odkrywamy kłody, jakie podkłada nam nasza przeszłość – niezabliźnione rany czy złe wzorce. Wśród nich jakże często niedobór przykładów zdrowego i spełnionego macierzyństwa czy ojcostwa lub nie poukładana relacja z własnym rodzicem. W jaki sposób kształt więzi z tatą lub mamą może wpłynąć na sposób w jaki komunikują się między sobą małżonkowie i dzieci? Jak radzić sobie ze „złym dziedzictwem”, gdzie szukać pozytywnych wzorców? Jak pojednać się i przebaczyć własnemu ojcu? Spróbujmy odpowiedzieć sobie na te pytania.

Tekst własny.

Rodzinna miłość

Naprawdę powinniśmy wszyscy zrozumieć, że miłość rozpoczyna się od rodziny.

Każdego dnia coraz bardziej zdajemy sobie sprawę, że w naszych czasach największe dramaty mają swoją przyczynę właśnie w rodzinie.

Coraz bardziej brakuje nam czasu na spoglądanie sobie w twarz, na przekazywanie sobie pozdrowień, na dzielenie się ze sobą chwilami radości, a jeszcze bardziej na to, by móc ofiarować to, czego najbardziej potrzebują od nas nasze dzieci, to czego mąż oczekuje od żony, a żona od męża.

I tak, z każdym dniem należymy coraz mniej do naszych rodzin, a nasze wzajemne relacje są coraz bardziej ograniczone.

A teraz osobista refleksja. Niedawno przyjechała tu z wizytą pewna liczna grupa amerykańskich profesorów.

Zapytano mnie:

- Proszę powiedzieć coś, co może się okazać pożyteczne.

Powiedziałam im:

- Uśmiechajcie się do siebie wzajemnie. Wydaje mi się, że powiedziałam to z nadmierną powagą. Jeden z profesorów zapytał mnie:

- Czy jestem zamężna? Odpowiedziałam mu:

- Tak, uśmiechanie się do Jezusa jest czasami bardzo trudne; ponieważ dociera do osoby, która bardzo wymaga.

Wydaje mi się, że miłość rozpoczyna się właśnie tutaj: w rodzinie.

Matka Teresa z Kalkuty

Czas dla rodziny

Jacek Pulikowski

Po otrzymaniu propozycji pisania tekstów do rubryki „Rodzina” w „Niedzieli” pomyślałem od razu, że to pięknie, iż „Niedziela” chce zrobić coś dla rodziny. Byłoby jeszcze piękniej, gdyby rodziny zechciały coś zrobić dla niedzieli. Gdyby nasze rodziny chociaż w niedziele prawdziwie rodzinnie świętowały, to (mimo całego zabiegania w tygodniu, obłądnego pędu życia, który dały sobie narzucić) byłyby zdrowsze, radośniejsze, trwalsze i szczęśliwsze. Narzucone tempo życia odebrało rodzinom czas dla siebie. A czas ten jest niezbędny do normalnego funkcjonowania rodziny.

Czas. Czym jest?

Ktoś powie, że jest to wymyślona przez człowieka miara, umożliwiająca opis zmian w świecie materii. Słusznie, tylko co z tego wynika dla życia konkretnego człowieka? Wydaje się, że żyjemy w takim pędzie, iż człowiek nie ma czasu zastanowić się (choćby tylko czasem) nad... czasem. Bez spokojnej refleksji nad czasem nie da się wynaleźć nowych „pokładów” czasu.

Tu przypomina mi się anegdota o drwalu, który narzekał na strasznie ciężką pracę, wykonywaną przy tym tępym toporem. Zapytany, dlaczego nie naostrzy sobie topora, odpowiedział: mam tyle roboty, że nie mam kiedy go naostrzyć.

Sługa Boży Stefan kard. Wyszyński powiedział: „Ludzie mówią: czas to pieniądz, a ja wam mówię: czas to miłość”. Może być więc bezinteresownie ofiarowany czas również miarą miłości w naszym życiu. A to przecież fundament życia i szczęścia człowieka. Zacytowane zdanie Prymasa Wyszyńskiego od dłuższego czasu nie daje mi spokoju. Oznacza ono dla mnie, że to, na co poświęcam najwięcej czasu, jest moją prawdziwą miłością. Oczywiście, człowiek potrzebuje kilku godzin na sen, przez kilka godzin musi po prostu pracować lub uczyć się, wypełniać swoje obowiązki... Ale pozostaje jeszcze tzw. czas wolny, czas do zagospodarowania. Właśnie, gdybyśmy czas wolny planowali z rozwagą i troską o dobro rodziny (czyli z miłością), pewnie byśmy go tak nie marnowali, nie „spędzali” (słowo „spędzać” ma dla mnie wydźwięk pejoratywny: „spędza się” np. natrętą muchę siadającą na jedzeniu - by nie powiedzieć o skojarzeniu związanym ze „spędzaniem płodu”. Dlatego znacznie lepiej jest czas „poświęcać”, niż „spędzać”).

Badania

Z badań przeprowadzonych w Polsce wynika, że przeciętny ojciec rodziny poświęca dziennie w sumie kilka minut na rozmowy z dziećmi (nie badano treści tych rozmów), a blisko cztery godziny spędza przed telewizorem. Z komputerem też zapewne dzieci by przegrały... Według słów Prymasa Tysiąclecia, ci ojcowie bardziej kochają telewizory i komputery niż rodzone dzieci (w pierwszym odruchu napisałem „własne” dzieci, ale przecież dzieci nie są naszą własnością, a dane są nam jedynie na wychowanie). Pewnie każdy ojciec zachnąłby się na pytanie: czy bardziej kocha telewizor, czy dzieci? Zdecydowana większość bez zastanowienia odpowiedziałaby, że oczywiście dzieci. Zresztą, nigdy nikt nie postawił im tego pytania...

Stawiam więc to pytanie dziś Tobie, Szanowny Czytelniku. Nie odpowiadaj bez zastanowienia, lecz spokojnie pomyśl, zanim sobie odpowiesz (bo przecież nie mnie masz odpowiedzieć...). Wyciągnij wnioski ze swej odpowiedzi. Miej odwagę uczciwie, według kryterium czasu, odpowiedzieć sobie, czy bardziej kochasz dzieci, czy telewizor, komputer, ryby, piwko w towarzystwie kolegów, czy nawet kolejne nabożeństwa w kościele... (tu wpisz swoje prywatne sposoby na „spędzanie” czasu). Jeżeli Twój bilans czasu nie wypadnie korzystnie dla dzieci, to najwyższy czas coś z czasem zrobić.

Na koniec konkretna rada

Zaproponuj w najbliższą niedzielę każdemu dziecku pół godziny sam na sam z tatą (mama), według planu i uznania dziecka. Tylko uważaj, bo w domu może zapanować... szal radości.

Źródło:

<http://www.jacek-pulikowski.izajasz.pl>

Wtedy jest Boże Narodzenie

Zawsze, ilekroć uśmiechasz się do swojego brata

i wyciągasz do niego ręce,

jest Boże Narodzenie.

Zawsze, kiedy milkniesz, aby wysłuchać,

jest Boże Narodzenie.

Zawsze, kiedy rezygnujesz z zasad,

które jak żelazna obręcz uciskają ludzi

w ich samotności,

jest Boże Narodzenie.

Zawsze, kiedy dajesz odrobinę nadziei "więźniom",

tym, którzy są przytłoczeni ciężarem fizycznego,

moralnego i duchowego ubóstwa,

jest Boże Narodzenie.

Zawsze, kiedy rozpoznajesz w pokorze,
jak bardzo znikome są twoje możliwości
i jak wielka jest twoja słabość,
jest Boże Narodzenie.

Zawsze, ilekroć pozwolisz by Bóg
pokochał innych przez ciebie,

Zawsze wtedy,
jest Boże Narodzenie.

Matka Teresa z Kalkuty

Polecana literatura:

Książki pana dr Jacka Pulikowskiego:

„Ewa czuje inaczej”

„Krokodyl dla ukochanej... warto wspierać rozwój mężczyzny”

„Warto być ojcem”

„Wartość współżycia seksualnego. O pielęgnowaniu sfery seksualności”

„Warto pokochać teściową”

„Warto pomyśleć. O niektórych ważnych sprawach”

„Zakochanie i co dalej?”

„Jak wygrać ojcostwo? Instrukcja obsługi”

„Jak wygrać miłość? Instrukcja obsługi”

Jak wygrać szczęście? Instrukcja obsługi”

Współautor razem z żoną Jadwigą książki:

„Wygrać macierzyństwo”.

Gdzie możesz otrzymać pomoc?

- **POMOC DUCHOWA**

SALEZJAŃSKIE DUSZPASTERSTWO AKADEMICKIE „PETROKLEZJA”

Al. Jachowicza 4, 09-402 Płock

ks. duszpasterz – Tomek Radkiewicz sdb tel. kom. +48 509-438-894

GG 159387 Skype: tomtomsdb e-mail:

duszpasterstwo@petroklezja.pl

- **POMOC PSYCHOLOGICZNA**

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej METANOIA

ul. Kobylińskiego 21A, 09-400 Płock, tel. 024 268-04-48, 268-66-81,
e-mail: mtanoia@op.pl

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Specjalistyczna Przychodnia Lekarska MEDOKARD

ul. Padlewskiego 4, 09-402 Płock, tel. 024 267-75-73

**Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Mazowieckie Centrum Medyczne” Poradnia
Specjalistyczna**

ul. Sportowa 2, 09-402 Płock, tel. 024 365-68-80

- **POMOC MEDYCZNA**

Lekarz pierwszego kontaktu w każdej Przychodni Podstawowej Opieki Zdrowotnej.

- **INNA**

Niebieska Linia – Ogólnopolska bezpłatna linia telefoniczna dla ofiar przemocy
tel. 0-800-20002 czynna codziennie w godz. 10.00 – 22.00

Fundacja Dzieci Niczyje – bezpłatny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

tel. 116 111