

Uśmiech rozjaśnia duszę

Świadomość, że ludzie święci żyją wśród nas staje się dla nas bardziej oczywista po ich śmierci. Takimi osobami byli Matka Urszula Ledóchowska (1865-1939) i ksiądz Tadeusz Fedorowicz (1907-2002). Cechowało ich „apostolstwo uśmiechu” – pogodna radość i wielka dobroć. Radość i uśmiech były ich naturalną cechą jako pełnych życia młodych ludzi. W dorosłym życiu przyjęli je jako program pracy nad sobą, jako drogę okazywania miłości napotykanym ludziom w pracy apostołskiej.

Byli przekonani, na podstawie własnego doświadczenia, że dobroć jest wielką siłą. Przekonywająco doradzali, by uśmiech wynikający z rozumnej miłości, był skutecznym sposobem przy głoszeniu Ewangelii. Starali się ze wszystkich sił realizować radę: *Nie daj się zwyciężyć złu, ale zło dobrem zwyciężaj.* (Rz 12,21). Czerpali z tego samego źródła – z Ewangelii, z Pisma Świętego modlitwy, przemyśleń i przyjaźni z wieloma ludźmi. Jan Paweł II beatyfikował Matkę Urszulę w czasie swej pielgrzymki do Polski w roku 1983 w Poznaniu i kanonizował ją w Rzymie w roku 2003.

W telegramie kondolencyjnym po śmierci ks. Tadeusza Fedorowicza w roku 2002 napisał:
Był pełnym mądrości kierownikiem duchowym wielu poszukujących doskonałości chrześcijańskiej. Sam wielokrotnie korzystałem z jego kapłańskiej mądrości i szczerzej przyjaźni. Wiele mu zawdzięczam.

W tym krótkim opracowaniu zamieszczono wybrane myśli świętej Urszuli i Ojca Tadeusza.

Szkic o Ojcu Tadeuszu: *Bez cienia goryczy.*

Księgarnia Świętego Wojciecha, Poznań 2005.

M.Krupecka *Blisko Serca Chrystusowego. Urszula Ledóchowska i jej misja dziś.* Księgarnia Świętego Wojciecha, Poznań 2003

Świadomy uśmiech rozładowuje napięcia i rozjaśnia serce i duszę.

Św. Urszula Ledóchowska

Uśmiech otwiera drzwi ludzkiego serca.

ks. Tadeusz Fedorowicz

Czasem więcej dobrego może zrobić jeden serdeczny uśmiech, dobre, życzliwe, słowo, aniżeli bogaty dar pochmurnego dawcy.

św. Urszula Ledóchowska

Szczęśliwi, którzy potrafią się uśmiechać nawet wtedy, gdy jest trudno i gdy ktoś ich drażni – wiele radości rozsieją wokół siebie i łatwiej siebie samych zachowają w pokoju.

ks. Tadeusz Fedorowicz

Starajmy się „smarować oliwą” dobroci naszą popędliwość i często uśmiechać się do ludzi. Uśmiech łagodzi i buforuje wiele problemów międzyludzkich, ma być wyrazem naszej rozumnej miłości. Niech wypływa z zaufania Jezusowi, a nie tylko sobie i swoim możliwościom.

ks. Tadeusz Fedorowicz

Apostolstwo, które szczególnie dziś, w naszych czasach, bardzo jest pożądane, potrzebne i skuteczne, to apostolstwo uśmiechu. Uśmiech na twojej twarzy wywołuje uśmiech na innych twarzach, a z uśmiechem wstępuje do duszy trochę radości, trochę ciepła, trochę ufności. Uśmiech rozprasza chmury, nagromadzone w duszy.

św. Urszula Ledóchowska

Nie marszczmy czoła i nie zaciskajmy rąk – tylko starajmy się uśmiechać, żartować i być dobrymi – to nas czyni pokornymi i daje rozluźnienie w miejsce napięcia i niepokoju.

ks. Tadeusz Fedorowicz

Nie znałem go bliżej, prywatnie, ale jego imię zawsze wśród ludzi, z którymi się spotykałem wywoływało na ich twarzy radość i nawet powiedziałbym - dziękczynne uwielbienie. Oto największa nagroda, jaką można za życia otrzymać: znak, że ktoś inny wzbogaca się naszą bliskością i świadectwem życiowym. Może dlatego Ojciec Fedorowicz tak bardzo podkreślał wartość uśmiechu i powtarzał za Matką Urszulą Ledóchowską, że *świadomy uśmiech rozładowuje napięcia i rozjaśnia serce i duszę.*

ks. Jan Sochoń

Uśmiech na pogodnej twarzy mówi o szczęściu wewnętrznym, mówi o pokoju czystego sumienia, o beztróskim oddaniu się w ręce Ojca Niebieskiego, który karmi ptaki, przyodziewa lilie polne i nigdy nie zapomina o tych, co Jemu bez granic ufają.

św. Urszula Ledóchowska

Uśmiech na twojej twarzy pozwala każdemu zbliżyć się bez obawy, by cię o coś zapytać, bo uśmiech już z góry obiecuje chętnie spełnienie prośby, grzeczną odpowiedź.

św. Urszula Ledóchowska

Nieraz uśmiech wlewa do duszy zniechęconej, smutnej, zbolelej, jakby nowe życie, że nastaną lepsze czasy, że nie wszystko stracone, że Bóg czuwa.

św. Urszula Ledóchowska

Wpatrujmy się w przykład Maryi, dążąc do stałej pogody ducha bez względu na zewnętrzne okoliczności.

św. Urszula Ledóchowska

Nietrudno o pogodę ducha, gdy wszystko pobudza nas do radości, gdy plany nam się udają, zdrowie nam dopisuje, wszyscy nas kochają. Lecz gdy krzyż ciąży, niełatwo przetrwać przygnębienie, zachować pogodę ducha i mieć serdeczny uśmiech dla wszystkich. To wymaga panowania nad sobą. To jest prawdziwą pokutą.
św. Urszula Ledóchowska

Może największym aktem miłości bliźniego jest stała słoneczność duszy, rozsyłająca wszędzie promienie swe jasne i ciepłe. Przechodzi taka dusza słoneczna cicho, jak ten promyk słoneczny, może nawet ubolewa nad tym, że nic dobrego nie robi, ale ona nie wie, ile wywołała jej słoneczność na ustach innych uśmiechów jasnych, w ile serc wlewała balsam pociechy, ile rozpędzała chmur nieufności, nawet rozpaczy, ile szczęścia rozsiewała bezwiednie naokoło siebie. Nie wie o tym, ale Bóg wie i policzy jej to szczęście, co daje innym, jako zasługę.
św. Urszula Ledóchowska

Trzeba z pokorą zaakceptować siebie, wszystkie nasze niedoskonałości – są one naszą ludzka kondycją po grzechu pierworodnym. Jednak uśmiechem zmieniamy nasze wewnętrzne nastawienie do innych ludzi. Nie ulegajmy jednak złudzeniu, że bez Bożej pomocy sami zwyciężymy zło.
Ks. Tadeusz Fedorowicz

Ojca Tadeusza Fedorowicza złote myśli o uśmiechu

Uśmiech jest zewnętrznym wyrazem Miłości.
Uśmiech w czasie modlitwy ułatwia dziecięcy stosunek do Boga.
Uśmiech wnosi w życie ludzkie dobro.

Uśmiech jest w życiu człowieka jak słońce.
Uśmiech prawdziwy, zamierzony, wypływa z dobrej woli.
Uśmiech rozjaśnia myśli i wprowadza światło.
Uśmiech to pomoc do pokoju serca.
Uśmiech jest najlepszą drogą do dobra.
Uśmiech jest jak światło, które świeci w ciemności.
Uśmiech jest na chwałę Boga i pożytek ludziom.
Uśmiech jest jak kadzidło w ofierze naszego życia –
bo Radosnego dawcę miłuje Bóg. 2 Kor 9,7
Uśmiech na twarzy pobudza do uśmiechu w sercu.
Uśmiech wszystko obraca na dobre.
Uśmiech pomaga we współżyciu z innymi.
Uśmiech jest najlepszym lekarstwem na wszystkie zmartwienia.
Uśmiech łagodzi napięcia psychiczne.
Uśmiech jest najlepszym lekarstwem na ból, rany i biedy ludzkie.
Uśmiech to wielka siła.
Uśmiech to jakby przyłożyło się balsam na ranę.
Uśmiech sprawia, że z ludźmi idzie nam gładko.
Uśmiech sprawia, że łatwiej przyjmujemy trudy i cierpienia dnia codziennego.
Uśmiech otwiera drzwi do ludzkiego serca.
Uśmiech pomaga pokonywać niechęci.
Uśmiech jest jak oliwa dla maszyny, która naoliwiona pracuje cicho, gładko i spokojnie.

Owoce Ducha jest miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność, łagodność, opanowanie.
Mając życie od Ducha do Ducha się też stosujemy. Ga 5, 22. 25

Radujcie się zawsze w Panu;
jeszcze raz powtarzam: radujcie się!
Niech będzie znana wszystkim ludziom
wasza wyrozumiała łagodność: Pan jest blisko!
O nic się już zbytnio nie martwcie,
ale w każdej sprawie wasze prośby przedstawiajcie Bogu w modlitwie i błaganu z dziękczynieniem.
A pokój Boży, który przewyższa wszelki umysł, będzie strzegł waszych serc i myśli w Chrystusie Jezusie.
Flp 4, 4-7

Nie daj się zwyciężyć złu,
ale zło dobrem zwyciężaj!
Rz 12, 21

Wincenty Faber
Wartość uśmiechu

Darząc uśmiechem - uszczęśliwiasz serce.
Uśmiech bogaci obdarzonego
nie zubożając dającego.
Nie trwa dłużej niż chwila,
ale jego wspomnienie zostaje na długo.
Nikt nie jest tak bogaty,
by mógł nim pogardzić,
ani tak ubogi, by nie mógł nim darzyć.
Uśmiech niesie radość rodzinie,
umacnia w pracy,
świadczy o przyjaźni.
Uśmiech podnosi na duchu zmęczonych,
leczy ze smutku.
Gdy więc napotkasz kogoś
o twarzy ponurej,
obdarz go hojnie uśmiechem;
któż bowiem bardziej go potrzebuje
niż ten, co nie potrafi go dawać?

(www.idn.org.pl/medykon/wiersze/usmiech.htm)