



## Dni Skupienia dla Małżeństw

Niepokalanów Lasek

Przed rekolekcjami należy zapoznać się z poniższymi informacjami i zasadami, które służą jak najlepszemu przeżyciu rekolekcji. Przyjazd na rekolekcje traktujemy jako potwierdzenie zapoznania się z informacjami i akceptację zasad.

1. Podczas rekolekcji powinniśmy być w stanie **łaski uświęcającej**.

Grzechy ciężkie odcinają nas od Bożej miłości i nie możemy wtedy w pełni skorzystać z łask, które Bóg przygotował dla nas podczas rekolekcji. Zachęcamy do spowiedzi przed rekolekcjami, żeby już od samego początku być otwartym na działanie łaski Bożej. Oczywiście w trakcie też będzie taka możliwość.

2. Wszyscy razem tworzymy atmosferę rekolekcji.

**Niepokalanów Lasek to dom Matki Bożej, która nas do siebie zaprasza.**

To od nas samych zależy, jaka atmosfera będzie panowała na rekolekcjach. **Staramy się więc być otwarci, życzliwi, serdeczni wobec innych, chętni do poznawania nowych osób.** Sprzyja temu m.in. spędzanie wolnego czasu w miejscach wspólnych spotkań, zamiast chowania się po pokojach w „swoim towarzystwie”, wspólne posiłki (mamy zapewnione posiłki, ciastko, kawę, herbatę, wszyscy jemy to samo, bez wyróżniania i dogadzania sobie; jeśli chcę sobie coś kupić do jedzenia, to najlepiej podzielić się tym z innymi na rekreacji, chyba, że chodzi o dietę ze względów zdrowotnych – potrzebę diety zgłaszamy osobom prowadzącym), **patrzenie na inne osoby jako na dar od Boga**, który dostałem na ten czas.

**Szanujemy też miejsca i rzeczy**, z których korzystamy, dbamy o nie, bo są własnością Matki Bożej. W korzystaniu z tych miejsc i rzeczy stosujemy się do ogłoszeń osób odpowiedzialnych za rekolekcje.

3. Bóg jest najważniejszy.

Przyjeżdżając na rekolekcje dobrze jest uświadomić sobie, że to Bóg na nich działa, a **prowadzący i inni ludzie są tylko pomocą**. Gdy u innych osób coś nam się nie podoba, nie powinniśmy się tym zrażać, ale spróbować wyjaśnić sprawę oraz **skupić się na swojej relacji z Bogiem**.

4. To od nas zależy czy przyjmimy Boże łaski.

Jest bardzo pożyteczne, aby przed rekolekcjami **poprosić Matkę Bożą, aby pomogła** nam przyjąć wszystkie Boże łaski, które zostały dla nas przygotowane.

Podczas rekolekcji mamy dbać o **punktualność**, aby szanować czas dany nam przez Boga oraz czas innych osób. Uczestniczymy we wszystkich punktach programu, gdyż w każdym z nich działa Bóg.

Jeśli chcemy dobrze przeżyć rekolekcje, to najlepiej już przed wyjazdem postanowić sobie, że chcemy **przyjąć wszystko, co Bóg nam chce dać**, bo to będzie dla nas najlepsze. Potrzeba będzie nieraz uzbroić się w cierpliwość, bo Bóg odpowiada na nasze pytania nie zawsze w tej kolejności, w jakiej byśmy chcieli, a czasem zwraca naszą uwagę na zupełnie nowe sprawy.

Podczas rekolekcji dużą pomocą jest **odcięcie się od świata**, od tego wszystkiego, co w tym czasie może zagłuszyć głos Boga. Dlatego podczas rekolekcji nie korzystamy z radia, TV, internetu, itp. Doświadczenie uczy, że bardzo pożyteczne jest, aby nie korzystać z telefonu, maili, facebooka, itp., bo to bardzo rozbija. Jeśli ktoś z ważnych przyczyn potrzebuje jednak skorzystać z telefonu, to tylko w swoim pokoju, aby nie przeszkadzać innym.

Na rekolekcjach wprowadzamy też tzw. **małżeńskie *Silentium sacrum*** (święte milczenie). Jest to ustalony czas od wieczora do modlitw porannych, który poświęcamy wyłącznie dla Boga i swojej rodziny. To święty czas słuchania przez małżonków Boga i rozmowy tylko z Nim. Nie rozmawiamy wtedy z innymi osobami, nie załatwiamy żadnych spraw. W miarę możliwości staramy się wtedy nie skupiać na wrażeniach i komentowaniu zachowań innych osób, ale na rozwoju własnej relacji małżeńskiej i własnej relacji z Bogiem.

Ważne jest, aby **skupić się na tym, co dzieje się na rekolekcjach**, nie uciekać z rekolekcji poprzez ciągle myślenie o tym co za mną lub co mnie czeka w przyszłości.

5. Indywidualne **posty podejmujemy tylko za zgodą kapłana-opiekuna duchowego rekolekcji**.

6. Dbamy o czystość i dobre obyczaje.

Małżeństwa, dzieci i całe rodziny są w dzisiejszym świecie bardzo atakowane. Jednym z najważniejszych pól walki są dobre obyczaje i dbanie o czystość. Dlatego podczas rekolekcji bardzo **zwracamy uwagę na to, aby nasze zachowanie, rozmowy, itp. były przyzwoite, godne, czyste, budujące**.

Chcemy także podkreślać godność i tożsamość kobiety i mężczyzny, ich własne role i zadania. Bardzo ważną rolę odgrywa tutaj m.in. to, jak się ubieramy, dlatego na rekolekcjach przyjmujemy zasady zgodne z naszą moralnością i kulturą, tzn.:

- wszyscy ubieramy się godnie, przyzwoicie, nie prowokująco, nie nosimy ubrań obcisłych, prześwitujących, koszulek/bluzek bez rękawów, z dużymi dekolami itp.;
- do kaplicy nie przychodzimy w kłapkach, krótkich spodenkach, dresach;
- zachęcamy, aby kobiety, jeśli nie mają ważnych przeszkód, chodziły w spódnicach/sukienkach (nie za krótkich, przynajmniej za kolana); zwróćmy na to uwagę szczególnie podczas Mszy św.;
- zachęcamy, aby mężczyźni, jeśli nie mają ważnych przeszkód, chodzili w długich spodniach.

7. Dzieci na rekolekcjach.

**Dzieci są cennym darem Boga podczas rekolekcji**. Do nich nie stosują się zasady obowiązujące dorosłych i jest normalną sprawą, że opieka nad dziećmi wymaga nieraz elastycznego podejścia do zachowania tych zasad przez rodziców. Potrzeba jednak zmobilizować się, żeby rodzice niepotrzebnie nie tracili czasu rekolekcyjnego, np. przez spóźnienia.

Z zasady dzieci pozostają pod opieką animatorów podczas medytacji, konferencji i warsztatów. Ewentualne zmiany lub inne szczegóły animatorzy ustalają z rodzicami podczas rekolekcji.

8. Zdjęcia, filmy itp.

**Na własną rękę nie rejestrujemy w żaden sposób przebiegu rekolekcji** (np. nie robimy zdjęć, nie nagrywamy), gdyż to utrudnia nam ich właściwe przeżywanie. Na rekolekcjach jest wyznaczona osoba do robienia zdjęć itp., abyśmy mieli pamiątkę z rekolekcji. Materiały te mogą być też wykorzystane w celach ewangelizacyjnych w ramach działalności Rycerstwa Niepokalanej, ale zawsze z uwzględnieniem jak największego dobra uczestników.

9. W razie pytań, wątpliwości itp. możemy (a nawet powinniśmy) śmiało zawsze zwrócić się do prowadzących i wyjaśnić, co potrzeba.