

Europejskie Centrum Formacji Świątordzinnej przy Polskiej Misji Katolickiej we Francji



ECFS



Centrum Duszpasterstwa Polskiego w Tuluzie

# PREZENTACJA

2013



# EUROPEJSKIE CENTRUM FORMACJI ŚWIĘTORODZINNEJ

przy Polskiej Misji Katolickiej  
we Francji - ECFS

**Szkoła Zdrowego Człowieczeństwa**

to zespół narzędzi, programów i osób, który w ramach 5 Domów Rekolekcyjnych Polskiej Misji Katolickiej we Francji, ubogaca i wspomaga Kościół Polsko-Francuski we Francji specjalistyczną pracą duszpasterską z zakresu formacji w „duchu świętorodzinnym”.



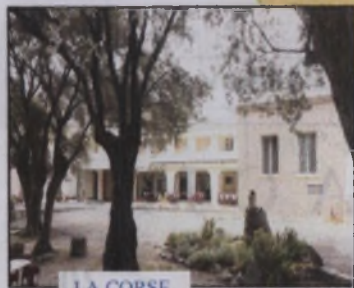
LOURDES



SOLOGNE



DINARD



LA CORSE



LA FERTE s/JOUARRE

**Domy**  
Europejskiego  
Centrum  
Formacji  
Świętorodzinnnej  
we Francji

## Na czym polega specyfika programu Formacji Świętorodzinnnej?

Najogólniej można powiedzieć, że Celem Dydaktycznym specjalistycznej pracy rekolekcyjnej w Europejskim Centrum Formacji Świętorodzinnnej (ECFS) jest formacja intelektualno-duchowa, ukierunkowana na przygotowanie współczesnego człowieka do umiejętności poprawnego wykorzystania „narzędzia komunikacji międzypersonalnej” w różnorodnych sytuacjach codziennego życia.



Począwszy od dialogu małżeńskiego, poprzez życie we wspólnocie – parafialnej /np. modlitewnej, apostołskiej, itp./, zakonnej, czy kapłańskiej, aż do indywidualnej wspólnoty serca z Bogiem. Zapaść moralna i etyczna w działaniu oraz utrata wartości humanistycznych w myśleniu i przeżywaniu sprawia, że dzisiejszy człowiek coraz bardziej oddala się od „prawa naturalnego” i przestaje rozumieć „kim jest”. Wystarczy trochę rozejrzeć się wokół siebie, żeby stwierdzić,

że trzy czwarte relacji, jakie wypełniają naszą codzienność – to relacje przedmiotowe: „ja i mój samochód”, „ja i mój dom”, „ja i moja praca”, „ja i moje pieniądze”... Rezultatem wieloletniego trwania w takim stanie rzeczy jest powolne i nieuchronne zmaterializowanie naszego myślenia, działania i odczuwania. „Dotykając” przez 10 godzin dziennie przedmioty materialne, a poświęcając tylko 2 godzin „na spotkanie się” z osobami, powoduje, że spontanicznie oglądamy się za zwierzętami i maszynami, do których nam bliżej w naśladowaniu i rozumieniu się niż do drugiego człowieka... i Boga! Wali się więc małżeństwo i rodzina, wali się wiara i życie wspólnoty Kościoła parafialnego. Wszędzie tam bowiem, podstawą funkcjonowania jest dialog międzypersonalny „Ja-Ty”: czyli „Ja i konkretny człowiek – mój współmałżonek, moje dziecko, mój przyjaciel”, albo „Ja i konkretny Bóg – Jezus Chrystus”. Żeby więc nawiązać relację z drugą osobą – człowiekiem lub Bogiem, nie wystarczy o nim myśleć, ale trzeba nauczyć się go kochać, dzielić z nim życie i swoje uczucia. W konsekwencji kochać – to nie tyle „wierzyć” w Boga i drugiego człowieka, ale raczej „zawierzyć” – czyli oddać swoje serce!

Czy istnieje remedium na taki stan rzeczy? Oczywiście. Trzeba tylko pomóc współczesnemu człowiekowi odnaleźć i uruchomić jego serce – „Tam jest skarb twój, gdzie serce twoje” (Mt 6,21).

### Jak to zrobić?

To proste. Wystarczy zacząć obcować z rzeczywistością św. Rodziny z Nazaretu. Kontemplując Ikonę Aktu Wcielenia Syna Bożego w rzeczywistość życia Maryi i Józefa oraz naśladowując cnoty i bogactwo ich relacji międzypersonalnych, do których sprowadza się życie św. Rodziny w ubogim domu Nazaretańskim, przybliżamy się w konsekwencji do zrozumienia mechanizmów funkcjonowania „relacji serca”. To zaś umożliwia człowiekowi zrozumienie kim naprawdę jest i co jest jego największą potrzebą do której został przez Boga stworzony – „potrzeba kochania i bycia kochanym”.



### Ojciec Założyciel Zakonu Misjonarzy św. Rodziny –

Sługa Boży Ojciec Jan BERTHIER, pisał już sto lat temu w swoim dziele – „Kult i naśladowanie św. Rodziny”:

„ Nie powinno się w to wątpić, że św. Rodzina, poprzez obecność Syna Bożego, Zbawcy, była przeznaczona do wprowadzania tajemnicy Bożej Miłości w nasze czasy (...). W szkole św. Rodziny uczymy się, iż szczęście nie leży w zewnętrznych bogactwach, ani w sukcesach, czy światowych godnościach, lecz w jedności serc. Ona wyrasta z cnoty, ze wzajemnego szacunku i miłości (...). Święta Rodzina stanowi doskonały wzór każdej wspólnoty ludzkiej. Jest symbolem jedności serc, wzajemnego zrozumienia, posłuszeństwa oraz ogołocenia siebie dla dobra innych (...). Maryja i Józef przechodzą w życiu przez doświadczenia... Modlą się wspólnie, wspólnie pracują, wspólnie cierpią, wspólnie też uwielbiają Boga za dary, które im daje (...).



Rodzina z Nazaretu jest ziarnem siewnym Rodziny Bożej, jest symbolem Kościoła. Święta Rodzina jest więc Ikoną, stylem naszego człowieczego i misjonarskiego życia i działania...”



## Jakie narzędzia?

Formacja na płaszczyźnie komunikacji międzyosobowej w oparciu o ducha „świętorodzinności”, przyjmuje w Europejskim Centrum Formacji Świętorodzinnej (ECFS) trzy zasadnicze formy:

- ⇒ **10-cio dniowe REKOLEKCJE ŚWIĘTORODZINNE z kuracją oczyszczającą – „postem i modlitwą leczymy ciało i ducha” – połączone z medytacją ikony św. Rodziny oraz ascezą postu wg wskazań zdrowotnych i doświadczeń medycznych pani dr Ewy Dąbrowskiej**



### Dlaczego połączenie postu fizycznego (ascezy – głodówki) z rekolekcjami (modlitwą)?

**Post fizyczny** – czyli wstrzemięźliwość pokarmowa i wysiłek ciała - obok modlitwy i jałmużny, jest zdaniem Chrystusa, jednym z trzech najważniejszych narzędzi zdolnych otworzyć człowieka na siebie, Boga i drugiego człowieka. Obnażając człowieka z jego materialno-zmysłowej natury i czysto intelektualnego widzenia świata, wyzwala w nim olbrzymi potencjał ducha, pozwalając mu wejść w siebie i odkryć serce.



Za Chrystusem zatem idziemy na pustynię ducha i ciała. Tam – choć fizycznie ogołoceni, ale wspierani Jego Mocą, podpierając się ze swej strony modlitewnym dialogiem i otwarciem na drugiego człowieka we wspólnocie rekolekcyjnej, usiłujemy przezwyciężyć w sobie „starego człowieka”, a wyzwolić zagłuszony i zakurzony naturalny potencjał Dobra. Każdego kolejnego dnia rekolekcji, uwolnione Dobre zaczyna z duchową pomocą ŚWIĘTEJ RODZINY, patronki Centrum i całych REKOLEKCJI, coraz bardziej rozlewać się w naszych

sercach potężnym strumieniem upragnionej łaski: Wiary, Nadziei i Miłości..., lecząc nasze umęczone dusze i chore ciała..!

Warto zauważyć, że niebagatelnym owocem ascezy postu fizycznego (w tym przypadku – głodówki oczyszczającej) jest stan powrotu ciała do zdrowia, który jest wynikiem naturalnego oczyszczania się organizmu ze złogów cywilizacyjnych i pozbywania się nadmiaru wagi ciała!!!

### Pomocą w tej wędrówce są pogłębione ćwiczenia duchowe:

- ♦ codzienna Msze św. i modlitwy poranne,
- ♦ 10-cio dniowy cykl NAUK REKOLEKCYJNYCH,
- ♦ medytacje Ikony św. Rodziny,
- ♦ rozmowy z kierownikiem duchowym,
- ♦ ćwiczenia z kontemplacji chrześcijańskiej przed Najśw. Sakramentem
- ♦ Droga Krzyżowa w plenerze, itd.
- ♦ Dzień pielgrzymkowo-wycieczkowy
- ♦ Liturgia uzdrowienia serca z ran z Namaszczeniem Sakram. Chorych
- ♦ oraz **zalecia ruchowe**: gimnastyka, spacer, basen, masaże...



### W ciągu całego roku proponujemy turnusy z czterema stopniami formacji:

- ♦ „Szkoła Świętorodzinności – szkoła zdrowego człowieczeństwa” – cykl podstawowy - 5 turnusów
- ♦ „Szkoła Świętorodzinności – szkoła zdrowego człowieczeństwa” – stopień podstawowy - drugi cykl formacyjny – 1 turnus
- ♦ Warsztaty – „Szkoła rodziny” /dialog międzypokoleniowy/ – 1 turnus, adresowany szczególnie do całych rodzin z dziećmi
- ♦ Warsztaty „Szkoła wychowania” /Sztuka komunikacji/ - 1 turnus adresowany szczególnie do nauczycieli i wychowawców!

Post otwiera człowieka na prawdę o nim samym. A ta zawsze uzdrowia.

## Na Rekolekcje Świętorodzinne – do Centrum ECFS we Francji - zapraszamy osoby:

1. **Zdrowe** - w celach profilaktycznych i pragnących pogłębić życie duchowe i osiągnąć psychiczne wyciszenie;
2. **Z nadwagą i otyłością**, bezsilne wobec rozwiązania problemu - jednak sprawne i samodzielne!;
3. **Po leczeniu onkologicznym** - w celu właściwego odżywiania, umocnienia układu odpornościowego i przyswojenia wiadomości o wspomagającym leczeniu zdrowym trybem życia;
4. **Z miażdżycą, chorobą nadciśnieniową, wieńcową, o podwyższonym poziomie cholesterolu;**
5. **Z cukrzycą II typu, na lekach doustnych;**
6. **Z nerwicą, zespołem jelita drażliwego, z niezłym przewodem pokarmowym, chorobą wrzodową, zgagą, zaparciami, kamicią nerkową, dną moczanową;**
7. **Ze zmianami zwyrodnieniowymi stawów, z reumatoidalnym zapaleniem stawów, z łuszczycą, zaćmą, paradontozą;**
8. **Z obniżeniem odporności;**
9. **Borykające się z problemem przebaczenia i uwolnienia się ze zranień psychicznych i duchowych;**



**Nie mogą jednak z naszego zaproszenia skorzystać:** chorzy z nadczynnością tarczycy, z gruźlicą, z cukrzycą leczoną insuliną, wyniszczeni nowotworowym, niewydolnością poszczególnych układów czy narządów, przy osłabieniu wieku starczego, z bulimią i anoreksją, kobiety w ciąży, karmiące, młodzież i dzieci!

### Dobrodziejstwa diety oczyszczającej...

Kompleksowe podejście do każdego pacjenta oraz przyswajanie sobie w trakcie pobytu w klasztorze zasad zdrowego stylu życia, prowadzi z czasem do odmłodzenia organizmu i przedłużenia życia w sprawności ogólnej.



Post uczy szacunku do własnego ciała i pełnej akceptacji jego potrzeb!

Dieta warzywno-owocowa, w pełni bezpieczna, poprawia funkcjonowanie organizmu zagrożonego chorobą lub już chorego. Po oczyszczeniu z toksyn i złogów wzrasta odporność na zachorowania oraz zwiększa się zdolność organizmu do wysiłku fizycznego i intelektualnego. Następuje uczynienie naturalnych mechanizmów samooczyszczających i samoregulujących, i całkowity lub częściowy powrót do zdrowia. Miłym efektem kuracji owocowo-warzywnej jest spadek wagi (ok. 5%) bez uczucia głodu, z perspektywą dalszej redukcji wagi – w razie takiej potrzeby!





## ⇒ KULT ŚWIĘTEJ RODZINY I NAJŚWIETSZEGO DZIECIĄTKA JEZUS z Pragi

### Tajemnice świętorodzinnej pustyni oczyszczenia...

#### ✓ Jaki cel?

Profilaktyka i przywracanie zdrowia całego człowieka - przez właściwe żywienie oraz powrót do równowagi duchowej. Celem jest połączenie ascezy fizycznej z ogoloceniem duchowym, które prowadzi do uwolnienia i przywrócenia doświadczenia pierwotnej wolności Dziecka Bożego.

Terapia świętorodzinna opiera się na wynikach wieloletnich badań i doświadczeń z diety warzwno-owocową dr med. Ewy Dąbrowskiej z Gdańska i jej wpływie na zdrowie człowieka. Polega ona na oczyszczeniu organizmu z nagromadzonych przez lata złożeń i toksyn cywilizacyjnych i przywróceniu mu naturalnej odporności.

Zasady zdrowego stylu życia, z którymi zapoznujemy się podczas pobytu w Centrum na Korsycie lub pod Paryżem, zapewniają korzystne zmiany w organizmie, pozwalające dalej żyć w lepszym zdrowiu i sprawności psycho-fizycznej.

Natomiast w swej duchowości, sięga korzeniami do ponad 100- letniej mądrości życia Zakonu Misjonarzy Św. Rodziny – opartej na kontemplacji Aktu Wcielenia Boga w codzienność życia człowieka, oraz wspiera się wielowiekową mądrością teologii Kościoła katolickiego w przeżywaniu i rozumieniu modlitwy medytacji i kontemplacji, do której zaprasza biblijny obraz (Ikona) Św. Rodziny z Nazaretu.

#### ✓ Dlaczego medytacja Ikony Św. Rodziny?

Post - jako lek i narzędzie ma za zadanie uwolnić człowieka z dominacji zmysłowo-intelektualnej w pojmowania życia i świata, i wyzwolić w nim drzemiący potencjał ducha, który pogłębiony medytacją i kontemplacją, pozwoli mu ostatecznie wejść w siebie i odkryć serce.



A Święta Rodzina? – to „złote tło całej przygody”. Dzięki Niej człowiek uczy się żyć wg serca – czyli „smakować rzeczy od wewnątrz”..!

Kontemplując Ikonę Aktu Wcielenia Syna Bożego w codzienność życia Maryi i Józefa dotykamy mądrości i bogactwa ich relacji międzysobowych, do których sprowadza się życie w ubogim domu Nazaretańskim. A stąd już niedaleko do zrozumienia mechanizmów rządzących funkcjonowaniem „relacji serca” i do uświadomienia sobie, że największą potrzebą do której został człowiek przez Boga stworzony – jest „potrzeba kochania i bycia kochanym”.

#### ✓ Dlaczego Dzieciątko Jezus w świętorodzinnej terapii?

- Wcielony Bóg w osobie Dzieciątka uczy człowieka postawy „dzieciństwa duchowego” w życiu. Nie dzieciństwa w myśleniu i działaniu! Dzięki niej jest możliwa komunikacja na płaszczyźnie serca;
- Jezus jako konkretny /osobowy/ Bóg – jest królem ludzkiego serca i umysłu. Spotkanie z Nim jest ostatecznym celem odrodzenia.
- Jego obecność w Nazarecie pokazuje, że rodzina – ze swej istoty – jest rzeczywistością świętą!



## ⇒ FORMACJA MAŁŻEŃSKA I RODZINNA

83

- **Polonijne Rekolekcje „Małżeństwo w Dialogu”.** To specjalistyczne zajęcia formacyjno-terapeutyczne, prowadzone w duchu i na bazie 40-let doświadczeń Ruchu Rekolekcyjnego „MARIAGE ENCANTER” – „Szkoła życia małżeńskiego – Małżeństwo w Dialogu”, sprowadzonych do Polski przez bpa Krakowa Karola Wojtyłę. Proponujemy 4 serie weekendowe i 5 spotkań po rekolekcyjnych w ciągu roku.
- oraz tą samą metodą dla narzeczonych: **„WEEKEND DLA ZAKOCHANYCH”** – Szkoła rozpoznawania powołania do małżeństwa. Są to warsztaty WEEKENDOWE dla par narzeczonych, pragnących podjąć dialog o wspólnym życiu małżeńskim. Tu proponujemy 14 tematów, w ramach 16 godzin pracy warsztatowo-wykładowej. Udział jest jednoznaczny z odbyciem oficjalnego kursu przedmałżeńskiego. Program jest zatwierdzony przez Episkopat Polski.
- Rekolekcje i weekendy o **tematyce ogólnorodzinnej, ukierunkowanej na zdefiniowanie ról i zadań** – np. dla kręgów Kościoła Domowego.
- Rekolekcje i weekendy dla **maturzystów i starszej młodzieży** dotyczące tematyki: **„WYCHOWANIE DO MIŁOŚCI”.**



Polonijna Formacja Małżeńska i Rodzinna, prowadzona w ECFS przez Misjonarzy Św. Rodziny – to rekolekcje, dialog i spotkanie w jednym!

W czasie rekolekcji formacyjno-terapeutycznych - „Małżeństwo w Dialogu”, każde małżeństwo może przeżyć świeżość wzajemnych uczuć, pogłębić

wzajemną miłość lub odkryć ją na nowo, odnowić przeżycie treści sakramentu małżeństwa. Mężowi i żonie proponujemy dialog prowadzony przez nich we dwoje, który pomaga lepiej rozumieć się nawzajem, cieszyć się swoim małżeństwem, odkrywać na nowo jego piękno, rozwiązywać konflikty.

Zapraszamy na nie każde małżeństwo, w którym mąż i żona pragną, by ich wspólne życie rozwijało się. Od więzi męża i żony zależą w bardzo dużym stopniu relacje rodziców z dziećmi, z dalszą rodziną, z innymi ludźmi. Jeżeli w domu panuje miłość i rodzina promieniuje nią na zewnątrz, to jej duch udziela się innym...!

- **Rekolekcje MAŁŻEŃSTWO w DIALOGU:** Szkoła życia małżeńskiego - rekolekcje o charakterze warsztatowym dla małżeństw pragnących odnowić lub pogłębić swoją więź małżeńską; 4 serie weekendowe i 5 spotkań po rekolekcyjnych w ciągu roku. Zajęcia zaczynają się w piątek wieczorem i kończą się w niedzielę po południu.
- **WEEKEND DLA ZAKOCHANYCH:** Szkoła rozpoznawania powołania do małżeństwa – warsztaty weekendowe dla par narzeczonych pragnących podjąć dialog o wspólnym życiu małżeńskim; 2 serie warsztatów w układzie 14 tematów, w ramach 16 godzin pracy warsztatowo-wykładowej. Zajęcia zaczynają się w piątek wieczorem i kończą się w niedzielę po południu.

Rekolekcje w Polonijnym Ośrodku we Francji prowadzi grono animatorów, składające się z 5 par małżeńskich oraz 1 kapłana.

⇒ Na temat tej formy rekolekcji – patrz więcej: [www.parafiapl-tuluza.eu](http://www.parafiapl-tuluza.eu) – zakładka: - ECFS





**Centrum Duszpasterstwa Polskiego z Tuluzie,** znajdujące się przy Parafii Św. Andrzeja jest od września 2012 r. siedzibą główną Europejskiego Centrum Formacji Świętorodzinnej przy Polskiej Misji Katolickiej we Francji - ECFS.

**„Szkoła Zdrowego Człowieczeństwa”.**

Centrum stanowi bazę formacji specjalistycznej i pomocy w zakresie duchowym i psychologicznym.

Mieszkańcy miasta Tuluzy oraz regionu południowej Francji, Polacy i Francuzi, a także nasi Rodacy z całej Francji, z Europy i z Kraju mogą tutaj skorzystać z następujących form kierownictwa duchowego:

❖ Indywidualnie:

- ✓ odbyć rozmowę z kapłanem, kierownikiem duchowym, dotyczącą problemów swojej osoby i życia;
- ✓ otrzymać poradę dotyczącą życia małżeńskiego i rodzinnego;
- ✓ przygotować się i odbyć spowiedź zwykłą;
- ✓ przygotować się i odbyć spowiedź generalną (z całego życia);
- ✓ uczestniczyć w modlitwie o uwolnienie i uzdrowienie duchowe oraz fizyczne dla siebie;
- ✓ zamówić Mszę św. w swoich intencjach;
- ✓ zamówić Mszę św. o „Uwolnienie Pokoleniowe dla swojej rodziny” (chodzi o egzorcyzm uwolnienia drzewa rodzinnego od związków pokoleniowych ze skutkami popełnionych grzechów i obecnością Zła, które zniewalają duchowo, psychicznie i fizycznie);
- ✓ Uczestniczyć w grupowych rekolekcjach małżeńskich i oczyszczających, zorganizowanych przez ECFS w Domach Rekolekcyjnych PMK



❖ Do kogo adresowane są nasze zajęcia i rekolekcje?

- Dla osób, które pragną pogłębić życie duchowe i osiągnąć psychiczne wyciszenie;
- Dla osób pragnących odbudować lub tylko pogłębić więź małżeńską i rodzinną;
- Dla osób borykających się z problemem przebaczenia i uwolnienia się ze zranień psychicznych i duchowych;
- Dla osób pragnących odzyskać lub poprawić swoje zdrowie fizyczne.

**UWAGA!**

Wszystkie powyższe propozycje dotyczące specjalistycznej pomocy duchowej (za wyjątkiem grupowych rekolekcji wyjazdowych oraz samej spowiedzi) są również do dyspozycji drogą internetową i telefoniczną, kontaktując się bezpośrednio z ojcem Krzysztofem SIELSKIM MSF.

185

## Jak nawiązać KONTAKT?

Wszelkich informacji o działalności Polonijnego Centrum ECFS i szczegółach dotyczących przebiegu poszczególnych typów zajęć rekolekcyjnych, jak również o możliwościach rezerwacji miejsc, zgłoszeniach oraz kosztach, uzyskacie państwo, pisząc lub dzwoniąc pod następujący adres:



## EUROPEJSKIE CENTRUM FORMACJI ŚWIĘTORODZINNEJ ECFS

Polska Misja Katolicka we Francji (PMK)  
Ks. Dyr. Krzysztof Sielski MSF



### KONTAKT:

- ⇒ Telefony: (dla osób dzwoniących z Polski!)  
T.stacj. 0048 61 641 09 03; kom. 0048 601 071 903
- ⇒ Telefony: (dla osób dzwoniących z Francji)  
T.stacj. 05 61 21 19 65; kom. 0 786 752 465

Email: [pmk.ecfs@gmx.fr](mailto:pmk.ecfs@gmx.fr); [pmk.ecfs@hotmail.fr](mailto:pmk.ecfs@hotmail.fr);  
[www.parafiapl-tuluza.eu](http://www.parafiapl-tuluza.eu) – zakładka : - **ECFS**



Centrum Duszpasterstwa Polskiego w Tuluzie  
68, Chemin Michoun  
Presbytère St André  
31500 TOULOUSE

## Dojazd do Ośrodków Rekolek. ECFS we Francji

### DOM w LA FERTE sous JOUARRE - PARYŻ



Szczególnie:  
Dla  
Rekolekcji  
Mażeńskich i  
Narzędziarskich



### DOM „BELLEVUE - LOURDES



Szczególnie:  
Dla  
Rekolekcji  
Świętorodzinnych  
z Postem

