

Duchowe sanatorium – rekolekcje

„Odplynęli więc łodzią na miejsce pustynne, osobno”.

Ewangelia według św. Marka 6, 32.

Czas wakacji, urlopów sprzyja odnowie zarówno fizycznej, psychicznej, jak i duchowej. Jest to czas podróży, zwiedzania nowych miejsc, pielgrzymek, a także innych form wypoczynku. Jedną z form wypoczynku, coraz bardziej popularną wśród osób wierzących, są tzw. rekolekcje wyjazdowe lub zamknięte. Czym zatem są rekolekcje? „Rekolekcje (łac. *recolligere* – zbierać na nowo, powtórnie) to kilkudniowy okres poświęcony odnowie duchowej poprzez modlitwę, konferencje oraz spowiedź”¹. Rekolekcje nazywane są duchowym sanatorium lub duchowym SPA, ponieważ odnawiają relację z Bogiem, drugim człowiekiem i samym sobą.

Rekolekcje zamknięte/wyjazdowe odbywają się poza miejscem zamieszkania, w specjalnych ośrodkach rekolekcyjnych prowadzonych przez zakony, diecezje lub wspólnoty. Trwają od 3 do 30 dni. W zależności od rodzaju rekolekcji program dnia wypełniony jest konferencjami, medytacją, rozmowami z kierownikiem duchowym, dzieleniem się swoim doświadczeniem z innymi uczestnikami rekolekcji, w niektórych formach (szczególnie podczas rekolekcji dla rodzin) jest też czas na wspólny wypoczynek i rekreację. Punktem centralnym dnia rekolekcyjnego jest Msza Święta.

Dlaczego ludzie jeżdżą na rekolekcje? „Na ogół chcą lepiej przyjrzeć się swoim sprawom. O wiele łatwiej im je zobaczyć z dystansu, w ciszy, w miejscu i środowisku, które Bóg przewidział dla człowieka jako przyjazne. Cisza, obecność Boga (...), możliwość spowiedzi, rozmowy z kimś, kto żyje na co dzień wartościami, które wybrał – to stwarza poczucie zaufania. Często także przyjeżdżają ludzie, którym się życie popłacz tak, że muszą wziąć głębszy oddech i na chwilę przystopować. Cisza jest brakiem niepotrzebnych wydarzeń, dźwięków, ruchu. W tym braku człowiek dochodzi do równowagi”².

ZADANIE

- Porozmawiaj z bliskimi o wspólnym wyjeździe na rekolekcje (np. dla rodzin), może uda się przeżyć wspólnie duchowe SPA.

¹ Zob. T. OPALIŃSKI, *Po co rekolekcje?*, <https://www.niedziela.pl/artukul/22537/nd/Po-co-rekolekcje>, [dostęp: 12.05.2025].

² T. MUSIAŁ, *Rekolekcje zamknięte – coraz bardziej potrzebne*, <https://www.niedziela.pl/artukul/55678/nd/Rekolekcje-zamkniete---coraz-bardziej-potrzebne>, [dostęp: 12.05.2025].