



# Extreme

Way of the Cross

EFFORT

TURNING  
POINT

NIGHT  
TREK

EXTREME LIFE!



2017

Экстремальная Крыжовая Дорога 2017- Дорога Пералому

## Дорога Пералому

### Введение

Дорога Пералому- гэтая назва была выбрана не выпадкова. Гэта адкрыццё таго, які ўплыў Экстремальная Крыжовая Дорога мае на чалавека. Усё больш і больш людзей дзеляцца з намі тым, як гэтая начная выправа змяніла іх жыццё. Гэта мяне не здзіўляе. Бо ЭДК павінна балець. Ня трэба знечуляцца, а тым больш шукаць выгадаў. Пікнікі, размовы ў дарозе толькі мяшаюць і ўвесь гэты труд ідзе на марнае. Цішыня, моцныя пастанаўленні, пераадольванне цяжкасцей-гэта тое, што вядзе нас да важнага моманту. Калі ўсё баліць, крычыць-“вяртайся да ложка!”, “навошта табе гэта!” можам адказаць: “не хачу выгадаў, я хачу сапраўднага жыцця”. Калі мы молімся і здаецца, што ўсё добра- гэта знак таго, што на самой справе мы ўвогуле не молімся. Нам проста добра і гэта ўсё. Толькі пераадольваючы сябе мы можам распачаць сапраўдную размову з Богам. Бо тады мы не думаем толькі пра сябе, але перш за ўсё пра спатканне з Богам. У гэтай размове Бог гаворыць: ты ведаеш, кім ты з’яўляешся, але не ведаеш, кім можаш быць. Адкрыйся на новае жыццё. Пакінь тое, што было і правер, як можа быць.

Здзіўляе тое, што чым больш мы пільнуем строгіх правіл ЭДК, тым больш людзей хоча вырушыць на начную выправу. Шмат разоў некаторыя людзі прасілі нас, каб гэтыя правілы трохі «змягчыць». Але мы заўсёды адмаўляем. Бо не варта ісці за тым, што лёгкае, але за тым, што мае сэнс.

Прышоў час, каб вырушыць у дарогу. Мэтай не можа быць тое, каб проста прыемна прайсціся, каб штосьці сабе даказаць. Пасля гэтай

дарогі мы павінны змяніцца. Піша пра гэта Рафал ў 11 стацыі: навяртанне можа быць тады, калі ты адкрываеш сваё сэрца і Езус можа распачаць у ім працаваць. Гэта не прыходзіць само па сабе. Пералом вымагае поўнага ўдзелу: твайго і Бога.

Яшчэ трохі пра разважанні. Гэта не цытаты з мудрых кніг. Гэта сведчанні тых людзей, якія абстрактную праўду замянілі на ўласны духоўны вопыт. Можна сказаць, што гэтыя разважанні не добра напісаны, але добра перажыты. Праўды, якія там знойдзеш, былі правяраны паводле наступнага правіла: пазнаеце іх па плёну, які прыносяць. Таму ў гэтым годзе разважанні могуць быць такім спецыяльным кіраўніком у тым, як змяніцца, як даканаць жыццёвага пералому, які вымагае не толькі таго, каб слухаць, але перад усім, каб узяць у гэтым удзел. Экстремальная Крыжовая Дорога злучае гэтыя две рэчы і таму выдае багаты ўраджай.

Добрых поспехаў!

Кс. Яцэк Вёсна Стрычэк

## СТАЦЫЯ 1 “ЕЗУС АСУДЖАНЫ НЫ СМЕРЦЬ”

Будзь уважлівы. Не асуджай нікога на смерць.

Разважаючы гэтую стацыю, мне прыпамінаецца нядаўняя сітуацыя ў трамваі. На адным з прыпынкаў, трохі нетрывалым крокам, увайшоў мужчына. Я не хацела звяртаць на яго ўвагі, але ён сеў насупраць мяне. Паглядзеўшы на яго, я ўбачыла, што ён мае разбіты лоб з вялікай ранай, з якой яшчэ цякла кроў. Яго рукі таксама былі ў крыві, таму што ад часу да часу ён выціраў сабе твар. Двое людзей параіла яму выйсці на наступным прыпынку, бо там ёсць бальніца і напэўна хтосьці яму дапаможа. Аднак жа ён не хацеў ствараць нікому праблем і было відаць, што не паслухае гэтай рады. Тады я ўстала і пачала з ім размаўляць і на шчасце пераканала яго. Я сказала яму, што выйду з ім і разам пойдзем у бальніцу. Нейкая жанчына і мужчына падзякавалі мне за тое, што я гэта зрабіла. Я папрасіла, каб хтосьці выйшаў разам са мной, бо сама магу не справіцца. Тады ўжо ніхто нічога не гаварыў і таму трэба было спраўляцца самой.

Калі мы дайшлі да бальніцы, я папрасіла, каб пазвалі лекара, які б змог перавязаць яму рану. Ніхто не хацеў гэтага рабіць, бо кожны меў сваіх пацыентаў, якія ўжо доўгі час чакалі. У канцы канцоў, калі я пачала яшчэ раз станоўча прасіць, то лекар разам з медсястрой зрабілі яму перавязку. Пазней я чакала з Маркам на хуткую дапамогу, бо ў бальніцы ніхто не меў для нас часу. Не было вядома, як глыбокая была гэта рана і ці праз гэта ён не страціць прытомнасць. На працягу 20 мінут я выпытвала яго пра выдарэнні з яго жыцця. Аказалася, што ён убіраў карыдоры ў вялікапаварховых дамах, але гэтая праца не давала добрага заробку, таму летам ён жыве на дачы ў горадзе. Яго дом у вёсцы знаходзіцца вельмі далёка, таму не можа там часта ехаць.

Калі хуткая дапамога прыехала, то іх рэакцыя была такая ж, як і ўсіх: навошта дапамагаць камусьці такому як ён?! Ня маем часу... Я б вельмі не хацела, каб хтосьці калісьці глядзеў на мяне так, як усе тады глядзелі на Марка. З пагардаю, з вышыні, яны нават не дазвалялі яму што-небудзь сказаць. Як такі чалавек можа ўстаць і ісці далей, калі ўсе ўстаўляюць яго ва ў свае рамкі? Сказваючы яго на пагарду, ганьбу, няёмкасць яны паказалі яму, што ён ня мае магчымасці на тое, каб змяніць сваё жыццё. Гэта выглядала так, як быццам яны ўсё пра яго ведалі.

*Пане, навучы мяне, каб я не ішоў за маімі ўражаннямі пра другога чалавека. Дай мне адвагу не сказваць другіх на смерць. Дай адвагу верыць у найбольш пакінутых. Дапамажы мне быць чалавекам для чалавека.*

Івона, лабаратарыйны дыягност

## СТАЦЫЯ 2 “ЕЗУС БЯРЭ КРЫЖ”

Ня бойся таго, што не вядома. Каб атрымаць жыццё, трэба быць шаленцам.

Я вельмі добра памятаю той дзень. Мы былі на канікулах у Чарнайгары: матацыклы, палаткі... Мы адпачывалі ў малой вёсцы каля ракі. Там знаходзіўся мост, з якога можна было прыгнуць у ваду. Я баялася гэтага ад самага дзяцінства. І ў той жа самы момант мне вельмі хацелася гэта рабіць. Мяне вельмі цікавіла гэтае ўражанне. Я хацела адчуць, хоць праз маленькую хвіліну, як лячу ўніз і рэзка падаю ў ваду... Калі я вырашыла рабіць гэта, то я ўвайшла на мост і праз хвіліну ўжо ляцела ўніз. Мабыць гэта было не адказна з маёй стараны, а можа проста мой страх быў дзяцінны. У кожным выпадку гэтая хвіліна заўсёды да мяне

вяртаецца. Вяртаецца тады, калі я стаю перад якім-небудзь рашэннем, якое мяне перарастае. Тады я маю такое ўражанне, што знаходжуся на тым мосце і пада мною бездань. Прыгнуць ці не? Ці я перажыю гэты шалёны скачок? Што будзе далей?

Можа ўсё гэта выдаецца смешным, але гэты просты вопыт стаўся для мяне адной з галоўных духоўных практык. Ён дапамагае мне ісці наперад. Ня трэба сябе абманваць, што там ўнізу заўсёды будзе мягка, што мне толькі выдавалася, што гэта штосьці страшнае. Вельмі часта там унізу можна сустрэць смерць. У маім жыцці былі такія рашэнні, пасля якіх я памерла, паламалася на маленькія часткі. У такім вападку можа ня варта было прыгаць? Можа і ня варта было. Але ў той жа момант я ведаю, што калі б я не зрабіла гэта, то далей сядзела б у брудзе свайго страху і бязсільнасці; вельмі баязлівая, каб даць сабе магчымасць на новае ждыццё.

Калі я думаю пра Езуса, які бярэ крыж, то тады думаю так- Ён прыгнуў. У бездань. Ён зрабіў гэта і павароту няма.

Часам, каб атрымаць жыццё, трэба прыгнуць у бездань. Альбо, як гавораць мае сябры, у басейн без вады. Каб атрымаць жыццё, трэба быць шаленцам. Трэба стаць на свой мост. Трэба рашыцца, лічучы на тое, што там унізу цябе можа чакаць смерць. Можна адыйсці праз страх перад смерцю, але тады трэба лічыць на тое, што ўнутры я і так ужо мёртвы.

*Пане, дай мне адвагу прыгнуць уніз, каб атрымаць новае жыццё, нават калі гэта будзе скок у бездань.*

Ксюша, лекар

## СТАЦЫЯ 3 “ПЕРШЫ ўПАДАК”

Чалавек, які ніколі не памыліўся, ніколі не спрабаваў нічога новага.

Скажы мне, калі ты ўпаў апошні раз, а я скажу табе, ці ты добра жывеш. Кожны, хто ведае праграмістаў, ведае таксама і тое, што яны працуюць па два тыдні, з якіх кожны заканчваецца спатканнем, якое называецца “рэтроспектыва”. На працягу гэтага спаткання кожны з удзельнікаў адказвае на тры пытанні: “Што трэба працягваць рабіць далей?”, “Што перастаць рабіць?” і “Што пачаць рабіць?”. У такім выпадку, кожныя два тыдні з’яўляюцца эксперыментам, закончаным падсумаваннем. Тое, што прынесла добры плён, працягваюць рабіць далей. Калі штосьці аказалася памылкай, то проста перастаюць гэта рабіць. Дзякуючы гэтаму, фірма павялічвае сваю выдайнасць. Ідэі могуць быць розныя- “Замест таго, каб пісаць e-mail, прапаную званіць і тады не патрэбна чакаць на адказ”, “прапаную кожным ранкам есці разам сняданак, бо тады лягчэй нам будзе дагаварыцца адносна данага дня”, “спрабуйма на працягу дня зрабіць две гадзіны цішыні, каб можна было ў скупенні займацца сваімі справамі”. Ці ёсць тут якая-небудзь добрая ідэя? Ніхто не ведае, як на гэта адказаць. Памятаю час, калі ў маёй фірме стварылася такая культура, што мы перасталі дыскутаваць над нашымі ідэямі, а проста адразу была якая-небудзь ідэя: “Давайце зробім эксперымент!”. Спрабуем. Можам памыліцца і дайсці да пэўнай высновы. “Чалавек, які ніколі не памыліўся, ніколі не спрабаваў нічога новага”. Гэта мая ўлюбёная цытата. А другая, якая змяніла мой погляд на жыццё: “Эксперыментаў ня ма, ёсць толькі мы”.

Упадак- гэта неаддзельная частка эксперыменту, а эксперымент- гэта частка нашага развою. Таму найлепшае, што можна зрабіць, гэта запланаваць тое, што не канешне можа атрымацца. Ці ты ўпэўнены ў тым, што дойдзеш да канца ЭДК? А можа яна за кароткая для цябе?

Можа наступная павінна мець 80 км? То заплануй такую. Мяжы ня ма. Толькі тады, калі не будзеш ведаць ці хопіць табе сіл, зробіш эксперымент. А там знойдзеш пералом, новае жыццё, пераадольванне сябе. Там ёсць Бог.

*Езу, дазволь мне эксперыментавачь, перакрачаць сябе, падаць, каб паўставаць.*

Рафал, праграммист

## **СТАЦЫЯ 4 “ЕЗУС СУСТРАКАЕ СВАЮ МАЦІ”**

Так сабе ўяўляю любоў- калі адна асоба хоча чагосьці даканаць, а другая гаворыць: “ Я веру ў цябе. Я хачу, каб у цябе ўсё атрымалася”.

Некалькі гадоў назад, я першы раз адзін,ноччу, вырушыў на ЭДК. Гэта сталася для мяне чымсьці так важным, што я пастанавіў на працягу года вырушыць у такую дарогу яшчэ сем разоў. Я пайшоў да маёй жонкі, каб сказаць ёй пра гэта. На пачатку ў яе вачах я ўбачыў страх, але па хвіліне сказала: “ Ідзі”. І я пайшоў. Сем разоў я быў ноччу, адзін, на больш чым 40- кіламятровай выправе, хоць я не спарцмен. Пасля пятай выправы мая жонка сказала мне: “Ведаеш, я вельмі рада, што ты ходзіш на гэтыя выправы. Бо на іх ты змяняешся, становішся лепшым, больш вытрвалым, можна на цябе спадзявацца”.

Так сабе ўяўляю любоў- калі адна асоба хоча чагосьці даканаць, а другая гаворыць: “Я веру ў цябе. Я хачу, каб у цябе ўсё атрымалася”. Цяпер гэта мая жонка мае новыя заданні, а я стараюся, каб яна магла гэта зрэалізаваць. Зусім інакш на такія выдырэнні глядзіць маці, яна гаворыць: “ Сын, я баюся за цябе, лепей застанься са мной, каб з табою нічога не здарылася”. Такі падыход да справы адцінае нам

крылы, замыкае. Вельмі смутна, што шмат людзей, якія былі так выхаваныя, не умеюць ўзносіцца на вышыні сваіх магчымысцей. А на самой справе, на глыбіні сэрца, кожны пра гэта марыць.

Марыя падыходзіць да справы зусім ішакш. І гэта таскама дзякуючы Ёй Езус збавіў свет.

*Пане Езу, дазволь мне давараць маім бліжнім, даваць ім вольнасць, падтрымліваць іх у розных змаганнях і заданях, а не замыкаць іх сваім уласным страхам. Дапамажы таксама і мне знайсці тое, да чаго мяне клічаш і знайсці дарогу да таго, як гэта выканаць.*

Лукаш, інфарматык

## **СТАЦЫЯ 5 “ШЫМОН З ЦЫРЭНЫ ДАПАМАГАЕ ЕЗУСУ НЕСЦІ КРЫЖ”**

Адкрыў вочы на свет, якога ты дагэтуль не бачыў.

Шымон з Цырэны, што мы пра яго ведаем? Амаль што нічога. Хрысціянскія легенды прадстаўляць яго, як цяжка працуючага мужчыну з вёскі, які, стомлены, вяртаўся да дому і выпадкова знайшоўся на дарозе Езуса. Кім быў Езус Хрыстус? Харызматычны, палітычна- рэлігійны лідэр, вакол якога збіраліся тоўпы людзей. У гэтай сцэне спатыкаюцца два зусім розныя сусветы.

Пераадольванне мяжы ўласнага цеснага свету, уваход у жыццё чалавека, з якім нас мала што яднае, можа быць вялікім пераломам у жыцці.

На працягу некалькі гадоў, калі яшчэ я вучылася, я была

дабраахвотнікам у пана Юзэфа. Ён вельмі цяжка хварэў на лёгкія, ён увесь час знаходзіўся ў ложку, падключаны да бутэляк з кіслародам. Адзін раз у тыдні я перакрочыла парог яго дома і ўсе мае ўяўленні пра сябе я застаўляла перад парогам. Я мыла кубкі, смавала крэмам яго сухую скуру, размаўляла з ім пра жыццё. Я рабіла гэта таму, што ён патрабаваў гэтай дапамогі. Так, як Шымон дапамог Езусу, бо ён гэтага патрабаваў. Я ўпэўненна магу сказаць, што пан Юзэф адкрыў мне вочы на свет, якога я дагэтуль не бачыла. Ён навучыў мяне быць уражлівай на людзей- на тых, з якімі знаходжуся штодня, але таксама і на тых, якія мяне мала цікавяць- і на іх патрэбы. Ён навучыў мяне бачыць просьбы, якія ніколі не былі вымаўлены і навучыў на яе рэагаваць.

Дабрачынасць, уваход у справы другога чалавека, у яго свет, могуць адкрыць вочы і перамяніць сэрца. Гэта здаецца такім прстым, але які ж гэта пералом! Бо мы жывём у свеце людзей, якія займаюцца толькі сваімі справамі. У свеце людзей пакінутых у сваім уласным эгаізме. Уражлівасць на другога чалавека гэта штосьці вельмі рэдкае, але гэта тое, дзякуючы чаму мы маем сяброў.

*Пане Езу, прашу Цябе, навучы мяне быць уражлівай на другога чалавека і дапамажы мне знайсці ў сваім свеце месца на яго справы.*

Уршуля, лекар

## **СТАЦЫЯ 6 “ВЕРАНІКА ВЫЦІРАЕ ТВАР ЕЗУСА”**

Вернасць сваім ідэалам і іх рэалізацыя- гэта штосьці вельмі каштоўнае і важнейшае ад таго, што думаць людзі.

“Што людзі пра мяне падумаюць?”. Мне выдаецца, што Вераніка, якая падыйшла да Езуса ў часе Крыжовай Дарогі, ужо адказала сабе на гэтае

пытанне, якое вельмі часта мяшае нам зрабіць штосьці добрае альбо тое, што нам звычайна хочацца.

Гэтае пытанне калісьці было і ў маёй галаве:” Што іншыя думаюць пра мяне?” Напрыклад тады, калі выходжу на сцэну і хачу сказаць ім нешта важнае? Альбо тады, калі хачу штосьці сказаць на вельмі далікатны тэма? Альбо тады, калі мне хочацца зрабіць штосьці шалёнае, споўніць маю мару? Альбо тады, калі раблю штосьці непапулярнае? “Што яны пра мяне думаюць?” Шмат разоў ты гэтаму паддаваўся. Важна было тое, што думаюць людзі, чым твае ідэалы. Гэта кампраміс сумлення: не буду рызыкаваць маімі знаёмымі, добра так, як ёсць. Не раблю таго, чаго прагну.

Боязь перад тым, што думаюць людзі, перад іх крывым узрокам, шмат разоў замыкала таксама і мяне. Я была вельмі стрыманная ў тым, што раблю. Перад тым, каб штосьці сказаць, я напачатку аналізавала, як гэта прымуць іншыя, што магу праз гэта страціць. Вельмі рэдка было так, што справа была настолькі важная, каб я зарызыкавала.

Мой пералом пачаўся ад рэкалекцый са святым Францішкам з Асыжу. У адным з тэкстаў была мова пра тое, што шалёны Францішак не баяўся праслаўляць Бога, спяваць на Яго чэсць, маліцца на вачах іншых людзей. Не ў касцёле, дзе ніхто з нас не баіцца гэтага рабіць, бо там гэта зусім нармальна, але там, дзе такога звычайна не было, дзе нічога гэтага не спадзяваўся. Я пастанавіла, што выкарыстаю яго малітву і ў часе бегу ў сваім горадзе, я з усіх сіл крычала: “Пан мой і Бог мой!” Я баялася, што на мяне будуць глядзець, як на дзівака, на ненармальную. Але нічога такога не было. Людзі не глядзелі на мяне на падставе гэтага аднаго выдарэння. Бо яны мяне ведалі, ведалі, што раблю, як служу, якія буду адносіны.

Гэта пераломнае выдарэнне дапамагло мне адкрыць тое, што вернасць сваім ідэалам і іх рэалізацыя гэта штосьці вельмі каштоўнае і

важнейшае ад таго, што думаць іншыя. А страты аж так не баляць. Часта аказвалася, што дзякуючы гэтаму, я была больш празрыстая для другіх людзей, яны мною цікавіліся.

Вераніка таксама рызыкавала. Яе не арэштавалі, не думалі пра дрэнна. У традыцыі Крыжовай Дарогі мы ўспамінаем пра яе на працягу двух тысячы гадоў пасля гэтага выдарэння. І не гаварыце, што не было варта.

*Пане, прашу Цябе, дай мне адвагу рызыкаваць у важных справах і не зважаць на тое, што падумюць людзі.*

Уршуля, лекар

## **СТАЦЫЯ 7 “ЕЗУС ПАДАЕ ДРУГІ РАЗ”**

Х Упадак можа быць прыпынкам у дарозе да мэты.

Упадак гэта не тое самае, што паражэнне. Ці можна сказаць, што Езус, які упаў другі раз, не перамог? Не, Ён перамагае. Ён мае сілы, каб устаць і ісці далей. Ён ведае, што гэта не апошні ўпадак і цяжкасці, якія яго чакаюць, але Ён не сыходзіць дарогі, якую ўжо раз выбраў.

Калі жонка нарадзіла нашае першае дзіця, мне пачало не хапаць часу на спорт. Знаёмы параіў мне даязджаць да працы на ровары, але гэта не атрымоўвалася. Час ішоў, а выпрацаваная кандыцыя знікнула, але тады я яшчэ гэтага не ведаў. Калісьці я пастанавіў, што паеду да працы на ровары. Памятаю гэта да сённяшняга дня. Я ўзяў з сабою рюкзак, у які палажыў кампутар. Па дарогу я спаткаў знаёмага. Я падумаў: “Хоць раз будзе прыемна”. Не было. Вельмі хутка я зразумеў, што еду павольна. Мне было дрэнна, бо я ведаў, што праз мяне мы не паспеем да працы. Калі ў канцы канцоў мы даехалі, я быў увесь мокры і вельмі

стомлены. Тэмп быў вельмі слабы, 15 км на гадзіну. Я рашыў, што гэта не для мяне, што я не маю часу, каб раніцай цэлую гадзіну ехаць да працы, а пазней сядзець у ваннай, каб выглядаць, як чалавек. Пасля працы я ўзяў службовую машыну, ровар кіннуў у багажнік і паехаў да дому. Упадак... Аднак жа вечарам я вырашыў, што далей так быць не можа. Чатыры дні пазней я зноў сеў на ровар. Потым я зрабіў яшчэ некалькі паездак і схваў ровар у падвал.

Другі упадак прыйшоў некалькі месяцаў пазней. Мая першая ЭДК. Пасля 30 км мой абутак абціраў мне ногі, паступныя 20 км гэта была праўдзівая мука. Ма ішлі ў траіх і я вельмі спавальняў. У канцы канцоў мы дайшлі. З адной стараны я быў вельмі думны, а з другой мне было непрыемна, што гэта я аказаўся самы слабы. Вярнуўшыся дадому я пастанавіў: выцягваю ровар. Гэтым разам я не ўпаў і ад 19 мая 2014 года я праехаў больш, чым 10 тысяч кіламетраў. Сёння я ведаю, што калі спаткаюся з яшчэ адным упадкамі, то буду мець сілы, каб паўстаць.

*Пане Езу, спраў, каб упадкі былі для нас толькі прыпынкамі на дарозе да збаўлення.*

Радэк, мэнэджэр

## **СТАЦЫЯ 8 “ЕЗУС СУСТРАКАЕ ПЛАЧУЧЫЯ ЖАНЧЫНЫ”**

Не перажывай за ўсё. Займайся тым, на што маеш сапраўдны ўплыў.

Езус звярнуўся да іх і сказаў: “ Дочкі ерузалемскія, не плачце нада Мною, плачце над сабой і над вашымі дзецьмі!” ( Лк 23, 28).

Калі мы рыхтаваліся да нашага шлюбу, я зразумела, што перажываю за ўсё, што толькі можна: ці будзе добрае надвор’е, ці ўсё будзе ўсім

смакаваць і ці ўсё будзе падрыхтоўлена да самага канца.

Я так усё правярала, што дайшо да таго, што я захацела катраляваць надвор'е. Дата шлюбу вызначаецца некалькі месяцаў наперад, на пачатку мы думалі пра канец верасня. Аднак жа я не магла да канца рашыцца, бо я не ведала ці будзе добрае надвор'е ці не. Тады я зрабіла аналізу надвор'я, якое было ў канцы верасня, якую памятала, але гэта нічога не дало. Я пачала нават правяраць даступныя навуковыя метады таго, як праверыць надвор'е. Я была разчараваная, калі даведлася, што гэта было так цяжка вылічыць, а на даную хвіліну не можна было вылічыць надвор'я больш, чым на некалькі дзён. А мне патрэбна было некалькі месяцаў!

Столькі цяжкасцей, а гэта было першае рашэнне, якое трэба было прыняць.

Пералом прыйшоў тады, калі да мяне дайшло, што я не на ўсё маю ўплыў. Многа рэчаў мае ўплыў на мяне, але я магу ўплываць толькі на некаторыя. І гэта на іх трэба сканцэнтравана. Я перастала перажываць за ўсё і занялася тым, што сапраўды магла змяніць і зрабіць лепшым. Замест таго, каб смуткаваць праз тое, што надвор'е будзе ня тое, я занялася свім уласным прыгатаваннем да шлюбу. Тым, на што я мела сапраўдны ўплыў. Спатканне Езуса з плачучымі жанчынымі- гэта спатканне двух падыходаў да справы. Падыход жанчын, якія перажываюць і плачуць над мужчынам, якому не могуць дапамагчы і якому іх плач увогуле не прынясе палёгкі. І падыход Езуса, які прыпамінае ім, на што сапраўды маюць уплыў і што могуць змяніць- сябе і сваіх родных.

*Пане, навучы мяне змяняць сваё жыццё, выбіраючы і працуючы над справамі, на якія маю сапраўдны ўплыў.*

Марыся, праграміст

## СТАЦЫЯ 9 “ТРЭЦІ УПАДАК”

Пералом- гэта такі момант, у якім змяняецца рэчаіснасць, рашаюцца праблемы, а жыццё чалавека змяняецца.

Сапраўды, сапраўды кажу вам: калі зярно пшаніцы, упаўшы ў зямлю, не памрэ, застанецца адно, а калі памрэ, то прынясе багаты плён. (Ян 12, 23-24).

Для мяне такім момантам была мая першая ЭДК. Выбіраўшыся на яе, я быў чалавекам, які любіў стабільнасць, бяспеку. Я за моцна не выхіляўся паза маю сферу камфорта. Я яшчэ не ведаў, што, той ноччу, ў маім жыцці адбудзецца пералом. Праз стомленнаць, кантузію калена, якая пазней праз тры месяцы перашкаджала мне ў жыцці, памерла ў ва мне тая частка маёй асобы, якая любіла выгаду. Я вельмі добра памятаю гэты момант. Гэта было ў 4:30, тэмпература- 15 градусаў, цэнтр поля, цішыня і пустата даакола. Тады я пачуў, што ў ва мне пачынаецца пералом. Я зразумеў, што ў жыцці найважнейшым не з'яўляецца тое, каб мець “стабільнасць”, але тое, каб жыць экстрэмальна, перамагаючы сябе і свае ўласныя абмежаванні. Развівацца і ствараць рэчаіснасць, якая знаходзіцца вакол нас, а не падпарадкавацца ёй ва ўсім. Я ўпаў, каб падняцца больш моцным, каб знайсці сэнс і спосаб на лепшае жыццё.

Несучы крыж, Езус падае. Фізычная бязсільнасць, боль, агромны цяжар на яго плячах прыцягваюць Яго да зямлі. У гэтай хвіліне бязсільнасці і паніжэння прыходзіць момант пералому. Падумаецца. Змагаецца да самага канца, не паддаецца, пераадольвае свае фізычныя і псіхічныя абмяжоўванні. Ён не толькі перамог сябе, але збавіў увесь свет.



*Пане, спраў, каб гэтая Крыжовая Дарога была для нас моантам пералому- упадку і паўстання на нова. Дазволь нам нанарадзіцца на нова ў Тваёй моцы, перамагаючы цяжкасці і праблемы.*

Дам'ян, мэнэджэр

## **СТАЦЫЯ 10 “З ЕЗУСА ЗДЗІРАЮЦЬ АДЗЕННЕ”**

Мы вельмі часта закладаем маскі тады, калі баімся знеслаўлення. Калі іх здзіраем, то прыходзіць момант такой вольнасці, якая ўздальняе нас да таго, каб нарэшце распачаць штосьці рабіць...

(...) пазнаеце праду, а праўда вас вызваліць ( Ян 8, 32).

Быў день майго нараджэння, мне было 35 гадоў. Я знаходзілася ў бальніцы, лекар сшываў мне невялікую рану на жываце, бо дзень назад я мела аперацыю. Я з жартам сказала: “ Шаноўны лекар, сёння дзень майго нараджэння, я павінна бегаць марафон, а не ляжаць у бальніцы!” А лекар адказаў: “Як доўга вы будзеце бегаць 10 км?” Я трохі змяшалася і сказала: “ Так праўду кажучы, то я ўжо даўно не бегала...”

Ці было мне непрыемна? Было. Гэтым адным пытаннем ён паказаў праўду пра мае “мары”. Я не толькі не магла бегаць, больш таго, мая кандыцыя за апошнія гады вельмі пагоршылася. Калі я выйшла з бальніцы, то зрабіла сабе “рахунак сумлення” чаму так было- я зрабіла сабе спіс маіх дзяцінных вымовак, якімі кармілася і іншых прычынаў, напрыклад такіх, як хвароба і звязаны з гэтым боль. Я ўбачыла праўду і гэта быў пералом. Гэта вызваліла мяне з бязсільнасці і няверы ў сябе. Цяпер, пасля некалькі месяцаў пасля аперацыі, я хажу на фітнэс некалькі разоў на тыдзень, бегаю, плаваю, працую над сваёй

кандыцыяй. Я надаль не змагу прабегчы марафону, але на маё 36 дзень нараджэнне я ўжо буду ведаць, як доўга буду бегчы 10 кіламетраў.

З Езуса здерлі адзенне, каб яго высмеяць, а Ён без адзення і так быў поўны годнасці. Мы вельмі часта закладаем маскі тады, калі баімся знеслаўлення. Калі іх здзіраем, то прыходзіць момант такой вольнасці, якая ўздальняе нас да таго, каб нарэшце распачаць штосьці рабіць, бо мы ўжо не заняты тым, каб быць кімсьці, кім не з'ўляемся. Асабліва тады, калі мы самі прыем праўду пра сябе. Я закончыла два факультэты, цяпер я жыву і працую за мяжой, на фабрыцы, на начную смену. Гэта праца не была маёй марай, але дзякуючы ёй, я магу дапамагаць маім бацькам, я магла заспансараваць вельмі каштоўную аперацыю і памаленьку іду да таго, каб палепшыць сваю працу. У дзень я вучу англійскай мовы, бо мне вельмі падабаецца дзяліцца тым, што ведаю. Я не маю хлопца, таму на вяселлі хажу адна і гэта мне не перажкаджае.

Бэата, працоўнік фабрыкі, рэпетытар англійскай мовы.

Езу, дай мне адвагу пазнаць праўду пра сябе, каб я магла быць вольнай.

## **СТАЦЫЯ 11 “ЕЗУС ПРЫБІТЫ ДА КРЫЖА”**

Калі сёння падаеш, то заўтра можаш паўстаць...

А як Майсей вывышыў змяю на пустыні, так патрэбна, каб быў вывышанны Сын Чалавечы, каб кожны, хто ў Яго верыць, меў жыццё вечнае (Ян 3, 14-15).

Мне было 15 гадоў, была ноч, я ляжаў піяны ў ложку з папярсам у руках. Перад гэтым некалькі разоў мне было нядобра. Маёй мамы тады не было дома. Тата нас пакінуў. Мне было абрыдліва....Я рабіў тое,

за што мне было сорамна, таму я не буду пра гэта пісаць. Я дакрануўся самага дна, так, як многія з нас.

Два гады пазней я аддаўся Езусу. У эмоцыях, са слязамі, але вельмі шчыра, з уласнай волі. Гэта не значыць, што потым усё было добра. Але глядзучы на гісторыю майго жыцця, гэта быў пераломны момант. На пачатку я падаў, але потым пачаў паднімацца. Паволі, надаль робячы памылкі, але я ўжо ішоў у добрым кірунку. Цяпер мне 32 гады. Я маю цудоўную жонку, двое дзяцей, з'яўляюся лекарам, не куру, хажу ў горы, апошні раз я быў піяны шаснаццаць гадоў назад. Я шчаслівы. Сёння я ўжо не веру ў тое, што ўсё будзе добра, бо Бог гэтага хоча. Але я веру ў вольны выбар, у навяртанне, у тое, што Езус з'яўляецца Валадаром майго жыцця і маіх выбараў.

*Калі ты гатовы выбраць гэта, то пайтарай за мной: Пане Езу, сёння я аддаюся Табе. Хачу, каб Ты быў Вададаром майго жыцця, а Твая воля няхай станеца маёй. Амэн.*

Рафал, лекар

## СТАЦЫЯ 12 “ЕЗУС ПАМІРАЕ НА КРЫЖЫ”

Замест таго, кая баяцца смерці, жый поўным жыццём....

Мы баімся смерці. Калі я гавару пра яе ( з'яўляюся лекарам) альбо ўспамінаю, то людзі рэагуюць альбо вельмі агрэсіўна альбо гавораць: “Божа захавай!” альбо прыкідваюцца, што гэтага не чулі. Пра гэта не можна гаварыць, навошта, не дазволена. Як быццам бы гэта нас перад смерцю захавала.

Памрэш і я таксама, раней ці пазней. Мы хочам думаць, што пазней,

але не ведаем калі.

У хоспісе ня ма чаго сябе абманваць. Тыя, каторым даюць жыць яшчэ бльш за тры месяцы, туды не пападаюць. У мяне была магчымасць пазнаёміцца з тымі, хто там працуе. Яны штодня сустракаюцца са смерцю. Кожная з гэтых асобаў была напоўненна радасцю жыцця. Як быццам бы яны хацелі перажыць, як мага лепш, кожную хвіліну, злавіць яе ўсім сабой. Смакаваць яду так, як бы гэта быў першы і апошні пасілак.

Я ўпэўненны ў тым, што трэба сустрацца са сваёй смерцю, і лепш за ўсё перад тым, як прыдзе па нас. Я вельмі шмат разоў зрабіў тое, што прапануюць айцы езуіты: “Уяві, што ты памёр, што ляжыш у труне, што кладуць цябе у гроб. На пахаронках знаходзяцца блізкія табе асобы, сям'я, хто яшчэ? Што гавораць? Вельмі дакладна ўяві сабе, як разкладваецца тваё цела...”.

Спатканне з уласнай смерцю, хоць гэтага так баімся, можа змяніць усё, надаць новы сэнс.

**Езу, які перамог смерць, пакажы мне маю смерць!**

Карол, лекар

## СТАЦЫЯ 13 “ЕЗУСА ЗДЫМАЮЦЬ З КРЫЖА”

Любоў большая чым смерць.

Калісьці ў мяне быў пацыент, які ляжаў ужо на некалькіх аддзелах, але далей ніхто не ведаў на што ён быў хворы. Усё, чым яго лячылі не прыносіла ніякіх вынікаў, было ўсё горш і горш. Ён быў у нас так доўга, што мы сталіся сябрамі. Ён расказваў мне пра тое, як планаваў разам з

жонкаю ехаць у розныя падарожжы, калі будуць на пенсіі. Калі нарэшце ўдалося ўстанавіць дыягназ і была шанса на вылячэнне, то паявіліся так сур'ёзныя пагаршэнні, што нічога не можна было з гэтым зрабіць. Я бачыла, як кожнага дня яму было ўсё горш і горш, што ён ўжо ня мае кантакту з рэчаіснасцю і ў канцы канцоў памірае. Мне было вельмі цяжка прыняць гэтую смерць. Бой быў вельмі доўгі, а канец быў так блізка. Тады я думала, які сэнс мае мая праца. Пасля яго смерці, у газэце я знайшла падзякаванні ад яго сям'і за апеку над ім. Аказалася, што гэты апошні момант яго жыцця быў для іх вельмі важны. Жонка і дзеці ведалі, што ён адыходзіць, яны былі блізка, трымалі яго за рукі да апошняй хвіліны. Прыехалі таксама родныя з-за мяжы. Кожны мог з ім развітацца. А тады ён не цяпеў, гэта было ўсё, што мы маглі для яго зрабіць.

Гэта сітуацыя прыпамінае мне момант, калі Езуса здымалі з крыжа. Што адчувалі тыя, хто быў побач яго? Яны ведалі, што ён быў кімсьці зусім іншым, Ён аздараўляў і навучаў з моцаю, а цяпер проста памірае. І на дадатак у так нялюдзкіх варунках. Можна страціць веру...

*Езу, які памёр на крыжы, дадай мне веры, калі я губляю сэнс.*

Аляксандра, лекар

## **СТАЦЫЯ 14 “ЕЗУСА КЛАДУЦЬ ДА ГРОБУ”**

Паражэнне- гэта ключ да перамогі.

Езус дакрануўся паражэння. Ім ўзгардзілі, прыбілі да крыжа, на якім памірае. Ён гаворыць пра жыццё вечнае, а сам адыходзіць з ганьбаю. Гроб- гэта апошні момант на дарозе паражэння. Але, па- сапраўднаму, гэта вельмі важны момант, бо дзякуючы яму паражэнне

перараджаецца ва ўваскрашэнне. Езус перамяняецца, пераходзіць ад смерці да жыцця, Ён ведае, што паражэнне толькі выдаецца канцом, бо на самой спаве яно вядзе да перамогі. Я вельмі доўга не мог справіцца з паражэннямі, я не ўмеў не перамагаць, прыняць тое, што штосьці магло не атрымацца. Я не ўмеў прыняць думкі пра тое, што я ў чымсьці з'яўляюся слабы, што раблю памылкі. Паражэнні былі маім гробам. Яны не вучылі мяне, але замыкалі на развой. Я затрымліваўся на сваёй злосці, незадаваленню, абразы на ўсіх і на ўсё выкол. Я не бачыў таго, што паражэнне можа мець сэнс і мабілізаваць мяне да змены жыцця.

Я перамяніўся падчас аднаго вельмі важнага тэніснага мэчу. Я не перамог у рашаючым мэчу, але ў тым самым моманце я ўбачыў слабую старану майго саперніка. Калі я падышоў да яго, каб павіншаваць яго з перамогаю, чаго ніколі раней не рабіў, у маёй галаве была толькі адна думка: я прайграў апошні раз. Я “уваскрос”, бо ў паражэнні знайшоў ключ да перамогі. Трохі так, як Езус, які праз смерць ідзе да жыцця і вечнай хвалы. Паражэнне, якое было маім гробам, сталася дапамогай ў перамозе. На самой справе гаворка ідзе пра тое, каб з кожнага паражэння выйсці з ідэяй на перамогу. Ідэяй, якая можа быць пераломам у тваім жыцці.

*Пане Езу, спраў, каб у кожным паражэнні я знайшоў дарогу да перамогі.*

Марцін, фізіёлаг, выкладоўца на універсітэце

## **Табе падабаецца ЭДК? Хочаш больш?**

Запрашаем цябе у наш свет- убач, што можаш з намі зрабіць.

ЭКСТРИМАЛЬНАЯ ДАРОГА КЫЖОВАЯ і ДАБРАЧЫННАЯ ПАЧКА паўсталі

сярод тых жа самых людзей. На пачатку мы арганізоўвалі гэта ў вельмі малой групцы. Мы хацелі навучыцца гэта рабіць. Пазней мы запрасілі іншых. Пачка і ЭДК маюць тыя самыя ідэалы.

ЭДК верыць у чалавека, які умее перамагаць сябе, змагацца з цяжкасцямі і змяняцца. Пачка верыць у чалавека, які умее змагацца для іншых, прыняць труд спаткання і змяніцца для іншых. Для мяне ёсць чымсьці нармальным, што чалавек, які браў удзел у ЭДК павіннен браць удзел таксама і ў ПАЧЦЫ, каб ратаваць іншых. На пачатку ты становішся багатыром для сябе, для свайго развою. Пазней-багатыром для іншых. Альбо наадварот. Напачатку дапамагаеш ішным, а потым шукаеш сваёй глыбіні на ЭДК. Я вельмі лічу на тое, што ўдзельнікі ЭДК падзеляцца сваёй унутраннай сілай для Пачкі.

Ужо сёння кожны можа дапамагчы **ДАБРАЧЫННАЙ ПАЧЦЫ**, пераказваючы **1 %** падатку. **99% рэчаў можа нас адрозніваць, але 1% нас з'ядноўвае.**

Кс. Яцэк ВЁСНА Стрычэк, ініцыятар **ЭКСТРЫМАЛЬНАЙ ДАРОГІ КРЫЖОВАЙ і ДАБРАЧЫННАЙ ПАЧКІ.**

Перадай свой **1%** на **ДАБРАЧЫННУЮ ПАЧКУ** і з намі змяняй сусвет на лепшае!

**KRS 00 00 05 09 05**

**[www. szlachetnapaczka](http://www.szlachetnapaczka).**



**IT IS NOT WORTH LIVING NORMALLY,  
BUT IT IS WORTH TO LIVE EXTREMELY**