



piątek, 15.03.2024

## EDK 2024

Ekstremalna Droga Krzyżowa w naszej parafii rozpocznie się 22 marca 2024 r., mszą św. sprawowaną o godz. 20.00. Po jej zakończeniu wyjście na dwie trasy (do wyboru):

40 km: Łosice, Zakrze, Lipiny, Niemojki, Łysów, Kolonię Łysów, Myszkowice, Zaborze, Czuchów, Puczyce, Górki, Hruszniew, Czuchleby, Meszki, Łosice – kościół św. Zygmunta. Informacje i zapisy TUTAJ **20 km: Chotycze, Łuzki, Ukazy, Meszki, Łosice – kościół św. Zygmunta.** Informacje i zapisy TUTAJ

### Czym jest EDK?

Ekstremalna Droga Krzyżowa jest przede wszystkim modlitwą i formą spotkania z Bogiem, połączoną z rozważaniem poszczególnych stacji. Dokonuje się to poprzez pokonanie w nocy wybranej trasy i zmaganiu się z własnymi słabościami. Ma charakter indywidualny i dlatego jest związana z zachowaniem ciszy i wewnętrznego milczenia.

Uczestnictwo ma charakter dobrowolnej praktyki religijnej. EDK nie jest pielgrzymką, nie są zapewniane żadne przerwy na posiłki, oznaczenia techniczne w terenie ani pomoc osób technicznych, która ułatwiałaby przejście trasy. Każdy z uczestników idzie własnym tempem, zatrzymując się przy wyznaczonych, czternastu stacjach.

Nie jest zapewniana ponadto pomoc medyczna ani transport.

W Ekstremalnej Drodze Krzyżowej mogą brać udział osoby pełnoletnie. Osoba, która nie ukończyła 18 lat może wziąć udział tylko za zgodą opiekuna prawnego i pod opieką osoby pełnoletniej.

### PAMIĘTAJ:

trasy EDK można pokonywać samotnie bądź w luźnych grupach liczących poniżej 10 osób (względy bezpieczeństwa) przejście EDK ma charakter nocnego marszu; pomimo, że uczestnicy organizują się w grupy liczące poniżej 10 osób, każdy powinien być przygotowany na indywidualne przeżycie Ekstremalnej Drogi Krzyżowej wcześniej skorzystaj ze spowiedzi świętej rozpocznij od udziału we mszy św. – piątek 22 marca 2024 r., godz. 20.00 – kościół św. Zygmunta pomyśl o intencji z jaką chcesz podjąć trud EDK bądź otwarty na trud i ciszę, gdyż w trakcie EDK obowiązuje zasada milczenia już od momentu I stacji drogi krzyżowej. Uszanuj prawo innych uczestników do głębszego przeżycia tego wydarzenia, dzięki spotkaniu z Bogiem w ciszy i skupieniu; wyjątkiem od tej zasady jest głośne odczytanie rozważań przy każdej stacji przygotuj oficjalne rozważania poszczególnych stacji EDK 2024 – Musicie od siebie wymagać (do pobrania na telefon, również wersja audio lub aplikację – [www.edk.org.pl](http://www.edk.org.pl)) rozważnie zajmuj miejsce na stacjach i postojach, aby inni mogli także znaleźć przestrzeń na przeczytanie rozważań i krótką modlitwę przygotuj krzyż, najlepiej przez siebie zrobiony, niewielkich rozmiarów w trakcie EDK nie odprawiamy innych nabożeństw (śpiewów, wspólnych modlitw, itd.) nie planuj nadmiernie długich postojów.

### ZASADY BEZPIECZEŃSTWA OBOWIĄZUJĄCE NA TRASIE EDK:

przed wyruszeniem zadbaj o swoją kondycję fizyczną oraz zapoznać się z ideą EDK na [www.edk.org.pl](http://www.edk.org.pl), aby jak najpełniej doświadczyć spotkania z Bogiem poinformuj bliskich o planowanym wyjściu załóż kamizelkę odblaskową i inne elementy odblaskowe; miej latarkę

czołową i zapas baterii weź ze sobą jedzenie wysokoenergetyczne i picie (termos z gorącą herbatą lub kawą) załóż odpowiednie ubranie i wygodne buty przystosowane do długich spacerów (w niektórych miejscach na trasie będzie błoto i kałuże) weź naładowany telefon, podstawowe opatrunki, ewentualnie kijki do wędrówek pieszych lub zwykły drewniany kij do podpierania się zapoznaj się z trasą EDK i jej charakterem (pobierz aplikację lub wydrukuj mapę i opis trasy – wszystko znajdziesz TUTAJ zabezpiecz sobie możliwość transportu powrotnego w razie konieczności rezygnacji z dalszej drogi (aby ktoś z bliskich lub znajomych mógł zabrać Cię z trasy i pozostaw mu plan i opis trasy); pamiętaj, że w EDK wpisane jest ryzyko i zgoda na nieprzewidywalne zdarzenia sprawdź lokalną pogodę przed wyjściem na EDK sam odpowiadasz za siebie i swoje bezpieczeństwo należy stosować się do odpowiednich przepisów podczas poruszania się drogami publicznymi

"Każdy ma w głowie swoje sprawy, intencje, problemy; każdy ma powód, dla którego idzie."

Podejmij wyzwanie i dołącz do EDK! Zgłoś się przez stronę [www.edk.org.pl](http://www.edk.org.pl)

### PROPOZYCJA DLA TYCH, KTÓRZY CHCĄ, A NIE MOGĄ PÓJŚĆ NA EDK

W czasie trwania EDK w kościele św. Zygmunta w Łosicach będzie trwała całonocna adoracja Najświętszego Sakramentu. Ten czas można spędzić na modlitwie „ekstremalnej” poświęcając na nią całą noc – rozpoczynając o godz. 20.00 mszą świętą. Adoracja zakończy się w sobotę rano o godz. 6.30 również mszą św. W ten sposób można także duchowo, poprzez modlitwę, towarzyszyć bliskiej osobie, która zмага się na trasie Nocnej Drogi Krzyżowej, oczekując jej powrotu.