



ANASTAZJA SORKOWICZ

UNIwersytet Śląski w Katowicach

ANASTAZJA.SORKOWICZ@US.EDU.PL

ORCID: 0000-0001-7102-9546

DOI: <http://dx.doi.org/10.12775/TiCz.2025.008>

MAŁŻEŃSTWO SAKRAMENTALNE W SYTUACJI ZAGROŻENIA – PRZYCZYNEK DO BADAŃ DZIAŁALNOŚCI WSPÓLNOTY TRUDNYCH MAŁŻEŃSTW „SYCHAR”

Abstrakt. Celem artykułu jest prezentacja działalności Wspólnoty Trudnych Małżeństw „Sychar” jako przestrzeni, w której ma miejsce pełna realizacja prawdy o małżeństwie sakramentalnym. Członkowie Wspólnoty pomagają sobie wzajemnie w zgodnym z prawdą o sakramentalnym małżeństwie rozwiązywaniu trudności. Poprzez spotkania w ramach Ognisk „Sycharu”, rekolekcje, warsztaty starają się wyjść z kryzysu w pełnej wierności nauczaniu Kościoła katolickiego o małżeństwie. Przekonują, że każde sakramentalne małżeństwo jest do uratowania, ponieważ każde z małżonków ma szansę wejść na drogę aktywnej wiary i wypełnić zobowiązania wynikające ze złożonej przed Bogiem przysięgi małżeńskiej.

Słowa kluczowe: Kościół katolicki, małżeństwo sakramentalne, nierozzerwalność, wierność.

Abstract. *Sacramental Marriage in a Time of Crisis: A Contribution to Research on the Activities of the Sychar Community for Difficult Marriages.* This article aims to present the activities of the Sychar Community for Difficult Marriages as a space in which the truth about sacramental marriage can be realized to the fullest extent. Members of the Community support one another in resolving difficulties in a manner consistent with the true spirit of sacramental marriage. Through meetings within Sychar’s local groups, retreats, and workshops, they strive to overcome crises while fully adhering to the teachings of the

Catholic Church on marriage. They affirm that every sacramental marriage can be saved because each spouse has the opportunity to embark on a path of active faith and fulfill the obligations that stem from the marriage vows made before God.

Keywords: Catholic Church, sacramental marriage, indissolubility, fidelity.

WSTĘP

Jednym z najcenniejszych i najpilniejszych zadań małżonków chrześcijańskich jest „dawanie świadectwa bezcennej wartości nierozzerwalności i wierności małżeńskiej”¹. Realizacja nauczania Kościoła o małżeństwie sakramentalnym wydaje się być szczególnie trudna współcześnie ze względu na rozpowszechnioną mentalność sprzyjającą rozwodom². Małżeństwo, również w percepcji osób wierzących, staje się zwykłym kontraktem, który można rozwiązać bez większych konsekwencji, albo też reliktem przeszłości. Zgodnie z nauczaniem Kościoła katolickiego małżeństwo nie jest „jedynie świecką rzeczywistością, która kieruje się *prawami tego świata czy indywidualnych opinii bądź upodobań*”³. Kościół katolicki niezmiennie przypomina „radosne orędzie o bezwzględnie wiążącej mocy [...] miłości małżeńskiej”, które stanowi podstawę sakramentalności małżeństwa⁴ oraz „z serdeczną i głęboką radością [...] spogląda na rodziny, które pozostają wierne nauczaniu Ewangelii, dziękując im i zachęcając do dawania świadectwa”⁵. Dla zachowania klarowności nauczania kościelnego, a także unikania zgorszenia, priorytetowe wydaje się docenianie wartości świadectwa małżonków wiernych złożonej przysiędze.

Celem niniejszego opracowania jest przedstawienie jednej z inicjatyw sakramentalnych małżonków, których związki, patrząc po ludzku, rozpadły się, a oni sami postanowili wytrwać w zobowiązaniach wynikających z przysięgi małżeńskiej i poszukiwali wsparcia i pomocy w Koście-

¹ FC 20.

² „Katolik wobec rozwodu” (Warszawa, 2024), 8–10.

³ SPMR 28; Mirosław Brzeziński, „Religijno-moralne życie rodziny w obliczu przemian społecznych”, W *Rodzina europejska. Filozoficzno-polityczne i społeczno-ekonomiczne uwarunkowania*, red. Jerzy Koperek (Lublin: Wydawnictwo KUL, 2011), 94.

⁴ FC 20.

⁵ AL 86.

le katolickim⁶. Członkowie Wspólnoty są świadomi, że, pomimo rozłąki i opuszczenia przez współmałżonka, ich małżeństwo sakramentalne trwa do śmierci. Nazwa Wspólnoty pochodzi od miasteczka samarytańskiego, w którym, jak zapisano w Biblii, Jezus pouczył kobietę o normie moralnej dotyczącej małżeństwa i wskazał na siebie jako tego, który może dać uzdrowienie relacji i dobre, prawe życie (J 4,1–26). Spotkanie to było dla Samarytanki początkiem nawrócenia i nowego życia, ponieważ uwierzyła, że relacja z Jezusem w pełni zaspokaja potrzebę miłości⁷.

Opracowanie niniejszego studium wymagało posłużenia się metodą analizy dokumentów, polegającą na uporządkowaniu i interpretacji zawartych w nich treści pod kątem wybranego do zbadania zagadnienia. Literaturę źródłową niniejszego tekstu stanowią wybrane dokumenty Kościoła katolickiego. Przeanalizowano również dostępne opracowania podejmujące wskazaną tematykę. Należy zaznaczyć, że literatura przedmiotu, dotycząca działalności wskazanej Wspólnoty jest dość uboga.

1. SAKRAMENT MAŁŻEŃSTWA W NAUCZANIU KOŚCIOŁA KATOLICKIEGO

Małżeństwo zawierane w Kościele katolickim jest jedynym związkiem dwojga osób, który został podniesiony do rangi sakramentu⁸. Jest więc „arcydziełem Bożym”⁹, widzialnym znakiem skutecznej łaski¹⁰, przy-

⁶ Anna Matwijko, „Charyzmat pod prąd? Wspólnota Trudnych Małżeństw Sychar,” *Życie Duchowe* 117 (2024): 45.

⁷ Marzena Zięba, „Co powiedział Pan Jezus Samarytance,” dostęp: 25 marca 2025r., <https://sychar.org/co-powiedzial-pan-jezus-samarytance/>, dostęp: 25 marca 2025.

⁸ KDK 48. Jak zauważa Grzegorz Pyżlak, „małżeństwo zaliczono do sakramentów w ścisłym tego słowa znaczeniu dopiero w XIIw., jednak od samego początku dziejów Kościoła miano pełną świadomość jego sakralnego charakteru” – Grzegorz Pyżlak, *Małżeństwo jako sakrament. Studium z duszpasterstwa rodzin w świetle badań młodych małżonków diecezji siedleckiej* (Lublin: Wydawnictwo KUL, 2022), 45; zob. także: Aleksander Sobczak, *Sakrament małżeństwa – krótki rys historyczny*, dostęp: 24 marca 2025, <https://mateusz.pl/rodzina/as-malzenstwo.htm#p28>.

⁹ KKK 1116.

¹⁰ KKK 1084, 1131.

noszącym owoce „w tych, którzy go przyjmują z odpowiednią dyspozycją”¹¹. Podstawę sakramentu małżeństwa stanowi dążenie dwojga osób: kobiety i mężczyzny do zawiązania nierozzerwalnej wspólnoty życia i miłości, w której oboje są obdarowywani i przyjmowani i mogą zaznać pełni. Objawienie biblijne wskazuje, że dwoistość płciowa została od początku zaplanowana przez Stwórcę, który nie tylko na obraz Boży ich stworzył, ale „stworzył ich mężczyzną i niewiastą” (Rdz 1,27). Małżeństwo jest (obok kapłaństwa) jednym z dwóch sakramentów komunii Kościoła katolickiego nastawionych na zbawienie innych ludzi i równocześnie przyczynianie się do zbawienia osobistego¹², „jest zagubionym świadkiem samego początku, czyli życia człowieka z Bogiem”¹³. Małżeństwo jest sakramentem „najpierwotniejszym”, starszym niż wszelkie inne sakramenty¹⁴, a jego twórcą jest sam Bóg¹⁵. Wzajemna miłość mężczyzny i kobiety obrazuje absolutną i niezniszczalną miłość, jaką Bóg-Stwórca miłuje człowieka-stworzenie¹⁶. Jest to miłość „potężna jak śmierć” (Pnp 8,6), której „wody wielkie nie zdołają ugasić” (PnP 8,7). „Miłość taka, łącząca w sobie wartości ludzkie i Boskie, prowadzi małżonków ku wolnemu i wzajemnemu darowi z samych siebie, potwierdzonemu zarówno delikatnością uczuć jak i czynem, i przenika całe ich życie”¹⁷. Miłość małżeńska jest duchowym i ofiarnym zjednoczeniem woli przenikającym wszystkie obowiązki życia małżeńskiego¹⁸. Z całą pewnością taka miłość może zostać uznana za wymagającą¹⁹. Więcej: jej piękno polega właśnie na tym, że jest wymagająca i jako taka „kształtuje prawdziwe dobro człowieka oraz

¹¹ KKK 1131.

¹² KKK 1534; Czesław Krakowiak, *Sakrament małżeństwa. Historia – liturgia – teologia – praktyka pastoralna* (Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II, 2018), 117.

¹³ Ksawery Knotz, *Zaślubiny w Bogu mężczyzny i kobiety* (Częstochowa: Edycja Świętego Pawła: 2015), 101–102.

¹⁴ Jan Paweł II, *Mężczyzną i niewiastą stworzył ich. Odkupienie ciała a sakramentalność małżeństwa* (Kraków: Wydawnictwo AA, 2020), 345–46.

¹⁵ KDK 48.

¹⁶ KKK 1604.

¹⁷ KDK 49.

¹⁸ AL 120.

¹⁹ LdR14.

promieniuje prawdziwym dobrem”²⁰. Łaska sakramentu małżeństwa jest przeznaczona dla udoskonalenia miłości i umocnienia nierozdzielnej jedności małżonków²¹. Według Papieża Piusa XII sakrament małżeństwa stanowi dla osób wierzących „środek wzajemnego uświęcenia” i „niewyczerpane źródło nadprzyrodzonego wsparcia”²². Stanowi również odpowiedź na głęboko ludzką potrzebę bytowania wzajemnie „jedno dla drugiego”²³.

Małżeństwo katolickie zostaje zawiązane poprzez dobrowolne wyrażenie zgody²⁴, która „stwarza małżeństwo”²⁵. Podkreśla się, że „zgoda jest aktem ludzkim, w którym małżonkowie przekazują i przyjmują siebie nawzajem: *Biorę ciebie za żonę – Biorę ciebie za męża*”²⁶. Skutkiem wyrażonej w sposób wolny zgody obojga małżonków powstaje nierozdzielny związek, „węzeł z natury swej wieczysty i wyłączny”²⁷, „instytucja trwała także wobec społeczeństwa”²⁸. Z punktu widzenia prawa kościelnego zawarte i dopełnione małżeństwo osób ochrzczonych nie może być nigdy rozwiązane, jest „rzeczywistością nieodwołalną”²⁹. Kościół katolicki nie ma takiej władzy, która pozwalałaby wypowiadać się przeciw postanowieniu mądrości Bożej, bowiem „od początku tak nie było” (Mt 19,8). Poprzez sakrament dokonuje się dodatkowe umocnienie naturalnych przymiotów małżeństwa opierającego się na prawie naturalnym, bez którego nie można zrozumieć dzieła zbawienia dokonanego „raz na zawsze” przez Chrystusa w odniesieniu do rzeczywistości małżeństwa³⁰. Małżeństwo sakramentalne stanowi znak przymierza Chrystusa i Kościoła, „oznacza jego łaskę i jej

²⁰ LdR14.

²¹ KKK 1641, AL 89, 134.

²² Pius XII, *Małżeństwo na zawsze* (Sandomierz: Wydawnictwo Diecezjalna: 2023), 41.

²³ Jan Paweł II, *Mężczyznę i niewiastę*, 71–73; Maria Braun-Gałkowska, *Psychologia domowa* (Lublin: Wydawnictwo KUL, 2008), 107; Wiesław Błaszczak, „Będą oboje jednym ciałem,” *Zbliżenia* 16 (2015): 8–12.

²⁴ KKK 1625.

²⁵ KKK 1626.

²⁶ KKK 1627; Wojciech Góralski, *Kościelne prawo małżeńskie* (Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, 2006), 38–39.

²⁷ KKK 1638.

²⁸ KKK, 1639.

²⁹ KKK 1640; KPK 1141; KDK 48.

³⁰ Jan Paweł II, „Dobro nierozdzielności i dobro samego małżeństwa. Nie możemy

udziela”³¹. Wszelkie próby zmiany pierwotnego zamysłu Stwórcy wobec małżeństwa sakramentalnego muszą więc zostać uznane za chybione. Są bowiem sprzeczne z pierwotnym planem Bożym, wyrażonym w jasny, wyraźny sposób jeszcze przed grzechem pierworodnym. Ustępstwo mojżeszowe pozwalające na rozstanie małżonków jest związane z „zatwardziałością serc”, a nie z planem Stwórcy (Mt 19,8). Warto również podkreślić, że nierozzerwalność małżeństwa nie stanowi jakiegoś ideału, ale jest normą prawa naturalnego. Chrystus definitywnie odrzucił rozwód i przypomniał Boży zamysł wobec małżeństwa³², przez co niejako przywrócił nierozzerwalność małżeństwa i nadał mu nowy sens. Papież Pius XII stwierdza, że „słowo Zbawiciela rodzaju ludzkiego przywróciło pierwotny blask więzi małżeńskiej pomiędzy mężem i żoną, którą ludzkie namiętności straciły z jej szlachetnych fundamentów”³³. Nierozzerwalność małżeństwa jest owocem, znakiem i wymogiem miłości absolutnie wiernej, którą Bóg obdarowuje człowieka³⁴. Ujmowany w kategoriach daru sakrament stanowi więc dla małżonków jednocześnie powołanie i przykazanie, „aby pozostali sobie wierni na zawsze, ponad wszelkie próby i trudności”³⁵. Słusznym jest ujmowanie nierozzerwalności małżeństwa nie jako „jarzma” nałożonego na ludzi, ale jako „daru” udzielanego małżonkom³⁶.

W świetle powyższego warto podkreślić, że nie ma takiej mocy, która zwolniłaby małżonków z ważnie złożonej przysięgi małżeńskiej. Należy zaznaczyć, że wszystko to dotyczy ważnie zawartego małżeństwa. Każde małżeństwo sakramentalne uważane jest za ważne, chyba że Kościół stwierdzi inaczej³⁷. W sytuacjach wzbudzających wątpliwość co do zaistnienia małżeństwa sakramentalnego konieczne jest dokładne zbadanie wszystkich okoliczności przez sąd biskupi i orzeczenie, czy dane małżeństwo faktycz-

ulegać mentalności rozwodowej,” w Ojciec Święty Jan Paweł II, *O nierozzerwalności małżeństwa* (Kraków: Wydawnictwo „M”, 2002), 65.

³¹ KKK 1617; Krakowiak, *Sakrament małżeństwa*, 149.

³² Jan Paweł II, „Dobro nierozzerwalności,” 65; FC 20.

³³ Pius XII. *Małżeństwo*, 24.

³⁴ FC 20.

³⁵ Ibidem.

³⁶ AL 62.

³⁷ KPK 1060; Góralski, *Kościelne prawo*, 52.

nie zaistniało. Jeśli więc mówi się o małżeństwie sakramentalnym, to mówi się o małżeństwie ważnie zawartym.

2. MAŁŻEŃSTWO SAKRAMENTALNE W SYTUACJI ZAGROŻENIA

„Małżeństwo nosi w sobie pewien paradoks: kryje się w nim moc Boża, ale i słabości ludzkiej pary”³⁸. *Katechizm Kościoła Katolickiego* wskazuje konkretne zagrożenia związane z życiem małżeńskim. Są to: niezgoda, duch panowania, niewierność, zazdrość i konflikty³⁹. Nauczanie Kościoła zwraca uwagę, że przyczyną nieporządku w małżeństwie jest grzech⁴⁰. To z jego powodu zostały wypaczone wzajemne odniesienia mężczyzny i kobiety poprzez obopólne oskarżenia, a pociąg ku sobie zamienił się w poządlliwość⁴¹. Nierozwiązane konflikty małżeńskie z upływem czasu narastają w swojej sile, przechodząc w sytuację kryzysową, która może skutkować rozpadem związku⁴². Konflikt jest więc pierwotny w stosunku do kryzysu⁴³. W ujęciu Gordona Allporta kryzys to

³⁸ Robert Skrzypczak, *Miłość warta obrączek. Jak zbudować małżeństwo na całe życie* (Gliwice: Fundacja Instytut Globalizacji, 2018), 282.

³⁹ KKK 1606.

⁴⁰ KKK 1607; „Zło w szczególny sposób dotyka relacji między mężczyzną a kobietą, a w konsekwencji zniekształca prawdziwy obraz miłości Boga” – Grzegorz Pyżlak, *Małżeństwo jako sakrament*, 32.

⁴¹ KKK 1607. Zdaniem ks. Marka Dziewieckiego przejawem kryzysu małżeńskiego może być m.in.: zaniedbanie miłości małżeńskiej, zaniedbanie miłości rodzicielskiej, zaniedbanie więzi z Bogiem – Marek Dziewiecki, *Sychar. Pokonywanie trudności w małżeństwie i rodzinie* (Kraków: Wydawnictwo Fides, 2020), 25–60.

⁴² Sławomir Tykarski. *Kryzys małżeński jako wyzwanie dla duszpasterstwa. Studium teologiczno-pastoralne* (Toruń: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, 2015), 52.

⁴³ Ks. Sławomir Tykarski wskazuje konkretne przyczyny kryzysów małżeńskich, na które zwraca uwagę Episkopat Polski. Są to: państwowe rozporządzenia, alkoholizm, brak czasu na małżeństwo i rodzinę, aborcja, antykoncepcja i metoda *in vitro*, warunki socjalne i materialne, egoizm i postawa konsumpcyjna, proces zeświecczenia i ateizmu, rozwody, niedojrzałe zawieranie związku małżeńskiego, nieład moralny, emigracja zarobkowa. Tykarski, *Kryzys małżeński*, 62–83.

sytuacja emocjonalnego i umysłowego stresu, wymagająca zmian perspektyw w ciągu krótkiego czasu. Te zmiany perspektyw wywołują często zmiany struktury osobowości. Zmiany te mogą być progresywne albo mogą być regresywne. Jak wynika z definicji, człowiek znajdujący się w sytuacji kryzysowej nie potrafi zachować spokoju, tzn. nie potrafi swojej aktualnej traumatycznej sytuacji zredukować do znanych już rutynowych sposobów zachowania ani nie potrafi posłużyć się prostymi nawykowymi sposobami przystosowania⁴⁴.

Oczywiste jest, że bycie w kryzysie powoduje bardzo trudne do zniesienia uczucia: lęk, niepewność, poczucie bycia w impasie, bezradność, poczucie winy, frustrację, apatię, przygnębianie, złość, irytację, poczucie utraty kontroli, zagubienie i zdezorientowanie⁴⁵. Reakcją na doznawaną krzywdę może być chęć całkowitego zerwania więzi ze współmałżonkiem. Niejednokrotnie zranienie jest tak silne, że skrzywdzony małżonek nie tylko nie widzi możliwości odbudowania związku, ale próbuje samodzielnie „rozliczyć się” z niewiernym czy w jakikolwiek inny sposób raniącym małżonkiem. Trwanie w kryzysie może przesłonić istotę małżeństwa ujmowanego po katolicku. W takiej sytuacji dobrze jest, jeśli krzywdzony małżonek stanie w prawdzie: o sobie, o swoim małżeństwie, o tym wszystkim, co się wydarzyło oraz podjęcie trud poszukiwania najlepszych, zgodnych z Bożym zamysłem dotyczącym małżeństwa, sposobów rozwiązywania dramatycznie piętrzących się trudności. Konieczne jest również konsekwentne działanie we współpracy z łaską Bożą⁴⁶.

Przeżywający jakiegokolwiek trudności małżeńskie, zranieni w swoim człowieczeństwie i w swoim powołaniu sakramentalni małżonkowie mogą znaleźć adekwatną pomoc we Wspólnocie Trudnych Małżeństw „Sychar”, której przestrzeń budowana jest na przekonaniu, że „Każde trudne sakra-

⁴⁴ Cyt. za: Zenomena Płużek, Aleksander Jacyniak, *Świat ludzkich kryzysów* (Kraków: Wydawnictwo WAM, 2006), 13.

⁴⁵ Katarzyna Litwińska-Rączka, „Żyli długo i szczęśliwie...”, *Zbliżenia* 5 (2011): 27.

⁴⁶ KKK 1608; Dziewiecki, *Sychar. Pokonywanie*, 125–126; Jacek Salij, *Sychar. Małżeństwo jest święte. Najlepsze wino na końcu* (Kraków: Wydawnictwo Fides, 2019), 90; Ireneusz Mroczkowski, „Ślubuję Ci wierność,” w *Miłość, wierność i uczciwość małżeńska. Przesłanie moralne Kościoła*, red. Krzysztof Jeżyna, Tadeusz Zadykiewicz (Lublin: Wydawnictwo KUL, 2006), 19.

mentalne małżeństwo jest do uratowania”⁴⁷. Należy zaznaczyć, że wskazana Wspólnota nie jest jedynym miejscem w Kościele, w którym małżonkowie przeżywający kryzys mogą uzyskać pomoc. Ks Sławomir Tykarski w książce pt.: *Kryzys małżeński jako wyzwanie dla duszpasterstwa. Studium teologiczno-pastoralne* podaje przykłady grup i wspólnot, które wspierają małżonków sakramentalnych. Sa to np.: Spotkania Małżeńskie, Instytut Świętej Rodziny w Wisławie, Fundacja „Pomoc Rodzinie” przy Instytucie Świętej Rodziny w Łomiankach, Małżeńskie Drogi, Mariański Dom Rekolekcyjny „Betlejem” w Sulejówku, Rekolekcje typu Marriage Encounter, Centrum Formacji Odnowy w Duchu Świętym oraz rekolekcje organizowane przez niektóre sanktuaria⁴⁸. Wspólnotę Trudnych Małżeństw „Sychar” wyróżnia m.in. to, że powstała z inicjatywy osób opuszczonych przez współmałżonków i jest dedykowana przede wszystkim małżonkom w kryzysie, którzy chcą pozostać wierni złożonej przysiędze. Członków wskazanej wspólnoty wiąże dążenie do uzdrowienia sakramentalnego małżeństwa oraz przeświadczenie, że należy rozwiązywać problemy, a nie małżeństwo, zaś na drodze pokonywania trudności umacnia małżonków łaska sakramentu⁴⁹. Sycharowicze wspierają się wzajemnie w zgodnym z prawdą o sakramentalnym małżeństwie rozwiązywaniu trudności również w sytuacjach po ludzku uznawanych za beznadziejne, czyli na przykład wtedy, kiedy jedno lub nawet oboje małżonkowie związali się z kimś innym i z tego związku urodziły się dzieci.

3. RZECZYWISTOŚĆ „SYCHARU”

Pomoc w rozwiązywaniu problemów małżeńskich realizowana jest we Wspólnocie „Sychar” wieloaspektowo. Podstawową formą działania są grupy wsparcia, tzw. Ogniska Wiernej Miłości Małżeńskiej, w których małżonkowie wspólnie się modlą i dzielą się swoimi przeżyciami⁵⁰. Obec-

⁴⁷ *Wspólnota Trudnych Małżeństw „Sychar”* (Warszawa: Stowarzyszenie Trudnych Małżeństw Sychar, 2024), 41.

⁴⁸ Tykarski, *Kryzys małżeński*, 398–403.

⁴⁹ Matwijko, „Charyzmat pod prąd,” 50.

⁵⁰ *Wspólnota Trudnych*, 10.

nie w Polsce i na świecie istnieje 68 takich ognisk, w których małżonkowie wspólnie się modlą i dzielą się swoimi przeżyciami. Od jesieni 2023 roku działa również Internetowe Ognisko Wspólnoty Wiernej Miłości Małżeńskiej „Sychar”. Każde spotkanie Ogniska odbywa się zgodnie z ustalonymi wytycznymi. Oprócz wspólnej modlitwy stały element spotkania stanowi przypomnienie przez lidera charyzmatu Wspólnoty Trudnych Małżeństw „Sychar”, podkreślenie sprzeciwu Wspólnoty wobec wszelkich działań przeciwko wierności małżeńskiej oraz zaoferowanie uczestnikom wielorakiej pomocy w wytrwaniu w wierności i w rozwoju miłości do współmałżonka. Spotkania Wspólnoty są otwarte dla wszystkich osób dorosłych. Jedynym warunkiem udziału jest przestrzeganie zasad uczestnictwa i uszanowanie charyzmatu Wspólnoty. Dlatego celowym jest każdorazowe przypominanie reguł obowiązujących podczas spotkań. Warto w tym miejscu przytoczyć kilka z nich: nikt nie jest zmuszany do wypowiedzi, każdy mówi we własnym imieniu i o sobie, dzieli się osobistym świadectwem, nie głosi „kazań” ani nie teoretyzuje; wypowiedzi nie wolno przerywać, nie należy też zadawać pytań, oceniać, polemizować z nimi ani też udzielać rad; wszyscy zobligowani są do cierpliwego słuchania siebie nawzajem; wszyscy uczestnicy zobowiązują się do zachowania anonimowości osób, zasłyszanych spraw i zdarzeń. Zasadniczą część spotkania stanowi przedstawienie tematu dotyczącego wiary, małżeństwa i dzielenie się refleksjami na temat poruszonego zagadnienia, które może również odbywać się w mniejszych grupkach prowadzonych przez moderatorów. Sycharowiczom podczas spotkań zawsze towarzyszy kapłan, który aktywnie w nich uczestniczy poprzez m.in. wsparcie modlitewne oraz gotowość do udzielania rad i wyjaśnień. Każdemu spotkaniu Wspólnoty towarzyszy również Msza Święta, a uczestnicy mogą otrzymać broszury, ulotki przybliżające działalność Wspólnoty⁵¹. Na uwagę zasługuje broszura *Katolik wobec rozwodu*, w której można odnaleźć przypomnienie nauczania Kościoła na temat małżeństwa i Chrystusowego zakazu rozwodów oraz omówienie rozpowszechnionych w społeczeństwie mitów na temat rozwodu⁵².

Innym rodzajem wsparcia oferowanego przez Wspólnotę Sychar są warsztaty „Wreszcie żyć – 12 kroków ku pełni życia”. Celem warsztatów jest

⁵¹ *Wspólnota Trudnych*, 97.

⁵² „*Katolik wobec rozwodu*” (Warszawa, 2024).

kształtowanie własnego życia nie przez podporządkowanie się własnej sile, lecz Bożej mocy. Praca na warsztatach polega na dzieleniu się siłą, doświadczeniem i nadzieją, na zaniechaniu niezdrowych relacji, ograniczających sposobów zachowania. Uczestnicy starają się wypracować nową, odpowiedzialną formę życia, doświadczają uzdrowienia, odzyskują spokój ducha, odnajdują energię i radość, zdolność do kochania, zmieniają destrukcyjne przyzwyczajenia, stają się bardziej dojrzaלי emocjonalnie⁵³. Zarówno osobista, jak i grupowa praca inspirowana jest w znacznym stopniu tekstami biblijnymi i refleksją psychologiczną. Pierwszym i najważniejszym krokiem na nowej drodze jest uznanie swojej bezsilności wobec problemów małżeńskich⁵⁴.

Kolejną formą wsparcia osób przeżywających kryzys małżeński proponowaną przez omawianą Wspólnotę są ogólnopolskie rekolekcje. Organizowane są one przynajmniej dwa razy w roku. Za każdym razem uczestnikom proponowany jest inny temat. Zmieniają się również osoby prowadzące. Rekolekcje są czasem przeznaczonym na wzajemne poznanie się osób z innych ognisk „Sycharu”, na budowanie relacji z Panem Bogiem oraz na wzrastanie duchowe⁵⁵.

Jednym z dzieł wyrastających ze Wspólnoty Trudnych Małżeństw „Sychar” jest również Ruch Wiernych Serc, przeznaczony „dla wszystkich małżonków, którzy poważnie traktują sakrament małżeństwa i przysięgę małżeńską złożoną w dniu ślubu i umacniając się Bożą łaską płynącą z sakramentu małżeństwa decydują się żyć w miłości i wierności do współmałżonka aż do śmierci”⁵⁶. Ruch Wiernych Serc „prowadzi Księgę Wiernych Serc oraz publikuje świadectwa i artykuły zachęcające do trwania w wierności i przezwyciężania kryzysów zgodnie z zamysłem Bożym”⁵⁷. Osoby deklarujące przynależność do Ruchu zobowiązują się m.in. do bycia otwartym na pojednanie ze współmałżonkiem, do braku wyrażenia zgody na roz-

⁵³ Program jest realizowany nie tylko w formie stacjonarnej, ale również w wersji internetowej – *Wspólnota Trudnych*, 75–78; „12 kroków” – <https://sychar.org/12-krokow/>

⁵⁴ Anna Jedna, *Sychar. Ile jest warta twoja obrączka? Książka dla pragnących kochać mimo wszystko* (Kraków: Wydawnictwo Fides, 2019), 141–42.

⁵⁵ *Wspólnota Trudnych*, 11; „Rekolekcje”, dostęp: 28 czerwca 2024, <https://sychar.org/rekolekcje/>

⁵⁶ *Wspólnota Trudnych*, 82.

⁵⁷ *Wspólnota Trudnych*, 82.

wód cywilny (jedynie w skrajnie uzasadnionych przypadkach możliwe jest wystąpienie bądź wyrażenie zgody na separację), do rezygnacji z używania uznanych za zakłamujące prawdę o małżeństwie sakramentalnym zwrotów „mój były mąż”, „moja była żona” oraz do wyrażania się z szacunkiem i życzliwością o współmałżonku. Oprócz tego członkowie Ruchu Wiernych Serc postanawiają nosić ślubną obrączkę i żyć w łasce uświęcającej⁵⁸. Złożenie deklaracji przystąpienia do Ruchu Wiernych Serc w znacznej mierze wynika z motywacji religijnej. Osoby deklarujące przynależność do Ruchu wierzą w nadprzyrodzoną moc Boga. Specjalnie dla nich, w celu konstruktywnego wykorzystania energii wyzwolonej przez kryzys zostały opracowane warsztaty biblijne⁵⁹ oraz cykl spotkań, którego hasłem przewodnim jest samowychowanie⁶⁰.

Inną formą pomocy oferowaną przez Wspólnotę Trudnych „Sychar” jest internetowe forum stanowiące przestrzeń wymiany myśli, doświadczeń i porad oraz wspólnej modlitwy na różańcu⁶¹. Na stronie internetowej „Sycharu” znajduje się też lista lektur pomocnych w przypadku kryzysu⁶².

Małżonkowie sakramentalni w ramach wszystkich proponowanych przez Wspólnotę form wsparcia konfrontują się z prawdą o małżeństwie i próbują odbudować swoje małżeństwo zgodnie z nauką Kościoła katolickiego⁶³. Sycharowicze przyjmują do wiadomości, że w sytuacji kryzysu małżeńskiego konieczne jest podjęcie trudu zmiany przede wszystkim samego siebie, swoich sposobów rozwiązywania problemów, swojej codzienności. Pracę nad sobą opierają przede wszystkim na wierze w moc sakramentu małżeństwa, w sens zwrócenia się do Boga i poszukiwania drogi wyjścia z, niejednokrotnie niezwykle trudnych, sytuacji. Wzajemna pomoc Sycharowiczów polega na wsparciu osób będących w podobnej sytuacji, na wzajemnej pomocy w odnalezieniu się w sytuacji trudności pojawiających się w małżeństwie sakramentalnym, na poszukiwaniu adekwatnych, zgodnych

⁵⁸ *Wspólnota Trudnych*, 83.

⁵⁹ Mirosław Rucki, „Program formacyjny Ruchu Wiernych Serc jako propozycja sposobu wyjścia z kryzysu,” *Teologia i Człowiek* 3 (2020): 185. DOI: 10.12775/TiCz.2020.045.

⁶⁰ Mirosław Rucki, „Samowychowanie w kryzysie: propozycja dla Ruchu Wiernych Serc,” *PERSPECTIVA – Legnickie Studia Teologiczno-Historyczne* 1 (2019): 176.

⁶¹ <https://sychar.org/pomoc-w-kryzysie/>, dostęp 27 czerwca 2024.

⁶² <https://sychar.org/pomoc-w-kryzysie/literatura/>, dostęp 27 czerwca 2024.

⁶³ Salij, *Sychar. Małżeństwo*, 5.

z nauczaniem Kościoła katolickiego, rozwiązań. Wspólnota działa dzięki bezinteresownemu zaangażowaniu w organizację wzajemnej pomocy osób odpowiedzialnych, liderów, którzy, przy współpracy ze specjalistami: psychologami, pedagogami, mediatorami oraz z duszpasterzami, pomagają w twórczym zagospodarowaniu kryzysu małżeńskiego.

4. PORZUCENI MAŁŻONKOWIE W „SYCHARZE” ŚWIADKAMI PRAWDY O MAŁŻEŃSTWIE SAKRAMENTALNYM

Małżonkowie formujący się w omawianej Wspólnocie z całą powagą podchodzą do nauczania Kościoła katolickiego o małżeństwie sakramentalnym. Swoim życiem potwierdzają bezwarunkowość złożonej przysięgi małżeńskiej. Mają świadomość, że zobowiązania do miłości, wierności i uczciwości małżeńskiej nie można nigdy wycofać, również wtedy, kiedy postępowanie współmałżonka odbiega od tego, co ślubował. Trzeba natomiast okazywać miłość w sposób mądry, czyli dostosowany do postawy drugiej strony⁶⁴. Kościół poważnie traktuje cierpienie człowieka, podkreśla konieczność skutecznej i stanowczej obrony przed krzywdzicielem i dlatego w najtrudniejszych sytuacjach wprowadza instytucję separacji⁶⁵. Kościół również sprzeciwia się naiwności, cierpiętnictwu, uległości wobec krzywdziciela. Mądra miłość nie zgadza się na pobłażanie złu⁶⁶. Nigdy nie można dawać drugiemu człowiekowi okazji do tego, by robił coś sprzecznego z miłością, korzystając jednocześnie z miłości drugiego⁶⁷. W sytuacjach dramatycznie trudnych należy wspierać stronę wykorzystywaną do podjęcia decyzji o separacji w celu ochrony istotnych dóbr, uczyć stawiania granic. Członkowie Wspólnoty „Sychar” nabywają umiejętności potrzebnych do zdrowej, opartej na prawdzie relacji ze współmałżonkiem. Sycharowicze wspierają się wzajemnie w odkłamywaniu wizji miłości małżeńskiej. Chcą

⁶⁴ Stanisław Gancarek, *Przysięga małżeńska* (Częstochowa: Wydawnictwo Misjonarzy Krwi Chrystusa, 2023), 33.

⁶⁵ KKK 2383; KPK 1152, 1153.

⁶⁶ Marek Dziewiecki, *Złączeni. Przysięga małżeńska czarno na białym* (Nowy Sącz: RTCK, 2023), 133–134.

⁶⁷ Włodzimierz Zatorski, *Kryzys małżeństwa?* (Tyniec: Wydawnictwo Benedyktynów, 2018), 148–149.

świadomie postępować na drodze do świętości i „promieniować Bożą miłością”⁶⁸. Często wymaga to od nich ciężkiej pracy duchowej ze względu na to, że ze strony współmałżonka doświadczają bardzo głębokich zranień. Ich udręka często „sięga zenitu”, ponieważ przeżywają cierpienie związane z „wdowieństwem smutniejszym niż wywołanym śmiercią”⁶⁹. Płacą „bolesną cenę” za miłość⁷⁰. Są świadomi tego, że zachowanie wierności małżeńskiej ma kluczowe znaczenie w kontekście życia wiecznego⁷¹. Zgodne z nauczaniem Kościoła katolickiego przeświadczenie o pozostawaniu jednością z sakramentalnym małżonkiem pozwala im mieć nadzieję na wspólne zbawienie. Odpowiedzialność Sycharowiczów za życie wieczne współmałżonka wyraża się w ich postawie wobec osoby, która niejednokrotnie bardzo krzywdzi, w ukierunkowaniu swojego wysiłku na mądre ratowanie małżeństwa sakramentalnego⁷².

Istotnym elementem obrony prawdy o małżeństwie sakramentalnym jest podkreślanie bezwzględnego pierwszeństwa sakramentu małżeństwa nad wszystkimi innymi związkami międzyludzkimi, również nad relacjami rodzicielskimi. Zgodnie z ewangelicznym nakazem „Co Bóg złączył, tego niech człowiek nie rozdziela” (Mt 19,6) nikt nie ma prawa rozdzielać małżonków sakramentalnych. Nie może tego robić również dziecko poczęte w związku pozamałżeńskim. Dlatego Sycharowicze nie zgadzają się na usprawiedliwianie wychowywaniem dziecka sytuacji łamania zasady nierozzerwalności małżeństwa i własnej przysięgi małżeńskiej⁷³, bo „miłość małżeńska jest sakramentalna, a miłość rodzicielska taką miłością nie jest”⁷⁴. Odpowiedzialność rodziców za swoje dzieci wyraża się przede wszystkim poprzez wychowywanie ich w prawdzie⁷⁵. Niekwestionowane

⁶⁸ Dziewiecki, *Złączeni*, 72.

⁶⁹ Pius XII, *Małżeństwo*, 147.

⁷⁰ Marek Dziewiecki, Anna Jedna, Jacek Pulikowski, Jacek Salij, *Leksykon małżeński* (Kraków: Wydawnictwo Fides, 2021), 13.

⁷¹ Salij, *Sychar. Małżeństwo*, 58.

⁷² Dziewiecki, Jedna, Pulikowski, Salij, *Leksykon małżeński*, 45–46.

⁷³ Alicja Zagrodzka, „Jego ratunek jest zawsze możliwy,” *Głos dla Życia* 137 (2015) 6: 16.

⁷⁴ Dziewiecki, *Sychar. Pokonywanie*, 114.

⁷⁵ Alicja Zagrodzka, „Powrót do sakramentalnego małżonka a dobro dziecka z niesakramentalnego związku,” w *Sychar. Znowu razem. Jak wrócić do sakramentalnego*

cierpienie dziecka, którego rodzice się rozstają ze względu na powrót jednego z nich do sakramentalnego małżonka nie jest jednak najgorszą rzeczą, jaka je może spotkać. „Dużo gorsze od cierpienia jest zgorszenie, czyli skierowanie kogoś ku złu”⁷⁶. Tym zaś jest życie w stanie niewierności złożonej przysiędze. Sycharowicze mocno podkreślają konieczność bycia wiarygodnym w wychowaniu, dlatego osobom znajdującym się w najtrudniejszych sytuacjach społecznych proponują warsztaty umiejętności wychowawczych w celu nauczania się adekwatnych sposobów rozmawiania o zaistniałej sytuacji⁷⁷.

Sakramentalni małżonkowie wzrastający w „Sycharze” mają świadomość tego, że zawsze mają możliwość wyboru własnego zachowania, że w każdych okolicznościach mogą decydować o swojej reakcji. Dlatego robią wszystko, co mogą nie tylko dla ratowania własnego małżeństwa, dla zbawienia własnego i swojego współmałżonka, ale również dla ocalenia prawdy o małżeństwie sakramentalnym. W pełni przyjmują i realizują nauczanie Kościoła katolickiego o małżeństwie, dają przykład „wierności i chrześcijańskiej konsekwencji”⁷⁸. Zachowują wewnętrzną uczciwość i spójność w budowaniu swojego życia w oparciu o dokonane decyzje, co wymaga silnej woli i dyscypliny⁷⁹.

PODSUMOWANIE

Analiza działalności Wspólnoty Trudnych Małżeństw „Sychar” pozwala na stwierdzenie, że Wspólnota stanowi przykład radykalnego podejścia do wiary i do podjętych zobowiązań. Ukazuje od strony pozytywnej istotne przymioty małżeństwa sakramentalnego: nie jako ograniczenie wolności i co za tym idzie ciężar nie do udźwignięcia, ale jako dobro samych

małżonka wychowując nieślubne dzieci? Świadectwa, red. Andrzej Szczepaniak (Kraków: Wydawnictwo Fides, 2019), 14.

⁷⁶ Zagrodzka, „Jego ratunek,” 16.

⁷⁷ Zagrodzka, „Jego ratunek,” 16.

⁷⁸ FC 83.

⁷⁹ Stephen R. Covey, *7 nawyków szczęśliwego małżeństwa* (Poznań: Rebis, 2021), 45.

małżonków, dzieci, a także dobro społeczne⁸⁰. Małżonkowie wzrastający w „Sycharze” rozumieją i akceptują istotę małżeństwa sakramentalnego. Wiedzą, że złamanie przysięgi przez współmałżonka nie zwalnia drugiej strony z obowiązku pozostania wiernym, ponieważ każde z małżonków ślubowało dożgonną miłość w swoim własnym imieniu, niezależnie od tego, co ze swoją własną przysięgą zrobi druga osoba. Sycharowicze świadomie szukają drogi do Boga, zmieniają przede wszystkim siebie samych, uczą się prawdziwie kochać: nie tylko współmałżonka, ale również samych siebie. W sytuacji, kiedy zrozumieją, że to ich własne zachowanie stało się przyczyną kryzysu małżeństwa również wobec siebie stosują twardą miłość: stają w prawdzie i wymagają od siebie adekwatnego działania. Wspierają się wzajemnie w odnalezieniu się w rzeczywistości trudnego małżeństwa. Dają świadectwo, że można żyć w zgodzie z dokonany wyborom i być szczególnie trudnym nawet w sytuacjach beznadziejnych. Z całą pewnością uprawnione jest postrzeganie Wspólnoty Trudnych Małżeństw „Sychar” jako prestrzeni, w której realizowana jest prawda o małżeństwie sakramentalnym.

WYKAZ SKRÓTÓW

- AL – Ojciec Święty Franciszek, *Adhortacja apostolska „Amoris laetitia” o miłości w rodzinie*. Poznań: Pallottinum 2016.
- FC – Jan Paweł II. *Adhortacja apostolska „Familiaris consortio” o zadaniach rodziny chrześcijańskiej w świecie współczesnym*. Wrocław: Wydawnictwo TUM, 2021.
- LdR – Jan Paweł II. *List do Rodzin „Gratissimam sane” z okazji Roku Rodziny*. Wrocław: Wydawnictwo TUM, 2021.
- KDK – *Konstytucja duszpasterska o Kościele w świecie współczesnym Gaudium et spes*. W Sobór Watykański II. *Konstytucje. Dekrety. Deklaracje*, 526–606, Poznań: Pallottinum, 2012.
- KKK – *Katechizm Kościoła katolickiego*. Poznań: Pallottinum, 2020.
- KPK – Kodeks Prawa Kanonicznego. Stan prawny na dzień 8 sierpnia 2023r., dostęp 15 kwietnia 2024r., https://episkopat.pl/files/24.bkt/08/28/15/852966_p8b8_zKEPnastronieKEP_17.08.20231.pdf

⁸⁰ Jan Paweł II, „Dobro nierozzerwalności,” 64.

SPMR – *Służyć prawdzie o małżeństwie i rodzinie. Dokument Konferencji Episkopatu Polski przygotowany przez Radę ds. Rodziny*, 2009, dostęp: 20 kwietnia 2024r., https://kodr.pl/wp-content/uploads/2018/10/SUYC_PRAWDZIE_O_MAESTWIE_I_RODZINIE.pdf

BIBLIOGRAFIA

- Błaszczak, Wiesław. „Będą oboje jednym ciałem.” *Zbliżenia* 16 (2015): 2–15.
- Braun-Gałkowska, Maria. *Psychologia domowa*. Lublin: Wydawnictwo KUL, 2008.
- Brzeziński, Mirosław. „Religijno-moralne życie rodziny w obliczu przemian społecznych.” W *Rodzina europejska. Filozoficzno-polityczne i społeczno-ekonomiczne uwarunkowania*, redakcja Jerzy Koperek, 85–98. Lublin: Wydawnictwo KUL, 2011.
- Covey, Stephen R. *7 nawyków szczęśliwego małżeństwa*. Poznań: Rebis, 2021.
- Dziewiecki, Marek. *Sychar. Pokonywanie trudności w małżeństwie i rodzinie*. Kraków: Wydawnictwo Fides, 2020.
- Dziewiecki, Marek. *Złączeni. Przysięga małżeńska czarno na białym*. Nowy Sącz: RTCK, 2023.
- Dziewiecki, Marek, Anna Jedna, Jacek Pulikowski, Jacek Salij. *Leksykon małżeński*. Kraków: Wydawnictwo Fides, 2021.
- Gancarek, Stanisław. *Przysięga małżeńska*. Częstochowa: Wydawnictwo Misjonarzy Krwi Chrystusa, 2023.
- Góralski, Wojciech. *Kościelne prawo małżeńskie*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, 2006.
- Jan Paweł II. „Dobro nierozzerwalności i dobro samego małżeństwa. Nie możemy ulegać mentalności rozwodowej.” W Ojciec Święty Jan Paweł II, *O nierozzerwalności małżeństwa*, 63–71. Kraków: Wydawnictwo „M”, 2002.
- Jan Paweł II. *Mężczyznę i niewiastę stworzył ich. Odkupienie ciała a sakramentalność małżeństwa*, Kraków: Wydawnictwo AA, 2020.
- Jedna, Anna. *Sychar. Ile jest warta twoja obrączka? Książka dla pragnących kochać mimo wszystko*. Kraków: Wydawnictwo Fides, 2019.
- Katolik wobec rozwodu*. Warszawa, 2024.
- Knotz, Ksawery. *Zasłubiny w Bogu mężczyzny i kobiety*. Częstochowa: Edycja Świętego Pawła, 2015.
- Krakowiak, Czesław. *Sakrament małżeństwa. Historia – liturgia – teologia – praktyka pastoralna*. Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II, 2018.
- Litwińska-Rączka, Katarzyna. „Żyli długo i szczęśliwie...” *Zbliżenia* 5 (2011): 26–29.
- Matwijko, Anna. „Charyzmat pod prąd? Wspólnota Trudnych Małżeństw Sychar”. *Życie Duchowe* 117 (2024): 45–55.

- Mroczkowski, Ireneusz. „Ślubuję Ci wierność.” W *Miłość, wierność i uczciwość małżeńska. Przesłanie moralne Kościoła*, redakcja Krzysztof Jeżyna, Tadeusz Zadykowicz, 13–25. Lublin: Wydawnictwo KUL, 2006.
- Pius XII. *Małżeństwo na zawsze*. Sandomierz: Wydawnictwo Diecezjalne, 2023.
- Płużek, Zenomena, Aleksander Jacyniak. *Świat ludzkich kryzysów*. Kraków: Wydawnictwo WAM, 2006.
- Pyżlak, Grzegorz. *Małżeństwo jako sakrament. Studium z duszpasterstwa rodzin w świetle badań młodych małżonków diecezji siedleckiej*. Lublin: Wydawnictwo KUL, 2022.
- „Rekolekcje.” Dostęp: 28 czerwca 2024r., <https://sychar.org/rekolekcje/>
- Rucki, Mirosław. „Samowychowanie w kryzysie: propozycja dla Ruchu Wiernych Serc.” *PERSPECTIVA – Legnickie Studia Teologiczno-Historyczne* 1 (2019): 175–190.
- Rucki, Mirosław. „Program formacyjny Ruchu Wiernych Serc jako propozycja sposobu wyjścia z kryzysu.” *Teologia i Człowiek* 3 (2020): 179–196. DOI: 10.12775/TiCz.2020.045
- Salij, Jacek. *Sychar. Małżeństwo jest święte. Najlepsze wino na końcu*. Kraków: Wydawnictwo Fides, 2019.
- Skrzypczak, Robert. *Miłość warta obrączek. Jak zbudować małżeństwo na całe życie*. Gliwice: Fundacja Instytut Globalizacji, 2018.
- Sobczak, Aleksander. „Sakrament małżeństwa – krótki rys historyczny.” Dostęp: 24 marca 2025, <https://mateusz.pl/rodzina/as-malzenstwo.htm#p28>
- Tykowski, Sławomir. *Kryzys małżeński jako wyzwanie dla duszpasterstwa. Studium teologiczno-pastoralne*. Toruń: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, 2015.
- Wspólnota Trudnych Małżeństw „Sychar”*. Warszawa, Stowarzyszenie Trudnych Małżeństw Sychar, 2024.
- Zagrodzka, Alicja. „Jego ratunek jest zawsze możliwy.” *Głos dla Życia* 137 (2015) 6: 15–17.
- Zagrodzka, Alicja. „Powrót do sakramentalnego małżonka a dobro dziecka z niesakramentalnego związku.” W *Sychar. Znowu razem. Jak wrócić do sakramentalnego małżonka wychowując nieślubne dzieci? Świadectwa*, redakcja Andrzej Szczepaniak, 14–17, Kraków: Wydawnictwo Fides, 2019.
- Zatorski, Włodzimierz. *Kryzys małżeństwa?* Tyniec: Wydawnictwo Benedyktynów, 2018.
- Zięba, Marzena. „Co powiedział Pan Jezus Samarytance.” <https://sychar.org/co-powiedzial-pan-jezus-samarytance/> (dostęp: 25.03.2025).
- „12 kroków.” <https://sychar.org/12-krokow/> (dostęp: 28.06.2024).
- <https://sychar.org/pomoc-w-kryzysie/> (dostęp: 27.06.2024).
- <https://sychar.org/pomoc-w-kryzysie/literatura/> (dostęp: 27.06.2024).
- <https://sychar.org/przebieg-spotkania/> (dostęp: 27.06.2024).