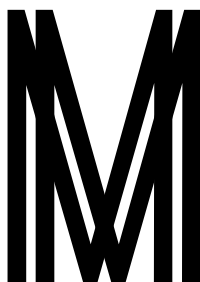


MI

męski_modlitewnik
Wydawnictwo Stacja7





męski_modlitewnik
Wydawnictwo Stacja7

Redakcja:

Aneta Liberacka

Korekta:

Mateusz Czarnecki

Projekt okładki i łamanie:

Agnieszka Kozioł

Koordynator projektu:

Andrzej Mitek

Teksty czytań i cytaty biblijne
pochodzą z: Pismo Święte Starego
i Nowego Testamentu.
Najnowszy przekład
z języków oryginalnych
z komentarzem (Biblia Paulistów)

Copyright by Fundacja Medialna 7

Za zgodą

*Kurii Metropolitalnej Warszawskiej
z dn. 24.11.2021/Nr 3570/D/2021*

ISBN: 978-83-962589-5-3

Wydawnictwo Stacja7
Wydanie I, Kraków 2021

Stacja7.pl

Złap pociąg do wiary

e- mail: redakcja@stacja7.pl

Fundacja Medialna 7

ul. Miodowa 17-19

00-246 Warszawa

Adres do korespondencji:

ul. Ostatnia 1C/B16

31-444 Kraków

Zamówienia:

+48 511 827 700

www.dobroci.pl

Rozważania

- ks. Piotr Rymuza
- ks. Kacper Nawrot
- ks. Karol Kostecki
- ks. Daniel Wiecheć
- ks. Sylwester Podgórski
- ks. Dariusz Talik
- ks. Kamil Falkowski
- ks. Michał Chmiel
- ks. Marcin Szatanek
- ks. Maciej Kornecki
- br. Piotr Stanisławczyk OFMConv
 - ks. Adam R. Prokop
 - ks. Marcin Lech
 - ks. Marcin Dąbrowski
 - ks. Karol Olczyk
- o. Łukasz Wiśniewski OP
- ks. Tomasz Romantowski
 - ks. Damian Jurczak
 - ks. Artur Juzwa
- br. Robert Wieczorek OFMCap
 - ks. Łukasz Libowski
- o. Tarsycjusz Bukowski OFM
- ks. Marcin Gołębiewski
- o. Tomasz Mikołajczyk CSsR
- o. Alojzy Garbarz OFM
- ks. Marek Koziełło MS
- ks. Łukasz Madej
- br. Mateusz Kaczorowski OFMCap
 - ks. Jakub Kozak
 - ks. Paweł Kulpiński
- ks. Marcin Filar
- ks. Sławomir Bednarek
- ks. kmdr por. SG Ryszard Preuss
- ks. Piotr Sękowski
- ks. Marcin Zieliński
- o. Tomasz Koperek CR
- o. Marek Krzyżkowski CSsR
- o. Anicet Piotr Gruszczyński OFM
- ks. Piotr Kłonowski
- ks. Krzysztof Pierzchała
- o. Fabian Łukasz Michałowski OFM
 - o. Cyriak Budzisz OFM
 - ks. Marek Ludwig
 - ks. Jan Schönthaler
 - ks. Paweł Ślawski
 - ks. Emanuel Polok
- br. Krzysztof Orzadowicz OFMCap
 - ks. Grzegorz Strząda
 - ks. Maciej Jaszczołt
 - ks. Krzysztof Nalepa
 - ks. Krystian Kitowski
- ks. Dariusz Klejnowski-Różycki
- br. Marcin Grec OFMCap
- br. Paweł Pelczar OFMCap
 - ks. Tomasz Wolnik
- br. Cordian Szwarz OFM
 - o. Tomasz Kalisz OP
 - o. Mariusz Balcerak SJ
- ks. Sebastian Sobkowiak MSF
- o. Celestyn Cebula OFM

Wstęp

Łaska opiera się na naturze. Co to znaczy? Bóg mógłby za nas przeżyć nasze życie, czynić nieustanne cuda a my moglibyśmy nawet nie ruszać się z miejsca. Skoro uzdrawiał, odpuszczał grzechy, rozmnażał chleb, to mógłby również za mnie skończyć pracę, wybudować dom, zrobić obiad, itp. Jednak z jakiegoś powodu tego nie robi. Pomaga nam w naszej codzienności, ale chce też naszego zaangażowania. Jego pomoc - to łaska, z kolei natura to już nasz wysiłek.

Choć teoretycznie jest nam to wszystko znane, to jednak w praktyce potrzebujemy ciągłego przypominania i motywowania się do wysiłku. Nieraz potrafimy zrobić wiele, żeby nie zrobić nic.

Książka, którą trzymasz w ręku, jest jednym ze sposobów zachęcania siebie do dobrego działania. Nie jest modlitewnikiem w tradycyjnym tego słowa znaczeniu. Konstrukcja rozważań jest prosta - każdy dzień ma swój cytat, rozważanie, krótką modlitwę i praktyczną wskazówkę do działania. Jeśli jest ja-

kieś słowo klucz do zrozumienia tej książki to jest nim na pewno słowo „konkret”. Wszystko jest tu konkretne – od rozważań, przez modlitwę aż do postanowienia. Bez napuszonego słownictwa, z częstym odwołaniem do popkultury i przede wszystkim konkretnych ludzkich problemów.

Rozważania i modlitwy pisali księża, konkretne wskazówki na każdy dzień pochodzą od męża i ojca. W ten sposób uzupełniają się dwa spojrzenia – świeckie i duchowne. Oba skoncentrowane na jednym przesłaniu: życie duchowe to życie z Bogiem w codzienności, oparte na konkretnych wyzwaniach i zadaniach.

ks. Przemysław Ćwiek

**Biada, kto daje Ojczyźnie pół duszy,
a drugie tu pół dla szczęścia zachowa.**

JULIUSZ SŁOWACKI

KONKRET: Służba wymaga postawy pokory. Przyjęcia, że w tym świecie nie jestem sam oraz nie wszystko kręci się wokół mnie i moich pragnień. Jednocześnie w służbie potrzeba jakiejś gotowości do bezinteresowności. Inaczej zamienia się ona w rodzaj najemnictwa, a to, co ważne, ustępuje temu, co się opłaca i jest w modzie. Są wartości, których trwałość jest zbudowana na ludzkiej gotowości do oddania i służby. Bez niej wolność, honor czy miłość byłyby tylko pięknymi słowami z utopijnych opowieści. Wzorem służby w porządku zbawienia jest dla nas Maryja, która całe swe życie oddała dla realizacji Bożej woli. Tak służyć, jak ona, może tylko ten, kto kocha.

MODLITWA: Panie Jezu, który bez wytchnienia, z miłością pochylałeś się nad każdym cierpiącym i potrzebującym, a w przeddzień Swojej Męki obmyłeś uczniom nogi, obdarz mnie taką wolnością serca, bym nie kalkulował i nie przeliczał, ale potrafił bezinteresownie służyć Tobie i wszystkim Twoim przybranym siostram i braciom, których postawisz dziś na mojej drodze.

— ks. Piotr Rymuza —

ZADANIE: Zrób dziś krótki rachunek sumienia na temat swojej służby. Czy służyysz? Komu? Robisz to bezinteresownie? Czy oddajesz coś z siebie innym?

WIĘCEJ: Film *Przełęcz ocalonych*

POŚWIĘCENIE

Dzień 2

**Przechodniu, idź i powiedz Sparcie,
żeśmy tu wszyscy polegli posłuszni jej prawom.**

SYMONIDES

KONKRET: Rok 480 p.n.e. Przesmyk termopilski. Leonidas, król Spartan, w obliczu zdrady postanawia ocalić większość greckiego wojska. Wybiera 300 najmężniejszych wojowników, do których dołącza jeszcze kilkuset innych. Walczą do samego końca. Giną wszyscy. Jednak poświęcenie Leonidasa i jego żołnierzy dało czas na wycofanie się pozostałych. Straty Greków wyniosły około 4 tys., natomiast Persów 20 tys. mężczyzn. Nasze życie to pasmo mniejszych lub większych bitew. Jako prawdziwi faceci musimy walczyć do końca. Musimy być zdolni do poświęceń, nawet jeśli to są najlepsze rzeczy w naszym życiu, a może czasem nawet własne życie. A po co? By ocalać innych. A kogo? Sam wiesz najlepiej, o kogo chodzi, pewnie nawet nie musisz się nad tym długo zastanawiać.

MODLITWA: Jezu, pomóż mi zawsze mężnie staczać moje duchowe i fizyczne walki. Nie pozwól, bym się kiedykolwiek poddał i wybrał siebie zamiast Ciebie i innych bliskich mi osób. Ucz mnie codziennie, jak ważne w życiu jest poświęcenie.

— ks. Kacper Nawrot —

ZADANIE: Nazwij najważniejsze bitwy, które powinieneś w tej chwili podjąć i wygrać. Bitwa o serce żony? Relacja z córką? Nałóg? Nieczystość? Nieróbstwo? Niedecyzyjność? Nadwaga?

WIĘCEJ: Film 300

**Masz wielki talent do milczenia, Watsonie.
To czyny z Ciebie nieocenionego kompana.**

ARTHUR CONAN DOYLE, *SHERLOCK HOLMES*

KONKRET: Milczenie w życiu duchowym nigdy nie może być celem samym w sobie. Nie wolno przecież pozbawiać człowieka tak wielkiego daru Bożego, jakim jest mowa, bez której nie ma ani apostołstwa, ani ewangelizacji. Milczenie wraz z modlitwą przygotowuje do prawdziwego apostołstwa. Ważne decyzje zawsze rodzą się w milczeniu. Jezus swoją działalność publiczną rozpoczął od czterdziestodniowego milczenia na pustyni. W opisie Pięćdziesiątnicy Apostołowie, po wspólnej modlitwie z Maryją, otrzymali dar języków a potem głosili Ewangelię całemu światu. Przez wieki w ciszy adoracji Najświętszego Sakramentu ludzie Kościoła doświadczali najpiękniejszych łask. Cisza dla chrześcijanina jest jak promienie słońca dla roślin. Bez kilku chwil ciszy w ciągu dnia twoje życie wewnętrzne uschnie. To tylko kilka chwil, a jak bardzo mogą pomóc.

MODLITWA: Panie, pomóż mi odnaleźć ciszę pośród hałasu codzienności. Naucz mnie, bym w mądrości życia potrafił więcej milczeć niż krzyżeć, więcej słuchać niż mówić. Udziel mi swego spokoju, który ogarnie cały mój: umysł, ciało i duszę. Amen.

— ks. Karol Kostecki —

ZADANIE: Przez 15 minut bądź w ciszy. Zadbaj o to, by nikt Ci nie przeszkadzał. Spokojnie obserwuj swoje myśli, bądź obecny i skupiony na teraźniejszości. Zobacz, co ta chwila Ci przyniesie.

**Nie mogę przez całe życie czuć się bezpieczny,
cały czas siedzieć w papuciach, cały czas odpoczywać.
Po pewnym momencie przebywania w domu
muszę wyjść, muszę zaryzykować, muszę pracować.
Muszę przyjść do tego domu zmęczony.**

JERZY KUKUCZKA

KONKRET: Jak łatwo jest pomylić szczęście z kanapą! Dobrobyt, bezpieczeństwo, Netflix i święty spokój jako cel naszych starań i marzeń... Jak mówił papież Franciszek w 2016 roku w Polsce: „Kanapa sprawiają, że zostajemy zamknięci w domu, nie trudząc się ani też nie martwiąc. (...) A gdy wybieramy wygodę, myśląc szczęście z konsumpcją, wówczas cena, którą płacimy, jest bardzo i to bardzo wysoka: tracimy wolność”. Tymczasem Bóg czeka poza strefą komfortu i pełnej kontroli. Spotkasz Go w drodze. Zapytaj siebie słowami papieża: Czy chcesz być ośpały? Czy chcesz, żeby inni decydowali o Twoim życiu? Czy może chcesz być wolny? Rozbudzony? Walczący o swoją przyszłość?

MODLITWA: Ojcze, postanawiam dziś wyjść w domu. Porzucam wygodę, a Ty pomóż mi zrobić pierwszy krok. Wypowiem teraz przed Tobą, co jest moją kanapą-szczęściem.

— ks. Kacper Nawrot —

ZADANIE: Zrób dziś lub zaplanuj jedną aktywność, która wyprowadzi Cię poza wygodną strefę bezpieczeństwa i komfortu.

Dokończ to, co zacząłeś, wywiąż się ze zobowiązań, które przyjąłeś, spełnij obietnice, które dałeś – a wtedy jednocześnie Twoja podświadomość i świadomość będą usatysfakcjonowane i spowodują, że poczujesz się spełniony i dowartościowany.

JOHN ROGER

KONKRET: Słowa mają wartość, czasem nawet mają moc. Zbyt często wypowiadamy wiele niepotrzebnych słów. Są słowa, o których zapominamy, są słowa puste, ale są też takie, które wpływają na świat, nawet zmieniają rzeczywistość, np. słowa wypowiadane podczas udzielania sakramentu. Niestety można co innego mówić, a co innego myśleć. Choć słowa powinny być wypowiedzeniem myśli, to często stają się okazją do oszustwa i manipulacji. Dlatego aby nasze słowa nie były daremne, aby można było nam zaufać, potrzeba wzmocnić to, co wypowiadamy. Z tego biorą się przyrzeczenia. Czasami złożenie przyrzeczenia jest jedynym sposobem, by zwrócić uwagę na wartość wypowiadanego słowa.

MODLITWA: Panie Jezu, proszę Cię, abym był oszczędny w słowach, ale jednocześnie abym dotrzymywał wypowiedzianego słowa. Niech moje słowa nie będą puste, ale niech dają umocnienie innym. Ty masz słowa życia wiecznego. Ty żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

ZADANIE: Namierz i wypisz wszystkie kompromisy, w których (może już z przyzwyczajenia) myślisz jedno, a mówisz drugie, i zlikwiduj je.

**Bo kto przysięgę naruszy, Ach, biada jemu, za życia biada!
I biada jego złej duszy!**

ADAM MICKIEWICZ

KONKRET: Ile razy w życiu przysięgaliśmy? Na wszystko, co tylko przyszło nam do głowy. Ale czy dotrzyaliśmy danego słowa? Niestety nasze obietnice, składane śluby, wypowiedane słowa coraz mniej znaczą. Potrzeba wielkiej pracy nad sobą, cierpliwości i pokory. Niech słowa, które wypowiadasz, zaczną nabierać sensu i będą przez ciebie poważnie traktowane.

MODLITWA: Boże, który prowadzisz mnie w życiu. Proszę, dopomóż mi wiernie realizować moje przysięgi, które składam Tobie i moim bliskim.

— ks. Daniel Wiecheć —

ZADANIE: Jakie przysięgi Ciebie obowiązują? Jesteś im wierny? Jakie przysięgi i zobowiązania chciałbyś w życiu świadomie podjąć?

**Piękna kobieta podoba się oczom, dobra kobieta – sercu.
Pierwsza jest klejnotem, druga – skarbem.**

NAPOLEON BONAPARTE

KONKRET: Współcześnie jednym z ważniejszych problemów jest chęć podobania się, pragnienie bycia pięknym w kulturowym, cywilizacyjnym i biologicznym aspekcie życia. To oczywiste, że kobieta była i jest obiektem zainteresowania od początków istnienia ludzkości na ziemi. Jej piękne ciało, jak i umysł stanowią obiekt zaciekawienia, ale na przestrzeni wieków kanon piękna bardzo często się zmieniał, a każda z epok posiadała własny ideał piękna. Pamiętajmy, że każdy troszczy się o wygląd zewnętrzny, ale on, jak wszystko co ziemskie... przemija, a wewnętrzne dobro jest skarbem na wieki. Jaki sens ma zabieganie o to, co trwa chwilę? Zabiegajmy o wieczność! Zabiegajmy o piękno wewnętrzne!

MODLITWA: Panie Jezu, proszę Cię, abym potrafił wybierać sercem i wyzbył się takiej pożądlivosti cielesnej, która prowadzi do rany i grzechu. Niech moje oczy nie zatracają się w ułudzie cielesnej, a w dobroci serca.

— ks. Sylwester Podgórski —

ZADANIE: Poświęć pięć minut na refleksję: Pragnienie i pożądanie, zwracanie się ku pięknu kobiet nie jest niczym złym. Jest dobre i wynika z natury męczyzny – takim stworzył nas Bóg. Możemy jedynie zrobić z tego zły bądź dobry pożytek.

**Zostałeś stworzony na podobieństwo Boga jako mężczyzna. On celowo dał ci dzikie, odważne, pełne pasji serce i zachęca cię, abyś prowadził życie, do jakiego zostałeś stworzony...
życie mężczyzny groźnego w naprawdę dobry sposób.**

JOHN ELDREDGE

KONKRET: Jeden z najtrudniejszych widoków: mężczyzna znudzony, z pilotem w rękę bezwiednie przerzucający kanały TV, wstający ciągle za późno... miejmy odwagę wprost to nazwać, tak jak Chrystus nazwał w Ewangelii: po prostu gnuśny! Zakopany talent życia! Jeden z najpiękniejszych widoków, wręcz majestatycznych widziałem kiedyś w Tatrach, na Orlej Perci – ojciec krok po kroku, z uwagą i radością, uczył swoją dwunastoletnią córkę wspinaczki! Mężczyzna, który chodzi po górach, czyta mądre książki, eksperymentuje, tłumaczy z pasją dzieciom, na czym polega fenomen wiary w Boga... piękny widok! Fascynuje mnie przyjaźń Jerzego Ciesielskiego i Karola Wojtyły, mężczyzn, którzy tak rozwijali swe pasje sportowe, naukowe i duchowe, że miało się wrażenie, iż każda minuta jest dla nich cenna, by jeszcze bardziej cieszyć się życiem. Mieli plan na siebie, uwielbiali planować swój czas do tego stopnia, że wiedząc o półgodzinnej przerwie między zajęciami, brali do plecaka książkę, którą przy kawie mieli zamiar przeczytać, albo słownik, by powtórzyć kilka słówek francuskiego. A przy tym wszystkim znajdowali czas na kawę, dobre rozmowy, zabawę, kajaki... Jezus – mężczyzna pasji i wizji, Homo Viator, człowiek wędrówki.

MODLITWA: Chryste, moje serce jest kuszone, by wiele sobie odpuścić, kuszone, by uwierzyć, że niewiele mogę, niewiele potrafię, niewiele jestem w stanie zrobić. Panie, chroń mnie przed pułapką tak zwanego świętego spokoju, który w efekcie moje życie pogrąży. Proszę o serce pokorne, ale decyzyjne, odważne, stanowcze, abym miał pomysł na siebie, a przez mądre rozwijanie talentów i dobrze wykorzystany czas mógł cieszyć się świętym pokojem! Amen.

— ks. Dariusz Talik —

ZADANIE: Zaplanuj jeden dzień w tym tygodniu tak, abyś wykonał trzy zadania, które od dawna odkładasz na potem...

Strzeż mnie jak źrenicy oka.

PS 17,8

KONKRET: Każdy mężczyzna chce być silny, sprawny i sprawczy. Szlachetnym sercem i umięśnioną ręką ochraniać bliskich. Jednak każdy z nas chce mieć miejsce, w którym czuje się też bezpiecznie. Nie chodzi o tymczasowe schronisko, jak na górskim szlaku, lub pod namiotem. Takim miejscem powinien być dom – solidnie zbudowany i dobrze urządzony. Dom tworzą relacje z rodziną i gośćmi. Do takiego miejsca chce się wracać po pracy, za takim domem się tęskni. Jaki jest mój dom? To pytanie nie dotyczy tylko porządku i estetyki (choć może też warto o tym pomyśleć).

MODLITWA: Panie, strzeż mnie i mojego domu. Wraz z całą rodziną chcę Tobie służyć. Daj mi pewność, że jesteś przy mnie i przy Tobie mogę czuć się bezpiecznie. Trzymasz rękę na moim ramieniu w geście wsparcia, podtrzymania równowagi, ale też po to, by mną potrząsnąć, gdy myślę o zrobieniu jakiejś głupoty. Dziękuję Ci za schronienie, które mi zapewniasz.

— ks. Kamil Falkowski —

ZADANIE: Zadbaj dzisiaj o swój dom. Wybierz jedną, najpilniejszą czynność. Zdecyduj, czy Twojej uwagi w pierwszej kolejności potrzebuje dom fizyczny, czy dom bezpieczeństwa, relacji i miłości w rodzinie.

**Ojcem jest ten, kto we mnie zrodził
poczucie wartości.**

KS. KRZYSZTOF GRZYWOCZ

KONKRET: Ojcostwo to najbardziej podstawowe i fundamentalne doświadczenie mężczyzny. Nosisz w sobie rysy swojego ojca i powołany jesteś do tego, by być ojcem. Wielka sprawa! Może masz dobre doświadczenie ojcostwa – dziękuj Bogu! A może czytając te słowa, rodzi się w Tobie bunt i odzywają się rany przeszłości... Nic straconego! Wciąż możesz odkryć swoje ojcostwo. Ono jest w Tobie – dał Ci je Bóg i to On może je oczyścić, uszlachetnić. On pragnie, byś odkrył swoją wielką wartość i pomagał odkrywać ją w innych. On przecież jest Ojcem. Najlepszym.

MODLITWA: Ojcze, Abba – Tatusiu... Bądź uwielbiony w darze ojcostwa, który otrzymałem. Wspieraj mnie, abym go odkrył i jak najlepiej wykorzystał. Bym rodził w innych poczucie wartości, dobra i piękna!

— ks. Michał Chmiel —

ZADANIE: Docień kogoś, pokaż mu jego dobrą cechę, zdolności, piękno. Daj komuś akceptację. Bądź ojcem w małych rzeczach.

**Ochrona chłopca przed wszystkim,
co niebezpieczne, osłabia go.**

JOHN ELDREDGE, „DROGA DZIKIEGO SERCA”

KONKRET: Rodzice, opiekunowie, nauczyciele i wychowawcy wiedzą, że aby ukształtować człowieka, potrzebuje on nie tylko wiedzy, ale przede wszystkim doświadczenia. Powinien umieć to, co otrzymał wykorzystać. Wiedzieć, jaką podjąć decyzję. W jaki sposób podnieść się z życiowych dołów i pułapek. A wiemy, że nie jest to łatwe. Początek naszego życia jest pełen troski i opieki. Czasami ten okres się wydłuża i zamiast samodzielności, otrzymujemy strach i lęk przed tym, co niebezpieczne. Może czas to zobaczyć i zawalczyć o siebie...

MODLITWA: Panie, zostawiam Ci niemoc, którą otrzymałem w początku mego życia. Proszę Cię o dar odwagi i męstwa, by ruszyć w pełni życia i mojego powołania.

— ks. Marcin Szatanek —

ZADANIE: Czy jest takie doświadczenie, którego nie było Ci dane przeżyć, a którego bardzo potrzebujesz? Jeśli masz dzieci: przed jakimi doświadczeniami je niepotrzebnie ochraniasz?

Dziewczynka wymaga ojca, przede wszystkim ojca do tego, by on jej pokazał, kim jest mężczyzna.

DR WANDA PÓŁTAWSKA

KONKRET: Jeśli masz córkę, to chłopie, zrób wszystko, żeby miała najlepszego tatę na świecie. Mów jej czasami, że pięknie wygląda, interesuj się tym, co się działo w szkole. Weź ją czasami na zakupy. Zamów u jubilera bransoletkę z napisem: „Nie zapomnij o swoim pięknie. Tata”. Podaruj jej, gdy będzie dorastać. Nie poniżaj jej przed koleżankami. Rób wszystko, żeby być dla niej oparciem. Gdy przyniesie świadectwo z paskiem na koniec roku szkolnego, to szczerze pogratuluj, a nie szydź, że jest kujonem. Pierwsze piwo niech wypije z Tobą. Ucz ją szacunku do samej siebie. Puszczaj ją pierwszą w drzwiach. I jeszcze jedno... niech córka widzi, jak z szacunkiem i miłością traktujesz swoją żonę.

MODLITWA: Panie, chcę być dobrym tatą. Daj mi tę łaskę.

— ks. Maciej Kornecki —

ZADANIE: Dzisiejsze rozważanie podpowiada Ci masę konkretnych do zrobienia. Wybierz jeden albo wymyśl inny, w którym okażesz miłość swojej córce.

Dzielna kobieta jest koroną męża...

PRZ 12,4A

KONKRET: Potrzebny jest Ci nieustanny rozwój. To droga, na której dorastasz do bycia dojrzałym mężczyzną; zdolnym, aby kochać i chronić swą ukochaną. Musisz jednak przejść przez wiele prób i przeciwności, niejednokrotnie znosząc ból i cierpienie. Dojrzewając – przyjmujesz postawę ciągłego nawracania się. Od Jezusa uczysz się, jak kochać i jak być za kogoś odpowiedzialnym. W takim klimacie, przy twoim boku, twoja ukochana może się rozwijać. Słuchasz i akceptujesz ją – taką jaka jest. Od ciebie otrzymuje siłę, jaką jest męstwo; staje się dzielną kobietą. Przy tobie może doświadczyć, że jest ukochaną córką Stworzyciela. Przy niej – dla kobiecego świata – stajesz się wyraźnym znakiem obecności Ojca.

MODLITWA: Boże Ojcze, udziel mi mądrości, abym potrafił kochać. Panie Jezu Chryste, ucz mnie, jak oddawać życie za tą, którą mi powierzasz. Duchu Święty, udziel mi daru męstwa i wytrwałości, aby przeciwności nie zmąciły mej wiernej miłości. Niech dary, które mi dajesz, wniosę w świat mojej ukochanej. Amen.

— br. Piotr Stanisławczyk OFMConv —

ZADANIE: Twój rozwój i ciężka praca nad sobą to najlepszy prezent, jaki możesz dać ukochanej. Jak się teraz rozwijasz? Nad jakim aspektem siebie pracujesz? Jaką wiedzę i umiejętności zdobywasz? Określ jeden konkretny cel w tej pracy i rozwoju i zaplanuj jego realizację.

**Przyszłość Polski zależy od was. I musi od was zależeć!
To jest nasza ojczyzna! To jest nasze być i nasze mieć!**

ŚW. JAN PAWEŁ II

KONKRET: Kiedy spoglądamy na mapę wędrówki żołnierzy gen. Andersa, zdumiewa podjęty przez nich wysiłek, aby wrócić do Polski. Szlak wiodący przez 16 tysięcy kilometrów został oznaczony wybudowanymi przez nich kaplicami, miejscami toczonych walk i cmentarzami poległych. Tęsknili za ojczyzną; za tym skrawkiem ziemi, gdzie był ich rodzinny dom. Podążali do miejsca, gdzie przyszli na świat, gdzie dorastali, skąd pochodzili ich rodzice i przodkowie. Patrzymy na nich i możemy być dumni, że jesteśmy Polakami. Twoja ojczyzna to historia, kultura, tradycje oraz religia twojej rodziny i twego narodu. To twoje miejsce. Kiedy dbasz o ten ten skrawek ziemi, stajesz się patriotą. W sposób naturalny zaczynasz poznawać swój kraj, troszczyć się o środowisko i o wspólne rzeczy, stajesz się rzetelnym pracownikiem i uczciwym pracodawcą... W różnych zakątkach tego świata zostawiasz ślad miłości do ojczyzny. Patrząc na siebie, można być dumnym, że jest się Polakiem.

MODLITWA: Boże, dziękuję Ci, że jestem Polakiem. Proszę Cię, kształtuj we mnie ducha honoru, abym był dumny z mojej ojczyzny, dbał o nią i nigdy nie zaparł się wiary w Ciebie. Niech moja wierność Polsce przypomina mi, że ostateczną ojczyznę mam w niebie. Amen.

— br. Piotr Stanisławczyk OFMConv —

ZADANIE: Jak dbasz o Ojczyznę? Weź kalendarz i zaznacz dzień, w którym zrobisz coś dla Niej: wywieszenie flagi, wzięcie udziału w święcie patriotycznym, udanie się na wybory, podjęcie służby społecznej, zbudowanie w najbliższych dumy z własnych korzeni, opowiedzenie jakiegoś wydarzenia z historii Polski...

Twoje serce jest wolne. Miej odwagę za nim podążać.

MALCOM WALLACE

(bohater filmu: „*Waleczne serce*”)

KONKRET: Znana indiańska legenda głosi, że wewnątrz każdego z nas toczy się straszna walka. Walczą dwa wilki. Jeden reprezentuje złość, zazdrość, strach, chciwość, uzalanie się nad sobą, kompleksy, urazę, poczucie niższości, nieczystość i zemstę. Drugi związany jest z dobrocią, radością, pokorą, pokojem, akceptacją, hojnością, wiarą, prawdą i dobrym nastawieniem. Który wilk wygrywa? Ten, którego będziesz dokarmiał. Każdy nasz uczynek dojrzewa najpierw w sercu.

MODLITWA: Duchu Święty, daj mi cierpliwość i pokorę, abym widział, co się dzieje w moim sercu. Pobudzaj moją wdzięczność, abym potrafił cieszyć się z dobra, które kiełkuje i rośnie w sercu. Wzmacniaj moją wytrwałość, żebym usuwał nasienie zła z mojego serca – zanim jeszcze nie jest za późno. Jezu cichy i pokornego serca – uczyn serca nasze według serca Twego. Amen!

— ks. Kamil Falkowski —

ZADANIE: Dokarmiaj dzisiaj dobrego wilka, a odmów pożywki złemu. Pomyśl o tym, ale przekuj to w czyny.

Opanuj swój umysł albo on opanuje Ciebie.

HORACY

KONKRET: Nauki ścisłe oraz przyrodnicze uzurpują sobie prawo do wyłącznej racjonalności. Ich sukcesy na płaszczyźnie rozwoju świata wirtualnego, zaawansowanej medycyny, tudzież innych nowoczesnych udogodnień ugruntowują ich wiarygodność. Zawężają przy tym, nierzadko w zakamuflowany sposób, perspektywy bycia człowiekiem. Dzięki matematyce powstać może nie tylko program informatyczny, ale też kompozycja muzyczna. Słowa mogą tworzyć więcej aniżeli instrukcje obsługi, na przykład poezję. Bycie mężczyzną to więcej niż wypadkowa anatomii, genetyki oraz socjologii. Należy swobodnie korzystać z tych nauk jako dogodnego narzędzia, podobnie też trzeba traktować posługiwanie się umysłem. Ale życie to więcej niż racjonalność.

MODLITWA: Boże Ojczy, który nie jesteś filozoficzną jednością, ale Bogiem żywym i prawdziwym, spraw, abym odkrył w swoim życiu nie tylko skarby ciała i umysłu, proszę, by były one przepełnione duchem, tchnieniem, którym ożywiłeś proch ziemi, abym stał się osobą żyjącą na Twoje podobieństwo.

— ks. Adam R. Prokop —

ZADANIE: Czy masz w głowie myśli, które być może często wracają, ale ci nie służą? Dzisiaj zrób dwie rzeczy: zauważ zbędne myśli, a następnie spokojnie pozwól im odejść. Uchwyc trzy momenty odpłynięcia w rozmyślania i powróć do najważniejszego Teraz – tu dzieje się życie.

**Im większa moc i potęga,
tym łagodniejsze niech będzie serce.**

ŚW. AUGUSTYN Z HIPPONY

KONKRET: Cierpliwość wiąże się z oczekiwaniem. Im dłużej trzeba czekać, tym bardziej jest ona potrzebna. A warto czekać, ponieważ czekanie jest ono jedynym pewnym sposobem odkrywania przyszłości. Etymologicznie słowo „cierpliwość” wywodzi się od słowa „cierpienie”. Gdy nasze marzenia, plany, nadzieje i pragnienia nie spełniają się, wówczas cierpimy. Cierpliwość więc dotyczy tego, czego jeszcze nie ma. Wytrwałość z kolei dotyczy tego, co trwa, ale wydaje się zbyt wymagające, by wytrwać. Cierpliwość jest potrzebna szczególnie w relacjach z Bogiem. Modlimy się, a być może nie otrzymujemy. Musimy czekać – Bóg zna czas wypełnienia się naszych prośb, o ile zgodne są z Jego wolą.

MODLITWA: Panie Jezu, jak sam powiedziałeś, mamy modlić się nieustannie, a ten, kto prosi, otrzyma. My jednak nie znamy Twoich myśli i Twoich dróg. Proszę Cię, abym był cierpliwy, szczególnie wtedy, gdy widząc zło, nic nie będę mógł zrobić, aby je powstrzymać, a jedyne, co pozostanie, to bierne przyglądanie się. Proszę, bym w takiej sytuacji nie załamiał się, ale cierpliwie czekał, aż minie. Ty jesteś Panem, bo Ty żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

ZADANIE: Jeśli chcesz daru cierpliwości w rzeczach wielkich, zacznij od małych. Dziś cierpliwie i spokojnie wytrwaj w kolejce, w korku, w konkretnej sytuacji, która będzie tego wymagać.

Jako osoba skoncentrowana na zasadach starasz się oceniać sytuację niezależnie od emocji, jakie wywołuje, oraz od innych czynników mogących wpływać na twoją decyzję.

STEPHEN COVEY

KONKRET: Uczucia dużo o nas mówią, a nam z kolei często trudno jest mówić o własnych uczuciach. Łatwiej uświadomić sobie, jak się w danej chwili czujemy, niż co czujemy. Nierzadko mamy problem z nazywaniem swoich uczuć. Pan Bóg mówi do nas nie tylko przez wydarzenia, czy nasze myśli, ale także przez nasze uczucia. Jeśli z czymś czujemy się źle, to może być to znak, że niewłaściwie wybraliśmy, niezgodnie z wolą Boga. Uczucia nie są grzechem, bo nie zależą od naszej decyzji. Jednak możemy je wykorzystać do dobra lub do zła. Święty Ignacy Loyola zachęcał do badania swoich uczuć. Zauważył, że kiedy zajmował się sprawami światowymi, odczuwał przyjemność, ale kiedy przestawał się nimi zajmować, czuł smutek. Natomiast gdy myślał o wielkich dziełach świętych ludzi, czuł przyjemność nie tylko, gdy o tym myślał, ale również wówczas, gdy przestawał. To doświadczenie stało się dla niego bodźcem do tego, by na podstawie uczuć rozpoznawać wolę Bożą.

MODLITWA: Panie Jezu, daj mi odwagę, bym otwierał się przed innymi ludźmi i opowiadał im o tym, co przeżywam, bym niczego nie ukrywał, ale potrafił dzięki poznawaniu własnych uczuć właściwie wybierać. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

ZADANIE: Zatrzymaj się kilka razy i nazwij swoje uczucia. Złap kontakt ze swoim wnętrzem. Co czujesz? Ekscytację, stres, gniew, spokojną radość? Świadomie zdecyduj, czy chcesz postąpić zgodnie ze swoim uczuciem, czy pomimo niego zrobić coś innego.

Bądź uprzejmy, lecz stanowczy.

ROLFE KERR

KONKRET: Obecnie nawet dzieci chcą mieć stanowcze poglądy, a bezkompromisowość u dorosłych nadaje ich wypowiedziom powagę i prawdziwość. Coraz częściej lubimy mówić konkretnie i stanowczo, ponieważ chcemy, aby nasi słuchacze byli przekonani, że jesteśmy odważni, mamy zdanie i silny charakter. Łatwo wypowiadać puste frazesy, ale trudniej przed wygłoszeniem opinii zastanowić się, czy aby na pewno mamy rację. Często kompletnie nieosiągalne dla wielu jest uświadomienie sobie, że wypowiedzane przekonania mogą być krzywdzące lub szkodliwe dla bliźnich. Stanowczość nie jest złą cechą, tak samo jak mowa sama w sobie nie jest złem, ale problemem jest fakt, że im mniejsza jest nasza wiedza, tym mniejszą mamy świadomość, iż możemy się mylić i świadomie lub nie krzywdzić innych. Któż z nas przynajmniej raz podczas dyskusji nie przyjął sprzeciwu wobec głoszonej tezy, a dopiero po pewnym czasie uświadomił sobie, że nie miał racji?

MODLITWA: Panie pomóż mi panować nad słowami, które wypowiadam, oby zawsze głosyły Twoją chwałę.

— ks. Sylwester Podgórski —

ZADANIE: Dwa zadania: 1. zabierając głos, zastanów się, czy masz coś wartościowego do powiedzenia. 2. Zabierz głos w istotnej sprawie, w której do tej pory pozostawałeś bierny.

I będę wam Ojcem, a wy będziecie moimi synami.

2 KOR 6,18

KONKRET: Nikt nigdy wcześniej nie był ojcem – bycia ojcem nie da się nauczyć „na sucho” lub teoretycznie. Zawsze naśladujemy przykłady innych ojców – najczęściej naszych. Mogą to być przykłady mniej lub bardziej doskonałe. Istnieje jednak jeden jedyny Ojciec, który jest w niebie, Ten, który jest miłosierny i święty, który nas kocha, który od nas wymaga. Jedynie doświadczając Jego ojcostwa, każdy z mężczyzn może rzeczywiście stać się dobrym ojcem. Ale aby tego doświadcząć, trzeba najpierw stanąć przed Bogiem jak dziecko i takim rzeczywiście być w relacji z Nim.

MODLITWA: Boże, Ojcze nasz, błagam Cię, abym zawsze czuł się wobec Ciebie dzieckiem: ufał Ci, kochał Cię i dał Ci się wychować. Spraw, abym doświadczając Twej opieki i miłości, sam stawał się ojcem dla tych, których mi powierzyłeś. Pomóż mi, aby moje dzieci, widząc mnie, mogły lepiej rozumieć, jak dobrym Ojcem jesteś Ty, Ojcze niebieski.

— ks. Marcin Lech —

ZADANIE: Czy będąc dorosłym i odpowiedzialnym, czuję się wciąż dzieckiem Bożym? Jak wygląda moja relacja z Bogiem: czy traktuję Go rzeczywiście jak Ojca?

**Aby mężczyzna mógł odzyskać pragnienie swojego serca,
musi oderwać się od zgiełku i szaleństwa
codziennego życia i spędzić trochę czasu z własną duszą.
Musi udać się na odludzie, do ciszy i samotności.
Pobyć samemu ze sobą i pozwolić, aby to, co tkwi
głęboko w jego wnętrzu, wydostało się na powierzchnię.**

JOHN ELDREDGE

KONKRET: Kościół zachęca, by poznawać siebie, by robić rachunek sumienia. Mamy poznawać nie tylko nasze czyny, ale też ich motywacje. Nie jest to możliwe, jeśli jesteśmy wewnętrznie nieuporządkowani, a także jeśli większość życia spędzamy w zewnętrznym zgiełku. By zapewnić sobie komfort ciszy i wynikającego z niej skupienia musielibyśmy chyba zamknąć się w klasztorze. Wiemy jednak, że nawet jeśli byłoby to możliwe, to tylko na krótki czas. Prawda jest taka, że jesteśmy zanurzeni w sprawy tego świata – one nas pochłaniają, a my często po prostu nie wyobrażamy sobie, by je zostawić; chcemy być aktywni, chcemy dążyć do sukcesu i do zysku. I w ten sposób zewnętrzne zabieganie i hałas powodują, że wewnątrz nas jest podobnie. Wyjście ze zgiełku świata jest warunkiem koniecznym podjęcia refleksji nad własnym życiem, jest również koniecznym warunkiem racjonalnego myślenia i oceny rzeczywistości. Pozostawienie zgiełku za sobą jest koniecznym warunkiem modlitwy.

MODLITWA: Panie Jezu, daj mi mądrość potrzebną do opanowywania bodźców tego świata, bym pośród jego zgiełku znajdował czas na rozmowę z Tobą. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

— ks. Marcin Dąbrowski —

ZADANIE: Przyjacielu, świat i otaczająca nas przyroda to dar od Boga. Podaruj sobie 30 minut, może kilka godzin, może dzień obcowania w ciszy z dziką naturą. Spacer do lasu? Wyprowadzenie w góry? Wędkowanie nad jeziorem? Ty decydujesz.

Nie zostawiłem tutaj żadnego dziedzica
// Ani dla mojej lutni – ani dla imienia –
// Imię moje tak przeszło, jako błyskawica,
// I będzie jak dźwięk pusty trwać przez pokolenia.

JULIUSZ SŁOWACKI

KONKRET: Mówi się, że prawdziwy mężczyzna powinien spłodzić syna, wybudować dom i zasadzić drzewo. Co pozostawisz po sobie? Może wiele rzeczy materialnych, które nie będą miały za chwilę żadnej wartości. Może dzieci? Ale z czym je zostawisz, co im przekażesz? Czy dajesz im poczucie bezpieczeństwa, wartości i miłości? Co robisz, by Twoje dzieci czy Twoje dziecko było człowiekiem? Jeśli nauczysz je kochać Boga i każdego człowieka, to Twoje życie nie będzie „zmarowane”, choćbyś nic więcej im nie zostawił po sobie.

MODLITWA: Panie, niech egoizm, ambicja i złość nie zwiódą mnie z drogi miłości. Daj im siłę, abym potrafił sprzeciwiać się złu. Daj im siłę, aby dobro było zawsze jedynym motorem mojego działania.

— ks. Karol Olczyk —

ZADANIE: Poświęć swoim dzieciom – biologicznym, duchowym bądź przybranym – godzinę wyłącznej, skoncentrowanej obecności i uwagi. I powiedz im, że je kochasz.

**Nie pomogę Ci nieść pierścienia.
Ale mogę ponieść Ciebie. W drogę!**

SAMWISE GAMGEE DO FRODA

Władca Pierścieni, John Ronald Ruel Tolkien

KONKRET: Pewnie wiele razy spotkałeś się z czyimś cierpieniem, chorobą, bezradnością, problemami. Szlachetne męskie serce będzie miało w sobie pokusę buntu wobec tych doświadczeń. Będzie chciało wziąć ten ciężar na siebie. Jednak bolesne jest to, że to niemożliwe. „Każdy ma swój krzyż” – banalne zdanie, ale do głębi prawdziwe. Co więc możesz zrobić? Być obecnym przy czyimś cierpieniu i trudnościach, wysłuchać, wesprzeć, pozwolić drugiemu mądrze przeżyć swoje doświadczenie. To wielka sztuka, która nazywa się przyjaźń.

MODLITWA: Jezu, niech moje serce nie wypełnia się buntem i zgorzknieniem, ale cierpliwością i hojną miłością wobec cierpiących i potrzebujących. Daj mi zrozumienie, że bycie przyjacielem to nie przeżywanie życia za kogoś, ale razem z nim.

— ks. Michał Chmiel —

ZADANIE: Zastanów się, czy ktoś dziś nie potrzebuje twojej obecności, rozmowy, pomocy – twojej przyjaźni. Zapewne ktoś taki jest. Serce podpowie Ci, co masz zrobić!

Mistyczna więź braterstwa czyni wszystkich mężczyzn braćmi.

THOMAS CARLYLE

KONKRET: „Człowiek nie jest sam, żyje z drugimi, przez drugich, dla drugich.

Cała ludzka egzystencja ma właściwy sobie wymiar wspólnotowy – i wymiar społeczny” – te słowa św. Jana Pawła II stają się dla nas drogowskazem na życiowej drodze. Być solidarnym to znaczy wspierać, budować, szanować, odważnie opowiadać się za drugim człowiekiem i jego losem. Ważną cechą każdego mężczyzny jest jego solidarność, wyrażająca się w braterstwie. Czy nie uciekam do tego, co wygodne w życiu? Czy potrafię realizować słowa św. Pawła: „Jeden drugiego brzemiona noście”.

MODLITWA: Dobry Boże, niech w moim życiu wypełnia się Twoja wola. Wybaw mnie od nienawiści i braku solidarności z moimi najbliższymi. Ocal mnie od pogardy wobec drugiego człowieka i prowadź zawsze drogą przykazania miłości.

— ks. Daniel Wiecheć —

ZADANIE: Odszukaj dziś swojego przyjaciela i brata. Podziel jego radości i wyzwania, a następnie pójdźcie i zróbcie coś razem.

**Okazja do braterstwa pojawia się za każdym razem,
gdy spotykasz człowieka.**

JANE WYMAN

KONKRET: Święty Cyprian mawiał, że „jeden chrześcijanin to żaden chrześcijanin”, gdyż nie można być uczniem Chrystusa samodzielnie. Powołanie chrześcijańskie jest zawsze dwukierunkowe: do życia z Bogiem, od którego pochodzi nadprzyrodzone Życie, i do życia we wspólnocie wiary, która jest właściwą przestrzenią wzrostu w Bożym życiu. Dlatego przykazanie miłości Boga i bliźniego jest jednym przykazaniem. Bliskość z Bogiem prowadzi naturalnie do siostrzanej i braterskiej wrażliwości, gotowości społecznego i kościelnego zaangażowania. Troska zaś o drugiego człowieka, wrażliwość na jego potrzeby i biedy pozwala odkrywać w nim Chrystusową twarz.

MODLITWA: Duchu Święty, scalaj w jedno wspólnotę uczniów Chrystusa; wzbudź wielość charyzmatów, którymi będziemy sobie nawzajem służyli; prowadź do przebaczenia, gdy jako Boże dzieci występujemy przeciw sobie; wskazuj Prawdę, którą będziemy odkrywać i wokół której będziemy się jednoczyć; rozpalaj ducha żywej wiary i misji, byśmy jako wspólnota Kościoła byli autentycznymi świadkami Boga.

— o. Łukasz Wiśniewski OP —

ZADANIE: Zastanów się, jak wygląda twoja troska o Kościół – wspólnotę wiary, o twoje siostry i twoich braci? Jakie podejmiesz konkretne działania, by ją współtworzyć?

**Tak więc nie jesteś już niewolnikiem, lecz synem,
a jeśli synem, to i dziedzicem z woli Boga.**

GA 4,7

KONKRET: Czy zastanawiałeś się nad tym, jaka jest twoja prawdziwa tożsamość? Bóg pragnie ci przypomnieć, że niezależnie od wszystkiego – jesteś jego dzieckiem, na które patrzy On z wielką dumą. Jezus swoją śmiercią zapłacił za wszystkie twoje grzechy. Nie musisz zasługiwać na Jego uznanie, szukać okazji na wyjątkową łaskę od Boga albo martwić się, że On o tobie zapomni, jeśli sam nie zawalczysz o swoje. Jesteś dziedzicem wszystkiego, co ma Bóg, więc od dziś nie żyj już z poczuciem straty, zmarnowanego życia, ciągłej potrzeby udowadniania sobie, innym, a nawet Bogu, jaki jesteś. Podnieś dziś głowę wysoko, z dumą i powiedz: „Jestem Synem Boga, a Tata niczego mi nie odmówi”.

MODLITWA: Boże, nie daj mi nigdy zapomnieć, jak cenny jestem w Twoich oczach. Dziękuję Tobie – Boże - Ojczy, za to, że za darmo mnie kochasz i mimo moich odejść, zawsze na mnie czekasz i przypominasz mi: „Jesteś mój”! Dziękuję Ci za to, że masz dla mnie tyle serca, cierpliwości i zrozumienia. Prowadź mnie przez życie i przypominaj mi codziennie, że wszystko, czego szukam w życiu, mam w Tobie.

— ks. Tomasz Romantowski —

ZADANIE: „Jestem Synem Boga, a Ojciec niczego mi nie odmówi” – Boży Dziedzicu, Synu Najlepszego Ojca, powtarzaj to sobie jak mantrę. Przekonaj siebie, że naprawdę tak jest.

**Odtąd nie będziesz się już nazywał Abram,
lecz będziesz nosił imię Abraham,
ponieważ ustanowię cię ojcem wielu narodów.**

RDZ 17,3

KONKRET: Często zadaję sobie pytanie: kim jestem? Potrafię być innym dla żony, inaczej zachowywać się względem dzieci, w pracy mieć inną „maskę”, dla przyjaciół jeszcze inną. I wtedy przychodzi ta myśl: kim jestem naprawdę? Jakie zadanie wyznaczył mi Bóg? Czy staram się je realizować? Przymierz, które zawiera Bóg z Abramem, towarzyszy również zmiana imion, co wskazuje na nowe zadania wyznaczone przez Boga swoim wybranym. Może to przypomnienie, że masz swoje „imię”, masz swoje zadania do wypełnienia. Staraj się je jak najlepiej wypełniać, abyś nie stracił swojej tożsamości: mężczyzny, męża, ojca, kapłana itd.

MODLITWA: O Boże mój, który mnie stworzyłeś, zmiłuj się nade mną, zmiłuj się nad swoim małym stworzeniem. Mój Jezu i mój Boże! Mój jedyny Jezu! Mój jedyny Umiłowany. Duchu Miłości i Miłosierdzia. Mój Panie umiłowany i błogosławiony. O mój Panie i mój Boże, zmiłuj się nad swoim małym, nieskończone nędznym stworzeniem. / Raïssa Maritain, *Dziennik*

— ks. Damian Jurczak —

ZADANIE: Ćwiczenie: odpowiedz sobie na pytanie: Kim jestem? Zapisz odpowiedź w notesie, do którego możesz zaglądać. Kolejność rzeczowników ma bardzo duże znaczenie. Jestem...

Mężczyzna poznaje swoje prawdziwe imię w procesie inicjacji. Nawet jeśli twój ziemski tato cię zawiódł, Ojciec z nieba zabierze cię w podróż w nieznanne. Będzie poddawał cię próbom, aż w końcu skruszy fałszywą tożsamość, a wtedy twoje prawdziwe serce zabije swobodnie.

JOHN ELDREDGE

KONKRET: Można przyzwyczaić się, że ktoś zwraca się do Ciebie na „pan” albo mówi na ty. W krajach anglosaskich ludzie najczęściej zwracają się do siebie bezpośrednio, po imieniu, ale przy tym bardzo rzadko rzeczywiście wymawiając Twoje imię. Najczęściej chyba robią to rodzice, kiedy wołają swoje. Nie wiem, czy przeżyłeś kiedyś taki moment zaskoczenia, gdy ktoś, po kim się tego nie spodziewałeś, zwrócił się do ciebie nie per pan, nie kolego, ale po imieniu. Jeśli tak, to wiesz, że poczułeś to praktycznie w całym swoim ciele. Imię to nie numer, nazwa, ale to twoja tożsamość. Jeśli nie poczułeś tego, że ktoś cię wzywa do stawienia się, do działania, do prawdziwego życia, które jest przygotowane dla ciebie i tylko dla ciebie, to proś o to Boga! Proś, aż tak się stanie!

MODLITWA: Jezu, Synu Boga Żywego, Synu Maryi, proszę Cię, niech Twoje usta wymówią moje imię! Ja chcę żyć, żyć w pełni!

— ks. Artur Juzwa —

ZADANIE: Pomyśl: Twoje imię nie jest przypadkiem. Poznałeś prawdę o swoim imieniu? Jakim imieniem nazywa cię Bóg? Jaką najlepszą część Twojej natury chce z Ciebie wydobyć?

Czczymy młodość, ponieważ nie chcemy dorosnąć, nie chcemy zapłacić ceny za dojrzałość. Dlatego teraz na świecie jest pełno mężczyzn, którzy nie przeszli inicjacji.

JOHN ELDREDGE

KONKRET: W Afryce Centralnej praktykuje się nadal labi – tradycyjną inicjację związaną z kilkumiesięcznym życiem w buszu pod kierownictwem mistrza, w spartańskich warunkach, gdzie chłopak przez ćwiczenia i próby ma wykazać się cechami męskości. W końcowym obrzędzie przechodzi ze świata dziecka do świata mężczyzn. Ci, którzy wchodzą do Kościoła, w podobnym duchu traktują swe przygotowanie do chrztu. Natomiast kto podczas wojny domowej dał się ponieść żądzy krwi i rozbojów, jest uznawany przez wspólnotę klanową za niegodnego przodków odszczepieńca. Dobrze, że w Polsce istnieje harcerstwo i może stanowić antidotum na plagę niedorośniętych Piotrusiów Panów.

MODLITWA: Pomódl się fragmentem z Biblii: Starość jest czcigodna nie przez długowieczność i liczbą lat się jej nie mierzy. Wcześniej osiągnąwszy doskonałość przeżył czasów wiele. Dusza jego podobała się Bogu. / Prz 4,8.13–14

— **br. Robert Wiczorek OFMCap** —

ZADANIE: Są dwie inicjacje, o które musisz zadbać. Twoja własna i Twoich dzieci. Przemyśl głęboko, gdzie brakuje ci swojej, i zdecyduj, jak ją wznowić, zorganizuj do tego warunki. Odważ się dziś i pokonaj coś w sobie.

Czy myśli nas niepokoją, czy nie, są częścią tego, co nie zależy od nas. Ale czy w nas zostaną, czy też nie, czy wzbudzą w nas pasje – na to już mamy wpływ, to już leży w naszej mocy.

JAN DAMASCENSKI

KONKRET: Starożytni mieli genialny wgląd w sprawy ludzkiego wnętrza. Mamy tu tego przykład. Oto Jan dostarcza nam dwóch stwierdzeń, odnoszących się do rzeczywistości naszych myśli. Pierwsze, mówi, że jest to rzeczywistość od nas niezależna: myśli: dobre, i złe, które nas nachodzą. Niekiedy cisną się, innym razem wpadają nam do głowy. Za to – dopytajmy tu siebie – jakie myśli nas nawiedzają, nie jesteśmy więc odpowiedzialni, bo nie mamy na to wpływu. Za drugie – te świadome – zdecydowanie odpowiadamy my, co z nimi robimy, do czego je wykorzystujemy, do czego nas doprowadzają – a raczej: do czego pozwalamy się doprowadzać. Bo ta sprawa leży już całkowicie w naszym zasięgu.

MODLITWA: Jezu, daj, abym był czujnym ogrodnikiem w ogrodzie moich myśli. Abym myśli, które mnie od Ciebie odwodzą, czym prędzej, nim w ziemi mojego umysłu się ukorzenia, plenił. I abym myśli, które mnie do Ciebie przybliżają, pielęgnował, troszcząc się o ich wzrost i rozwój. Amen.

— ks. Łukasz Libowski —

ZADANIE: Ćwiczenie: kilka razy w ciągu dnia obserwuj swoje myśli. Nazwij to, o czym myślisz, a następnie daj temu odejść, powracając do świadomego wyboru – działania i rzeczywistości.

**Jak dokarmiać dobrego wilka,
będąc małżonkiem i ojcem? Wrócić do domu,
być z dziećmi, z żoną. Widzieć, jak dzieci rosną, wiedzieć,
co córki lubią jeść, poznać ich znajomych.**

ROBERT „LITZA” FRIEDRICH

KONKRET: Jest taki święty, który nie zastawił pułapki na wilka, choć był groźny. Nie chciał go zniszczyć. Przeciwnie. Zaprzyjaźnił się z nim. Wiedział, że są momenty w życiu, w których wilk jest bardzo potrzebny. Natura wilka pozwala mężczyźnie walczyć o dobro, walczyć o miłość i o to, by był czas na kochanie. Miej czas dla Boga, znajdziesz też czas dla żony, dzieci, bliskich. O czas na modlitwę trzeba walczyć. Sam nie przyjdzie, ale warto się postarać i wykroić, a czasem wydrzeć z zapracowanego dnia momenty na rozmowę tylko z Bogiem. Tak się dba o pożytecznego wilka. Nie wyrzucaj go z siebie. Po prostu go oswoj i karm. Jego siła będzie ci potrzebna.

MODLITWA: Święty Franciszku z Asyżu, który oswoiłeś wilka nękającego mieszkańców Gubbio. Naucz mnie dbać o wilka, który jest we mnie. Pomóż mi go oswoić, a więc uczynić swoim. Pomóż pokochać to, co zdawało mi się trudne i niebezpieczne. Asyski Biedaczyno, twardo stąpający po ziemi, a myślą ciągle obecny u Boga, módl się za nami!

— o. Tarsycjusz Bukowski OFM —

ZADANIE: Pracuj dzisiaj ze swoją „wilczą” naturą, poznaj ją. Co jest wilczego w Tobie, co jednak może być dobre i potrzebne? Streść wnioski żonie lub przyjacielowi.

W chwili, w której przyjmiesz odpowiedzialność za wszystko w swoim życiu, zyskasz siłę, aby zmienić w nim wszystko, co tylko chcesz.

HAL ELROD

KONKRET: Zapewne każdy z nas chciałby brać odpowiedzialność za rzeczy, które nam się udały. Jednak życie to również wiele porażek. W momencie gdy nie chcemy się do nich przyznać lub próbujemy odpowiedzialnością za nie obarczyć innych, tracimy możliwość zmierzania się z pewnego rodzaju wyzwaniem. To właśnie odpowiedzialność sprawia, że za każdym razem stajemy się silniejsi, że każdego dnia próbujemy być lepsi. Jeśli będziemy chcieli podejmować w życiu odpowiedzialne decyzje, to najpierw musimy głęboko się zastanowić, dokąd dana droga nas zaprowadzi.

MODLITWA: Panie, daj mi wolną wolę, abym mógł robić, co tylko zapragnę. Nie pozwól jednak, bym kiedykolwiek zapomniał, że jestem odpowiedzialny za każdy dzień w moim życiu. To od mojej odpowiedzialności zależy, jak będzie wyglądało jutro, nie tylko moje, ale wszystkich, których postawiłeś na mojej drodze.

— ks. Kacper Nawrot —

ZADANIE: Przy najbliższej dogodnej okazji nie wahaj się ani chwili, tylko weź odpowiedzialność – za porażkę, za rezultat bądź za zadanie do wykonania. To uzdolni Cię do wielkich rzeczy.

*Dalsza część książki dostępna w wersji
pełnej.*

