



KWARTALNIK  
FUNDACJI FIDELITAS



# DZWON WIERNOŚCI

SIERPIEŃ 2025

NR 12

## Słowo wstępne



Drogi czytelniku!

W kolejnym numerze naszego kwartalnika głównym tematem jest kierownictwo duchowe i praca samowychowawcza.

Spojrzymy na Maryję jako wzór w podążaniu do nieba.

Czeka nas refleksja nad kierownictwem duchowym w ujęciu o. Józefa Kentenicha.

Rozważać będziemy nad narzędziami na drodze samowychowania.

Skoncentrujemy się nad trudnym obecnym czasie, rozmyślając nad pojęciami gniewu i łagodności.

Czeka nas kilka refleksji wakacyjnych o odpoczynku i ciekawych rozmowach.

A na koniec cytaty o owocach Mądrości i odrobina poezji.

Życzymy ciekawej lektury pozwalającej na chwile refleksji.

*Piotr Andrzejkowicz*

*Prezes Fundacji Fidelitas*

Gdańsk, 16 sierpnia 2025 roku

## Maryja – Niewiasta Nowa

Homilia wygłoszona podczas poświęcenia sanktuarium domowego w Domu Rodzinnym sługi Bożego Józefa Englinga w Prosi-tach. Uroczystość miała miejsce podczas jubileuszowych (już 25.) Dni Englingowskich w Prosi-tach, 12 lipca 2025.

Maryja to Nowa Niewiasta – taki formularz mszalny wybraliśmy na dzisiejszy świąteczny dzień. Od II wieku, zwłaszcza za czasów św. Justyna i św. Ireneusza, Najświętsza Maryja Panna jest uznawana w Kościele za nową Ewę, czyli nową Niewiastę, ściśle zespoloną z Chrystusem, który jest nowym Adamem, w dziele Zbawienia.

Święty Ireneusz pisze: „Wąż, który Ewa zaplątała swoim nieposłuszeństwem, został rozwiązany przez posłuszeństwo Maryi. To, co Dziewica Ewa związała przez niewierność, rozwiązała Dziewica Maryja przez wiarę”.

Maryja jest w tym formularzu czczona jako:

- początek nowego stworzenia
- nowa ziemia, gdzie od Jej Niepokalanego Poczęcia „mieszka sprawiedliwość”
- początek nowego ludu
- uczennica nowego prawa
- kobieta, której Bóg daje nowe serce (zgodnie z prorocstwem Ezechiela)
- kobieta, która przygotowuje nowe wino dla Kościoła
- wierna Dziewica
- nowe Jeruzalem

Szczególnie uroczy jest tytuł Tej, która przygotowuje nowe wino dla Kościoła. Wino – jak wiemy – jest symbolem biesiady i gościnności – radości i życia – prawdziwego spotkania. Takie właśnie spotkanie przeżywamy dziś w Prositach – w domu rodzinnym sługi Bożego Józefa Englinga, którego o. Kentenich nazwał żywym aktem założycielskim.

W pierwszym czytaniu z Apokalipsy św. Jana (Ap 21, 1-5a) mamy do czynienia z wizją św. Jana: nowej ziemi i nowego nieba – nowego Jeruzalem. To eschatologiczna wizja życia wiecznego. Fascynujące jest to, że także sama Maryja jest tym nowym Jeruzalem. To tak, jakby Maryja była już tak ściśle zjednoczona z Bogiem, tak blisko Nieba, że staje się symbolem odkupionej ludzkości. To przecież jest nasz ideał: nowy człowiek w nowej wspólnotcie. Ten ideał ostatecznie oznacza właśnie człowieka zbawionego – a póki żyjemy – człowieka dążącego do zbawienia.

Wizja życia wiecznego wyraża się pięknie w następnym fragmencie:

„Oto dom Boży z ludźmi i zamieszka z nimi, i będą oni Jego ludem, a On będzie Bogiem z nimi”. Mieszkać z Bogiem – zapraszać Boga do swojego domu – poświęcić sanktuarium domowe – oznacza zrobić miejsce Bogu w swoim życiu i w swoim domu – pozwolić Bogu wejść we wszystko! Również dzisiaj czujemy się tu jak u siebie i zapraszamy obecność Boga do tego domu. Błogosławimy ołtarz. Pragniemy, aby wokół tego ołtarza rozwijała się Rodzina Szentszacka Archidiecezji Warmińskiej, wszystko zgodnie z wolą Bożą.

W ewangelicznej scenie Zwiastowania słyszeliśmy historię powołania Maryi na Matkę Boga. Ta scena, choć tak nam dobrze znana, wciąż zachwyca. Poznajemy tu ideał osobisty Maryi: „Oto Ja służebnica Pańska, niech mi się stanie według słowa Twego”.

To scena odkrywania własnego powołania, misji i zadania. W ujęciu historycznym i historio-zbawczym jest to początek tajemnicy Wcielenia – a tym samym historii Przymierza Miłości. To bowiem Pan Bóg, niejako pierwszy zawarł Przymierze Miłości z Maryją, powierzając jej narodziny i wychowanie swojego Boskiego Syna. Bóg sam powierzył się Maryi.

My dzisiaj również uroczyście odnawiamy ten początek. Tak jak Maryja – w całkowitej niepewności co do tego, co się wydarzy – patrzymy dziś na to miejsce i jego przyszłość – tak dla nas niepewną – a jednak już doskonale zaplanowaną przez Boga.

Drodzy Przyjaciele,

Są w naszym życiu miejsca, które są święte, które dają nam siłę. Sprawiają, że czujemy się jak w domu i dobrze nam robią. Każdy z nas ma miejsca, które lubi odwiedzać, aby odpocząć lub odnaleźć siebie.

Jeśli zgubiłeś drogę, wróć do początku, idź w górę, z powrotem do źródła. To właśnie robimy dzisiaj tutaj, w Prosiarach – pielgrzymując do miejsca urodzenia wielkiego człowieka.

To taki mistycyzm bycia u siebie. Mistycyzm naszej biografii – jako Boskiej historii każdego z nas. Chcemy powrócić do tego, co nas definiuje. W Szentsztacie ten powrót oznacza właściwie ponowne odtworzenie, przejście przez historię. Chcemy na nowo uświadomić sobie to, co było ważne na naszej dotychczasowej drodze... a może zniknęło, może nam umknęło, zostało utracone...

Tu, w tym miejscu, powiedziałbym:

Józef Engling jest naszym początkiem! Naszym źródłem. Pokazuje, czym jest Szentsztat i co oznacza żyć po szentsztacku. Tu, na Warmii, w Polsce, mamy perłę z szentsztackiego skarbu. To miejsce,

ta historia, osoba Józefa jest naszym skarbem i naszym zadaniem. Zwłaszcza, że uznajemy go za postać niezwykle aktualną dzisiaj.

Urodzony w 1898 roku – kilka metrów stąd – tam na górze.

1912 – przybył do Szensztatu. Mając zaledwie 14 lat.

W następnym roku – 1915 – został członkiem Kongregacji Mariańskiej w Szensztacie.

W roku szkolnym 1915/16 był już jej prefektem.

1916 – powołany do wojska.

1917 – wysłany na front wschodni.

Od stycznia 1918 roku służył we Francji, a jesienią tego samego roku zginął w październiku w akcji pod Cambrai.

Jakież szybkie życie!

W tak krótkim czasie Józek przeżył całe swoje życie – i to tak dobrze!

Życzę nam wszystkim takiego dobrego życia – radykalnie ukierunkowanego na świętość. Amen.

*Autor: o. Przemysław Skąpski ISchP  
Krajowy Duszpasterz Ruchu Szensztackiego  
w Polsce*

## **Kierownictwo duchowe według o. Józefa Kentenicha w kontekście jego pedagogiki – przykłady poglądowe**

Kierownictwo duchowe według o. Józefa Kentenicha (1885-1968), założyciela Ruchu Szensztackiego, jest centralnym elementem jego duchowości i pedagogiki. Różni się ono pod wieloma względami od klasycznych modeli kierownictwa duchowego. Ojciec Kentenich rozwinął charakterystyczną, osobistą, ukierunkowaną na wspieranie wolności osoby ludzkiej i holistyczną formę towarzyszenia. Miała ona na celu kształtowanie wolnych, kierujących się z wnętrza osobowości, z sumienia i z sanktuarium serca. Najważniejsze elementy tego towarzyszenia to:

1. Zaufanie Opatrzności: rozpoznawanie Bożego prowadzenia w codziennym życiu

Ojciec Kentenich był przekonany, że Bóg przemawia poprzez konkretne wydarzenia, ludzi i wewnętrzne poruszenia. Towarzyszenie duchowe pomaga osobie odkrywać i interpretować ślady Boga w jej własnym życiu - innymi słowy, „interpretować życie w świetle wiary”. „Nic nie jest przypadkiem - wszystko dzieje się za Bożym zrzędzeniem” - oto zasada przewodnia pedagogiki Bożej Opatrzności Kentenicha

2. Pedagogika więzi: zdrowa więź jako droga do Boga

Według ojca Kentenicha, ludzie dojrzewają w wierze na drodze więzi: do ludzi, do miejsc, do ideałów - ale zawsze w celu głębszego przywiązania się do Boga. Towarzyszenie duchowe polega zatem na rozjaśnianiu, pielęgnowaniu i porządkowaniu więzi na płaszczyźnie ludzkiej, prowadzącej ku więzi z Bogiem.

3. Wolność i osobista odpowiedzialność - bez paternalizmu

Kierownictwo duchowe według ojca Kentenicha nie ma nic z paternalizmu nastawionego na uzależnienie penitenta, nie narzuca wartości, ideałów, decyzji, ale raczej pragnie wychowywać do zdrowej niezależności. Daje impulsy, zachęca do refleksji, ale pozostawia decyzje osobie, której towarzyszy.

#### 4. Pedagogika ideału: odkrywanie wewnętrznego powołania

Głównym celem jest pomoc ludziom w odkryciu ich osobistego ideału w życiu - innymi słowy, wyjątkowego Bożego wezwania. Towarzystwo służy odkryciu, wyjaśnieniu i realizacji tego powołania.

#### 5. Atmosfera zaufania: serce mówi do serca

Kierownictwo duchowe odbywa się w atmosferze wzajemnego zaufania. Jest oparte na dialogu, charakteryzuje się szacunkiem dla tajemnicy osoby. „Zaufanie wychowuje”. - Tylko w atmosferze zaufania może mieć miejsce prawdziwe duchowe dojrzewanie.

#### 6. Macierzyńska rola Maryi - z Maryją jako Wychowawczynią

Szczególnym elementem nieodłącznym tego kierownictwa jest rola Maryi: jest Ona postrzegana jako Wychowawczyni Towarzystwa. Towarzystwo duchowe zachęca ludzi do powierzenia się Maryi i zaangażowania Jej w proces osobistego dojrzewania.

#### 7. Holistyczne

Kierownictwo obejmuje aspekty psychologiczne, pedagogiczne i duchowe. Chodzi o całą osobę - nie tylko o pobożność, ale także o rozwój charakteru, kształtowanie własnego życia i radzenie sobie z emocjami.

Podsumowując można powiedzieć, że kierownictwo duchowe według Józefa Kentenicha jest drogą do wewnętrznej wolności, bliskości z Bogiem i dojrzałości życiowej. Pomaga ludziom odkryć Boga w ich własnym życiu, powiedzieć „tak” w sposób wolny i pracować jako osobowość w świecie. Dokonuje się ono w duchu misji Szensztatu, a więc formowania ludzi, odnowy Kościoła, odnowienia świata.

Unaocznijmy teraz ten styl kierownictwa trzema przykładami.

Przykład 1.:

Anna, 27 lat, nauczycielka, jest zaangażowana w Ruch Szensztacki. Czuje się wezwana przez Boga, by kształtować swoje życie „bardziej z wiary”, ale jest rozdarta między wymaganiami zawodowymi, problemami w relacjach i wewnętrzną presją, by osiągać wyniki. Jak wyglądałoby doradztwo duchowe według Kentenicha? Interpretuje on życie w świetle Opatrzności Bożej.

Kierownik zachęca Annę, aby nie myślała abstrakcyjnie o woli Bożej, ale spojrzała na swoje konkretne życie: Co Bóg mówi przez twoje doświadczenia w codziennym szkolnym życiu? Co mówi ci twoja tęsknota, co mówią twoje pragnienia, twoja radość, ale też twój wewnętrzny dyskomfort? Anna uczy się interpretować wydarzenia jako „znaki od Boga” - np. w jaki sposób konflikt z uczniem dotyka jej osobowości, potrzeb, w jaki sposób może stać się on czynnikiem jej rozwoju na tym polu.

Przykład 2. Przykład O. Kentenich towarzyszy młodej osobie

17-letni wychowanek Niższego Seminarium w Szensztacie był utalentowany, ale wewnętrznie niespokojny. Cierpiał z powodu presji osiągnięć, poczucia winy i czuł się bezwartościowy, gdy coś mu się nie udawało. Szukał rozmowy z o. Kentenichem. W jaki sposób o. Kentenich mu towarzyszył?

## 1. Interpretacja życia z zaufaniem do Boga

O. Kentenich słuchał go przez długi czas i pytał: „Co Bóg chce Tobie pokazać poprzez twoje trudności?”. Nie interpretował kryzysu jako błędu, ale jako pedagogiczne zaproszenie od Boga do głębszego zrozumienia siebie i Boga.

## 2. Budowanie zdrowego poczucia własnej wartości poprzez więź.

Ojciec Kentenich stworzył atmosferę głębokiej akceptacji: "Nie musisz nic udowadniać, aby Bóg cię kochał. Jesteś Jego ukochanym Dzieckiem".

To było uzdrawiające dla tego młodego człowieka - doświadczył bezwarunkowej akceptacji, która zmieniała jego obraz samego siebie.

## 3. Promowanie ideału życia

o. Kentenich zapytał: „Co pragniesz dać światu, jakie jest twoje najskrytsze pragnienie?”. Odpowiedź młodej osoby: „Chcę podnosić innych na duchu - ponieważ wiem, jak to jest być na dnie”. Ten osobisty ideał stał się dla niego kompasem przy podejmowaniu życiowych decyzji.

## 4. Wolność zamiast presji

O. Kentenich powiedział: "Nie musisz być doskonały. Możesz się mylić. Najważniejsze to pozostać otwartym na głos Boga w tobie". Nie nakazywał, ale zachęcał do kierowania sobą w wolności.

## 5 Maryja jako Matka i Towarzyszka

O. Kentenich zalecał: "Powiedz Maryi, co cię trapi. Ona cię poprowadzi". Młody człowiek nawiązał intymną relację z Matką Bożą, która dała mu pocieszenie i przewodnictwo. Rezultat: Chłopiec

znalazł nową odwagę i jasność. Później powiedział: „On mnie nie zmienił - sprawił, że odnalazłem siebie”.

### Przykład 3.

Młoda szensztacka Siostra Maryi czuła się przytłoczona swoim powołaniem. Wątpiła, czy naprawdę należy do wspólnoty sióstr i czuła się zbyt słaba i niezdolna do życia konsekrowanego. Poprosiła o. Kentenicha o duchowe przewodnictwo. Co zrobił o. Kentenich?

Pierwszy krok to interpretacja życia w duchu Opatrzności i zaufanie prowadzeniu Opatrzności. Wysłuchał jej bardzo uważnie i zapytał: "Co Bóg mówi do Siostry poprzez ten wewnętrzny niepokój? Czego tak naprawdę pragnie Siostra w głębi serca?". Nie interpretował jej wątpliwości jako porażki, ale jako zaproszenie od Boga do głębszego wniknięcia w swe życie, zrozumienia go. Pomógł jej nie tłumić wewnętrznego niepokoju, ale postrzegać go jako drogowskaz od Boga.

Drugi krok to budowanie zdrowej więzi. Spotkał się z nią z ojcowskim zrozumieniem i prawdziwym współczuciem - nie jako „mistrz”, z góry, ale jako pedagogicznie mądry towarzysz. Pozwolił jej wyrazić wszystko - w tym lęki, ciemność i rany z dzieciństwa. Stworzyło to głęboką relację opartą na zaufaniu, która pomogła jej lepiej zrozumieć i zaakceptować siebie.

Trzeci krok to pedagogika ideału. Ojciec Kentenich zadawał pytania takie jak:

"Jaki jest Siostry najgłębszy wewnętrzny ideał? Co inspiruje ją, co chce dać światu?". Pomógł jej sformułować osobisty ideał życiowy: „Chcę być miejscem pokoju dla innych”. Ideał ten stał się jej wewnętrznym kompasem, nawet trudnych czasach. Ideał ten stał się jej wewnętrznym kompasem, nawet w trudnych czasach.

Czwarty krok to wspieranie wolności, a nie sugerowanie czy też dyktowanie wyboru. Nie wywierał na nią presji, by „zdecydowała się” teraz, ale dał jej. Powiedział: „Bóg nie przemawia przez przymus, ale przez miłość”. Dzięki tej wolności nauczyła się stać przed Bogiem odpowiedzialnie, a nie tylko biernie-poślusznie.

5 Piąty krok to włączenie Maryi jako Wychowawczyni

Ojciec Kentenich zasugerował, aby w chwilach niepewności powierzyć się Maryi jako wychowawczyni. Powiedział analogicznie: "Proszę pozwolić się Jej prowadzić. Ona pokaże Siostrze, gdzie jest Siostry miejsce". Nie było to „pobożne pocieszenie”, ale konkretna ścieżka wewnętrznego przewodnictwa - poprzez serce, a nie tylko umysł.

Rezultat: Krok po kroku, siostra odnalazła jasność, wewnętrzny pokój i radość w swoim powołaniu. Później powiedziała: „On mnie nie zmienił - on sprawił, że odnalazłam siebie”.

Podsumowanie przykładu:

Ten przykład pokazuje, w jaki sposób towarzyszenie duchowe ojca Kentenicha jest skoncentrowane na osobie (nie podręcznikowe), promujące wolność (nie pod presją), holistyczne (psychologiczne i duchowe), ufne (nie kontrolujące), maryjne (nie abstrakcyjne).

Zakończenie

Porównanie towarzyszenia duchowego o. Kentenicha a dzisiejsze towarzyszenie duchowe w zakonach lub ruchach religijnych

Styl o. Kentenicha a styl obecny dzisiaj (w wielu wspólnotach)

Styl towarzyszenia	osobisty, zorientowany na relację	częściowo „rzeczowy”, sformalizowany
Wolność	Bardzo wysoko ceniona, w centrum znajduje się prowadzenie siebie samego	Częściowo „prowadzona”, lub bardziej „kierowana”
Cel	Dojrzwianie osobowości, głęboka i żywa relacja z Bogiem	Wyjaśnienie kwestii powołania, więź z konkretną regułą
Rola Maryi	Centralna jako Wychowawczyni	Różnie w zależności od duchowości
Wyjaśnianie życia	Bliskie życiu codziennemu, konkretne, zorientowane na doświadczenie	Często teologiczne lub oparte na Biblii
Płaszczyzna relacji	Z serca do serca, duchowy ojciec, duchowa matka	Raczej kolegialnie albo funkcjonalnie, rzeczowo-profesjonalne, z dystansem

Podsumowując można powiedzieć, że styl kierownictwa ojca Kentenicha jest przyjazny człowiekowi i ukierunkowany na jego rozwój, maryjny, wspierający wolność osoby ludzkiej, pomagający znaleźć drogę do Boga i kroczyć nią. Pogłębiający relację

z Bogiem i wychodząc od tej relacji – prowadzący do głębszej relacji z innymi, z zadaniami, z wartościami i z pracą oraz osobistym posłannictwem.

*Autor: dr hab. Alicja Kostka*

*Członkini Szentsztackiego Związku Kobiet,*

*teolog, kierownik duchowy,*

*badaczka towarzyszenia duchowego*

*w duchowości chrześcijańskiej,*

*a zwłaszcza w duchowości i historii*

*Ruchu Szentsztackiego*

## **Asceza radości życia**

### **CZĘŚĆ III ŚRODKI ASCETYCZNE – SYSTEMATYCZNOŚĆ W SŁUŻBIE IDEAŁU**

Odnaleziony ideał osobisty staje się wewnętrznym kompasem – pomaga podejmować decyzje, wyznaczać priorytety, interpretować życiowe wydarzenia. Jednak samo jego odkrycie nie wystarcza. Potrzeba środków, które pomogą mu rzeczywiście zakorzenić się w codziennym życiu. Duchowość szensztacka oferuje konkretne narzędzia, dzięki którym człowiek może kształtować swoje wnętrze w sposób spójny, wolny od przymusu, a jednocześnie konsekwentny.

Asceza w rozumieniu Ruchu Szensztackiego ma charakter organiczny – nie jest zbiorem ćwiczeń oderwanych od życia, lecz drogą wzrastania całego człowieka. Asceza organiczna to podejście, w którym rozwój nie odbywa się przez zewnętrzne przymusy, lecz przez harmonijne włączanie praktyk duchowych w naturalny rytm życia człowieka. Rozwój duchowy dokonuje się tu poprzez systematyczne, małe kroki, które obejmują wszystkie wymiary ludzkiego życia: relacje, pracę, modlitwę, odpoczynek. W tym właśnie kontekście warto przyjrzeć się takim praktykom jak duchowy porządek dnia, postanowienie szczegółowe czy kierownictwo duchowe – nie jako obowiązkom, lecz jako środkom, które mogą wspierać codzienność w stawaniu się sobą.

#### **Duchowy porządek dnia**

Praktyka duchowego porządku dnia wywodzi się z duchowości jezuickiej i Kongregacji Mariańskiej. W duchowości szensztackiej pełni ona funkcję psychologiczno-pedagogiczną, wspierając wierzącego w dążeniu do integralnego rozwoju. Porządek ten polega

na codziennym podejmowaniu wybranych punktów i ćwiczeń, które obejmują wszystkie sfery życia: relację z Bogiem, z ludźmi, stosunek do pracy i świata, a także troskę o własne zdrowie, odpoczynek oraz rozwój osobisty.

Ważnym aspektem tej praktyki jest to, że obejmuje również zwyczajne, świeckie działania – jak punktualność, porządkowanie przestrzeni, świadome spożywanie posiłków, wierność rytmowi dnia czy regularna lektura rozwojowa. Można uwzględnić także zadania zawodowe, obowiązki domowe, troskę o relacje rodzinne czy konkretne postanowienia zainspirowane przeczytaną książką. Dzięki temu duchowość staje się częścią realnego życia, a nie tylko domeną praktyk religijnych.

Elementem istotnym jest pisemna kontrola – w formie krótkich notatek, oznaczeń w tabeli, dziennika czy aplikacji – która zabezpiecza przed zniechęceniem, zmiennością nastrojów i zapomnieniem. Regularne zapisywanie oraz weryfikacja własnych punktów pomagają zachować ciągłość pracy nad sobą i kształtować trwałe nawyki. Taki zwyczaj sprzyja samopoznaniu, samoakceptacji i odwadze do zmian. Pomaga osobom świeckim i konsekrowanym odnaleźć własny styl życia oparty na wartościach chrześcijańskich, prowadząc do większej dojrzałości, odpowiedzialności i świętości w codzienności.

Centralnym punktem porządku dnia pozostaje osobisty ideał – główny cel duchowości szensztackiej, który ukierunkowuje wszystkie działania. Zbieranie wkładów do kapitału łask<sup>1</sup> (codziennych ofiar, zmagarów, starań) staje się formą duchowego daru składanym Maryi. W duchowym porządku dnia mogą znaleźć się

---

<sup>1</sup> wkłady do kapitału łask w duchowości Szensztackiej to duchowe ofiary składane Maryi w duchu współpracy z łaską

również klasyczne formy pobożności, takie jak modlitwa, rozmyślanie, lektura duchowa, różaniec czy nawiedzanie Najświętszego Sakramentu – dobierane elastycznie, z uwzględnieniem indywidualnych możliwości i rytmu życia.

### **Postanowienie szczegółowe**

Drugim narzędziem duchowego wzrostu jest postanowienie szczegółowe, którego korzenie sięgają św. Ignacego Loyoli. W duchowości szesnastowiecznej to proste, codzienne ćwiczenie nabiera szczególnego znaczenia jako sposób na systematyczną pracę nad sobą – nie tylko w sferze duchowej, ale również w relacjach, pracy, emocjach i stylu życia.

Postanowienie polega na wybraniu jednego, precyzyjnie sformułowanego punktu, który chcemy świadomie praktykować danego dnia – np.: „nie będę przerywać rozmówcom”, „po powrocie do domu najpierw przez 10 minut pobędę z dziećmi bez telefonu”, „będę pić wodę zamiast kawy po południu”, „zanim skrytykuję – zapytam”, albo „zamiast narzekać – poszukam rozwiązania”. Kluczem jest konkret: postanowienie musi być możliwe do codziennej weryfikacji i odnosić się do realnych sytuacji, w których rzeczywiście funkcjonujemy. Takie działanie sprzyja kształtowaniu uważności i nawyków, które z czasem budują wewnętrzną spójność – nie przez wielkie rewolucje, lecz przez codzienne, drobne kroki. Może dotyczyć zarówno obszarów duchowych (cierpliwość, hojność, opanowanie), jak i bardzo życiowych (zarządzanie czasem, zdrowie, odpoczynek, relacje z bliskimi, czy nawet porządek w przestrzeni).

Choć postanowienie szczegółowe wywodzi się z tradycji duchowej i często towarzyszy regularnej spowiedzi, w praktyce może stać się codziennym narzędziem samorozwoju – także w świeckim kontekście. Nie chodzi o moralne perfekcjonizmy, ale o świadomy,

konsekwentny kierunek: praca nad tym, co naprawdę wymaga uwagi i rozwój tych cech, które budują spójną osobowość i styl życia w zgodzie z wartościami.

Wzorem takiego podejścia może być Józef Engling – jeden z pierwszych członków Szensztatu – który swoje codzienne postanowienia zapisywał i kontrolował nawet w warunkach wojennych. Brzmiały one np.: „czy byłem gotowy pomóc komuś w potrzebie?”, „czy odnosiłem się życzliwie do osób, które mi tej życzliwości nie okazywały?”, „czy umiałem opanować przygnębienie?”. Współcześnie można to ująć prościej: „czy w czasie pracy byłem skupiony?”, „czy rozmawiałem z dzieckiem bez zniecierpliwienia?”, „czy poszłam dziś na spacer zamiast przeglądać telefon?”. To właśnie w takich konkretnych punktach ideał osobisty nabiera kształtu – staje się codzienną decyzją, a nie abstrakcyjnym hasłem.

### **Kierownictwo duchowe**

Trzecim środkiem ascetycznym w duchowości szensztackiej jest kierownictwo duchowe. Ta praktyka, znana w Kościele od wieków, w Szensztacie nabiera szczególnego znaczenia jako dynamiczne wsparcie procesu samowychowania. Ks. Kentenich uznawał ją za wyjątkowo ważną zwłaszcza dla młodzieży, osób doświadczających duchowych trudności oraz dla tych, którzy pragną głębiej się rozwijać. Wynika to z faktu, że człowiek nie jest w stanie w pełni sam siebie poznać — często patrzy na własne życie nieobiektywnie, popadając albo w bezkrytycyzm, albo w rozczarowanie sobą, co prowadzi do fałszywego obrazu samego siebie.

Kierownictwo duchowe pomaga nie tylko w lepszym rozeznaniu duchowym, ale także w dojrzewaniu do samodzielności oraz budowaniu silnej i wolnej osobowości. Nie ogranicza się ono do sakramentu spowiedzi, choć bywa z nim powiązane, lecz obejmuje

całe życie osoby i koncentruje się na wzroście w cnotach, a nie tylko na walce z grzechem. Efektem takiego prowadzenia jest większa wrażliwość sumienia, głębsze przeżywanie relacji z Bogiem i większa odpowiedzialność za indywidualny rozwój duchowy.

W duchowości szensztackiej rolą kierownika duchowego nie jest dominacja, lecz towarzyszenie i wspieranie. Jego zadaniem jest rozpoznawanie działania Ducha Świętego w sercu prowadzonej osoby i pomaganie jej w realizacji Bożego zamysłu. Jak podkreślał Kentenich: „W tej duszy Bóg ma wzrastać, a ja się umniejszać.”

Opisane środki ascetyczne wypracowane w duchowości szensztackiej – duchowy porządek dnia, postanowienie szczegółowe oraz kierownictwo duchowe – stanowią narzędzia wspierające systematyczny rozwój duchowy człowieka. Ich zadaniem nie jest narzucanie gotowych schematów, lecz towarzyszenie osobie w realizowaniu własnego ideału życiowego w sposób organiczny – z uwzględnieniem indywidualnych cech, rytmu i realiów codzienności.

Regularna praktyka, prowadzona w duchu wolności i zrozumienia dla własnych ograniczeń, może skutecznie pomagać w integrowaniu duchowości z życiem. Dzięki tym środkom możliwe staje się zharmonizowanie modlitwy i działania, refleksji i relacji, ideału i rzeczywistości.

Warto jednak być uważnym na zagrożenia, takie jak sztywne przywiązanie do form, popadanie w duchowy perfekcjonizm czy traktowanie środków jako celu samego w sobie. Gdy zatracą się duch wolności, a praktyki duchowe stają się kolekcją powinności, łatwo o wypaczenie pierwotnej intencji. Dlatego tak istotne jest, by korzystanie ze środków ascetycznych pozostawało zakorzenione w relacji – z Bogiem, z sobą samym i z rzeczywistością, która nie

zawsze poddaje się planom. Autentyczna asceza to nie ucieczka od życia, lecz sposób, by przeżywać je głębiej – z większą wolnością, wdzięcznością i pokojem wewnętrznym.

*Autor: Anna Wolender-Bartczak*

*biotechnolog, teolog,*

*nauczyciel nauk ścisłych,*

*autorka bloga [idealosobisty.blogspot.com](http://idealosobisty.blogspot.com)*



## **O kształtowaniu charakteru - gniew i łagodność**

Inspiracją do podjęcia refleksji na temat gniewu stała się dla mnie obserwacja rzeczywistości, która mnie otacza, świata przyzwalającego na powszechną obecność w środowiskach między innymi kształtujących postawy obywatelskie (o zgrozo) nienawiści i kłamstwa. Odkrywając znaki czasu, za o. J. Kentenichem, na nowo poszukuję odpowiedzi na pytanie:

**Jak zachować pełny wymiar człowieczeństwa w trudnych warunkach niszczenia ogólnoludzkich wartości moralnych i odwracania definicji podstawowych i zasadniczych pojęć?**

**Jak stworzyć dzieciom i młodym warunki do wzrastania do pełni człowieczeństwa?**

Myślę, że na początku należy rozprawić się z wezbranym we własnym sercu gniewem na to i tych, którzy są pionierami chaosu, niezgody i mściwości.

Gniew sam w sobie nie jest ani zły, ani dobry, jak każda nasza reakcja, jest ważnym sygnałem i informuje nas, że dzieje się coś, co nam przeszkadza. Gniew jest neutralny moralnie, można go wykorzystać dla dobra lub dla czynienia zła.

Ks. M. Dziewiecki – psycholog w swojej książce „Pedagogika integralna” przestrzega czytelnika przed zaprzeczaniem doznawanych w sobie uczuć: „Gdy człowiek unika kontaktu z emocjami, wtedy nie tylko traci szansę na poznanie samego siebie, ale też ryzykuje, że emocje, których sobie nie uświadamia, zaczną kierować jego myśleniem, postępowaniem i w końcu całym życiem. Zatem unikanie kontaktu z własną sferą emotywną wiąże się z samooszuki-

waniem. Dlatego konieczne jest przyjmowanie z szacunkiem i akceptacją swojego *dziecka wewnętrznego*, aby możliwe było jego adekwatne kształtowanie. W ten sposób przebywa się bardzo osobistą wewnętrzną drogą *od natury do kultury*, a w rozwojowym bólu tej drogi odradza się nowy człowiek.”

Niebezpieczna jest więc selekcja dopuszczanych do siebie emocji – kiedy blokuje się uczucia na przykład smutku, złości, czy gniewu, a dopuszcza się tylko radość, dumę i satysfakcję. Wszystkie przychodzące emocje trzeba przyjąć i z nimi się rozprawić. Nie można bać się uświadomionego na przykład swojego gniewu. Brak gniewnej reakcji może być w skutkach groźne, gdy jest na przykład następstwem obojętności na dobro i zło moralne: ktoś na osobiście doznane przykrości potrafi zareagować wybuchem złości, podczas gdy przejawy obiektywnego zła nie wywołują u niego wyraźnych emocji (a powinny). Unikanie kontaktu z własną emocjonalną sferą zawsze w jakimś stopniu powoduje myślenie i działanie pod jej nieuświadomionym wpływem.

Doświadczenie i obserwacja zachowań ludzkich podpowiadają, że mamy do czynienia z gniewem „złym” i gniewem „dobrym”. Gniew nieopanowany jest gniewem ze złości (łac. *ira per vitium*) i stanowi, pośród siedmiu wad, grzech główny. Taki gniew jest często przywarą ludzi o pewnym statusie społecznym oraz ludzi bez żadnej pozycji, ale zepsutych. Ci pierwsi wykorzystują gniew do tego, aby zademonstrować swój status i dać do zrozumienia, że im wolno więcej niż zwykłym ludziom. Gniewem wyrażają swoją pozorną siłę i godność. Ci drudzy zaś, nieposiadający istotnej pozycji społecznej, gdy są zepsuci, w sytuacji poniesionej jakiejś szkody i prywatnych interesów, nie kontrolują swoich emocji. W obu przypadkach działania podszyte „złym” gniewem kojarzą się z napadem złości, agresją słowną lub fizyczną i stwarzaniem zagrożenia. Zachowania takie są przepełnione na ogół spiskami

i intrygami, często wygórowanymi ambicjami i pożądaniami, którym przyświeca jakiś cel. Niezależnie od celu, do takiego gniewu i złości doprowadza zepsute usposobienie. **Istnieją trzy formy gniewu jako wada:**

- **porywczość** – szybki wybuch złości i szybkie jej ustanie, która charakteryzuje między innymi sangwiników;
- **obraźliwość** – kiedy człowiek długo przechowuje zagniewanie i urazy. To cecha melancholików, u których wszystko przebiega wolniej i przenika w głąb;
- **mściwość** – gdy nie odpuszcza się w dążeniu do zemsty, co często dotyczy choleryków.

Trzeba przy tym zaznaczyć, że brak gniewu, gdy jest konieczny, też jest wadą - z niedomiaru.

Na szczęście w życiu można również spotkać ludzi, którzy ćwiczą się w kontrolowaniu gniewu: potrafią panować nad emocjami, jednocześnie nie zaprzeczając ich obecności i wykorzystują dyspozycję rozumu. Jest to przykład gniewu z gorliwości (łac. ire per zelum), godziwego gniewu, dającego poczucie siły, dumy i godności.

**Jak sprawić, aby kontrolować emocję gniewu i wykorzystywać ją ku dobremu? Jak nie wywoływać w sobie i u innych „złego” gniewu?**

Przeciwieństwem gniewu jest łagodność i cierpliwość. Łagodność łączy, gniew dzieli. Do człowieka gniewliwego należy podchodzić z łagodnością i pokorą. Warto wykorzystać dla budowania dobrych i prawdziwych relacji międzyludzkich wiedzę, że 80% komunikacji to komunikacja pozawerbalna, taka jak ton głosu, mimika twarzy, ruchy rąk itp. W komunikacji werbalnej warto w chwili wzburzenia świadomie używać języka (słów): milczeć, mówić

w spokojnej tonacji, przestawić się na pozytywne strony rozmówcy i uświadomić sobie skutki gniewu w tej konkretnej chwili.

Jednym ze sposobów nabywania kontroli własnych emocji gniewu jest ćwiczenie się w łagodności mansuetudo (łac.), która pozwala okiełznać poruszenia gniewu i kierowanie nim zgodnie ze wskazówkami rozumu i woli. Nie chodzi jedynie o samą powściągliwość hamującą gniewne reakcje, ale również o zharmonizowanie odruchów gniewu z czynnikami umysłowymi.

**Formować łagodność można w trzech wymiarach:** intelektualnym (świadomości siebie), nawykowym (powtarzalności zachowań) i duchowym (poprzez modlitwę, spowiedź otwierając się czynnik nadprzyrodzony – Bożą łaskę, nie zbliżając się do pokusy).

Takie podejście do kształtowania cnoty łagodności skutkuje umiarkowaniem, podporządkowaniem gniewu rozumowi i kształtuje wyrozumiałość wobec siebie i innych. Nie oznacza to wyparcia się gniewu, lecz wiąże się z umiejętnością mądrego jego wykorzystania do właściwych celów. Jeśli na przykład dziecko nie umiejąc pływać, chce wejść samo bez asekuracji do głębokiego jeziora i pozostaje głuche na argumentację rodzica, gniew może się okazać jedynym skutecznym sposobem perswazji.

Dominikanin o. Jacek Woroniecki (teolog, pedagog, etyk, moralista i filozof) proponuje wychowawcom „zarysować przed młodzieżą ideał opanowanego człowieka, który umie, gdy potrzeba, włączyć do swego postępowania prąd gniewu, głos podnieść i nawet surową karę wymierzyć, ale który nigdy nie da mu się porwać do słów i czynów, których następnie będzie żałował”. Dominikanin zaznacza, że „W kłótni prawda zawsze się gubi, ponieważ gniew znacznie zmniejsza obiektywizm sądów, a przez to bardziej niż inne uczucia utrudnia poznanie prawdy i kierowanie się nią w życiu. Wiemy dobrze z doświadczenia, jak często pod wpływem

gniewu mówi się rzeczy, których nieprawdziwość staje się oczywista, ledwo gniew minie. Jakże trudno wtedy uznać swój błąd! Stąd tak często gniew prowadzi do kłamstwa, miłość własna bowiem nie pozwala na odwołanie tego, co się lekkomyślnie w gniewie powiedziało, i człowiek dalej zupełnie już świadomie twierdzi to samo przeciw prawdzie”.

Dr hab. Piotr T. Nowakowski proponuje dorosłym, którym podopieczni dają powód do gniewu: „W takich sytuacjach dorośli winni wykazywać pełne opanowanie, co jest szczególnie istotne wychowawczo, gdyż kary udzielane w gniewie – często bez umiaru i niesprawiedliwie – mogą skłonić młodego człowieka do jawnego oporu bądź go po prostu złamać, raniąc także jego poczucie sprawiedliwości. Kierując się emocjami, potrafimy nierzadko zaniechać wymierzenia kary za większe przewinienie, które nie pobudziło nas do gniewu, a wymierzamy ją za drobne wykroczenie, bo nas akurat rozżłościło. Wniosek stąd taki, że karę należy stosować po całkowitym opanowaniu gniewu. Choć sprawi ona przykrość, to jednak nie wywoła buntu, służąc równocześnie za namacalny przykład tego, jak należy panować nad gniewem”.

**Św. Tomasz z Akwinu (ok. 1225–1274) wymienia cztery kategorie błędów, które człowiek może popełnić reagując na rzeczywiste zło w sposób "godziwy" i w sposób motywowany złością:**

„gniewamy się z niesłusznego powodu, tj. nie tyle obiektywne zło wywołuje w nas gniew, lecz fakt, że coś idzie nie po naszej myśli. Co gorsza, przyczyną gniewu może być nawet jakieś dobro, które nam nie odpowiada;

brak odpowiedniej miary: jak nie strzela się do wróbli z armaty, tak nie należy sięgać po gniew, jeśli sprawę da się załatwić po dobroci;

gniewamy się w sposób niewłaściwy: nie tyle używamy gniewu, co dajemy mu się opanować, wskutek czego staje się on siłą niszczącą nawet w sytuacji, gdy oburzamy się na autentyczne zło;

dajemy się ponieść nienawiści, mimo że przedmiotem gniewu winno być zło, nigdy zaś człowiek, choćby najbardziej zdeprawowany. Bywa jednak, że reakcja przeciw złu przeradza się w nienawiść do samego złoczyńcy”.

Na zakończenie podjętej krótkiej refleksji nad gniewem i łagodnością przywołam sentencje i prawdy zaczerpnięte z Pisma Świętego, od których rozpoczęłam pracę nad moją gwałtownością i nieumiarkowaniem w wyrażaniu gniewu i złości.

Mogą one również wspomóc innych w kształtowaniu charakteru:

„Błogosławieni cisi, albowiem oni posiadą ziemię” (Mt 5,5). Łagodny bowiem zyskuje sobie serca ludzkie, ich przychylność i życzliwość.

„Wiedźcie, bracia moi umiłowani: każdy człowiek winien być chętny do słuchania, nieskory do mówienia, nieskory do gniewu. Gniew męża bowiem nie wykonuje sprawiedliwości Bożej” (Jk 1:19-20).

„A Ja wam powiadam: Każdy, kto się gniewa na swego brata, podlega sądowi. A kto by rzekł swemu bratu: Raka, podlega Wysokiej Radzie. A kto by mu rzekł: »Bezbożniku«, podlega karze piekła ognistego” (Mt 5:22).

„Zaprześć gniewu i porzuć zapalczliwość; nie oburzaj się: to wiedzie tylko ku złemu” (Ps 37:8).

„Odpowiedź łagodna uśmierza zapalczliwość, słowo raniące pobudza do gniewu” (Prz 15:1).

„Rozważny człowiek nad gniewem panuje, a chwałę jego - zapomnienie uraz” (Prz 19:11).

„Nie bądź pochopny w duchu do gniewu, bo gniew przebywa w piersi głupców” (Kaz 7:9).

„Głupi ujawnia cały swój gniew, mądry go w końcu uśmierza” (Prz 29:11).

„Człowiek gniewliwy wznieca kłótnie, a cierpliwy spory łagodzi” (Prz 15:18).

„Gniew spoczywa tylko w sercu głupiego” (Syr 7,10)

Amen.

*Autor: Joanna Demczyna*

*pedagog, Zastępca Prezesa Fundacji Fidelitas*

## Refleksje

### Refleksja pierwsza odpoczynek

Niezwykłą definicję odpoczynku sformułował Jan Paweł II Wielki. Święty Kościoła Katolickiego powołując się na Norwida mówił „od począć, znaczy tyle co powrócić do stanu poczęcia”. Otworzyć się na rozwój, wzrastanie i naukę. Przyjmować świat i mieć na niego wpływ. Powrócić do początku, odtworzyć swoje siły by mieć energię poczęcia, gotowość poznawania i tworzenia świata!

Pewnie nie wszyscy mogą odpoczywać, dziś niby mamy urlopy. Jednak jak ktoś czyta i bada historię to może się zadziwiać nie tylko tym, że w porównaniu z nami w średniowieczu ludzie mieli wolność. Płacili też minimalne daniny w porównaniu do nas! 10-20% wszystkich należności z wypracowanych dóbr to brzmi jak żart wobec naszych postępowych podatków, paropodatków (ZUS) opłat i akcyz, znaczków sumujących się do blisko 50 a nawet 70% wypracowanych przez nas wartości.

Mieli też niedzielę - oczywiście tylko w krajach chrześcijańskich... i chwile wytchnienia, choćby trzy razy na „Anioł Pański”. Nie tak dawno gdy pracowałem przy budowie ścieżki spacerowej, gdy zażyły dzwony oznajmiając południe, zaproponowałem modlitwę. Było nas czterech, wydawało się, że wszyscy są związani z Kościołem a jednak ich miny mówiły, że nie jest to praktyka codzienna. Pod koniec dnia najmłodszy z nich powiedział, najfajniejsza to była ta przerwa w południe, przypomniałem sobie po co tu pracuję!

Czasem w zgietku i przecież radosnym spotkaniu ludzi jest wyczuwalne jakieś przynaglenie. Wydaje się że – przynajmniej niektórzy, chcą to mieć za sobą i usiąść, położyć się, lub zrobić coś co

pozwole im samym nabrać oddechu i poczuć się „odpoczętym”. Wpada wtedy w rękę „niezbędny” smartfon, komputer, telewizor, koleżanki, koledzy, ciekawostki, ważna sprawa – czasem rzeczywiście, prośba dziecka, potrzeba pomocy, rozmowy, obecności, zaległości.

Po chwili budzi się znów ta potrzeba – oddechu, „od- poczęcia”. Tajemnicą tego niezbędnego i wytęsknionego stanu jest potrzeba spójności fizyczności i naszego ducha! Nie wystarczy inna aktywność (odpoczynkiem może być też wysiłek fizyczny) potrzeba jeszcze refleksji! Zamyślenia. Rozważania. Spokoju serca a najlepiej błogości w odczuwaniu dobra. Można spędzić cały dzień na męczącej wędrówce by zakończyć go oglądaniem zachodu słońca. To ta chwila – jeśli jesteśmy do niej zdolni będzie decydująca w odpoczynku. Warto mieć takie chwile. Refleksja, zaduma, kontemplacja, trochę ciszy, by usłyszeć swoje myśli, albo szept kogoś bliskiego. By mieć chwilę.

To z kolei możemy łatwo pomylić z przyjemnością. Wystarczy skojarzyć nasz odpoczynek ze zjedzeniem czegoś dobrego by po chwili ładować grill, jechać na wielkie zakupy i ... zatracić sens odpoczynku w przygotowaniach, gromadzeniu „niezbędnego” wyposażenia, potem w drodze a następnie sprzątaniu.

Czy można wrócić z urlopu zmęczonym? To pytanie pozostawię retorycznym.

Niełatwo jest odpoczynek zorganizować. Jazda na rowerze górskim szlakiem bez zatrzymania i dostrzeżenia piękna okolicy i znaczenia dokonanego wysiłku, to jak latanie parolotnią z zamkniętymi oczami. Co trzeba? Posłuchać innych, mieć dla nich i dla siebie czas. Jak nie dużo to mało. Dostrzec jak bardzo jesteśmy obdarowani – wszyscy. Wsłuchać się, słuchać i usłyszeć. Zobaczyć, dostrzec. Powrócić do poczęcia. To blisko Boga.

A jeżeli się nie udało, warto po urlopie choć chwilę zadumać się nad swoim odpoczywaniem.

## **Refleksja druga – wakacyjne rozmowy**

Pociągi mkną przez nasze ziemie. Mało kto pamięta jak można było wyjść z pociągu koło małej stacji Osowiec, nazbierać grzybów i biegiem wskoczyć z powrotem gdy przyspieszał w stronę Kluczborka? Albo gdy jadąc do Nysy można było liczyć drzewa w lesie lub w ciszy koło Szydłowa czekać na wolny tor. Jeszcze inną atrakcją było podróżowanie wagonem jak z Dzikiego Zachodu: „arizonka” miała drzwi tyle ile przedziałów, wszystkie otwierały się na peron, no i te drewniane ławki! Pamiętam te wagony z Lublina gdy po długiej podróży zaczynaliśmy ostatni etap do Lubartowa.

Pełno dziś w pociągach. Jadą szybko, ludzie wsiadają i wysiadają. Chwile porozmawiają lub pomilczą. Wagony się zmieniły a rozmowy...

Wpatrzeni w monitorki, czasem zamyśleni z uśmiechem lub troską na twarzy. A co dopiero gdy spotka się grupę, od razu inna energia.

Jadąc w wagonie zamyśliłem się tuż przed moją stacją końca podróży, tak mocno, że nie dostrzegłem grupy dziewcząt rozmawiających coraz głośniej. Miały może 16 lat, jedna była wyraźnie (rok może dwa) starsza, rozmowa była o wolności i chłopakach. Tak sobie pozwolę to opisać aby skrócić opowieść. Z mojej zadumy wyrwał mnie wątek zobowiązań. Dyskusja stanęła na nieopłacalności wiązania się z innymi, że nie warto, że będą żyły jako wolne, podróżujące i zajmujące się sobą. że muszą się rozwijać a nie tracić czas na organizację domu i życia komuś. Że takie życie „jest bez sensu”.

Zrobiło się cicho. Koła pociągu stuknęły miarowo a życie bez zobowiązań i bezsens staran dorosłych powoli zatracę się w kolejnych krajobrazach. Nagle ciszę przerwał głos, zdaje się - owej najstarszej wśród nich:

„Wiecie co, ja to myślę, że tak naprawdę to jest takie tylko gadanie. A tak naprawdę to każda z nas marzy aby znaleźć zaradnego, odpowiedzialnego i opiekuńczego faceta, z którym założę rodzinę, dom, będą sobie ufać i być razem przez całe życie.”

Moje szeroko otwarte oczy udowadniały, że nie śniłem, dojeżdżałem do Opolu. Wsiadając usłyszałem jeszcze: No to załatwiłaś naszą rozmowę, ale masz rację, tylko, że nie chcemy tego przyznać w takich rozmowach. Tak się dziś nie gada.” I jeszcze: „Ja za dziesięć lat będę miała męża, trójkę dzieci i wrócę do pracy jako nauczycielka fizyki. Ktoś musi umieć wreszcie uczyć fizyki.”

Przechodząc przejściem podziemnym wciąż byłem pod wrażeniem wakacyjnej rozmowy moich nieznanych towarzyszek podróży. Żałowałem tylko, że nie zdołałem się dołączyć. Ale pewnie nie usłyszałbym wtedy takich słów.

*Autor: Jerzy Mika*

*trener zarządzania, menager, wychowawca*

## Owoce Mądrości

„Jeśli w życiu bogactwo jest dobrem pożądanym-  
cóż cenniejszego niż Mądrość, która wszystko sprawia?  
Jeśli rozważa jest twórcza-  
któreż ze stworzeń bardziej twórcze niż Mądrość?  
I jeśli kto miłuje sprawiedliwość-  
to jej dziełami są cnoty;  
uczy bowiem umiarkowania i roztropności,  
sprawiedliwości i męstwa,  
od których nie ma dla ludzi w życiu nic użyteczniejszego.  
A jeśli kto jest żądny wielkiego doświadczenia-  
ona zna przeszłość i o przyszłości wnioskuje,  
zna zawiłości słów i rozwiązania zagadek,  
przewiduje znaki i cuda, kolejność chwil i czasów.  
Postanowiłem więc wziąć ją za towarzyszkę życia,  
wiedząc, że będzie mi doradczynią w dobrem,  
a w troskach i w smutku pociechą.”

*Mdr 8, 5-9*

## W błękanie uśmiechu

Klucze szczęśliwych ptaków  
Lecą ku niebu bliskiemu  
Niosąc na mocnych skrzydłach  
Piosenki polskiego sierpnia

Ułożone wieczorem  
Słowa karmione przeszłością  
Skomponowane nocą  
Melodie co budzą rano

W to letnie południe  
Podziwiam pogodne chmury  
Co spokojnie dziś płyną  
Nad wiecznie pięknym lasem

*Autor: ks. Dariusz Woźny*

## Klęcząc przed obrazem

Matko Boża z Trąbek Wielkich  
zamyślona nad swym ludem  
Zasiej miłość w młodych sercach  
Piękną pieśnią, pięknym cudem

Matko nasza z Gdańskiej Zaspy  
powróciłaś już w koronie  
Obudź siłę w naszych duszach  
byśmy żyli w Bożym gronie

Matko Boża z polskiej ziemi  
kochająca swoje dzieci  
Umyj ludzi z błota grzechu  
wyrzuć zawiść w morze śmieci

Matko nasza w pięknej szacie  
zmieniająca moje życie  
prowadź drogą w czystych sercach  
wielką miłość daj obficie

*Autor: ks. Dariusz Woźny*

## Spis treści

Słowo wstępne .....	1
Maryja – Niewiasta Nowa .....	2
Kierownictwo duchowe według o. Józefa Kentenicha w kontekście jego pedagogiki – przykłady pogładowe .....	6
Asceza radości życia .....	14
O kształtowaniu charakteru - gniew i łagodność .....	20
Refleksje .....	27
Owoce Mądrości .....	31
W błękie uśmiechu .....	32
Klęcząc przed obrazem.....	33

***Im dajesz więcej, tym większym się stajesz. Ale potrzebny jest ktoś, aby przyjmować. Bowiem dawać to nie znaczy tracić.***

*/Antoine de Saint-Exupéry/*

**WESPRZYJ NASZE STARANIA:**

FUNDACJA FIDELITAS

Konto: 47 1140 2004 0000 3602 7739 1190

Tytuł przelewu: Darowizna na cele Fundacji Fidelitas

