

1

ZAUFANIE BOGU

Modlitwa:

Maryjo, naucz mnie ufać Bogu we wszystkim, tak jak Ty ufałaś Jego planowi. Pomóż mi nie lękać się przyszłości, lecz przyjmować każdy dzień z wiarą, że On prowadzi moje życie i zna moje potrzeby.

Wskazówka dnia:

Zrób dziś jeden mały krok, by powierzyć swoje troski Bogu – nawet jeśli wydają się zbyt trudne. Może to być modlitwa w ciągu dnia lub zapisanie swoich obaw na kartce i oddanie ich Maryi.



2

SIŁA MODLITWY

Modlitwa:

Maryjo, pomóż mi odnaleźć radość w codziennej modlitwie. Naucz mnie, jak rozmawiać z Bogiem w ciszy serca i jak wytrwać w wierze, nawet gdy życie wydaje się pełne pośpiechu i trudności.

Wskazówka dnia:

Poświęć 5 minut na spokojną modlitwę, powtarzając słowa modlitwy „Zdrowaś Mario” świadomie, wsłuchując się w każde słowo i pozwalając Maryi przemówić do Twojego serca.



3

OTWARTOŚĆ SERCA

Modlitwa:

Maryjo, otwórz moje serce na obecność Boga i dobro wokół mnie. Pomóż mi dostrzegać małe znaki Jego miłości w codziennych sprawach i reagować na nie z wdzięcznością i otwartością.

Wskazówka dnia:

Zwróć uwagę choć na jeden dobry uczynek kogoś innego – i spróbuj dziś sam zrobić coś dobrego dla kogoś, kto tego nie oczekuje. To może być drobny gest, który przyniesie radość zarówno Tobie, jak i innym.



4

ODWAGA W TRUDNOŚCIACH

Modlitwa:

Maryjo, bądź przy mnie, gdy odczuwam lęk lub niepewność. Pomóż mi stawiać czoła wyzwaniom z odwagą i zaufaniem, że Bóg prowadzi każdy mój krok, a Ty jesteś obok mnie, by wspierać mnie swoją miłością.

Wskazówka dnia:

Wyzwanie dnia: powiedz dzisiaj „tak” małemu, trudnemu zadaniu, które odkładałaś/eś – z Maryją u boku łatwiej stawić czoła przeszkodom.



5

WDZIĘCZNOŚĆ ZA CODZIENNE DARY

Modlitwa:

Maryjo, naucz mnie dostrzegać piękno i dobro w zwykłych, codziennych chwilach. Pomóż mi dziękować Bogu za każdy dar, nawet jeśli wydaje się mały, i radować się obecnością innych w moim życiu.

Wskazówka dnia:

Zapisz trzy rzeczy, za które jesteś dziś wdzięczny – nawet drobne momenty mają znaczenie i mogą odmienić Twój nastrój.



6

WSPÓŁCZUCIE I MIŁOŚĆ

Modlitwa:

Maryjo, naucz mnie kochać bliźnich tak, jak Ty kochasz każdego z nas. Pomóż mi dostrzegać ich potrzeby i reagować z sercem pełnym dobroci, cierpliwości i zrozumienia, nawet gdy jest trudno.

Wskazówka dnia:

Zrób dziś coś, co sprawi radość innym – uśmiech, pomoc, słowo otuchy. Małe gesty miłości mają wielką moc i przypominają o obecności Boga w naszym życiu.



7

ZAUFANIE W DZIAŁANIE MARYI

Modlitwa:

Maryjo, wiem, że czuwasz nade mną
i nieustannie mnie prowadzasz.
Pomóż mi dostrzegać Twoją obecność
w moim życiu i uczyć się od Ciebie,
jak zaufać Bogu w każdym momencie
– w radości i w trudności.

Wskazówka dnia:

Znajdź dziś chwilę ciszy i pomyśl o tym,
gdzie w ostatnim czasie Maryja mogła
działać w Twoim życiu – podziękuj Jej
w sercu i pozwól, by Jej obecność
przynosiła Ci pokój.

