

## POMOC DO ADORACJI

**Jak wejść w modlitwę w ciszy?**

**Jak modlić się sam na sam?**

**Jak słuchać Pana?**

### **Pozostań sam...**

Zadbaj o ciszę w sobie i wokół siebie, aby słuchać Pana

- wyłącz telefon, zostaw to, co rozprasza, i oddaj Panu do dyspozycji swój czas.

### **Wejź cały...**

Zaangażuj się całym sercem, całą duszą i całym umysłem, aby być z Panem

- spotkaj się z Bogiem prosto i serdecznie, jak przyjaciel z Przyjacielem.

### **Wyjź inny...**

Spotkanie z żywym Bogiem w ciszy i milczeniu przemienia i uzdrawia duchowo

- wróć do swojej codzienności, pamiętając, że Pan jest zawsze z Tobą.