

Wprowadzenie	9
1. Agata – zaufaj temu, co w tobie niezniszczalne	21
2. Agnieszka – uwierz w swą godność	25
3. Anna – obdarzaj siebie matczyną miłością	29
4. Anzelm z Canterbury – zaufaj swojej tęsknocie	32
5. Antoni z Padwy – wsłuchaj się w swoje twórcze wnętrze	36
6. Augustyn – czerp ze starego, miej odwagę na nowe	40
7. Barbara – podążaj własną drogą ku wolności i życiu	44
8. Bernard z Clairvaux – uczyni owocnym niepokój swego serca	48
9. Błażej – pokonaj swój strach	52
10. Bonifacy – w chwili słabości uwierz w moc Bożą ...	56
11. Cecylia – wyraż swoje uczucia	60
12. Dorota – nie bądź zgorzkniała	64
13. Elżbieta – miej odwagę podejść do innych	67
14. Felicyta – wpatruj się w swoje rany i odkryj w nich źródło życia	72
15. Filip Nereusz – śmieję się, bądź radosny i wolny	77
16. Florian – powierz się Bożej Opatrzności	82
17. Franciszek – pozwól, by napelniła cię radość	85
18. Herybert – pokonaj duchową oschłość	89
19. Hildegarda z Bingen – znajdź swoją miarę	92

20. Hubert – zdecyduj się na cel życia	95
21. Jakub Starszy – bądź w ruchu, szukaj swej drogi	99
22. Jerzy – bądź nieugięty, masz siłę do obrony	103
23. Józef – poczuj, co zmienia twą codzienność	106
24. Katarzyna – żyj zawsze własnym życiem	110
25. Klara – pozwól się dotknąć miłości	113
26. Krzysztof – bądź ostrożny na swej drodze	117
27. Lambert – nie uciekaj od problemów	121
28. Leonard – traktuj właściwie swoje popędy	124
29. Łucja – bądź mężny i czysty	127
30. Małgorzata – zintegruj swój cień	130
31. Marcin – pozostań w swej głębi, walcz o pokój	133
32. Maria Magdalena – zaufaj swojej miłości	136
33. Maurycy – słuchaj, co mówi ci głos wewnętrzny	140
34. Michał – niech to, co ludzkie, nie będzie najważniejsze	143
35. Mikołaj – stwórz przestrzeń dla życia	146
36. Mikołaj z Flüe – posłuchaj wezwania i idź za nim	149
37. Monika – szukaj wsparcia w swoim bólu	152
38. Notburga – bądź dla innych źródłem błogosławieństwa	155
39. Otylia – wierz i patrz w głąb	159
40. Rafał – uwierz uzdrawiającemu aniołowi	163
41. Roch – pokaż swoje rany	166
42. Sebastian – uwierz w swoją nienaruszalność	169
43. Teresa z Ávila – zdaj się na swoją tęsknotę	172
44. Teresa z Lisieux – uczyni miłość swoim programem	176
45. Urszula – bądź sobą i idź własną drogą	179
46. Walburga – pokaż siłę w kierowaniu	182
47. Walenty – zobacz w każdym człowieku tęsknotę za miłością	185

48. Wawrzyniec – pozwól na przemianę	188
49. Wendelin – żyj życiem, które przynosi owoce	192
50. Weronika – uwolnij się od niezdrowych obrazów ...	196
Wspomnienie wymienionych świętych	
w ciągu roku kalendarzowego	201