[Droga Krzyżowa 2](#_Toc30603179)

[**Rozważania ks. Blachnickiego „Wolni i wyzwalający”** 2](#_Toc30603180)

[**Rozważanie ze św. Maksymilianem Kolbem** 2](#_Toc30603181)

[**Rozważania dla osób uzależnionych i ich rodzin** 2](#_Toc30603182)

[**Rozważania o zniewoleniach i pijaństwie** 2](#_Toc30603183)

[**Rozważania o pomocy osobom uzależnionym** 2](#_Toc30603184)

[**Rozważania o trzeźwości** 2](#_Toc30603185)

[Adoracja 3](#_Toc30603186)

[**Adoracja 1** 3](#_Toc30603187)

[**Adoracja 2 / 3 / 4** 3](#_Toc30603188)

[**Adoracja 5** 3](#_Toc30603189)

[Różaniec 3](#_Toc30603190)

[**Różaniec dla osób uzależnionych i ich rodzin** 3](#_Toc30603191)

[**Różaniec dla osób uzależnionych i ich rodzin – wersja skrócona** 3](#_Toc30603192)

[Nabożeństwo ze złożeniem przyrzeczenia abstynenckiego 3](#_Toc30603193)

[Modlitwa wiernych 4](#_Toc30603194)

[**Modlitwa 1** 4](#_Toc30603195)

[**Modlitwa 2** 4](#_Toc30603196)

[**Modlitwa 3** 5](#_Toc30603197)

[**Modlitwa 4** 5](#_Toc30603198)

[**Modlitwa 5** 5](#_Toc30603199)

[**Modlitwa 6** 6](#_Toc30603200)

[**Modlitwa 7** 6](#_Toc30603201)

[**Modlitwa 8** 7](#_Toc30603202)

[**Modlitwa 9** 7](#_Toc30603203)

[**Więcej modlitw:** 7](#_Toc30603204)

[Inne Modlitwy 8](#_Toc30603205)

[**Modlitwa do św. Jana Chrzciciela** 8](#_Toc30603206)

[**Modlitwa do św. Maksymiliana Kolbego** 8](#_Toc30603207)

[**Modlitwa do św. Stanisława** 8](#_Toc30603208)

[**Modlitwy do Matki Bożej** 8](#_Toc30603209)

[**Modlitwa / przyrzeczenie Piusa X** 9](#_Toc30603210)

[**Modlitwa za tych, którzy lekceważą problem alkoholizmu** 9](#_Toc30603211)

[**Modlitwa za niewinne ofiary alkoholizmu** 9](#_Toc30603212)

# Droga Krzyżowa

## Rozważania ks. Blachnickiego „Wolni i wyzwalający”

## <http://www.tmoch.net/jupgrade/pliki-pdf/droga-krzyzowa-wolni-i-wyzwalajacy.pdf>

## Rozważania dla osób uzależnionych i ich rodzin

* <https://opoka.org.pl/biblioteka/M/MR/droga_krzyz_uzaleznionych.html>

## Rozważania o zniewoleniach i pijaństwie

* <https://kongrestrzezwosci.pl/wspolpraca/diecezje-w-polsce/droga-krzyzowa-w-intencji-trzezwosci-w-wielki-piatek-2017-r-prowadzona-przez-wspolnote-kwc-w-debicy-14.html>
* <https://m.niedziela.pl/artykul/68611/nd/Droga-Krzyzowa-w-intencji-czlowieka>
* <http://www.mateusztalbot.pl/strony/drogakrzyzowaotrzezwosc.html>
* <http://rywaldzkiespotkania.like.pl/rywaldzkie_spotkania_w_trzezwosci-rozwazania_drogi_krzyzowej-p18.html>
* <http://www.dt-zamosc.pl/kategorie/drogi_krzyzowe>

## Rozważania o pomocy osobom uzależnionym

* <https://diecezja.waw.pl/1537>
* <http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl/droga.htm#DZWIGAC>
* <http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl/droga.htm#NASLADOWAC>

## Rozważania o trzeźwości

* <http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl/droga.htm#EUCHARYSTIA>

# Adoracja

## 

## Adoracja 1 / 2 / 3

* <http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl/adoracje.htm#3>

## Adoracja 4

* <https://kongrestrzezwosci.pl/inne-wydarzenia/adoracja-w-tygodniu-modlitw-o-trzezwosc-narodu-29.html>

# Różaniec

## Różaniec dla osób uzależnionych i ich rodzin

* <https://kongrestrzezwosci.pl/inne-wydarzenia/rozaniec-w-intencji-uzaleznionych-54.html>

# Nabożeństwo ze złożeniem przyrzeczenia abstynenckiego

* <https://brewiarz.pl/download/trzezwosc.pdf>

# Modlitwa wiernych

## Modlitwa 1

1. Módlmy się za Kościół święty, aby po całej ziemi głosił Dobrą Nowinę, która jest orędziem życia wolnego i radosnego.
2. Módlmy się za Papieża i całe duchowieństwo, aby swoim świętym życiem i nauczaniem wskazywali drogę do Boga.
3. Módlmy się za kapłanów abstynentów, aby przykład ich życia pomagał wiernym w praktykowaniu cnoty trzeźwości.
4. Módlmy się za parlamentarzystów i rządzących, aby poprzez dobre prawo i jego egzekwowanie chronili rodziny, a szczególnie dzieci i młodzież przed szkodliwymi reklamami i ideologiami.
5. Módlmy się za rodziców i wychowawców, aby świadomi odpowiedzialności przed Bogiem za wychowanie młodego pokolenia sprzeciwiali się demoralizowaniu dzieci i młodzieży.
6. Módlmy się za młodych, aby pielęgnując cnotę wstrzemięźliwości kroczyli drogą zbawienia.
7. Módlmy się za upijających się i uzależnionych o wydobycie się z ciemności grzechu ku życiu w jedności z Bogiem, który daje radość i prawdziwą wolność.
8. Módlmy się za nas obecnych na tej Eucharystii, abyśmy podjęli decyzję abstynencji od alkoholu z miłości do Boga i bliźnich.

## Modlitwa 2

1. Boże, Ty jesteś najlepszym Ojcem, prosimy Cię za wszystkie rodziny, a zwłaszcza za ojców, mężów i braci, aby swoim świadectwem wiary i trzeźwości pomagali najbliższym trwać przy Chrystusie i Jego Ewangelii. Ciebie prosimy...
2. Boże, Ty jesteś Panem Zastępów, prosimy Cię za wszystkich, którzy przez grzechy pijaństwa oddalają się od Ciebie i niszczą w sobie Twoje podobieństwo, aby modlitwa i pokuta pomogła im zerwać z nałogiem i na nowo odkryć w sobie godność Twojego dziecka. Ciebie prosimy...
3. Boże, Ty jesteś Panem Życia, prosimy Cię za wszystkich zatroskanych o trzeźwość swoich najbliższych i całego narodu polskiego, aby umocnieni Twoim Słowem i Twoją łaską z odwagą proroka podejmowali trud apostolstwa trzeźwości. Ciebie prosimy...
4. Boże, Ty wskrzesiłeś Jezusa z martwych, prosimy Cię za wszystkich, którzy odeszli z tego świata jako ofiary nadużywania alkoholu przez siebie czy przez innych ludzi, aby doznali Twojego miłosierdzia i w Twoich ojcowskich ramionach znaleźli prawdziwy pokój i wieczną radość. Ciebie prosimy...
5. Boże, Ty wysłuchujesz tych, którzy Cię wzywają, prosimy Cię za naszą wspólnotę eucharystyczną, aby Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu, był dla nas czasem ożywionej troski o tych, którym trudno trwać w trzeźwości i byśmy modlitwą, własną abstynencją, ofiarą oraz dobrym słowem i czynem zabiegali o ich zbawienie. Ciebie prosimy...

## Modlitwa 3

1. Módlmy się za Papieża Franciszka, który steruje łodzią Kościoła, by oświecony światłem Ducha Świętego doprowadził liczne narody do poznania Jezusa Chrystusa. Ciebie prosimy...
2. Módlmy się za ojców rodzin, aby za przykładem św. Józefa byli oparciem dla swych żon, a dla dzieci wzorem silnej wiary i radosnej trzeźwości. Ciebie prosimy...
3. Módlmy się za osoby, które są na drodze wychodzenia z nałogu, by przy pomocy łaski Bożej szczęśliwie dotarli do brzegu wyzwolenia. Ciebie prosimy...
4. Módlmy się za rodziny alkoholików, aby zło zostało w nich pokonane i dokonała się trwała przemiana na dobre. Ciebie prosimy...
5. Módlmy się za tych, którzy dotknąwszy Jezusa odzyskali zdrowie, by wytrwali w dobrych postanowieniach. Ciebie prosimy...
6. Módlmy się za zmarłych, szczególnie tych, którzy mężnie toczyli bój z mocami ciemności, by razem ze świętymi śpiewali w niebie Hymn Chwały. Ciebie prosimy...
7. Módlmy się za nas, uczestniczących w tej Eucharystii, byśmy potrafili w każdym człowieku, szczególnie w tych najbardziej pogardzanych, widzieć ikonę Chrystusa. Ciebie prosimy...

## Modlitwa 4

1. Módlmy się za święty Kościół Boży, niech jaśnieje światłem wiary i trzeźwości wobec wszystkich narodów. Ciebie prosimy...
2. Módlmy się za ludzi ze świata nauki i kultury, aby ich praca przyczyniała się do uznania doniosłej roli ojca w zdrowej i trzeźwej moralnie rodzinie. Ciebie prosimy...
3. Módlmy się za rodziny uwikłane w chorobę alkoholową, aby wiara w Boga i miłość do najbliższych były im pomocą w podjęciu decyzji o leczeniu uzależnienia oraz w trwaniu w trzeźwości. Ciebie prosimy...
4. Módlmy się za organizatorów zabaw karnawałowych, aby kierowali się nie tylko zyskiem, ale przede wszystkim dobrem moralnym dzieci i młodzieży. Ciebie prosimy...
5. Módlmy się za dzieci dotknięte chorobą alkoholową ojca czy matki, aby znalazły skuteczną pomoc w najbliższym otoczeniu. Ciebie prosimy...
6. Módlmy się za nas samych, abyśmy każdego dnia stawali się świadkami wiary i trzeźwości, przyczyniając się tym samym do otrzeźwienia naszych rodzin i całego narodu. Ciebie prosimy...

## Modlitwa 5

1. Módlmy się za Kościół Święty i jego pasterzy, aby ukazywał wiernym wartość pokuty i zachowywania chrześcijańskiej wstrzemięźliwości. Ciebie prosimy...
2. Módlmy się za sprawujących władzę w naszym kraju, aby ustanawiając i egzekwując prawo strzegli modelu rodziny według Bożego zamysłu i skutecznie przeciwstawiali się wszelkiej niesprawiedliwości społecznej i rozpijaniu narodu polskiego. Ciebie prosimy...
3. Módlmy się za nasze lokalne władze, aby w każdym podejmowanym działaniu miały na uwadze dobro człowieka i opierając się pokusom łatwej popularności swoją postawą starały się dawać przykład pięknego i trzeźwego życia. Ciebie prosimy...
4. Módlmy się za rodziny, aby w codziennej wspólnej modlitwie i w niedzielnej Eucharystii szukały mocy do przeciwstawienia się wszelkim manipulacjom możnych tego świata, oferującym fałszywe wizje szczęścia i spełnienia się człowieka. Ciebie prosimy...
5. Módlmy się za ludzi mediów, aby promując dobro za pośrednictwem środków masowego przekazu, pomagali nam w wyborze życia trzeźwego i odpowiedzialnego. Ciebie prosimy...
6. Módlmy się za zmarłych, którzy swoją postawą ukazywali model życia bez alkoholu, by ich nagroda w niebie była wielka. Ciebie prosimy...
7. Módlmy się za nas samych, abyśmy mieli w sobie pragnienie nawrócenia się i szukali siły u Boga do wytrwania w dobrym. Ciebie prosimy...

## Modlitwa 6

1. Módlmy się za biskupów i kapłanów, aby jako duchowi ojcowie, świadczyli swoją postawą o wartości abstynencji wobec powierzonych im wiernych i napotkanych osób. Ciebie prosimy...
2. Módlmy się za rządzących naszym państwem, aby zatwierdzali ustawy, które pomagałyby obywatelom trwać w trzeźwości. Ciebie prosimy...
3. Módlmy się za wszystkich abstynentów, aby wytrwale kroczyli wybraną drogą i swoją postawą pociągali innych do stylu życia godnego chrześcijanina. Ciebie prosimy...
4. Módlmy się za młodzież zrzeszoną w grupach parafialnych, aby pokazywała swoim rówieśnikom możliwość ciekawego spędzania wolnego czasu i dobrej zabawy bez spożywania alkoholu. Ciebie prosimy...
5. Módlmy się za ojców rodzin, aby byli świadkami wiary i trzeźwości we własnych rodzinach i środowiskach pracy. Ciebie prosimy...
6. Módlmy się za nas, otaczających stół eucharystyczny, abyśmy umocnieni Słowem Bożym i Ciałem Chrystusa, trwali w trzeźwości i wspierali modlitwą pragnących powstać z uzależnień. Ciebie prosimy...

## Modlitwa 7

1. Módlmy się za Kościół Święty, aby ludzie odkryli w nim swój dom i spotkali Zbawiciela, Jezusa Chrystusa. Ciebie prosimy...
2. Módlmy się za Ojca świętego i wszystkich pasterzy Kościoła, aby pełni mocy Ducha Świętego prowadzili nas do żywej wiary. Ciebie prosimy...
3. Módlmy się za młodzieńców, aby wpatrywali się w Oblicze Jezusa, znajdowali czas na rozmowę z Nim i w ten sposób dobrze przygotowali się do roli ojca. Ciebie prosimy...
4. Módlmy się za rządzących, zwłaszcza w naszej Ojczyźnie, aby szukali dobra a nie zła i prowadzili innych do wolności. Ciebie prosimy...
5. Módlmy się za ludzi zniewolonych, za oszukanych przez propagandę mediów i fałszywe reklamy, aby wszyscy odnaleźli Prawdę, którą jest Jezus Chrystus. Ciebie prosimy...
6. Za rodziców i wychowawców, aby młodych ludzi wychowywali do prawdy i wolności, i mieli odwagę stawiać im wysokie wymagania. Ciebie prosimy...
7. Módlmy się za tych, którzy podjęli post od alkoholu w Krucjacie Wyzwolenia Człowieka i innych wspólnotach, za dzieci z Krucjaty Niepokalanej, aby trwając w dobrych postanowieniach tworzyli nowe obyczaje i piękny styl życia. Ciebie prosimy...
8. Panie, prosimy naucz nas zrozumieć sens postu i wybrać ten post, który jest odejściem od zła i czynieniem dobra, abyśmy usłyszeli Twój głos w naszych sercach i poszli za Tobą. Ciebie prosimy...

## Modlitwa 8

1. Módlmy się za Kościół Święty, aby zawsze głosił światu Boże Miłosierdzie. Ciebie prosimy...
2. Módlmy się o moc Bożej łaski dla ludzi uwikłanych w różne uzależnienia, zwłaszcza alkoholizm, aby powstali z nałogów i zadośćuczynili za swoje grzechy. Ciebie prosimy...
3. Módlmy się za ojców, aby zawierzając się Matce Najświętszej umacniali wiarę w swoich sercach i byli świadkami Bożej miłości dla swoich rodzin. Ciebie prosimy...
4. Módlmy się za naszą Ojczyznę, aby dzięki trzeźwości Polaków, wzrastała w sprawiedliwości i dobrobycie. Ciebie prosimy...
5. Módlmy się za dzieci i młodzież, aby naśladując Jezusa były posłuszne rodzicom i uczyły się skromnego i wstrzemięźliwego życia. Ciebie prosimy...
6. Módlmy się za ofiary wypadków drogowych, wywołanych przez pijanych kierowców, aby Dobry Bóg zaradził kalectwu tych, którzy pozostali przy życiu, a zmarłych przyjął do swego Królestwa. Ciebie prosimy...
7. Módlmy się za nas zebranych na tej Eucharystii, abyśmy przyjmując miłość Jezusa ofiarnie dawali ją bliźnim. Ciebie prosimy...

## Modlitwa 9

1. Módlmy się za Kościół święty, aby głosząc wiernie Ewangelię Chrystusową, trwał mocny w wierze, nadziei i miłości wśród prześladowań, jakich doznaje we współczesnym świecie. Ciebie prosimy...
2. Módlmy się za papieża, biskupów i kapłanów, aby umacniali wierzących w Chrystusa i odważnie świadczyli o Nim swoim życiem, dając wiernym przykład trzeźwości. Ciebie prosimy...
3. Módlmy się za naszą Ojczyznę, aby nastąpiło otrzeźwienie wszystkich Polaków. Ciebie prosimy...
4. Módlmy się za bractwa, ruchy, grupy trzeźwościowe i wszystkich apostołów zatroskanych o trzeźwość Narodu polskiego, aby ich ofiarne świadectwo i gorliwość pomogły uzależnionym w wyzwoleniu się z nałogów, zwłaszcza alkoholizmu. Ciebie prosimy...
5. Módlmy się za nas samych, abyśmy zawsze byli trzeźwi i mocni w wierze. Ciebie prosimy...

## Więcej modlitw:

* <http://www.duszp.trzezwosci.plock.opoka.org.pl/archiwum.htm#TMOTN>

# Inne Modlitwy

## Modlitwa do św. Jana Chrzciciela

Święty Janie Chrzcicielu, który abstynencję praktykowałeś przez całe swoje życie, pomóż, abyśmy w naszej Ojczyźnie dożyli czasów, w których alkohol przestanie być symbolem nieszczęść, zmartwień i tragedii. Chroń nas przed grzechem upijania się. Bądź natchnieniem i pomocą dla wszystkich, którzy wyrzekają się napojów alkoholowych dla dobra swoich najbliższych i narodu. Patronie niepijących alkoholu, wzbudź w sercach moich rodaków pragnienie życia bez alkoholu, abyśmy poprzez ich abstynencję osiągnęli trzeźwość całego narodu. Amen.

## Modlitwa do św. Maksymiliana Kolbego

Święty Maksymilianie, który tyle razy przypominałeś, że szatan przy pomocy alkoholu zabiera Chrystusowi wiele dusz nieśmiertelnych, miej nas w swojej opiece. Poświęcając się dla drugiego człowieka, pokazałeś jak wielką wartość ma życie ludzkie. Ciebie więc Kościół w Polsce chce uznawać za Patrona Trzeźwości. Wyjednaj, prosimy, moc naszemu katolickiemu narodowi, który Maryi Jasnogórskiej uroczyście ślubował walkę z pijaństwem. Pomóż nam skutecznie zachęcać bliźnich do życia w trzeźwości. Amen.

## Modlitwa do św. Stanisława

Święty Stanisławie, który w ciągu całej historii Polski ratowałeś Naród przed różnymi niebezpieczeństwami i zagrożeniami moralnymi, uproś tę łaskę dla naszej katolickiej Ojczyzny, by nie zalewał ją potok alkoholizmu. Niech trzeźwe będą nasze rodziny, ojcowie i matki, młodzież i dzieci. Niech zniknie z naszych domów przymus alkoholowy, zeświecczone zwyczaje wypaczające powagę nawet różnych przeżyć religijnych. Wzbudź w naszym Narodzie apostołów trzeźwości i umiarkowania, w każdym stanie i zawodzie. Ty, który ratowałeś nasz Naród w najbardziej tragicznych chwilach, przyjdź nam z pomocą w tej ciężkiej walce o właściwe oblicze moralne drogiej nam Ojczyzny. W trosce o trzeźwość, widzimy troskę o nasz byt narodowy przyszłych pokoleń. Święty Stanisławie, prosimy cię o szczególne wstawiennictwo w tej ważnej i bolesnej sprawie. Amen.

## Modlitwy do Matki Bożej

* Maryjo, Królowo i Matko moja! Pragnę przyczynić się do przyspieszenia królowania Twego przez wypełnienie Ślubów Jasnogórskich, przez miłość i zgodę w rodzinach. Oddaję Ci się, Zwycięska Pani Jasnogórska, jako Twoje narzędzie i jako pomoc Twoja, aby stoczyć pod Twoim sztandarem święty bój ze straszną klęską rozbicia rodziny, wzajemnej nienawiści, pijaństwa i niemoralności. Cechuje mnie jednak słabość i nieudolność. Proszę Cię więc pokornie, abyś mnie natchnęła odwagą i siłą, mocą i wytrwałością. Chcę w każdym środowisku, jako chrześcijanin, dawać świadectwo całkowitej trzeźwości i zawsze kierować się w życiu dobrem innych ludzi. Proszę Cię więc o ratunek dla moich braci, nieszczęśliwych niewolników różnych nałogów, a szczególnie nałogu alkoholowego. Dobra Matko, wzmocnij ich słabą wolę. ulecz z choroby alkoholowej, opiekuj się ich rodzinami. Proszę Cię, abyś jak najprędzej zakrólowała w Narodzie trzeźwym i czystym, wiernym Bogu, Krzyżowi, Ewangelii, Kościołowi i Jego Pasterzom. Amen.
* Królowo i Matko nasza, poprzez pragnienie, które Twój Syn przeżywał z miłości dla nas, błagam o Twoją pomoc dla wszystkich uzależnionych. Matko Bożej łaski, uproś u Twego Syna miłosierdzie dla nich. Zdani tylko na samych siebie są bezsilni, lecz przez Twoje wstawiennictwo i za łaską Twego Syna zwycięstwo będzie ich udziałem. Amen
* Maryjo, Królowo Polski i Wspomożycielko wiernych! Wejrzyj, prosimy, na nasz Naród i broń jego synów przed nałogami, a zwłaszcza nałogiem pijaństwa. Spójrz, Matko, na spustoszenie spowodowane klęską alkoholizmu. Otocz opieką nieszczęśliwe rodziny, zrujnowane alkoholizmem i udziel im radości wyzwolenia z tego nałogu i jego następstw. Prosimy, byś zakrólowała w Narodzie trzeźwym i zdrowym, wiernym Bogu, Krzyżowi, Ewangelii i Kościołowi świętemu. Amen.

## Modlitwa / przyrzeczenie Piusa X

Boże, Ojcze mój, dla okazania mojej względem Ciebie miłości, dla wynagrodzenia za zniewagi wyrządzone Twojej czci, dla uproszenia duszom zbawienia, mocno postanawiam: dnia dzisiejszego ani wina, ani wódki, ani piwa, ani też jakiegokolwiek innego upajającego trunku nie używać. To umartwienie ofiarowuję Tobie w połączeniu z ofiarą Twego Syna Jezusa Chrystusa, który codziennie ofiarowuje siebie samego na ołtarzu dla Twojej chwały. Amen.

## Modlitwa za tych, którzy lekceważą problem alkoholizmu

Panie Jezu Chryste, który umarłeś dla zbawienia człowieka. Pomóż nam, Twoim zaślepionym dzieciom, zrozumieć istotne niebezpieczeństwo wynikające z alkoholizmu: duchowe i fizyczne szkody wyrządzone sobie i innym. Pomóż nam, zrozumieć wartość trzeźwości i wprowadzać ja w życie ku Twojej chwale i ku własnemu zbawieniu. Amen.

## Modlitwa za niewinne ofiary alkoholizmu

Panie Jezu Chryste, spójrz z miłością na tych, którzy uginają się pod ciężarem alkoholizmu najbliższych. Bądź im pomocą i pokrzepieniem. Ulżyj w tych cierpieniach. Wejrzyj szczególnie na dzieci żyjące w rodzinie alkoholików. Ulituj się, Panie nad ich cierpieniem i nędzą. Prosimy, wysłuchaj ich prośby, by przez całkowite wyleczenie się z alkoholizmu bliskich by domy ich znów stały się ośrodkami dobra, nadziei, pokoju i miłości. Amen.