

Przykład modlitwy porannej - w oparciu o WK + dodatki w duchu programu:

Boże pokieruj moim myśleniem, uwolnij mnie dziś od więzienia moje JA, od nieuczciwości i rozczulania się nad sobą oczyść moje myśli ze złych pobudek abym mógł korzystać z daru jakim mnie obdarowałeś - z rozumu - w sposób właściwy. Bądź ze mną, działaj ze mną, twórz ze mną, bądź dla mnie natchnieniem, intuicją, decyzją. Pokaż mi Boże każdy następny krok oraz właściwy sposób rozwiązania wszystkich problemów który przyniesie mi nadchodzący dzień w szczególności uwolnij mnie z więzów mojego ja. (str. 74-75 III wydanie lub 86-89 IV wydanie)

Ojciec jeżeli pragniesz aby był jakoś użyteczny dla ludzi, których postawisz dzisiaj na mojej drodze - udziel mi proszę mądrości i siły abym tę mądrość wprowadzał w życie, wskaż mi drogę, dodaj ufności, wiary i odwagi abym nią podążał, umocnij mnie proszę w uczciwości, uprzejmości, miłości i tolerancji. Objaw mi proszę jak mogę Ci służyć najlepiej, wola Twoja nie moja się niech się dzieje.

Boże daj mi to co nakazujesz i nakazuj to co chcesz (daj mi siłę abym czynił to co nakazujesz a wtedy nakazuj co chcesz). Pragniesz ode mnie wielkiej miłości, ja również jej pragnę, jak łania pragnie wody ze strumienia, ale sam widzisz, że nie mam już więcej miłości do ofiarowania. Udziel mi jej więcej a ja Tobie ją ofiaruję (modlitwa św. Augustyna albo o. Pio - nie pamiętam :))

Boże cichy i pokornego serca uczyni serce moje według serca Twego. Odmień moje serce i życie.

+ modlitwa 3 Kroku + modlitwa 7 Kroku

Boże, ofiaruję siebie Tobie, abys mnie uformował i uczynił ze mną to, co będzie zgodne z Twoją wolą. Uwolnij mnie ode mnie samego, żebym mógł lepiej spełniać Twoją wolę. Oddał ode mnie trudności, aby zwycięstwo nad nimi mogło być świadectwem dla tych, którym pospieszę z pomocą, czerpiąc z Twojej Potęgi, Miłości i Twego Pojmowania Dróg Życia. Dopomóż mi, aby zawsze spełniali Twą wolę... Boże, odmień moje serce i życie. Jezu jeżeli pragniesz abym był jakoś pomocny ludziom których dzisiaj postawisz na mojej drodze - udziel mi siły i mądrości abym mógł zawsze spełniać Twoją wolę. Boże chroń mnie od uczucia gniewu, odwetu i kłótni... pokaż mi w jaki sposób mogę być pomocny tym ludziom. Usuń ze mnie strach, co oni sobie pomyślą i pokaż mi kim chciałbyś abym się stał, usuń ze mnie strach, że nie jestem wystarczająco dobry i pokaż mi kim chciałbyś abym się stał Jest we mnie wiele strachu Boże... ciągle nie ufam Tobie i chciałbym po swojemu...dlatego proszę Cię o łaskę ufności i wiary, abym mógł w końcu uwierzyć i zaufać Tobie.

Objaw mi Panie jak mogę służyć Tobie najlepiej. Wskaż mi drogę i umocnij mnie w uczciwości, uprzejmości, miłości i tolerancji. Objaw mi Panie kim chciałbyś abym się stał. Boże daj mi to co nakazujesz i nakazuj to co chcesz. Pragniesz ode mnie wielkiej miłości, ja również jej pragnę, jak łania pragnie wody ze strumienia, ale sam widzisz, że nie mam już więcej miłości do ofiarowania. Udziel mi jej więcej a ja Tobie ją ofiaruję. Boże cichy i pokornego serca uczyni serce moje według serca Twego. Odmień moje serce i życie.

Boże Stwórczo mój oddaję Ci w posiadanie wszystko to co jest we mnie dobre i złe. Modlę się i błagam abys raczył usunąć ze mnie te braki mego charakteru, które przeszkadzają mi być użytecznym dla Ciebie i moich współpracowników. Udziel mi siły abym zawsze spełniał Twoją wolę

Tą samą modlitwę można wykorzystać wieczorem zaczynając od 10 rzeczy za, które jestem dziś wdzięczny.