

## Formacja podzielona na trzy etapy

Na podstawie rozważań dotychczasowych na temat dowartościowania *Biblii* w duszpasterstwie, a szczególnie w duszpasterstwie młodzieżowym, dokonujemy wymiany doświadczeń między uczestnikami zespołu roboczego, złożonego z animatorów grup młodzieżowych, katechetów, nauczycieli religii: osób ogarniętych pasją wychowawczą młodych i pragnących osobiście odkryć na nowo relację z Biblią.

Efektem tego jest formacja złożona z opracowanych przez nas jednostek tematycznych, znajdujących swoje zastosowanie w różnych elementach propozycji formacyjnej skierowanej do młodych. Te materiały, wypróbowane i przejrzone, zostaną teraz na nowo zaproponowane jako egzemplifikacja i otwarte narzędzie pracy: mają strukturę raczej schematów roboczych dostosowanych do różnych sytuacji niż pakietów w stylu „użyj i wyrzuć”.

Bazując na wynikach badań naukowych nad światem młodzieżowym, opierając się też na doświadczeniu osobistym i praktyce pedagogicznej, wyodrębniliśmy pewne rodzaje *wrażliwości młodzieżowej*. Za pomocą tego określenia chcemy wskazać na te odczucia, postawy, potrzeby, które cechują aktualne doświadczenie młodzieżowe. Usiłowaliśmy dotrzeć do każdej *wrażliwości*, do elementów *pozytywnych rezerw*, które w nich się znajdują, zarówno z punktu widzenia dojrzewania osobowego młodego człowieka, jak i w perspektywie działania wychowawczo-duszpasterskiego. Mówiąc innymi słowy: w każdej *wrażliwości* można dopatrzeć się elementów, na których można oprzeć projekt budowania siebie samego, który każda osoba, dzień po dniu, tworzy dla siebie.

Dla każdej z *wrażliwości* wybrano fragment biblijny, które jest w stanie w różnych sposób postawić jej wymagania: które przyjmie, zinterpretuje, zaprzeczy im, uwiarygodni je... Metoda pracy z fragmentem biblijnym została pomyślana w perspektywie znalezienia w niej podstawowych cech własnej kondycji życiowej i jednoczesnego odnalezienia *klucza*, który ułatwiłby odczytanie znaków Słowa stawiającego wymagania.

Wokół tych dwóch elementów – *wrażliwości* i *fragmentu biblijnego* – powstał jednolity blok podzielony na trzy elementy, o których wcześniej wspominaliśmy. Nie mamy w nim do czynienia z wypełnioną formacją lub całościowym programem, którym można by było zastąpić formacje realizowane przez grupy wspólnotowe, parafialne, okazyjne... Chodzi raczej o *elementy*, które w praktyce są zawarte w programach wychowawczych bardziej szczegółowych: celem jest tylko ukazanie możliwości *funkcjonowania* Biblii.

Z tego wynika, że także czas realizacji *jednostki* tematycznej może być zmienny: jako jedno krótsze spotkanie, na którym przebiegają różne fazy pracy (według tego wzoru kształtowały się nasze przykłady) lub dzień formacyjny; albo jeszcze, gdy się chce rozszerzyć, lub nawet pogłębić poszczególne części, jedna jednostka tematyczna może być realizowana w przeciągu wielu spotkań.

W sumie zaproponowane materiały sprowadzają się do dwóch podstawowych sposobów wykorzystania: spotkania formacyjne i spotkania modlitewne. Chodzi o nakreślenie podstawowych granic, w których w rzeczywistości zmieszczą się doświadczenia bardzo różnorodne w zróżnicowanej tradycji młodzieżowej wspólnoty kościelnej.

W naszej pracy rozróżnienie nie jest kategorię, ponieważ uważamy, że w momencie, w którym młodzie stają w obliczu *Biblii* w postawie bardzo uważnego *śluchania*, staje się nieuniknione, że z wymiarem komunikacji horyzontalnej pomiędzy uczestnikami (spotkanie formacyjne) połączy się wymiar komunikacji *wertykalnej* z Bogiem (bardziej charakterystycznej dla spotkania modlitewnego). Będzie zależało od animatora zaakcentowanie w różnej mierze albo jednego, albo drugiego wymiaru.

Zastosowanie tej metody nie jest wykluczone również w różnych dziedzinach, takich jak nauczanie religii w szkole lub wprost w medytacji lub modlitwie osobistej.

Powróćmy teraz do trzech elementów formacyjnych, które wchodzi w skład poszczególnych jednostek tematycznych: oznaczmy je za pomocą następujących wyrażań, które stanowią aluzję do podstawowych postaw, jakie się chce wylansować:

- **włączam się w grę**
- **ślucham Słowa**

- **zmieniam orientację swojego życia**

Te trzy postawy wzajemnie się uzupełniają. *Włączyć się w grę* nie jest możliwe bez zdolności *śluchania* i bez szczerzej gotowości ukierunkowania mojego życia w nowy sposób; słuchanie staje się prawdziwe, jeśli się *włączy siebie w grę*, to znaczy w rozwój.

Biblia może ingerować w relacje tych trzech momentów: może *towarzyszyć* włączeniu się w grę, w słuchaniu i w zmianie kierunku mojego życia. W sposób uprzywilejowany umieszczamy ją w drugim momencie: to pomoże dynamicznie postawić się przed Słowem i dostrzeżeniu, że Słowo jest czymś *innym* ode mnie i stawia mi wymagania.

Dla każdego z trzech momentów wskażemy elementy, które (z punktu widzenia materiału i propozycji) mieszczą się w danym obszarze.

**a) włączam się w grę**

- Celem jest rozbudzenie w uczestnikach ciekawości i zainteresowania przy jednoczesnym ożywieniu motywacji do uczestnictwa, to znaczy zajęcia aktywnej postawy wobec tego, co zostaje zaproponowane.
- Można tu uwzględnić techniki grupowe, zajęcia animowane lub po prostu wskazania/sugestie, które rozbudzają zmysł poszukiwania i dokonywania syntezy; synteza może być ułatwiona przez jakiś znak lub symbol, który zwróci na siebie uwagę wszystkich. Niektóre możliwości: zebranie artykułów z gazet, obrazów, aforyzmów i przysłów; wykaz wstępnych pytań, na które odpowiada się osobiście...
- Może to trwać parę minut lub wręcz całe spotkanie (niekiedy jednostka tematyczna zostaje zrealizowana na kilku etapach)

**b) Słuchanie Słowa**

- Rozbudza się zainteresowanie fragmentem biblijnym, pokazując elementy korelacji między aktualnym i osobistym doświadczeniem a doświadczeniem życiowym, które kryje w sobie fragment biblijny.
- Odczytuje się tekst biblijny i słucha go uważnie – sposoby mogą być przeróżne: uroczyste odczytanie przez lektora, lektura rozłożona na wiele głosów, czytanie w milczeniu i na końcu razem...
- Ukazuje się wkład egzegezy, dotyczący odczytanego lub wysłuchanego fragmentu biblijnego; można to także uczynić przez lekturę/słuchaniem lub w innym momencie przez odczytanie proponowanej tablicy egzegetycznej lub ukazując jej główne idee we wstępie...
- Przedłuża się spotkanie ze Słowem, które zostało wcześniej przybliżone i sprawia się, że później powraca się do niego, używając przeróżnych technik, dostosowując je do możliwości uczestników (fotokopiuje się fragment, każdy odczytuje werset, który go poruszył, lub podsumowuje orędzie za pomocą niektórych słów kluczy)...
- Ukazuje się skład myśli przynależący do doświadczenia kościelnego lub laickiego (odczytuje się fragment z Ojców Kościoła, tradycji, refleksji myśli aktualnej, literatury współczesnej... z którą można związać doświadczenie, mające coś wspólnego z fragmentem biblijnym). Możliwe jest także zastosowanie fragmentu, które reprezentuje orędzie całkowicie odmienne, opracowując później zaistniałą sprzeczność...
- Także podczas tej fazy należy wykorzystać aktywność i dynamikę grupy, co ułatwi pogłębienie orędzia:
  - na przykład po podzieleniu na małe grupy każdy jej uczestnik może zreferować doświadczenie osobiste, mające coś wspólnego z przeczytanym fragmentem;
  - uczestnicy są zaproszeni do sformułowania pytań, bardzo zróżnicowanych, na które później (w grupach dwu- lub trzyosobowych) staramy się udzielić wzajemnie odpowiedzi;
  - sugeruje się, aby wyrazić poprzez wybór lub realizację wypowiedzi artystycznej (rysunek, fotografia, poezja, fragment muzyczny, gestykulacja, mimizacja...) idei

i uczuć, które zostały wzbudzone poprzez Słowo; jest to metoda, która na początku napotyka na wielki opór, lecz która pozwala uzyskać kontakt z bardzo głębokimi treściami indywidualnego odczuwania i sposobem bycia

**c) Zmiana orientacji swojego życia**

- Zwraca się uwagę na własne życie, próbując zobaczyć je zgodnie z orędziem dostrzeżonym w tekście, w świetle Słowa. Pomaga się w dokonaniu syntezy wynikającej z obserwacji własnego życia i z wymagań, które pozostawiło Słowo, dopatrując się w nim nowości życiowej.
- Można podzielić się refleksjami lub można zapożyczyć słowa z tekstu biblijnego (na przykład z psalmu), które by interpretowały pragnienie nowości i pomogły w przeobrażeniu się refleksji w modlitwę (prośbę, wyznanie, kontemplację...); lub używa się innych słów modlitwy.
- Można wskazać inny tekst biblijny (związany jakimiś motywami z wykorzystanym przez nas) dla indywidualnej analizy w celu przedłużenia refleksji lub modlitwy poza spotkanie.
- Każdy z osobna może wyodrębnić centralną ideę, która stanie się dla niego zadaniem nawrócenia się w następnych dniach.
- Zachęca się do sporządzenia fotografii, napisania poezji lub opowiadania, namalowania obrazu, interpretacji mimicznej, wyboru i kompozycji fragmentu muzycznego... których tematyka została wcześniej zainspirowania; niektóre z tych wyrazów artystycznych wymagają przynajmniej kilku dni przygotowania, dlatego mogłyby zostać zrealizowane w domu (pojedynczo lub w małych grupach) – z myślą o następnym spotkaniu.
- Wyszczególnia się przyczyny, które stoją na przeszkodzie w zmianie orientacji czyjegoś życia, poprzez pewien rodzaj zabawy w prawdę, podczas której każdy układa „czarną listę”, ukazującą dwie kategorie następujących aspektów” wewnątrz siebie (trudności osobiste, blokady psychologiczne, egoizm, zahamowania...) i poza sobą (uwarunkowania, sytuacje, osoby...). Pracuje się w małych grupach.
- Spisy można również sporządzić na anonimowych kartkach w celu ich wymieszania; każdy wybiera sobie jedną kartkę i wyraża swoją postawę wobec tego, co przeczytał na kartce.
- Gdy jednostki tematyczne są realizowane etapami regularnie, można sobie wyobrazić istnienie czwartego etapu, który służyłby jako preludium do następnego spotkania w formie zapowiedzi tematu i zachęcenia uczestników do ewentualnego wstępnego przygotowania (choćby nawet połączonego z kolejnym „włączam się w grę”). To mogłoby rozbudzić zaangażowanie uczestników, które stanowiłoby przygotowanie do skuteczniejszego zetknięcia się ze Słowem na następnym spotkaniu.

Tych różnych wskazań nie powinno się traktować w sposób bardzo sztywny; można zmieniać ich kolejność i zaadaptować do konkretnych sytuacji (niekiedy odciążyć, innym razem wzbogacić i zintegrować). To, co rzeczywiście się liczy, to wsparcie tego podstawowego dynamizmu (postaw) zarówno przy spotkaniach grupowych, jak i indywidualnej formacji z *Biblią*; w spotkaniach modlitewnych, jak i formacyjnych.

W spotkaniu modlitewnym główny nacisk kładzie się na klimat słuchania; dzielenie się z kimś nie przybiera formy konfrontacji lub dyskusji; staje się wtedy w gotowości przyjęcia Słowa Bożego, jakie Bóg będzie chciał skierować, podczas zmiany orientacji życia przeżywa się momenty kontemplacji...

Natomiast w spotkaniach formacyjnych daje się większą rangę konfrontacji, refleksji, dokumentacji egzegetycznej; do zmiany orientacji można dołączyć element autentycznej i osobistej modlitwy. Jednak także i w tym dziale formacja nie może być pojmowana wyłącznie na płaszczyźnie kulturalnej; refleksja nas *Biblią* zawsze musi dotyczyć głębokich dynamizmu życia.

Załączony zestaw materiałów ukazuje całościowe spojrzenie na zaproponowane jednostki tematyczne, na wrażliwość młodzieżową i – w sposób tutaj szczególny – na wartość fragmentów biblijnych.

	TEMAT	WRAŻLIWOŚĆ	FRAGMENT BIBLIJNY	PRZEZNACZENIE
1	<b>Twórcy naszego losu</b>	Pragnienie osobowego <b>zrealizowania się</b> (autentyczność, szczęście, poczucie własnej wartości)	Flp 3, 4-14: Paweł wobec osobistych zasług	Spotkanie formacyjne
2	<b>Życie „na luzie”</b>	Poszukiwanie <b>mocnych wrażeń</b> (silne wrażenia, ogarniające całego człowieka, podniecające, nowe, zaspokajające pragnienia)	Mdr 2,1b-9: używajmy życia	Spotkanie formacyjne
3	<b>W drodze... ale dokąd?</b>	Niepewność <b>przyszłości</b> (trudność bycia reżyserem własnej historii, trud/strach wzrastania)	Lb 9, 17-23; 11,4-5; 14, 1-4: lud Izraela na pustyni	Spotkanie formacyjne
4	<b>Wolność!...?</b>	Poczucie bycia <b>wolnym i jednocześnie niewolnikiem</b> (wiele korzystnych okazji i możliwości do używania, lecz trudność władania nimi w poczuciu pełnej odpowiedzialności)	Łk 15, 11-32: ojciec miłosierny	Spotkanie formacyjne
5	<b>Czy mnie kochasz?</b>	Pragnienie bycia <b>dowartościowanym i kochanym</b> (być słuchanym, a nie osądzanym, relacje „dorosłe” bez koniecznego dostosowania się do schematów z góry ustalonych)	Hi 19, 13-22: samotność J 8, 1-11: kobieta nierządna	Spotkanie modlitewne
6	<b>Więźnię samego siebie</b>	Sens <b>samotności</b> wobec własnych wyborów (bycie niezrozumiałym, strach komunikowania na głębszym poziomie)	Mt 19, 16-22: bogaty młodzieniec	Spotkanie formacyjne
7	<b>Jeden za drugiego</b>	Pragnienia ustawienia stosunków na płaszczyźnie <b>odpowiedzialności</b> (uczciwość, szczerłość, przyjaźń, akceptacja inności, szacunek, sprawiedliwość)	Iz 1, 16-20: nie fałsz w modlitwie, lecz sprawiedliwość	Spotkanie modlitewne
8	<b>Marginesowość</b>	Poczucie <b>marginesowości</b> (świadomość, że się nie ma „nic do gadania” w sprawach ważnych)	J 5, 1-15: Jezus uzdrawia paralytyka	Spotkanie formacyjne
9	<b>Od rozproszonych elementów do układanych „puzzle”</b>	Zagubienia się wobec <b>złożoności</b> życia (w wymiarze wewnętrznym i społecznym; trudność realizowania wyborów przez długi czas)	2 Krl 5,1-19: uzdrowienie Naamana	Spotkanie modlitewne
10	<b>Serce bez granic</b>	<b>Poszukiwanie bezpieczeństwa i przynależności społecznej</b> (grupy/bandy, poszukiwanie porządku społecznego, odrzucenia inności, agresja)	Rdz 4,2b-9: Kain i Abel; Łk 10,25-37: dobry Samarytanin	Spotkanie formacyjne
11	<b>Miłość pokarmem życia</b>	Pragnienie <b>innego i lepszego świata</b> (konkretne	Rdz 12,9-21: działanie miłości chrześcijańskiej	Spotkanie formacyjne

		zadanie w życiu, solidarność, wolontariat)		
12	<b>Okno na świat</b>	Dążenie do <b>harmonii</b> wewnętrznej i ze środowiskiem naturalnym (natura, ekologia, estetyzm, zdrowie, pokój, holizm)	Rdz 1,1-31; 2,1-4a: stworzenie	Spotkanie modlitewne
13	<b>Wyjdź na zewnątrz... jeśli masz odwagę!</b>	Skoncentrowanie się na sobie samym, na moim świecie; <b>egocentryzm</b> (wykluczenie ze swojej wewnętrznej, życiowej sfery świata zewnętrznego i innych osób)	Wj 3,-12: gorejący krzak	Spotkanie formacyjne
14	<b>Na „mój” obraz i podobieństwo</b>	Pragnienie bronienia własnych postaw i idei wobec prowokacji pochodzących od życia (pokusa przystosowania się do wypróbowanych modeli poprzez zaszufadkowanie w naszych schematach faktów i osób, które nas otaczają; wezwanie zmierzenia się z nowymi i różnymi wymiarami życia, ryzyko życia dla wyższych wartości)	Mt 5,3-12: błogosławieństwo	Spotkanie formacyjne
15	<b>Opatrzność... ta nieznaną</b>	Pragnienie całkowitej <b>kontroli</b> kierunku naszego życia (budowanie swojego losu dzięki własnym siłom, kontrolowanie każdego aspektu swojego istnienia)	Mt 6, 25-34: ptaki niebieskie i kwiaty polne	Spotkanie formacyjne
16	<b>„Pan przemówił do Jonasza”... Pan mówi do mnie</b>	Życie w <b>mieście</b> (konfrontacja ze złożonością życia, możliwość życia wiarą w stanie świeckim)	Jonasz	Spotkanie duchowe („spędzenie trzech dni w jednym miejscu”)

## 1 – Twórcy naszego losu

**Wrażliwość młodzieżowa:** pragnienie osobowego zrealizowania się.

Każdy młody człowiek czuje potrzebę samorealizacji, znalezienia własnego miejsca w przyszłej społeczności, pragnie być szczęśliwy, chce czuć się autentycznym w świecie, w którym często doświadcza wiele fałszu.

**Przeznaczenie:** spotkanie formacyjne

**Fragment Biblijny:** (Flp 3,4-14) Paweł wobec swoich zasług

### WŁĄCZAM SIĘ W GRE

Należy poprosić, aby każdy na kartce papieru wypisał cele, które pragnie osiągnąć we własnym życiu (do czego pragnie dojść, co ma najważniejsze znaczenie..) w różnych swoich obszarach: w dojrzewaniu osobowym, w studiowaniu, w pracy, relacjach uczuciowych, w rodzinie... Następnie, na drugiej kartce, każdy winien wskazać, co chciałby osiągnąć w najbliższych trzech latach. Po kilku minutach samodzielnej pracy rozpoczyna się konfrontacja w parach. Młodzi porównują zapisy i dyskutują na ten temat:

- jakie cele zostały wzięte pod uwagę?
- jaka jest różnica między tymi, które dadzą się zrealizować w krótszym czasie, a celami długodystansowymi?
- które z nich są najważniejsze, a które najtrudniejsze do osiągnięcia?
- jakie elementy (sytuacje, osoby...) mogą ułatwić lub utrudnić dojście do wybranych celów?
- jakie priorytety przypisałbyś do poszczególnych celów?

Można na koniec ustalić listę celów wspólnych dla całej grupy.

### SŁUCHANIE SŁOWA

Fragment biblijny wprowadzamy przez wyjaśnienie kontekstu, z którego został wzięty: Paweł – więzień przekonuje się, że działanie nie zawsze jest wymiarem najważniejszym i skutecznym, żeby być chrześcijaninem. Najważniejsza jest więź z Chrystusem, której żadna ludzka trudność, nawet śmierć, nie może zniweczyć.

Fragment biblijny: List do Filipian 3,4-14

<sup>4</sup> Chociaż ja także i w ciele mogę pokładać ufność. Jeśli ktoś inny mniema, że może ufność złożyć w ciele, to ja tym bardziej: <sup>5</sup> obrzezany w ósmym dniu, z rodu Izraela, z pokolenia Beniamina, Hebrajczyk z Hebrajczyków, w stosunku do Prawa - faryzeusz, <sup>6</sup> co do gorliwości - prześladowca Kościoła, co do sprawiedliwości legalnej - stałem się bez zarzutu. <sup>7</sup> Ale to wszystko, co było dla mnie zyskiem, ze względu na Chrystusa uznałem za stratę. <sup>8</sup> I owszem, nawet wszystko uznaję za stratę ze względu na najwyższą wartość poznania Chrystusa Jezusa, Pana mojego. Dla Niego wyzułem się ze wszystkiego i uznaję to za śmieci, bylebym pozyskał Chrystusa <sup>9</sup> i znalazł się w Nim - nie mając mojej sprawiedliwości, pochodzącej z Prawa, lecz Bożą sprawiedliwość, otrzymaną przez wiarę w Chrystusa, sprawiedliwość pochodzącą od Boga, opartą na wierze - <sup>10</sup> przez poznanie Jego: zarówno mocy Jego zmartwychwstania, jak i udziału w Jego cierpieniach - w nadziei, że upodabiając się do Jego śmierci, <sup>11</sup> dojdę jakoś do pełnego powstania z martwych. <sup>12</sup> Nie mówię, że już to osiągnąłem i już się stałem doskonałym, lecz pędzę, abym też to zdobył, bo i sam zostałem zdobyty przez Chrystusa Jezusa. <sup>13</sup> Bracia, ja nie sądzę o sobie samym, że już zdobyłem, ale to jedno czynię: zapominając o tym, co za mną, a wytyężając siły ku temu, co przede mną, <sup>14</sup> pędzę ku wyznaczonej mecie, ku nagrodzie, do jakiej Bóg wzywa w górę w Chrystusie Jezusie.

## Komentarz egzystencjalny

W tekście, typowo autobiograficznym, można wyróżnić następujące części. W pierwszej (w. 4-6) Paweł w mocnym i polemicznym tonie, skierowanym przeciwko swoim przeciwnikom w Filipii, wylicza wszystkie swoje uprzywilejowania związane ze stanem żydowskim; został obrzezany, zgodnie z przepisami, ósmego dnia po narodzeniu, jest czystym Izraelitą, zarówno dzięki temu że pochodzi z pokolenia Beniamina, jak i temu że w jego rodowodzie są tylko żydzi; może przypisać sobie tytuł faryzeusza ze względu na posłuszeństwo wobec prawa Mojżeszowego, na mocy którego uważa się za *sprawiedliwego*. Jego gorliwość doprowadziła do nawet do prześladowania Kościoła.

Druga część (w. 7-14), wprowadzona przez „lecz”, sygnalizuje zdecydowane odcięcie się od poprzednich stwierdzeń. Paweł poznał Chrystusa (przypuszcza się, że tutaj Apostoł pragnie odnieść się do doświadczenia spod Damaszku) i wszystko to, co wcześniej miało wartość dla niego, teraz może zostać wyrzucone: jest *lajnem*, mówi dosłownie tekst grecki.

Poznanie Chrystusa staje się dla Pawła rzeczywistością, która zawładnęła całym jego istnieniem, jest przebywaniem w komunii z Nim, umieraniem z Nim i zmartwychwstaniem z Nim. Jest mocnym doświadczeniem, tak wciągającym jakby inna osoba żyła w nim (por. Ga 2,20), doświadczeniem, ale – jak mówi sam Paweł – jeszcze nie spełnieniem. On, który na początku perykopy zaliczał się do sprawiedliwych, nienaganny, teraz deklaruje, że nie jest doskonały i porównuje swoje poszukiwanie z wyścigiem, który zmierza ku mecie dla „zdobycia nagrody”. Lecz on, przed wszystkimi innymi został już zdobyty przez Chrystusa.

Po przeczytaniu proponujemy chwilę osobistej refleksji, po której może nastąpić moment komunikowania się między uczestnikami.

- Do czego chciał dojść Paweł i z jakiego powodu? Jaki był jego cel życiowy?
- Jaki zauważasz związek między losami Pawła a twoim doświadczeniem osobowym?

### ZMIENIAM ORIENTACJĘ SWOJEGO ŻYCIA...

Spróbujmy się wczuć w sytuację mieszkańców Filipii, którzy otrzymują list od Pawła, i napisać list-odpowiedź. Każdy pisze swój list, prezentując na nowo Pawłowi elementy swojego doświadczenia osobistego. Mogą zawierać się w nim żądania wyjaśnienia swojego stanu ducha, słowa dodające odwagi, zastrzeżenia...

Ważne jest, aby każdy umieścił w liście coś ze swojego sposobu wyobrażania sobie i realizowania celów egzystencjalnych. Napisane listy przez uczestników na nowo mogą stać się elementem konfrontacji w grupie.

### Kontynuacja formacji poza spotkaniem

- Jr 8,6 (każdy śledzi swój bieg bez oglądania się za siebie...).
- Dz 20,24 (warunek, aby doprowadzić do końca swój bieg...).
- 2 Tm 4,7 (ukończyłem swój bieg...).
- Hbr 12,1 (biegniemy z wytrwałością...).