

# Modlitwa o umiarkowanie



Panie, dziwny jest ten świat. Tak wielu ludzi umiera z braku chleba, wody lub podstawowych leków. Inni cierpią na choroby nadmiaru: przejadanie się, pijaństwo, nikotynizm, uzależnienie od narkotyków. Proszę o ratunek dla jednych i drugich. Jezu, wołający z krzyża *Pragnę!*, pomóż mi panować nad zachciankami i zachować umiar w korzystaniu z dóbr. Potrząśnij mną, gdy pogoń za przyjemnością odbiera mi rozum. *Kiedy jestem głodny, daj mi kogoś, kto potrzebuje pożywienia; Kiedy chce mi się pić, kogoś kto potrzebuje wody, Kiedy myślę tylko o sobie, skieruj moje myśli ku innemu człowiekowi*" **św. Matka Teresa**