

SPIS MEDYTACJI

OJCOWSKIE BUDOWANIE WIĘZI Z DZIEĆMI	7
Rodzicielstwo odbiciem ojcostwa Boga	8
Świadome rodzicielstwo	9
Budowanie ojcowskiej więzi od chwili narodzin dziecka	12
Czas i uwaga poświęcone dzieciom	14
Dzielenie się osobistym doświadczeniem	18
TOWARZYSZENIE OJCA DZIECIOM	21
Przekroczyć z dzieckiem próg domu	22
Tato, wołałbym, abyś ty się ze mną bawił	24
Czas spędzony z dzieckiem radością ojca	27
Jednakowo kochać wszystkie dzieci	31
Odpowiedzieć zaufaniem na zaufanie	33
Ukazać dzieciom sens i cel życia	34
POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA DAWANE DZIECIOM	37
Nie lekceważyć i nie wykorzystywać kruchości dziecka	38
Przystań domu rodzinnego	41
Codziennie ojcowskie pouczenie	43
Przyjacielskie towarzyszenie	48
Przyjaźń z córką	50
Przyjaźń z synem	52
Krótki czas budowania przyjaźni z dziećmi	55

POSZANOWANIE DLA UCZUĆ DZIECKA 59

Dzieci są ludźmi 60

Symbolika dziecięcych reakcji i zachowań 61

Każde dziecko jest inne 65

Dać dziecku świadectwo, że świat jego uczuć jest ważny i dobry 68

Pozwolić dziecku wypowiedzieć swoje emocje 71

Nie przytłaczać dziecka swoimi trudnymi emocjami 75

Nie wartościować moralnie reakcji dziecięcych 78

Współczucie okazywane dzieciom 80

Wychowywanie dzieci do szacunku dla uczuć innych 83

OJCIEC AUTORYTETEM I MISTRZEM 87

Ojcowski autorytet dający poczucie bezpieczeństwa 88

Wychowanie do męstwa 91

Nie rywalizować z dzieckiem 94

Ojciec mistrzem dla swych dzieci 98

WYCHOWANIE DO WOLNOŚCI 101

Wrażliwość dzieci i młodzieży na wolność 102

Wychowanie w klimacie wolności 105

Nadużycia wolności w wychowaniu dzieci 107

WYCHOWANIE DO ŻYCIA DUCHOWEGO 109

Życie duchowe dzieci 110

Aby nie zmarnować duchowej wrażliwości dziecka 115

Dwa niebezpieczeństwa religijnego wychowania 117

Ojcowskie świadectwo wiary dane synowi 120

Wiara dziecka szkołą wiary dla rodziców 123

WYCHOWANIE DO TWÓRCZEJ PRACY 127

Praca zawodowa a życie rodzinne	128
Chłopcy dumni z pracy swoich ojców	130
Prace domowe wykonywane wspólnie	132
Szacunek dla każdej pracy	134
Zainteresowanie ojca pracą dziecka	136
Cierpliwość wobec pracy dzieci	140

BUDOWANIE ZAUFANIA LEKARSTWEM NA KŁAMSTWA 143

Dlaczego moje dziecko kłamie?	144
Zaufanie rodzi zaufanie	145
Kłamstwa chłopców	148
Reakcja rodziców na dziecięce kaprysy	149

KARANIE I MIŁOŚĆ 155

Rozumieć zachowania dzieci	156
Niegrzeczne zachowanie synów	158
Ponoszenie konsekwencji swego działania	162
Nie karać dzieci emocjonalnie	164
Umówiliśmy się: w naszym domu nikt nikogo nie będzie bił	166
Nie karać samego siebie	167

WYCHOWANIE DO RADOŚCI ŻYCIA 171

Podzielić się z dziećmi radością życia	172
Dzieci uczestniczą w radości życia rodziców	175
Radość życia w trudnych doświadczeniach	177
Cóż bardziej słodkiego dla mężczyzny od jego synów?	183
Sztuka przegrywania	185

WYCHOWANIE DZIECKA DO ŻYCIA W RODZINIE 187

- Wzajemna miłość rodziców fundamentem wychowania do życia w rodzinie 188
- Kontakt emocjonalny dziecka z rodzicami a wychowanie do życia w rodzinie 190
- Potrzeba wychowania do życia w rodzinie 191
- Lata niewinności 192
- Okres dojrzewania 196
- Potrzeba wycucia, delikatności i dyskrecji 198

RYTM ŻYCIA WYZNACZONY RODZINĄ TRADYCJĄ 201

- Rytm życia rodzinnego jest konieczny 202
- Budowanie rytmu życia rodzinnego 204
- Ojciec winien modlić się za własne dzieci 206
- Spieszmy się kochać ojców 208

W HOLDZIE NASZYM OJCOM 213

- Zbigniew Herbert, Rozmyślania o ojcu 214
- Tadeusz Różewicz, Ojciec 215
- Czesław Miłosz, Zakłęcie ojca 216
- Jan Brzechwa, Ojciec 217
- Johann Wolfgang Goethe, Król olszyn 218