**Druhý postní týden** – Od 1. neděle do 2. neděle postní **„Učíme se hledat radost, důvěřovat.“**

V žalmu o druhé neděli postní najdeme text: *…* *Měl jsem důvěru, i když jsem si řekl: „Jsem tak sklíčen!“*… a také: …*Přinesu ti oběť díků, Hospodine, a budu vzývat tvé jméno...* (Žl 116,10 a nn)

* když si v postní době uděláme čas a soustředíme se, můžeme vidět víc, co dělají lidi kolem nás – kdo je smutný, veselý, co dělá radost nebo rozesmutní nás. Co to znamená „být sklíčený“? Jak to vypadá?
* co můžeme udělat pro dobrou náladu mámy, táty, sourozenců, svoji?

nápady na úkoly pro tenhle týden (vyber si, co splníš, nemusíš všechno):

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

Dnes najdu venku aspoň jeden kříž nebo křížek schválně postavený, aby nám Pána Ježíše připomněl, a přitom Ježíše v duchu pozdravím vlastními slovy jako dobrého přítele.

Nakreslím obrázek pro radost a dám ho někomu z rodiny.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Až budu mít chuť na něco sladkého, vydržím to aspoň hodinu počkat. Dám penízek do pokladničky ze svého.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Dneska zazpívám Pánu Bohu pro dobrou náladu jeho i svoji nějakou písničku, můžu k tomu pozvat i někoho dalšího.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Dneska udělám radost druhým tím, že po sobě budu víc uklízet. Po jídle, oblečení, boty.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Dnes budu v duchu prosit Pána Boha, aby potěšil každého smutného člověka, kterého uvidím.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Dnes si budu víc všímat dobrých věcí, které pro mě dělají druzí a zkusím říct víc než desetkrát

 „děkuji“.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Dnes položím nějaký svůj penízek do pokladničky a budu myslet na někoho, kdo potřebuje pomoc.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Sednu si a budu přemýšlet o třech lidech co znám a zkusím přijít na to, co dnes nejvíc potřebují. Můžu to pro ně udělat, nebo poprosím Pána Boha?

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Vložím penízek do pokladničky a v duchu řeknu: Pane Bože, děkuji ti, za to, co mám já. Zkus pak vyjmenovat deset věcí, ze kterých máš největší radost (i když se třeba nedají vidět).

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*