



40

Moje postní doba

www.mojeduha.cz

1

Méně
přetvářky,
více
upřímnosti.

2

Bůh tě zná,
vidí do tvého
srdce a má tě
rád.

3

Méně
nespokojenosti,
více lásky.

4

Bůh má rád
i toho, koho rád/a
nemám.

5

Zbavíš-li se
nedůležitého,
budeš mít místo
pro důležité.

6

Méně mluvit,
více přemýšlet.

7



Méně přehlížení,
více pozornosti.

8

I to nejobyčejnější
může být jako vzác-
ný poklad.



9

Je škoda
zakrývat zbytečnostmi
všechno to dobré,
co v sobě máš.

10

Přej druhým to, co
sobě, a ještě více.

11

**Každý den je cesta,
na které můžeš
potkávat Boha.**

12

**Neboj se,
Bůh je s tebou.**

13

Poslouchej
méně ušima
a více
srdcem.

14

Bože,
co mi dnes
chceš říct?



15

Čas je dar.
Přemýšlej,
co s ním děláš.



16

Méně
spěchej,
více zpomal.



17



Všechno,
co chceš,
aby ti dělali druzí,
dělej také ty jim.

18

Co jsi pokazil/a,
jde určitě aspoň
trochu napravit.



19

Přej si jen to, co
máš, a nic víc.

20

Svět se netočí
jenom kolem tebe.

21

Zkus být k druhým
dobrý/á jen tak
a neptej se, jestli si
tvou přízeň,
a lásku zaslouží.

22

Bůh tě obklopuje
a chrání podobně
jako tyto šaty.

23

Nedívej se na to,
co je na povrchu,
ale na to,
co je uvnitř.



24

Srdce je
pokladnice,
do které můžeš
schovávat poklady
milých zážitků
a setkání.



25

Méně potřebovat,
více šetřit.



26

Každý začátek a konec
je důležitý. Modlitba je
klíč k ránu a zámek
k večeru.



27

**Kéž stopy, které dnes
zanecháš, jsou
co nejhezčí.**

28

**Své tělo si můžeš
představit jako dům,
ve kterém chce
bydlet sám Bůh.**

29


Hledej Boží stopy!



30

Chceš něco změnit?
Důležité je udělat
první krok.





31

Co by asi
na tvém místě
dělal Ježíš?



32

Dávej pozor na své
myšlenky, protože po-
dle nich budeš mluvit.
Dávej pozor na svá slo-
va, protože podle nich
budeš vnímat. Dávej
pozor na své pocity,
neboť podle nich bu-
deš jednat.

33

Když nebudeš
dobrý/á sám/sama k sobě,
nebudeš dobrý/á
ani k druhým.

34

Když loď spustí
kotvu,
neodnesou
ji vlny.
Opatruj všechno,
co ti dává jistotu
a co tě drží.

35

Sny
bývají zrcadlem
nejtajnějších přání.
O čem sníš?

36

Za co dnes můžeš
Bohu poděkovat?



37

důležité

Nejdůležitější chvílí
je přítomný okamžik.
Nejdůležitějším člověkem je ten,
který stojí právě před tebou.
Nejdůležitějším úkolem
je láska.

38

Láska
potřebuje
tvoje ruce.



39

STOP

Méně zvládat vlastními silami,
více se odevzdávat
do Božích rukou.

40

I kdybych šel
temnotou rokle,
nebudu se bát,
protože jsi se
mnou.

Půst

A když se postíte, netvařte se utrápeně jako pokrytci; ti zanedbávají svůj vzhled, aby lidem ukazovali, že se postí; amen, pravím vám, už mají svou odměnu. Když ty se postíš, potřij svou hlavu olejem a tvář svou umyj, abys neukazoval lidem, že se postíš, ale svému Otci, který zůstává skryt; a tvůj Otec, který vidí, co je skryto, ti odplatí.

(Mt 6, 16-18)