

10 rad pro DŮMÁCÍ KARANTÉNU



1 OPTIMISMUS

Bůh tuto situaci z nějakého důvodu dopustil, snažme se jí brát s nadpřirozeným pohledem, se smyslem pro humor a neztrácejme naději.

2 ČASOVÝ ROZVRH

Je dobré udělat si časový rozvrh, abychom smysluplně využívali čas. Nepromarněme dny, které pro nás mohou být obohacením.

3 NEZABÍJET ČAS

Nebudme stále na počítači nebo na mobilu, abychom nějak ukrátili čas.

4 NAUČIT SE NĚCŮ NOVĚHŮ

Dnešek může být tou správnou příležitostí k tomu, abychom se např. učili nějaký cizí jazyk, vyzkoušeli nové recepty ...

5 VĚNOVAT SE SVÝM ZÁLIBÁM

Využijme čas pro své záliby: hudbu, četbu knih, sledování filmů, psaní, sport...

6 ČAS PRO KLIDNOU MODLITBU

Chvilky fyzické nečinnosti mohou být příležitostí k velkému vnitřnímu růstu, pokud je dobře využijeme. Bůh nás nikdy neopustí!

7 PŮVÍDAT SI S LIDMI

Věnujme čas těm, které máme vedle sebe, nebo si po telefonu či přes Skype popovídejme s těmi, kteří bydlí daleko.

8 BÝT OPŮRŮ

Budme pro druhé oporou. Strach a nuda představují velké pokušení. Všimněme si potřeb lidí, kteří jsou zranitelnější než my.

9 ZACHŮVAT KLID

Snažme se nemyslet příliš na negativní věci a budme vděční za všechno dobré kolem sebe.

10 ŮMLŮVAT SE

Soužití během karantény bývá náročné, proto se vždy, když to bude třeba, nezapomeňme omluvit.