

# Ćwiczenie duchowe

## Fragment Pisma Świętego - Mt 3, 1-2

W owym czasie wystąpił Jan Chrzciciel i głosił na Pustyni Judzkiej te słowa: «Nawróćcie się, bo bliskie jest królestwo niebieskie».

### Ćwiczenia:

1. Co w moim myśleniu, codziennych postawach wymaga zmiany?
2. Czego nie potrafię w sobie docenić?
3. Czy zdarza mi się być "fałszywie skromną/skromnym"? Jeżeli tak, dlaczego tak jest?
4. Stwórz listę pewnych rzeczy np. "zrobić pranie", "wynieść śmieci", "zrobić zakupy", "przeczytać wartościową książkę", których nie robisz zbyt często, a które mogłabyś/mógłbyś zrobić. Wydrukuj bądź nanieś je na kartkę długopisem, a następnie wytnij każdy z tych uczynków. Z małego słoiczka stwórz "skarbonkę dobrych uczynków". Za każdym razem, kiedy coś zrobisz, wrzuć to do tej skarbonki. Będzie to swojego rodzaju "jałmużna" czyli oddajesz swój cenny czas na coś równie cennego.

### Miejsce na notatki: