

Stále to není přežitek - dělat dobré skutky. Co to je vlastně dobrý skutek? Musí to být něco velkého? Myslím, že ne- je to prostě cokoliv, co udělá někomu radost a to je vlastně hodně velké...

Můžeš si třeba napsat seznam, co tě napadá, že bys mohl/a udělat pro druhé, co by jim ulehčilo práci, zvedlo náladu, příjemně je překvapilo. (např. uklidit něco, co obvykle neuklízíš, přichystat ostatním svačinku, prostřít hezky stůl, natrhat kytku, vyzdobit své okolí, někoho pohladit, obejmout, překvapit ho dárečkem, obrázkem atd.) Nebo můžeš počkat, co vyplyne během dne (např. mamka bude potřebovat něco přinést, brácha si nebude vědět rady s úkolem, taťku budou bolet záda a bodne mu masáž :-)-atd.)

A co z toho?

Vždycky budeš mít dobrý pocit, to Ti zaručuju :-).

A pokud si to chceš zpestřit, mám návrh - za každý "dobrý skutek" si navlékni na gumičku nebo provázek jeden korálek - a uvidíš - vyrobíš si korálkový prstýnek? Náramek? Nebo dokonce náhrdelník? :-)

