

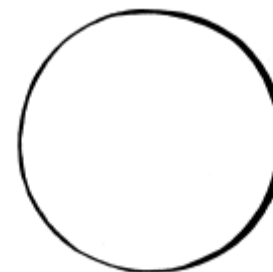
Večerní modlitba u rodinného stolu:

Dobrý Bože,  
je večer a den je za námi.  
Uprostřed stolu hoří svíce a je ticho.  
Také my se zklidňujeme a ztišujeme.  
I naše ruce jsou klidné a tiché.  
Už nic nedělají.  
Jsou jako otevřené nádoby,  
do kterých jsi vložil dnešní den.

Co jsme dnes svými rukama dělali?  
Co jsme přijali, drželi, nesli, odevzdali druhým?

Dobrý Bože,  
svěřujeme ti celý den.  
Za to dobré ti děkujeme,  
toho špatného je nám líto.  
Zůstaň s námi a daruj nám pokojný spánek.

Ve jménu Otce i Syna i Ducha svatého.  
Amen.



---

**Scházíme se u stolu**  
dopis rodičům

Milí rodiče,

cesta přípravy začala a Vás čeká první společný domácí úkol.

V dopise najdete návrhy ke společné činnosti. Můžete je využít všechny, doplnit je o vlastní nápady nebo si z nich vybrat jen to, co vás oslovilo.

Nebojte se do toho pustit, i když jste třeba ještě nikdy nic podobného nedělali, nebo vám to může připadat zbytečné.

Možná objevíte něco hezkého, možná najdete ztracené hodnoty, které jste naposledy prožívali ve svém dětství.

Mnohdy nás zatěžují starosti, rozptyluje záplava informací a nabídka povrchní zábavy. Obyčejné činnosti Vám mohou pomoci nalézt pevný bod, vydechnout, získat nadhled, jednoduše stát se člověkem, kterým má svůj život ve svých rukou.

Přeji Vám, abyste uprostřed všednosti ocenili jednoduché, ale přesto důležité chvíle, které umí prosvětlit i ty nejobyčejnější dny.

Přeji Vám, aby se Vám společně podařilo znovu objevit věci, které jsou jednoduché, důležité a podstatné. Projděte si tedy následující nabídku, která může prohloubit přípravu Vašeho dítěte a která umí vnést do Vašeho domova pokoj a radost.

Nebojte se vstoupit do něčeho nového a darovat svým dětem trochu času.

Přeji Vám krásné chvíle na společné cestě.

Co můžeme společně dělat?

Vypneme rádio, televizi a počítač. Sedneme si ke stolu a nebudeme se dívat na obrazovku, ale podíváme se na sebe.

Všechny věci dáme ze stolu pryč a podíváme se, jak vypadá náš stůl, když na něm nic není.

Jakou má barvu? Jsou na něm nějaké rýhy a znamení času, když byly děti malé?

Popovídáme si, jak je náš rodinný stůl starý, kdy a kde jsme jej koupili, nebo po kom jej máme.

Řekneme si, proč u nás doma stojí právě na tomto místě, příp. kde stál předtím.

Na stůl položíme malý bílý ubrus a přemýšlíme, co nám připomíná.

Doprostřed stolu položíme na ubrus misku a přemýšlíme, co nám připomíná.

Rozsvítíme svíci, postavíme ji do misky a zhasneme všechna ostatní světla.

Díváme se po místnosti, co všechno vidíme ve světle svíce.

Posloucháme, jaké zvuky můžeme v místnosti slyšet, např. topení, ledničku, hodiny, ptáky, projíždějící auta apod.

Společně přemýšlíme: Den končí. Co z něj se mi ještě vybavuje? Na co si vzpomenu? Co z toho, na co si vzpomenu, bylo dobré? Co nebylo dobré? Dá se to spravit? Mohu pro to něco konkrétního udělat?

*Je dobré si doma připravit určité místo pro „rodinný oltář“. Může to být koutek v dětském pokoji, polička, malý stolek v rohu kuchyně apod. Může tam stát svíce, papír s modlitbou a během přípravy se tam mohou pokládat věci, které budou právě důležité.*