

Měj a rozdávej **RADOST**

O radosti mluvíme, radost cítíme, radost sdílíme. Radost potřebujeme. Radost máme, nebo nemáme.

Bez radosti nemáme ten správný pocit, že jsme na světě rádi. Bez radosti nás nic nebaví. Ale co je vlastně radost? Lze ji vlastnit?

Psychologická definice radosti je, že radost je příjemná emoce, v jakékoliv reakci na úspěch či zisk nebo na prožitky čisté lásky a sounáležitosti.

Signálem toho, že je někdo šťastný a má radost, je úsměv. Bohužel to může být tak, že zmizí úsměv, zmizí radost. Někdo se na nás usměje – rozdává radost. Jiný se zamračí – naše radost je pryč. Není to málo? Znamená to že, radost závisí jen na vnějších okolnostech? Nemáme nad ní moc? Kdo by chtěl tak proměnlivou radost?

Radost SKAŽE DRUHÉ

Někoho milého nečekaně potkáme, venku je krásně, stihla jsem autobus jen tak tak, přečetla jsem si opravdu dobrý vtip, koupila jsem si něco hezkého. To jsou radosti, které přichází a odchází velmi rychle. Nad některými máme jen málo moci je změnit. Prostě přijdou, na okamžik nám zpříjemní den nebo pár minut a jsou fuč. Přesto...

Tip: Dělejte nečekaně radosti druhým. I malá radost se počítá.

Radost (CÍLE)VĚDOMÁ

Sem patří radost z našeho úsilí. Naše týdenní (měsíční, roční) snaha naučit se zeměpis, anglická slovíčka, střílet na koš nebo zdobit perníčky, která přinesla užitek a křehký výsledek, je úplně jiná radost. Je to radost, kterou předcházelo úsilí, snaha, pot, někdy i bolest a nasazení. To už je jiný level. Když si na danou věc, kterou jsme dokázali, vzpomene, vyvolá to v nás znovu pocit spokojenosti a radosti.

Tip: Připomínej si toto malé vítězství nad svým pohodlným já. ☺

Radost ZE SRDCE

Radost, která jde ze srdce, je také radost z radosti druhého. Když máme přátele, kteří jsou šťastní, a my tu radost můžeme prožívat s nimi, to je něco, co vychází z našeho srdce. Řčení, že sdílená radost je dvojnásobná radost, určitě platí. Prožívat sounáležitost a nezištnou radost můžeš nejen v rodině a s kamarády, když se stávají něčí úspěch či narozeniny. I radost (úsměv, spokojenost) někoho cizího, ke komu nemáme citový vztah, ale komu my jsme udělali radost, může vést k naplnění našeho srdce radostí. Jen si to zkuste uvědomit. Takovou radost můžeme mít i z toho, když druhým odpustíme nebo když někdo odpustí nám.

Tip: Když někoho pouštíte sednout v tramvaji, nedělejte to z povinnosti, ale s vědomím, že tomu druhému chcete udělat radost. Váš pohled na lidi a situace se změní. ☺ Uvidíte!

Radost NITERNÁ, V DUŠI

My křesťané máme ještě jeden zásadní zdroj radosti. Radost z toho, že nás má Ježíš rád, že nám odpouští hříchy, že nás zachránil a nabídl nám nebe. Je to jiný level a těžko se o tom mluví. Je to zvláštní radost, která nezmizí, když přijdou starosti a těžkosti. Je to radost, která nezáleží na vnějších okolnostech, ani na našem úspěchu či selhání. Vědomí, že můj život má smysl a Ježíš mě spasil. Že mu na mě záleží tak, že za mě položil život. Vědomí lásky bez hranic, lásky, která odpouští a která nikdy neskonečí, mění naše vnímání a postoje. Není možné být vůči této lásce „pasivní“.

Tip: Pros Ducha Svatého za jeho dary. Chval Boha za jeho stvoření a Ježíši děkuj za Lásku.

Citát: „Zůstanete-li ve mně a zůstanou-li má slova ve vás, prostě, oč chcete, a stane se vám. To jsem vám pověděl, aby moje radost byla ve vás a vaše radost, aby byla plná.“ (edit. Jan 15, 7 a 11.)

Majka St.



ČÍSTĚ

ViRA.CZ
ViRA NA INTERNETU

Kdo nalézá štěstí v Bohu, je svobodnější.

3 Aktuálně
RŮŽ ENEC není nuda

4 Interview
RÁDOVÁ SESTRA
Influencarkou

6 Inkognito
Řešíme RODINU

7 Čtenářské okénko
Zvířecí STORY

8 Tvoření v INI
MINZAHRADKA

9 Inside
LÁSKA na YT

10 Duchovní INjeka
ZAHŘÍVAT SRDCE • víra
v praxi

11 Fotoramén
VODNÁŘ versus RYBA

15 INi zdraví
Tahle je PŘES ČARUI

16 INi action
ÚSPĚCH není cíl,
ale cesta

17 INi story
SDK v cizím pokoj

18 INspirativní osobnost
KAFKA • Costa Ku svobodě,
víra a modelingu

19 INi músl
KOUTEK k učení

20 Téma INi
Když ŽIVOT BOLÍ

22 INtelekt
SOUTĚŽ a křivka

23 Zábava v INi
Test a ZA JÍMOVOSTI