

# Sto otázek sobě

Božena Cibulková

1. Čemu jsem zasvětil život, čemu věnuji čas?
2. Uvědomuji si svůj život plně, uvědomuji si rozum, cit, vůli, myšlení?
3. Chápu hloubku, dosah, úkol a poslání člověka?
4. Jaký je můj vnitřní stav, čím jej projevuji v sobě i navenek?
5. Jak silná je má víra, jaké hloubky a intenzity, vědomí a moudrosti?
6. Přemýšlím o sobě, zkoumám sebe?
7. Jsem takový, jak si přeji vidět druhé?
8. Na jaký stupeň lidství se zařazuji, jak se cením, jakou inteligenci si přisuzuji, jaký charakter?
9. Všímám si životních jevů - s jakou pozorností je sleduji - dávám jim význam, hodnotím je?
10. Vím, že Boží řády života jsou přísné i nesmírně moudré?
11. Jak si cením dobro a kam je zařazuji ve stupnici hodnot?
12. Jakým mám vztah k lidem všeobecně, jak je ctím a čím jim prospívám?
13. Pracuji rád pro dobro neosobní, nebo myslím jen na své?
14. Plním své úkoly rád nebo neochotně, s odporem?
15. Jsem spokojen se sebou, svým postavením, chci je měnit, zlepšit?
16. Hněvám se při malých nezdarech, dávám najevo nelibost, prudkou nebo mírnou nevoli?
17. Jsem neochotný pomáhat, posloužit, ulehčit, nebo mám pohotově vlídnost a úsměv pro všechny, účast i radu?
18. Myslím si, že je mou záležitostí, co činím a jak?
19. Snažím se být dobrý, nebo je mi to přirozeným, samozřejmým projevem?
20. Záleží mi na úctě lidí, vědomě si jí dobývám?
21. Uvědomuji si, jak málo vím o sobě, o životě, o Bohu?
22. Toužím po duchovním poznání, vyhledávám je, mám je za cíl?
23. Zkoumám příčiny svých depresí i vnitřní pohody a klidu?
24. Překonávám vnitřní reptání, nespokojenost, nebo se poddávám každému přání, žádosti a živím je v sobě, jsem pro ně nešťastný?
25. Uvažuji o tom, proč život je plný rozporů a protikladů?
26. Hledám jejich příčiny a zkoumám, zda je sám sebou nešířím a nenásobím?

27. Přemýšlím o neznámu duchovního bytí, o věcech Božích?
28. Sleduji myšlenkové proudy, nechávám jim volné cesty, nebo je usměrňuji, poutám, klidním a vědomě měním?
29. Jsou mé city jak vlažná voda, kterou nikdo nemá rád, či jsou vřelé, hluboké, upřímné, ryzí, jaké rodí láska?
30. Převládá rozum nad citem, nebo jdou nitrem ruku v ruce pracovat na zušlechtění a obrodě?
31. Je má řeč podanou květinou, nebo kamenem, je ozvěnou upřímnosti srdce, přímým pohledem čestného?
32. Čemu věnuji den, volné chvíle, zájem, zálibu?
33. Co mám za nejpotřebnější sobě a vůbec člověku?
34. Mám soucit s trpícími, nebo je netečně mívám zaujat svou těžkostí a problematikou?
35. Hledám formu pomoci potřebným, kteří přímo o pomoc neprosí pro svou tichou pokoru a sílu v odříkání?
36. Uvědomuji si potřebu duchovní pomoci druhým, snažím se ji dát nebo dovést tam, kde je taková pomoc možná?
37. Mám lásku v srdci, cítím ji, vnímám, dovedu ji projevít, dát?
38. Miluji dobro?
39. Toužím nahlédnout do tajů duchovního života, nebo se obávám jeho hloubky, odpovědnosti z poznání i přísného Božího hlasu, který na člověku žádá dokonalost?
40. Uvědomuji si, že mé lidství má malá křídla, že se nemůže vznést do výšin, jestliže je nerozvíjí, nerozpřáhá do šíře touha po Božském?
41. Chodívám vnitřním suchopárem místo kvetoucím sadem myšlení na věci posvátné, vznešené, krásné?
42. Cítím se silným, nebo slabým člověkem, dobrým, či provinilým?
43. Koho obviňuji ze svých těžkostí, které má lidstvo a Země?
44. Přijmu kritiku od druhých a uznám vinu?
45. Snesu oprávněné i neoprávněné výtky i křivdu?
46. Jak se chovám k lidem, kteří mně ubližují?
47. Odpouštím rád, nebo po čase, mám v sobě stále hněv, roztrpčení a hořkost vzpomínky na utrpení?
48. Vyhovuji rád a ochotně přáním i prosbám druhých, nebo je odmítám tvrdě či s omluvami?
49. Víím, že sám jsem příčinou mnoha komplikací osudu, jeho nepříznivosti a neutěšených situací?
50. Namáhám se pro druhé, obětuji se, dávám skutkem i projevem lásku?

51. Vyvíjím vědomě trpělivost, statečnost, sebezapření, vnitřní klid a jistotu důvěry v Boha?
52. Chci být dokonalý?
53. Jsem si vědom svých chyb, nedostatků, omylů?
54. Zkoumám se neustále, zda nemám nízký stav nezušlechtěného lidství?
55. Jsem dobrým příkladem jiným v práci, ve víře i v lásce?
56. Dovedu klidně a trpělivě poučovat, vysvětlovat, mírně hájit sebe, omlouvat a obhajovat jiné?
57. Jsem věrným přítelem, laskavým bratrem, pravým bližním svému bližnímu?
58. Jaké mám představy o sobě, o druhých, o životě, o povinnostech člověka?
59. Jaký mám vztah k Bohu?
60. Jak často myslím na Boha, na svůj odchod do jiného světa, na přípravu k němu?
61. Je mi Bůh útechou, radostí, touhou, nebo se bojím Jeho soudu?
62. Co mě vede k modlitbě, jak ji prožívám, konám, co do ní vkládám?
63. Zklidňuji se vědomím neustálé ochrany Boží, spoléhám na ni vždy?
64. Zpevňuji naději, vyvíjím důvěru, překonávám jimi strach, tíseň, obavy?
65. Hledám spokojenost a štěstí ve vnějším světě, nebo u Boha a ve svém nitru?
66. Co mě těší, nad čím se rmoutím, co si přeji, co očekávám s radostí nebo s úzkostí?
67. Myslivám na svou vůli, že potřebuje zpevnění, prohloubení, snahu, cvičení v úsilí být dobrým a moudrým, rozhodným v činu, jemným v lásce?
68. Přemáhám pocity skleslosti, nechuti, slabosti a nemoci?
69. Mám rád přírodu a vidím v ní obraz krásy a moudrosti Boží?
70. Rmoutí mě krátký a těžký život lidí, utrpení zvířat, smrt všech?
71. Chtěl bych pro lidstvo něco vykonat, ulehčit, usnadnit jeho vývoj?
72. Toužím po širším uplatnění sebe, vyniknutí nad jiné?
73. Zbavuji se sobectví, osobních hledisek, nebo je rozvíjím, podporuji myšlením?
74. Jsem ochoten obětovat, dát bez čekání na odměnu a vděčnost?
75. Jsem spokojen se svým tělesným zjevem, nebo skrytě reptám a jiným závidím lepší vzhled, vyšší postavení?
76. Jsem nepřející, úzkostlivý o své, bez ohledu k jiným?
77. Jsem ústupný, nenáročný, smířlivý, bratrský?
78. Zním význam pokory, skromnosti, hodnotu lásky?
79. Reptám a projevuji tiše nespokojenost v sobě nebo hlasitě a před lidmi?
80. Jsem si vědom odpovědnosti za svůj vnitřní i vnější svět?

81. Rozlišuji dobré od zlého, prospěšné od škodlivého člověku, jeho cestě k Bohu?
82. Mám účast s těžkostmi lidí i postavením tvorů Země, se vším živým a trpícím?
83. Přispívám k míru rodiny, národa, světa?
84. Přeji si dlouho na Zemi žít?
85. Spoléhám na sílu svou nebo o ni prosím Boha?
86. Pokládám se za samostatného, schopného, nebo mě trápí komplexy méněcennosti, slabosti?
87. Rozjímám nad Písmem, uznávám jeho autoritu, projev inspirace Boží, Slovo přímé?
88. Rozvíjím dobro vědomě a za všech okolností?
89. Kterou cestu k Bohu mám za nejlepší, nejkratší, jedinou?
90. Jaká je má láska, komu je věnována?
91. Chválím Boha a děkuji Mu?
92. Jak projevuji prosbu, jak hluboký a vroucí je můj dík?
93. Jsem člověk vděčný a umím dát vděčnost najevo?
94. Myslím na Boha z lásky, nebo si z Něho činím služebníka a vykonavatele svých přání?
95. Cítím ve svém nitru blízkost Boží, jsem v ní a s ní šťasten a pokojný?
96. Naslouchám hlasu svého srdce, který tiší a konejší nadějí v Boha?
97. Kladu svůj osud vědomě do rukou Bohu k vedení a naplnění?
98. Spěchám k nejvyššímu cíli po stupních dokonalosti?
99. Jsem živ jako člověk boží?
100. Myslím na den soudu?

♥100 Tyto zásady sdělila Božena Cibulková (1914 - 1995): [Boženka Cibulková](#)

<https://www.bozenkacibulkova.cz/home/>



<https://www.tichanek.cz/obsah.html#skryt>