



# Liliová cesta

skautská cesta  
duchovního života



# 1. stupeň Lillové cesty



## 1. SKAUTSKÝ PRINCIP

Snažím se být dobrým kamarádem/kou, nepodvádět a dodržovat pravidla, i když mě nikdo nevidí. Chápu rozdíl: radost/legrace, smích/posměch, šťastný život/pohodlný život.



## MEDITACE

Ve vhodném prostředí se naučím z paměti krátký duchovní text či básničku, podle výběru vedoucí/ho.



## PŘÍRODA

Nakreslím obrázek o nějakém vlastním zážitku v přírodě, který mě vedl k hlubšímu zamyšlení a popovídám si o něm s vedoucí/m.



## DUCHOVNÍ INSPIRACE

Poslechnu/shlédnu si duchovně inspirativní příběh a vyložímu vedoucí/mu, jak jsem mu porozuměl/a.



## DUCHOVNÍ ZDRAVÍ

Off-line půstu od počítačových/mobilních aplikací či televize (s výjimkou školních povinností) po určenou dobu.



## SMYSL ŽIVOTA

Zeptám se svých rodičů a skautských vedoucích, co považují za důležité pro šťastný život.



## SPOLEČENSTVÍ

Přeji druhým úspěch a snažím se nezávidět. Nepřidám se k posměchu či pomluvám a nevytahuji se nad druhé. Chráním slabší a pomáhám jim.

*Potvrzuji splnění 1. stupně Lillové cesty a povolují nosit žlutý odznak.*

## 2. stupeň Liliové cesty



### 1. SKAUTSKÝ PRINCIP

Snažím se chápat význam toho, co je pravda, láska, krása, pokora a že je v životě důležitá jejich souhra.

Umím si obhájit svůj názor, ale také umím svůj názor znovu promyslet a změnit ho, pokud poznám, že se mýlím.



### MEDITACE

Opakovaně (v tichu, o samotě a v klidném prostředí) přemýšlím a medituji o příběhu s duchovním poselstvím.

Snažím se porozumět řeči skautských a duchovních symbolů, vysvětlím význam některých z nich.



### PŘÍRODA

Vykonám cestu na vrchol hory s výhledem do kraje, cestou v tichosti poslouchám zvuky přírody.

Na vrcholové vyhlídce se snažím vnímat krásu krajiny a přemýšlet o úctě k životu a k přírodě. Svoji zkušenost reflektuji zápisem do deníku, kresbou apod.



### DUCHOVNÍ INSPIRACE

Přečtu si knížku s duchovním poselstvím, nebo o životě skautského patrona či jiné duchovně inspirativní osobnosti, a popovídám si o ní s vedoucí/m.

Zjistím, co tvoří duchovní život někoho inspirativního v mém okolí (rodina, skauting).



## DUCHOVNÍ ZDRAVÍ

Po dobu jednoho měsíce se cvičím v naslouchání a jednání dle svého svědomí (po týdnů vždy proberu s vedoucím, co jsem si uvědomil/a a co jsem u sebe změnil/a).

Dodržuji informační hygienu (na webu vyhledávám jen obohacující, ušlechtilé a pravdivé informace).



## SMYSL ŽIVOTA

Dovedu se radovat ze svých úspěchů s přiměřenou skromností. Dovedu si přiznat, co se mi nepovedlo a poučím se z toho. Přemýšlím o tom, čeho bych chtěl/a v blízkém období dosáhnout.

Vyprávím o své hrdince či hrdinovi z knihy či filmu a o některém svém žijícím vzoru. Vysvětlím, jak a v čem se jim chci v životě podobat.



## SPOLEČENSTVÍ

Dokážu poprosit za odpuštění a také jinému odpustit. Jsem věrný/á svému kamarádovi/ce i když mě třeba i někdy zklame.

Vymyslím a (po poradě s vedoucím) uskutečním příjemné překvapení pro ostatní.

*Potvrzuji splnění 2. stupně Liliové cesty  
a povolují nosit modrý odznak.*

## 3. stupeň Liliové cesty



### 1. SKAUTSKÝ PRINCIP

Snažím se o hlubší vhled do toho, co je nejvyšší Pravda a Láska a jejich stálé hledání.

Dokážu vysvětlit, jak se projevují tři základní principy skautingu v mém životě.



### MEDITACE

Opakovaně medituji nad duchovními texty či obrazy v tichu a samotě po dobu a období určeném vedoucí/m (dodržuji přitom pravidlo 5P: prostředí, příprava, pravidelnost, poloha těla, přítomnost mysli).

Vlastní rukou napíši text na téma smyslu života (např. báseň, píseň, esej, úvahu...).



### PŘÍRODA

Navštívím tradiční duchovní místo např. památník (Ivančena, Orlovy apod.), významné oddílové místo, poutní kapli, hrob významné osobnosti a na místě uvažuji, jaké je jeho duchovní poselství.

Naleznu pramen potoka a na tomto místě medituji o kráse a duchovním poselství přírody a její provázanosti s životem mým, lidstva i celého vesmíru.



### DUCHOVNÍ INSPIRACE

Mám základní orientaci v různých duchovních tradicích a myšlenkových světónázorech a dokážu v nich hledat inspiraci.

Znám některá duchovně inspirující média (knihy, filmy, weby, hudba) i jejich autory a podiskutuji o nich ostatními.



## DUCHOVNÍ ZDRAVÍ

Každodenně se snažím o sebereflexi dne před spaním, snažím se tím budovat řád mého života a posilovat svoji vnitřní motivaci ke smysluplnému životu.

Snažím se dodržovat informační hygienu a připravím na toto téma program pro ostatní. Snažím se dodržovat časovou sebekázeň.



## SMYSL ŽIVOTA

Vysvětlím svůj hodnotový žebříček, a jak chápu smysl mého života. Své neúspěchy beru jako pozitivní výzvu a neviním z nich své okolí.

Hledám, co je důležité pro můj šťastný život a pro to, aby můj život byl smysluplný a směřoval k plnému lidství.



## SPOLEČENSTVÍ

Připravím duchovní program pro ostatní (např. meditace, vyprávění, obřad, čtení, hra apod.).

Podílím se na nějaké charitativní či obecně prospěšné aktivitě v rámci roverského kmene, skautského střediska či jiného společenství.

*Potvrzuji splnění 3. stupně Liliové cesty a povoluji nosit červený odznak.*



Junák – český skaut, z. s.  
Odbor duchovní výchovy  
© 2022