**MODRÝ ŽIVOT**

Rozhodneš-li se i ty žít Modrým životem, dodržuj těchto jeho sedm zákonů:

**1.** Ráno budeš důkladně cvičit nejméně čtvrt hodiny. (Nepodaří-li se ti to někdy výjimečně pro nedostatek času, můžeš si cvičení odbýt v jinou dobu téhož dne).

**2.** Ráno a večer si pořádně vyčistíš zuby.

**3.** Umyješ se celý studenou vodou.

**4.** Nepromluvíš během dne ani jedno hrubé či dokonce neslušné slovo.

**5.** Neuděláš nic nečestného: nebudeš lhát, nikoho neošidíš, neurazíš, nikomu ani slovem neublížíš, nepoškodíš žádný majetek, ať veřejný či osobní.

**6.** Každý den vykonáš aspoň jeden, byť třeba nepatrný, dobrý skutek.

**7.** Každý den se pokusíš prožít něco radostného – přečteš si kousek nějaké knížky, příjemně se pobavíš s dobrými kamarády, dozvíš se nějakou dobrou zprávu, někdo o tobě řekne něco hezkého, ve škole dostaneš pěknou známku, prožiješ báječnou výpravu nebo schůzku se svým klubem nebo oddílem a podobně.

 V tabulce Modrého života si každý den splněná okénka vybarvi modře. Nesplníš-li některé, ponech je bílé. Snaž se mít co nejvíce okének modrých! Každý večer posuzuj přísně a spravedlivě, které okénko jsi splnil natolik poctivě, abys je mohl modře vybarvit bez výčitek svědomí.

Nešiď sám sebe!

Snaž se stále zlepšovat!

