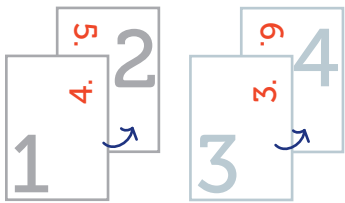


Instrukcja

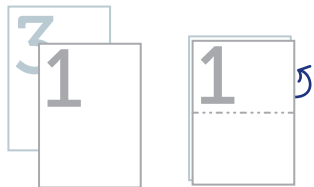
1. Wydrukuj plik dwustronnie, wybierając opcję "dopasuj do strony". Upewnij się, że strony są w odpowiedniej kolejności, tak jak pokazano obok (np. 4. punkt prawa powinien znajdować się na pierwszej stronie, w prawym górnym rogu).



2. Ułóż kartki kolejno.

Wyrównaj je.

Złóż kartki na pół wzdłuż dłuższego boku, tak by instrukcja była na wierzchu.



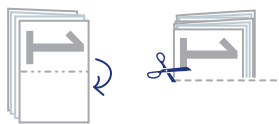
3. Przetnij wzdłuż zagięcia.



4. Wyrównaj kartki.

Złóż je na pół wzdłuż dłuższego boku, tak by instrukcja była na wierzchu.

Przetnij wzdłuż zagięcia.



5. Odłóż kartkę z instrukcją.



- Modłę się za bliźnich w konkretnych ich potrzebach.
- Zauważam i doceniam wysiłek i efekty pracy drugiego człowieka.
- Dostrzegam odrzuconego i krzywdzonego człowieka, pomagam mu dobrym słowem, uczynkiem i dbam o jego dobre imię.
- Nie poniżam drugiego człowieka ani słowem, ani czynem, nawet jeśli postąpił niewłaściwie.
- Z wyrozumiałością, ale odważnie zwracam uwagę drugiemu człowiekowi, jeśli jego postępowanie jest naganne.
- Przepraszam za wyrządzoną przykrość.
- Dbam o dobre relacje w mojej rodzinie.
- Wybaczam doznaną krzywdę.
- Szanuję harcerzy i skautów z innych organizacji.

**HARCERZ W KAŻDYM
WIDZI BLIŹNIEGO,
A ZA BRATA UWAGA
KAŻDEGO INNEGO
HARCERZA**

4

PRZYRZECZENIE HARCERSKIE

**MAM
SZCZERA
WOLĘ**

Chcę z własnej woli.

**CAŁYM
ŻYCIEM**

We wszystkich, co robię w domu, w szkole, na zbiorce, przed komputerem, na imprezie, wśród znajomych itp.

**PEŁNIĆ
SŁUŻBĘ
BOGU**

Jestem przyjaciółką/ przyjacielem Boga. Pamiętam o codziennej modlitwie osobistej. Uczestniczę w nabożeństwach. Odważnie wyznaję swoją wiarę. Szukam swojego miejsca w Kościele/ wspólnotcie.

**NIEŚĆ
CHĘTNA
POMOC
BLIŹNIM**

Zauważam potrzeby innych i reaguję na nie.

**PEŁNIĆ
SŁUŻBĘ
POLSCIE**

Znam swoją Ojczyznę. Wśród zastulonych Polaków poszukuję przykładów godnych naśladowania. Jestem dumna/ dumny ze swojego pochodzenia. Poszukuję pola działalności w społeczności lokalnej. Zdobywam wiedzę z myślą o przyszłości swojej i kraju. Modlę się za Ojczyznę. Postępuję się poprawiając polszczyznę.

**HARCERZ JEST
ZAWSZE
POGODNY**

8

- Dostrzegam dobre strony, nawet jeśli coś dzieje się nie po mojej myśli.
- Jestem chętna/ chętny do działania.
- Nie narzekam.
- Wierzę w swoje możliwości.
- Cieszę się z tego, co mnie spotyka i z tego, co mam.
- Potrafię cieszyć się radością innych.





6. Wyrównaj kartki.
Złóż je na pół
wzdłuż dłuższego boku,
tak by okładka
była na wierzchu.



7. Sprawdź czy strony
są we właściwej kolejności



8. Połącz kartki za pomocą zszywacza
(możesz skorzystać
ze znaczników na okładce)

5 HARCERZ POSTĘPUJE PO HARCERSKU

- Szukam okazji do niesienia pomocy i zrobienia czegoś dobrego.
- Podejmuję działania, które są dobre dla mnie lub dla innych osób.
- Wywiązuję się z moich zobowiązań.
- Włączam się w działania charytatywne i na rzecz dobra wspólnego.

13

1 HARCERZ SUMIENNIE SPEŁNIA SWOJE OBOWIĄZKI WYNIKAJĄCE Z PRZYRZECZENIA HARCERSKIEGO

- Postępuję zgodnie z przyjętymi zasadami (regulaminy, Prawo Harcerskie, przepisy drogowe itp.).
- Jestem posłuszny/na swoim rodzicom, dziadkom, nauczycielom, zastępowym, drużynowym itp.
- Uznaję doświadczenie życia rodziców, dziadków, nauczycieli, zastępowego, drużynowego itp.
- Ponozę konsekwencje swojego postępowania.
- Mam świadomość tego, że karność i posłuszeństwo są drogą do samowychowania i samodyscypliny.

21

6 HARCERZ JEST SZCZĘDNY I OFIARNY

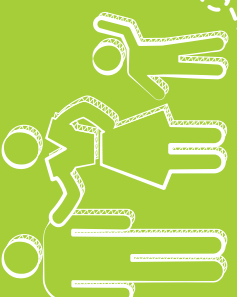
5



- Moim kodeksem rycerskim jest Prawo i Przrzeczenie Harcerskie.
- Rozpoznaję wartościowe zachowania starszych i staram się je naśladować.
- Stosuję zasady dobrego wychowania, jestem kulturalna/ny.
- Lubię siebie taką, jaką/takim, jakim jestem.
- Dostrzegam swoje zalety – rozwijam je, oraz wady – pracuję nad nimi.
- Stawiam sobie wymagania i dążę do ich realizacji.



Pamiętam o złożonym przeze mnie Przrzeczeniu Harcerskim i codziennie staram się według niego żyć.



7 WYKORZYSTAJ SWOJE SIŁY I WSPOMAGAJ INNYCH

- Potrafię odłożyć pewną kwotę pieniędzy na określony cel, umiem sfinansować swój udział w pewnym przedsięwzięciu (kurs, biwak, koncert itp.).
- Oszczędzam zużycie w moim mieszkaniu mediów, takich jak światło, woda, gaz.
- Rozsądnie gospodaruję powierzonymi mi pieniędzmi/środkami.
- Jestem otwarta/ny na pomoc innym ludziom w ich problemach, w miarę moich możliwości.
- Uwaznie słucham innych ludzi.

HARCERSKI RACHUNEK SUMIENIA

Harcerki i harcerze starsi



A oto propozycja, jak krok po kroku przeżyć HARCERSKI RACHUNEK SUMIENIA.

1. DZIĘKUJĘ!

Podziękuj Bogu za swoje życie i za wszystko, co dobrze uczyniłaś/eś.

2. PROSZĘ O ŚWIATŁO!

Poproś o Ducha Świętego, aby Cię oświecił i pokazał prawdę o Twoim postępowaniu, abyś mogła/mógł zobaczyć siebie i swoje serce.

3. EGZAMIN.

Sprawdź, czy postępujesz zgodnie z sumieniem, czy nie? Czy zrobiłaś/eś to, co należało, zgodnie z Prawem i Przrzeczeniem Harcerskim?

4. PRZEPRASZAMI!

Przeprós Boga za zło, które popełniłaś/eś.

5. POPRAWIĘ SIĘ!

Postanów coś – jakąś akcję, jakąś zmianę, jakąś walkę i poprawę.



- Wyrzucam śmieci do kosza. Segreguję śmieci.
- Nie niszczę roślin.
- Nie męczę zwierząt.
- Poszerzam swoją wiedzę z przedmiotów przyrodniczych w szkole i we własnym zakresie.
- Uczestniczę lub pomagam w organizacji akcji na rzecz lokalnego środowiska naturalnego.
- Reaguję na niszczenie przyrody.



6 HARCERZ MIŁUJE PRZYRODĘ I STARA SIĘ JĄ POZNAĆ

- Mówię prawdę.
- Jestem lojalny i oddana/ym drugiemu człowiekowi, ale również ideatom, wartościom itp.
- Jestem godna/ym zaufania.
- Dotrzymuję danego słowa.
- Jestem odpowiedzialna/ym za swoje decyzje.
- Jestem punktualna/ym.
- Nie odkładam niczego do zrobienia na później.
- Jestem uczciwa/ym i trzebia/ym.

10 HARCERZ PRACUJE NAD SOBĄ, JEST CZYSTY W MYŚLI, MOWIE I UCZYNKACH; JEST WOLNY OD WĄLOW

CZUWAJ!

Oddajemy w Twoje ręce HARCERSKI RACHUNEK SUMIENIA, aby pomóc Ci stawać się dzień po dniu coraz lepszą harcerką, lepszym harcerzem.

HARCERSKI RACHUNEK SUMIENIA oparty jest na Prawie i Przyrzeczeniu Harcerskim, które na pewno dobrze znasz. Możesz zaglądać do niego codziennie albo raz na tydzień. Możesz rozważać za każdym razem inny punkt Prawa albo wszystkie, nie zapominając przy tym o Przyrzeczeniu Harcerskim.

HARCERSKI RACHUNEK SUMIENIA to świetna modlitwa osobista na koniec dnia. Pomyśl o tym, co było dobre (co dobrego do Ciebie przyszło i co dobrego od Ciebie wyszło), spróbuj to nazwać i podziękować. Pomyśl też o tym, co było złe. Przeprós za to i zastanów się, w jaki sposób to naprawić.

Zespół Wychowania Duchowego i Religijnego Chorągwi Dolnośląskiej przy współpracy Wydziału Inspiracji i Poradnictwa Głównego Kwatery ZHP

autorzy: hm. Aldona Birkowska HR,
phm. Mirosław Birkowski HO,
ks. Marek Mekwiński,
hm. Paulina Muszyńska HR,
phm. Dariusz Rachwał HR,
phm. Joanna Szajda HR

recenzja: hm. Teresa Zawadzka,
hm. Mateusz Kubiak

korekta: Katarzyna Dobosz,
Martyna Dziugiet, Joanna Fojt

opracowanie graficzne: Sonia Stach

fotografia: David Marcu unsplash.com

Copyright ©2016 Związek Harcerstwa Polskiego – Główna Kwatera

00 – 491 Warszawa, ul. M. Konopnickiej 6
e-mail: inspiracje@zhp.pl
www.cbpp.zhp.pl

- Panuję nad swoimi myślami.
- Nie oglądam filmów niedozwolonych dla mojego wieku, lecz wybieram pozycje wartościowe i rozwijające.
- Nie słucham muzyki z przekleństwami.
- Nie przeklinam.
- Dbam o czysty i schludny wygląd.
- Okazuję szacunek osobom płci przeciwnej.
- Dbam o swoje zdrowie i higienę osobistą.
- Nie sięgam po szkodliwe substancje, takie jak alkohol, papierosy, narkotyki, dopalacze.
- Zachowuję umiar w korzystaniu z komputera, Internetu, telefonu i telewizji oraz jedzeniu słodczy, chipsów i pozostałej niezdrowej żywności.
- Przestrzegam przepisów i regulaminów.