

Každý týden otevírá nové výzvy, které můžete plnit. Zároveň můžete pokračovat i v těch předchozích například s výzvou „jeden den off-line“. Tuto postní cestu můžete rovněž použít jen jako návod nebo inspiraci k tomu, jak prožít postní čas zase trochu jinak.



ADOPCE
NABLÍZKO

www.sadba.org
www.sadba.org

Postní cesta NEJEN PRO misionáře

1. NEDĚLE POSTNÍ EVANGELIUM Mk 1, 12-15 Byl pokoušen od satana a andělé mu sloužili.

Poušť > Může znamenat také zřeknutí se pohodlí, půst od věcí. Když není k dispozici internet, mobil, sladkosti, káva... nebo zažíváme-li fyzické nepohodlí – v tu chvíli je člověk sám se sebou. Když je „vyprázdněný“, pak je místo pro setkání s Bohem...

Dokážeš si na nějakou dobu **odřeknout** něco, co odvádí tvou pozornost od Boha?



Vydáme-li se na cestu, často se zříkáme vlastního pohodlí, opouštíme svoji komfortní zónu, jdeme do nejistoty. Stejně jako misionář vydávající se do dalekých zemí...

Například zjistíš, kolik času týdně trávíš on-line a zkus vydržet **jeden den off-line**, nebo vynechej alkohol, svoje oblíbené pochutiny apod.

2. NEDĚLE POSTNÍ EVANGELIUM Mk 9, 2-10 To je můj milovaný Syn.



Hora Proměnění > Znamená modlitbu a setkání s Kristem jako Bohem. Setkání s Ježíšem cestou **examen** – je prožívání opravdové radosti a Boží blízkosti.

Stáhni si aplikaci **Ignaciánský examen**, která ti může být průvodcem denní reflexe o tom, jak si prožil den a kde a jak jsi se setkal s Bohem.



Dobrym člověkem se stáváme skrze setkání s dobrým Bohem.



3. NEDĚLE POSTNÍ EVANGELIUM Jan 2, 13-25 Zbořte tento chrám, a ve třech dnech jej zase postavím.

Vyčištění chrámu > I chrám srdce skrývá spoustu věcí, které nás od Boha odvádějí. S čím bojují? Co znečišťuje moje nitro? Kdy potřebuji pomoc od Ježíše?



Misionář musí očistit svoje nitro od svých zranění, od hříchu a pocítit Boží milosrdenství a péči, aby pak dokázal nést břímě těch, o které se stará. Očištíme i my svoje nitro, aby v něm bylo dost místa pro Boha i pro druhé.

Opravdu potřebuji všechno, co vlastním a používám? Můžu se **něčeho vzdát** a někomu něco darovat? Využijme postní čas nejen k „úklidu srdce“ ale i prostoru, ve kterém žijeme.

4. NEDĚLE POSTNÍ EVANGELIUM Jan 3, 14-21 Bůh poslal Syna, aby skrze něho byl svět spasen.

Světlo versus tma

> Ježíš přichází, aby nás spasil a přivedl ke světlu.



Pokud žijeme intenzivně s Bohem, potom se Bůh–Světlo odráží v nás.

Jako symbol vítězství světla nad tmou si vyrob vlastní svíčku.

K výrobě svíčky je třeba:

- cca 200 g vosku
- větší hrnec
- dřívko či lžice k míchání
- knot s kovovým plíškem
- nádoba pro odlití svíčky (vonné esence, zdobení...)



5. NEDĚLE POSTNÍ EVANGELIUM Jan 12, 20-33 Jestliže pšeničné zrno padne do země a zemře, přinese hojný užitek.

Následování Pána

> V lásce až do krajnosti, ve službě bližnímu, v milosrdenství, v pokoře...

Ježíš má blízko ke každému člověku, Zkus se zachovat podobně. Například navštiv staršího příbuzného, souseda, přítele nebo známého.



Všechno, co misionář obětuje, se obrátí v užitek. Jeho práce a naplnění Boží láskou proměňuje lidská srdce.

6. NEDĚLE POSTNÍ (KVĚTNÁ) Evangelium (cyklus B) Mk 11,1-10 Požehnaný, kdo přichází ve jménu Páně.

Vjezd do Jeruzaléma

> Ježíš jde vstříc smrti a vzkříšení, aby nás spasil a přivedl ke světlu.

Poslechni si nádherné hudební pásmo na námět knihy *Popelka Nazaretská* od básníka Václava Renče...



... přehraj si na Youtube film *Ježíš Nazaretský* (z roku 1977, ve slovenštině)...

Život je křížovou cestou.

Ke změně k dobrému je potřeba vydržet v lásce až do konce.

... anebo si projdi *křížovou cestu*, v kostele, venku, doma, on-line...



7. NEDĚLE ZMRTVÝCHVSTÁNÍ EVANGELIUM Jan 20, 1-9 Ježíš musel vstát z mrtvých.

Vzkříšení

> Radost a nadšení ze setkání se vzkříšeným Kristem.

Krátce se zamysli nad tím, kde se ti během poslední doby zjevila Boží láska, kdo ti prokázal dobro, co hezkého se ti přihodilo..., zaměř se na to pěkně, *nasměřuj svou mysl pozitivně*, raduj se z vítězství Ježíše nad smrtí a uvědom si, že Jeho vítězství je i tvoje.



Setkání se vzkříšeným Kristem je naší motivací ke konání dobra, kterého si Bůh nade vše váží.