

POSTNÍ KALENDÁŘ

	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA	NEDELE
	5 Nasypejme ptákům do krmítka nebo na nějaké chráněné místo semínka slunečnice.	6 Ve volné chvíli pozorujeme „své“ místo. Přiletěli nějakí ptáci? Kteří? Rozmysleme si, zda se nezapojit do projektu www.zivazahrada.cz .	1 Popeleční středa Lukáš 4, 1-13 Přečteme si společně text o tom, jak se postil Ježíš. Zamysleme se, zda v našem životě není něco, čeho bychom se mohli po celé postní období zříci. Může to být něco menšího (čokoláda, mobil, TV) i většího (www.autopust.cz).	2 Začíná půst před Velikonocemi. Má to pro mě nějaký význam?	3 Žijeme v trvalém dostatku. Cítím za to vděčnost?	4 Jak mohu omezit své nároky, aby to někomu pomohlo? Při nákupu myslíme i na volně žijící ptáky a nakupme slunečnicová semínka.	1. postní neděle (Invocavit – povolal mne) Gn 9, 5-17 Tehdy po katastrofě potopy už mraky prosvitá slunce a nebe se zemí snoubí duha. Podle slova z nebe jde o znamení a symbol nové smlouvy, kterou s pozemšťany uzavírá ten Nejvyšší. Malý detail ze závěru vyprávění o potopě, myslím, stojí za víc než jen povšimnutí – hned třikrát je řečeno (ve verších 12, 15 i 16), že tu smlouvu klade Bůh „mezi sebe a vás (lidí) i každého živého tvora.“ Nejde tedy jen o člověka, není sám na začátku, neplul samotný na arše a nejde jen a pouze o něj, o nás v tomto našem po-potopním čase. Vždy tu jsme spolu s celým dalším stvořením...
	11 Jaká je půda na naší zahradě? Jak vypadá v předjaří? Co by se dalo udělat, aby byla zdravá? Je v ní dost organické hmoty?	12 Jaké horniny najdeme v našem okolí? Čím se vyznačují? Jsou půdy v okolí výživné nebo chudé? Jak zadržují vodu?	7 Žijí v naší zemi nějaké šelmy? Jak se jim daří? Jaký k nim máme vztah? Prozkoumejme stránky www.navratvlku.cz nebo www.selmy.cz .	8 Zkusme si představit, jak plyne čas očima stromů či skal. Nespěcháme příliš ve svých životech? Nemíhají se nám před očima obrazy, které jsou z pohledu věčnosti zcela nepodstatné?	9 Je v našem okolí nějaký zajímavý skalní útvar? Z jaké je horniny a jaká je jeho historie?	10 Vypravme se na procházku k zajímavému skalnímu útvaru.	2. postní neděle (Reminiscere – rozpomeň se na své smilování) Mk 9,2-9 Od počátků je dobře někdy pozvednout zrak k dovršení (viz proměnění Páně dnes), jak to dělá i papež František: „Na konci se tváří v tvář setkáme s nekonečnou Boží krásou (srov. 1 Kor 13,12) a budeme moči s radostným údivem číst tajemství veškerenstva, které bude mít spolu s námi účast na plnosti bez konce. Ano, putujeme k věčnému šabatě, k novému Jeruzalému, ke společnému nebeskému domovu. Ježíš nám říká: „Hle – všechno tvořím nové!“ (Zj 21,5). Věčný život bude sdíleným úžasem, kde každý tvor, zářivě proměněn, zaujme své místo a bude mít co nabídnout chudým, kteří budou definitivně osvobozeni... Krácejme se zpěvem! At nás naše zápasy a naše starost o tuto planetu neobírají o radost naděje“ (Laudato si', čl. 243 a 244). Zkus si dnes takto vyjít do přírody i ty!
	17 Při týdenním nákupu zjistíme u všech potravin, odkud pocházejí. Můžeme spočítat vzdálenost, kterou musely k nám urazit.	18 Jaké obaly a kolik jich doma zbylo po včerejším nákupu? Mohlo by jich být méně? Znáte v okolí nějaký bezobalový obchod?	13 Zkusme se zamyslet nad zadržením vody v krajině. Nemohli bychom někde vybudovat tůň? A jak šetřit vodou doma?	14 I zvířata potřebují vodu. Vymysleme místo na pítko pro ptáky či ježky či hmyz. Zjistíme, jak pítko udělat. V létě bude stejně důležité jako krmítko pro ptáky v zimě.	15 Dneska se osprchujme co nejméně teplou vodou. Uvidíte, že sprcha bude krátká!	16 Je v našem okolí nějaká studánka? Je v ní pitná voda? Chodí k ní někdo? Vypravme se na výlet ke studánce nebo k řece v okolí. Jak se jí vede?	3. postní neděle (Oculi – mé oči stále vyhlíží Pána) Ž 19 „Nebesa vypravují o Boží slávě...“ Na to, abychom i my to nebeské vyprávění uslyšeli, stačí vlastně docela málo – tohle žalmistovo slovo poslechnout a pozvednout své oči a rozhlédnout se. A dá se toho uvidět ještě kolem víc, co také možná beze slov vypráví o Boží slávě. Nebe i země a půda, voda, zvířata domácí i divoká, ptactvo nebeské a vše živé, co zvlášť i dohromady svědčí o slávě Dárce života. A tento „tón zvučí celičkou zemí, zní jejich hovor po širém světě.“ (verš 5). A nemusíme jen tomu podivuhodnému rozhovoru naslouchat, můžeme se k němu přidat!
	23 Je to spravedlivé a rozumné, že lidé v Evropě a Severní Americe si žijí tak pěkně a v jiných částech světa je hlad? Co s takovou otázkou?	24 Mám opravdu víc věcí, jídla a zábavy, než by mi stačilo? Známe ve svém okolí nějaký charitativní obchod, kde by peníze z prodeje mých nadbytečností mohly posloužit něčemu dobrému?	19 Dneska si pěkně promyslete, jak a kde vyřešit týdenní nákup, aby po něm zbylo co nejméně obalů a všechno koupené zboží bylo české. Je to výzva? Je možné zajistit něco od místních farmářů?	20 Není pro nás důraz na hygienická pravidla výmluvou pro používání jednorázových obalů při nakupování? Zkusme v obchodě či restauraci požádat o naplnění vlastních čistých nádob.	21 Den bez masa. Najděte si tři nové bezmasé recepty, které během postní doby budete chtít vyzkoušet.	22 Podívejme se doma kolem sebe. Neleží nám zbytečné věci doma? Mnoho věcí, které nám přebývají, mohou ještě dobře posloužit jiným. Můžeme ve sboru či farnosti nebo i v práci založit „výměník“ – polici, na kterou věnujeme nepoužívanou kosmetiku, oblečení či knihy a může si je vzít někdo, kdo je využije. A nezapomeňte si uvařit dobré jídlo z místních zdrojů podle nového receptu.	4. postní neděle (Laetare – Raduj se, Jeruzaléme) Jan 3,14-21 Z vděčnosti za tak nesmírnou Kristovu lásku ke „světu“ se tuto neděli nechejme pozvat slovy patriarchy Bartoloměje, které cituje papež František, k velmi praktické odpovědi, „abychom se od spotřeby obrátili k obětavosti, od nenasatnosti ke štědrosti, od plýtvání ke schopnosti sdílet, k postojí askeze, která znamená, že se učíme dávat, a nikoli si jen odříkat. Je to způsob, jak projevat lásku a jak postupně přecházet od toho, co chci já, k tomu, co potřebuje Boží svět. Je to osvobození od strachu, nenasatnosti a závislosti“. My křesťané jsme navíc povoláni „přijímat svět jako svátost společenství, jako způsob, jak se o něj dělit s Bohem a s bližním v globálním měřítku. Podle našeho skromného přesvědčení se božské a lidské setkává v tom nejmenším detailu nesešíváné suknice Božského stvoření, ba dokonce v tom posledním zraku prachu naší planety“ (Laudato si', čl. 9). Jak tuto neděli odpovíš ty?
	29 Souvisí nějak můj způsob života a potíže lidí v chudých zemích? Zkusme žít celý týden co nejjednodušeji. Při nákupu poříďme semínka bylinek a květin.	30 Vraťte se k výsledkům na webu www.hraozemi.cz . Jak velkou ekologickou stopu má obyvatel Bangladéše nebo Peru ve srovnání s tou naší? Nedlužím jim něco?	25 Spočítejte si svoji ekologickou (uhlíkovou) stopu. Počítadlo je třeba na www.hraozemi.cz .	26 Jednorázové ochranné prostředky mají své opodstatnění, ale i doma vyrobené bavlněné roušky často poslouží velmi dobře a nezatěžují náš svět při výrobě ani jako odpad.	27 Proberte svoji ekologickou stopu a doporučení, kterých se vám po výpočtu dostalo, s lidmi, se kterými žijete. Naplánujte si na víkend výlet bez auta.	28 Výlet bez auta.	5. postní neděle (Judica – zjednej mi právo, Bože) Jr 31, 31-34 Prorok Jeremiáš už vidí pád (Jeruzaléma i Chrámu), ale dovoluje si také mluvit o tom, že přichází ještě něco dalšího. Ještě je naděje, naděje v tom, že se začne jinak, podle jiné smlouvy, která už nebude jen věcí papíru ani kamene, ale srdce. To také my očekáváme až přejde postní čas pandemie? Budeme pokračovat, jako by se nemuselo nic v našem vztahu ke světu, k přírodě, této Zemi změnit? Nedá tolik práce uvidět v tom příležitost. Sváta Karásek o bídě tohoto světa zpíval: „A bude ještě havaj, havaj, na zemi lidmi soužené, a bude ještě havaj, havaj, a ty to nevěříš – vid, že ne?“ My tomu věřit můžeme. Ovšem víra podle Ježíše není ani zdaleka jen pohodlné přitakání, že vše dobře dopadne.
	35 Zkusme dnes večer nesvitit, jen si povídejme nebo jdeme dřív spát.	36 Neochabuje naše myšlení a vztah k druhým? Nevymlouváme se, že máme svých starostí dost?	31 Jak souvisí devastace ekosystémů s chudobou místních lidí? Dá se o tom něco zjistit?	32 Dají se problémy světa vyřešit darováním peněz na některá konta? Má smysl starat se o ostatní? A jak?	33 Zasadme semínka bylinek a květin, které můžeme pěstovat pro sebe nebo sazenice zasadit na nějaké vhodné veřejné místo.	34 Zkusme dnes vynechat večeři (neplatí pro děti).	6. postní neděle (Květná – Hledej pravdu) Mk 1,1-11 Nejen velké vize chrámu, ale i všední život v Betánii je pro proměnu světa klíčový (srov. Mk 1,11). I papež František nás proto povzbuzuje např. k „omezování použití plastových či papírových materiálů, omezení spotřeby vody, třídění odpadu, vaření pouze takového množství pokrmů, které se stačí spotřebovat, ochrana jiných živých tvorů, využívání veřejné dopravy nebo sdílení stejného vozidla s vícero cestujícími, sázení stromů, zhášení zbytečného osvětlení a tak dále“ a dodává: „Nesmíme si myslet, že tyto snahy svět nezmění. Takové skutky šíří ve společnosti dobro, které vždy ponese ovoce nezávisle na tom, co jsme schopni vidět, protože vzbuzují v lůně této země dobrotu, která má vždy tendenci šířit se – někdy i neviditelně“ (Laudato si', čl. 211 a 212). Kéž je tomu tak i o letošních Velikonocích!



Inspirováno postním kalendářem vydaným ARGE Schöpfungsverantwortung (<http://www.argeschoepfung.at/>)

Připravil kolektiv autorů pod vedením Marka Drápala. Nedělní zamyšlení napsal Petr Hruška a Ondřej Ruml.

Vydala Česká křesťanská environmentální síť (<http://ckes.cz/>) ve spolupráci s Poradním odborem pro otázky životního prostředí při SR ČCE (<http://pozp.evangelnet.cz/>).