

POSTNÍ KALENDÁŘ

	PONĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA	NEDĚLE
	5 Dá se nějak zjistit, kolik vody spotřebuji každý den doma, v práci, ve škole? Je všechna pitná? Najdeme fakturu za vodu a spočítáme, kolik vody spotřebujeme v naší domácnosti. Víme, kolik spotřebováváme na různé činnosti? Kolik spotřebovává naše pračka, kolik záchod na splachování?	6 Odkud se bere voda v našich kohoutcích?	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) J 4, 13, 14 <i>Ježíš jí odpověděl: „Každý, kdo pije tuto vodu, bude mít opět žízeň. Kdo by se však napil vody, kterou mu dám já, nebude žíznit navěky. Voda, kterou mu dám, stane se v něm pramenem, vyvěrajícím k životu věčnému.“</i> Být svěží, naplnění vládou Ducha, schopní fungovat, dávat se jako pramen k napojení ostatních. To pro nás znamená společenství s Ježíšem. Postní doba se nám otevírá jako prostor k nasáknutí, probuzení, nabytí nové svěžesti. Jde to bez mnoha věcí, ale bez rosy Boží milosti bychom byli suchou vyprahlou mumii. Pumpujeme si do těla i do mysli spoustu lákavých zbytečností a pro to životadárně by skoro nezbylo místo. Potřebujeme vyprázdnit tu nádobu své mysli, svých zvyků... Ne, aby zůstala prázdná, ale aby se do ní co nejvíc vešlo. Půst má smysl jako příprava k něčemu velkému. To, že zbytečnosti necháme na cestě, že si odlehčíme, je jen pěkný vedlejší produkt našeho snažení, ne cíl...
	11 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?	12 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?	7 Dneska se pokusme myslet na vodu celý den, snažme se použít jen tolik, aby to stačilo. Jak se dá šetřit vodou? Zjistíme, jestli už máme na kohoutcích úsporné perlátory? Kde se dají koupit?	8 I zvířata potřebují vodu. Vymysleme místo na pítko pro ptáky či ježky či hmyz. Zjistíme, jak pítko udělat. V létě bude stejně důležité jako krmítka pro ptáky v zimě.	9 Dneska se osprchujeme co nejméně teplou vodou. Uvidíte, že sprcha bude krátká!	10 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?	2. postní neděle (Reminiscere – rozpomeň se na své smilování) J 10, 9 <i>Já jsem dveře. Kdo vejde skrze mne, bude zachráněn, bude vcházet i vycházet a nalezne pastvu.</i> Procházíme perspektivou Ježíše Krista jako dveřmi. Do každých dveří se nevejdeme, někdy se musíme trochu přikrčit, sehnout hlavu. Pak úplně přesně nevíme, co nás za nimi čeká. A ani prostornými dveřmi neproneseme příliš rozměrný náklad. Co se vejde do Ježíšových dveří? Co je dobré pro vcházení „na pastvu“ (rozumějme naplnění našich skutečných potřeb) skrze Ježíše? Určitě láska, ohleduplnost, pomoc, radost, společenství, to si máme vzít. To, co přečnává a rozbíjí se o rám dveří, zbytečné věci, starosti o kariéru, nedůvěra, touha po vlastní dokonalosti, všechno, co neprojde, může zůstat venku, nebudeme to opravdu postrádat...
	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 Spočítejte si svoji ekologickou (uhlíkovou) stopu. Počítadlo je třeba na www.hraozemi.cz .	14 Jak jste na tom? Pokud nebyl čas včera, spočítejte si ekologickou stopu dneska, zabere to asi půl hodiny.	15 Proberte svoji ekologickou stopu a doporučení, kterých se vám po výpočtu dostalo, s lidmi, se kterými žijete. Naplánujte si na víkend výlet bez auta.	16 Výlet bez auta.	3. postní neděle (Oculi – mé oči stále vyhlíží Pána) J 10, 11-13 <i>Já jsem dobrý pastýř. Dobrý pastýř položí svůj život za ovce. Ten, kdo není pastýř, kdo pracuje jen za mzdu a ovce nejsou jeho vlastní, opouští je a utíká, když vidí, že se blíží vlk. A vlk ovce trhá a rozhání. Tomu, kdo je najat za mzdu, na nich nezáleží.</i> Nedělejme si iluze o nabídkách úspěšných firem, výrobců čehokoli, cestovních kanceláří, volnočasových klubů a politických elit. Může jim na nás záležet, ale počítat se s tím nedá, pravděpodobnost je spíš malá. V čase pokoje a rovnováhy se lehko spleteme v tom, kdo to s námi myslí dobře a co nám prospívá. Nehrozí-li problém, či nebezpečí, je snadné pohodově využívat různých nabídek a nechat se „pást“ leckým. Když ale přicházíme k úžinám života a hranicím zdrojů, musíme být daleko pozornější. Koukněme se kolem sebe, v čem a v kom se odráží Kristova láska. Rozpoznáme to? Půjdem za tím?
	23 Souvisí nějak můj způsob života a potíže lidí v chudých zemích? Zkusme žít celý týden co nejjednodušeji. Při nákupu pořídme semínka bylinek a květin.	24 Vraťte se k výsledkům na webu www.hraozemi.cz . Jak velkou ekologickou stopu má obyvatel Bangladéše nebo Peru ve srovnání s tou naší? Nedlužim jim něco?	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 Den bez mléka a mléčných výrobků (neplatí pro kojence).	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) J 10, 14-16 <i>Já jsem dobrý pastýř; znám své ovce a ony znají mne, tak jako mě zná Otec a já znám Otce. A svůj život dávám za ovce. Mám i jiné ovce, které nejsou z tohoto ovčince. I ty musím přivést. Uslyší můj hlas a bude jedno stádo, jeden pastýř.</i> Ani nám nepříjde na mysl, že bychom třeba nebyli ovečkami toho Ježíšova stáda. To je přece o nás, Ježíš nás zná...Bez tohoto vědomí by se nám zhroutil svět jako dítěti, které náhle přišlo o rodiče. Známe ale svého pastýře my? Snažíme se o to dost, rozpoznáme zvuk jeho pastýřské píšťalky mezi ostatními signály? A bereme vážně, že ho znají, třeba úplně jinak, i jiní lidé, jiné bytosti? Bohu záleží i na lidech, místech a dějích, kteří a která nám vůbec nepřijdou na mysl. Chce jeden krásný pestrý ovčinec a bude ho mít, život by za něj dal, život za něj dal. Tak se pozorně dívejme, poslouchajme a snažme se trochu na té velké radosti přihřát a trochu lásky a pomoci přihodit. Nemáme to sami ze sebe a nedělá nám dobře jít proti tomu...
	29 Nasypejme ptákům do krmítka nebo na nějaké chráněné místo semínka slunečnice.	30 Ve volné chvíli pozorujme „své“ místo. Přiletěli nějakí ptáci? Kteří? Rozmysleme si, zda se nezapojit do projektu www.zivazahrada.cz .	25 Jak souvisí devastace ekosystémů s chudobou místních lidí? Dá se o tom něco zjistit?	26 Dají se problémy světa vyřešit darováním peněz na některá konta? Má smysl starat se o ostatní? A jak?	27 Zasaďme semínka bylinek a květin, které můžeme pěstovat pro sebe nebo sazenice zasadit na nějaké vhodné veřejné místo.	28 Zkusme dnes vynechat večeri (neplatí pro děti).	6. postní neděle (Květná – Hledej pravdu) J 14, 6 <i>Ježíš mu odpověděl: „Já jsem ta cesta, pravda a život. Nikdo nepřichází k Otci než skrze mne.“</i> Skrze cestu, pravdu a život jdeme k Bohu, jdeme-li v Kristu. Před tolika pravdami zavíráme oči, tak velice omezujeme význam pojmu život. Slyšíme-li „život“, vnímáme to jako „můj život“, jak jinak...Život ovšem kolem bují v nepřeberných formách. Všechno, co Hospodin stvořil živé, dýchající, množící se, je jednou z cest k poznání našeho Boha v pravdě. Ve své základní formě je to přirozené, nezdeformované našimi zásahy. Pozorujme život kolem sebe, zabraňujme jeho ničení a vykořisťování a učme se o Bohu od svých „malých bratří“.
	35 Zkusme dnes večer nesvítil, jen si povídejme nebo jdeme dřív spát.	36 Mnoho z nás je pod neustálým tlakem. Není většina spěchu zbytečná? Zkusme jednou něco neudělat, svět se nezboří.	31 Žijí v naší zemi nějaké šelmy? Jak se jim daří? Jaký k nim máme vztah? Prozkoumejme stránky www.navratvlku.cz nebo www.selmy.cz .	32 Jaký je největší nebo nejstarší strom v našem městě nebo vesnici? Co je to za strom? V sobotu se k němu vypravíme na procházku. Pokud o žádném nevíte, vyhledejte si stromy v databázi drusop.nature.cz .	33 Podívejme se na nějaký film o přírodě. Krásné točí třeba David Attenborough.	40 Bílá sobota Čemu nás postní období naučilo? K čemu bylo užitečné?	2. postní neděle (Reminiscere – rozpomeň se na své smilování) J 15, 5 <i>Já jsem vinný kmen, vy jste ratolesti. Kdo zůstává ve mně a já v něm, ten nese hojně ovoce; neboť beze mne nemůžete činit nic.</i> Mít stále z čeho růst, mít stále odkud čerpat sílu, právě to nám slibuje Ježíš. A tu sílu čerpáme proto, abychom taky něco nesli. Náš život tady je konečný a my to víme. Je-li takový a víme-li to, je to třeba proto, abychom s ním něco užitečného dělali, abychom něco činili. Není správné jen životadárnou mízu přijímat a pak ji nějak zakonzervovat v sobě bez užitku pro ostatní, Kristus nám ji dává, abychom byli schopní přinést do jeho světa svůj kousek krásy a dobra...



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

Připravil kolektiv autorů pod vedením Marka Drápala. Nedělní zamýšlení napsala Ilona Mužátková.

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