

POSTNÍ KALENDÁŘ

STŘEDA	1	Popeleční středa Lukáš 4, 1-13	5	PONĚDĚLÍ	11
		Přečtěme 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).		Nasypejme ptákům do krmítka nebo na nějaké chráněné místo semínka slunečnice.	Jaká je půda na naší zahradě? Jak vypadá v předjaří? Co by se dalo udělat, aby byla zdravá? Je v ní dost organické hmoty?
ČTVRTEK	2		6	ÚTERÝ	12
		Začíná půst před Velikonocemi. Má to pro mě nějaký význam?		Ve volné chvíli pozorujme „své“ místo. Přiletěli nějakí ptáci? Kteří? Rozmysleme si, zda se nezapojit do projektu www.zivazahrada.cz .	Jaké horniny najdeme v našem okolí? Čím se vyznačují? Jsou půdy v okolí výživné nebo chudé? Jak zadržují vodu?
PÁTEK	3		7		13
		Žijeme v trvalém dostatku. Cítím za to vděčnost?		Žijí v naší zemi nějaké šelmy? Jak se jim daří? Jaký k nim máme vztah? Prozkoumejme stránky www.navratvlku.cz nebo www.selmy.cz .	Zkusme se zamyslet nad zadržením vody v krajině. Nemohli bychom někde vybudovat tůň? A jak šetřit vodou doma?
SOBOTA	4		8		14
		Jak mohu omezit své nároky, aby to někomu pomohlo? Při nákupu myslíme i na volně žijící ptáky a nakupme slunečnicová semínka.		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?	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.
NEDELE		1. postní neděle (Invocavit – povolal mne) Gn 9, 5-17	9		15
		Tehdy po katastrofě potopy už mraky prosívá 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 (lidi) 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...		Je v našem okolí nějaký zajímavý skalní útvar? Z jaké je horniny a jaká je jeho historie?	Dneska se osprchujme co nejméně teplou vodou. Uvidíte, že sprcha bude krátká!
		2. postní neděle (Reminiscere – rozpomeň se na své smilování) Mk 9,2-9	10		16
				Vypravme se na procházku k zajímavému skalnímu útvaru.	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 zvláště i dohromady svědčí o slávě Dárce života. A tento „tón zvučí celíčkou zemí, zní jejich hovor po širém světě.“ (verš 5). A nemusíme jen tomu podivuhodnému rozhovoru naslouchat, můžeme se k němu přidat!

PONDĚLÍ	17	Při týdenním nákupu zjistíme u všech potravin, odkud pocházejí. Můžeme spočítat vzdálenost, kterou musely k nám urazit.	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?	29	Souvisí nějak můj způsob života a potíže lidí v chudých zemích? Zkusme žít celý týden co nejjednodušeji. Při nákupu pořídme semínka bylinek a květin.
	18	Jaké obaly a kolik jich doma zbylo po věrejších nákupu? Mohlo by jich být méně? Znáte v okolí nějaký bezobalový obchod?	24	Mám opravdu víc věcí, jídla a zábavy, než by mi stačilo? Znáš ve svém okolí nějaký charitativní obchod, kde by peníze z prodeje mých nadbytečností mohly posloužit něčemu dobrému?	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?
STŘEDA	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?	25	Spočítejte si svoji ekologickou (uhlíkovou) stopu. Počítadlo je třeba na www.hraozemi.cz .	31	Jak souvisí devastace ekosystémů s chudobou místních lidí? Dá se o tom něco zjistit?
	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.	26	Jednorázové ochranné prostředky mají své opodstatnění, ale i doma vyrobené bavlněné roušky často poslouží velmi dobře a nezatežují náš svět při výrobě ani jako odpad.	32	Dají se problémy světa vyřešit darováním peněz na některá konta? Má smysl starat se o ostatní? A jak?
PÁTEK	21	Den bez masa. Najděte si tři nové bezmasé recepty, které během postní doby budete chtít vyzkoušet.	27	Proberte svoji ekologickou stopu a doporučení, kterých se vám po výpočtu dostalo, s lidmi, s kterými žijete. Naplánujte si na víkend výlet bez auta.	33	Zasadme semínka bylinek a květin, které můžeme pěstovat pro sebe nebo sazenice zasadit na nějaké vhodné veřejné místo.
	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.	28	Výlet bez auta.	34	Zkusme dnes vynechat večeři (neplatí pro děti).
NEDELE	4. postní neděle (Laetare – Raduj se, Jeruzaléme) Jan 3,14-21		5. postní neděle (Judica – zjednej mi právo, Bože) Jr 31, 31-34		6. postní neděle (Květná – Hledej pravdu) Mk 1,1-11	
	Z vděčnosti za tak nesmírnou Kristovu lásku ke „světu“ se tuto neděli nechjeme pozvat slovy patriarchy Bartoloměje, které cituje papež František, k velmi praktické odpovědi, „ <i>abychom se od spotřeby obrátili k obětavosti, od nenasytosti ke štědrosti, od plýtvání ke schopnosti sdílet, k postoji asketice, 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, nenasytosti a závislosti</i> “. My křesťané jsme navíc povoláni „ <i>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 božská a lidská setkává v tom nejmenším detailu nesešivané suknice Božího stvoření, ba dokonce v tom posledním zrnku prachu naší planety</i> “ (Laudato si', čl. 9). Jak tuto neděli odpovíš ty?		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 v postním čase, to nové darované životem, smrtí i vzkříšením Ježíše Krista. To očekáváme, až pomine postní čas. Co 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. Svátá Karásek o bidě tohoto světa zpíval: „ <i>A bude ještě havaj, havaj, a ty to nevěříš – víd, že ne?</i> “ My tomu věřit můžeme. Ovšem víra podle Ježíše není ani zdaleka jen pohodlné přitakání, že vše dobře dopadne.		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 „ <i>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 více cestujícími, sázení stromů, zhášení zbytečného osvětlení a tak dále</i> “ a dodává: „ <i>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</i> “ (Laudato si', čl. 211 a 212). Kéž je tomu tak i o letošních Velikonocích!	

POZNÁMKY

PONĚLÍ

35

Zkusme dnes večer nespít, jen si povídejme nebo jdeme dřív spát.

ÚTERÝ

36

Neochabuje naše myšlení a vztah k druhým? Nevymlouváme se, že máme svých starostí dost?

STŘEDA

37

Zaposlouchejme se do zvuků okolo našeho domova a v našem okolí. Akustický smog není zdraví škodlivý jen pro člověka, ale i pro zvířata. Zkusme se zamyslet, jak jej omezit.

ČTVRTEK

38

Zelený čtvrtek

Na světě nejsou jen dobří lidé. Někteří se chovají bezohledně k lidem, zvířatům či přírodě. Nebuďme lhostejní. Pozvedněme svůj hlas. I nákupní košík může být silným politickým nástrojem.

PÁTEK

39

Velký pátek

Dnes dodržujme půst od masa, sladkostí a alkoholu. Ušetřené peníze a čas věnujme potřebným.

SOBOTA

40

Bílá sobota

Čemu nás postní období naučilo?
K čemu bylo užitečné?



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

Připravil kolektiv autorů
pod vedením Marka Drápala.

Nedělní zamyslení napsal
Petr Hruška a Ondřej Ruml.

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