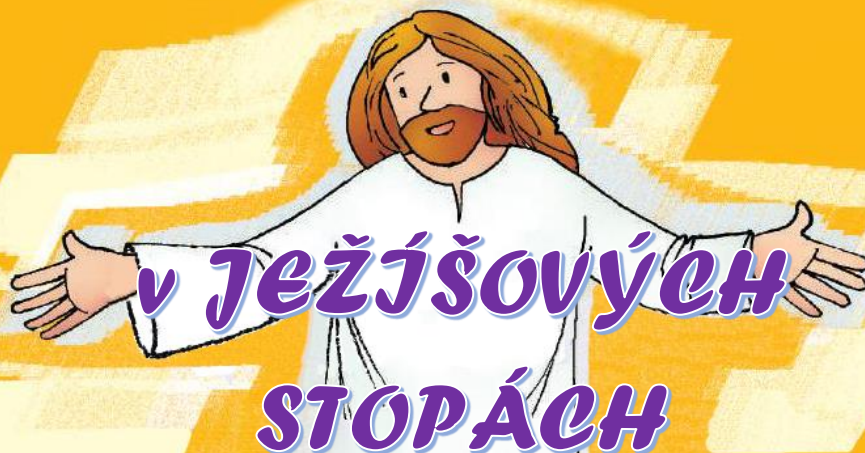


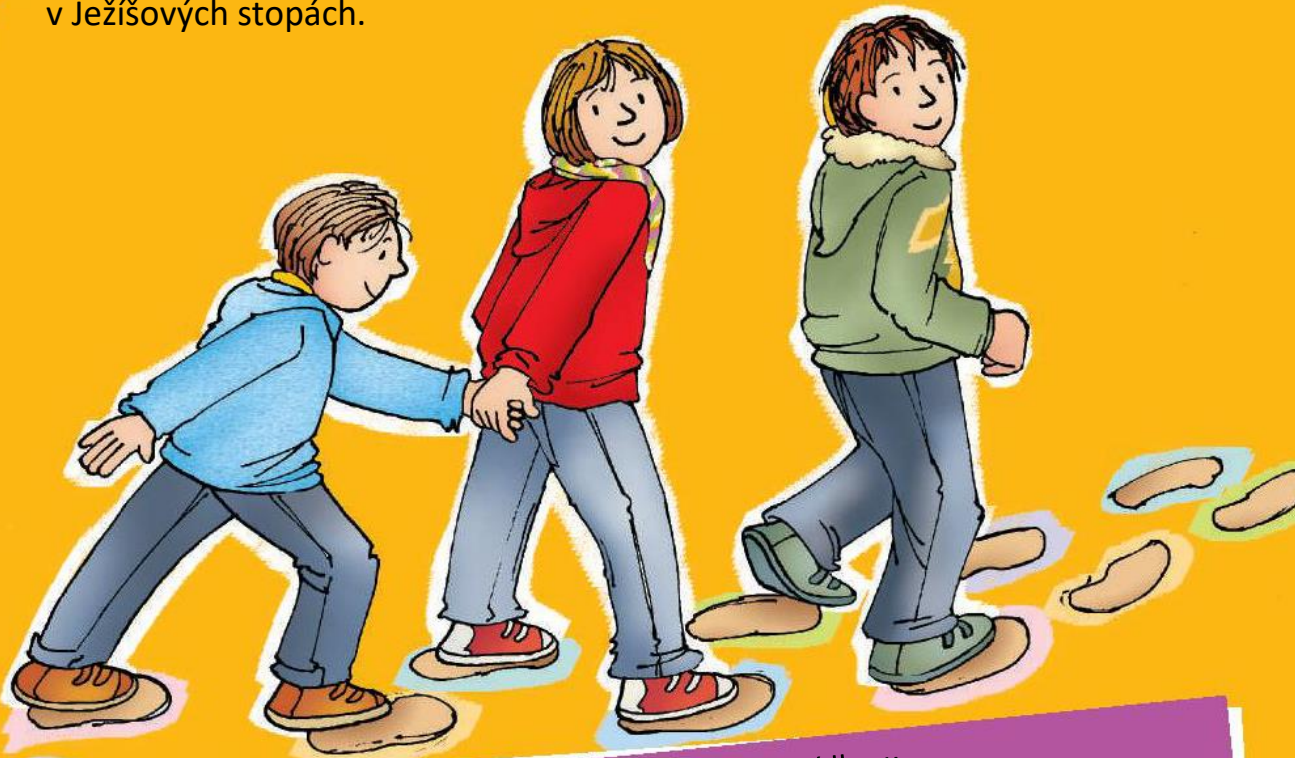
# Postní doba



Ježíš je největší osobností v dějinách lidstva. Dva tisíce let se na něj lidé dívají jako na zachránce, proroka a životní vzor.

Křesťané věří, že není nikdo menší než Syn Boží.

Ať už o tom přemýšlíte jakkoli, Ježíš pokračuje ve vyprávění svého příběhu prostřednictvím církve, která nás v postní době vyzývá, abychom kráčeli v Ježíšových stopách.



- V každém týdnu se můžeš inspirovat touto nabídkou:
- krátké představení jednoho aspektu Ježíšova života;
  - několik návrhů, jak prakticky žít jednu z Ježíšových vlastností;
  - tři aktivity na následující týden, díky nimž je možné následovat Ježíše.



1. týden: Neděle pokušení (Lk 4,1-13)

# UMĚT SI VYBRAT

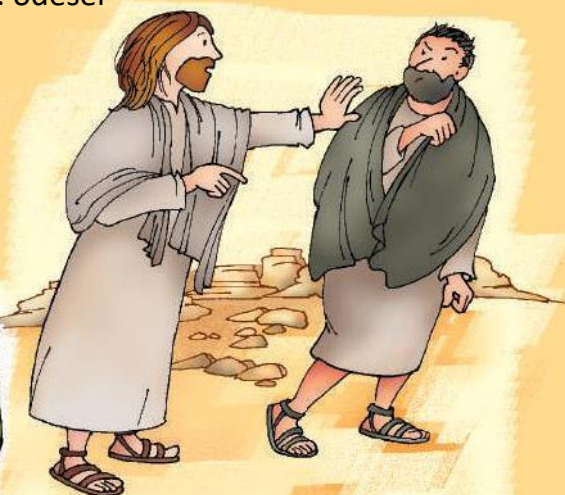
## Vyprávění o Ježíši

Když bylo Ježíši třicet let, rozhodl se pro jednu zvláštní věc: odešel do pouště. Zbavil se tak mnoha věcí, které nejsou nutné k tomu, aby se rozhodl, co bude dělat, „až vyroste“, a jakou stopu ve světě svým životem zanechá.



Ďábel, protivník Boží, mu předložil několik lákavých nabídek: bohatství, moc a úspěch. Ale Ježíš je přesvědčen, že svět naopak zachrání pokora, tichost a dobro. A že právě to od něj Bůh očekává.

Ježíš už nemá pochybnosti: půjde mezi lidi konat dobro, následovat pravdu a přinášet lásku. Nikdy se neobrátil zpět: zvolil si Boha a nebude toho litovat.



**Ve tvém věku:**  
Umět si vybrat znamená brát v úvahu tyto rady:

- použij vlastní hlavu, inteligenci a svobodu, neboj se udělat si vlastní názor;
- nebuď jako korouhvička, která se pořád točí podle toho, co slyší, nebo jaké kolem sebe vidí trendy a módu. Nebuď jako jeden ze stáda jen proto, že jsi líný nebo si chceš všechno ulehčit;
- rozlišuj dobro od zla a soustřeď se na dobro; rozhoduj se jako ten, kdo ví, kým chce být, a snaž se takovým stát.

## Den po dni

Věnuj alespoň tři minuty denně (to je asi jedna písnička) tomu, aby ses v ústraní svého pokoje zaposlouchal do svého vnitřního hlasu, který chce dobro pro tebe a pro všechny. Ten ti napoví, jak máš na své cestě pokračovat.

Připomeň si: být pokorný neznamená skrýt se, odsuzovat nebo popírat vlastní kvality. Znamená to rozpoznávat je jako nezasloužené Boží dary.

Zkus nenechat uplynout ani jediný den, aniž bys udělal nějaké milé gesto vůči někomu, kdo je ti nablízku.





2. týden: Neděle proměnění (Lk 9, 28b–36)

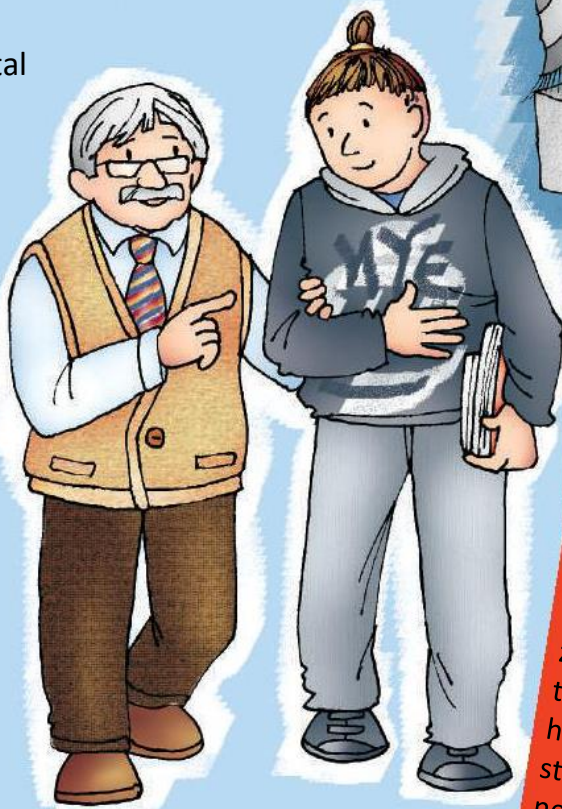
# MÍT KOŘENY

## Vyprávění o Ježíši

Od malička Ježíš naslouchal příběhům o velkých postavách Bible, které mu vyprávěli jeho rodiče, učitelé v synagoze a Boží přátelé: o Mojžíšovi, osvoboditeli a zákonodárci, který hovořil přímo s Bohem; o Eliášovi, prorokovi, který vyzýval lid ke spravedlnosti a pravdě.

Víme, že Ježíš zůstal ve dvanácti letech v Jeruzalémském chrámě, aby tam mluvil s kněžími a učiteli o životě a víře.

Celý život si vážil svých kořenů, zkušenosti izraelského lidu, bohatství Bible. Minulost pomáhá vylepšit naši přítomnost!



**Ve tvém věku:**  
Mít kořeny znamená:

- nemyslet si, že jsem střed světa, že už vím a pochopil jsem všechno, ale naslouchat těm, kteří toho prožili více než já;
- udělat poklad z toho, kdo tady byl před námi: ze zkušenosti prarodičů, z moudrosti dávných dob, z bohatství tradic; uvědomit si, že historie nás může hodně naučit jak tím, co dobrého se kdysi stalo, tak i chybami, které by se už neměly opakovat.

## Den po dni

Vyber si nějakého „borce“ ve všech ohledech: dospělého, staršího kamaráda, člověka, který se ti líbí nebo ke kterému máš úctu. Když budeš dobře sledovat jeho kvality, staneš se i ty zralejším.

Nikdo nezná dokonale úplně všechno, ale každý je schopen se něco ze života naučit. I ty si vyber to, co bys chtěl více poznat, a hlavně neztrať chuť se učit!

Rodiče, příbuzní, čtvrt, ve které bydlíš, tvá země, kultura, tvé náboženství... to jsou tvé kořeny. Zkus si uvědomit, co všechno ti dávají.



3. týden: Neděle fíkovníku bez plodů (Lk 13,1-9)

# ŽÍT NADĚJÍ

## Vyprávění o Ježíši

Ježíš je ten, kdo důvěřuje: Bohu, životu, lidem. Věří, že je možné vytvořit jinou budoucnost, změnit člověka, vybudovat lepší svět.

Ježíš vynaloží svůj čas, aby získal lidi pro Otcův sen: štěstí v přítomnosti a na věčnosti. Uzdravuje, očišťuje, léčí; naslouchá, podpírá a přesvědčuje.

Je neúnavný optimista: dává všem (ale opravdu všem) další možnost, aby přinesli lidstvu něco dobrého.



### Ve tvém věku:

Žít naději znamená:

- představit si budoucnost jako čas, ve kterém se uskutečňuje i díky tvému nasazení tisíce snů, možností a vzácných příležitostí;
- být chlupci a děvčaty jara: barevní, plní fantazie, překypující energií, s příchutí něčeho nového;
- vidět to, co není ještě jasné, i ve tmě nesnází, protože víme, že se vždycky najde nějaké řešení, cesta ven, naděje.

## Den po dni

Měj důvěru: v sebe samého, v ostatní, v Boha. Uvědom si, že život je jedinečná a obdivuhodná šance, která nabízí mnohem víc, než vyžaduje.

Buď zodpovědný za to, co jsi dostal: celý svět ti fandí (a Bůh jako první!), abys vyjádřil to dobré, co máš v sobě a tak spolupracoval na svém růstu.

Obklop se pozitivními a milými lidmi, optimisty. Nech se nakazit jejich nadšením.



4. týden: Neděle milosrdného Otce (Lk 15,1-3,11-32)

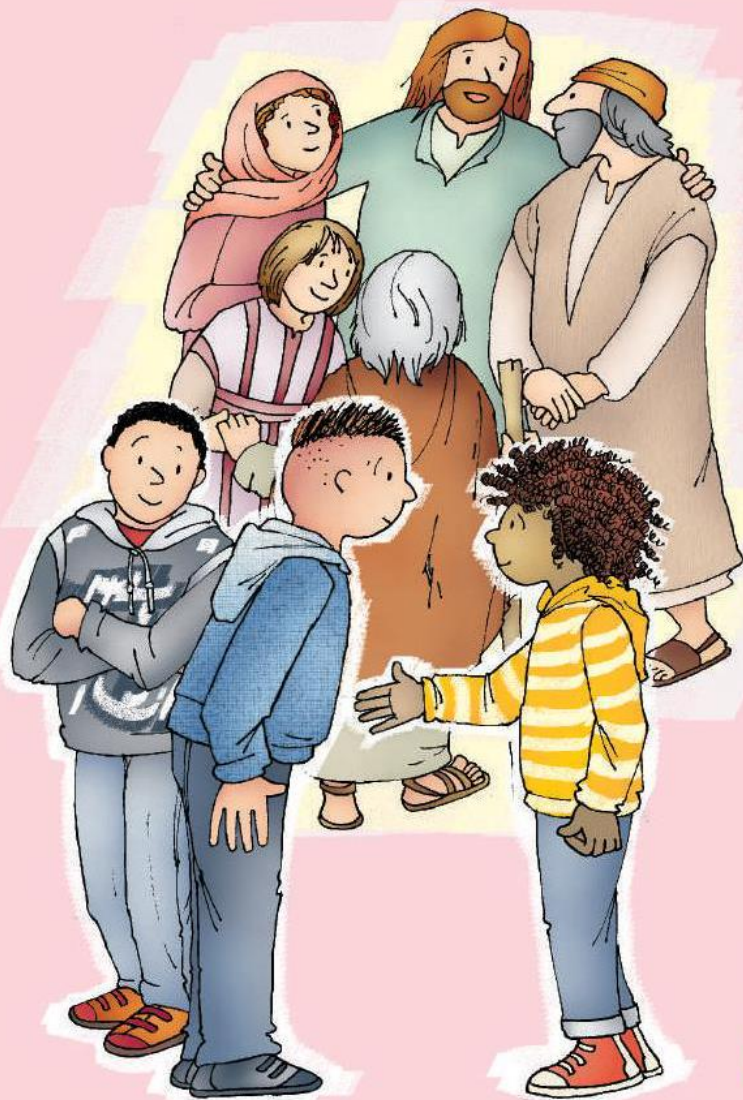
# NAUČIT SE MILOVAT

## Vyprávění o Ježíši

Ježíš je v lásce hodně dobrý! To, co má, neustále dává: své mimořádné schopnosti, svou hlubokou moudrost, svou vnitřní sílu.

Jeho štědrost nezná žádné limity. Pomáhá všem, příbuzným i cizím, lidem své země i těm ostatním, přátelům i nepřátelům. Nežádá za to nic: láska je zdarma, jinak to není láska. Kdokoli se může rozhodnout ho následovat, nebo ne. Láska je náročná, ale ponechá ti svobodu!

Zvláště velkou lásku projevoval těm, kteří ho rozpoznali jako Mesiáše a Syna Božího. Nabídnul jim svůj vlastní život, aby věděli, že se mohou vždy vrátit do Božího domu jako jeho milované děti.



### Ve tvém věku:

- Naučit se milovat znamená:
- pochopit, že život neznamená jen přijímat, ale také dávat;
  - být šťastní z radosti těch, které máme rádi, a být nablízku těm, kteří jsou smutní a v nesnázích;
  - nenutit nikoho dělat to, co si přeješ ty;
  - odpustit tomu, kdo ti ukřivdil, když se teď vrací a rád by byl zase tvým přítelem/přítelkyní.

## Den po dni

Každý den se cvič v štědrosti: důležité je každé gesto, dar, modlitba za někoho, kdo se díky tobě může mít lépe.

Neztrať žádnou příležitost naučit se dobře jednat: zítra se ti to může hodit při pomoci někomu, kdo ti bude nablízku.

Všímej si lásky kolem tebe: pohledů, projevů pozornosti a odhodlání těch, kteří milují. Sleduj to a uč se.



5. týden: Neděle cizoložné ženy (Jan 8,1-11)

# UMĚT ZNOVU ZAČÍT

## Vyprávění o Ježíši



Ježíš pevně věří, že každý člověk může růst, povstat a znovu začít.

V jeho době – ale stává se to i dnes – někteří označovali druhé lidi za špatné, hloupé nebo nenapravitelné hříšníky. Jediné vážné provinění mohlo znamenat trest opuštění, vyhnání, nebo i smrti.

Ježíš ví, že všichni dělají chyby, ale důležité je napravit všechno tím, že udělám něco dobrého a poučím se ze svých chyb. K čemu by byl vlastně život, kdybychom neměli růst a připravit se na setkání s Bohem?



### Ve tvém věku:

Umět znovu začít znamená:

- neztrácet odvalu; nezůstat ležet poté, co spadneš, ale vstát a znovu se vydat na cestu; mít vždy jistotu, že je možná změna;
- ze svých chyb udělat poklad a vždycky se z nich něco naučit;
- dovolit všem ostatním, aby také mohli začít znovu, bez posuzování a odsuzování. Nevíme, jací bychom byli na jejich místě!

## Den po dni

Dobře se připrav na své postní setkání s Ježíšem ve svátosti smíření. Vyber si dobrý způsob zpytování svědomí a proveď sám sebe, jak jsi na tom.

Podívej se na nepohodlného nebo obtížného blízkého člověka novými očima a zeptej se: Jak je to možné? Co má asi za sebou?

Když víš, že máš nějakou dobrou věc už na dosah, ale ještě se ti nepovedla, řekni si: „Ještě jsem to nedal, ale příště už ano!“



6. týden: Neděle Pánova umučení (Lk 22,14–23,56)

# BÝT SILNÝ

## Vyprávění o Ježíši

Ježíš nikdy neměl rád utrpení, kříž nebo temnotu. Zápasil s nimi celý svůj život a snažil se vytrhnout ze zla každého, koho potkal. Přesto na zemi není ani jediný člověk, který by unikl únavě, bolesti nebo nespravedlnosti. A to se nás dotýká zvláště tehdy, když je nezasloužená.

Ve svém utrpení je Ježíš zrazen a opuštěn i svými přáteli. I přesto zůstal pevně stát, nikomu nezlořečil, ale stále důvěřoval Bohu.

Když tato jeho obrovská bolest skončila, otevřelo se nebe vzkříšení. Ještě jednou a navždy.



### Ve tvém věku:

Být silný znamená:

- vědět, že úsilí, trénink a námaha jsou nezbytné k dosažení něčeho skutečného, co má hodnotu;
- pokračovat v tom, čemu věřím, že má smysl, i když se do cesty staví překážky, lidské nepochopení a nepřejícnost;
- dívat se vždy před sebe na obzor, protože jestli před nás Bůh staví nějaký cíl, žehná nám k tomu, aby nám neunikl.

## Den po dni

Vždy věř, že světlo je silnější než tma, dobro než zlo, život než smrt, Bůh než každý jeho nepřítel. Naslouchej mu jako něžné síle uvnitř sebe.

Naslouchej dobrým radám toho, kdo tě má rád, a nenech se ovlivňovat tím, kdo ze závidění nebo zlomyslnosti chce překazit tvé dobré úmysly.

Podívej se poté, co prohraješ, na to, čeho dobrého jsi už dosáhl, a zdvojnásob úsilí v tom, co chceš zlepšit.

# Po stopách Ježíše

neztratíme správný směr, cíl radosti nám neunikne.

V Ježíšových stopách  
není místo pro zahálku a nudu, pomáháme tvořit nový svět.

V Ježíšových stopách  
bolesti noci pominuly, začíná den bez konce.

V Ježíšových stopách  
nám nikdo nemůže sebrat budoucnost: Bůh je stále s námi.

V Ježíšových stopách  
nás neděsí smrt - je branou ke Vzkříšení.

