

PŘEŽÍT NEBO PROŽÍT POSTNÍ DOBU

Čtyřicetidenní dobrodružná příprava na vědomé obnovení křestních slibů, které jsou završením naší postní přípravy. Slibů, které se za většinu z nás nevědomých (rozuměj novorozenců či batolat) zaručili při křtu ti vědomí (rozuměj rodiče, kmotři, společenství věřících). **Následující praktické tipy neslouží jen k tomu jak přežít ale hlavně jak prožít nastávajících 40 dnů v obratu alespoň o několik stupňů. :-)** Tak ať to letos stojí za to!

- 1.**Uvědom si, že postní doba není o zákazech a smutku.** Je to šance jak v Boží síle a milosti využít toto období k přiblížení se Bohu. Ať už změnou něčeho, co nám zavazí ve vztahu k Němu, či v konání dobra, kterým jako učedníci napomáháme k rozmnožení Jeho lásky na tomto světě.
- 2.**Začni postní dobu zpovědí.** S důvěrou v Boží milosrdenství se lépe připravíš na prožití postního a následně i velikonočního období.
- 3.**Nechej se ve svém snažení povzbuzovat.** Například krátkými myšlenkami o Božím milosrdenství.
- 4.**Poznal jsi, že potřebuješ něco zásadního ve svém životě změnit?** Předlož tuto svoji touhu Bohu a zkus využít následující čas k práci na ní. Neboj se požádat o pomoc (nebo alespoň o modlitbu) svého kněze, kamarády, rodinu či společenství.
- 5.**Najdi si čas pro návštěvu kostela a účast na mši i během týdne.**
- 6.**Daruj svůj úsměv.** Ať svým blízkým, spolužákům či náhodným kolemjdoucím - jsou to tví bratři a sestry. Každý z nich je stejně jako ty Bohem chtěný a milovaný.
- 7.**Před zahájením plnění svých povinností, práce, vyučování odevzdej následující čas a své snažení Bohu.**
- 8.**Naplánuj si setkání s tobě blízkým člověkem, s kterým ses už dlouho neviděl.** Tvůj projevený zájem dědu, tetu, kamaráda ze základky určitě potěší (hlavně, když si před setkáním vypneš mobil ;-).
- 9.**Zapřemýšlej, jak by ses mohl zapojit do života své farnosti či své obce nebo okolí, ve kterém žiješ.**
- 10.**Vyber si text křížové cesty, který ti pomůže více prožít Kristovo utrpení** (najdeš jich spoustu na internetu nebo v knihkupectvích s křesťanskou literaturou). Můžeš s ním prožít každý den jedno zastavení nebo se text můžete pomodlit ve spolčě či v rodině.
- 11.**Pomodli se křížovou cestu v přírodě a pozvi na ni třeba své spolčě, kamaráda nebo svého milého či milou.** V blízkosti řady měst se nachází barokní či novodobá zastavení křížových cest, nestojí i u toho tvého?
- 12.**Když tě někdo nebo něco náramně vytočí, počítej do deseti.** Ale dřív než použiješ to ostré slovo, co máš na jazyku! :-D
- 13.**Přibal ke své svačině i jídlo navíc pro místního bezdomovce.**
- 14.**Zkus si najít čas na vypnutí počítače, mobilu, televize, hudby...** Takto vytvořený prostor využij jako čas pro sebe, pro druhé, modlitbu nebo pro přemýšlení.

15.Zkus hned odpustit lidem, kteří ti ublížili nebo se tě něčím dotkli. Bolest a trpkost hned nezmizí, odpuštění (Bohu díky!) není o pocitech ale o rozhodnutí.

16.Každý večer se zamysli v modlitbě nad tím, jak jsi prožil den, vyznej Bohu i svá pochybení a požádej ho o odpuštění a sílu bojovat i následující den.

17.Zkus Boha nezištně chválit, protože on si to zaslouží! ;-) Začni třeba vyjádřením toho, co pro tebe znamená. Pokud nevíš jak na to, popros o pomoc Pannu Marii, jejíž chvalozpěv při návštěvě Alžběty může být vzorem i pro tvoji chválu. Nebo si najdi na internetu text nějaké chválové písně, která by pro tebe mohla být inspirací.

18.Znovuobjev pátek jako postní den, připomínku události Velkého pátku. Páteční oběť není jen “nesmíš jíst maso”. Můžeš se třeba omezit ve sladkém či v alkoholu, posloužit v tento den druhým či potřebným, obětovat modlitbu.

19.Neboj se! Máš strach, kam se ubírá tvůj život, rodina, naše republika a svět? Vlož ho na Boží záda, když Kristus dokázal nést kříž našich hříchů, zvládne i tvůj strach. Tento svět není dokonalý, ale důvěřuj Bohu, který tě nenechá nikdy ve štychu!