

PRVNÍ NEDĚLE POSTNÍ

Ježíš byl na poušti čtyřicet dní.

(Evangelium: Mk 1,12-15)

VYRÝT SUCHÉ KOŘENY

V půdě jsou ukryty suché kořeny, které je potřeba vyrýt. Jedině tak bude úrodná.

Abychom mohli svědčit o Ježíši, je třeba začít u sebe, najít a vyrýt z naší půdy skryté kořeny našich závislostí a zlovyků.

Čeho se chci zbavit?

Vyberu:

- ✿ zbytečné trávení času na sociálních sítích
- ✿ zbytečné kritizování druhých
- ✿ přílišná konzumace (jídla a pití), plýtvání
- ✿ nezáměr o druhé
- ✿ odkládání nevyřešených problémů nebo úkolů

✿

PRVNÍ NEDĚLE POSTNÍ

Ježíš byl na poušti čtyřicet dní.

(Evangelium: Mk 1,12-15)

VYRÝT SUCHÉ KOŘENY

V půdě jsou ukryty suché kořeny, které je potřeba vyrýt. Jedině tak bude úrodná.

Abychom mohli svědčit o Ježíši, je třeba začít u sebe, najít a vyrýt z naší půdy skryté kořeny našich závislostí a zlovyků.

Čeho se chci zbavit?

Vyberu:

- ✿ zbytečné trávení času na sociálních sítích
- ✿ zbytečné kritizování druhých
- ✿ přílišná konzumace (jídla a pití), plýtvání
- ✿ nezáměr o druhé
- ✿ odkládání nevyřešených problémů nebo úkolů

✿

PRVNÍ NEDĚLE POSTNÍ

Ježíš byl na poušti čtyřicet dní.

(Evangelium: Mk 1,12-15)

VYRÝT SUCHÉ KOŘENY

V půdě jsou ukryty suché kořeny, které je potřeba vyrýt. Jedině tak bude úrodná.

Abychom mohli svědčit o Ježíši, je třeba začít u sebe, najít a vyrýt z naší půdy skryté kořeny našich závislostí a zlovyků.

Čeho se chci zbavit?

Vyberu:

- ✿ zbytečné trávení času na sociálních sítích
- ✿ zbytečné kritizování druhých
- ✿ přílišná konzumace (jídla a pití), plýtvání
- ✿ nezáměr o druhé
- ✿ odkládání nevyřešených problémů nebo úkolů

✿

PRVNÍ NEDĚLE POSTNÍ

Ježíš byl na poušti čtyřicet dní.

(Evangelium: Mk 1,12-15)

VYRÝT SUCHÉ KOŘENY

V půdě jsou ukryty suché kořeny, které je potřeba vyrýt. Jedině tak bude úrodná.

Abychom mohli svědčit o Ježíši, je třeba začít u sebe, najít a vyrýt z naší půdy skryté kořeny našich závislostí a zlovyků.

Čeho se chci zbavit?

Vyberu:

- ✿ zbytečné trávení času na sociálních sítích
- ✿ zbytečné kritizování druhých
- ✿ přílišná konzumace (jídla a pití), plýtvání
- ✿ nezáměr o druhé
- ✿ odkládání nevyřešených problémů nebo úkolů

✿

DRUHÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš se před učedníky proměňuje na hoře.
(Evangelium: Mk 9,2-10)*

DODÁVAT PŮDĚ ŽIVINY

**Půdu je potřeba obohacovat o živiny,
aby byla úrodná.**

**Abychom mohli svědčit o Ježíši mezi lidmi,
je třeba nechat se obohatit životem s ním
a sdílet svou víru ve společenství (rodiny, farnosti).
Čím „hnojím“ svou půdu?**

Vyberu, co budu dělat (s druhými):

- ✿ trávit čas s Bohem (mše, četba Písma, modlitba)
- ✿ trávit čas s lidmi (rozhovor, hra, výlet)
- ✿ nemarnit čas (prázdnými řečmi, filmy, činnostmi)
- ✿ sdílet krásu a radost, děkovat, chválit (Boha, druhé)
- ✿ pečovat o tělo (cvičit, zdravě jíst, chodit včas spát)
- ✿

DRUHÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš se před učedníky proměňuje na hoře.
(Evangelium: Mk 9,2-10)*

DODÁVAT PŮDĚ ŽIVINY

**Půdu je potřeba obohacovat o živiny,
aby byla úrodná.**

**Abychom mohli svědčit o Ježíši mezi lidmi,
je třeba nechat se obohatit životem s ním
a sdílet svou víru ve společenství (rodiny, farnosti).
Čím „hnojím“ svou půdu?**

Vyberu, co budu dělat (s druhými):

- ✿ trávit čas s Bohem (mše, četba Písma, modlitba)
- ✿ trávit čas s lidmi (rozhovor, hra, výlet)
- ✿ nemarnit čas (prázdnými řečmi, filmy, činnostmi)
- ✿ sdílet krásu a radost, děkovat, chválit (Boha, druhé)
- ✿ pečovat o tělo (cvičit, zdravě jíst, chodit včas spát)
- ✿

DRUHÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš se před učedníky proměňuje na hoře.
(Evangelium: Mk 9,2-10)*

DODÁVAT PŮDĚ ŽIVINY

**Půdu je potřeba obohacovat o živiny,
aby byla úrodná.**

**Abychom mohli svědčit o Ježíši mezi lidmi,
je třeba nechat se obohatit životem s ním
a sdílet svou víru ve společenství (rodiny, farnosti).
Čím „hnojím“ svou půdu?**

Vyberu, co budu dělat (s druhými):

- ✿ trávit čas s Bohem (mše, četba Písma, modlitba)
- ✿ trávit čas s lidmi (rozhovor, hra, výlet)
- ✿ nemarnit čas (prázdnými řečmi, filmy, činnostmi)
- ✿ sdílet krásu a radost, děkovat, chválit (Boha, druhé)
- ✿ pečovat o tělo (cvičit, zdravě jíst, chodit včas spát)
- ✿

DRUHÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš se před učedníky proměňuje na hoře.
(Evangelium: Mk 9,2-10)*

DODÁVAT PŮDĚ ŽIVINY

**Půdu je potřeba obohacovat o živiny,
aby byla úrodná.**

**Abychom mohli svědčit o Ježíši mezi lidmi,
je třeba nechat se obohatit životem s ním
a sdílet svou víru ve společenství (rodiny, farnosti).
Čím „hnojím“ svou půdu?**

Vyberu, co budu dělat (s druhými):

- ✿ trávit čas s Bohem (mše, četba Písma, modlitba)
- ✿ trávit čas s lidmi (rozhovor, hra, výlet)
- ✿ nemarnit čas (prázdnými řečmi, filmy, činnostmi)
- ✿ sdílet krásu a radost, děkovat, chválit (Boha, druhé)
- ✿ pečovat o tělo (cvičit, zdravě jíst, chodit včas spát)
- ✿

TŘETÍ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš očišťuje chrám od toho, co tam nepatří.
(Srov. Mk 9,5)*

ODSTRAŇOVAT Z PŮDY KAMENÍ

**Hříchy jsou jako kameny v půdě,
které brání semenům klíčit a růst.**

**Pokud chceme svědčit o Ježíši, je třeba poznat,
co nás vzdaluje od Boha, a vyhýbat se tomu.**

Jaké kameny – hříchy chci odstraňovat ze své půdy?

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ každý večer si zpytuji své svědomí
- ✿ přijmu svátost smíření
- ✿ budu se snažit usmiřovat spory
- ✿ podpořím někoho, kdo hájí dobrou věc
- ✿ vyhýbám se tomu, o čem vím, že mě láká ke zlému
- ✿

TŘETÍ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš očišťuje chrám od toho, co tam nepatří.
(Srov. Mk 9,5)*

ODSTRAŇOVAT Z PŮDY KAMENÍ

**Hříchy jsou jako kameny v půdě,
které brání semenům klíčit a růst.**

**Pokud chceme svědčit o Ježíši, je třeba poznat,
co nás vzdaluje od Boha, a vyhýbat se tomu.**

Jaké kameny – hříchy chci odstraňovat ze své půdy?

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ každý večer si zpytuji své svědomí
- ✿ přijmu svátost smíření
- ✿ budu se snažit usmiřovat spory
- ✿ podpořím někoho, kdo hájí dobrou věc
- ✿ vyhýbám se tomu, o čem vím, že mě láká ke zlému
- ✿

TŘETÍ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš očišťuje chrám od toho, co tam nepatří.
(Srov. Mk 9,5)*

ODSTRAŇOVAT Z PŮDY KAMENÍ

**Hříchy jsou jako kameny v půdě,
které brání semenům klíčit a růst.**

**Pokud chceme svědčit o Ježíši, je třeba poznat,
co nás vzdaluje od Boha, a vyhýbat se tomu.**

Jaké kameny – hříchy chci odstraňovat ze své půdy?

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ každý večer si zpytuji své svědomí
- ✿ přijmu svátost smíření
- ✿ budu se snažit usmiřovat spory
- ✿ podpořím někoho, kdo hájí dobrou věc
- ✿ vyhýbám se tomu, o čem vím, že mě láká ke zlému
- ✿

TŘETÍ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš očišťuje chrám od toho, co tam nepatří.
(Srov. Mk 9,5)*

ODSTRAŇOVAT Z PŮDY KAMENÍ

**Hříchy jsou jako kameny v půdě,
které brání semenům klíčit a růst.**

**Pokud chceme svědčit o Ježíši, je třeba poznat,
co nás vzdaluje od Boha, a vyhýbat se tomu.**

Jaké kameny – hříchy chci odstraňovat ze své půdy?

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ každý večer si zpytuji své svědomí
- ✿ přijmu svátost smíření
- ✿ budu se snažit usmiřovat spory
- ✿ podpořím někoho, kdo hájí dobrou věc
- ✿ vyhýbám se tomu, o čem vím, že mě láká ke zlému
- ✿

ČTVRTÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš mluví s Nikodémem o Boží lásce a o oběti.
(Evangelium: Jan 3,14-21)*

TRPĚLIVĚ OKOPÁVAT PŮDU

Okopáváním – kypřením se půda provzdušňuje.
To pomáhá dobrému zakořenění rostlin.

Všechny problémy sami nevyřešíme.
Má smysl je ale odevzdávat v modlitbě Bohu.
Od do nich může vstoupit – „provzdušnit“ je.
Za co se chci (společně s dalšími lidmi) modlit?

Vyberu modlitební úmysl:

- ✿ za konkrétního člověka
- ✿ za naši vlast
- ✿ za rodinu, spolupracovníky, sousedy, spolužáky
- ✿ za církve, papeže, kněze
- ✿ za nemocné
- ✿

ČTVRTÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš mluví s Nikodémem o Boží lásce a o oběti.
(Evangelium: Jan 3,14-21)*

TRPĚLIVĚ OKOPÁVAT PŮDU

Okopáváním – kypřením se půda provzdušňuje.
To pomáhá dobrému zakořenění rostlin.

Všechny problémy sami nevyřešíme.
Má smysl je ale odevzdávat v modlitbě Bohu.
Od do nich může vstoupit – „provzdušnit“ je.
Za co se chci (společně s dalšími lidmi) modlit?

Vyberu modlitební úmysl:

- ✿ za konkrétního člověka
- ✿ za naši vlast
- ✿ za rodinu, spolupracovníky, sousedy, spolužáky
- ✿ za církve, papeže, kněze
- ✿ za nemocné
- ✿

ČTVRTÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš mluví s Nikodémem o Boží lásce a o oběti.
(Evangelium: Jan 3,14-21)*

TRPĚLIVĚ OKOPÁVAT PŮDU

Okopáváním – kypřením se půda provzdušňuje.
To pomáhá dobrému zakořenění rostlin.

Všechny problémy sami nevyřešíme.
Má smysl je ale odevzdávat v modlitbě Bohu.
Od do nich může vstoupit – „provzdušnit“ je.
Za co se chci (společně s dalšími lidmi) modlit?

Vyberu modlitební úmysl:

- ✿ za konkrétního člověka
- ✿ za naši vlast
- ✿ za rodinu, spolupracovníky, sousedy, spolužáky
- ✿ za církve, papeže, kněze
- ✿ za nemocné
- ✿

ČTVRTÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš mluví s Nikodémem o Boží lásce a o oběti.
(Evangelium: Jan 3,14-21)*

TRPĚLIVĚ OKOPÁVAT PŮDU

Okopáváním – kypřením se půda provzdušňuje.
To pomáhá dobrému zakořenění rostlin.

Všechny problémy sami nevyřešíme.
Má smysl je ale odevzdávat v modlitbě Bohu.
Od do nich může vstoupit – „provzdušnit“ je.
Za co se chci (společně s dalšími lidmi) modlit?

Vyberu modlitební úmysl:

- ✿ za konkrétního člověka
- ✿ za naši vlast
- ✿ za rodinu, spolupracovníky, sousedy, spolužáky
- ✿ za církve, papeže, kněze
- ✿ za nemocné
- ✿

PÁTÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš mluví o ochotě obětovat se a o zrně,
které přinese užitek, jen když je zaseto.
(Evangelium: Jan 12,20-33)*

NEBÁT SE ZASÍT

**Zasetá semena se v půdě rozpadnou.
Vyroste z nich však něco krásného.**

**Nebojme se zasévat semena svých možností a darů,
která jsme dostali od Boha. Rozšiřujme lásku k Bohu.
Co mám ve své sýpce a mohu to nabídnout?**

Vyberu, co udělám (příp. se domluvíme ve skupině):

- ✿ navštívím osamělého člověka
- ✿ nabídnu svou pomoc (ve farnosti, v rodině, v práci)
- ✿ zapojím se do některé sbírky, šířím o ní informace
- ✿ vyrobím velikonoční přání, pak někomu věnuji
- ✿ navrhnu společnou aktivitu pro věřící i nevěřící
- ✿

PÁTÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš mluví o ochotě obětovat se a o zrně,
které přinese užitek, jen když je zaseto.
(Evangelium: Jan 12,20-33)*

NEBÁT SE ZASÍT

**Zasetá semena se v půdě rozpadnou.
Vyroste z nich však něco krásného.**

**Nebojme se zasévat semena svých možností a darů,
která jsme dostali od Boha. Rozšiřujme lásku k Bohu.
Co mám ve své sýpce a mohu to nabídnout?**

Vyberu, co udělám (příp. se domluvíme ve skupině):

- ✿ navštívím osamělého člověka
- ✿ nabídnu svou pomoc (ve farnosti, v rodině, v práci)
- ✿ zapojím se do některé sbírky, šířím o ní informace
- ✿ vyrobím velikonoční přání, pak někomu věnuji
- ✿ navrhnu společnou aktivitu pro věřící i nevěřící
- ✿

PÁTÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš mluví o ochotě obětovat se a o zrně,
které přinese užitek, jen když je zaseto.
(Evangelium: Jan 12,20-33)*

NEBÁT SE ZASÍT

**Zasetá semena se v půdě rozpadnou.
Vyroste z nich však něco krásného.**

**Nebojme se zasévat semena svých možností a darů,
která jsme dostali od Boha. Rozšiřujme lásku k Bohu.
Co mám ve své sýpce a mohu to nabídnout?**

Vyberu, co udělám (příp. se domluvíme ve skupině):

- ✿ navštívím osamělého člověka
- ✿ nabídnu svou pomoc (ve farnosti, v rodině, v práci)
- ✿ zapojím se do některé sbírky, šířím o ní informace
- ✿ vyrobím velikonoční přání, pak někomu věnuji
- ✿ navrhnu společnou aktivitu pro věřící i nevěřící
- ✿

PÁTÁ NEDĚLE POSTNÍ

*Ježíš mluví o ochotě obětovat se a o zrně,
které přinese užitek, jen když je zaseto.
(Evangelium: Jan 12,20-33)*

NEBÁT SE ZASÍT

**Zasetá semena se v půdě rozpadnou.
Vyroste z nich však něco krásného.**

**Nebojme se zasévat semena svých možností a darů,
která jsme dostali od Boha. Rozšiřujme lásku k Bohu.
Co mám ve své sýpce a mohu to nabídnout?**

Vyberu, co udělám (příp. se domluvíme ve skupině):

- ✿ navštívím osamělého člověka
- ✿ nabídnu svou pomoc (ve farnosti, v rodině, v práci)
- ✿ zapojím se do některé sbírky, šířím o ní informace
- ✿ vyrobím velikonoční přání, pak někomu věnuji
- ✿ navrhnu společnou aktivitu pro věřící i nevěřící
- ✿

KVĚTNÁ NEDĚLE

*Ježíše vítají v Jeruzalémě, ale pak je ukřižován.
(Evangelium: Mk 14,1 – 15,47)*

ZALÉVAT PŮDU

**Nevidíme, co se v půdě děje, přesto ji však zaléváme.
Věříme, že semena jednou vyklíčí.**

**Bůh nás miluje bez podmínek, zalévá nás svou láskou.
Zkusme ho napodobit.
Jak mohu „zalévat“ vztahy s druhými?**

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ všímám si lidí kolem, chovám se k nim vlídně
- ✿ udělám si čas na své blízké
- ✿ uspořádáme společnou (pesachovou) večeři
- ✿ pozvu někoho na akci farnosti (pašije, slavení)
- ✿ rozdělím se o velikonoční pokrm (např. se sousedy)
- ✿

KVĚTNÁ NEDĚLE

*Ježíše vítají v Jeruzalémě, ale pak je ukřižován.
(Evangelium: Mk 14,1 – 15,47)*

ZALÉVAT PŮDU

**Nevidíme, co se v půdě děje, přesto ji však zaléváme.
Věříme, že semena jednou vyklíčí.**

**Bůh nás miluje bez podmínek, zalévá nás svou láskou.
Zkusme ho napodobit.
Jak mohu „zalévat“ vztahy s druhými?**

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ všímám si lidí kolem, chovám se k nim vlídně
- ✿ udělám si čas na své blízké
- ✿ uspořádáme společnou (pesachovou) večeři
- ✿ pozvu někoho na akci farnosti (pašije, slavení)
- ✿ rozdělím se o velikonoční pokrm (např. se sousedy)
- ✿

KVĚTNÁ NEDĚLE

*Ježíše vítají v Jeruzalémě, ale pak je ukřižován.
(Evangelium: Mk 14,1 – 15,47)*

ZALÉVAT PŮDU

**Nevidíme, co se v půdě děje, přesto ji však zaléváme.
Věříme, že semena jednou vyklíčí.**

**Bůh nás miluje bez podmínek, zalévá nás svou láskou.
Zkusme ho napodobit.
Jak mohu „zalévat“ vztahy s druhými?**

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ všímám si lidí kolem, chovám se k nim vlídně
- ✿ udělám si čas na své blízké
- ✿ uspořádáme společnou (pesachovou) večeři
- ✿ pozvu někoho na akci farnosti (pašije, slavení)
- ✿ rozdělím se o velikonoční pokrm (např. se sousedy)
- ✿

KVĚTNÁ NEDĚLE

*Ježíše vítají v Jeruzalémě, ale pak je ukřižován.
(Evangelium: Mk 14,1 – 15,47)*

ZALÉVAT PŮDU

**Nevidíme, co se v půdě děje, přesto ji však zaléváme.
Věříme, že semena jednou vyklíčí.**

**Bůh nás miluje bez podmínek, zalévá nás svou láskou.
Zkusme ho napodobit.
Jak mohu „zalévat“ vztahy s druhými?**

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ všímám si lidí kolem, chovám se k nim vlídně
- ✿ udělám si čas na své blízké
- ✿ uspořádáme společnou (pesachovou) večeři
- ✿ pozvu někoho na akci farnosti (pašije, slavení)
- ✿ rozdělím se o velikonoční pokrm (např. se sousedy)
- ✿

NEDELE ZMRTVÝCHVSTÁNÍ PÁNĚ

*Ježíš vstal z mrtvých.
(Evangelium: Jan 20,1-9)*

NECHAT VYRŮST

Proces klíčení nezáleží na nás, ale na Stvořiteli.
A někdy vyrostete něco jiného, než bychom čekali.

*Ježíše potkáváme tím, že o něm svědčíme.
(papež František)*

Nenechme si pro sebe radost z Ježíšova vítězství.
Jak ji budeme sdílet?

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ slavit s Bohem, chválit ho, číst Bibli
- ✿ sdílet radost s lidmi (ve farnosti, v rodině, na síti)
- ✿ sdílet své osobní svědectví ze života s Bohem
- ✿ dopřát radost sám sobě a tento čas si vychutnat
- ✿

NEDELE ZMRTVÝCHVSTÁNÍ PÁNĚ

*Ježíš vstal z mrtvých.
(Evangelium: Jan 20,1-9)*

NECHAT VYRŮST

Proces klíčení nezáleží na nás, ale na Stvořiteli.
A někdy vyrostete něco jiného, než bychom čekali.

*Ježíše potkáváme tím, že o něm svědčíme.
(papež František)*

Nenechme si pro sebe radost z Ježíšova vítězství.
Jak ji budeme sdílet?

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ slavit s Bohem, chválit ho, číst Bibli
- ✿ sdílet radost s lidmi (ve farnosti, v rodině, na síti)
- ✿ sdílet své osobní svědectví ze života s Bohem
- ✿ dopřát radost sám sobě a tento čas si vychutnat
- ✿

NEDELE ZMRTVÝCHVSTÁNÍ PÁNĚ

*Ježíš vstal z mrtvých.
(Evangelium: Jan 20,1-9)*

NECHAT VYRŮST

Proces klíčení nezáleží na nás, ale na Stvořiteli.
A někdy vyrostete něco jiného, než bychom čekali.

*Ježíše potkáváme tím, že o něm svědčíme.
(papež František)*

Nenechme si pro sebe radost z Ježíšova vítězství.
Jak ji budeme sdílet?

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ slavit s Bohem, chválit ho, číst Bibli
- ✿ sdílet radost s lidmi (ve farnosti, v rodině, na síti)
- ✿ sdílet své osobní svědectví ze života s Bohem
- ✿ dopřát radost sám sobě a tento čas si vychutnat
- ✿

NEDELE ZMRTVÝCHVSTÁNÍ PÁNĚ

*Ježíš vstal z mrtvých.
(Evangelium: Jan 20,1-9)*

NECHAT VYRŮST

Proces klíčení nezáleží na nás, ale na Stvořiteli.
A někdy vyrostete něco jiného, než bychom čekali.

*Ježíše potkáváme tím, že o něm svědčíme.
(papež František)*

Nenechme si pro sebe radost z Ježíšova vítězství.
Jak ji budeme sdílet?

Vyberu, co budu dělat:

- ✿ slavit s Bohem, chválit ho, číst Bibli
- ✿ sdílet radost s lidmi (ve farnosti, v rodině, na síti)
- ✿ sdílet své osobní svědectví ze života s Bohem
- ✿ dopřát radost sám sobě a tento čas si vychutnat
- ✿