

ZRCADLO MÉHO SRDCE

Projekt Diecézního katechetického centra v Brně pro dobu postní 2026,
nedělní cyklus A

Cíl projektu

Pro letošní postní dobu jsme vybrali motiv zrcadla. Zrcadlo ukazuje realitu takovou, jaká je. Nehodnotí, ale odhaluje. Bůh nás stvořil ke svému obrazu, abychom ho svým jednáním zrcadlili. Používáme zpovědní zrcadlo, abychom na sobě mohli pracovat. Vidíme se jako Boží obraz? Díváme se na sebe pravdivě, zrcadlem lásky? Bez lásky je pravda nesnesitelná. V zrcadle lásky vzniká prostor pro odpuštění, jak sobě tak ostatním. Odpuštění osvobozuje a dává sílu jít dál. Jaké je zrcadlo mého srdce? Co v něm vidím?

Cílem postních dní je dívat se společně s Ježíšem do nitra svého srdce jako do zrcadla, přijímat výzvy, pracovat na sobě a nechávat se tak Bohem proměňovat a stávat se stále krásnějším Božím obrazem.

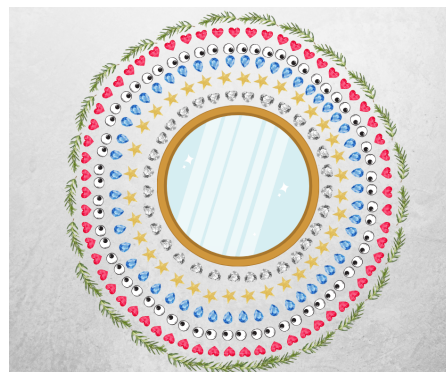
Ústřední otázka postní doby: ***Co vidím v zrcadle svého srdce, když se dívám spolu s Ježíšem?***

Projekt je vhodný pro farnosti, rodiny i společenství. Doporučujeme ho přizpůsobit věku účastníků a aktuální situaci.

Provedení

Účastníci během postní doby postupně vkládají do rámu kolem zrcadla různé symboly charakteristické pro daný týden.

- Pomůcky:
- velké zrcadlo/zrcadlová folie
 - 5x rámeček/pasparta pro lepení symbolů
 - symboly, lepidlo
 - kartičky/zrcátka s výzvou na každý týden
 - nápis: "Kristus žije a já s ním!"



- Symbole:
- kámen/drahokam, hvězda, kapka vody, oko, srdce, ratolest

Návrh realizace

ZRCADLO

Na vhodné místo v kostele vyvěsíme zrcadlo (zrcadlovou folii). Kolem zrcadla umístíme/vyznačíme 5 rámečků pro 5 týdnů postní doby. Každý týden si účastníci z krabičky pod zrcadlem vezmou kartičku s výzvou na další týden. Po splnění/prožití výzvy přilepí daný symbol do příslušného rámečku zrcadla.

KARTIČKY POSTNÍ CHALLENGE

Pro každý postní týden je na webu ke stažení jedna kartička. Na jedné straně uvidíme otázku, o které můžeme přemýšlet, pokaždé když se podíváme do zrcadla, ať už v kostele nebo i doma. Na druhé straně najdeme výzvu pro další týden a krátkou modlitbu. Výzvy i modlitby jsou přizpůsobené věku dětí. Zamýšlet se nad otázkami a vysílat střelné modlitby k Ježíši při všedním pohledu do zrcadla však mohou všechny generace. Nejmenším dětem pomohou vysvětlit úkol rodiče.

SYMBOLY A ZDOBENÍ RÁMU

Pro symboly můžete použít reálné předměty (např. kamínky/drahokamy, hvězdičky, modré korálky jako kapky vody, plastové oči, dřevěná srdíčka, lístečky).

Jednodušší variantou jsou barevné papírové čtverečky (kolečka) nebo vyražené symboly (kámen=šedá/stříbrná, hvězda=žlutá, kapka vody=modrá, oko=bílá, srdce=červená, ratolest=zelená).

Symboly můžete lepit lepidlem, kvalitní oboustrannou páskou, lepicí hmotou, nebo lepicími tečkami.

Témata postních týdnů

1. týden – *S Ježíšem na poušti (Mt 4,1–11)* – **Kdo jsem, když je to těžké?**

- otázka: *Kdy mě to láká udělat něco špatného?*
- výzva: říct ne jedné špatné věci, i když je to těžké
- modlitba: *Ježíši, pomoz mi být silný/á.*
- symbol: kámen/drahokam → proměna srdce (Ježíš dává sílu)

2. týden – *S Ježíšem na hoře (Mt 17,1–9)* – **Vidím Ježíše takového, jaký je?**

- otázka: *Kde vidím dobro u sebe a u ostatních?*
- výzva: říct něco hezkého jednomu člověku
- modlitba: *Ježíši, nauč mě vidět dobro.*
- symbol: hvězda → proměna Ježíše (Ježíš - Bůh září krásou a světlem)

3. týden – *Samařanka u studny (Jan 4,5–42)* – **Ježíš mě zná a má mě rád navzdory mým chybám!**

- otázka: *Kdy se mi daří jednat férově a kdy ne?*
- výzva: zastat se jednoho člověka, který to potřebuje
- modlitba: *Ježíši, dej mi odvahu.*
- symbol: kapka vody → pravdivost k Bohu, sobě i k ostatním

4. týden – *Uzdravení slepého (Jan 9,1–41)* – **Začínám vidět jinak?**

- otázka: *Koho nebo čeho si málo všímám?*
- výzva: pomoci jednomu člověku, který je často sám
- modlitba: *Ježíši, otevři mi oči.*
- symbol: oko → proměna pohledu na lidi, situace, konflikty a nedorozumění

5. týden – *Vzkříšení Lazara (Jan 11,1–45)* – **Ježíš dává nový život!**

- otázka: Co potřebuji změnit?
- výzva: omluvit se nebo odpustit jednomu člověku, se kterým si nerozumím
- modlitba: *Ježíši, dej mi nové srdce.*
- symbol: srdce → nový život

6. týden – *S Ježíšem v Jeruzalémě (Mt 21,1–11)* – **Jdu s Ježíšem**

- otázka: Jaký je můj den s Ježíšem?
- výzva: každý den se alespoň krátce pomodlit
- modlitba: *Ježíši, chci žít s tebou.*
- symbol: ratolesti → rozhodnutí volat: "Hosana!" (postavit se za Ježíše)

Zmrtvýchvstání Páně - Zrcadlo už neukazuje jen mě – ale Krista ve mně

- nápis: „Kristus žije – a já s ním!“

Závěrem

Děkujeme všem, kteří se rozhodnete zapojit do této aktivity a připravíte ji ve svých farnostech, rodinách nebo společenstvích. Budeme rádi za zpětnou vazbu i za fotografie. Můžete je zasílat na e-mail <kc.brno@biskupstvi.cz>. Vytvoříme pak na webu opět fotogalerii pro vzájemné povzbuzení a inspiraci.