

NĚKOLIK TIPŮ NA POSTNÍ DOBU PANDEMICKOU 2021

Milí přátelé,

na Popeleční středu jsme slyšeli slovo Boží od proroka Joela, že máme *nařídít půst, svolat shromáždění, svolat lid, zasvětit obec, sezvat starce, shromáždit děti i kojence...* a pak také *“Velkou láskou se Hospodin roznítil ke své zemi, smiloval se nad svým lidem”*. Naše církev je velká pokladnice, do níž můžeme vkládat a ze které můžeme čerpat **poklady pro obnovu** našeho duchovního života. Využijme moderní informační technologie nebo si ponechme tradiční způsoby – třeba se spojit v modlitbě živého růžence. Mám zkušenost, že když se člověk v postní době zaměří na nějaký svůj problém, těžké téma či vztah a věnuje na tento úmysl postní úsilí, o Velikonocích se může ledacos vyjasnit.

Přeji Vám postní čas plný zdraví, radosti, požehnání a Boží blízkosti.

P. Jiří Šlégr

- Vezměme do rukou **Písmo svaté** a čtěme ho nově, jinak. Můžete se připojit na naši **online Biblickou hodinu**, kde se věnujeme výkladu jednotlivých pasáží společně, nebo můžete zkusit způsob i pro jednotlivce [Lectio divina s Komunitou Blahoslavenství](#).
- „Postní doba nás vybízí, abychom říkali „druhým slova, která povzbuzují, posilují, utěšují, podněcují, a ne slova, která ponižují, zarmucují, popuzují, opovrhují druhým“, říká **papež František**, více v jeho [Poselství k postní době 2021](#)
- Naslouchejme prastarým **žalmům** a objevujme jejich krásu i stálý přínos pro náš duchovní život. [Streamovaná postní modlitba žalmů](#) z havlíčkobrodské farnosti, kde jsou úkoly **i pro děti**, nebo kde také nabízejí streamovanou duchovní obnovu na sobotu 27. března 2021.
- **Pamětníkům** nabízíme jako tip knihu „Rybář na poušti“ od nedávno zesnulého jezuita P. Jana Rybáře, který zažil většinu dramatických událostí 20. století a vypráví o nich.
- Sobotní **duchovní obnovy** se zaměřením **pro ženy** prostřednictvím starších nahrávek P. Vojtěcha Kodeta a také od sester salesiánek online **Průvodce pro postní dobu s biblickými ženami** nabízí pražská arcidiecéze - [zde](#)
- [Křížovou cestu](#) online nabízí Vysokoškolské katolické hnutí **mládeže** z Prahy.
- [Zamyšlení o návratu](#) k našemu Božímu Otci prostřednictvím **Rembrandtova obrazu**.
- **Mobilní aplikace:**
 - Hlubší **duchovní zamyšlení** můžete nalézt u exercicií online se [sv. Terezií z Ávily](#).
 - V souvislosti s rokem [sv. Josefa](#) vytvořilo Diecézní katechetické centrum v Brně krátká **zamyšlení k nedělím**. Příspěvky vytvářeli kněží, kteří nosí jméno Josef.
 - Dále také připravilo DKC Brno [Postní kapky](#), kde jsou různé **podněty** i **zpovědní zrcadlo**.
- **Audio, video:**
 - Následování Pána Ježíše si můžeme připomenout ve filmu „**Klára a František**“
 - **Děti** (ale i dospělí) může zaujmout film Otokára Maria Schmidta „**Alenka v říši divů**“ nebo album dětských písní „**Nemusím se bát**“ od dětské kapely [Brouci](#).