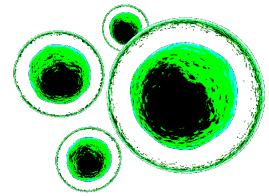


MODLITEBNÍ BUŇKY

Pravý půst



- Mezi **22. březnem a 5. dubnem** se sejděte ke společné modlitbě.
- Vystavte si kříž nebo ikonu a zapalte před ním svíčku
- Začněte znamením kříže a vyzváním Ducha sv: **Přijď, Duchu svatý, naplň srdce svých věřících a zapal v nich oheň své lásky. Sešli svého Ducha a všechno bude stvořeno ---- a obnovíš tvář země. ---- Modleme se: Bože, jenž jsi srdce svých věřících osvětil a poučil, dej, ať v tvém Duchu správně smýšlíme a vždy se radujeme z jeho útěchy. Skrze Krista, našeho Pána. Amen.**
- Dejte si chvíli ticha na zpytování svědomí. Zakončete úkonem kajícího: **Smiluj se nad námi Pane. – Zhřešili jsme proti tobě. – Ukaž nám, Pane, své milosrdenství – A dej nám svou spásu. – Smiluj se nad námi, všemohoucí Bože, chraň nás všeho zlého a doved' nás do života věčného. – Amen.**
- Přečtěte si úryvek **Žalmu 51**. Pokud chcete a máte více textů, můžete se jej modlit na střídačku po verších rozdělení na dva chóry.
 - Smiluj se nade mnou, Bože, pro své milosrdenství, * pro své velké slitování zahlad' mou nepravost.*
 - Úplně ze mě smyj mou vinu * a očisť mě od mého hříchu.*
 - Neboť já svou nepravost uznávám, * můj hřích je stále přede mnou.*
 - Jen proti tobě jsem se prohřešil, * spáchal jsem, co je před tebou zlé,*
 - takže se ukáže, jak je tvůj rozsudek spravedlivý, * že jsi bez úhony ve svém soudu.*
 - Hle, s vinou jsem se narodil * a v hříchu mě počala má matka.*
 - Hle, líbí se ti upřímné srdce, * ve skrytu mě učíš moudrosti!*
 - Pokrop mě yzopem, a budu čistý, * umyj mě, a budu bělejší než sníh.*
 - Popřej mi slyšet hlas veselí a radosti, * ať zajásají kosti, které jsi zdrtil.*
 - Odvrať svou tvář od mých hříchů * a zahlad' všechny mé viny.*
 - Stvoř mi čisté srdce, Bože! * Obnov ve mně ducha vytrvalosti.*
 - Neodvrhuj mě od své tváře * a neodnímej mi svého svatého ducha.*
 - Vrať mi radost ze své ochrany * a posilni mou velkodušnost.*
 - Bezbožné budu učit tvým cestám * a hříšníci se budou obracet k tobě.*
 - Zbav mě, Bože, trestu za prolitou krev, Bože, můj spasiteli, * ať zajásá můj jazyk nad tvou spravedlností.*
 - Otevři mé rty, Pane, * aby má ústa zvěstovala tvou chválu.*
 - Vždyť nemáš zálibu v oběti, * kdybych věnoval žertvu, nebyla by ti milá.*
 - Mou obětí, Bože, je zkroušený duch, * zkroušeným a pokorným srdcem, Bože, nepohrdneš.*
 - Pane, obšťastni Sión svou přízní, * znovu zbuduj hradby Jeruzaléma.*
 - Pak opět najdeš zalíbení v zákonitých obětech, v celopalech i žertvách, * na oltář ti budou klást býčky.*
 - Sláva Otci i Synu * i Duchu Svatému*
 - jako bylo na počátku i nyní i vždycky * a na věky věků. Amen.*
- Přečtěte si z Bible **úryvek z knih proroka Joela: Jl 2,12-18**

Nyní – praví Hospodin – obraťte se ke mně celým svým srdcem, v postu, nářku a pláči! Roztrhněte svá srdce, a ne pouze šaty, a obraťte se k Hospodinu, svému Bohu, neboť je dobrotivý a milosrdný, shovívavý a plný lásky, slituje se v neštěstí. Kdo ví, zda se neobrátní a neodpustí, nezanechá po sobě požehnání: obětní dar a úlitbu pro Hospodina, vašeho Boha? Na Siónu zatrubte na polnici, naříd'te půst, svolajte shromáždění, svolajte lid, zasvěťte obec, sezvěte starce, shromážděte děti i kojence; ženich ať vyjde ze svého pokoje, nevěsta ze své ložnice! Kněží, Hospodinovi služebníci, ať pláčou mezi předsíní a oltářem a říkají: „Ušetř, Hospodine, svůj lid, nevydávej své dědictví v potupu, aby nad ním nevládli pohané!“ Proč se má mezi národy říkat: „Kdepak je ten jejich Bůh?“ Velkou láskou se Hospodin roznítil ke své zemi, smiloval se nad svým lidem.
- Přečtěte si k tomuto textu toto **krátké zamyšlení**:
 - Židé měli ve zvyku si při pokání roztrhnout své šaty. Prorok Joel k tomu dodává: Roztrhněte svá srdce, ne pouze šaty.*

- *Je docela jednoduché prožít půst tak, že se člověk zaměří na vnější věci: Nebudu v postní době jíst čokoládu. Nebudu v postní době hrát na trubku, když to souseda ruší. V postní době si budu kupovat jen bílé jogurty, nikdy ne s příchutí. Je to ale k ničemu, pokud nedojde i ke změně našeho srdce.*
 - *Co by se tedy v postní době mělo změnit v mém srdci? Co je v mém srdci špatné? Jak je na tom můj vztah s Kristem? Dá se vůbec nazvat přátelstvím? Jak je na tom moje modlitba?*
 - *Jak jsou na tom mé vztahy s lidmi kolem mě? Není v nich něco nemocného? Není v nich něco neodpuštěno? Nedlužím něco lidem kolem sebe?*
 - *A co půst, který nám vnutil koronavirus? Ptám se, jak mi tato zkušenostmi může pomoci změnit srdce? Hledám v této době příhodný čas, který mě může někam posunout?*
 - *Prorok Joel pokračuje: Kněží, Hospodinovi služebníci, ať pláčou mezi předsíní a oltářem a říkají: „Ušetř, Hospodine, svůj lid!“ Křtem jsme dostali všeobecné kněžství. I my máme plakat pro náš svět a prosit Boha, aby se nad ním smíloval. Kde kolem sebe vidím lidi, za které bych měl prosit? A co si vybrat jednoho člověka, za kterého by mě nikdy ani nenapadlo prosit – třeba svého souseda, kolegu v práci, toho, s kým se pravidelně potkávám v autobusu nebo v obchodě – a rozhodnout se, že v postní době budu prosit i za něj?*
- Dopřejte si **pár minut ticha**, v nichž budete nad textem Písma rozjímat a ptát se, co je v něm řečeno pro vás, nebo si klást otázky, které zazněly v textu zamyšlení.
 - Pokud někdo chce, může po této chvíli ticha ostatním říct, **co si uvědomil**. Když nikdo nechce, nic se neděje.
- Pak můžete pronášet svoje **osobní prosby a poděkování**. Nezapomeňte prosím prosit:
 - za ochranu před nákazou
 - za nemocné a umírající
 - za moudrost pro rozhodování politiků, kteří teď určují, co máme dělat
 - za moudrost pro biskupy, aby poznali, co má v této době dělat církev.
 - Můžete na ně všichni odpovídat **Prosíme tě, vyslyš nás** nebo **Díky tobě, Pane**
 - Pomodlete se **Otče náš**. Můžete přidat i prosbu o přimluvu Panny Marie: **Zdravas Maria**
 - Zakončete požehnáním a znamením kříže: **Dej nám, Bože, své požehnání, chraň nás všeho zlého a doved' nás do života věčného.**
- Můžete zazpívat píseň, např. **Kristus příklad pokory** (Kancionál č. 307)
 1. *Kristus, příklad pokory, / náš Pán milostivý, / Otce svého Syn milý / a jednorozený, / pro hříšného člověka / ráčil býti chudý / a byl na tomto světě / velmi poníženy.*
 2. *V chudé chýši pastýřské / se z Panny narodil, / celý život v chudobě / a v strasti mnohé žil. / V cizím kraji matička / jej milá skrývala, / bezživotí dítěte / když zloba hledala.*
 3. *Na poušti byl pokoušen / a od svých nepoznán, / pohaněn a opuštěn / a v ruce hříšných dán. / Vše to z lásky k člověku / zde v světě podstoupil, / Otce svého poslušný / až k smrti kříže byl.*
 4. *Zimu, horko, žízeň, hlad, / všechnu lidskou bolest / on přijal za Adama, / trpěl tak jeho trest. / V potu tváře, v soužení, / v slzách jest pracoval / a tak věčného chleba / svým synům dobýval.*
 5. *S pláčem ovcí hledaje, / která se ztratila, / když našel, ji s milostí / vzal na svá ramena. / Dobrý pastýř, svým ovcím / on věčný pokrm dal / a za své stádo milé / sám se na smrt vydal.*
 6. *S křížem svým dobrovolně / se k oběti bere. / Tak vezmi i ty svůj kříž / a zapři sám sebe; / jako Kristus trpěl rád, / nežádal shovění / od Boha Otce svého / pro naše spasení.*
 7. *Jezu Kriste, síly dej, / ať tobě stačíme, / trpělivě s křížem svým / tvou cestou kráčíme / v nebes věčnou blaženost, / kde sídlo svoje máš / a tam s Otcem od věků / vždy v slávě přebýváš.*