

Celostátní setkání animátorů | Duchovní příprava

Motto: „S Janem za Ježíšem“

Cíl: Seznámení se s Janem učedníkem, události ze života s Ježíšem zrcadlené v našem životě.

Struktura:

úryvek z písma
rozbor textu

zamyšlení
úkol/otázka/výzva

modlitba

Anotace: Spolu s Janem se utíkej ke Kristovu Kříži, vytrvej. Nech se oslovit Janovou láskou k Ježíši, kterého následoval. Janem, který spolu s Petrem prvního dne v týdnu přišel ke hrobu a viděl, že je prázdný a uvěřil. Uč se podle vzoru Jana stále hlouběji pronikat do tajemství víry a lásky.

Během 12 ti týdnů se budeme setkávat s učedníkem Janem.

Najdi si chvilku času, přečti si úryvek z bible a následný text a zamysli se, jak se události z Janova života mohou zrcadlit v tvém životě. K tomu ti může napomoci otázka či úkol.

Na závěr se pomodli přiloženou modlitbu.

Představení Jana: Jan byl synem galilejského rybáře Zebedea a jeho ženy Salome. Měl staršího bratra Jakuba (zvaného větší). Byl učedníkem Jana Křtitele, svědkem Ježíšova křtu, a když označil Jan Křtitel Ježíše „Beránkem Božím“ stal se jeho následovníkem. Ježíš jej velmi miloval a byl často nazýván Miláčkem Páně.

Někdy jej přemohla cholerická povaha, pro kterou ho i s Jakubem Pán nazval *“Boanerges” tj. “Synové hromu”*. Na vlastní oči viděl vzkříšení Jairovy dcery, proměnění Pána na hoře Tábor a Ježíšovu agonii v Getsemanech. Při poslední večeři byl Jan svému Pánu nejbližší a naslouchal jeho slovům. Jako jediný z apoštolů prožíval nejbolestnější chvíle pod křížem a nejniterněji poznal hloubku Jeho lásky. Byla mu svěřena Marie, Ježíšova matka.

S Petrem slyšel jako první zprávu Marie Magdalény, že Pán vstal z mrtvých, a viděl prázdný hrob. Setkal se se vzkříšeným Kristem a viděl společně s učedníky jeho rány.

Podle starobylé tradice hlásal Jan evangelium v Efesu (v Malé Asii). Byl pronásledován, bičován a vhozen do kádě vroucího oleje, ze kterého vyšel bez popálenin. Z důvodu hlásání Božího slova a svědectví o Ježíši byl poslán do vyhnanství na ostrov Pathmos.

Podle jedné legendy, která byla napsána po Janově smrti, Jan umřel podobným způsobem jako Ježíšova matka Marie, tedy že usnul a byl vzat do nebe. Jeho žáci nenašli v hrobě jeho tělo, které bylo vzkříšeno a vzneslo se k nebi. *(zdroj vira.cz)*

Použité zdroje:

YouCat – modlitební kniha
vira.cz
modlitba.net

pastorace.cz
bibletv.cz

**Úryvek z písma: Jan 1, 35 - 39**

Druhého dne tam byl opět Jan s dvěma ze svých učedníků. Spatřil Ježíše, jak jde okolo, a řekl: „Hle, beránek Boží.“ Ti dva učedníci slyšeli, co řekl, a šli za Ježíšem. Když se Ježíš obrátil a uviděl, že jdou za ním, otázel se jich: „Co chcete?“ Řekli mu: „Rabbi (což přeloženo znamená: Mistře), kde bydlíš?“ Odpověděl jim: „Pojďte a uvidíte!“ Šli tedy, viděli, kde bydlí, a zůstali ten den u něho. Bylo kolem čtyř hodin odpoledne.



Výklad: Když se stal Jan Ježíšovým učedníkem, bylo mu kolem 20 ti let. Byl mladým člověkem. A jako mladý člověk hledal svým srdcem svoji životní cestu. Dokonce si pamatuje i hodinu, kdy se v jeho životě stalo něco moc důležitého – poznal Ježíše. Rozhodl se poznat ho víc a tak se ptá: „Mistře, kde bydlíš?“

A Ježíš pozval Jana a zve i každého z nás, abychom poznali nejenom, kde bydlí, ale i celý jeho život.



Zamyšlení: „Opustili svého prvního mistra (Jana Křtitele) a vydali se následovat Ježíše. Ten se k nim cestou obrátil a položil jim rozhodující otázku: „Co byste chtěli?“ Ježíš v evangeliích vystupuje jako znalec lidského srdce. V oné chvíli potkal 2 hledající, zdravě znepokojené mladíky (Jana a Ondřeje). *Vždyť co je to za mládí, je-li spokojené a neklade si otázku po smyslu? Také já bych se chtěl dnes zeptat mladých: Co hledáš, co hledáš ve svém srdci?*“ papež František.



Otázka: Když hledáš odpověď na směr svého života, hledáš ve svém - ale Bohem naplněném - srdci?

**Modlitba:**

Ježíši Kriste, Lásko nejvyšší,
tys byl vždy se mnou, a já to nevěděl.

Tys byl tady, a já na tebe zapomínal.

Tys byl hluboko v mém srdci,
a já tě hledal jinde.

Dokonce i když jsem byl daleko,
tys na mě čekal.

Přichází den, kdy ti mohu říci:
Zmrtvýchvstalý, ty jsi můj život.

Patřím ti, žiji v tobě.

Amen.

bratr Roger Schütz



Úryvek z Písma: Mk 1,16 – 20

Když šel podél Galilejského moře, uviděl Šimona a jeho bratra Ondřeje, jak vrhají síť do moře; byli totiž rybáři. Ježíš jim řekl: „Pojďte za mnou a učiním z vás rybáře lidí.“ Ihned opustili síť a šli za ním. O něco dále uviděl Jakuba Zebedeova a jeho bratra Jana; ti byli na lodi a spravovali síť. Hned je povolal. A zanechali na lodi svého otce Zebedea s pomocníky a šli za ním.



Výklad: V Markově evangeliu čteme povolání Jana za učedníka. Postavil se neznámé výzvě, která vyžadovala rozhodnutí a odvahu vykročit. Jan se vzdává všeho, co by mu bránilo naplno následovat Ježíše jako jeho učedník. A tak zanechal loď (věci), svého otce Zebedea (lidi) s pomocníky (práci) a šel za ním.



Zamyšlení: *Pro své povolání se lidé musí vzdát spousty velkých věcí. Dokážeš se už ty dnes vzdát jedné drobnosti, která tě omezuje v živém setkání s rodinou, přáteli, farností, ve studiu, na cestě za Ježíšem? Vzdej se ji.*



Úkol: Vzdej se něčeho, co ti brání v živém setkání s rodinou, bližními, farností. Nastříhej si lístečky a napiš na ně, co sis uvědomil, že ti brání v tomto setkání. Z těchto lístečků si pak jeden vylosuj a snaž se této věci na nějaký čas vzdát či ji omezit.



Modlitba:

Kam mám jít?

Tam mě ved'.

S kým se mám setkat?

Ukaž mi na člověka.

O čem mám mluvit a o čem mlčet?

Sám mi řekni, co je správné.

Co chceš skrze mě vykonat, můj Bože?

Nenech mě stát v půli cesty.

Amen.

(YouCat - modlitební kniha)



Úryvek z Písma: Jan 2, 1 - 11

Třetího dne byla svatba v Káně Galilejské. Byla tam Ježíšova matka; na svatbu byl pozván také Ježíš a jeho učedníci. Když se nedostávalo vína, řekla Ježíšovi jeho matka: „Už nemají víno.“ Ježíš jí řekl: „Co to ode mne žádáš! Ještě nepřišla má hodina.“ Matka řekla služebníkům: „Udělejte, cokoli vám nařídí.“ Bylo tam šest kamenných nádob, určených k židovskému očišťování, každá na dvě až tři vědra. Ježíš řekl služebníkům: „Naplňte ty nádoby vodou!“ I naplnili je až po okraj. Pak jim přikázal: „Teď z nich naberte a doneste správci hostiny!“ Učinili tak. Jakmile správce hostiny ochutnal vodu proměněnou ve víno – nevěděl, odkud je, ale služebníci, kteří vodu nabírali, to věděli – zavolal si ženicha a řekl mu: „Každý člověk podává nejprve dobré víno, a teprve když už se hosté napijí, víno horší. Ty jsi však uchoval dobré víno až pro tuto chvíli.“ Tak učinil Ježíš v Káně Galilejské počátek svých znamení a zjevil svou slávu. A jeho učedníci v něho uvěřili.



Výklad: Ježíšův skutek milosrdenství - proměnění vody ve víno na svatbě v galilejské Káně - je to, co stojí na počátku otevření srdcí jeho učedníků k víře. Bůh mohl udělat zázrak sám, přesto se rozhodl, že při něm bude mít lidské spolupracovníky. Na této svatbě k sobě Ježíš připoutal svoje učedníky novou a definitivní Smlouvou. V Káně se Ježíšovi učedníci stali Jeho rodinou a v Káně se rodí víra církve. Tady došlo k vytvoření nové “smlouvy lásky” mezi Bohem a člověkem. (vira.cz)



Zamyšlení: *Co je základem naší víry? Skutek milosrdenství, kterým nás Ježíš se sebou spojil. A křesťanský život je odpovědí na tuto lásku, je jako příběh dvou zamilovaných. Bůh a člověk se setkávají, hledají, nacházejí a oslavují. Všechno ostatní je důsledkem tohoto vztahu. Církev je Ježíšova rodina, kterou zahrnuje svojí láskou. A tuto lásku církev opatruje a chce rozdávat všem. Papež František: „Sloužit Pánu znamená naslouchat Jeho Slovu a uvádět ho ve skutek. Je to jednoduché, ale zásadní.“*



Úkol: Všiměj si ve svém okolí, zda není třeba vykonat nějaký skutek lásky pro druhé lidi. A pokud ano, neváhej se pustit do díla!



Modlitba: Pane Ježíši, ty jsi vykonal svůj první veřejný zázrak na svatbě. Proměnil jsi obyčejnou vodu ve víno. Dej, abych ti já dal k proměnění sebe samého, abych byl vnitřně tvou milostí proměněn. Abych se stal svědkem tvé lásky, vínem radosti, služebníkem s poslušností, matkou s všímavostí, učedníkem víry.



Úryvek z Písma: Jan 6, 1 - 15

Potom odešel Ježíš na druhý břeh Tiberiadského jezera v Galileji. Šel za ním velký zástup, poněvadž viděli znamení, která činil na nemocných. Ježíš vystoupil na horu a tam se posadil se svými učedníky. Byly blízko židovské svátky velikonoční. Když se Ježíš rozhlédl a viděl, že k němu přichází četný zástup, řekl Filipovi: „Kde nakoupíme chleba, aby se všichni najedli?“ To však řekl, aby ho zkoušel; sám totiž věděl, co chce učinit. Filip mu odpověděl: „Ani za dvě stě denárů chleba nepostačí, aby se na každého aspoň něco dostalo.“ Řekne mu jeden z jeho učedníků, Ondřej, bratr Šimona Petra: „Je tu jeden chlapec, který má pět ječných chlebů a dvě ryby; ale co je to pro tolik lidí!“ Ježíš řekl: „Ať se všichni posadí!“ Na tom místě bylo mnoho trávy. Posadili se tedy, mužů bylo asi pět tisíc. Pak vzal Ježíš chleby, vzdal díky a rozdíl sedícím; stejně i ryby, kolik kdo chtěl. Když se nasýtli, řekl svým učedníkům: „Seberte zbylé nalámané chleby, aby nic nepřišlo nazmar!“ Sebrali je tedy a naplnili dvanáct košů nalámanými díly, které z těch pěti ječných chlebů po jídle zbyly. Když lidé viděli znamení, které Ježíš učinil, říkali: „Opravdu je to ten Prorok, který má přijít na svět!“ Když Ježíš poznal, že chtějí přijít a zmocnit se ho, aby ho provolali králem, odešel opět na horu, zcela sám.



Výklad: Ježíš vykonává zázrak. Pracuje s tím málem, co mají apoštolové k dispozici, aby nasýtil zástupy rozmnožením chlebů a ryb. Ukazuje tím, jaký je Bůh vzhledem k nám: že nás živí, štědře o nás pečuje a stará se o každou naši potřebu.



Zamyšlení: *“Malý dar jednoho mladíka nasýtil tolik lidí. Bůh dokáže i z našich malých darů udělat mnoho. Bez něj jsou naše snahy žít v jeho lásce a následovat ho nicotné. Nikdy nevíme, kdy a kde naše úsilí milovat lidi, pomáhat jim a podporovat je, přinese své plody.” (modlitba.net)*



Úkol: Zamysli se, jaké dary jsi dostal od Boha.

Každý člověk dostal od Pána dary, které nejsou jen pro nás. Máme za ně Bohu děkovat, rozvíjet je. Můžeme se skrze ně také modlit. Jak své dary rozvíjíš ty?



Modlitba: Učiň mě, Pane, nástrojem, ať zářím, ať zářím tvým pokojem.

1. Kde dusí nenávisť, ať lásku vnáším, kde tiskne bezpráví, ať křivdy snáším, ať smírem spojuji, kde dělí hádky, ať pravdou přemáhám omyl a zmatky.

Učiň mě, Pane, nástrojem, ať zářím, ať zářím tvým pokojem.

2. Ať vírou postavím hráz pochybnostem, ať propast zoufalství překlenu mostem, kde vládne temnota, ať světlo křesám, se všemi smutnými ať v tobě plesám.

Učiň mě, Pane, nástrojem, ať zářím, ať zářím tvým pokojem.

3. Požehnej, Pane můj, mé snaze přímé: víc než být potěšen, chci těšit jiné, víc než být pochopen, druhé chci chápat víc, než být milován, chci lásku dávat.

Učiň mě, Pane, nástrojem, ať zářím, ať zářím tvým pokojem.

4. Kdo dává, dostává, mnohem víc přijme, kdo ztrácí, nalézá sebe i jiné, kdo bližním odpouští, sám milost pozná, ba ani smrt mu víc nebude hrozná.

Učiň mě, Pane, nástrojem, ať zářím, ať zářím tvým pokojem.

(kancionál 928)

**Úryvek z Písma: Jan 6, 60 - 66**

Když to jeho učedníci slyšeli, mnozí z nich řekli: „To je hrozná řeč! Kdo to může poslouchat?“ Ježíš poznal, že učedníci na to reptají, a řekl jim: „Nad tím se urážíte? Co až uvidíte Syna člověka vystupovat tam, kde byl dříve? Co dává život, je Duch, tělo samo nic neznamena. Slova, která jsem k vám mluvil, jsou Duch a jsou život. Ale někteří z vás nevěří.“ Ježíš totiž od počátku věděl, kteří nevěří a kdo je ten, který ho zradí. – A řekl: „Proto jsem vám pravil, že nikdo ke mně nemůže přijít, není-li mu to dáno od Otce.“ Od té chvíle ho mnoho jeho učedníků opustilo a už s ním nechodili.



Výklad: Učedníci nemohou přijmout Ježíšova slova, když říká, že On je chlebem života a kdo ho jí, bude mít život věčný. Jsou to na ně „tvrdá“ slova, která jsou těžko vnitřně přijatelná, proto jej opouštějí. Jan zůstává a tak dál naslouchá slovům věčného života. Věří a chce dál poznávat i milovat.



Zamyšlení: „Mnozí z nás vyrůstali v době, kdy nebylo úplně zvykem mít doma Písmo a brát jej denně do rukou. Doba se ale změnila a my jsme vedeni k tomu, abychom se vrátili ke slovu Božímu v celém jeho bohatství, protože je to slovo našeho Boha a skrze toto psané i mluvené slovo k nám Bůh promlouvá do života, vede nás a vnitřně proměňuje. Problém číst Písmo svaté měli křesťané všech dob, protože naslouchat Božímu slovu není jednoduché, vyžaduje to čas, vnitřní pozornost a nastavení pro působení Boha a jeho Ducha.“ *Vojtěch Kodet*



Úkol: Vezmi do ruky svou Bibli a podívej se, jak vypadá. Zamysli se nad tím, jak často ji bereš do rukou a nasloucháš Božímu slovu. Pokud tomu, co čteš, nerozumíš, čteš dál nebo ji odložíš?

**Modlitba:**

Potřebuji tě, Pane,
buď mým učitelem,
potřebuji tě den co den.

Dej mi jistotu svědomí,
neboť ona jediná dokáže vnímat a chápat tvého Ducha.
Mé uši jsou hluché, nedokážu zaslechnout tvůj hlas.
Mé oči jsou kalné, nedokážu rozpoznávat tvá znamení.
Jen ty sám můžeš protesat mé uši,
ty sám můžeš otevřít mé oči a očistit mé srdce.
Uč mě usedat u tvých nohou
a naslouchat tvému slovu. Amen
(John Henry Newman)

**Úryvek z Písma: Mk 1,16 – 20**

Když ještě mluvil, přišel kdosi z domu představeného synagogy a řekl: „Tvá dcera je mrtva, už Mistra neobtěžuj.“ Ježíš to uslyšel a řekl: „Neboj se, jen věř a bude zachráněna.“ Když přišel k domu, nedovolil, aby s ním někdo šel dovnitř, jen Petr, Jan a Jakub s otcem té dívky i s její matkou. Všichni nad mrtvou plakali a naříkali. On řekl: „Neplačte. Nezemřela, ale spí.“ Posmívali se mu, protože věděli, že zemřela. On však ji vzal za ruku a zvolal: „Dcerko, vstaň!“ Tu se jí život vrátil a hned vstala. Nařídil, aby jí dali něco k jídlu. Jejích rodičů se zmocnil úžas. On jim však přikázal, aby nikomu neříkali, co se stalo.



Výklad: Příběh ukazuje, že tam, kde přichází Ježíš, tam nastává změna. Boží moc se projevuje i tam, kde to vypadá hodně beznadějně. Co je konec pro člověka, není však konec pro Boha. Bez víry (v Ježíše) se však v našem životě nesmí nic zásadního odehrát. Co může pro nás znamenat příběh dnes?



Zamyšlení: *Jistě nás někdy v životě postihly smutné chvíle, kdy jsme nad někým nebo něčím plakali, přišli jsme o milovaného člověka, bořily se vztahy v rodině, nebyli jsme spokojeni sami se sebou, se svým životem. Ježíšova přítomnost nás učí, abychom nepropadli ve svém životě zoufalství, abychom nerezignovali, ale měli naději, že On může a chce naši beznadějnou situaci proměnit.*



Otázka: Neztrácel jsi v nelehkých situacích víru? Dokážeš do všeho, co prožíváš, pozvat Ježíše?

**Modlitba:**

Bože, volám tvé jméno do
temnoty,
do temnoty svého strachu,
do temnoty své viny,
do bídy svých otázek a pochybností.
Bože, do tvého jména vkládám
veškerou svou důvěru,
svou naději na bezpečí,
svou touhu mít svůj protějšek,
svou touhu zakoušet přijetí.

Bože, tvé jméno se ve mně ozývá
důvěrnou ozvěnou,
odpovídá ti ve mně má osamělost,
odpovídá ti ve mně můj zmatek,
odpovídá ti ve mně mé malé ubohé já.
Neboť kdykoli se ptám na sebe,
narážím na tebe, a kdykoli se ztratím
sobě samému, jsi to ty, koho postrádám.
Bez tebe nejsem.
Amen
(Alfons Höfer)



Úryvek z Písma: Lk 9, 28 - 36

Za týden po této rozmluvě vzal Ježíš s sebou Petra, Jana a Jakuba a vystoupil na horu, aby se modlil. A když se modlil, nabyla jeho tvář nového vzhledu a jeho roucho bělostně zářilo. A hle, rozmlouvali s ním dva muži – byli to Mojžíš a Eliáš; zjevili se v slávě a mluvili o jeho cestě, kterou měl dokonat v Jeruzalémě. Petra a jeho druhy obestřel těžký spánek. Když se probrali, spatřili jeho slávu i ty dva muže, kteří byli s ním. Vtom se ti muži od něho začali vzdalovat; Petr mu řekl: „Mistře, je dobré, že jsme zde; udělejme tři stany, jeden tobě, jeden Mojžíšovi a jeden Eliášovi.“ Nevěděl, co mluví. Než to dopověděl, přišel oblak a zastínil je. Když se ocitli v oblaku, zmocnila se jich bázeň. A z oblaku se ozval hlas: „Toto jest můj vyvolený Syn, toho poslouchejte.“ Když se hlas ozval, byl už Ježíš sám. Oni umlkli a nikomu tehdy neřekli nic o tom, co viděli.



Výklad: Proměnění Páně je jednou z událostí ze života Ježíše Krista. Svědkem této události nejsou zástupy apoštolů, ale pouze tři učedníci (Petr, Jakub, Jan), kterým se Ježíš na hoře (Tábor) zjeví ve své slávě. Tato událost byla pro učedníky povzbuzením a nadějí do budoucna, že ke Kristu patří nejen předpovídané utrpení a kříž, ale také Boží sláva. A to daleko větší, než mohou spatřit lidské oči. Plná slávy i tajemství. (*pastorace.cz*)



Zamyšlení: *V evangeliu čteme, že k proměnění došlo na vysoké hoře, když se Ježíš modlil. Obracel se k svému nebeskému Otci. Již dříve si učedníci všimli, jak je Ježíš ponořen do modlitby a zatoužili umět se modlit. Ježíš je tehdy naučil modlitbě začínající slovy "Otče náš". Dnes tři z nich vidí, jak do modlitby ponořený Ježíš je před nimi proměněn. Ukázal před nimi svou božskou slávu. I my se nechme ponoření do modlitby prozářit božským světlem, otevřme svá srdce. Snad i pocítíme, jak se nám otevírá nebe a alespoň trochu prožijeme tajemství slávy Ježíšovy, jako mohli částečně i oni tři apoštolové.*



Otázka: V Kdy jsme Bohu nejbližší? Co nás proměňuje? Když máme špatnou náladu, co nám pomůže se z toho dostat? Když se v našem životě něco změní, kdo to pozná? Komu z našich blízkých o tom řekneme?



Modlitba:

Vyzdob mé srdce svou
přítomností, Pane,
a proměň si je v příbytek.
Jsi vytoužený, milý host,
přítel, který má zůstat, jak si vroucně
přeji.
Tobě, kterému přísluší palác,
jsem přichystal ubohou chýškou.

Svůj dům jsme vyzdobil
touhou a očekáváním.
Nebeská záře rozjasní můj příbytek.
Můj dům se bude podobat katedrále
a mé srdce svatostánku.
Zkrášli mé srdce svou přítomností, Pane,
a proměň si je v příbytek. Amen
(*svatý Jan XXIII. - blahoslavený*)

**Úryvek z Písma: Jan 13, 21–30**

Když to Ježíš řekl, v hlubokém zármutku dosvědčil: „Amen, amen, pravím vám, jeden z vás mě zradí.“ Učedníci se dívali jeden na druhého v nejistotě, o kom to mluví. Jeden z učedníků, kterého Ježíš miloval, byl u stolu po jeho boku. Na toho se Šimon obrátil a řekl: „Zeptej se, o kom to mluví!“ Ten učedník se naklonil těsně k Ježíšovi a zeptal se: „Pane, kdo to je?“ Ježíš odpověděl: „Je to ten, pro koho omočím tuto skývu chleba a podám mu ji.“ Omočil tedy skývu, vzal ji a dal Jidášovi Iškariotskému, synu Šimonovu. Tehdy, po té skývě, vstoupil do něho satan. Ježíš mu řekl: „Co chceš učinit, učíš hned!“ Nikdo u stolu nepochopil, proč mu to řekl. Protože měl Jidáš u sebe pokladnici, domnívali se někteří, že ho poslal nakoupit, co potřebují na svátky, nebo dát něco chudým. Jidáš přijal skývu, a hned vyšel ven. Byla noc.



Výklad: Při poslední večeři označuje Ježíš svého zrádce. Učedníci jsou ohromeni. Nedokázali si představit, že by někdo z nich zradil svého Učitele. Proč by jej měl někdo zrazovat? Vždyť těchto dvanáct vyvolených učedníků mělo možnost naslouchat jeho slovu a být s ním v úzkém společenství.



Zamyšlení: *Učedníci dostali strach. Uvědomili si pravdivost slov, které Ježíš předpověděl. Zmocnila se jich nejistota. Začali podezírat sami sebe a přemýšleli, zda v nich neklíčí myšlenka proti Mistru. Jan seděl po Ježíšově boku a sklíčeně se zeptal: “Kdo to je?” (bibletv.cz).*



Úkol: Ježíš řekl: “Kdo je věrný v maličkosti, je věrný i ve velké věci, a kdo je v maličkosti nepoctivý, je nepoctivý i ve velké věci (Lk 16, 10).

Jak je to s tvou věrností ke Kristu?

Bojuj s tím, kde upadá tvá věrnost v malých věcech – s hříchem, kterému snadno podléháš a upevňuj sebe samého ve věrnosti pro velké věci svého života.

**Modlitba:**

Nemít vše ve vlastních rukou, je dobré. Ty Bože víš, kdy a co je pro mě potřeba. Ty znáš hlubiny mého srdce a víš, co unesu. Prosím tě o jedno, ať ve chvílích nejistot, pokušeních, jsem věrný Tobě a dobrým věcem, které jsem přijal v životě. Ať neukazuji na nikoho. Poněvadž každý člověk, může udělat chybu.

Prosím, ať pomohu každému člověku, který upadá do slepoty hříchy.



Úryvek z Písma: Mt 26, 36 - 46

Tu s nimi Ježíš přišel na místo zvané Getsemane a řekl učedníkům: „Počkejte zatím zde, já půjdu dál, abych se modlil.“ Vzal s sebou Petra a oba syny Zebedeovy; tu na něho padl zármutek a úzkost. Tehdy jim řekl: „Má duše je smutná až k smrti. Zůstaňte zde a bděte se mnou!“ Poodešel od nich, padl tváří k zemi a modlil se: „Otče můj, je-li možné, ať mne mine tento kalich; avšak ne jak já chci, ale jak ty chceš.“ Potom přišel k učedníkům a zastihl je ve spánku. Řekl Petrovi: „To jste nemohli jedinou hodinu bdít se mnou? Bděte a modlete se, abyste neupadli do pokušení. Duch je odhodlán, ale tělo slabé.“ Odešel podruhé a modlil se: „Otče můj, není-li možné, aby mne ten kalich minul, a musím-li jej pít, staň se tvá vůle.“ A když se vrátil, zastihl je opět spící; nemohli oči udržet. Nechal je, zase odešel a potřetí se modlil stejnými slovy. Potom přišel k učedníkům a řekl jim: „Ještě spíte a odpočíváte? Hle, přiblížila se hodina, a Syn člověka je vydáván do rukou hříšníků. Vstaňte, pojd'me! Hle, přiblížil se ten, který mě zrazuje.“



Výklad: Učedníky přepadne spánek, když se Ježíš modlil v Getsemanské zahradě. Je to chvíle, kdy Ježíš vylévá svou duši před Bohem a obnažuje své lidství. Prosí svého Otce, aby nemusel jít na kříž. Ale pak se skloní a přijme kalich utrpení, bez kterého bychom nebyli vykoupeni. V té chvíli se před námi otevírá nejhlubší tajemství Boží lásky – a učedníci to zase zaspí. Jejich duch je odhodlán, ale tělo je slabé. Ježíš také varuje před nebezpečím pokušení.



Zamyšlení: *I na nás přichází různá pokušení. Tělesná i duchovní. Zlý na nás útočí i přes naše duchovní úsilí právě tehdy, když jsme nějak zesláblí, když jsme nevyспали, unavení, utahaní. A tak je třeba si dobře odpočinout, abychom mohli dobře vykonávat své úkoly v životě. Zároveň nás ale Ježíš zve k vnitřní bdělosti, abychom nepřišli do pokušení. Abychom nezmalátněli. Právě modlitba je významným prostředkem k vítězství nad pokušením, abychom byli zbaveni zlého. Ježíš zvítězil nad pokušením a dává příklad i sílu, abychom i my zvítězili.*



Úkol: Jak odoláváš přicházejícím pokušením? Vytvoř si svou kratičkou střelnou modlitbu pro momenty náhlého pokušení.

Abys byl duchem i tělem svěží – snažíš se o kvalitní a dostatečný spánek?



Modlitba:

Hospodine, přicházím k Tobě se svým trápením. Dorážejí na mě všelijaká pokušení a já v sobě necítím dost sil, abych je přemohl. Nedělám to, co je dobré, co bych měl, co po mně žádáš. Moje víra je slabá. Zmítám se v pochybnostech a beznaději. Volám k Tobě, Bože, a prosím, drž mne svou mocí svého Svatého Ducha a posilni mou víru. Nauč mě přemáhat v modlitbách všechny žádosti těla a mysli, aby nade mnou nepanovaly. Dej, abych byl novým stvořením, obnoveným mocí Ducha Svatého. Amen.



Úryvek z Písma: Jan 19, 25 - 27

U Ježíšova kříže stály jeho matka a sestra jeho matky, Marie Kleofášova a Marie Magdalská. Když Ježíš spatřil matku a vedle ní učedníka, kterého miloval, řekl matce: „Ženo, hle, tvůj syn!“ Potom řekl tomu učedníkovi: „Hle, tvá matka!“ V tu hodinu ji onen učedník přijal k sobě.



Výklad: Ježíš v smrtelném zápase vidí svou matku a Jana. Oni poté přijímají poslání, ke kterému Ježíš oba povolává. Církev tak nikdy není sama. Byla v Janovi svěřena do rukou Ježíšovy Matky.



Zamyšlení: *Jan byl milovaným učedníkem. Koho jiného by mohl Ježíš svěřit Janovi, než tu, s kterou si byl na tomto světě nejbliž - Matku. Tu Ježíš miloval, protože byla jeho matka. Ten, kdo miloval, dostal milovanou matku. Na jednu stranu k tomu, aby se o ní staral, na druhou stranu k tomu, aby od ní čerpal svatost a posilu.*

Jan byl Ježíšovým učedníkem. I my jimi jsme. Jsme společně těmi, kteří se učí milovat. Církev, která stále vzhlíží k ukřižovanému Kristu spolu s Marií. Ona je naší pomocnicí, vzorem lásky, vytrvalosti, svatosti, přijetí úkolu. Ať je nám Maria blízkou - a tak spolu s ní hledíme ke Kristu, našemu Pánu.



Úkol: Dívej se na kříž, stůj pod ním spolu s Marií, Ježíšovou matkou. Chvilí v tichu a pak si pusť třeba nějakou píseň o Ježíšově lásce na kříži.



Modlitba:

Ježíši, nemám co dodat ani říci. Tiše stojím pod křížem a z celého srdce i myslí ti děkuji. Za to, co jsi vykonal z lásky pro každého z nás. Moc díky, že smrt je jednou pro vždy poražena. Moc díky za cestu vzkříšení, kterou jsi mi otevřel. Nevím, jak sám zvládnou své umírání. Už teď tě prosím o pomoc, abych dobře svůj život žil a jednou s tebou ve víře umíral. Amen.



Úryvek z Písma: Jan 20, 1 – 10

První den po sobotě, když ještě byla tma, šla Marie Magdalská k hrobu a spatřila, že kámen je od hrobu odvalen. Běžela k Šimonu Petrovi a k tomu učedníkovi, kterého Ježíš miloval, a řekla jim: „Vzali Pána z hrobu, a nevíme, kam ho položili.“ Petr a ten druhý učedník vstali a šli k hrobu. Oba dva běželi, ale ten druhý učedník předběhl Petra a byl u hrobu první. Sehnul se a viděl tam ležet lněná plátna, ale dovnitř nevešel. Po něm přišel Šimon Petr a vešel do hrobu. Uviděl tam ležet lněná plátna, ale šátek, jímž ovázali Ježíšovu hlavu, neležel mezi plátny, nýbrž byl svinut na jiném místě. Potom vešel dovnitř i ten druhý učedník, který přišel k hrobu dřív; spatřil vše a uvěřil. Dosud totiž nevěděli, že podle Písma musí vstát z mrtvých. Oba učedníci se pak vrátili domů.



Výklad: Petr a Jan dostali zprávu od Marie Magdalské a běželi ke hrobu. Spěchali a hledali Pána.

O Janovi nám evangelium říká, že uvěřil. Také Petr jistě uvěřil, ale jeho víra byla poznamenána výčitkou, že zapřel Pána.



Zamyšlení: *Zpráva, překvapení a rychlá odpověď. Střet věci, kterou vám chci dnes říci, je otázka: A já? Mám srdce otevřené Božím překvapením? Jsem schopen pospíchat, anebo opakuji stále stejnou písničku: Až zítra, uvidím zítra. Co mi říká překvapení? Zpráva, která překvapuje, uvádí do spěchu. A potom otázka: A co já dnes? Co udělám? Co uděláš ty?“ (papež František)*



Úkol: Překvap někoho (změň své zajeté jednání, reaguj jinak) a buď připraven být překvapen i od Boha.



Modlitba:

Bože, ještě než tě začneme hledat, ty už jsi s námi.

Ještě než známe tvé jméno,

ty už jsi náš Bůh.

Otevři naše srdce tajemství,
do kterého jsi nás už zapojil:
žeš nás miloval jako první
a že s tebou můžeme být opravdu šťastní.
Smíme přicházet do tvé blízkosti
ne proto, že bychom byli dobří,
ale protože ty jsi Bůh.

Amen

(YouCat - modlitební kniha)

**Úryvek z Písma: Jan 21, 1 – 14**

Potom se Ježíš opět zjevil učedníkům u jezera Tiberiadského. Stalo se to takto: Byli spolu Šimon Petr, Tomáš, jinak Didymos, Natanael z Kány Galilejské, synové Zebedeovi a ještě dva z jeho učedníků. Šimon Petr jim řekl: „Jdu lovit ryby.“ Odpověděli mu: „I my půjdeme s tebou.“ Šli a vstoupili na loď. Té noci však nic neulovili. Když začalo svítat, stál Ježíš na břehu, ale učedníci nevěděli, že je to on. Ježíš jim řekl: „Děti, nemáte něco k jídlu?“ Odpověděli: „Nemáme.“ Řekl jim: „Hod'te síť na pravou stranu lodi, tam ryby najdete.“ Hodili síť a nemohli ji ani utáhnout pro množství ryb. Onen učedník, kterého Ježíš miloval, řekl Petrovi: „To je Pán!“ Jakmile Šimon Petr uslyšel, že je to Pán, přehodil si plášť – byl totiž svlečen – a brodil se k němu vodou. Ostatní učedníci přijeli na lodi – nebyli daleko od břehu, jen asi dvě stě loket – a táhli za sebou síť s rybami. Když vstoupili na břeh, spatřili ohniště a na něm rybu a chléb. Ježíš jim řekl: „Přineste několik ryb z toho, co jste nalovili!“ Šimon Petr šel a vytáhl na břeh síť plnou velkých ryb, bylo jich sto padesát tři; a ač jich bylo tolik, síť se neprotrhla. Ježíš jim řekl: „Pojd'te jíst!“ A nikdo z učedníků se ho neodvážil zeptat: „Kdo jsi?“ Věděli, že je to Pán. Ježíš šel, vzal chléb a dával jim; stejně i rybu. To se již potřetí zjevil učedníkům po svém vzkříšení.



Výklad: Ježíš se opět zjevuje. Tentokrát se nenechá učedníkům poznat "hned a přímo", ale prostřednictvím zázraku. Učedníci ho nemohou hned rozpoznat, ale Jan má jasno. Poznal Ježíše jako první.



Zamyšlení: *Co ho k tomu vedlo? Pohled Lásky. Kdo miluje, rozpozná Zmrtvýchvstalého i tam, kde mnoho jiných zdaleka neví, či netuší. Poznat Krista je někdy těžké. Často se nám nedaří jej v druhých lidech vidět. Ale ten, kdo má lásku, stává se milovaným učedníkem, který opravdu miluje a vidí srdcem.*



Úkol: Napiš si na lísteček jména tří lidí, kteří ti jsou nějakým způsobem nesympatičtí, na kterých ti něco vadí. U každého z nich se zamysli nad jeho dobrými vlastnostmi, nad tím, co dělá dobrého pro druhé, co by se ti na něm mohlo líbit. Ke každému si napiš alespoň tři pozitivní věci.

**Modlitba:**

Pane, vycházíš vstříc každému,
i tomu, kdo tě urazil,
pokaždé znovu
s radostí a láskou.
Zato já si nedokážu
znovu a znovu
vážit a respektovat toho,

kdo mě urazil.
Pomáhej mi
stále znovu,
abych ruku v ruce s tebou
stal se milujícím člověkem.
Amen.
(YouCat – modlitební kniha)