

1. neděle postní rok C (2024)

1. čtení – Dt 26,4-10

Vyznání víry vyvoleného národa.

Čtení z páté knihy Mojžíšovy.

Mojžíš řekl lidu: „Kněz vezme z tvé ruky koš a položí ho před oltář Hospodina, tvého Boha. Ujmeš se slova a vyznáš před Hospodinem, svým Bohem: 'Můj praotec byl potulným Aramejcem, sestoupil do Egypta a přebýval tam v malém počtu osob jako přistěhovalec. Ale stal se tam národem velkým, mocným a početným. Egypťané však nás týrali, sužovali a podrobili tvrdému otroctví. Tehdy jsme křičeli k Hospodinu, Bohu našich otců, a Hospodin slyšel náš hlas, viděl naši bídu, lopotu a útlak. Hospodin nás vyvedl z Egypta mocnou rukou, napřaženým ramenem, šířil velký strach a působil znamení a divy. Přivedl nás na toto místo a dal nám tuto zem, zem oplývající mlékem a medem. Nyní hle – přináším prvotiny plodů půdy, kterou jsi mi dal, Hospodine!' Položíš koš před Hospodinem, svým Bohem, a pokloníš se Hospodinu, svému Bohu.“

Mezizpěv – Žl 91,1-2.10-11.12-13.14-15

Bud' se mnou, Pane, v mé tísní.

Kdo přebýváš v ochraně Nejvyššího,
kdo dlíš ve stínu Všemocného,
řekni Hospodinu: „Mé útočiště jsi a má tvrz,
můj Bůh, v něhož doufám!“

Nepřihodí se ti nic zlého
a útrapa se k tvému stanu nepřiblíží.
Vždyť svým andělům vydal o tobě příkaz,
aby tě střežili na všech tvých cestách.

Na svých rukou tě ponесou,
abys nenarazil o kámen svou nohou.
Po zmiji a hadu budeš kráčet,
šlapat budeš po lvu i draku.

Vysvobodím ho, protože lne ke mně,
ochráním ho, protože zná mé jméno.
Vyslyším ho, až mě bude vzývat,
budu při něm v tísní
zachráním ho a oslavím.

2. čtení – Řím 10,8-13

Vyznání víry věřícího v Krista.

Čtení z listu svatého apoštola Pavla Římanům.

(Bratři!) Co říká Písmo? 'Blízko tebe je to slovo, máš ho v ústech i ve svém srdci'; to je slovo víry, kterou hlásáme. Jestliže tedy ústy vyznáváš, že Ježíš je Pán, a v srdci věříš, že ho Bůh vzkřísil z mrtvých, budeš spasen. Víra v srdci vede ke spravedlnosti, vyznání ústy vede ke spáse. Písmo přece říká: 'Žádný, kdo v něho věří, nebude zklamán.' Není totiž žádný rozdíl mezi židem a pohanem; všichni přece mají jednoho a téhož Pána a ten je bohatě štědrý ke všem, kdo ho vzývají. Vždyť 'každý, kdo bude vzývat jméno Páně, bude spasen'.

Zpěv před evangeliem – Mt 4,4b

Nejen z chleba žije člověk, ale z každého slova, které vychází z Božích úst.

Evangelium – Lk 4,1-13

Duch ho vodil pouští a ďábel ho pokoušel.

Slova svatého evangelia podle Lukáše.

Ježíš se vrátil od Jordánu plný Ducha Svatého. Duch ho vodil pouští čtyřicet dní a ďábel ho pokoušel. Ty dny nic nejedl, a když uplynuly, vyhladověl. Ďábel mu řekl: „Jsi-li Syn Boží, řekni tomuto kameni, ať se z něho stane chléb!“ Ježíš mu odpověděl: „Je psáno: 'Nejen z chleba žije člověk.'“, Pak ho (ďábel) vyvedl vzhůru, v jediném okamžiku mu ukázal všechna království světa a řekl mu: „Všechnu tuto moc a jejich slávu dám tobě, protože mně je odevzdána a dávám ji, komu chci. Jestliže se přede mnou skloníš, všechno to bude tvoje.“ Ježíš mu na to řekl: „Je psáno: 'Pánu, svému Bohu, se budeš klanět a jen jemu sloužit!'“, Potom ho (ďábel) zavedl do Jeruzaléma, postavil ho na vrchol chrámu a řekl mu: „Jsi-li Syn Boží, vrhni se odtud dolů! Je přece psáno: 'Svým andělům vydá o tobě příkaz, aby tě ochránili, a ponosou tě na rukou, abys nenarazil nohou na kámen.'“, Ježíš mu odpověděl: „Je řečeno: 'Nebudeš pokoušet Pána, svého Boha!'“, Když ďábel dokončil všechna pokušení, opustil ho až do určeného času.

Homilie

Postní doba, která začala Popeleční středou, je pro nás, katolíky zvláštním obdobím - 40 dní přípravy na Velikonoce, naplněných rozjímáním, obrácením a prohloubením vztahu s Bohem. Chci Vám předložit 10 úspěšných způsobů, jak plodně prožít postní dobu, které vycházejí z katolické tradice a učení církve.

1. Začněte s předsevzetími s láskou

Půst není jen o tom, že se vzdáte požitků, ale především je to čas, kdy jednáte z lásky k Bohu a bližnímu. Místo toho, abyste se soustředili pouze na to, čeho se vzdáváte, přemýšlejte o tom, čeho se můžete vzdát - může to být každodenní modlitba za své blízké nebo pomoc potřebným. Jak říká Písmo: "Chci milosrdenství, ne obět" (Mt 9,13).

2. Každý den se modlete Božím slovem

Lectio divina neboli modlitební čtení Bible je vynikající způsob, jak strávit postní dobu. Každý den si vezměte jeden úryvek z evangelia a v tichosti o něm rozjímejte. "Tvé slovo je svítilnou mým nohám a světlem na mé cestě" (Ž 119,105) - tato slova nám připomínají, že Písmo nás vede k Bohu.

3. Účastněte se postních pobožností

Křížová cesta a mše sv. jsou poklady víry. Účast na nich vám pomůže rozjímat o Kristově utrpení a pochopit velkou cenu, kterou zaplatil za naši spásu. "Byly to však naše nemoci, jež nesl, naše bolesti na sebe vzal" (Iz 53,4). Křížová cesta vždy v pátek od 16.30.

4. Přijměte půst v radostném duchu

Půst není trest, ale dar. Obzvlášť se vyplatí vzdát se něčeho, o čem víte, že vám v životě stejně nepomáhá - například přemíry internetu, mobilu, televize, které vám kradou čas na modlitbu nebo vztahy s blízkými. Vzdát se jídla, médií nebo jiných požitků může být výrazem solidarity s chudými a způsobem, jak očistit srdce. "Když se postíte, nebuďte smutní jako pokrytci" (Mt 6,16) - Ježíš nás povzbuzuje, abychom prožívali půst s radostí.

5. Praktikujte almužnu

Půst je časem sdílení s druhými. Almužna, tedy materiální nebo duchovní pomoc, je konkrétním projevem lásky k bližnímu. Může to být podpora Charity, příprava balíčku pro potřebnou rodinu nebo prostě jen úsměv a vlídné slovo. "Kdo má dva kabáty, ať dá jeden tomu, kdo nemá žádný" (Lk 3,11).

6. Najděte si čas na adoraci

Chvilé strávená před Nejsvětější svátostí je příležitostí odevzdat Bohu v tichosti své starosti a plány. Adorace učí důvěře a blízkosti ke Kristu, který "nás miloval až do konce" (J 13,1). Proto celou postní dobu bude od 16 hodin otevřena kaple na faře pro adoraci. Můžete přijít a adorovat v tichosti Pána Ježíše ve Svatostánku.

7. Prožijte dobrou sv. zpověď

Svátost pokání je srdcem postní doby. Připravte se na ni zpytováním svědomí a otevřete své srdce Božímu milosrdenství. "Vyznáme-li své hříchy, [Bůh] jako věrný a spravedlivý nám je odpustí" (1 J 1,9). Sv. zpověď v postní době vždy půl hodiny přede mši svatou a během Křížové cesty.

8. Čtěte duchovní knihy a sledujte hodnotné filmy

Obohaťte své postní prožitky četbou posvátných spisů a knih, jako je „Následování Krista" od Tomáše Kempenského, Katechismus katolické církve nebo jiné náboženské texty, které inspirují k hlubšímu životu z víry. Vyplatí se také podívat se na dobré filmy o víře.

9. Budujte vztahy v rodině

Půst je také časem pro obnovení vztahů s blízkými. Společná modlitba, rozhovor nebo gesto odpuštění mohou přinést více užitku než samotné odříkání. Věnujte více času svým blízkým – rodině, manželce, manželovi, dětem, rodičům, a vše s láskou podle přikázání: "Milujte se navzájem, jako jsem já miloval vás" (J 13,34).

10. Připravte se na Velikonoce

Poslední dny postní doby, zejména velikonoční triduum, jsou vyvrcholením této doby. Prožijte je vědomě - účastněte se liturgie, rozjímejte o tajemství umučení, smrti a vzkříšení Ježíše Krista a radujte se z Kristova vítězství. "Jestliže Kristus nevstal z mrtvých, marná je vaše víra" (1 Kor 15,17).

Přeji Vám všem dobré prožití postní doby a pravé radosti ze Zmrtvýchvstání našeho Pána. Amen.