

Ako sa prakticky postiť?

Postiť sa môžeme tak, že **do svojho života bud' niečo pridáme alebo z neho niečo uberieme**. Čo môžeme pridať? Nie, tu nejde o jedlo. Skôr o nejakú činnosť – napríklad viac času venovať modlitbe, čítaniu Biblie či pomoci druhým. Ako to však vtesnať do už tak naplneného denného rozvrhu?

No, pomocou môže byť práve to, že niečo vynecháme. e do nášho prachu. Ak vynecháme nejaké jedlo, tak získame trochu času, ktorý by sme inak strávili jeho prípravou a jedením. A tých pár minút môžeme venovať práve času, ktorý trávim s Bohom. Alebo môžeme trochu svojho času venovať pomoci druhým, návšteve niekoho osamelého, chorého a pod. Alebo sa zriekneme pozerania TV, surfovaniu po nete a získame čas oveľa viac. Alebo sa zriekneme nákupu niektorých vecí, ktorí si inak doprajeme a ušetrené peniaze venujeme na charitu, pre potreby farností a pod. Možností a foriem je veľa. Podstatou však je, vždy zamerať svoj život viac na Boha. A keď sa postíme ako kresťania v tomto období pred Veľkou Nocou, tak je prirodzenou súčasťou pôstu aj rozjímanie nad tým, čo pre nás urobil Pán Ježiš, keď nastúpil cestu ku krížu.

Skúsme preto toto pôstne obdobie využiť na to, aby sme svoj duchovný zrak zamerali viac na Boha, na Pána Ježiša. Aby sme viac času strávili v Jeho blízkosti a učili sa žiť viac v Jeho prítomnosti. Nestavajme si veľké ciele. Konajme v tichosti a skrytosti, pred Bohom... a tvoj Otec, ktorý vidí v skrytosti, ti všetko odplatí. (evs)

10 viet pápeža Františka o pôste

1. Pôstne obdobie je časom viery, čiže časom prijatia Boha do nášho života, čo mu umožňuje prebývať v nás (porov. Jn 14,23).

2. Pôst prežívaný ako skúsenosť odriekania, privádza ľudí, ktorí sa postia, v jednoduchosti srdca k tomu, aby znovu objavili Boží dar a pochopili, že sme stvorení na jeho obraz a podobu a že v ňom nachádzame svoje naplnenie.

3. Prežívať pôstne obdobie s nádejou značí vnímať, že v Ježišovi Kristovi sme svedkami nového času, v ktorom Boh „všetko robí nové“ (porov. Zjv 21,5).

4. V živote budeme mať vždy niečo na robote, a budeme mať výhovorky poruke, ale, bratia a sestry, dnes je čas vrátiť sa k Bohu.

5. Pôstne obdobie je cestou, ktorá zahŕňa celý náš život, nás celých. Je to čas na overenie ciest, po ktorých kráčame, aby sme znovu našli cestu, ktorá nás privedie domov, aby sme znovu objavili základné puto s Bohom, od ktorého všetko závisí.

6. Cestu návratu k Bohu brzdia naše chorobné naviazanosti, zdržujú ju zvodné putá zlozvykov, falošné istoty peňazí a toho, čo je zdanlivé, tiež paralyzujúce sťažovanie sa človeka, ktorý sa cíti ako obeť. Ak chceme kráčať, je potrebné strhnúť masky týmto ilúziám.

7. Pôstne obdobie je pokorným zostupom do nášho vnútra a k ostatným. Je to pochopenie toho, že spása nie je výstupom k sláve, ale sklonením sa z lásky.

8. Popol na hlavu nám pripomína, že sme prach a na prach sa obrátíme. Ale do tohto nášho prachu Boh vdýchol svojho Ducha života.



9. Táto naša cesta návratu k Bohu je možná iba preto, že jestvovala jeho cesta príchodu k nám. Inak by to nebolo možné. Prv, než by sme my šli k nemu, on zostúpil k nám.

10. Otec, ktorý nás volá k návratu, je Ten, ktorý vychádza z domu, aby nás šiel hľadať; Pán, ktorý nás uzdravuje, je Ten, ktorý sa nechal raniť na kríži; Duch, ktorý nám dáva zmeniť život, je Ten, ktorý dýcha mocne a lahodne do nášho prachu.

Božie milosrdenstvo je ako magnet. Neustále nás hľadá...

Aj rabíni potvrdzovali veľkosť Božieho milosrdenstva. Vraveli, že hoci by aj 999 anjelov svedčilo o vine človeka a iba jeden by ho obhajoval – Boh by sa priklonil k obhajobe a odpustil. Pretože náš Boh sa nedovolí predbehnúť vo svojom milosrdenstve.

Božie milosrdenstvo najkonkrétnejšie zakúšame vo sviatosti pokánia. Sám Ježiš povzbudzoval Sestru Faustínu a cez ňu každého z nás: Píš, hovor o mojom milosrdenstve. Povedz dušiam, kde majú hľadať útechu – v tribunáli milosrdenstva (v spovednici), tam sa dejú najväčšie zázraky, ktoré sa ustavične opakujú. Aby sme ten zázrak dosiahli, netreba ísť na ďalekú púť ani vykonať nejaké vonkajšie obrady. Stačí pristúpiť s vierou k nohám môjho zástupcu a povedať mu o svojej úbohosti a zázrak Božieho milosrdenstva sa prejaví v celej plnosti. Aj keby duša bola ako rozkladajúca sa mŕtvoľa, a aj keby z ľudského pohľadu už nebolo pre ňu vzkriesenia a všetko bolo už stratené, nie je tak u Boha. Zázrak Božieho milosrdenstva vzkriesi takú dušu v celej plnosti. Židia sa s Jahve môžu zmieriť len raz v roku v deň Jom Kippur. Mohamedáni majú len jeden mesiac – Ramadán na zmierenie s Alahom. Katolíci majú na zmierenie s Bohom 365 dní v roku... Nemusia ísť na ďalekú púť, nemusia vykonať nejaké vonkajšie obrady. Tak prečo to odkladať? (*milosrdenstvo.sk*)



Oznamy:

- Upratovanie Hertník rodiny: Kozmová 170, Bogdanová 172, Kocureková 343, Briknerová 173
- Povzbudzujem k prvopiatkovej spovedi. Niektorí sa vyspovedali pred pôstom. Využime ponúknutú milosť, aby sme boli schopní konať pokánie.

- **Kantrové dni:** sú v stredu, piatok a sobotu. Závazný je iba jeden. Obsah: príprava na pokánie a na sviatosť zmierenia a činorodá láska k blížnemu.

- Na prvý piatok konajme zmier za hriechy, odprosujeme Božské Srdce Ježišovo a prinášajme vynáhradu. - Na prvú sobotu odprosujeme Nepoškvrnené Srdce Panny Márie za mnohé urážky voči jej osobe a jej Synovi J. Kristovi

- Milodary: Z pohrebu + Alojza Polčina obetovali na kostol 180 eur. Rodina Biľová obetovala z krstu Lívie 50 eur. Pán Boh zaplať! - Pán Boh zaplať za **Zbierku na charitu!**

- Tento prvopiatkový týždeň prvoprijímajúci nebudú mať stretnutie, **birmovanci áno**. Ďalší prázdňinový týždeň /jarné prázd. pre KE a PO/ nebudú pre nikoho katechézy.

- Do KORGYM-u prídem pred Veľkou nocou vyspovedať a rozdať Eucharistiu.

- Spoved' chorých v Hertníku v piatok, spoved' chorých v Bartošoviach v týždni (dohodnúť s kostolníkom)!