

POSTNÍ KALENDÁŘ

PONDĚLÍ	5	Snižte spotřebu vody!	11	Vybírejte si odpovědné potraviny!	17	Den bez techniky.	23	Vařte s rozumem a srdcem!	29	Vím už dost, mohou mě informace klamat, nebo dokonce vést špatnou cestou?	35	Jídlo v restauraci.					
	Prozkoumejte svoji spotřebu vody a teplé vody a nastavte si úspornější režim. Inspirace najdete třeba na adrese: http://www.vodavdome.cz/40-1-drobnost-jak-doma-setrit-vodu/			Důležitý je způsob výroby, doprava a spravedlivé odměňování pěstitelů a výrobců. Kupujte hlavně sezónní a místní jídlo. Při nákupu dbejte i na přiměřené množství, aby se nic nemuselo později vyhodit. Další inspiraci najdete na: http://zachranjidlo.cz/jak-spravne-nakupovat/			Zkuste se jeden den obejít bez počítače, MP3 přehrávače, televize, snad i bez svého mobilu.			Nikdy není špatné navštívit odbornou knihovnu nebo knihkupectví, pročíst stránky neziskových organizací i státní správy. Zkuste třeba http://ekolist.cz/ nebo tištěné časopisy jako 7.G (Sedmá generace), Veronica atp.							
ÚTERÝ	6	Postavte se za klimatickou spravedlnost!	12	Dejte hlas těm, které nikdo neposlouchá!	18	Burza.	24	Co musí opravdu umět váš mobilní telefon?	30	Projekty nového zalesňování odlesněných ploch.	36	Kam směřují vaše peníze?					
	Váš hlas se počítá o to víc, že se sami snažíte být součástí klimatické spravedlnosti ve světě a zmenšujete svoji ekologickou stopu. Informace najdete na: http://www.zmenaklimatu.cz/cz/			Všimněte si ve svém okolí akcí (třeba podpisových) na podporu znevýhodněných skupin, dětí, přírody; věnujte těmto věcem trochu svého času, myšlenky, podpis.			Zorganizujte s přáteli malý bazar oblečení, DVD, hraček a dalších předmětů každodenní potřeby. Každý tak může dát k dalšímu využití věci, které nepotřebuje a opatřit si něco „nového“.			Když pijeme kávu a jíme čokoládu nebo jižní ovoce, např. banány a ananas, když konzumujeme maso zvířat krmných sójou, využíváme plodů z území vyrvaných tropickému lesu a savanám. Zajímáme se také o projekty výsadby lesů a ochrany pralesů v těchto oblastech: http://www.green-peace.org/czech/cz/Kampan/Ochrana-pralesu/							
STŘEDA	1	<i>Popeleční středa</i> Spočítejte si svoji ekologickou stopu!	7	Zkuste prožít večer pár hodin při svíčkách.	13	Káva a čaj občerstvující společníci vašich dnů?	19	Upřednostněte recyklovaný papír!	25	Chopte se iniciativy!	31	Chemie v domácnosti?					
	Začněte postní čas tím, že si spočítáte, kolik zdrojů spotřebováváte vy sami, případně celá vaše rodina. Počítadlo ekologické stopy najdete na adrese: http://www.hraozemi.cz/			Ze včelího vosku! Kolik prostoru večer běžně osvětlujete? Které lampy vám opravdu slouží a které jsou zbytečné? Intenzitu osvětlení u vás doma i venku si můžete orientačně změřit svým telefonem s aplikací <i>Light Meter</i> .			Pokud ano, tak ekologicky pěstované a ze spravedlivého obchodu (fairtrade)! Co české bylinky? Nebo dokonce vlastnoručně nasbírané a doma usušené?			Připomeňte politickým špičkám jejich odpovědnost při ochraně klimatu. Jaký život nás čeká při uplatňování současné oficiální klimatické strategie? A jaký život čeká obyvatelé přímořských oblastí?							
ČTVRTEK	2	Omezte svoji spotřebu masa!	8	Naučte se šetřit energií při vaření!	14	Hory odpadků všude kolem!	20	Teplota v místnostech a správné větrání.	26	Kam se zbytky potravin?	32	Zvládání škůdců a patogenů.					
	Naplánujte si přinejmenším na každý druhý den nějaké bezmasé jídlo. Masný průmysl, a s ním konkrétně, je odpovědný za utrpení zvířat ve velkochovech, přeměnu pralesa na plantáže (pěstování krmiva pro živočišnou výrobu v EU) a asi za pětinu emisí CO ₂ . Zkuste být „vegetariánštější“. Nezapomeňte upřednostnit místní produkci (české jablko před banánem). V případě masa sáhněte po tom z ekologického zemědělství.			Elektrické plotýnky vypněte před dokončením pokrmu a využívejte zbytkového tepla. Používejte pokličky a vhodnou velikost nádobí, aby energie zbytečně neunikala.			Odpadky samy od sebe nezmizí. Kupujte co nejméně balené zboží. Nepoužívejte plastové tašky na jedno použití, hrdě noste své krásné látkové!			V zimě nemusí být v místnosti teplota na tričko – svetr je taky fajn! Snažte se najít nejnižší teplotu, která je pro vás přijatelná. Větrejte krátce a intenzivně, žádná dlouhodobě otevřená „ventiláčky“.							
PÁTEK	3	Staňte se odběratelem „zelené energie“!	9	Vyhňte se řízení auta! Řiďte šetrně!	15	Buďte občansky aktivní!	21	Plánujeme cesty.	27	Odolávejte nabídkám typu: „2+1 zdarma“.	33	Buďte fit každý den!					
	Prozkoumejte nabídky dodavatelů energie z obnovitelných zdrojů a k nejlepšímu přejděte hned dnes. Tím zmenšíte svoji ekologickou stopu velmi výrazně.			Pokud to musí být, nastavujte si zásady úsporného a ohleduplného řízení, nenechávejte běžet motor naprázdno a nepoužívejte klimatizaci. Připojte se k iniciativám http://autopust.cz/ a http://dokostelanakole.cz/			Zeptejte se své vlády nebo své radnice či kraje, co dělá pro snížení emisí. Pošlete jim dopis nebo e-mail.			Kupujte v přiměřeném množství pouze to, co potřebujete. Až 40 % vyhozených potravin představuje ovoce a zelenina.							
SOBOTA	4	Jezděte na kole a veřejnou dopravou!	10	Chovejte se udržitelně v péči o svůj byt!	16	Nevyhadzujte staré oblečení!	22	Úspornější bydlení.	28	Zahrádka v nejmenším měřítku: váš okenní parapet!	34	Hluk v okolním prostředí.					
	Plánujte své cesty tak, abyste mohli cíle dosáhnout vlakem, autobusem, na kole, jejich kombinací, nebo jiným šetrným způsobem.			Od příštího nákupu kupujte ekologické čisticí prostředky a další spotřební zboží. Pokud potřebujete další nábytek, podívejte se po již použitém. Uspoříte suroviny a energii potřebnou na výrobu nového nábytku a sebe uchráníte před škodlivými výpary z lepidel a nátěrů.			Odneste jej do sběrných kontejnerů <i>Charity</i> nebo <i>Diakonie</i> . Může posloužit dalším lidem.			Pokud pěstujete rostliny uvnitř, zlepšíte si i vnitřní klima svého bytu. V každém případě se obohatíte o čerstvé bylinky, koření i květiny. Již na menším balkoně můžete vyprodukovat desítky kilogramů zeleniny, stačí se do toho jen pustit!							
NEDELE	1. postní neděle Mk 1, 12–15		2. postní neděle Mk 9, 2–10		3. postní neděle J 2, 13–25		4. postní neděle J 3, 14–21		5. postní neděle J 12, 20–33		6. postní neděle Mk 11, 1–10 a 14, 1–15, 47						
	Den pro nová předsevzetí a cíle, duchovní obnovu a pokání. Proberte ve farnosti či sboru své cíle a závazky společně. Jan Křtitel volá k pokání (obrácení se k Bohu) a Ježíš, při křtu označený za Mesiáše, je vyveden na poušť, aby byl pokoušen. Aby pokoušení bylo pokoušením, musí reagovat na naše slabosti, odhalovat naši „Achillovu patu“. Přemýšleme, v čem jsme slabí, zranitelní, nestálí. Kde je u nás ten „spouštěcí mechanismus“ různých pokoušení. Zkusme ho pojmenovat, odhalit jeho kořeny. Mnohá pokoušení nemusí mít nutně onu neodolatelnost, pokud je odkryjeme a demaskujeme. V modlitbě a třeba i s druhými hledáme cestu k napravení, uzdravení, napřímení.			Petr, Jakub a Jan mohou na chvíli spatřit záři Boží slávy, předjímkou Ježíšova oslavení při vzkříšení, které je příslibem vítězství života nad smrtí a obnovy celého světa. Při pohledu na bezohledné drancování přírody, zeleně obrácenou v pustinu a poušť, potřebujeme naději, která nás bude posilovat v ochraně všeho živého, vyhlížíme světlo uprostřed temnoty, Ježíše, jenž nás podněcuje k zacelování všech otevřených ran tohoto světa. Vždyť „všechno je stvořeno skrze něho a pro něho“ (<i>Ko 1,16</i>). Kým je pro nás Ježíš? Syn Tvůrce světa! Co to znamená pro nás, kteří jsme byli pokřtěni v Jeho jméno? Zkuste si najít nějakou knížku o genialitě stvoření. Třeba <i>Planeta žije</i> od Davida Attenborougha nebo <i>Tajný život stromů</i> od Petera Wohllebena. Anebo encykliku <i>Laudato si'</i> od papeže Františka.			„Oslavuj mne, urážej mne, zatni pěst, také kletba je určitým druhem požehnání, ale pokud se nudíš při pohledu na hvězdy, vytvořil jsem tě zbytečně.“ (poznámky jednoho rabína) Jsme oslavou Boha? Ježíš se zlobí, revoltuje, zatíná pěsti, zpěvračí stoly, dělá nepořádek. Ale jen proto, aby byl chrám místem modlitby a ne obchodu. Některé zvyky, které se zdají být dobré a mají svůj smysl, mohou však také odvádět od toho podstatného – od živého obecenství s Hospodinem. Zkusme někdy sami v sobě učinit jakési zpěvračení stolů a vymetení různých, byť zbožného haraburdí, které spíše konejší v pasivitě, než obrací k Bohu. Každé umění, které se obrací k Bohu, musí mít v sobě i kus obrazoborectví, aby pomáhalo udržet mysl otevřenou a vnímavou. Nebojme se něčeho vzdát a děkovat za to, co nemáme.			„Kdo však činí pravdu, přichází k světlu, aby se ukázalo, že jeho skutky jsou vykonány v Bohu.“ (J 3, 21) Ježíš připomíná Nikodémovi, židovskému učenci, příběh o Izraeli, který, přemožen pochybnostmi o smysluplnosti svobody (na poušti), reptá proti Hospodinu. Jako by se pochybnosti a reptání změnily v jedovaté hady, které když uštknou, dovedou všechno živé otrávit a umrtvit. Hospodin tyto hady neodstraní, tak jako neodstraní naše pochybnosti. Jen nabízí záchranu v tom, že člověk může upnout zrak k jeho spáse. Připusťme si své pochybnosti, palčivé otázky a dlouho potlačované úzkosti. Nechme je klidně vylézt na světlo. Ale stejně tak upřeme zrak k onomu vyvýšenému Kristu, „jehož jizvami jsme uzdraveni“. Tak se v naší slabosti může projevit Boží síla.			Čeho jsme ochotni se vzdát, abychom vydali „mnohý užitek“? A nakolik žijeme na úkor přírody, ostatních tvorů a lidí v chudších částech světa? Slova z Janova evangelia před naše oči nestaví jen příklad Ježíše, který šel cestou pokory a sebezapření, aby přinesl bohatší život ostatním, ale také mnoha jeho následovníků, pro které byla láska k lidem a úcta k dílu Stvořitele větší než osobní pohodlí – Františka z Assisi, Alberta Schweitzera, Martina Luthera Kinga a mnoha dalších. Pšeničné zrnko, které zemře, přinese mnohý užitek (i bez genetické modifikace). Jak si připravujeme svůj život a ne pád?			„Nejušlechtilším nadáním člověka je schopnost měnit se.“ (Leonard Bernstein) Poté co neznámá žena potře Ježíšovu hlavu vzácným olejem, Jidáš jde Ježíše udat. Ježíš je pomazaný Mesiášem, který však nebude zápasit, jak by Jidáš asi předpokládal. Jeho boj bude zcela jiný, nenásilný, odevzdáný, a to Jidáš zklame. Každý člověk v životě zápasí se zklamáním z těch, do kterých vkládal nějaké naděje a představy. Na zradu pohlížíme s opovržením, ale co je v pozadí? Co všechno jsme si představovali a bylo jinak? Jak nás druzí zklamali (nebo my je), že nás to dovedlo ke zradě (nebo ke zradě druhých vůči nám)? Zkusme o tom přemýšlet, dokud je čas smutné a zložené srdce posílit a pouzdravit. Zkusme porozumět více sobě i druhým a především odpuštěním, dokud je čas. To je cesta, která dokáže dovést ke změně. Nevěme na předem naplánovaný osud.	



Česká křesťanská environmentální síť

Z německého originálu vydaného ARGE Schöpfungsverantwortung (<http://www.argeschoepfung.at/>) přeložila Ilona Mužátková.

Upravil Marek Drápal.

Autoři nedělních zamýšlení jsou David Šorm a Jan Zámečník.

Korektury Jakub Kašpar.

Vydala Česká křesťanská environmentální síť (<http://ckes.cz/>) ve spolupráci s Poradním odborem pro otázky životního prostředí při SR ČCE (<http://popz.evangelnet.cz/>).

STŘEDA

ČTVRTEK

PÁTEK

SOBOTA

NEDELE

STŘEDA

ČTVRTEK

PÁTEK

SOBOTA

NEDELE

STŘEDA

ČTVRTEK

PÁTEK

SOBOTA

NEDELE

STŘEDA

ČTVRTEK

PÁTEK

SOBOTA

NEDELE