

Pôst – cesta k Veľkej noci

„V čase pôstu nám Cirkev znovu pripomína potrebu obnoviť si srdce a skutky, aby sme tak znovu mohli znovu objaviť ústrednú rolu veľkonočného tajomstva, návrat k večnej Láske.“ Článok o kresťanskom živote.

14.02.2016

„Prosíme ťa Pane, aby si nám dal správnu dispozíciu pri prinášaní týchto obiet, lebo s nimi slávime začiatok tohto vznešeného a

posvätného času“[1]. Hneď od prvej pôstnej nedele liturgia jednoznačne charakterizuje celé štyridsaťdňové obdobie začínajúce sa Popolcovou stredou. Pôst je zhrnutím celého nášho života, ktorý je **„neustálym návratom do domu nášho Boha Otca“[2].** Je to cesta k veľkonočnému tajomstvu, k smrti a vzkrieseniu nášho Pána, gravitačné centrum celých dejín, každého človeka, každej ženy a muža: návrat k večnej Láske.

Počas pôstu nám Cirkev opäť pripomína potrebu obnoviť si srdce a naše skutky, aby sme tak znovu objavili ústrednú rolu veľkonočného tajomstva. Znovu sa musíme vložiť do rúk Boha, **„aby sme rástli v chápaní bohatstva ukrytého v Kristovi a hodným konaním sa usilovali získať osoh z tohto bohatstva“[3].**

„Ako len neuveriteľne dokáže človek zabúdať aj na tie

najnádhhernejšie veci, ako ľahko si len zvykne na tajomstvo.

Pripomeňme si počas tohto pôstneho obdobia, že kresťania nemôžu byť povrchní. Aj keď sme naplno ponorení do našej každodennej práce...musíme byť súčasne úplne spojení s Bohom, pretože sme Božie deti”[4]. Preto v

týchto dňoch sa vo svojej modlitbe chceme zamýšľať nad potrebou obrátenia, aby sme usmernili svoje kroky k Pánovi, očistili si srdcia, zobrali za svoj výkrik žalmistu: *Cor mundum crea in me, Deus, et spiritum firmum innova in visceribus meis*; „Stvor vo mne srdce čisté, Bože, daj mi pevného ducha”[5]. Tieto slová sú zo žalmu Miserere, ktorý nám Cirkev často ponúka v tomto liturgickom období, a ktorý sv. Josemaría neraz používal.

Cesta Izraela na púšti

Pôst má hlboké korene v rôznych kľúčových udalostiach histórie spásy, ktorá je tiež našou vlastnou históriou. Jednou z nich je putovanie po púšti Vyvoleným národom[6].

Tých štyridsať rokov bolo pre Izraelitov časom skúšky a pokušení. Pán Boh ich sprevádzal po celý čas a dal im pochopiť, že sa majú spoliehať len na neho, zmäkčujúc zatvrdilosť ich kamenných srdc. Bol to čas neprestajnej milosti. Aj keď ľud trpel, práve samotný Boh ich utešoval a viedol prostredníctvom Mojžišových slov, krmil ich mannou a prepelicami, dával im vodu z prameňa Meriby[7].

Aké dôležité sú pre nás tie slová, naplnené nehou, ktorou Boh viedol Izraelitov, aby sa zamýšľali na zmyslom tejto dlhej púte! "A rozpomätúvaj sa na celú cestu, po ktorej ťa Pán, tvoj Boh, vodil štyridsať rokov na púšti, aby ťa pokoril, vyskúšal a zvedel, čo je v tvojom

srdci, či budeš zachovávať jeho príkazy, alebo nie. Pokoril ťa a dal ti hladovať, potom ťa krmil mannou, ktorú si nepoznal ani ty, ani tvoji otcovia, aby ti ukázal, že človek nežije len z chleba, ale že človek môže byť živý zo všetkého, čo vychádza z Božích úst"[8].

Pán dnes adresuje tieto slová aj nám, ktorí na púšti našich životov určite zakúšame únavu a problémy každodenného života, ale tiež sa stretávame aj s otcovskou starostlivosťou Boha. Niekedy sa nám táto starostlivosť dostáva prostredníctvom nezištnej pomoci rodinných príslušníkov a priateľov, inokedy od ľudí dobrej vôle, ktorých možno ani nepoznáme. Týmto tajomným spôsobom vedenia nás Boh krok za krokom privádza do svojho srdca, do skutočnej zaslúbenej zeme: *Praebe, fili mi, cor tuum mihi...* „Daj mi, syn môj, svoje srdce a

bár by tvoje oči nachádzali v mojich cestách záľubu!”[9]

Mnohé z udalostí popisujúce exodus Izraelitov predznačujú budúce udalosti. Nie všetci z tých na tomto prvom putovaní po púšti vstúpili na pôdu Zaslúbenej zeme[10]. Práve preto autor Listu Hebrejom, citujúc Žalm 94, narieka nad vzburou ľudu a súčasne oslavuje príchod nového exodu: Keďže teda ostáva možnosť, aby niektorí vošli doň, a tí, ktorým sa prvým ohlasovalo evanjelium; nevošli pre neposlušnosť, znova určuje istý deň, "Dnes", keď po toľkom čase hovorí v Dávidovi, ako sa už povedalo: "Dnes, keď počujete jeho hlas, nezatvrdzujte svoje srdcia"[11]. Toto „dnes“ nám priniesol Kristus. Vtelením, svojím životom a oslávením, nás náš Pán vedie k definitívnemu exodu, v ktorom sa prisľúbenia celkom naplňajú. Robí nám miesto v nebi získava nám sobotný odpočinok pre

Boží ľud. Lebo ten kto vošiel do jeho pokoja, aj on si odpočinul od svojich diel ako Boh od svojich[12].

Kristova cesta na púšti

Evanjelium prvej pôstnej nedele nám ukazuje Ježiša, ktorý solidárne s nami, sa necháva pokúšať na konci štyridsiatic dní, ktoré strávil na púšti. Jeho víťazstvo nad diablom nás naplňa nádejou, umožňuje nám uvedomiť si, že s Ním aj my môžeme vyhrávať v bitkách nášho vnútorného života. Naše pokušenia nás už viac nevyvádzajú z miery, ale sa skôr menia na príležitosť lepšie spoznávať samých seba, užšie sa primknúť k Bohu. Objavujeme, že ideál pohodlného života je len prelud skutočného šťastia, uvedomujeme si, spolu so svätým Josemaríom, že **„sa veľmi pravdepodobne potrebujeme znovu zmeniť, byť vernejší a pokornejší, aby sme boli menej sebeckí, aby sme dovolili Kristovi v**

nás rásť, lebo „On musí rásť a mňa musí ubúdať(Jn 3:30)”[13]

Skúsenosť s našou osobnou krehkosťou by v nás nemala vzbudzovať strach, ale skôr skromnú prosbu, ktorá oživuje našu vieru, nádej a lásku: Zober odo mňa všetko, Pane, čo mňa odoberá od teba“ môžeme povedať tak, ako to sv. Josemaría často hovoril[14]. Keď sme s Ježišom, nachádzame silu dôrazne odmietnuť pokušenia, nepúšťať sa s nimi do dialógu. ***„Dobre si všimnite, ako reaguje Ježiš. Nevedie s diablom dialóg, ako to robila Eva v pozemskom raji. Ježiš ... sa rozhodne utiekať sa k Božiemu Slovu a reaguje mocou tohto Slova. Zapamätajme si: vo chvíľach pokúšania, nášho pokúšania, žiadne dohadovanie sa s diablom. Naša obrana musí vždy byť v Božom Slove! A to nás spasí”[15].***

Príbeh o Premenení, ktorý čítame v druhú pôstnu nedeľu, posilňuje naše presvedčenie, že víťazstvo je isté, napriek našim slabostiam. Aj my budeme zdieľať Ježišovu slávu, ak sa zjednotíme s jeho Krížom v našom každodennom živote. Preto potrebujeme živiť svoju vieru, ako to vidíme v evanjeliových pasážach, ktoré nám liturgia ponúka každé tri roky v poslednú nedeľu pôstu.

Najskôr vidíme Samaritánku, ktorá premáha hriech, aby v Ježišovi spoznala Mesiáša, ktorý živou vodou Ducha Svätého uhasí jej smäd po láske[16]. A potom ju tu človek, slepý od narodenia, ktorý rozpoznáva Krista ako svetlo sveta, ktoré premáha nevedomosť, zatiaľčo tí, ktorí si mysleli, že vidia, ostávajú ďalej slepí[17]. A potom je tu Lazár, ktorého vzkriesenie nám pripomína, že Kristus prišiel, aby nám priniesol nový život[18]. Kontempláciou týchto scén, sprítomňujúc v nich seba samého, s pomocou svätých,

nachádzame ďalšie zdroje pre našu osobnú modlitbu a nadobúdame intenzívnejšiu Božiu prítomnosť, o ktorú sa usilujeme počas týchto dní.

Naša cesta pokánia, cesta synov a dcér

Kolekta tretej pôstnej nedele nám predkladá kajúcny zmysel tohto obdobia: „**Ó Bože, pôvodca všetkého milosrdenstva a všetkého dobra, ktorý si nám v pôste, modlitbe a almužne ukázal nápravu na hriech, milostivo zhliadni na vyznanie našej úbohosti, aby sme my, ktorí sa skláňame pod ťarchou svojho svedomia, mohli byť vždy povýšení tvojím milosrdenstvom**“. S pokorou, ktorá vychádza z poznania toho, že sme hriešnici, prosíme spolu s celou Cirkvou o intervenciu Božieho otcovského milosrdenstva: jeho nežného pohľadu na naše životy a jeho odpustenie, ktoré lieči.

Liturgia nás pobáda, aby sme brali proces obrátenia osobne, pozýva nás, aby sme vytvorili v našom živote priestor pre tradičné skutky kajúcnosti. Tieto skutky vyjadrujú zmenu v našom vzťahu k Bohu(modlitba), k iným ľuďom (almužna), k sebe samým (pôst)[19]. Je to „duch kajúcnosti“, pre ktorý nám dal sv. Josemaría toľko praktických príkladov: **„pokánie napĺňa práve ten program, ktorý si si vyhradil pre seba..praktizuješ pokánie, keď sa láskyplne držíš svojho programu modlitieb, aj keď sa cítiš byť unavený, prázdny, alebo chladný. Pokánie znamená byť veľmi dobročinný, za každých okolností, voči všetkým ľuďom navôkol...Pokánie spočíva v tom, že sa s dobrou náladou chceme vysporiadať s tisíckami drobných nepríjemností každého dňa...keď radi zjeme, čo nám predložia, bez rozmarnej prieberčivosti“**[20].

Súčasne však vieme, že samotné vonkajšie skutky neznamenajú nič bez Božej milosti. Nemôžeme sa stotožňovať s Kristom bez jeho pomoci: *quia tibi sine te placere non possumus*, "lebo bez tvojej pomoci ťa nemôžeme potešiť"[21]. Snažíme sa teda s jeho pomocou vykonávať tieto skutky *v tajnosti*, kde ich môže vidieť len náš Boh Otec [22]. Snažíme sa často si naprávať svoj úmysel, aby sme sa tak usilovnejšie snažili o jeho slávu a spásu všetkých mužov a žien. Apoštol Ján napísal: Veď kto nemiluje brata, ktorého vidí, nemôže milovať Boha, ktorého nevidí[23]. Tieto slová nás povzbudzujú k tomu, aby sme si starostlivo skúmali svedomie, pretože nie je možné oddelovať dve stránky dobročinnosti. Ak vieme, že sme neustále pod Božím pohľadom, náš zmysel pre Božie synovstvo prenikne náš vnútorný život a apoštolát s viac dôverujúcou a detskou kajúcnosťou, s úprimným darovaním sa ostatným ľuďom, v

našom okolí, v rodine, kolegom na
pracovisku, priateľom.

*Naša cesta kajúcnosti
prostredníctvom sviatostí*

V našom každodennom zápase s
nezriadenosťou a hriechom sú
sviatosti pokánia a prijímania našimi
privilegovanými chvíľami. Je len
pochopiteľné, že naša vnútorná
kajúcnosť by mala byť dokonaná v
sviatosti svätej spovede. Veľa závisí
od dispozície kajúcnika, aj keď
protagonistom je tu Boh, ktorý nás
pobáda k obráteniu. Prostredníctvom
tejto sviatosti –jedného zo
skutočných Božích klenotov–[24]
môžeme vnímať, ako on získava
dobro dokonca ešte aj z našej padlej
slobody. Sv. Josemaría pritom
vysvetľuje našu rolu takýmto
spôsobom: „**Radím vám všetkým,
aby ste mali túto osobitnú
zbožnosť...aby ste robili veľa
úkonov pokánia. A vonkajším,**

praktickým prejavom tejto zbožnosti je, že budete prechovávať osobitnú lásku k svätej sviatosti pokánia”[25], v ktorej sa „*zaodievame Ježišom Kristom a jeho zásluhami*”[26].

Pôst je nádhernou príležitosťou kultivovať tento „osobitný láskyplný postoj“ k spovedi, tým že ho budeme praktizovať na prvom mieste my sami, ale že povieme o spovedi aj iným ľuďom.

Po rozhrešení, ktoré udeľuje kňaz v mene Božom, sa svätá spoveď zakončí nádhernou záverečnou formulou, ktorou kňaz prepúšťa kajúcnika: „**Milosrdný Boh Otec, ktorý smrťou a zmŕtvychvstaním svojho Syna zmieril svet so sebou a zoslal Ducha svätého na odpustenie hriechov, nech ti službou Cirkvi udelí odpustenie a pokoj . A ja ťa rozhrešujem od tvojich hriechov v meno Otca i**

Syna i † Ducha svätého. Chod' v pokoji"[27]. Je to starodávna modlitba, v ktorej kňaz prosí Boha, aby udelil účinky tejto sviatosti na celý život kajúcnika, pripomínajúc nám pritom zdroj jej účinnosti: zásluhy nevinnej Obete a všetkých svätých.

Podobne ako mladší syn v podobenstve, po otvorení náruči nášho Boha Otca aj my sme pozvaný na slávnostnú hostinu[28]. Akú radosť nám len dáva to, že skutočne čistí, sa môžeme zúčastniť na prijímaní Eucharistie! „**Veľmi miluj nášho Pána. Udržiavaj a pestuj vo svojej duši zmysel pre potrebu milovať ho stále viac. Miluj Boha práve teraz, keď možno dosť veľa z tých, ktorí ho držia vo svojich rukách, ho nemilujú, ale s ním zle zaobchádzajú a zneužívajú ho. Daj si záležať, aby sa k nášmu Pánovi správal veľmi starostlivo vo svätej omši a počas celého dňa**"[29].

Počas liturgie nás Cirkev pozýva, aby sme sa veľmi ochotne vydávali na túto pôstnu púť. Nalieha, aby sme často prijímali sviatosti, do hĺbky meditovali o Božom Slove, praktizovali úkony pokánia – aby sme to robili v radostnom duchu, ktorý sa tak osobitne zdôrazňuje na štvrtú pôstnu nedeľu: *Laetare Jerusalem!*[30] Tieto úkony očisťujú našu dušu a pripravujú nás, aby sme sa mohli intenzívne zúčastňovať na obradoch Svätého týždňa, keď budeme znovu prežívať vrcholiace chvíle Ježišovho pozemského života.

„Musíme ich vniesť do nášho života, zobrať si ich za svoje, život a smrť Ježiša Krista. Musíme umierať úkonmi sebazáporu a pokánia, aby mohol Kristus žiť v nás, prostredníctvom Lásky. A potom nasleduj Krista v jeho šľapajach, s horlivosťou spoluvykupovať celé ľudstvo”[31].

Dobre očistení od hriechov, kontemplujúc Ježiša, ktorý dáva za

nás svoj život, znovu objavíme radost spásy, ktorú nám Boh prináša: *redde mihi laetitiam salutaris tui*, „obnov vo mne radost zo spásy"[32].

[1] Rímsky misál, 1. pôstna nedeľa, modlitba obetovania.

[2] Sv. Josemaría, Ísť s Kristom, 64.

[3] Rímsky misál, 1. pôstna nedeľa, kolekta.

[4] Ísť s Kristom, 65.

[5] Ž 50[51]:10.

[6] Pozri. Dt 8:2-5.

[7] Pozri. Ex 15:22-17:7.

[8] Dt 8:2-3.

[9] Prís. 23:26.

[10] Pozri Num 14:20.

[11] Heb 4:6-7; por. Ž 94[95]:7-8.

[12] Heb 4:9-10.

[13] Ísť s Kristom, 58.

[14] Sv. Josemaría, poznámky z rodinnej besedy, 18. októbra 1972.

[15] Pápež František, Anjel Pána, 9. marca 2014.

[16] Por. Jn 4:5-42 (3. pôstna nedeľa, rok A).

[17] Por. Jn 9:1-41 (4. pôstna nedeľa, rok A)

[18] Por. Jn 11: 1-43 (5. pôstna nedeľa, rok A)

[19] Por. Katechizmus Katolíckej cirkvi, 1434.

[20] Sv. Josemaría, Boží priatelia, 138.

[21] Sobota, 4. pôstny týždeň, kolekta.

[22] Por.. Mt 6:6.

[23] 1 Jn 4:20.

[24] Por. Katechizmus Katolíckej cirkvi, 1116.

[25] Sv. Josemaría, poznámky z kázania, 26. apríla 1970.

[26] Sv. Josemaría, Cesta, 310.

[27] Úkon kajúčnosti, č. 104.

[28] Por. Lk 15: 22-24.

[29] Sv. Josemaría, Vyhňa, 438.

[30] 4. pôstna nedeľa, introit (por. Iz 66:10).

[31] Sv. Josemaría, Krížová cesta, 14. zastavenie.

[32] Ž 50[51]:14.