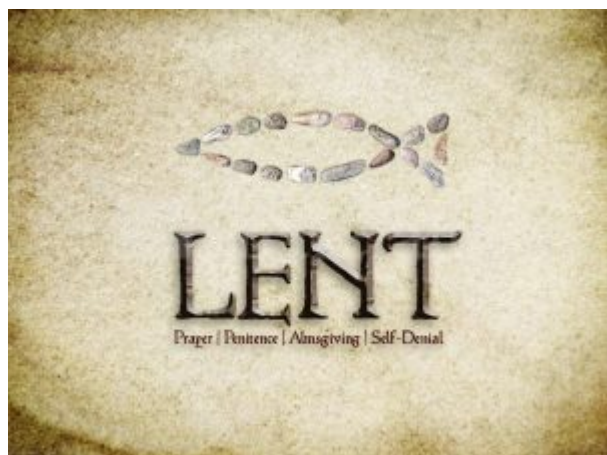


# Pôst – čas sebazaprenia a duchovnej obnovy



Pôstne obdobie je osobitným časom na našej pozemskej púti, ktorý nám Pán dáva na to, aby sme napravili naše hriešne cesty prostredníctvom hlbšej modlitby, pôstu, pokánia a almužny. Tým, že ovládame svoje telesné túžby, môžeme oslobodiť svoju dušu pre hlbšiu modlitbu. Tým, že sa

obmedzujeme v jedení, môžeme si odkladať jedlo alebo ušetrené peniaze a darovať ich chudobným a núdznym. Cirkev nás nenúti praktizovať tieto duchovné cvičenia, ale ich cieľom je prehĺbiť náš vzťah k Bohu a blížnym. Je to čas na sebazaprenie a duchovnú obnovu. Nemusíme sa postiť len od jedla – môžeme sa vzdať napr. televíznych seriálov, prázdnych rečí a klebetenia, posudzovania druhých, klamstiev, hriešnych vášní a podobne. Naš pôst vyjadruje naše rozhodnutie oslobodiť sa „od mŕtvych skutkov, aby sme mohli slúžiť živému Bohu“. (Hebr 9,14)

V Starom i Novom zákone môžeme nájsť príklady, ako sa ľudia zaviazali k pôstu a modlitbe, keď si uvedomili svoje previnenia voči Bohu alebo keď potrebovali získať od Boha vedenie a posilu. Štyridsať dní pôstu a modlitby nám pripomína 40 dní potopy v časoch Noema (Gn 7), 40 rokov putovania Izraelitov po púšti do zaslúbenej zeme (Exodus), 40 dní, ktoré strávil Mojžiš na vrchu s Bohom (Ex 34,28), 40 rokov vlády kráľa Dávida, 40 dní putovania proroka Eliáša k vrchu Horeb (1 Kr 19), 40 dní pôstu a pokánia obyvateľov mesta Ninive (Jon 3,4-10) a 40 dní, počas ktorých sa Ježiš postil a modlil na púšti (Mt 4,1-10). Bude užitočné, ak sa každý deň na chvíľu zamyslíme nad týmito úryvkami Svätého písma, aby sme lepšie pochopili zmysel týchto udalostí.

Boh prehliada časy našej nevedomosti, ale „teraz zvestuje ľuďom, aby všetci a všade robili pokánie“ (Sk 17,30). „Kajúcnikom však umožní cestu k spravodlivosti, klesajúcich posilňuje k vytrvalosti a určuje im spravodlivý podiel.“ (Sir 17,20) Vo východnom obrade Katolíckej cirkvi na konci liturgického slávenia svätej omše počujeme slová: „Nevieme, či sa dožijeme ďalšieho slávenia svätej omše.“ Áno, náš život je veľmi krehký a nevyspytateľný. Kedykoľvek nás môže zraziť auto, môžeme ochrnúť alebo dostať infarkt... a tak sa pred nami otvoria dvere, aby sme sa rozlúčili s týmto pozemským životom. Nezabúdajme na skutočnosť, že žijeme na konci vekov, „v dobe zjavenia“, ako povedala Panna Mária vizionárke Lucii vo Fatime. Boh nám vo svojej добрote a milosti znovu dáva čas milosti, aby sme napravili škody a pohromy v našom živote a obnovili Boží obraz v našom vnútri (porov. Gn 1,26-27). Takto môžeme získať večný život v nebeskom kráľovstve. Musíme však spolupracovať s Božou milosťou. Duch Svätý nám prostredníctvom sv. Pavla pripomína: „Alebo pohrdaš bohatstvom jeho láskavosti, trpezlivosti a zhovievavosti a nevieš, že Božia láskavosť ťa chce priviesť k pokániu?“ (Rim 2,4)

Modlitba: Milostivý a milosrdný Bože, prichádzame k tebe s prosbou o odpustenie našich neprávostí. Zošli na nás svojho Svätého Ducha, aby sme si uvedomili všetko, čo nepatrí do tvojho kráľovstva. Vkladáme svoj život do tvojich rúk a vo všetkom chceme plniť tvoju vôľu. Nech sa toto Pôstne obdobie stane časom hlbokej premeny nášho života. Ó, drahý Duchu Svätý, dotkni sa nášho srdca a zapáľ nás láskou k tebe.

Mary Pereira