

A keď sa postíte, nebudte zamračení ako pokrytci. (Mt 6, 16a)

(Maroš Rinik) Pôst spolu s modlitbou sú pevnou súčasťou vzťahu Boha a človeka. Mojžiš sa postil štyridsať dní a nocí pred tým, ako dostal od Boha Desať prikázaní. Prorok Daniel sa postil, keď vyznal vinu svojho ľudu. Kráľ Dávid sa postil, keď spáchal ťažké hriechy. Keď Izrael ohrozovali nepriatelia, bol nariadený pôst. Aj Ježiš Kristus sa na začiatku svojho pôsobenia postí. Na prahu Veľkého pôstu dostávame jasné pokyny, ako sa máme modliť a postiť. Keď sa ľud verejne modlil a postil, Pán Boh zakaždým zasiahol.

Pôst nám pomáha lepšie sa modliť. Modlitba je záležitosť celého človeka - tela i duše. Vonkajšie gestá podčiarkujú a umocňujú modlitbu, ktorá vychádza zo srdca. Pôst nám ukazuje, že si sami nevystačíme. Keď sa postíme, sme odkázaní na naplnenie. Sme odkázaní na pomoc Boha. V Druhej knihe kroník čítame, ako proti Izraelitom stála vojenská presila. A čo urobil kráľ Jozafát? To, čo by zrejme žiadny generál neurobil. Nariadil pôst. Jozafát nevsadil na silu svojich vojakov, ale na moc Boha. A výsledkom bolo víťazstvo. Toto je pôst. Nespoliehať sa na svoju silu, ale na silu všemohúceho Boha. Pôst pomáha znovuobjaviť človeka vedľa mňa. Už v Hermasovom pastierovi z roku 150 nájdeme nariadenie o tom, že ak sa niekto postí, má to, čo ušetrí za jedlo, dať buď vdove, sirote, alebo núdznemu, aby z jeho pôstu mal úžitok aj niekto iný.

Využime tento čas milosti na to, aby sme opustili svoje egoistické sny a vzdušné zámky a vernejšie prežívali realitu s naším Bohom.

(Zamyslenie pre východný obrad z [Časopisu Slovo](#).)