

## Popeleční středou začíná v církvi postní doba

kteřá předchází velikonočním svátkům. Pro křesťany je toto období velmi důležité. Při mši svaté, na popeleční středu, dostávají znamení kříže popelem na čelo a kněz při tom říká: "Pomni, že jsi prach a v prach se obrátíš," nebo: "Čiňte pokání a věřte evangeliu". Obě výzvy nám říkají, že se máme zamyslet nad svým životem a přiblížit se Bohu. Plnit tuto výzvu není snadné. Pomáhá nám v ní půst. +Noela

### Rozhovor s P. Vojtěchem Kodetem O.Carm. pro Katolický týdeník 7/2007

Dnes mnozí, zejména mladí lidé, nechápou, co by měl půst člověku přinést pozitivního. Ještě tak nějaká dieta na zhubnutí, ale křesťanský půst? Každý, kdo to jednou poctivě vyzkoušel, ví, že půst má smysl. Nedostatek vlastní zkušenosti a přílišná pohodlnost mohou způsobit, že člověk opakuje všechny možné „rozumné“ důvody, jen aby se postem nemusel zabývat.

### A proč se tedy postit? Co od půstu máme očekávat, jak ho dnešnímu člověku předložit?

Podstata postu je stále stejná, s dobou se na tom nic nemění. Je dokonce jevem všeobecně náboženským, jenž nesouvisí jen s křesťanstvím. Všechna náboženství, která jsou projevem hledání Boha, počítají s postem jako s prostředkem očištění, vnitřního sjednocení, projevem pokání a cesty k vnitřní svobodě. V křesťanství má půst ale ještě jeden velmi důležitý rozměr – z hlediska víry dokonce ten nejdůležitější. Je projevem touhy po Bohu, pokory před Bohem a ve spojení s prosebnou modlitbou i projevem lásky k druhým. Nejde tedy jen o asketický výkon, který by člověku navozoval příjemný duševní pocit nebo uspokojení z překonání sebe sama. Pro křesťany je půst především výrazem touhy předstoupit před Boha s vírou a oddaností, s vědomím bytostné závislosti na něm a s očekáváním jeho zásahu do života našeho nebo našich drahých. Je vyjádřením touhy po setkání s ním. Ve spojení s modlitbou nás také půst pro toto setkání disponuje.

**Nakolik je důležité, aby byl půst skutečně postem od jídla? Nemá stejný, nebo dokonce větší význam půst od různých zálib?** Půst ve vlastním slova smyslu je vždy zdržení se jídla, popřípadě pití. To, že se v poslední době klade důraz především na jeho duchovní

rozměr, často končí tím, že se vlastně žádný půst nekoná. Střídmost či zdrženlivost ve věcech, které nás zotročují (například nemírné sledování televize, počítačové hry, alkohol nebo jakýkoli druh závislosti) má veliký význam pro svobodu člověka. Taková zdrženlivost je vnímána jako léčebný prostředek duše i těla a cesta k vnitřnímu osvobození. Vede k hlubšímu poznání sebe sama, vlastních limitů a ukáže, na čem jsem v životě vlastně závislý.

**Co když ale taková zdrženlivost – ať už od jídla nebo jiných věcí – způsobí, že ten, který se postí, je podrážděný a nepříjemný svému okolí? Má takový půst smysl?** Často slyším, že je lepší se nepostit a být laskavý, než se postit a být protivný ke všem kolem sebe. Něco na tom je. To, že se postíme, nás neosvobozuje od největšího přikázání lásky, ba naopak. A my bychom měli na prvním místě dbát na to, abychom byli lidmi lásky. Na druhou stranu je třeba říci, že kdo se brání špatné náladě jen tím, že se dobře nají a napije, nikdy nenajde pravou příčinu své náladovosti a nemůže se změnit. Jen když na čas odložím všechna svá náhražková uspokojení, poznám o sobě pravdu a mohu se sebou něco vážně dělat. Jinak to zlé a nevědomé ve mně bude sílit a jednou v daleko větší míře vyjde napovrch.

**Jak se tedy správně postit?** V postu je velmi důležitá naše motivace. Správně se postí ten, kdo se pro to rozhodl svobodně, bez postranních úmyslů a zachovává určitou míru rozumnosti a zodpovědnosti ke svému zdraví. Je velmi důležité, abychom půst prožívali nejen ve spojení s modlitbou, ale také se vztahem k druhým lidem a sobě. Proto je důležité, aby moje rozhodnutí pro půst nemělo příchut' sebetrestání, ale bylo uděláno s radostí.

Zdroj: <http://www.vojtechkodet.cz/rozhovory/kdyz-se-rekne-pust.html>