

Katechéza k Veľkému pôstu

Veľký pôst alebo Štyridsaťdňový pôst

Pôst je jedným z najstarších a najúctyhodnejších zvykov v Cirkvi, ktorý sa k nám dostal prostredníctvom „nepreerušenej tradície“ (sv. Bazil, Homília o pôste I, 5).

V byzantskom obrade máme rôzne dni a obdobia pôstu, ale v tomto článku sa obmedzíme na predpaschálny/predveľkonočný pôst známy ako Veľký pôst. Nazýva sa Veľkým pôstom nielen pre svoje trvanie (sedem týždňov), ale najmä pre svoj význam pre duchovnú obnovu veriacich. Veľký pôst sa nazýva Svätá Štyridsiatnica. Veľký pôst možno opísať ako štyridsaťdňové obdobie modlitieb, pokánia a duchovných cvičení, ktoré sú prípravou na náležité slávenie Veľkej noci/Paschy.

Veľký pôst, ako ho poznáme dnes, je výsledkom veľmi zložitého historického vývoja, ktorého nie všetky etapy boli doteraz dostatočne objasnené. Zdá sa, že v 2. storočí Cirkev poznala len veľmi krátky pôst (jeden alebo dva dni) pred Paschou/Veľkou nocou. V 3. storočí sa predpaschálny pôst rozšíril na celý týždeň, ktorý poznáme pod názvom Strastný alebo Svätý a Veľký týždeň (porov. Didascalia XXI, 24). Prvá zmienka o štyridsaťdňovom pôste sa nachádza v 5. kánone Nicejského koncilu (r. 325). Od tej doby o štyridsaťdňovom pôste hovoria mnohí cirkevní Otcovia a svätý Atanáž Alexandrijský († 373) neváha povedať: „Kto zanedbáva dodržiavanie Štyridsaťdňového pôstu, nie je hoden sláviť veľkonočné sviatky“ (porov. Sviatočné listy XIX, 9).

Laodicejská synoda (okolo roku 360) ako prvá zaviedla prísnu povinnosť štyridsaťdňového pôstu pred Veľkou nocou. Na konci 4. storočia sa Veľký pôst, medzi Grékmi známy ako *Tessaracoste* (Štyridsať dní) a medzi Rimanmi ako *Quadragesima*, dodržiaval všeobecne v celej Cirkvi.

Z historického hľadiska počiatky Veľkého pôstu siahajú do 4. storočia, ale nie je možné určiť, že kedy, kde a prečo bol tento úctyhodný zvyk zavedený. Pôvod Veľkého pôstu treba hľadať v spojitosti s ustanovizňou katechumenátu.

Raná cirkev, ktorá ustanovila Veľkú noc ako slávnostný deň krstu, podrobovala kandidátov na krst (katechumenov) intenzívnej duchovnej príprave počas predpaschálneho/predveľkonočného obdobia. Aby ich povzbudili, garanti, príbuzní a priatelia katechumenov sa postupne začali zúčastňovať na ich každodenných duchovných cvičeniach, ako to dosvedčuje svätý Justín Mučeník:

„Tí, ktorí veria v pravdivosť nášho učenia, predovšetkým sľubujú, že budú žiť podľa tohto učenia. Potom ich vyučujeme, ako sa modliť a prosiť Boha pôstom za odpustenie svojich hriechov; a my (veriaci) sa modlíme a postíme s nimi tiež“ (porov. Prvá Apológia, 61).

Mojžiš (Ex 24, 18; 34, 28) a po ňom Eliáš (1Kr 19, 8) sa pripravovali na stretnutie s Pánom modlitbou a štyridsaťdňovým pôstom. Podľa ich vzoru bola aj príprava

katechumenov predĺžená na štyridsať dní, ako o tom svedčí Euzébius Cézarejský († 339): „Podriadujeme sa 40-dňovým cvičeniam ako príprave na veľkonočné sviatky podľa vzoru svätých Mojžiša a Eliáša“ (porov. Paschálna slávnosť, 4).

Rozhodujúci vplyv na ustanovenie predpaschálneho/predveľkonočného pôstu mal príklad nášho Spasiteľa, ktorý sa štyridsať dní postil na púšti (Mt 4, 1 – 11), ako to naznačuje dokument zo 4. storočia: „Štyridsaťdňový pôst sa má zachovávať na pamiatku spôsobu života nášho Pána a jeho zákonodarstva“ (porov. Apoštolské konštitúcie V, 13).

Pôvodne sa štyridsaťdňové obdobie počítalo od Veľkého piatka, dňa, keď sa slávila Pascha ukrižovania, a potom sa predĺžilo na šesť týždňov. Keď v Konštantínopole presunuli slávnostný krst z Veľkej noci na Lazárovu sobotu, muselo sa o týždeň predsunúť aj pôstne obdobie prípravy. Podľa byzantskej praxe sa teda Veľký pôst začínal sedem týždňov pred Veľkou nocou a končil sa v Piatok pred Lazárovou sobotou. Na večierni Lazárovej soboty spievame: „Ukončili sme blahodarných štyridsať dní (Veľkého pôstu) a úpenlivo Ťa prosíme, milujúci človeka, daj, aby sme videli Svätý a Veľký týždeň tvojich strastí a chválili tvoje dielo (vykúpenia).“ Liturgicky sa teda náš Veľký pôst končí v piatok pred Lazárovou sobotou a trvá presne štyridsať dní.

Svätý a Veľký týždeň sa v byzantskom obrade považuje za „osobitný týždeň“ a, prísne vzaté, nie je zahrnutý do štyridsaťdňového pôstu, ako uvádza svätý Ján Zlatoústy: „Konečne sme sa dostali na koniec Svätej Štyridsiatnice a s Božou pomocou sme dosiahli tento Veľký (Svätý) týždeň. Prečo tento týždeň nazývame Veľkým? Pre veľké a neopísateľné dobrodenia, ktoré sa nám počas tohto týždňa dostali“ (porov. Homília na Genezis XXX, 1).

V rímskom obrade bol Svätý týždeň zahrnutý do pôstneho obdobia a pôstne obdobie trvalo šesť týždňov. Neskôr však, keď boli na Západe od pôstu oslobodené nedele v pôstnom období, pôst trval len tridsaťšesť dní. Táto situácia bola napravená v 7. storočí pridaním ďalších štyroch pôstnych dní na začiatku pôstneho obdobia s prvým dňom pôstu v Popolcovú stredu. To je dôvodom odlišnosti v prvom dni pôstu medzi byzantským a rímskym obradom.

Podľa byzantskej tradície sa pôstna disciplína skladá z troch samostatných častí: 1. telesný alebo vonkajší pôst, ktorý zahŕňa zdržiavanie sa určitých jedál, nápojov a zábavy; 2. duchovný alebo vnútorný pôst, ktorý pozostáva zo zdržiavania sa „všetkého zla“ – hriechu; 3. duchovná obnova, ktorá sa dosahuje praktizovaním cností a dobrých skutkov.

Telesný pôst, nazývaný aj asketický pôst, sa vyvinul najmä pod vplyvom mníšskej disciplíny a stal sa veľmi prísny, ako to opisuje svätý Teodor Studita († 826): „Počas Veľkého pôstu jeme len raz denne, okolo deviatej hodiny (t. j. o 15:00), pričom prijímame len suchú stravu a zeleninu bez oleja; nepijeme ani víno, s výnimkou soboty a nedele, keď smieme jesť aj ryby. Počas Veľkého (Svätého) týždňa zachovávame,

nakoľko je to možné, úplný pôst bez vína a oleja až do noci (Svätej) soboty“ (porov. Chron. Katech. 9).

Svätý Teodor, ktorý dodržiaval miernu mníšsku disciplínu, dáva nasledovnú radu: „Čo sa týka množstva a kvality jedla, mal by si sa postiť toľko, koľko tvoje telo znesie“ (porov. Epistolár, 1. II, 135. list). Tá istá zásada by sa mala uplatňovať aj dnes, keďže naše pôstne pravidlá predpisujú len symbolický pôst.

Aby sa počas Veľkého pôstu vytvorila atmosféra modlitby, cirkevní Otcovia trvali na úplnej zdržanlivosti od všetkých druhov zábav, t. j. od hudby, tanca, večierok počas Veľkého pôstu (porov. Homília proti opilcom, 1 – 2), a svätý Ján Zlatoústý karhal tých, ktorí sa počas Veľkého pôstu „opovážili zúčastniť sa na konských dostihoch“ (porov. Homília na Genezis VI, 1). Tento bod pôstu by sme mali zdôrazňovať dnes, keď naše mladšie generácie sú posadnuté mániou zábavy.

Duchovný alebo vnútorný pôst, ktorý je zdržanlivosťou od každého zlého – najmä od ťažkého hriechu – je najpodstatnejšou časťou pôstu. Svätý Ján Zlatoústý učil, že „hodnota pôstu nespočíva ani tak v zdržanlivosti od jedla, ako skôr v upustení od hriechnych zvykov“ (porov. Homília o sochách III, 11). Svätý Bazil Veľký to vysvetľuje: „Odvrátiť sa od každého zla znamená držať jazyk na uzde, potláčať hnev, potláčať zlé túžby a vyhýbať sa všetkým klebetám, klamstvám a nadávkam. Zdržiavať sa týchto vecí – v tom spočíva pravá hodnota pôstu!“ (Homília o Pôste II, 7). Toto je v súlade s prorokovým zvolaním: „Vráťte sa zo svojich zlých ciest a napravte svoje zlé skutky!“ (Jer 18, 11). Preto svätý Ján Zlatoústý odsudzuje bláznovstvo tých kresťanov, ktorí sa „celý deň zdržiavajú jedla, ale nedokážu sa zdržať hriechu“ (porov. Homília na Genezis VI, 6). Všetci sme hriešnici a „ak hovoríme, že v sebe nemáme hriech, klameme samých seba“ (1Jn 1, 8).

Boží zákon nám predpisuje konať pokánie, pretože „ak nebudeme činiť pokánie, všetci zahynieme“ (Lk 13, 3). Veľký pôst bol vždy osobitným obdobím pokánia a kajúcnych praktík, ktorými sa kresťania usilovali o zmierenie s Bohom a o odčinenie svojich hriechov. Bol to čas vyhradený na dôstojné splnenie si veľkonočnej povinnosti, ako to vysvetľuje svätý Ján Zlatoústý:

„V dávných dobách mnohí kresťania prijímali sväté Tajomstvá (Kristovo telo a krv) bez patričnej prípravy a bez rozlišovania, najmä v deň ich ustanovenia (t. j. Svätý a veľký štvrtok). Vidiac veľkú škodu, ktorá plynie z nedbalého pristupovania k svätému prijímaniu, cirkevní Otcovia vyčlenili štyridsať dní (Veľkého pôstu) na modlitbu, počúvanie Božieho slova a účasť na bohoslužbách, aby sme po náležitom očistení srdca modlitbou, pôstom, almužnou, nočným bdením a sponďou mohli s čistým svedomím pristúpiť k svätému prijímaniu čo najviac razy“ (porov. Homília proti Židom III, 4).

Duchovná obnova, a to praktizovaním cností a konaním dobrých skutkov, musí byť hlavným cieľom nášho pôstu, ako to naznačil svätý Bazil vo svojej homílii o pôste: „Prijmite pôst ako skúseného vychovávateľa, ktorým nás Cirkev učí zbožnosti“ (porov. Homília o pôste II, 3).

Cirkevní Otcovia trvali na tom, aby sa veriaci počas Veľkého pôstu zúčastňovali na pôstnych bohoslužbách, ktoré boli obohatené o dojímavé liturgické hymny, kajúcne modlitby a poklony. Jedna taká kajúcna modlitba s poklonami, pripisovaná svätému Efrémovi († 373), sa dodnes používa v našich chrámoch.

Špeciálne pôstne kázne sa prednášali každú noc počas Veľkého pôstu (porov. sv. Ján Zlatoústý, Homília na Genezis XI, 3) a nabádali veriacich, aby „zomreli hriechu a žili Bohu v Kristovi Ježišovi“ (Rim 6, 11).

V ostatných storočiach sa, žiaľ, skutočná obnova kresťanského života nahradila formálnym „plnením veľkonočnej povinnosti“ bez toho, aby sa kládol dôraz na úprimnú „zmenu srdca“ (gr. *metanoia*, používa sa pre pokánie) a praktizovanie kajúcich skutkov. A predsa musíme spolu so svätým Jánom Zlatoústym pripustiť, že „pôst nemá pre nás nijaký úžitok, ak neprináša našu duchovnú obnovu“ (Homília na Genezis 11, 3).

Počas stáročí prešla naša pôstna disciplína mnohými a radikálnymi zmenami. Zachovávanie svätých štyridsiatic dní (pôstu) je už len formalizmom, ktorý sa obmedzuje na zdržanlivosť v určitých dňoch a nekladie dôraz na duchovnú obnovu človeka a zmenu jeho života.

Je naliehavo potrebné, aby sme sa vrátili k pôvodnému duchu Veľkého pôstu, ako to radí veľký cirkevný učiteľ svätý Ján Zlatoústý: „Je potrebné, aby sme počas pôstu zmenili celý svoj život a praktizovali cnosti“ (porov. Homília o sochách 111, 19). Práve v tomto duchu Cirkev v ostatných rokoch výrazne zmiernila vonkajšie aspekty pôstu, dúfajúc, že veriaci napravia svoje nesprávne chápanie ducha pôstu a budú sa viac venovať praktizovaniu cností a konaniu dobrých skutkov (porov. Pápež Pavol VI., Apoštolská konštitúcia: „Čiňte pokánie!“, 17. február 1966). Rovnakého ducha Veľkého pôstu zdôrazňoval svätý Teodor Studita v 9. storočí vo svojom epištolári: „Keď sa postíme, očisťme si srdcia, posväťme si svoje duše a pošliapme všetky neresti“ (porov. Epistolarium, 1. II, 147. list).

V dnešnom svete je naliehavo potrebný návrat k pravému duchu pôstu. Je naliehavo potrebný, aby nám pomohol obnoviť víziu nového života, ktorú v našom sekularizovanom svete tak často zrádzame a tak ľahko strácame.

Modlitba

„Keďže sme boli zranení hriechom, musíme ho liečiť pokáním. Ale pokánie bez pôstu je bezcenné. Nuž pôstom sa ospravedlňte pred Bohom!“ (sv. Bazil, Homília o pôste I, 3).

Pittsburská ruténska metropolia

<https://archpitt.org/the-great-lent-a-traditional-custom-of-the-byzantine-rite/>

THE GREAT LENT A TRADITIONAL CUSTOM OF THE BYZANTINE RITE

Preložil o. Ján Krupa