

## VEĽKÝ PÔST

Zdá sa, že nám súčasnosť svojím konzumizmom prináša viac problémov, ako si myslíme. Veľmi rýchlo sme si na blahobyť zvykli a ani si neuvedomujeme jeho ruinujúce následky na telo a dušu. Následkom chorôb zapríčinených prejedaním sa a nezdravou výživou zomiera viac ľudí ako v čase vojen. Čo je horšie, konzumizmus je aj silná zbraň zlého proti našej duši. A. Gentili vo svojom diele *Chlieb a voda* napísal: „*Sme prejedení a otrávení, neschopní rozlišovať naše inštinkty. Naše stravovanie je takmer odtrhnuté od našej fyziologickej potreby. Už sme sa odučili vyberať a rozhodovať, čo je pre nás lepšie. A to sa týka aj jedenia.*“

Hriech obžerstva je podľa východných otcov jeden z hlavných hriechov a zaraďuje sa medzi prvé tri, z ktorých sa odvíjajú ďalšie hriechy. Ak je naša duša postihnutá hoci len jedným hriechom, sme náchylní k ďalším. V labyrinte rôznych ponúk a vplyvov súčasnosti často nevieme, odkiaľ začať, a veľkú úlohu zohráva aj strach z hladu, aj keď pravdivý hlad prichádza okolo deväťdesiateho dňa, po vyčerpaní vlastných zásob tela. Druhá krajnosť je, že sa postíme a potom prejedáme. Svätý Bazil, učiteľ Cirkvi, mních a učenec, ktorý žil v 4. storočí, venoval pôstu dve homílie. V Reči o zrieknutí sa sveta a o duchovnej dokonalosti reaguje na mníchov, ktorí jedli tajne. Znamená to, že nemali disciplínu v jedení, čo sv. Bazil nazýva krádežou. Bazil Veľký cituje z Knihy prísloví (4, 23), od čoho treba začať: „*Veľmi stráž svoje srdce*“. Týmto výrokom z Božieho slova nás sv. Bazil privádza k žriedlu hriechu. Chráň si srdce, lebo keď príde náruživá myšlienka, srdce nám zabráni realizovať ju. Pripomína aj zámer zlého, ktorý striehne ako zlodej na zlato, aby nás oklamal ako Adama. Cez jedlo sa opovážil pokúšať aj samého Krista na púšti. On vie, že nestriednosť v jedle je prvá príčina zla, strašný jed. Hriech obžerstva nespočíva iba v množstve jedla, ale aj v túžbe a chuti. Preto túžba trochu si pochutnať ťa posunie v náruživosti do prejedania, napája všetky zmysly a zapríčiňuje to, že tvoja duša sa stáva akoby lesom hriechov plným divých zvierat. Tí, ktorí ostávajú neumiernení v jedle, sú klamliví, kľajú, lámu prísahu, sú hašteriví, kriklúni, frajeri, utajení... Sú protivníkmi pobožného a svätého života. Tento jav potvrdzujú aj slová sv. apoštola Pavla: „*Potom to však už nerobím ja, ale hriech, ktorý vo mne sídli*“ (Rim 7, 17). V praxi mníšskeho života Bazil videl veľa závislých. Ich závislosť sa prejavovala porušovaním disciplíny jedenia. Takíto tvrdí ľudia zanechali duchovný život a hynuli v hriechoch sveta. Bazil ako vždy hovorí o následkoch obžerstva a nezdržanlivosti cez to, že poukazuje na biblické postavy. Nezdržanlivosť v jedle zapríčinila Adamovi smrť a svetu záhubu. Z Noema sa vysmieval syn, Cham bol prekliaty, Ezau stratil právo prvorodenstva a nadviazal vzťahy s Chaldejcami, Lót upadá do hriechu proti prírode. Prejedaním sa podľa hli Izraeliti klaňaniu sa idolom. Skrze zdržanlivosť sa však prorok

Daniel stál pánom chaldejského kráľovstva, zničil idoly, zabil draka, upokojil levov, predpovedal vtelenie Slova a odhalil skryté tajomstvá. Traja mládenci dokázali odignorovať kráľov hnev, pretože sa povzniesli nad príjemnosť jedla, a bez strachu vošli do rozpálenej pece a robili iné odvážne činy. S našimi chůtkami musíme bojovať do smrti. Keď sa nedokážeme zriekať jedla, nedokážeme sa zriekať ani iných vecí. O požívačnosti hovoria takmer všetci otcovia ako o prvej a najnebezpečnejšej strasti a aj jej následkoch. Prvý duchovný boj, aký máme začať, je boj s požívačnosťou. Dôležité je vytrvať dokonca: „*Žalúdku nevyhovuj, aby sa neobnovili tvoje predchádzajúce hriechy,*“ hovorí bl. abba Izaiáš. Nelahodíme, preto bruchu, ale duchovne sa radujeme“. A preventívne sa chráňme pred pokušením: „*Nedávaj jedlo na stôl pred stanovenou hodinou...*“ Jeden starec povedal: „*Požívačnosť je matkou smilstva*“ a „*ten, kto ovláda svoje brucho, je schopný ovládať aj svoju necudnosť a jazyk*“. Iný starec dodáva: „*Bohatstvom duše je zdržanlivosť. Získajme si ju s pokorným zmýšľaním a utekajme pri tom od domýšľavosti. To je matkou všetkého zla.*“ Pán prikazuje svojim učeníkom: „*Dávajte si pozor, aby vaše srdcia neboli zaťažené nestriednosťou, opilstvom a starosťami o tento život. Využime čas Veľkého pôstu, aby sme v tomto svete konzumizmu a blahobytu neruinovali svoje telo ani dušu.*

*o. Rastislav*