

O PŮSTU

Iz 58,1-12

Mt 6,16-18

Nevím, co si pomyslíte, když se vysloví slovo „půst“. V naší církevní tradici o půstu nehovoříme příliš často. Jako členové CB nemáme předepsány žádné předem dané postní dny (např. v ŘKC jsou povinné postní dny dva – na Popeleční středu a na Velký pátek, též půst od masa každý pátek). U nás sice víme, že něco takového jako půst existuje, že se o něm mluví v Bibli, možná jsme se už někdy i sami postit zkusili, ale půst nenalezl v naší tradici nějaké pevně stanovené místo. To ovšem neznamená, že by půst neměl význam, nebo, že bychom se jím neměli zabývat. Podívejme se spolu na to, co se o půstu dozvídáme v Bibli.

Okolnosti půstu

V Bibli, zejména ve SZ vidíme, můžeme sledovat při jakých příležitostech byl půst vykonáván. Byly tu zejména **přesně dané postní dny**, které se každý rok opakovaly.

Pak ovšem také čteme o mnoha situacích, kdy se věřící lidé postili **nad rámec** těchto postních dnů. Postili se, protože si to vyžadovala situace. Např.: Judský král Jošafat vyhlásil půst, když zemi napadl nepřítel (2Pa 20,3). Kněz Ezdráš zase vyhlásil půst, když se Židé vraceli z babylonského zajetí do Judeje, aby Bůh požehnal jejich cestě (Ezd 8,21). Anebo, když se Izraelci postili za dob proroka Samuela a vyznávali své hříchy Bohu (1S 7,6)...

Souhrnně pověděno, půst se v dějinách Božího lidu vyskytoval zejména v situacích: když se dostal do nějakého *nebezpečí*, když se *kál* za své hříchy nebo když *hledal* světlo a vedení od Boha. Z toho vidíme jedno zřetelné: Půst se vyskytoval tam, kde se objevila nějaká lidská nouze: v situacích ohrožení, nejistoty, viny, tápání a hledání...

Také Pán Ježíš se postil, když měl začít svou veřejnou činnost. O půstu také vyučoval, jak jsme slyšeli, a v postní praxi pokračovala i první církev (např., když hledala misionáře Sk, 13,2). O svých postech hovoří také i ap. Pavel (2K 6,5; 11,27).

Tato malá procházka Bibli nám tedy může napovědět, kdy se půst věřícímu člověku jakoby nabízí. Mohou to být např. chvíle závažného rozhodování, v touze po Božím vedení. Může to být v situacích, kdy pociťujeme nějaké závažné nebezpečí a vyprošujeme si Boží pomoc a ochranu. Půst ... pokání, hledání Boha?

Jak se postit a nepostit

Začněme tím, co půst není

Půst není automat na Boží požehnání

Izraelci dob Izajášových upadli do jednoho závažného bludu. Mysleli si totiž, že Boží požehnání si zajistí náboženskými rituály. V našem případě konkrétně také – půstem. Na půstu samém nebylo samozřejmě nic zlého. Ba právě naopak. Ale Izraelci ve své povrchnosti očekávali, že jim Bůh požehná pro jejich půst a zachovávání svátků a přinášení obětí, aniž by Boha srdcem ctili a poslouchali. Ponížili tak Boha na bůžka, jemuž stačí úlitba, aby byl spokojen a příznivě nakloněn.

A velmi se diví, že to tak nefunguje: „*Den co den se mne dotazují, chtějí poznat moje cesty jako národ, jenž koná spravedlnost a rád svého Boha neopouští; na spravedlivé rády se mě doptávají, chtějí by mít Boha blízko. Proč se postíme, a nevšímáš si toho? Pokořujeme se, a nebereš to na vědomí*“ (Iz 58,2-3). Vidíme tu záludnost? Ti Izraelci neřekli Pánu Bohu: ‘My o tebe nestojíme’. Chtěli mít Boha blízko. Stáli o jeho přízeň. Ale nepochopili cestu, jak být Bohu blízko. Ustrnuli na vnějších projevech zbožnosti, ale nepronikli k jádru, jímž je důvěra, poslušnost, závislost na Pánu Bohu. Půst (a jiné náb. úkony) jim nahradil osobní oddanost Bohu. Půst, který jim měl pomoci se před Pánem Bohem pokorit a soustředit se na něj, zcela promarnili. Scvrkl se jim na pouhé zřeknutí se jídla. Namísto, aby se soustředili na Pána Boha, hověli si – v čase půstu – vlastním zálibám a dokonce tvrdosti vůči druhým lidem (v. 3b).

Prorok o nich praví, že se nepostí za tím účelem, aby byl jejich hlas slyšet na výšině. Tedy, nepostí se, aby pozvedli svou mysl, srdce i hlasy k Bohu. Bůh v jejich postu nehraje žádné místo. Nejde jim o Boha, o to, aby mu byli blíže. Jde jim o sebe, o svůj prospěch a požitek. A Boha potřebují akorát k tomu, aby jim projevil svou přízeň.

Tak to je jedna věc, o čem půst není a nemá být. Půst není automat na Boží požehnání. Bez pokory a poslušnosti Pánu Bohu je půst jen prázdným gestem.

Půst není vystavování se na odiv

Nyní jsme slyšeli o nebezpečí snažit se dělat půstem dojem na Boha. Pán Ježíš navíc varuje před snahou dělat půstem dojem na lidi: „*Když se postíš, potřij svou hlavu olejem a tvář svou umyj, abys neukazoval lidem, že se postíš, ale svému Otci, který zůstává skryt*“ (Mt 6,17-18). To byla doména farizeů dob Ježíšových. Ti se někdy postili okázale, aby každý viděl, jak jsou zbožní a tak je také ctili.

Půst tedy není výkonnostní náb. sport, kterým bychom mohli dělat dojem na Boha či na lidi. Čím tedy půst je.

Půst je zřeknutí se sebe a otevření se Bohu a jeho věcem

Když jsme četli to Izajášovo pojednání o půstu, jistě jste si povšimli, že se vůbec nevěnuje tomu, kdy se postit, jak často, jak dlouho, čeho se zříkat. Nepojímá téma půstu po technické stránce. Ta je konec konců podružná. Nejedná se

mu o formu, ale o podstatu půstu, jeho správnou cestu.

Nejde tu v první řadě o zřeknutí se jídla, ale o **zřeknutí se sebe sama**, aby Pán Bůh mohl přijít ke slovu a k činu. Půst nemá působit na Boha, aby nám něco seslal, aby se stal nějak „povolnějším“. Půst má naopak působit na nás, je to zvláštní příležitost, kdy se může a má stát něco nového s námi a v nás. Jde o zvláštní nástroj, který nám pomáhá vyprázdnit se, upozadit se, aby nás mohly naplnit věci a myšlenky Boží, aby nás nově zformovaly.

To vidíme velice jasně na slovech proroka, adresovaných tehdejšími Izraelcům. V jejich případě se měl pravý půst projevat např. tím, že lidé nebudou utiskovat nuzné (což dělali) a naopak jim v milosrdenství otevřou náruč (což nedělali).

Pravý půst se tak nepoměřuje podle množství chodů, které vynecháme, nebo podle počtu postních hodin či dokonce dnů. Pravý, úspěšný půst se poměřuje podle toho, jestli nám pomohl být otevřenější Bohu – Pomohl nám půst k tomu, abychom byli lepšími manželi, rodiči? Abychom byli méně zlostní či méně arogantní? Abychom spoléhali méně na sebe a více na Boha? Abychom si více zamilovali Boha a jeho cesty? Pokud ano, postili jsme se správně, a Pán Bůh nám požehná.

A tak, i když spojujeme půst s nějakou konkrétní naší nouzí a potřebou (/třeba při důležitém rozhodování, či v nějakém ohrožení), prvořadě v něm nemají být naše zájmy, ale Bůh má být naším zájmem. Postíme se a modlíme třeba za to, aby nám Pán Bůh pomohl vyřešit nějakou těžkou situaci, ale zároveň nám při tom jde o to cele se podřídit Bohu a napravovat svoje nedostatky. V pravém a užitečném půstu, ať už jej budeme podstupovat z jakéhokoliv důvodu, by nemělo chybět naše pokání a touha narovnat své cesty s těmi Božími. Pak nám bude moci Pán Bůh požehnat i v těch těžkostech, kvůli kterým se postíme.

A zaslíbení pravého půstu, totiž půstu se správným postojem, nejsou ledajaká! „*Tedy vyrazí jak jitřenka tvé světlo a rychle se zhojí tvá rána. Před tebou půjde tvá spravedlnost, za tebou se bude ubírat Hospodinova sláva. Tehdy zavoláš a Hospodin odpoví, vykřikneš o pomoc a on se ozve: Tu jsem! ...Hospodin tě povede neustále, bude tě sytit i v krajinách vyprahlých, zdatnost dodá tvým kostem; budeš jako zahrada zavlažovaná, jako vodní zřídlo, jemuž se vody neztrácejí*“ (Iz 58,8-10.11).

Správný půst tedy přináší Boží požehnání. Ale ne tak, že by půst sám o sobě přinášel požehnání, není to žádný automat. Ale požehnání nese blízkost Boží, k níž nám smí být i půst nápomocí. A blízkost Boží znamená světlo, pomoc a nasycení.

Proč půst? Nestačí modlitba?

Může nás tu však napadnout otázka. Ale proč vlastně půst? Cožpak Pánu Bohu nestačí třeba naše modlitba, náš průběžný zápas o poslušnost Bohu? Proč se ještě navíc něčeho odříkat? Půst nám však pomáhá jaksí zintenzivnit naše očekávání na Pána a naši odevzdanost jemu. Je to podobné jako např. se křtem či VP. Proč nořit někoho do vody, proč chléb a víno? Nestačí slovo Pána Ježíše? Stačí, ale fyzická zkušenost ponoření či pokropení, nebo přijímání chleba a vína nám pomáhají intenzivněji prožít smysl toho všeho. Tak podobně i půst – tou fyzickou zkušeností odříkání se něčeho nám může pomoci více pochopit a prožít naši naprostou vydanost Bohu. Pro Pána Boha se (načas) zříkám i toho, na čem závisí můj život a dávám tím najevo, že jen Bůh sám je mi chlebem života.

Praktické

- Půstem se míní většinou půst od jídla; ale pro někoho může stát za úvahu i půst od jiných věcí – televize, počítače, internetu...Může to být vhodným doplněním půstu a také dobrou alternativou pro ty, komu se ze zdravotních důvodů postit od jídla nedoporučuje (např. cukrovkáři)

- Kdo se postí poprvé či jen občas: začít raději s méně náročným půstem (např. jen od oběda). Netřeba při půstu „padat na ústa“. Praxí si pak každý najde svou zdravou míru.

- Na půst není žádný předem daný „must“. Nenechme se svazovat tím jak se postí druzí. Pokud někdo vydrží déle a my méně, neznamená to, že se postíme hůře a on lépe. Pamatujme na to, že půst nás nemá zabít. Rozhodující je vždy postoj srdce a ne délka a náročnost půstu.

- Půst od tekutin se nedoporučuje příliš dlouhý. Voda tělu schází mnohem dříve než jídlo. Většinou se doporučuje při půstu pít (raději však ne kávu ani alkohol, spíše třeba džus).

- Je žádoucí, abychom v čase půstu měli nějaký čas na soustředění, modlitby a rozjímání. Pokud si nenajdeme chvíli k zastavení, nejspíš nám zbude jen rozmrzelost z hladu. Proto bývá výhodou postit se ve dnech pracovního volna. Půst v pracovní den, kdy se mnozí nezastaví až pozdě večer, může být problematický. Přesto ani všední dni nejsou pasé. Mohou tu být chvíle ranní či večerní, byť třeba krátké, nebo je možné mít chvíli soustředění v předvečer postu či v jeho závěru atd.

- Do půstu je žádoucí jít připraven. Je dobré si dopředu zformulovat, proč do půstu jdu a co od něj očekávám.

Závěr

Půst – věc u nás sice ne příliš často zmiňovaná, ale přece plně biblická a užitečná. Není to však nějaká magická praktika, zaručující nám splnění snů a přání. Je to nástroj, který nám může pomoci soustředit se více na Boha než na sebe. K takovému půstu nás motivují i zaslíbení o Božím požehnání. Přemýšlejme, zda to není – alespoň občasná výzva i pro nás.

AMEN

Neděle 11.3.07 M. Žemlička