

PÔSTNE OBDOBIE

PREDNÁŠKA VEĽKÝ SLAVKOV, MLYNICA 9.3.2014

Milan Ferencík

Úvod

PÔSTNE OBDOBIE

Pôst v širšom slova zmysle je odriekanie sa dovolených i nedovolených pôžitkov z dôvodov mravných a asketických. V súčasnej dobe pôstny poriadok v Cirkvi je veľmi mierny oproti stredovekej praxi, keď kajúnci zachovávali veľmi prísny pôst. Dni pôstu určuje pôstny poriadok.¹ Každý, kto dovršil 21. rok života a až do 59. roku svojho veku, je povinný postiť sa, čiže len raz za deň sa dosýta najesť. Od pôstu a od zdržovania sa mäsitého pokrmu ospravedľuje napr. nemoc, ťažká práca, tehotenstvo... Zdržovať sa mäsa je povinný ten, kto završil 14. rok života. Zdržujeme sa nie len mäsa, ale aj výťažkov z mäsa, mäsových výrobkov (hovädzia polievka, oškvarky, masť...)²

Pôstne obdobie je zamerané na Veľkú noc; veď pôstna liturgia pripravuje na slávenie veľkonočného tajomstva jednak katechumenov rozličnými stupňami uvádzania do kresťanskeho života, jednak veriacich tým, že im pripomína krst, ktorý prijali a pobáda ich na pokánie.³

Pôstne obdobie trvá od Popolcovej stredy až do začiatku omše vo Štvrtok Pánovej večere. Tohto roku to je od 5. februára. – 20. apríla 2014. Od začiatku Popolcovej stredy až po Veľkonočnú vigíliu sa nehovorí A l e l u j a. Na Popolcovú stredu, ktorá je všade dňom pôstu,⁴ udeľuje sa popolec. Popolec je po Hebr. *Ēpēr*, najobvyklejší termín k označeniu jemného popola. V NZ sa používal termín *spodos*, označuje popolec používaný pri smútku (Mt 11,21; Lk 10,13) alebo v rámci rituálneho očisťovania (Hebr 9,13).⁵

Pôstne obdobie je tiež časom očistenia a odpustenia s cieľom znovu nájsť stratenú jednotu. Niektoré náboženstvá alebo mystiky ho používajú za tým účelom, aby sa duša oslobodená od ťarchy tela mohla vzniesť do nebeských výšin, kde duch nájde – získa si pokoj, po ktorom túži. Kresťanská askéza ponúka skrz Božie odpustenie zjednotenie ľudskej bytosti – tela, duše a ducha – v spojení lásky s Bohom a so svojimi bratmi a sestrami.⁶

¹ CIC - 1983, kan. 1252, Zákon zdržovania sa mäsa zaväzuje tých, ktorí dovršili 14 rok života; zákon pôstu však zaväzuje všetkých plnoletých až do začatia 60-teho roka života. Duchovní pastieri a rodičia sa však majú starať, aby aj tí, ktorí pre maloletosť nie sú viazaní zákonom pôstu a zdržiavania sa mäsa, boli vychovávaní k pravému zmyslu pokánia.

² MALÝ TEOLOGICKÝ SLOVNÍK, Bratislava 1989, s. 368.

³ VSLR, 27.

Porov. Druhý vatik. Koncil, konšt. O posv. Liturgii *Sacrosanctum Concilium*, č. 109.

⁴ Porov. Pavol VI., apošt. konšt. *Paenitemini*, 17. febr. 1966, II. § 3: AAS 58 (1966) s. 184.

⁵ Porov. NOVÝ BIBLICKÝ SLOVNÍK s kol., *Návrat domů*, Praha 1996, s.797.

⁶ Porov. ZMYSEL PÔSTU, *Elisabeth a Dominiqne Lemaitre*, Serafín, Bratislava 1998, s. 8-9.

2 NEDELNÉ ČÍTANIA

PÔSTNE ČÍTANIA

Pôstne čítania.⁷ V tomto roku sa používa nedeľný lekciónár v Roku A, a feriálny lekciónár II. na Pôstne obdobie.⁸ V liturgii hodín na posvätenie času sa klerici a Bohu zasvätené osoby modlia Žalmy a posvätné čítania z 2. zväzku breviára.⁹ Počas celého obdobia sa používa liturgické rúcho farby fialovej. Liturgia však dovoľuje na 4. pôstnu nedeľu použiť liturgické rúcho farby ružovej. V Advente je to 3. adventná nedeľa, v pôste 4. nedeľa. Farba ružová, ako farba radosti.

KVETY A ZVUK ORGÁNA

V pôstnom období sa zakazuje zdobiť oltáre kvetmi a hudobné nástroje sa dovoľujú používať len na udržanie a sprevádzanie spevu, čo zodpovedá kajúcemu rázu tohto obdobia.¹⁰ Treba však podporovať a duchom liturgie naplniť tie pobožnosti, ktoré sú zvlášť vhodné na Pôstne obdobie, ako je napríklad **Krížová cesta**, aby sa tak myseľ veriacich ľahšie priviedla k sláveniu Kristovho veľkonočného tajomstva.¹¹

MYŠLIENKY K LITURGICKEJ SPIRITUALITE

Na začiatku Pôstneho obdobia Cirkev nás slovami Ježiša Krista: „Kajajte sa verte evanjeliu“¹² vyzývala na pokánie. V evanjeliu svätého Matúša je táto výzva spojená s myšlienkou priblíženia sa nebeského kráľovstva. Uveriť evanjeliu znamená vlastne prijať nebeské kráľovstvo. Pokánie je podmienkou toho, aby sme sa stali schopnými prijať Boha. Patrí to k podstate kresťanstva. Skutky apoštolov jednou vetou opisujú kresťanstvo takto: „Boh aj pohanom daroval pokánie, aby mali život.“¹³

3 POPOLEC

Vrátim sa ešte k myšlienke Popolcovej stredy.

POPOLEC AKO PRIPOMIENKA POMINUTEĽNOSTI

„Pamätaj, že prach si a na prach sa obrátiš. Tradičný obrad udeľovania popolca, ktorý sa dnes opakuje, je vždy výrečný, takisto ako sprievodné slová. Svojou jednoduchosťou nám pripomína pomínelosť pozemského života - všetko sa raz pomíne a my zomrieme. Sme pútnikmi na tomto svete, pútnikmi, ktorí nesmú zabudnúť

⁷ Porov. Všeobecné Smernice Lekcionára, s. 83.

⁸ Pôstne obdobie, SSV 2003.

⁹ CIC - 1983, kan. 1174, §1, s. 435, Modliť sa liturgiu hodín sú povinný klerici podľa kán. 276. A členovia inštitútov zasväteného života, ako aj spoločností apoštolského života podľa svojich stanov. A §2 hovorí: Aj ostatní veriaci sú podľa okolností nástojčivo pozývaní, aby sa zúčastňovali na liturgii hodín ako na úlohe Cirkvi.

¹⁰ DIREKTÓRIUM pre omše a liturgiu hodín na rok Pána 2003, SSV Trnava 2002, s. 131.

¹¹ Porov. Obežník Kongregácie pre bohoslužbu *O príprave a slávení veľkonočných sviatkov* zo dňa 16.1.1988, body 9 - 14.

¹² Mk 1,15.

¹³ Mt 11, 18.

na svoj pravý a konečný cieľ - nebo. Naozaj sme prachom a na prach sa obrátime, no napriek tomu sa všetko nekončí. Pre človeka, stvoreného na Boží obraz a podobu, je pripravený večný život, ktorého bránu otvoril Ježiš pre každé ľudské stvorenie, keď zomieral na kríži.

Celá liturgia Popolcovej stredy nám pomáha sústrediť sa na túto základnú pravdu viery a povzbudzuje nás, aby sme sa odhodlane vydali na cestu osobnej obnovy. Musíme zmeniť spôsob myslenia i konania, uprieť pohľad na ukrižovaného Krista a urobiť z jeho evanjelia každodenné životné pravidlo. Obráťte sa a verte evanjeliu - nech je naším programom v pôstnom období, do ktorého vstupujeme v ovzduší modlitby a načúvania Ducha.

Obiad sypania popola na hlavu v prvý pôstny deň sa praktizoval už od 8. storočia. Pôvodne to bol obrad vyhradený len pre veľkých a verejných hriešnikov, ktorí v tento deň začínali svoju cestu pokánia. Vstupovali do chrámu bosí, zaodetí vrecovinou a sypali si na hlavu popol. Neskôr podobným spôsobom začínali svoje pokánie nielen verejní kajúnci, ale aj ostatní veriaci a sypanie popola na hlavu sa stalo všeobecným symbolom rozhodnutia nastúpiť na cestu pokánia. V 10. a 11. storočí bol už tento obrad udomácnený v mnohých oblastiach západnej Európy. Koncil v Benevente v roku 1091 ho zaviedol pre celú Cirkev, pričom sypanie popola na hlavu sa nahradilo značením na čelo¹⁴.

„Bdejte a modlite sa, aby ste neprišli do pokušenia! Duch je síce ochotný, ale telo slabé.“¹⁵ Nechajme sa týmito Pánovými slovami viesť v rozhodnom úsilí o obrátenie sa a duchovnú obnovu. V každodennom živote sme vystavení riziku pohltienia starosťami a hmotnými záujmami. Pôstne obdobie je dobrou príležitosťou na obnovu skutočnej viery a na nové upevnenie vzťahu s Bohom, ako aj na veľkodušnejší evanjeliový zápal. Prostriedky, ktoré máme k dispozícii, sú stále tie isté, ale počas týchto týždňov ich musíme častejšie používať. Ide o modlitbu, pôst a pokánie, ako aj o almužnu, teda podelenie sa o to, čo máme, s tými, čo sú v núdzi. Osobná cesta askézy sa niekedy zdá tvrdá vzhľadom na sekularizované prostredie, ktoré nás obklopuje, ale práve preto naše úsilie musí byť silnejšie a rozhodnejšie.“¹⁶

¹⁴ Gréckokatolíci (*byzantského obradu*), ktorí sa pridriavajú gregoriánskeho kalendára, začínajú Veľký štyridsaťdňový pôst o dva dni skôr ako rímskokatolíci (*latinského obradu*). Svätá štyridsiatnica sa začína už v pondelok (tento rok 4. februára) a trvá do piatku pred Lazárovou sobotou. Do štyridsiatich dní pôstu počítajú gréckokatolíci aj soboty a nedele (*zatiaľ čo rímskokatolíci nedele nepočítajú*). Pôst je obdobím, keď sa má veriaci usilovať o obrátenie, zmenu zmýšľania, má rozjímať nad svojím životom, plakať nad svojimi hriechmi. Na rozjímanie a sprítomnenie Kristovho spásonosného utrpenia je vyhradený až Veľký týždeň. Tieto skutočnosti sa odrážajú aj v bohoslužobnom živote byzantskej cirkvi - v stredy a piatky sa slúži liturgia vopredposvätených darov. Pri nej sa veriacim rozdeľujú vopred posvätené eucharistické dary; bohoslužba nemá anaforu (eucharistický kánon) ani premenenie svätých darov. Je to bohoslužba s najsilnejšie vyjadrenou eucharistickou úctou v byzantskom obrade. Zároveň, na rozdiel od liturgie sv. Jána Zlatoústeho či sv. Bazila Veľkého, obsahuje mnoho kajúcich prvkov - najmä hlbokých poklôn.

¹⁵ Mt 26,41.

¹⁶ <http://www.homilly-servise.sk/myslienky>

Porov. <http://www.katnoviny.sk>

4 POKÁNIE

Z HISTÓRIE

V Učení Dvanástich apoštolov (*Didascalia apostolorum*) zo začiatku 3. storočia sa odporúča 1-2-dňový pôst (alebo 40-hodinový pôst) pred krstom a 2-3-dňový pôst pred Veľkou nocou. Z tohto krátkeho pôstu sa postupne vyvinul 40-dňový pôst, ktorý odporúča veriaci už na začiatku 4. storočia sv. Atanáž (296-373), biskup z Alexandrie i sv. Cyril Jeruzalemský (315-386). Číslo 40 malo posvätný význam: Ježiš Kristus sa postil 40 dní pred svojím verejným vystúpením (Mk 1,12; Mt 4, 1-11), 40 dní pokrývala voda zem počas potopy sveta, 40 dní sa postil Mojžiš na vrchu Sinaj, 40 dní putoval prorok Eliáš k jaskyni na vrchu Horeb, kam k nemu prišiel Boh, 40 dní putoval Ježiš na púšti a podobne.

Začiatkom 5. storočia sv. Maximus, turínsky biskup, zaviedol trojtýždňovú predpôstnu prípravu. Tri nedele pred pôstom sa volali: [**Septuagesima** (70. deň pred Veľkou nocou - táto nedeľa bola u nás známa pod menom „Deviatnik“), **Sexagesima** (60. deň) a **Quinquagesima** (50. deň)]. Spolu so 40-dňovým pôstom tvorili 70-dňovú prípravu, symbolizujúcu 70 rokov babylonského zajatia. Pápež Gregor I. Veľký (590-604) vytvoril pre tieto dni osobitné prosebné modlitby]. Pápež Alexander III. (1159-1181) nariadil, aby sa spev „Alleluja“ - podobne ako v 40-dňovom pôstnom období - nahradili invocáciou **Laus tibi Domine, Rex aeternae gloriae** (*Chvála Ti Kriste, Kráľ večnej slávy*). V roku 1969 boli tieto liturgické zvláštnosti zrušené a všetky tri nedele boli preradené do cyklu nediel „cez rok“.

VÝZVA K POKÁNIU

Pôst, pokánie. Pôst je časom, kedy kňazi často vyzývajú veriacich k zamysleniu sa nad sebou, nad svojím spôsobom života. Často pripomínáme, aký bude Pôst, taký požehnaný bude čas Veľkej noci. Ako tvrdo budeme pracovať na odstraňovaní svojich nedostatkov, taká nám bude daná odmena v naplnení nášho srdca pokojom, šťastím a láskou zo Zmŕtvychvstalého Krista.

Pôst nás vyzýva k bedlivosti a modlitbe, k stíšaniu sa a pokániu, k očisteniu srdca. Slovo **pokánie** musí znovu nadobudnúť svoj pozitívny zmysel, ktorým je vnútorné obrátenie sa a nepretržité obrátenie sa k Bohu.

V Starom Zákone sa slovom „pokánie“ prekladali dva výrazy: *nāham* = ľutovať, zmeniť zmýšľanie a *šûb* = obrátiť sa, vrátiť sa. Výzva k pokániu na strane človeka predstavuje volanie k návratu (šûb) a k obnove zmluvnej závislosti stvorenia na Stvoriteľovi. V Novom Zákone sa slovom „pokánie“ prekladajú výrazy: *metaoeō* a *metamelomai*. V gréčtine obvykle znamenajú „zmena mysle“, teda i „ľutovať, pociťovať výčitky“ (nad dávnejším postojom či názorom). V Novom Zákone pokánie nie je len pocit ľútosti, alebo zmena spôsobu zmýšľania, ale úplný zvrät, totálne premena základnej motivácie a zmierenie v živote. Preto prekladáme za najlepší preklad *metaoeō* termínom „obrátiť sa“ OBRÁTENIE. Ježišove výzvy k pokániu nie sú len výmyslom predstaviteľov Cirkvi, ako si mnohokrát príležitostní veriaci vysvetľujú, ale má hlboký význam a zmysel.¹⁷

¹⁷ MALÝ TEOLOGICKÝ SLOVNÍK s kol., s. 792-793

K pokániu úzko patrí pokora. Dôležitosť tejto čnosti pramení zo skutočnosti, že predstavuje súčasť Božieho charakteru. Všade, kde sa táto vlastnosť vo Svätom Písme spomenie, dostáva sa jej chvály¹⁸ a na tých, ktorí ju majú, Pán často vylieva svoje požehnanie. Pokoru, samozrejme, ako všetky ostatné čnosti možno predstierať. Cez všetky prejavy pokory sa falošní učitelia v skutočnosti opájali pocitom vlastnej dôležitosti. Svoj vlastný špekulatívny systém stavali proti Bohu, čím popierali práve to, čo svojím asketizmom zdanlivo hlásali. Pavol čitateľov pred touto pseudopokorou varuje a nabáda k tomu, čo je opravdivé a hodnotné.¹⁹

Názvy: sv. obrátenia, sv. pokánia, sv. svätej spovede, sv. odpustenie, sv. zmierenia.

Vnútorne pokánie: pôsty a umŕtvovania, ale obrátenie srdca a vnútorné pokánia. Toto obrátenie srdca sprevádza spasiteľná bolesť a spasiteľný zármutok, ktoré nazvali *animi cruciatus* (trýzeň duše) *compunctio cordis* (skrúsenosť srdca).²⁰

Rôzne formy : pôst, modlitba, almužna, Eucharistia a pokánie, čítanie Sv. písma, Kajúce dni, hlboké poníženie.

„Trojica slov: pôst, almužna a modlitba v spojení s ostatnými každodennými formami pokánia, ktoré si vyžaduje život, alebo ktoré sme si zvolili dobrovoľne, vyjadruje nielen určité činnosti: akt pokánia, skutky milosrdenstva a úkon zbožnosti, ale dokazuje aj previazanosť nášho života s Bohom v samotnom spôsobe existencie veriaceho človeka.“²¹

Modlitba, pôst a almužna ako skutky milosrdenstva sú od samých začiatkov kresťanstva úzko navzájom späté a sú súčasťou povinností, ktoré sa ukladajú kajúcnikom v období Veľkého pôstu.²²

„Ak stratíme zmysel pre hriech, stratíme zmysel pre solidaritu.“²³

PREČO PÔST, MODLITBA, ALMUŽNA?

Pôst sám o sebe neznamená nič, ak nie je posvätený. Pôst nie je cieľom samým o sebe ani prostriedkom, ale stavom závislosti, v ktorom túžime stretnúť sa s Bohom.

Tri neoddeliteľné rozmery pokánia:

- pôst, striedmosť
- modlitba, bdenie
- milosrdenstvo, almužna

Trom neoddeliteľným rozmerom pokánia zodpovedajú tri veľké zlé náklonnosti:

- chlipnosť
- pýcha
- chamtivosť

¹⁸ Napr. Prís 15,33; 18,12.

¹⁹ MALÝ TEOLOGICKÝ SLOVNÍK s kol., s. 794

²⁰ Porov. KKC, SSV Trnava 1998, čl. 1431, s. 366.

Porov. TRIDENSKÝ KONCIL, 14. zasad., *Doctrina de casramento Paenitentiae*, kap. 4: DS 1676-1678;

Taktiež, 14. zasad., *Canones de sacramento Paenitentiae*, kán. 5: DS 1705; *Catechismus Romanus*, 2, 5, 4: vyd. P. RODRÍGUEZ (Città del Vaticano – Pamplona 1989), s. 289.

²¹ EXORTÁCIA K POKÁNIU, JÁN PAVOL II.

ZMYSEL PÔSTU, s. 12.

²² ZMYSEL PÔSTU, s. 14.

V posledných rokoch bol pôst, almužna, modlitba a pokánie témou viacerých prednášok: či to už bolo na synode biskupov v r. 1971 alebo na medzinárodnom eucharistickom kongrese v Lurdoch v r.1981, na synode o zmierení a pokání v r. 1983 alebo v čase apoštolskej exhortácie pápeža Jána Pavla II. o zmierení a pokání...

²³ ZMYSEL PÔSTU, s. 19.

Tieto tri náklonnosti dnešného sveta predstavujú takisto aj tri pokúšania, ktorým bol vystavený Ježiš na púšti.²⁴

- **pokúšanie tela**, túžba po hojnosti.²⁵
- **pokúšanie duše**, pýcha, pozemská sláva.²⁶
- **pokúšanie ducha**, ukázal všetky kráľovstvá sveta.²⁷

Tieto tri veľké zlé náklonnosti nachádzame vo chvíli dedičného hriechu, a ony dnes ovládajú svet, svet, v ktorom chce diabol budovať svoje kráľovstvo.²⁸

Po krátkom rozhovore so ženou jej diabol o strome poznania dobra a zla povedal:

„V deň, keď budete z neho jesť, otvorí sa vám oči a vy budete ako Boh“²⁹

Pokúšanie tela: *budete z neho jesť.*

Pokúšenie duše: *otvorí sa vám oči.*

Pokúšenie ducha: *budete ako Boh.*

- **jedia**: prvý hriech, ktorý má za následok všetko ostatné, je hriech týkajúci sa tela.

- *Spoznali, že sú nahí*: hanbili sa za svoju nahotu a zošili si figové listy, lebo si uvedomili, že ich ovláda telesná túžba.

- **otvorí sa obom oči**: skôr než muž a žena okúsili ovocie zo stromu poznania dobra a zla, necítili nijakú hanbu za svoju nahotu, pretože nič nebolo pre nich nečisté. Telo, duša a duch boli Božím výtvorom a boli dobré; ale vtedy sa im oči otvorili.³⁰

- *Spoznali, že sú nahí*: znamená to, že nepoznali nič a diabol im predsa sľúbil, že budú poznať. Hanbili sa, že nič nevedia, postupne sa do nich vkrádala pýcha.

- **bál som sa**: Adam, ktorý sa predtým bez strachu prechádzal po raji, po hriechu sa začal Boha a svojich blízkych báť.

- *Lebo som nahý*: nahota zasahuje úplne celú bytosť, telo, ducha a dušu. Po hriechu Adam zistil, že je nahý. Zistil, že už nie je, že už nemá nič. Všetko stratil, keď stratil dôveru v Boha, svoj vzťah s Bohom.

PÔST KREŠŤANA

Niektorí sa postia, aby si posilnili vôľu, iní zasa aby vyzerali asketickí – dobre kresťanskí. Kresťania sa však postia z **lásky**. Preňho je podstatné milovať a askéza je jedným z prostriedkov, ako milovať Boha a svojich bratov a sestry.

²⁴ Porov. Mt 4,1.

²⁵ Mt 4,3. „Ak si Boží Syn, povedz, nech sa z týchto kameňov stanú chleby.“

Ježiš: „Nielen z chleba žije človek, ale z každého slova, ktoré vychádza z Božích úst.“ (Mt 4,4; Dt 8,3.)

²⁶ Mt 4,6; Ž 91, 11-12. „Ak si Boží Syn, vrhni sa dolu, veď je napísané: „Svojím anjelom dá príkaz o tebe a veznú ťa na ruky, aby si si neuderil nohu o kameň.“

Ježiš: „Nebudeš pokúšať Pána, svojho Boha.“ (Mt 4,7; Dt 6,16.)

²⁷ Mt 4,9. „Toto všetko ti dám, ak padneš predom mnou a budeš sa mi klaňať.“

Ježiš: „Odíď, satan, lebo je napísané: „Pánovi, svojmu Bohu, sa budeš klaňať a jedine jemu budeš slúžiť.“ (Mt 4,10; Dt 6,13.)

²⁸ ZMYSEL PÔSTU, s. 29.

²⁹ Gn 3,5.

³⁰ „A ako si niekto zväčšuje vedomosti, tak si zväčšuje aj bolesť.“ (Kaz 1,18).

Kresťan dodržiava pôst už oddávna. Keďže táto prax stratila svoj skutočný zmysel a nahradila ju askéza podľa cirkevných predpisov, postupne upadala do zabudnutia; v dnešnej dobe sa však zdá, že Cirkev prežíva svoje znovuzrodenie.

Spôsob, ako prežívať pôst, prevzal kresťan od svojho židovského brata: je radostnou odpoveďou na výzvu Boha, vyslovenú ústami prorokov:

*A nie toto je pôst,
aký som si vyvolil:
Lámať hladnému svoj chlieb,
bedárov bez prístrešia zaviesť do svojho domu?
Ak vidíš nahého, zaodej ho,
a pred svojím blížnym sa neskrývaj?³¹*

Cirkev pôst odporúča už od prvých storočí a zaraďuje ho ku skutkom lásky k blížnemu, ako rozdelenie sa s ním. A to sa stane základnou myšlienkou cirkevných otcov: **postíme sa, aby sme dávali.**³²

„Pôst je za týchto okolností vynikajúcim činom, radostným a Pánovi milým.“³³

PÔST NA ZNAK SMÚTKU

Pôst na znak smútku, je to pôst na Veľký piatok. V Starom zákone sa s ním stretávame často. Milovaný človek sa nám stratil pred očami, všade ho hľadáme, neustále ho bedlivo očakávame a naše telo sa zúčastňuje na tomto bdení. Postíme sa, lebo ho nevidíme. Postil sa však Ježiš, keď bol uprostred svojich učeníkov?³⁴

VNÚTORNÉ POKÁNIE

„Upretým zrakom hľadme na Kristovu krv a bolesť, a spoznajme, aká je vzácna Bohu jeho Otcovi; vyliata na našu spásu celému svetu priniesla milosť pokánia.“³⁵

Ako už u prorokov, Ježišova výzva na obrátenie a pokánie sa nevzťahuje predovšetkým na vonkajšie skutky, na „vrece a popol“, na pôsty a umŕtvovania, ale na **obrátenie srdca, na vnútorné pokánie**. Bez neho skutky pokánia zostávajú neplodné a klamné; naproti tomu vnútorné obrátenie pobáda k tomu, aby sa tento postoj prejavil vo viditeľných znakoch, v úkonoch a skutkoch pokánia.³⁶

Vnútorné pokánie je radikálne preorientovanie celého života, návrat, obrátenie sa k Bohu celým srdcom, zanechanie hriechu, odvrátenie sa od zla spojené s odporom k zlým skutkom, ktorých sme sa dopustili. Zároveň zahŕňa v sebe túžbu a rozhodnutie zmeniť život s nádejou na Božie milosrdenstvo a s dôverou v pomoc Božej milosti.³⁷

³¹ Iz 58,7.

³² Porov. ZMYSEL PÔSTU, s. 9-10.

³³ Pastier, Hermas.

³⁴ ZMYSEL PÔSTU, s. 14.

³⁵ SVÄTÝ KLEMENT RÍMSKY, *Epistula ad Corinthis*, 7, 4: SC 167, 110 (FUNK 1, 108).

³⁶ KKC, čl. 1430, s. 365.

Porov. Joel 2,12-13; Iz 1, 16-17; Mt6, 1-6. 16-18.

³⁷ KKC, čl. 1431, s. 366.

5 ZA POKÁNIE - ODPUSTENIE

ODPUSTENIE

V Starom zákone sa odpustenie nepokladá za samozrejmosť. Odpustenie je treba prijímať s vdáčnosťou, s posvätnou bážňou a úžasom. Niekedy je odpustenie spájané so zmierením, uzmierením. K odpusteniu teda môže dôjsť len preto, že Boh je Bohom milosti. Boh vo svojom odpustení rozlišuje – „vinníka nenechá bez trestu.“ Ak má byť človeku prepáčené, musí konať pokánie.

V Novom zákone zvesť o odpustení sa vyjadruje pomocou dvoch slovies. A to *chrizomai* – zachádzať s niekym milostivo a *afiēmi* – odoslať, uvoľniť. Niekedy aj podst. meno – *afesis*, prepáčenie, odpustenie.

Existujú ešte dva výrazy: *apolyō*, odpustiť „odpušťajte a bude Vám odpustené“ a *paresis*, prepáčiť.

NZ vysvetľuje niekoľko skutočností. Predovšetkým to, že hriešnik, ktorému bolo odpustené, musí tiež prejavovať odpustenie, iným ich previnenie. Úprimná ochota odpúšťať druhým svedčí o tom, že sme skutočne robili pokánie. Tento postoj pramení z toho, že Kristus najprv odpustil nám a my by sme mali nasledovať jeho príklad, a odpúšťať, ako odpúšťal on. Odpustenie teda spočíva na Kristovom vykupiteľskom diele. Znamená to, že je aktom milosti. Zo strany človeka sa znovu a znovu vyžaduje pokánie.³⁸

ODPUSTKY

Kto koná pobožnosť krížovej cesty pred riadne ustanovenými zastaveniami, môže získať za obvyklých podmienok úplné odpustky. Vyžaduje sa, aby sa pohyboval od jedného zastavenia k druhému a rozjímal o umučení a smrti Pána Ježiša. Ak sa koná pobožnosť verejne, stačí, ak sa pohybuje ten, čo vedie pobožnosť.

Tí, čo sa pre vážnu prekážku nemôžu zúčastniť na krížovej ceste, môžu získať tie isté odpustky, a to čítaním a rozjímaním o umučení a smrti nášho Pána Ježiša aspoň nejaký čas, napr. štvrt' hodiny. (Enchiridion indulgentiarum, 63).

Veriaci, ktorý sa v piatok v Pôstnom období pomodlí po prijímaní pred obrazom Ježiša Krista Ukrižovaného modlitbu *Dobrý a prelaskavý Ježišu*, môže získať za obvyklých podmienok úplné odpustky. (Enchiridion indulgentiarum, 22).³⁹

SPÁNOK KREŠŤANOV

Prežívame obdobie, ktoré nazývame obdobím veľkého pôstu. Toto obdobie je zamerané na Veľkú noc; veď pôstna liturgia pripravuje na slávenie veľkonočného tajomstva jednak katechumenov rozličnými stupňami uvádzania do kresťanského života, jednak veriacich tým, že im pripomína krst, ktorý prijali a pobáda ich na pokánie. Pokánie ako obrátenie sa k Bohu, alebo nasmerovanie na Boha. Návrat k Bohu, alebo dotyk s Božou svätosťou, prináša pravdu o človeku, prináša pravé poznanie ľudskej dôstojnosti, ale aj poznanie vlastnej hriešnosti. Poznanie hriešnosti nám spôsobuje mnohokrát strach a smútok duše. Človek, ktorý prežíva tieto stavy, vtedy potrebuje niekoho blízkeho ako oporu. Podobne ako Ježiš, keď ho začal prenikať „strach a zármutok“ zavolať si troch

³⁸ Z kázne zo dňa 14.3.2003 vo farskom kostole sv. Petra z Alkantary v Okoličnom, kázal: autor prednášky.

³⁹ DIREKTÓRIUM pre omše a liturgiu hodín na rok Pána 2003, s. 132-133.

apoštolov a povedal im: „Moja duša je smutná až na smrť. Ostaňte tu a bdejte so mnou!“⁴⁰ Kým sa však Ježiš modlil, ako vieme, učeníci pospali. Zaspali, keď ich podporu Ježiš najviac potreboval. Či aj my, kresťania, takmer po dvetisíc rokoch, istým spôsobom, tak ako učeníci, nespíme práve vtedy, keď je najviac potrebné bdieť?⁴¹ Getsemanská záhrada má pre nás ešte aj iný význam. Adam stratil svoju jednotu s Bohom v záhrade, náš Pán ju obnovil takisto v záhrade. Rajska a Getsemanská záhrada sú dve záhrady, okolo ktorých sa krúti osud ľudstva. V rajskej záhrade sa Adam schoval pred Bohom; v Getsemanskej záhrade sa Kristus prihováral k svojmu Otcovi; v raji hľadal Boh Adama v jeho hriechu vzbury; v Getsemanskej záhrade nový Adam vyhľadal Otca a dokonale sa mu odovzdal a podriadil. Táto scenéria odovzdania sa je obklopená nádychom tajomstva, ktoré žiadna ľudská myseľ nedokáže dostatočne preniknúť. V jeho mysli dominovalo niečo oveľa strašnejšie ako strach zo smrti. Na jeho srdci ležala ľarcha tajomstva hriechov sveta. Ľudia si tak zvykli na hriech, že si neuvedomujú jeho hrôzu. Apoštolov našiel trikrát spať. Ľudia, ktorí sa obávali boja proti mocnostiam temna, nemohli spať – ale títo spali. Ježišovi spôsobovala bolesť opustenosť a smútok zo vzbury proti Bohu. Na svete niet srdca, ktoré by neuvažovalo o sebe. Niet človeka, bez toho, aby nepoznal hrozné napätie, ktoré v jeho duši spôsobil hriech. Chyby sa nezmazávajú z pamäti samy od seba. Jas mladosti ich môže zatlačiť, ale prídu chvíle ticha, bezsenné noci, narušený pokoj, nevinná tvár dieťaťa – keď tieto hriechy ako príznak vypaľujú na našom svedomí znak ohňa. Svedomie sa domáha svojho času a niekde alebo niekedy predloží svoje tvrdé, nekompromisné svedectvo a hrôzou pohnutá duša pocíti, že by sa mala vrátiť k Bohu. Keď ich tretíkrát našiel spať, už ich nežiadal, aby s ním bdeli ďalšiu hodinu, povolenie spať bolo oveľa hroznejšie ako vyhorenie.⁴² A následky ...?

Prečo čakať a prosieť, keď tomu môžeme predísť svojím čnostným spôsobom života. Boh bol tak milosrdný svojou láskou k ľuďom v sviatostiach, že si ani nedokážeme uvedomiť ich sviatosťnú moc odpustenia. Preto naše nasmerovanie na Boha, nie len počas pôstu musí byť stále, skutočné a pevné.⁴³

MODLITBA

*Pán môj a Boh môj,
pod milujúcim zrakom našej Matky
ŕa chceme sprevádzať na bolesnej ceste,
ktorá sa stala výkupnou cenou nášho vykúpenia.
Chceme sa s tebou podieľať na všetkom, čo si vytrpel.
Chceme ti obetovať svoje úbohé srdce,
skrušené srdce, pretože ty nevinný zomrieš pre nás vinníkov.
Matka moja, Sedembolestná Panna Mária,
pomôž mi nanovo prežiť trpké hodiny,
ktoré chcel tu na zemi znášať tvoj Syn,
aby sme my, úbohé stvorenia z hrstky hlíny,
mohli dosiahnuť život in libertatem gloriae filiorum Dei,
v slobode a sláve Božích detí.⁴⁴*

⁴⁰ Mt 26,38.

⁴¹ NAŠA ORAVA - regionálny týždeník, *Medzi bohosslovcami – O Cirkvi teraz i potom*, Tvrdošín roč.5, č.13, vyšlo 8.4.1998. s. 5.

⁴² ŽIVOT KRISTA, *Fulton J. Sheen*, Dobrá kniha, Trnava 1998, s. 347 - 348.

⁴³ NAŠA ORAVA - regionálny týždeník, *Predpoklad plného prijatia Dobrej zvesti – Pokánie*, Tvrdošín roč.5, č.13, vyšlo 8.4.1998. s. 4.

⁴⁴ JOSEMARIA ESCRIVÁ, *Krížová cesta*, SSV Trnava 1995, s. 15.