



Už **18. februára** začíname pôstne obdobie. Možno sa pýtame: aký zmysel má pôstne obdobie? Keď počujeme slovo pôst, vyvoláva to v nás predstavu hladu. Na čo je dobré trápiť sa hladom? Avšak zmyslom tejto doby nie je predovšetkým hladovať, zmyslom tejto doby je konať pokánie.

A konať **pokánie** to znamená prijať obmedzenie, ktoré patrí k ľudskej prirodzenosti. A teda občas aj hladovať. Cirkevní otcovia svorne tvrdili, že prikázanie o pôste je tak staré ako sám svet.

Prvé prikázanie

, ktoré Boh dal ľuďom, bolo prikázanie postiť sa. (Gn 2,17). Už v raji bolo dané ľuďom prikázanie zdržanlivosti, aby nejedli zo stromu poznania dobra a zla. Nebolo to prikázanie absolútneho pôstu, pretože zo všetkých ostatných stromov v raji mohol človek jesť a nezhrešil. Toto prikázanie sa týkalo jedného konkrétneho stromu. Sv. Bazil Veľký hovorí: „

Pretože sme sa nepostili, boli sme z raja vyhnaní. Budeme sa postiť, aby sme znovu do raja mohli vrátiť

". V pôste ide o múdre sebaobmedzenie v záujme sebazachovania. Človek sa prehrešil tým, že toto múdre sebaobmedzenie neprijal a tým si veľmi ublížil a v každom hriechu stále ubližuje.

Boh nás ústami proroka Joela vyzýva: „Obráťte sa ku mne celým svojím srdcom, pôstom, plačom a nárekom, srdcia si roztrhnite a nie šaty, a obráťte sa k Pánovi, svojmu Bohu. **Ved' On je dobrotivý a milosrdný, zhovievavý a veľmi milostivý a zľutúva sa v nešťastí**

„ Predovšetkým sa v pôste jedná o naše obrátenie. Znamená to zmenu zmýšľania, ale nielen to. Nejde len o sýtenie nášho rozumu novými informáciami, ale ide predovšetkým o obrátenie nášho srdca. Prečo je potrebné roztrhnúť si srdce? Lebo po prvotnom hriechu sa všetci rodíme do tohto sveta so srdcom, ktoré nie je Božím príbytkom. Je to srdce uzatvorené pre Boha i pre ľudí, studené a nepríjemné srdce. Roztrhnúť si srdce znamená otvoriť ho pre Boha i ľudí. Dovoľte Mu aby nás mohol riadiť a pretvárať podľa svojho Srdca. Dovoľte aby Boží Duch býval v našom srdci.

Láska sa nám zdá ťažká, ale iná cesta ku Spáse neexistuje. Len keď svoje srdce očistíme od všetkých opačných postojov, keď dovoľíme Bohu, aby On sám v nás konal, potom sa v srdci spojíme s tou nesmiernou láskou, ktorá nás stvorila, ktorá nás vykupuje a posväcuje. Možno je

to len jeden človek, ktorého nemilujeme a možno si to vieme aj spravodlivo odôvodniť. A predsa táto jedna neláska z našej strany je prekážkou toho, aby skrze naše ľudské srdce mohol prúdiť životodárny Boží Dych, Duch Svätý.

Na záver ešte niekoľko napomenutí z múdrosti sv. Františka: „Pán hovorí: „**Milujte svojich nepriateľov!**“

Svojho nepriateľa miluje skutočne ten, kto sa nezarmucuje nad bezprávím, ktoré mu nepriateľ robí, ale kto sa pre lásku Božiu trápi nad hriechom v jeho duši a preukazuje mu svoju lásku skutkami.“

„Blahoslavení chudobní v duchu, lebo ich je nebeské kráľovstvo“, je mnoho tých, ktorí sú horliví pri modlitbe a bohoslužbe a ukladajú svojmu telu mnoho pôstov a umŕtvovania, pohoršujú sa však pre jediné slovíčko, ktoré sa zdá pôsobiť bezprávie ich ja, alebo pre nejakú vec, ktorú im niekto vezme a ihneď sa nad tým rozčulujú. Tí nie sú chudobní v duchu; lebo kto je **skutočne chudobný v duchu, nenávidí sám seba a miluje i tých, ktorý ho udrú do tváre**

“