

**O pôste. Homília I.**  
**Nášho svätého otca Bazila,**  
**arcibiskupa Cézarey kapadóckej.**

1. „Zatrúbte poľnicou,“ hovorí žalmista, „pri nove mesiaca v dňoch vašej slávnosti!“<sup>1</sup> To je príkaz proroka. Nám však hlasnejšie než akákoľvek poľnica a zreteľnejšie než akýkoľvek hudobný nástroj ohlasujú slávnosť, ktorá týmto dňom predchádza, predčítané texty Písma. Iste sme počuli o požehnaní pôstu u Izaiáša, ktorý odsúdil židovský pôst a nás učí pravému pôstu slovami: „Nepostíte sa pre škriepky a hádky, ale rozviažte zväzky zločinné!“<sup>2</sup> A Pán hovorí: „Nemajte zachmúrený výraz, ale umy si tvár a pomaž si hlavu!“<sup>3</sup> Ukážme teda, ako sme poučení, buďme v nadchádzajúcich dňoch nie zamračení, ale šťastne naladení, ako sa na svätých patrí. Nik maloverný nebude korunovaný; nik smutný nedosiahne znak víťazstva. Nebuď zarmútený, keď si liečený! Bláznom je, kto sa neteší zo zdravia duše, avšak smúti nad zmenou jedálnička a viac sa stará o pôžitok žalúdka, než o blaho duše. Sýtenie je po vôli bruchu, pôst však prináša úžitok duši. Buď šťastný, že ti bol Lekárom daný liečivý prostriedok, ktorý ničí hriechy. Tak ako sú červíky z čriev detí odstraňované pomocou určitých veľmi horkých liekov, tak aj pôst, ktorý si skutočne zasluhuje takéto označenie<sup>4</sup> a tiež preniká do duše, zabíja hlboko zakorenené hriechy.

2. „Pomaž si hlavu a umy si tvár!“<sup>5</sup> K tajinám (svätým tajomstvám) ťa povoláva Písmo. Ten, ktorý bol pomazaný,<sup>6</sup> pomazal;<sup>7</sup> ten, ktorý bol obmytý,<sup>8</sup> obmyl.<sup>9</sup> Príkaz sa vzťahuje na vnútro! Obmy si dušu od hriechov! Pomaž si hlavu svätým myrom, aby si mal účasť na Kristovi, a potom sa choď postiť! Nezahaľuj si tvár ako herec! Tvár je zahalená, keď vnútorné rozpoloženie je zvonku zatemnené prostredníctvom umelého zovňajšku<sup>10</sup> a lžou je prikryté ako nejakým závojom. Hercom je ten, kto v divadle predstavuje nejakú inú osobu, hoci je otrok, často hrá pána a obyčajný človek zas kráľa. Tak aj v tomto živote väčšina ľudí hrá ako na nejakom javisku svoje celoživotné divadlo tým, že niečo iné má v srdci a niečo iné ukazuje pred ľuďmi. Nemeň svoju tvár! Aký si, tak sa i chovaj! Netvár sa mrzuto a zamračene, aby si získal povest' askétu! Dobrý skutok, ktorý sa roztrubuje, neprináša žiaden osoh, a pôst, ktorý sa stavia na obdiv, žiaden úžitok. Čo sa robí z vystatovačnosti, neprináša ovocie pre budúci život, ale končí sa chválou ľudí. Ponáhľaj sa preto radostne k daru pôstu. Pôst je starobylým darom, nie zastaraným ani starnúcim, ale vždy sa omladzujúcim a kvitnúcim.

3. Myslíš si snáď, že starobylosť pôstu odvodzujem zo Zákona?<sup>11</sup> Pôst je starší než Zákon. Ak budeš mať trošku trpezlivosti, uvidíš dôkaz pravdivosti tohto tvrdenia. Nemysli si, že deň zmierenia, ktorý bol pre Izrael nariadený v desiaty deň siedmeho mesiaca, je

<sup>1</sup> Ž 80 (81), 4 (Žalmy sú číslované podľa Septuaginty, v zátvorkách je uvedené hebrejské číslovanie.)

<sup>2</sup> Iz 58, 4-6

<sup>3</sup> Mt 6, 16.17

<sup>4</sup> Pôst je vnímaný ako liek.

<sup>5</sup> Mt 6, 17

<sup>6</sup> Svätým Duchom

<sup>7</sup> svojich učeníkov

<sup>8</sup> Jánom Predchodcom

<sup>9</sup> Nohy svojim učeníkom, na znamenie vnútorného očistenia.

<sup>10</sup> Narážka na hereckú prax, kedy si herci pri vystúpeniach prikladali na tvár masku.

<sup>11</sup> Myslí sa na Zákon daný Mojžišovi na púšti.

počiatkom pôstu. Chod' dejinami a pátraj po tom, aký je pôst starý! Nie je to vynález nového dáta, je to drahocenné dedičstvo našich otcov. Všetko, čo vyniká vysokým vekom, je úctyhodné. Maj preto pôst pre jeho starobylosť v úcte! Je rovnako starý ako ľudstvo. Pôst bol nariadený už v rajskej záhrade. Prvý príkaz, ktorý Adam dostal, znel: „Zo stromu poznania dobra a zla nesmiete jesť!“<sup>12</sup> Slová „nesmiete jesť!“ sú príkazom k pôstu a abstinencii. Ak by Eva nebola bývala okúsila zo stromu, nebol by pôst teraz potrebný. „Pretože lekára nepotrebujú zdraví, ale chorí.“<sup>13</sup> Skrze hriechy sme sa stali chorými, skrze pokánie musíme opäť vyzdraviť. Pokánie bez pôstu je však bezcenné. „Nech je prekliata zem pre teba; trnie a bodľacie ti bude rodiť“.<sup>14</sup> Bolo ti prikázané smútiť, nie hýriť. Pôstom sa obhajuj pred Bohom! Áno, i samotný život v raji je predobrazom pôstu, nielen nakoľko človek žil s anjelmi a skrze skromnosť (nenáročnosť) si uchoval s nimi podobnosť, ale aj preto, lebo všetko, čo potom ľudský rozum vymyslel, ako pitie vína, zabíjanie zvierat, vlastne všetko, čo zakaľuje ľudského ducha, pre obyvateľov rajskej záhrady bolo ešte neznáme.

4. Pretože sme sa nepostili, stratili sme raj. Postime sa teda, aby sme sa tam opäť mohli vrátiť! Nevidíš ako Lazár skrze pôst vstúpil do raja?<sup>15</sup> Nenapodobňuj Evinu neposlušnosť; nepriberaj si opäť za svojho radcu hada, ktorý sa zalieča telu a vyzýva k pôžitku! Nevyhovárať sa na slabosť tela a nemohúcnosť! Pretože nie mne vymenúvaš ospravedlňujúce dôvody, ale tomu, ktorý to vie. Ej akože, nemôžeš sa postiť? Ale celý život sýtiť sa doplna a ničť si žalúdok nadmiernou stravou, to môžeš? Viem predsa, že lekári nepredpisujú chorým všelijaké jedlá, ale pôst a abstinenciu. Keď to teda dokážeš, ako by si mohol predstierať, že to nezvládneš? Čo je bruchu osožnejšie, stráviť noc po striedanej strave, alebo si ľahnúť prepchatý jedlom – nie, nie ľahnúť si, ale stonajúc a vzdychajúc prehadzovať sa sem a tam? Musel by si iba namietat, že námorníci ľahšie zachránia tovarom naloženú loď, než ľahkú a málo zaťaženu. Ťažko naložená loď sa i pri miernom nápoře vln potopí, kým loď s menším nákladom sa po vlnách kľže ľahšie, pretože bez problémov môže stúpať vyššie. Tak sa aj ľudské telo, ktoré sa neustále sýti a je obťažkané jedlom, ľahko stáva obeťou choroby; kto sa však uspokojí so striedamejšou a ľahšou stravou, neunikne iba obávanému zlu choroby ako nejakému hroziacemu víchru, ale zdolá aj už existujúcu nevoľnosť tak ako útes prichádzajúci nápor.

Alebo je podľa tvojho názoru namáhavejšie odpočívať než behať a ničnerobenie je náročnejšie než zápasenie? Ak povieš áno, je to akoby chorému bolo hýrenie osožnejšie než uspokojenie sa s miernejšou stravou. I samotný organizmus zvierat trávi ľahšie skromnejšiu a jednoduchšiu potravu a takto si to aj osvojuje; ak by bol však preplnený všakovakými lahodnými jedlami, ktoré by nemohol stráviť, potom by mu to prinieslo rozličné choroby.

5. Ale otočme našu homíliu opäť k histórii, aby sme dokázali starobylosť pôstu a ukázali, ako si všetci svätí vážili toto cvičenie ako od otcov prenechané dedičstvo, ktoré otec odovzdával synovi a vďaka čomu sme ho v neprerušenej tradícii dostali aj my. V raji nebolo žiadne víno, žiadne zabíjanie zvierat, žiadne požívania mäsa. Víno sa objavilo až po potope; po potope to znamenalo: „jedzte všetko ako zelené byliny!“<sup>16</sup> Keď sa ľudia zriekli

---

<sup>12</sup> Gn 2, 17; 3, 17

<sup>13</sup> Mt 9, 12

<sup>14</sup> Gn 3, 17.18

<sup>15</sup> Lk 16, 20-31

<sup>16</sup> Gn 9, 3

dokonalosti, bolo požívanie týchto vecí dovolené. Príkladom toho, že o víne sa nič nevedelo, je Noe, ktorému užívanie vína nebolo známe. Víno sa ešte nevkradlo do života, ešte nepatrilo k životným potrebám ľudí. Noe nikdy nevidel niekoho iného piť víno, ani ho sám ešte neochutnal, a tak musel zrazu na sebe samom pocítiť neblahé dôsledky požitia vína: „potom Noe vysadil vinicu, pil z jej plodov a opil sa“<sup>17</sup> – nie preto, že by bol pijan, ale preto, že nepoznal mieru. K rozšíreniu pitia vína došlo teda neskôr než bola rajska záhrada a posvätnosť (svätosť) pôstu je prastará.

Aj o Mojžišovi predsa vieme, že po ceste pôstu vystúpil na vrch.<sup>18</sup> Neosmelil by sa vystúpiť na dymiaci vrch, ani by nemal odvahu vstúpiť do oblaku, keby sa predtým nebol ozbrojil pôstom. Prostredníctvom pôstu dostal na tabuliach Božím prstom napísaný Zákon. A kým hore (na vrchu) si pôst vymohol dar zákona, dole sa hýrivosť vyzúrila až k modloslužbe. „Potom sa ľud posadil, aby jedli a pili, nato sa zdvihli a tancovali.“<sup>19</sup> Čo dosiahol služobník v štyridsaťdňovom vytrvalom pôste a modlitbe, bolo zmarené jedným jediným záchvatom opitosti. Pretože Božím prstom napísané tabule dosiahnuté pôstom roztrieštilo opilstvo, keďže prorok nepovažoval opitý ľud za hoden prijat' od Boha zákony. V jedinom okamihu sa ľud, ktorý smel svojho Boha poznať na základe najväčších divov, vrhol prostredníctvom obžerstva do modloslužobného šialenstva Egypt'anov. Postav si obe veci vedľa seba: ako pôst privádza k Bohu a ako nás hýrivosť okráda o blaženosť. Zostúp nižšie<sup>20</sup> a po nastúpenej ceste<sup>21</sup> choď ďalej.

6. Čo Ezaua ponížilo a učinilo ho sluhom jeho brata? Nebolo to vari jedno jediné jedlo, kvôli ktorému predal svoje prvorodenstvo?<sup>22</sup> Na druhej strane nedarovala matke modlitba a pôst Samuela?<sup>23</sup> Čo učinilo silného hrdinu Samsona nepremožiteľným? Nie snáď pôst, s ktorým bol prijatý v tele matky?<sup>24</sup> Pôst ho zrodil, pôst ho krmil, pôst z neho učinil muža, pôst bol totiž to, čo anjel prikázal matke: „Nech nepožíva nič, čo pochádza z vínneho kmeňa! Nech nepije víno ani iný opojný nápoj!“<sup>25</sup> Pôst plodí prorokov a posilňuje silných. Pôst osvecuje zákonodarcu, je dobrou ochranou duše, spoľahlivým druhom pre telo, zbrojou pre udatného bojovníka, školou cvičenia pre zápasníka. Pôst odháňa pokušenia, pomazáva k Božskej blaženosti, je spoločníkom striedmosti a dopomáha k cudnosti. V boji dodáva mužnosť, v mieri učí pokoju. Posväcuje Bohu zasvätených, kňaza zdokonaľuje. Lebo bez pôstu sa nemožno ani trúfalo priblížiť k svätej obeti. Nie je to tak iba teraz v tajupnej a pravej bohoslužbe, ale bolo to tak už vo vzore, ktorý bol prinášať podľa Zákona.<sup>26</sup>

Pôst bol pre Eliáša očitým svedkom každého veľkého zázraku: keďže potom, čo si v štyridsaťdňovom pôste očistil dušu, bol v jaskyni na Horebe uznaný za hodného hľadieť na Pána, nakoľko je to človeku dovolené.<sup>27</sup> Postiac sa navrátil vdove späť jej syna a vďaka pôstu sa ukázal silným i proti smrti. Z postiacich sa úst vyšiel hlas, ktorý ničomnému ľudu uzavrel

---

<sup>17</sup> Gn 9, 20.21

<sup>18</sup> Ex 24, 18

<sup>19</sup> Ex 32, 6

<sup>20</sup> časovo

<sup>21</sup> dejín

<sup>22</sup> Gn 25, 33

<sup>23</sup> 1 Sam 1, 15

<sup>24</sup> Sdc 13, 4

<sup>25</sup> Sdc 13, 14

<sup>26</sup> Narážka na prinášanie starozákonných obetí.

<sup>27</sup> 1 Kr 19, 8-13

nebo na tri roky a šesť mesiacov. Aby obmäkčil vzdorovité srdce tvrdošijného ľudu i sám seba odsúdil k tomu istému nešťastiu. Preto hovorí: „Ako žije Pán, nebude žiadnej vody na zemi, iba na moje slovo.“<sup>28</sup> A tak skrze hlad rozšíril pôst na celý ľud, aby odčinił zlobu zhýralosti a bezuzdného života.

Aký bol Elizeov spôsob života? Akú pohostinnosť požíval pri Sunamitke? Ako on sám prijímal prorokov? Nepozostávalo jedlo z divej zeleniny a trošky múky? Keďže k tomu pribrali aj jedovaté uhorky, stolujúci by boli ohrození na živote, ak by jed pomocou modlitby postiaceho sa Elizea nestratil svoj účinok.<sup>29</sup> Jedným slovom, uvidíš, že pôst všetkých svätých priviedol k bohumilému spôsobu života.<sup>30</sup>

Existuje určitý nerast, ktorý sa nazýva amiant,<sup>31</sup> ten nemôže oheň zničiť. Keď sa vloží do plameňov, zdá sa akoby zuhoľnatel; keď sa potom ale vyberie z ohňa von, vyzerá lesklo, ako keby bol očistený vo vode. Amiantu podobné boli telá troch mládencov v Babylone, a síce vďaka pôstu.<sup>32</sup> Zdalo sa, akoby v silných plameňoch pece mali prirodzenosť zlata; tak málo im mohol stravujúci účinok ohňa uškodiť. Áno, ukázali sa dokonca silnejšími než zlato, pretože oheň ich neroztopil, ale nechal ich neporušených. A predsa vtedy nemohlo tým plameňom nič odolať. Oheň živý živou, smolou a raždím šľahal asi štyridsaťdeväť laktov do výšky, všetko v okolí strávil a pohltil aj mnohých Chaldejcov. Keď do tohto silného ohňa vstúpili mladíci s pôstom, mohli sa v ňom prechádzať a v strašnom ohnivom mori dýchali mierny chladný vzduch. Dokonca ani na ich vlasy sa oheň neodvážil, pretože aj tie boli živé pôstom.<sup>33</sup>

7. Ďalej, Daniel muž [postiaci sa z] túžby,<sup>34</sup> ktorý tri týždne nejedol chlieb a nepil vodu, keď bol hodený do jamy, učil postiť sa aj levy. Podobne aj látka z kameňa a z bronzu, u každej z nich je rozdielna pevnosť ich tvrdosti. Práve tak levy neboli schopné vniknúť do neho svojimi tesákmi. Podobne ako pri oceli zakaľovanie, je telo človeka zocelované pôstom – ten ho činí húževnatejším, než sú levy! Preto nemohli otvoriť svoje tlamy proti svätcovi.

Pôst tlmí silu ohňa, zatvára levom tlamy. Pôst posiela modlitby do neba, stávajúc sa akoby krídlami pre ich cestu nahor. Pôst znamená zveľadenie pre domácnosti, je matkou zdravia. Je učiteľom mladých, ozdobou starých. Je dobrým spoločníkom pri cestovaní, spoľahlivým životným druhom pre tých, ktorí bývajú spolu. Manžel sa neobáva intríg proti svojmu manželstvu a žije v harmónii so svojou manželkou, keď ju vidí postiť sa. Manželka neupadne do žiarlivosti a radostne prijíma manžela, ktorého vidí postiť sa. Koho domácnosť upadla kvôli posteniu? Spočítaj výhody týkajúce sa domácnosti berúc na zreteľ nasledujúce veci. Nikto kvôli pôstu nezanedbá tých, čo sú doma. Niet plaču nad smrťou zvieratá, neprelieva sa žiadna krv. Určite o nič neprídeme ak sa nemilosrdný žalúdok nepostaví proti zvieratám. Nože kuchárov sa zastavili; stôl je dostatočne plný vecí, ktoré rastú prirodzene.

---

<sup>28</sup> 1Kr 17, 1

<sup>29</sup> 2Kr 4, 39-41

<sup>30</sup> K spôsobu života v súlade s Bohom.

<sup>31</sup> azbest

<sup>32</sup> Dan 1, 8-16

<sup>33</sup> Dan 3, 24-50

<sup>34</sup> Doslova „muž túžob“ (ἀνήρ τῶν ἐπιθυμιῶν). Ide o spojenie, ktoré nie je celkom zrozumiteľné. Nie je jasné, či „túžby“ odkazujú na zvolenie pôstu, alebo či tu má byť doplnené nejaké iné slovo. Ďalšou možnosťou je, že ide o narážku na spojenie v Dan 9, 23 ako aj v Dan 10, 11 v Septuaginte v Theodotionovom preklade, kde čítame, že Daniel bol ἀνήρ ἐπιθυμιῶν (angl. man of desires).

Židom bol daný sabat tak, že „budeš odpočívať“ ako je napísané „tvoje zvierá i tvoje dieťa.“<sup>35</sup> Pôst sa má stať odpočinkom pre domácich sluhov, ktorí vkuse drú celý rok. Dopraj odpočinku svojmu kuchárovi, dopraj voľno tomu, čo ti pripravuje stôl, vzdial ruku od svojho čašníka. Už raz skoncuje so všakovakými upravenými jedlami! Nech sa domácnosť už raz utíši od množstva zmätku, od dymu i od smradu spálenej masti, od pobehovania sem a tam a od posluhovania žalúdka, ako keby to bol nemilosrdný pán!<sup>36</sup> Dokonca aj tí, ktorí vynucujú tribút, svojim poddaným občas poskytnú určitú slobodu. Žalúdok by mal tiež ústam dopriať oddych,<sup>37</sup> vyjednávajúc nám prímerie na päť dní.<sup>38</sup> Žalúdok vždy len požaduje a nikdy s tým neprestane; čo dnes prijme, na to zajtra zabudne. Kedykoľvek je naplnený, filozofuje o striedmosti; kedykoľvek je prázdny, zabúda na tieto rozhodnutia.

8. Pôst nepozná vyčíňanie<sup>39</sup> úžerníctva. Stôl toho, kto sa postí, nesmrdí úrokmi. Osirelé dieťa postiaceho sa otca sa nemusí obávať žiadnych otcových dlhov, ktoré sa ako had omotávajú okolo krku. Práve naopak, pôst je príčinou<sup>40</sup> pre radosť. Tak ako smäd činí vodu lahodnou a hlad spôsobuje, že všetko, čo sa nachádza na stole, zdá sa príjemným, tak aj pôst zvyšuje pôžitok z jedla. Ak už raz pôst vstúpi do tvojho bytia a preruší stále trvajúci pôžitok, ukáže ti ho nanovo ako čosi vyčúžené. Preto ak chceš byť pripravený vychutnávať radosti stola, prijmi obnovu prameniaku z pôstu. Ty však, čo si príliš opantaný pôžitkom, sebe samému oslabuješ pôžitok a kvôli oddávaniu sa pôžitkom ti pôžitok ostane skrytý. Toto však nie je žiaduce, pretože ak radosť nie je trvalá, stáva sa opovrhovanou. Ale bohatstvo, ktoré je vzácné, je hojne vyhľadávané, kvôli potešeniu, ktoré prináša. Tak aj toto bohatstvo pôstu chce uskutočniť zmenu v našom živote tak, aby milosť toho, čo nám bolo dané, mohla s nami ostať. Nevidíš snád, že aj slnko žiari jasnejšie po noci? A prebudenie je príjemnejšie po spánku? I zdravie je žiadanejšie po skúsenosti s opačnou vecou. Práve z tohto dôvodu je stôl oblažujúcejší po pôste, podobne je to u bohatých, ktorí stolujú vo veľkom, tak aj u tých, ktorí vedú jednoduchý a skromný život.

9. Mal by si sa obávať príkladu bohatého človeka.<sup>41</sup> To, čo mu prinášalo rozkoš počas života, uvrhlo ho do ohňa. Nebola to nespravodlivosť, ale zmäkčilý život, ktorý ho obžaloval a pražil ho v plameňoch pece. Z tohto dôvodu je teda nutné, aby sme mali vodu na uhasenie ohňa. Nemali by sme sa postiť iba kvôli tomu, čo sa stane v budúcnosti, pôst je dokonca ešte osožnejší pre túto aktuálnu prítomnosť. U tých, čo sú na vrchole zdravia, môže dôjsť k obratu a zmene, k úbytku ich síl tak, že nebudú schopní naďalej niesť bremeno plného zdravia. Pozri, aby si ty, ktorý teraz pohŕdaš vodou, nežiadal raz ako boháč jediná kvapku.<sup>42</sup> Nikto nikdy nebol opitý z vody. Žiadna hlava nemala nikdy bolesti kvôli tomu, že pila vodu. Nikoho nohy neboli nikdy zamestnané kvôli tomu, že by žil s niekým, kto pije vodu.<sup>43</sup> Žiadne nohy neboli nevládne, žiadne ruky nepoužiteľné len preto, že boli občerstvené vodou. Nevyhnutne sa

<sup>35</sup> Ex 20, 10

<sup>36</sup> V originálnom gréckom texte je uvedené slovo „pani“ (δέσποινια) nie „pán“. Žalúdok (γαστήρ) je však v gréčtine ženského rodu.

<sup>37</sup> Doslova prímerie, zastavenie boja (ἐκεχειρία).

<sup>38</sup> Päť dní – od pondelka do piatku. V sobotu a nedeľu sa vo východných cirkvách nepostí.

<sup>39</sup> Doslova prirodzenosť, podstatu (φύσις).

<sup>40</sup> Slovo ἀφορμή možno preložiť aj ako „zdroj“, „príležitosť“.

<sup>41</sup> Lk 16, 19-25

<sup>42</sup> Lk 16, 24

<sup>43</sup> Pravdepodobne narážka na chorobu s názvom dna, ktorá bola v minulosti často dôsledkom nestriedneho stravovania sa. Dna postihuje najmä nohy a tak vyžaduje niekoho, kto by nemocnému robil poslíčka.



stáva, že tí, ktorí žijú prepychovo, smerujú k mnohým telesným chorobám a ich nesúlady speje k skaze. Ten, kto sa postí, má zdravú farbu tváre, neprepukajúcu do nehanebnej červenosti, ale zdržanlivosť je ozdobená [určitou] bledosťou. Kto sa postí, má vládne oko, pokojnú chôdzu a premýšľavú tvár. Nie je u neho bezuzdnosť, arogantný smiech, ale skôr umiernenosť reči a čistota srdca.

Spomeň si na svätých zo starých dôb, „ktorých svet nebol hoden, potulovali sa v ovčích a kozích kožiach, núdzni, prenasledovaní, sužovaní.“<sup>44</sup> Spomeň si na ich štýl života, či skutočne aj ty hľadáš rovnaký prídel ako oni? Čo zapríčinilo, že Lazár spočinul v lone Abrahámovom? Nebol to pôst?<sup>45</sup> Jánov život bol životom v pôste. Nemal posteľ, stôl, úrodný kus pôdy, vola na oranie, ani zrno, žiadne mletie ani pečenie, nič z bežného spôsobu života.<sup>46</sup> Pretože „medzi tými, čo sa narodili zo ženy, nepovstal nik väčší ako Ján Krstiteľ.“<sup>47</sup> Pavol, ktorý popri iných útrapách aj pôst považoval za niečo, čím by sa mohol chváliť a bol uchvátený do tretieho neba.<sup>48</sup> Pri tom všetkom, čo bolo povedané, je však hlavné to, že náš Pán kvôli nám prijal telo, najprv ho opevnil pôstom, potom v tomto stave privítal útok diabla. Chcel nás tým poučiť, že pred bojom s pokušeniami máme sa pomazať a vycvičiť postením a na druhej strane prostredníctvom nedostatku (hladu) akoby dal nepriateľovi príležitosť. Diabol by nebol schopný sa k nemu priblížiť kvôli vznešenosti jeho božstva, ak by prostredníctvom hladu nezostúpil k ľudskej slabosti. Avšak predtým, než sa vrátil späť do neba, prijal pokrm, aby tak potvrdil ľudskú prirodzenosť svojho vzkrieseného tela. Nezarmucuje ťa, že si prerastený a vykĺmený? Zatiaľ čo myseľ chradne a krpatie, nie je vyslovené ani len jedno slovo o životodarnom učení spásy? Nevieš, že je to tak, ako keď jedna armáda porazí druhú, telo je vydané víťaznému duchu a duch mení telo na sluhu? Tieto veci sú vo vzájomnom nepriateľstve.<sup>49</sup> Ak chceš teda posilniť myseľ, krot' telo prostredníctvom pôstu! To je to, čo hovorí apoštol „akokoľvek náš vonkajší človek chradne, o toľko viac je vnútorný človek obnovený.“<sup>50</sup> A toto: „kedykoľvek som slabý, vtedy som silný.“<sup>51</sup>

Nebudeš pohrdáť skazonosnými jedlami? Neprijal by si radšej túžbu po stole v kráľovstve, pre ktoré sa tu pôstom vopred pripravíš? Nevieš, že nadmerným jedením si vypestuješ tučného červa, ktorý ťa bude týrať?

Prijal vari niekto niečo z účasti na duchovných daroch vďaka hojnému jedlu a nepretržitému luxusu? Keď Mojžiš prijal tabule zákona druhýkrát, musel sa druhýkrát aj postiť.<sup>52</sup> Ak by sa neboli postili zvieratá spolu s Ninivčanmi, neboli by unikli hroziacej skaze.<sup>53</sup> Koho telá popadali na púšti?<sup>54</sup> Neboli to telá tých, čo túžili jesť mäso?<sup>55</sup> Ale tí istí ľudia boli spokojní s mannou a vodou zo skaly, porazili Egypt'anov, prešli cez more a „v ich

<sup>44</sup> Hebr 11, 38a.37b

<sup>45</sup> Lk 16, 21.23

<sup>46</sup> Mt 3, 4

<sup>47</sup> Mt 11, 11

<sup>48</sup> 2 Kor 11, 27; 12, 2

<sup>49</sup> Gal 5, 17

<sup>50</sup> 2 Kor 4, 16

<sup>51</sup> 2 Kor 12, 10

<sup>52</sup> Ex 34, 28; Dt 9, 18; 10, 10

<sup>53</sup> Jon 3, 4-10

<sup>54</sup> Hebr 3, 17

<sup>55</sup> Ex 16, 3 n.

kmeňoch nebolo žiadnej choroby.“<sup>56</sup> Ale keď začali spomínať na hrnce mäsa, vrátila sa aj túžba po Egypte a neuvideli zaslúbenú zem.<sup>57</sup> Nebojíš sa tohto príkladu? Nechveješ sa hrôzou, aby ťa obžerstvo nevytlúčilo z dobrých vecí, v ktoré dúfaš?

Ani múdry Daniel by nemal videnia, ak by nemal svoju dušu osvietenú pôstom. Aké výpary plné sadzí vychádzajú z tučných jedál ako častý, trestajúci mrak! Lúče prítomnosti Svätého Ducha ho môžu sotva preniknúť, aby zažiarili našej mysli.

Ak existuje určitý druh jedla pre anjelov, je to chlieb, ako píše prorok: „Človek jedol chlieb anjelský.“<sup>58</sup> Nie je to ani mäso, ani víno, ani čokoľvek z toho, čo úzkostlivo vyhládávajú otroci žalúdka. Pôst je zbraňou proti armádam démonov: „Lebo tento druh nemožno vyhnať ničím, iba modlitbou a pôstom.“<sup>59</sup> Z postenia sa pochádza mnoho dobrých vecí, sýtosť však je počiatkom roztopašnosti. Ihneď sa prirúti s maškrtnosťou a pijanstvom i so všelijakými korenistými jedlami. Všetky druhy bezuzdného chovania začínajú ako u napaseneho zvieratá. Potom sa človek voči ženám stane ako „bujarý kôň“<sup>60</sup>, pretože prepych spôsobí, že do duše vstúpi vášeň. Tí, ktorí sú opití obracajú samých seba proti prírode/prirodzenosti, zachádzajú s mužom ako so ženou a naopak.<sup>61</sup> Pôst nás však oboznamuje i s úžitkom hraníc v manželstve. Dokonca je obmedzený i nadbytok vecí, ktoré sú zákonom povolené tým, že sa majú konať vo vhodnom čase, aby sa pár mohol venovať aj modlitbe.<sup>62</sup>

10. Ale neobmedzuj dobro pôstu iba na zdržovanie sa od jedál. Pretože pravý pôst je nepriateľom zla. „Rozviažte okovy nespravodlivosti!“<sup>63</sup> Odpusť priestupok svojmu susedovi a odpusť mu jeho dlhy. Neposti sa kvôli súdu a hádke.<sup>64</sup> Neješ mäso, ale požieraš svojho brata. Zdržuješ sa vína, ale tvrdohlavo zotrvávaš v nehanebnosti. Trpezlivo čakáš do večera, aby si si mohol zajesť, ale deň tráviš na súde.

„Beda tým, ktorí sú opití nie z vína!“<sup>65</sup> Hnev je opitnosťou duše, zbavuje ju zmyslov rovnako ako víno. Samotný zármutok je tiež opitnosťou potápajúcou myseľ. Strach je zas inou opitnosťou, kedykoľvek sa bojí vecí, ktorých sa netreba obávať. Preto hovorí, „od strachu z môjho nepriateľa vyslobod' moju dušu.“<sup>66</sup> Každá z týchto vášní, umožňujúca, aby myseľ bola ovládnutá a mimo kontroly, je správne označená ako opitnosť. Uvažuj so mnou o niekom, kto je zlostný, ako je opitý vášňou. Nie je pánom nad sebou samým, nepoznáva sám seba, a nepoznáva ani nikoho, kto stojí okolo neho. Chce do všetkého udrieť, mlátiac okolo seba, ako niekto, kto bojuje potme. Vyhlasuje, že je pod kontrolou, avšak je ťažko udržať ho v nej, nadáva, búcha, hrozí, kľaje, kričí, preklína. Chráň sa pred týmto druhom opitosti, ale rovnako aj pred opitnosťou z vína. Nezačínaj však piť vodu len preto, že si pil priveľa [alkoholu]. Nedovoľ, aby opitnosť iniciovala postenie. K pôstu sa nemá pristupovať skrze pijanstvo. Ani chamtivosť nesprostredkúva spravodlivosť, ani nestriednosť nevedie k zdravému úsudku.

---

<sup>56</sup> Ž 104 (105), 37

<sup>57</sup> Ex 16, 3 n.; Sk 7, 39

<sup>58</sup> Ž 77 (78), 25

<sup>59</sup> Mk 9, 29

<sup>60</sup> Jer 5, 8

<sup>61</sup> Rim 1, 26

<sup>62</sup> 1 Kor 7, 5

<sup>63</sup> Iz 58, 6

<sup>64</sup> Iz 58, 4

<sup>65</sup> Iz 51, 21 alebo 29, 9

<sup>66</sup> Ž 63 (64), 2

Aby sme to zhrnuli, zlo nikdy nevedie k cnosti. Existujú iné dvere vedúce k pôstu. Pijanstvo vedie k nestriednosti, skromnosť otvára dvere k pôstu. Atlét musí cvičiť v predstihu [pred pretekmi], kto sa postí, [tiež] uskutočňuje sebaovládanie vopred. Neopíjaj sa pred týmito piatimi dňami tak, ako keby si sa chcel za nich pomstiť, alebo ako keby si chcel oklamať Zákonodarcu.<sup>67</sup> Ak to robíš takto, potom trpíš zbytočne. Týraš telo, ale nezmierňuješ núdzu.<sup>68</sup> Táto pokladňa, v ktorej máš uložené svoje cennosti, nie je bezpečná; na dne tvojich fliaš s vínom sú diery.<sup>69</sup> Víno prinajmenšom uniká a vyteká si svojou vlastnou cestou, avšak hriech ostáva vo vnútri.

Sluha uteká od pána, ktorý ho bije. A ty zotrvávaš pri víne, aj keď bije tvoju hlavu každý deň? Najlepšou mierou užívania vína je, či to telo potrebuje. Ale ak sa stane, že prekročíš hranice, zajtra sa budeš cítiť preťažený, zívajúci, bude sa ti točiť hlava a z vína budeš hnilobne páchnuť. Všetko sa ti bude krútiť, bude sa ti zdať, že sa všetko trasie. Opitosť prináša spánok, ktorý je bratom smrti, ale dokonca aj po zobudení sa ti zdá, že snívaš.

11. Takže vieš, koho by si mal prijať? Toho, ktorý nám prisľúbil, že „ja a môj Otec prídeme k nemu a urobíme si uňho príbytok.“<sup>70</sup> Prečo potom by si sa nechal chytiť opitosťou a tak zavrel dvere pred Majstrom? Prečo by si povzbudzoval nepriateľa pri obsadzovaní svojej pevnosti? Opitosť neprijíma Pána; pijanstvo zaháňa Svätého Ducha. Lebo tak ako dym odháňa včely, opitosť odháňa duchovné dary.

Pôst je pravou ozdobou mesta, blahobytom tržnice, pokojom domovov, ochranou majetku. Chceš vidieť jeho vznešenosť (svätosť)? Porovnaj spolu so mnou dnešný večer so zajtrajškom a uvidíš mesto zbavené od svojej zlosti/búrливosti, rozbúrené more zmeniace sa v hlboký pokoj. Ó kiež by sa dnešok vo svojej svätosti mohol vyrovnáť zajtrajšku, a kiež by zajtrajšok v radosť nezaostával za dneškom!

Teraz nám môže Pán, ktorý nás priviedol k nadchádzajúcemu obdobiu,<sup>71</sup> darovať ako bojovníkom v týchto prípravných cvičeniach to, že môžeme preukázať neotrasiteľnú pevnosť, aby sme tiež získali vence v rozhodujúci deň; teraz, pamätajúc na spásenosné útrapy, ale v druhom živote, aby sme prijali odmenu za to, čo sme urobili za života a to na spravodlivom súde samotného Krista; pretože jemu patrí sláva na veky! Amen.

Z angličtiny s prihliadnutím ku gréckej pôvodine ako aj k nemeckému prekladu preložil Tomáš Pešek.

Pôvodný grécky text sa nachádza v PG 31, 163-184.

URL: <http://www.grkat.nfo.sk/Texty/bazil-velky-o-poste.pdf>

<sup>67</sup> Prax bujarých zábav a opíjania sa ešte v predvečer pôstneho obdobia je aktuálna dodnes.

<sup>68</sup> To, čo sa ušetrí vďaka skromnosti, má sa použiť v prospech núdzných.

<sup>69</sup> Narážka na grécke porekadlo.

<sup>70</sup> Jn 14, 23

<sup>71</sup> pôstnemu obdobiu