

Půst patří k náboženské praxi v mnoha různých náboženstvích a tradicích. Omezit se v něčem, co nás od Boha odvádí, abychom se mohli soustředit na to, co nás k Bohu vede, je totiž věcí běžného lidského uvažování, na které není potřeba zvláštní Boží zjevení. Jak už to ale bývá, člověk občas zatemní a překroutí i to, co je zjevné a rozumné, takže časté vyzvy k postu najdeme na mnoha místech Bible i jako součást zjeveného Božího slova.

V klasickém chápání je půst odřeknutí si jídla. Dnes máme povinný páteční půst od masa (pokud na pátek nepřipadne svátek) a dvakrát do roka, totiž na Popeleční středu a na Velký pátek, přísný půst zdrženlivosti (kdy se k postu od masa přidává i omezení množství obvykle popisované jako pouze jedno nasedení se dosyta za den). Na jedné straně jsme pak vybízeni k častější praxi modlitby a postu, na straně druhé máme postní praxi poněkud flexibilní tím, že určité typy naléhavosti povinnost postu zmírňují či ruší. Jako každá náboženská praxe tak musí být i půst praktikován rozumným způsobem. A dodejme, že „rozumný“ znamená v náboženské oblasti vždy rozum osvětlený vírou, který nám umožňuje lépe pochopit nejen věci víry, ale i náležitou míru asketické praxe.

Ježíš se na začátku svého veřejného působení postil 40 dní. Nikdo po nás nechce tak tvrdé odpírání si pokrmu. Ale jeho příklad by nás měl upozornit, že můžeme postní praxi snést i my, zvláště když se po nás chce mnohem méně. Půst ale není jen o jídle. Je to i odřeknutí si něčeho, na co se nezdravě vážeme.

A to nás vede k tomu, že když se něčeho odříkáme, neděláme to pro vlastní potěšení z jakéhosi morálně atletického výkonu, ale proto, abychom měli více prostoru pro Boha. Můžeme se tedy odříkat nejen jídla, ale i televize, sladkostí, alkoholu, kávy a jiných věcí. Vždy bychom však měli aspoň část takto získaného prostoru dát k dispozici Bohu. Ať už jde o modlitbu, čtení Písma apod., nebo o skutky lásky vůči bližním. Přečteme-li si starozákonní proroky, tak zjistíme, že právě k tomu Pán vybízí svůj lid už odedávna.

Způsob postní praxe je do značné míry na nás, protože církev předepisuje jen minimalistické požadavky (výše uvedené pátky s Popeleční středou a Velkým pátkem). Tuto volnost bychom neměli vzít jako výzvu k laxnosti, ale jako velkoryse otevřené dveře k uplatnění naší vlastní svobody rozhodovat se pro Boha, k čemuž patří i postní praxe.

zdroje/doporučená četba

Iz 58, 5—6: Což to je půst, který si přeji? Den, kdy se člověk pokořuje, kdy hlavu sklání jako rákos, žínici obléká a popelem si podestýlá? Dá se toto nazvat postem, dnem, v němž má Hospodin zalíbení? Zdalipak půst, který já si přeji, není toto: Rozevřít okovy svévole, rozvázat jha, dát ujařmeným volnost, každé jho rozbít?

Katechismus katolické církve 1430—1434