

# Piatok po Popolcovej strede

Rozjímanie na piatok po Popolcovej strede. Navrhované témy sú: pripomínať si Boží prechod cez náš život; pôst je prejavom vnútornej túžby; Ježiš naznačuje význam pôstu.

16.02.2024

„ČUJ, PANE, a zmiluj sa nado mnou“ (Ž 30, 11). Týmito slovami zo vstupnej antifóny sa začína dnešná Omša. Žalmistovo volanie, aby bol vypočutý, odráža prirodzenosť človeka, ktorý sa obracia k Bohu o

pomoc. „Pane, Bože môj, k tebe som volal a ty si ma uzdravil. Pane, vyviedol si ma z ríše zosnulých, navrátil si mi život, aby som nezostúpil do hrobu (...). Podvečer je nám hosťom plač a radosť nad ránom“ (Ž 30, 3-4. 6). Žalmista opisuje bežnú skúsenosť: Boh, ktorý nám prichádza na pomoc, keď ho pokorne voláme. Toto pôstne obdobie môže byť vhodným časom na to, aby sme si pripomenuli chvíle, keď sme pocítili túto pomoc od nášho Pána. Ak sme „poznali a uverili láske, ktorú má Boh k nám“ (1 Jn 4, 16), spomienka na tie chvíle, keď nám prišiel na pomoc, bude posilou pre prítomnosť i budúcnosť.

Jednou z úloh Ducha Svätého, ktorú nám Ježiš zjavuje, je práve pomáhať nám pamätať na Božie milosrdenstvo, udržiavať krehkú pamäť: „On vám pripomenie všetko, čo som vám povedal“ (Jn 14, 26). „Duch Svätý je ako pamäť, prebúdza

nás: *Pamätaj na to, pamätaj na tamto*. Udržiuj nás v bdelosti v Pánových veciach a tiež nás podnecuje, aby sme si spomenuli na svoj život: *Spomeň si na ten čas, spomeň si na to, ako si stretol Pána, spomeň si na to, ako si ho opustil (...)*. Je to dobrý spôsob modlitby; pozeráť sa na Pána a hovoriť mu: *Ja som ten istý. Veľa som toho prešiel, urobil som veľa chýb, ale som ten istý a ty ma miluješ*. Spomienka na životnú cestu; Duch Svätý nás vedie v tejto spomienke“<sup>[1]</sup>. Pred dvoma dňami nám kňaz pri ukladaní popola na hlavu možno pripomenul náš pôvod a náš koniec, že pochádzame z prachu a vrátíme sa doň. Spomienka na Boží prechod cez náš život môže byť dobrým impulzom na obrátenie na začiatku pôstu.

---

V ŽIDOVSKÉJ TRADÍCII sa pôst žil ako forma pokánia. Prorok Izaiáš však upozorňuje, že pôst prežívaný len ako vonkajší prejav je málo užitočný, lebo je bez milosrdenstva, bez skutočnej túžby obrátiť svoj pohľad k Bohu. Prorok hovorí, že pôst, ktorý si želá Pán, ovocie vnútorného obrátenia, je skôr takýto: „Či nie to je pôst, ktorý sa mi ľúbi, keď rozviažete zväzky zločinné a roztvoríte zvierajúce putá, prepustíte zlomených na slobodu a rozlámate každé jarmo? Či nie, keď lámeš chudobným svoj chlieb, potulných bedárov zavedieš do domu, ak vidíš nahého, zaodeješ ho a pred svojím telom sa neskrývaš?“ (Iz 58, 6-7). Pravý pôst je ten, ktorý nás vedie k väčšej láske k Bohu a k druhým, vychádza zo seba samého; je to modlitba zmyslov, ktorá prináša ovocie všade okolo nás. „Pôst neprináša ovocie, ak nie je zavlažovaný milosrdenstvom; bez tohto zavlažovania vysychá,“ hovorí

svätý Peter Chryzológ, „čím je dážd' pre zem, tým je milosrdenstvo pre pôst“<sup>[2]</sup>  .

„Pôst ako skúsenosť nedostatku pre tých, ktorí ho prežívajú s jednoduchosťou srdca, vedie k novému objavu Božieho daru a k pochopeniu našej skutočnosti ako stvorenia, ktoré na jeho obraz a podobu nachádza v ňom svoje naplnenie“<sup>[3]</sup>  . Zvyky striedmosti, ktoré Cirkev odporúča, by mali byť prejavom vnútorného postoja; ten je v skutočnosti najdôležitejší. Svätý Josemaría učil, že každé odriekanie by malo byť „prejavom toho, že srdce sa neuspokojuje so stvorenými vecami, ale túži po Stvoriteľovi, že túži byť naplnené Božou láskou“<sup>[4]</sup>  . Prežívanie hladu prostredníctvom pôstu nám pripomína, že jedine Boh je pravým pokrmom a že všetky dobré veci pochádzajú od neho: „Chlieb náš každodenný daj nám dnes“, modlíme sa v modlitbe

*Otčenáš.* Vonkajší pôst by mal byť prejavom našej vnútornej túžby nasýtiť sa Bohom, obrátiť sa späť k nemu.

---

UČENÍCI Jána Krstiteľa sa pýtajú Ježiša, prečo sa často postia ako farizeji, kým jeho učeníci nie. Je to aktuálna otázka, o niečom, čo by určite upútalo pozornosť Židov. „Vari môžu svadobní hostia smútiť, kým je ženích s nimi?“ - Ježiš odpovedá. „No prídu dni, keď im ženícha vezmú; potom sa budú postiť“ (Mt 9, 15). Pán využíva túto príležitosť, aby nám ukázal zmysel pôstu a pokánia: zjednotiť nás bližšie s Bohom. Preto ak je s nimi sám Boh, táto prax stráca význam; je dobré, aby sa učeníci naplnili jeho prítomnosťou. Preto dodáva: keď s nimi nebude, vtedy sa budú postiť, vtedy budú potrebovať

túto prax, aby sa naučili sústrediť svoju pozornosť na Boha.

Tak často prežívame svoju vzdialenosť od Boha, a to je normálne, veď sme na ceste do príbytku nášho Otca. Kristus prišiel na zem práve preto, aby povolal hriešnikov. Preto nám Cirkev pripomína dôležitosť pôstu, tej modlitby tela, ktorá nám pomáha pozerať sa hore, čo je jediné dôležité. Uvažovanie o našej slabosti nás prinúti povedať spolu so žalmom, ktorý svätý Josemaría recitoval každý večer: „Úplne zmy zo mňa moju vinu a očisť ma od hriechu. Vedomý som si svojej neprávosti a svoj hriech mám stále pred sebou“ (Ž 50, 4-5). Môžeme mnohokrát denne prosiť Pannu Máriu, aby sa modlila za nás hriešnikov, najmä v tomto priaznivom čase obrátenia, ktorý nám Cirkev pripravila.

---

<sup>[1]</sup> František, *Homília*, 11-V-2020.

<sup>[2]</sup> Svätý Peter Chryzológ, *Kázeň* 43.

<sup>[3]</sup> František, *Posolstvo*, 11-XI-2020.

<sup>[4]</sup> Svätý Josemaría, *Rozhovory*, bod 110.

.....

pdf | document generated  
automatically from [https://  
dev.opusdei.org/sk-sk/article/piatok-po-  
popolcovej-strede/](https://dev.opusdei.org/sk-sk/article/piatok-po-popolcovej-strede/) (13.08.2025)