

UNIVERZITA KONŠTANTÍNA FILOZOFA V NITRE
FAKULTA STREDOEURÓPSKYCH ŠTÚDIÍ

PREŽÍVANIE PÔSTU V KREŠŤANSKEJ A ISLAMSKEJ
KULTÚRE

Bakalárska práca

2012

Martina Kollárová

UNIVERZITA KONŠTANTÍNA FILOZOFA V NITRE
FAKULTA STREDOEURÓPSKYCH ŠTÚDIÍ

PREŽÍVANIE PÔSTU V KRESŤANSKEJ A ISLAMSKÉJ
KULTÚRE

Bakalárska práca

Študijný program: stredoeurópska areálová kultúra

Študijný odbor: 3.1.2 kulturológia

Školiace pracovisko: Katedra areálových kultúr

Školiteľ: doc. PhDr. Peter Kondrla, PhD.

Nitra 2012

Martina Kollárová

Pod'akovanie

Ďakujem môjmu školiteľovi práce doc. PhDr. Petrovi Kondrlovi, PhD. za cenné rady, odborné usmernenie, podporu a pomoc, ktorú mi poskytol pri vypracovaní bakalárskej práce.

ABSTRAKT

KOLLÁROVÁ, Martina: Prežívanie pôstu v kresťanskej a islamskej kultúre. [Bakalárska práca] / Martina Kollárová. - Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre. Fakulta stredoeurópskych štúdií. - Školiteľ: doc. PhDr. Peter Kondrla, PhD.- Stupeň odbornej kvalifikácie: Bakalár. - Nitra: FSS UKF, 2012. 38 s.

Práca sa zaoberá pôstom, pričom sa zameriava na prežívanie pôstu v kresťanskej a islamskej kultúre. Poukazuje na chápanie, význam pôstu a poskytuje všeobecné informácie týkajúce sa pôstu a jeho chápania v minulosti. Dopodrobna uvádza dôvody, pre ktoré sa pôst dodržiava a prínosy, ktoré veriacim prináša. Práca nám ďalej približuje druhy na aké sa pôst dodržiava a prínosy, ktoré veriacim prináša. Práca nám ďalej približuje druhy na aké sa pôst dodržiava a prínosy, ktoré veriacim prináša. Práca nám ďalej približuje druhy na aké sa pôst dodržiava. Zameriava sa na hlavné obdobie pôstu v kresťanstve – Veľký pôst a pôstny mesiac Ramadán v islame. Opisuje konkrétne pravidlá a zvyky, ktoré počas týchto období platia. Cieľom práce je poukázať na spoločné a hlavne odlišné znaky týkajúce sa chápania a významu pôstu, členenia a pôstnych období v kresťanskej a islamskej kultúre. Výsledkom práce je porovnanie pôstu v kresťanstve a islame. Práca obsahuje aj stručný prehľad chápania pôstu v ostatných svetových náboženstvách.

Kľúčové slová: pôst. kresťanstvo. islam.

ABSTRACT

KOLLÁROVÁ, Martina: Fasting in the Christian and Islamic culture. [Bachelor work] / Martina Kollárová. - Constantine the Philosopher University in Nitra. Faculty of central European studies; Central European Area Culture. – Tutor: doc. PhDr. Peter Kondrla, PhD.- Qualification level: Bachelor. - Nitra: FSS UKF, 2012. 38 p.

The work is focused on fasting in the Christian and Islamic culture. It refers to understanding the importance of fasting and provides general information concerning fasting, and his understanding in the past. In the work are written the reasons for observance of fasting and its benefits for believers. The work also explains what kind of fasting is divided into different cultures, offers information about the compliance period of fasting. It focuses on the main period of fasting in Christianity – the great Lent and the fasting month in Islam – Ramadan. It describes the specific rules and customs that apply during these periods. The work is to highlight the common and different features on the understanding and importance of fasting, breakdowns, also about the compliance period of fasting in the Christian and Islamic culture. The result is a comparison of fasting in Christianity and Islam. The work also includes a brief overview understanding of fasting in other world religions.

Key words: Fasting, Christianity, Islam

OBSAH

ÚVOD.....	7
1 PÔST.....	9
1.1 KRESŤANSKÉ CHÁPANIE PÔSTU.....	10
1.2 ISLAMSKÉ CHÁPANIE PÔSTU.....	13
2 VÝZNAM PÔSTU, DRUHY PÔSTU A PÔSTNE OBDOBIA.....	16
2.1 VÝZNAM PÔSTU V KRESŤANSKEJ KULTÚRE.....	16
2.2 VÝZNAM PÔSTU V ISLAMSKEJ KULTÚRE.....	18
2.3 DRUHY PÔSTU V KRESŤANSKEJ KULTÚRE.....	20
2.4 DRUHY PÔSTU V ISLAMSKEJ KULTÚRE.....	21
2.5 OBDOBIA PÔSTU V KRESŤANSKEJ KULTÚRE.....	22
2.5.1 Veľký pôst.....	23
2.6 OBDOBIA PÔSTU V ISLAMSKEJ KULTÚRE.....	25
2.6.1 Ramadán.....	25
3 POROVNANIE PÔSTU V KRESŤANSKEJ, ISLAMSKEJ A OSTATNÝCH KULTÚRACH.....	29
3.1 POROVNANIE PÔSTU V KRESŤANSKEJ A ISLAMSKEJ KULTÚRE.....	29
3.2 PÔST V OSTATNÝCH SVETOVÝCH KULTÚRACH.....	32
3.2.1 Judaizmus.....	32
3.2.2 Hinduizmus.....	33
3.2.3 Budhizmus.....	33
ZÁVER.....	35
ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV.....	36

ÚVOD

Bakalárska práca sa zaoberá objasnením pôstu, pričom sa zameriava na jeho prežívanie v kresťanskej a islamskej kultúre. Poukazuje na jeho chápanie, členenie a obdobia pôstu. Charakterizuje jeho špecifickosť v oboch kultúrach.

Pôst má svoje miesto v spirituálnej oblasti a aj v medicíne. Už v minulosti bol pokladaný za veľmi dôležitý. Je súčasťou všetkých svetových náboženstiev. Keďže v súčasnosti sme stále viac a viac v kontakte s fenoménom islamskej kultúry, nie je ničím výnimočným hovoriť o zvykoch a tradíciách moslimov. A medzi tie najvýznamnejšie kultúrno-spoločenské prejavy patrí aj slávenie pôstu v mesiaci Ramadán. Pôst je v našej kresťanskej aj islamskej kultúre hlboko zakorenený. Práve preto je podstatné si bližšie predstaviť nie len islam ako náboženstvo, ale aj jeho dôležitý zvyk, ktorý má spoločný s kresťanstvom.

Cieľom práce je poukázať na spoločné a hlavne odlišné znaky týkajúce sa chápania a významu pôstu, členenia a pôstnych období v kresťanskej a islamskej kultúre.

Práca má teoretický charakter, poskytuje nám základné informácie o prežívaní pôstu v oboch svetových kultúrach. K objasneniu faktov využíva práca metódu analýzy pri zisťovaní základných poznatkov o pôste a metódu komparácie pri porovnávaní zistených faktov za účelom ozrejmenia spoločných a odlišných znakov. Pre podloženie niektorých tvrdení je práca obohatená o citáty z Biblie a Koránu.

Práca je rozdelená na tri hlavné kapitoly. Prvá nám ponúka informácie o chápaní pôstu v kresťanstve a islame a o zásadách, ktoré platia pre veriacich, ktorí dodržiavajú pôst. Okrem toho obsahuje aj výnimky, ktorých sa pôst netýka. Začiatok kapitoly nám poskytne aj všeobecné informácie týkajúce sa pôstu a jeho chápania v minulosti.

Druhá kapitola nám charakterizuje význam pôstu pre obe náboženstvá. Poukazuje na jednotlivé dôvody, pre ktoré sa pôst dodržiava a prínosy, ktoré prináša veriacim. Obsahuje aj rozdelenie pôstu, ktoré je špecifické pre obidve kultúry. Taktiež interpretuje obdobia, počas ktorých jednotlivé náboženstvá pôst dodržiavajú, a obdobia kedy by sa pôst držať nemal. Z každej kultúry je jedno pôstne obdobie bližšie charakterizované, takže si predstavíme pôstne obdobie dôležité pre kresťanov – Veľký pôst a pôstny mesiac Ramadán, ktorý je výnimočný pre moslimov. V tejto kapitole sa dozvieme aj o konkrétnych pravidlách a zvykoch, ktoré sa počas týchto období dodržiavajú.

Posledná kapitola je venovaná porovnávaniu pôstu v kresťanskej a islamskej kultúre. Prostredníctvom komparácie sú objasnené najvýraznejšie rozdiely v chápaní a význame pôstu, obdobiach dodržiavania a spôsobe členenia pôstu. Okrem porovnania nám tretia kapitola stručne približuje prežívanie pôstu aj v ostatných svetových náboženstvách a to v Judaizme, Budhizme a Hinduizme.

1 PÔST

V posledných troch desaťročiach sa prehĺbili skúsenosti s pôstom, predovšetkým sme však dozreli k spirituálnej stránke pôstu a získali sme nové šance na ceste svojho vývoja. Pôst má právom svoje miesto medzi spirituálnymi cestami vývoja, čo dokazujú aj všetky veľké svetové náboženstvá, ktoré ho využívajú. Aj vážnosť pôstu v prírodných liečiteľstvách je opodstatnená. Ak trocha popremýšľame zistíme, že pôst patrí ku koreňom medicíny. Tým že posilňuje samoliečiacie sily, posilňuje aj tendenciu k zodpovednosti a taktiež šetrí prostriedkami. V posledných tridsiatich rokoch jeho význam pomaly stúpa a zisťujeme to v mnohých oblastiach.

K pôstu neodmysliteľne patrí vedomie, a práve tým pôst prevyšuje ostatné metódy prírodného liečiteľstva. Či bude kúra úspešná alebo nie, v konečnom dôsledku závisí od postojov, ochoty a pripravenosti rozhodnúť sa prevziať plnú zodpovednosť.

Aj slávni lekári v minulosti pokladali pôst za dôležitý. Jeden z najznámejších stredovekých lekárov, ktorým bol Avicenna, tiež ošetroval svojich pacientov pomocou pôstnej kúry. Rovnako to robil aj Paracelsus. Aj slávny Hippokrates sa vyjadril, že hlad pôsobí na ľudskú povahu veľkou silou. Pokladal ho za prostriedok, ktorý viedol k uzdraveniu. Tieto tvrdenia dokazujú, že postiaci ľudia sa vtedy pohybovali v spoľahlivej a osvedčenej tradícii. No nasledovníci týchto liečiteľov si už držali pôst od tela, pretože bol ich najväčšou konkurenciou. Pacienti totižto mohli potvrdiť pravosť porekadla, že lekár síce lieči, ale ten, kto uzdravuje je príroda (Dahlke, 2009, s. 10 - 23).

Pôst sa vyskytuje vo všetkých hlavných svetových náboženstvách. Už od nepamätí náboženské pravidlá určovali čo a kedy jesť, obdobia v ktorých je treba zdržiavať sa jedla i spôsoby ako sa postiť. Predovšetkým vplyv náboženstva spôsobil premenu jedla z čisto telesnej potreby na súčasť vysokej kultúry, plnej bohatej a hlbkej symboliky (Halík, 2006, s. 114 - 115).

V náboženskej histórii nájdeme veľa príkladov, ktoré vyzdvihujú význam pôstu pre telesný i duševný vývoj. Pôstom sa ľudia pripravovali na sviatky už v starovekom Egypte, Mexiku, v Grécku i Perzii. Aj zakladatelia veľkých náboženstiev, ako Mojžiš, Ježiš Kristus, Mohamed, Buddha, prežili intenzívne skúsenosti s pôstom a získali dôležité poznatky. Mohamed povedal, že modlitba vedie na pól cesty k Bohu, a pôst nás privedie k nebeskej bráne. Budha predniesol o pôste niečo v zmysle, že keď zmizne všetko mäso,

duša bude čím ďalej jasnejšia a duchovná bdelosť čím ďalej pevnejšia.

Dnes už pôst takmer úplne stratil svoj význam alebo bol v náboženstvách zreformovaný takým spôsobom, že do značnej miery stratil svoj zmysel. Napríklad v budhistických krajinách, kde sa pôst dodržiava v mnohých kláštoroch, nájdeme v hostincoch pod názvom pôstne jedlo budhistických mníchov rôzne pochúťky a výživné pokrmy. V islame sa pod pojmom Ramadán vyvinula forma pôstu, pri ktorej sa nič neje a nepije od východu do západu slnka. Po súmraku sa však toho skonzumuje o to viac, takže nemá pozitívne zdravotné účinky. Kresťania v dávnejších časoch museli dodržiavať štyridsať denný pôst a pretrpieť ho. Keďže to však odradilo mnohých adeptov od prístupu ku kresťanstvu, pôstna doba bola obmedzená.

Napriek všetkému je pôst v našej kultúre hlboko zakorenený a je prastarou a pravdepodobne úplne nadčasovou a osvedčenou metódou (Dahlke, 2009, s. 33 - 35).

1.1 KREŠŤANSKÉ CHÁPANIE PÔSTU

V šiestej kapitole evanjelia podľa Matúša dal Ježiš kresťanom vzor ako žiť. Popísal ho tromi konkrétnymi povinnosťami kresťana. Tými sú almužna, modlitba a pôst. Ježiš tu jasne hovorí, že pôst, almužna a modlitba sú normálnou súčasťou kresťanského života. Rovnaká pozornosť, aká sa venuje almužne a modlitbám, by mala byť venovaná aj pôstu (Franklin, 2010, s. 10 - 11).

Kresťania chápu pôst ako biblický spôsob pokory pred Bohom. Je jednou z foriem pokánia a patrí medzi dobré skutky. Sväté písmo hovorí, že modliť sa, postiť sa a almužnu dávať je lepšie, ako nakopiť si zlaté poklady (Katechizmus, 1990, s. 100).

„Pôst je jedna z najstarších kultových zvyklostí, ktorá znamená úplné alebo čiastočné zdržiavanie sa jedál, nápojov, dokonca aj pohlavného života. Jej základom je prastará predstava, že niektoré jedlá obsahujú tajomnú silu a že pred prijímaním posvätných jedál a nápojov sa treba postiť, aby sa „profánnym“ pripravil na stretnutie s „posvätným““ (Gecse – Horváth, 1990, s. 159).

V širšom zmysle sa pôst chápe ako zrieknutie sa niečoho, čo je nám príjemné. *„Je to premáhanie seba, zlých náklonností, žiadostí, telesností“ (Jurko – Beňová – Beňo, 2000, s. 7).*

Pôst ujmy znamená najesť sa len raz za deň do sýtosti a okrem toho sa dvakrát denne ľahko posilniť. Pôst zdržanlivosti znamená zrieknutie sa mäsa a mäsitých výrobkov. Mäso zo studenokrvných živočíchov ako ryby, obojživelníky je dovolené jesť (Pavlincová – Horyna, 2003, s. 430). Pôst v Rímskokatolíckej cirkvi je záväzný pre všetkých plnoletých až do 60. roku a zdržanlivosť od 14. roku života (CIC, Kánon 1252).

Boh očakáva pôst od každého veriaceho. Mahesh Chavda to vo svojej knihe Sila modlitby a pôstu dokazuje tým, že nepoužíva slovo „ak“ ale „keď“. To znamená, že nám nedáva možnosť výberu. Pôst považuje za prirodzený prvok kresťanského života (Chavda, 2001, s. 33). Príkladom je nasledujúca časť z evanjelia podľa Matúša: „*A keď sa postíte, nebuďte zamračení ako pokrytci.... Keď sa ty postíš, pomaz si hlavu a umy si tvár, aby nie ľudia zbadali, že sa postíš, ale tvoj Otec, ktorý je v skrytosti*“ (Mt 6:16 - 18).

Biblický pôst neznamená iba zaobísť sa určitú dobu bez jedla. Pôst tiež nie je niečím, čo praktizujú iba fanatici a nie je obmedzený len na Božích služobníkov alebo na zvláštne príležitosti. Biblický pôst je zdržiavanie sa od jedla s duchovným účelom, pretože bol vždy bežnou súčasťou vzťahu s Bohom.

V kresťanstve platí, že ak pre postiaceho sa človeka pôst nič neznamená, nebude nič znamenať ani pre Boha. Bez spojenia s modlitbou a Božím slovom nie je pôst nič viac ako diéta.

Podľa kresťanského chápania na pôst nie je nikto moc starý alebo mladý, na vhodnú dobu teda netreba čakať, pretože žiadna taká nie je. Dokazuje to príbeh Anny, prorokyne, ktorá vo svojich osemdesiatych rokoch uctievala Boha dňom aj nocou, pôstom a modlitbou (Franklin, 2010, s. 103). „*Žila vtedy aj prorokyňa Anna, Fanuelova dcéra, z Aserovho kmeňa. Bola už vo vysokom veku. Od svojho panenstva žila so svojím mužom sedem rokov, potom ako vdova do osemdesiateho štvrtého roku. Z chrámu neodchádzala, vo dne v noci slúžila Bohu pôstom a modlitbami. Práve v tú chvíľu prišla aj ona, velebila Boha a hovorila o ňom všetkým, čo očakávali vykúpenie Jeruzalem*“ (Lk 2:36 - 38). Tento príbeh len dokazuje, že nikto nemôže zostarnúť natoľko, aby sa nemohol postiť. Aj Anna mala hlad po Božom slove, ktorý bol väčší, ako hlad po jedle (Franklin, 2010, s. 116).

Ako sme už spomínali, pri pôste platí zdržanlivosť od jedla za duchovným účelom. Niektorí ľudia sa postia od televízie, počítačových hier, či internetu. Ak veriacemu tieto veci bránia modlitebnému životu, alebo štúdiu Božieho slova, je pre nich dobré dať na nejakú chvíľu tieto veci stranou. No technicky vzaté, toto nie je pôst. Pôstom sa rozumie

obísť sa bez jedla po určitý časový úsek, čo spôsobuje, že sa opustí ruch bežných činností. Súčasťou obety pôstu je, že bežné aktivity ustúpia do pozadia (Franklin, 2010, s. 109).

Pôst sa neviaže na chorých ľudí, alebo ľudí zotavujúcich sa z choroby, ktorí konajú dlhotrvajúcu ťažkú prácu v deň pôstu (Katechizmus, 1990, s. 98).

V živote kresťana, by mali prevládať súkromné služby Bohu nad verejnými. Pri čítaní o Ježišovi ho zďaleka nevidíme modliť sa verejne tak často, ako v súkromí. Víťazstvo neprichádza na verejnosti, ale v súkromí, preto tiež pôst, či už spoločný, alebo individuálny, je prejav osobnej disciplinovanosti (Franklin, 2010, s. 85 - 86). O tomto hovorí aj nasledujúci úryvok z evanjelia podľa Matúša: *„Dajte si pozor a nekonajte svoje dobré skutky pred ľuďmi, aby vás obdivovali, lebo nebudete mať odmenu u svojho Otca, ktorý je na nebesiach“* (Mt 6:1).

Skutočný pôst a zdržanlivosť v kresťanstve by teda nemali slúžiť na to, aby ľudia ukazovali svojmu okoliu akí sú pokorní. Jeho cieľom je, aby sa človek zdržiaval všetkých nevyspytateľností mysle a správania, ktoré je nesprávne (Davidson, 2004, s. 186). Nasledujúca časť z evanjelia podľa Matúša nám to dokazuje. *„A keď sa postíte, nebuďte zamračení ako pokrytci. Znetvorujú si tvár, aby ľudia videli, že sa postia. Veru, hovorím vám: Už dostali svoju odmenu. Keď sa ty postíš, pomaž si hlavu a umy si tvár, aby nie ľudia zbadali, že sa postíš, ale tvoj Otec, ktorý je v skrytosti. A tvoj Otec ťa odmení, lebo on vidí aj v skrytosti“* (Mt 6:16 - 18).

V uvedenej časti je zdôraznené, ako niektorí ľudia svojím správaním dávajú na obdiv svoj pôst a pokánie. Usilujú sa tak získať si rešpekt u ostatných, alebo sa stať v ich očiach svätými. Takáto povrchná okázalosť vie ľudí ľahko zmiastť. Postiť sa má diskkrétne a neukazovať to navonok svojím správaním. Je dôležité vyzeráť a správať sa bežne a nevystavovať svoju duchovnosť na obdiv. Vtedy budú Bohom odmenení (Davidson, 2004, s. 188).

1.2 ISLAMSKÉ CHÁPANIE PÔSTU

Základné náboženské povinnosti, ktoré musí plniť moslim vyjadruje arkán, t.j. päť pilierov islamu.

Tvorí ich:

- vyznanie viery (šaháda),
- modlitba (salát),
- almužna (zakát),
- pôst (saum),
- púť (hadždž) (Lunde, 2004, s. 39 - 40).

„Vy, ktorí ste uverili, je vám predpísaný pôst tak, ako bol predpísaný tým, ktorí boli pred vami, azda sa vyvarujete“ (Korán, 2:183).

Štvrtý pilier islamu tvorí pôst, ktorý patrí medzi najverejnejšie povinnosti islamskej bohoslužby. Tiež je považovaný za jeden z najprísnejších a fyzicky najnáročnejších islamských obradov.

Pôst je starým semitským zvykom. Nie je však výsledkom dokazovania pravoviery, ktoré si vynútili islamské authority cestou telesného odriekania. Skôr vychádza zo storočnej lekárskej praxe semitských civilizácií. Už predislamskí Arabi dodržiavali pôst v určitých prípadoch. Dodržiaval sa v bohatých oázach zo zdravotných dôvodov a tiež v chudobných oblastiach z úsporných dôvodov (Křikavová – Mendel – Müller, 1990, s. 108).

Počas pôstu je zakázané čokoľvek jesť, piť a fajčiť. Zdržiavať sa treba aj sexuálneho styku. Moslim musí počas pôstu tiež dbať na svoje vnútorné rozpoloženie, ovládať svoj hnev, vzrušenie a myšlienky, ktoré sú nevhodné. Musí sa zdržať činností a správania, ktoré by mohli byť pre spoločnosť škodlivé (Halík, 2006, s. 218 - 219). F. Haeri v knihe *Základy islámu* píše: *„Počas pôstu je tiež dôležité zdržať sa intímneho styku i akéhokoľvek zmyslového vzrušenia alebo rozptýlenia, pretože sa doporučuje i pôst zmyslových a telesných orgánov. Pôst rovnako znamená nezapájať sa do ohovárania a nepočúvať ho, zdržať sa hnevu a všetkých ostatných necností. Človek sa musí chovať natoľko uvážlivo, že svojím správaním Boha iba poteší“* (Crofter, 2006, s. 163).

Pôst sa v islame dodržiava počas denného svetla, čiže od začiatku ranného svtania

až po západ slnka. V každý pôstny deň sa po západe slnka pôst preruší. To znamená, že sa v daný deň ukončí (Lexikon..., 2006. s. 173). O tomto hovorí aj nasledujúci úryvok z Koránu: „*Je vám dovolený počas noci v deň pôstu intímny styk s vašimi ženami. Ony sú vašim odevom a vy ste ich odevom. Boh vie, že ste zrádzali sami seba a tak prijal od vás pokánie a prepáčil vám to. Teraz sa s nimi môžete intímne stýkať a sledujte to, čo vám Boh predpísal. A jedzte a pite, až kým nerozoznáte biely lúč od čierneho lúča na úsvite. Potom dovŕšte pôst až do noci. A nezačínajte s nimi intímny styk, pokiaľ sa oddávate Bohu v mešitách. Toto sú hranice Bohom určené, tak sa k nim nepribližujte. Takto Boh objasňuje Svoje znamenia ľuďom, azda sa vyvarujú“ (Korán, 2:187).*

Povinnosť dodržiavať pôst platí pre všetkých plnoletých, ktorí sú duševne a fyzicky zdraví. Taktiež musia byť prítomní vo svojom trvalom bydlisku a musia si byť istý, že im pôst nespôsobí žiadnu škodu. Deti sa postia individuálne na jednoduchšej úrovni. Väčšinou začínajú medzi siedmym až desiatym rokom.

Pôst nemusia dodržiavať:

- deti, ktoré nedosiahli vek pohlavnej a rozumovej dospelosti,
- duševne chorí ľudia,
- muži a ženy, ktorí sú moc starí a slabí, aby mohli dodržiavať pôst,
- chorí ľudia,
- ľudia, ktorí cestujú viac ako 80 kilometrov,
- tehotné a dojčiace ženy,
- ženy počas menštruácie alebo šestonedelia – nie je im dovolené postiť sa.

Deti a duševne chorí ľudia sú oslobodení od pôstu a nemusia si ho nahrádzať. Starí a slabí ľudia, musia ako náhradu za pôst ponúknuť aspoň jednému chudobnému moslimovi priemerne celé jedlo alebo jeho hodnotu za každý deň pôstu. Chorí ľudia, ľudia na cestách, tehotné, dojčiace, menštruujúce ženy a ženy v šestonedelí si pôst nahradia neskôr, deň po dni. Človek, ktorý pôst preruší, ho musí držať ďalšie tri dni. Nedodržanie pôstu bez rozumného ospravedlnenia je prísne trestaným hriechom. Ak niekto úmyselne je, pije, fajčí alebo sa oddáva intímnemu styku, pôst stráca platnosť. Nič nesmie prejsť ústami do vnútorných častí tela. Ak niekto koná takto úmyselne a bez ospravedlniteľného dôvodu, tak sa musí postiť šesťdesiat dní po sebe alebo musí poskytnúť dostatočné nasýtenie

šesťdesiatim osobám a okrem toho držať pôst jeden deň za každý deň, kedy bol pôst porušený (Abdalati, 1991, s. 57 - 58). O nahrádzaní si pôstu hovorí nasledujúci úryvok z Koránu: „*Určitý počet dní je to. Kto by z vás bol chorý alebo na cestách, ten to nahradí niekoľkými dňami z dní iných. A pre tých, ktorí ho ťažko znášajú, je vykúpením jedlo pre biedneho. A kto by dobrovoľne dobro vykonal, koná dobro pre seba. A postiť sa je lepšie pre vás, keby ste to len vedeli*“ (Korán, 2:184).

Tematika pôstu a jeho porušovania zostáva dodnes predmetom častých dotazov. Prorok povedal, že kto pri pôste zabudol a buď sa najedol alebo napil, jeho pôst je platný, pretože Boh mu dal najesť a napíť. Z tohto tvrdenia vychádza že, ak sa niekto najedol alebo napil omylom nemusí pôst nahrádzať ani vykonávať kajúci skutok kaffáru. Tiež je známe, že ak sa niekto nedopatrením napije vody pri umývaní, neporušil tým svoj pôst. A keďže začiatkom pôstu je úsvit a koniec západ slnka, tak ten, kto sa najedol alebo napil v domnienke, že ešte nenastal úsvit, zatiaľ čo už svitá alebo v domnienke, že slnko už zapadlo, zatiaľ čo nezapadlo, jedol v čase pôstu úmyselne a pôst tak narušil. Preto musí pôst nahradiť. No ak sa mýlil v určení času, neprevinil sa a nemusí vykonať kaffáru.

Silná verejná mienka núti aj menej zbožných spoluobčanov dodržiavať pôst. Cudzinci alebo inoverci by rozhodne nemali porušovať pôst na verejnosti. Jesť, piť alebo fajčiť by mali radšej v ústraní. Tento tlak verejnej mienky nie je všade rovnaký, v niektorých krajinách je väčšia miera tolerancie (Kropáček, 2006, s. 109 - 110).

2 VÝZNAM PÔSTU, DRUHY PÔSTU A PÔSTNE OBDOBIA

*Keď chceš zostať silný, keď chceš zostať zdravý a mladý,
chovaj sa striedmo, cvič svoje telo, dýchaj čistý vzduch
a svoje bolesti uzdravuj skôr pôstom
ako liekmi. (Hippokrates)*

2.1 VÝZNAM PÔSTU V KREŠŤANSKEJ KULTÚRE

Všetky náboženstvá počítajú s pôstom ako s prostriedkom očisty, vnútorného zjednotenia, prejavov pokánia a cesty k vnútornej slobode. V kresťanstve má pôst ale ešte jeden veľmi dôležitý rozmer, z hľadiska viery dokonca ten najdôležitejší. Je prejavom túžby po Bohu, pokory pred Bohom v spojení s modlitbou a prejavom lásky k druhým. Nejde iba o asketický výkon, ktorý má navodiť príjemný duševný pocit, alebo uspokojiť z prekonania seba samého. Pre kresťanov je pôst predovšetkým prejav túžby predstúpiť pred Boha s vierou a oddanosťou, s vedomím bytostnej závislosti na ňom, a s očakávaním jeho zásahu do ich života. Je vyjadrením túžby stretnúť sa s ním (Lindrová, 2007).

V živote kresťana je pôst veľkou zbraňou a zdrojom moci. Pastor Jentezen Franklin sa venuje pôstu vo svojej knihe Púť. Uvádza v nej význam pôstu a to taký, že ak niekto cíti, že duchovne vysychá, prestáva cítiť pomazanie alebo sa potrebuje priblížiť k Bohu vtedy mu pôst pomôže. Pôst privedie človeka k hlbšiemu, intímnejšiemu a mocnému vzťahu s Pánom. Keď veriaci vylúči jedlo zo svojho života na určitý počet dní, jeho duch sa stane citlivým na Božie veci.

Ďalej J. Franklin radí, že ak kresťan dlho nepočul Boha, ak sa okolnosti zdajú byť tou najväčšou prekážkou v živote, treba všetko nechať tak a postiť sa. Nie sú dôležité detaily, či je to jeden alebo viac dní, či sa postí od všetkého alebo len od niektorých jedál. Dôležitá je túžba srdca uspokojiť Boha uctievaním a obetou.

Pôst tiež pomáha veriacemu premôcť sexuálnu závislosť a démonické mocnosti. Vyslobodzuje ľudí z veľkých hriechov (Franklin, 2010). Ježiš povedal v evanjeliu podľa Matúša o neústupnom démonovi: „*Tento druh sa nedá vyhnúť ináč, iba modlitbou a pôstom*“ (Mt 17:21).

Najlepšie, čo človek môže urobiť, podľa J. Franklina, je nechať svoje telo hladovať a nakrmiť svojho ducha prostredníctvom pôstu. Ten pomôže oddeliť to čo chceme od toho, čo potrebujeme (Franklin, 2010, s. 112).

Pôst je veľmi blízky trúchleniu. Príklad môžeme vidieť v evanjeliu podľa Matúša, ktorý nám to jasne ukazuje. „*Vtedy k nemu prišli Jánovi učeníci a hovorili: "Prečo sa my a farizeji často postíme, a tvoji učeníci sa nepostia?" Ježiš im povedal: "Vari môžu svadobní hostia smútiť, kým je ženích s nimi? No prídu dni, keď im ženícha vezmú; potom sa budú postiť"*“ (Mt 9:14 - 16). V dobe pôstu sa veriaci necíti na nejaké oslavy. Pôst je časom tlačenia sa k Bohu, hľadania ho a vzdávania sa telesných záležitostí (Franklin, 2010, s. 132).

Mahesh Chavda žije modlitebným a pôstnym životom. Vo svojej knihe Sila modlitby a pôstu uvádza nasledovný zoznam požehnaní, ktoré sprevádzajú pôst:

- pokora,
- schopnosť jasnejšie vidieť poradie hodnôt vo svojom živote,
- v tých oblastiach života, ktoré boli nevyvážené, nastane rovnováha,
- oslobodzovanie sa od sebeckej ctižiadosti a pýchy,
- zvýšená citlivosť na Ducha Svätého,
- skryté slabôstky a sklony sa dostanú na povrch, aby ich Boh mohol dať do poriadku (Chavda, 2001, s. 118 - 119).

Význam pôstu vidí aj v tom, že napomáha uvoľniť silu Ducha a umožní voľnejší tok Ducha Svätého, keďže odstráni zo života každú nečistotu. Za najúčinnější spôsob, ako dať telo na miesto kam patrí, považuje pôst a modlitbu.

Poukazuje aj na význam, že sa démoni nemotajú okolo postiaceho sa človeka. Príčinou je to, že podľa Božej vôle pôst vytvára celkom inú atmosféru. Tá priťahuje to čo je sväté a odháňa nečisté. Takže v blízkosti osoby, ktorá sa postí sa démoni cítia nepríjemne (Chavda, 2001, s. 30 - 39).

Rovnaký názor má aj J. Franklin, ktorý píše, že každý pôst je ako protestná hladovka proti peklu, pretože diabol vie, že pôst uvoľňuje Božiu moc. Túto myšlienku opisuje v príbehu Ježišovho 40 denného pôstu. Satan sa ho pokúšal vyprovokovať, aby premenil na konci svojho pôstu kameň na chleba. Ježiš mal túto moc, ale použil ju, aby

slúžil iným a nie pre seba. Okrem toho bol rozhodnutý dokončiť pôst. Ježiš vedel, že požehnanie, ktoré pôst prináša, nemôžu byť uvoľnené iným spôsobom. Diabol to vedel tiež. Po návrate z púšte začal Ježiš robiť veľké zázraky. Satan chcel prinútiť Ježiša, aby sa začal sústrediť na chuť k jedlu, pretože vedel, že ak sa tak nestane, Ježiš prijme moc od Boha, ktorá zmení svet.

Nie každý motív pre pôst je správny, ako napríklad snaha získať pred Bohom nejaké zásluhy alebo sa zbaviť hriechu (Franklin, 2010).

Mahesh Chavda zhotovil nasledujúci zoznam biblických motívov pôstu, medzi ktoré patrí:

- poslušnosť Božiemu slovu (pôst je nástrojom víťaziacich),
- pokora pred Bohom a prijatie milosti a sily (vd'aka pôstu si zachováme vzťahy v čistote a zachová nás v úprimnosti),
- očistiť sa od hriechu,
- stať sa pred Bohom slabými, aby sa jeho sila mohla uvoľniť (počas pôstu sa stojí pri Bohu a proti prirodzenej telesnej povahe),
- podpora Boha v naplnení Jeho vôle,
- kritická situácia,
- hľadanie Božieho vedenia (pôst je najlepšia vec pre usmernenie),
- Božie zjavenie a získanie porozumenia (Chavda, 2001, s. 42 - 50).

2.2 VÝZNAM PÔSTU V ISLAMSKÉJ KULTÚRE

Význam pôstu v islame siaha od fyziologického až po mentálny a duchovný prospech. A ako píše Shaykh Fadhlalla Haeri: „*Pináša so sebou hlbšie vedomie a citlivosť voči samému sebe a svetu*“ (Haeri, 2000, s. 63).

Ohľadom významu pôstu sú v islamskej kultúre vyzdvihované často morálne hodnoty, ako cvičenie vôle a tiež prejavu solidarity k chudobným. V súlade so súčasnou lekárskou vedou je tiež zdôraznená zdravotná užitočnosť pôstu (Kropáček, 2006, s. 110).

Pôstom sa prejavuje aj bohabojnosť. Okrem toho má tiež dôležitú etickú stránku, pretože by nebol nič platný, keby moslim podvádzal alebo klamal, ohováral iných ľudí a používal hrubé a urážlivé slová. Prerušenie pôstu každý večer je príležitosťou porozprávať

sa v kruhu rodiny, príbuzných, susedov alebo priateľov. Pôst je dobou pokánia, kedy je zvykom starať sa o ľudí, ktorí to potrebujú. Večerné hodiny sa využívajú na znovunastolenie mieru (Kirste – Schultze – Tworuschka, 2002. s. 71 - 72).

Význam pôstu upresňuje aj Hammudah Abdalaty vo svojej knihe Zaostřeno na islám, kde uvádza nasledujúci duchovný zmysel pôstu:

- Naučí človeka princíp úprimnej lásky, pretože ten, kto dodržiava pôst, robí to z hlbokej lásky k Bohu. Ten, kto skutočne miluje Boha, vie čo je láska.
- Prinesie človeku tvorivý zmysel nádeje a optimistický názor na život, pretože ten kto dodržiava pôst, dúfa, že tým poteší Boha a hľadá Jeho milosť.
- Prehlbuje človeka skutočnou cnosťou účinného zanietenia, čestného odovzdania a blízkosti Boha, pretože ten, kto dodržiava pôst, robí to pre Boha a iba kvôli Nemu.
- Pôstom sa v človeku pestuje bdelé a zdravé svedomie, pretože ho dodržiava v súkromí aj na verejnosti. Žiadny úrad nekontroluje správanie človeka počas pôstu. Dodržiava ho, lebo to teší Boha a pretože tým ukludňuje svoje svedomie. Je to dobrý spôsob ako vypestovať zdravé svedomie.
- Upevňuje v človeku trpezlivosť a nesebeckosť, pretože počas pôstu pociťuje útrapy, ktoré trpezlivo znáša. Táto skutočnosť pomáha vcítiť sa do utrpenia iných, ktorí sú zbavený základných prostriedkov k životu.
- Pôstom si človek cvičí skromnosť a silu vôle, pretože ten, kto dodržiava pôst správne, dokáže zvládnuť svoje túžby a fyzické pokušenie. Má silnú vôľu a odhodlanie.
- Počas pôstu má človek čistú dušu schopnú transcencie, jasnú myseľ na premýšľanie a ľahké telo k pohybu a konaniu.
- Ukáže človeku spôsob, ako múdro šetriť a rozumne hospodáriť, pretože počas pôstu sa menej je, čiže sa menej utráca.
- Pomocou pôstu sa človek naučí zrelej prispôsobivosti, pretože mu zmení štýl každodenného života. Musí sa prispôbiť novému systému a vyhovieť novým pravidlám.
- Pôst vedie človeka k disciplíne, ak ho dodržiava pravidelne v jednotlivých dňoch svätého mesiaca.
- V človeku vyvoláva skutočného ducha spoločenskej spolupatričnosti, jednoty a rovnosti pred Bohom a pred právom. Je to prirodzeným produktom pôstu, pretože kto sa postí, cíti, že patrí k celej moslimskej spoločnosti, ktorá dodržiava tú istú povinnosť, tým istý

spôsobom, z tých istý dôvodov a pre tie isté ciele.

– Pôst je Boží predpis na získanie sebadôvery a sebaovládania, na zachovanie ľudskej dôstojnosti a slobody, na víťazstvo a mier. Keď sa človek postí správnym spôsobom, ovláda sám seba, má v rukách plnú kontrolu nad svojimi vášňami a odoláva všetkým zlým pokušeniam (Abdalati, 1991, s. 55 – 56).

Pôst v islame má veľa významov a pozitív, ktoré prináša po zdravotnej, duševnej aj spoločenskej stránke. Dôležité je uvedomiť si, že Boh všetky zásady, ako aj pôst uložil pre dobro ľudu. Prostredníctvom nich chce pomôcť ukázať správny smer k lepšiemu životu. Dôkazom je aj nasledujúci verš, ktorý hovorí: „*Boh pre vás chce uľahčenie (chce vám dať návod, ako si uľahčíte život) a nechce pre vás utrpenie*“ (Korán, 2:185).

Za dodržiavanie zásad sľúbil Boh moslimom odmenu a ústami svojho proroka Mohameda o pôste hovorí: „*Každý skutok Adamovho syna (človeka) koná sám pre seba okrem pôstu, ten koná pre Mňa a Ja zaň dávam odmenu, (človek) zanechá svoje jedlo pre Mňa, zanechá svoje pitie pre Mňa, zanechá svoje slasti a radosti pre Mňa, a zanechá svoju manželku pre Mňa*“ (Al-Sbenaty, 2002. s. 97 - 102).

2.3 DRUHY PÔSTU V KREŠŤANSKEJ KULTÚRE

Biblia uvádza rôzne druhy pôstu. Jentezen Franklin v knihe Púť a Mahesh Chavda vo svojej knihe Sila modlitby a pôstu uvádzajú nasledovné druhy:

- a) Úplný pôst, ktorý znamená nič nejst' ani nepiť. Takýto pôst sa môže držať najviac trikrát dvadsaťštyri hodín za sebou.
- b) Obyčajný pôst, ktorý znamená zdržať sa jedla, ale vodu pravidelne prijímať. Týmto spôsobom sa postil Ježiš na púšti.
- c) Čiastočný pôst, ktorý je vhodný pre tých, ktorí sa ešte nepostili. Tento pôst bol praktizoval Daniel, najznámejšia postiaci sa osoba v starom zákone. Daniel nejedol jedlá podľa svojej chuti, ale iba zeleninu a vodu. Aj v živote Jána Krstiteľa mal pôst zvláštnu úlohu. Živil sa iba kobyolkami a medom.

„*Ján nosil odev z ľavej srsti a okolo bedier kožený opasok. Potravou mu boli kobyľky a lesný med*“ (Mt 3:4).

Čiastočný a úplný pôst si Boh váži rovnako.

d) Skupinový alebo spoločný pôst.

Dĺžka pôstu môže byť rôzna. V Biblii sa nachádzajú zmienky o určitom počte dní – tri, sedem, dvadsať jedna a štyridsať. Ale tiež sa dajú nájsť odkazy na pôsty poldňové a dvadsaťštyri hodinové (Franklin, 2010).

2.4 DRUHY PÔSTU V ISLAMSKÉJ KULTÚRE

V islamskej kultúre môže byť pôst:

a) povinný - počas mesiaca Ramadán,

b) nepovinný - akým je napríklad bohumilý dobrovoľný pôst, alebo taký, ktorý je zavedený ako forma pokánia (Lexikon..., 2006. s. 426).

Pokánie sa koná pri:

- malých previneniach: „Boh vás nebude brať na zodpovednosť za vaše nechcené prísahy, ale vás bude brať na zodpovednosť za to, na čo ste sa vašou pravicom zaviazali.. za vymazanie hriechu nedodržania prísahy je povinnosť nakrmiť desiatich chudákov z bežného jedla, ktoré dávate vašim rodinám, alebo ich ošatiť, alebo oslobodiť jedného otroka. Kto by nenašiel, nech sa postí tri dni. Takto odčinite nedodržanie prísahy, na ktorú by ste sa zaviazali vašou pravicom, ak by ste prisahali. A dodržiavajte prísahy pravicom vašou potvrdené. Takto vám Boh objasňuje svoje znamenia, azda budete vďační“ (Korán, 5:89).
- veľkých previneniach: „Žiadnemu veriacemu nenáleží zabiť iného veriaceho jedine ak z omylu. A kto by z omylu zabil veriaceho, tak nech oslobodí veriaceho otroka a nech zaplatí odškodné, ktoré odovzdá jeho rodine, iba že by mu to odpustili. Ak by patril k ľuďom, ktorí sú vašimi nepriateľmi a bol by veriacim, tak nech oslobodí veriaceho otroka. A ak by patril k ľuďom, s ktorými máte dojednaný záväzok, tak nech zaplatí odškodné, ktoré sa odovzdá jeho rodine a nech oslobodí veriaceho otroka. Kto by nenašiel, nech postí dva po sebe idúce mesiace, bude to pokánie, ktoré Boh za to určil. A Boh všetko vie a múdrosťou oplýva“ (Korán, 4:92).

2.5 OBDOBIA PÔSTU V KREŠŤANSKEJ KULTÚRE

„Všetci veriaci, každý svojím spôsobom, sú z božieho zákona povinní konať pokánie, aby sa však medzi sebou spojili v istom spoločnom konaní pokánia, predpisujú sa dni pokánia, v ktorých sa veriaci majú zvláštnym spôsobom venovať modlitbe, konať skutky nábožnosti a dobročinnnej lásky, majú sa zapierať vernejším plnením svojich povinností a najmä zachovávaním pôstu a zdržiavania sa mäsa...“ (CIC, Kánon 1249).

Podľa pôstnej disciplíny Rímskokatolíckej cirkvi sa na Popolcovú stredu a Veľký piatok dodržiava pôst a zdržiava sa mäsitých pokrmov. Pôstne obdobie a jednotlivé piatky sú dňami pokánia. V tieto dni platí pôst zdržanlivosti (CIC, Kánon 1250 - 1251).

Pred druhým vatikánskym koncilom sa medzi pôstne dni zaradovali aj streda a piatok. Dnes je pôstnym dňom iba piatok, ako spomienka na Veľký piatok. Požiadavka zdržanlivosti sa tiež stále zmierňuje. Keďže sa znižuje spotreba mäsa tak sa jeho požívanie ani neberie ako zákaz. Stále väčší dôraz sa kladie na zdržanie sa od pôžitkov, ako alkohol alebo cigarety. V nedeľu sa pôst nedodržiava ani v dobe pôstu (Lexikon..., 2006. s. 72). Keďže piatky patria medzi dni pokánia, každý veriaci má povinnosť vykonávať pokánie určitým spôsobom.

Spôsoby pokánia:

- zdržiavanie sa mäsitých pokrmov,
- vykonávanie skutkov nábožnosti, čo je napríklad účasť na svätej omši, modlenie sa bolestný ruženec,
- čítanie Svätého písma,
- vykonanie skutku lásky k blížnemu, čím sa myslí napríklad návšteva chorého s prejavom pomoci, návšteva cintorínu a modlenie sa za zosnulých alebo pomoc chudobným,
- zrieknutie sa fajčenia, alkoholu, pozerania televízie alebo vykonanie iného sebazaprenia (Pôstna disciplína, 2012).

2.5.1 Veľký pôst

Veľkonočné trojdnie sa považuje za vrchol cirkevného roka. Obdobie pred týmito sviatkami je dobou štyridsaťdňového pôstu (Jurko – Beňová – Beňo, 2000, s. 5).

Toto obdobie pokánia predstavuje obdobie Ježišovho pokušenia na púšti, o ktorom hovorí aj nasledujúci úryvok z evanjelia podľa Lukáša: *„Ježiš sa vrátil od Jordánu plný Ducha Svätého. Duch ho vodil štyridsať dní po púšti a diabol ho pokúšal. V tých dňoch nič nejedol. A keď sa skončili, vyhladol. Tu mu diabol povedal: „Ak si Boží Syn, povedz tomuto kameňu, aby sa stal chlebom.“ Ježiš mu odvetil: „Napísané je: Nielen z chleba žije človek.“ Potom ho diabol vyzdvihol, v jedinom okamihu mu ukázal všetky kráľovstvá sveta a vravel mu: „Dám ti všetku ich moc a slávu, lebo som ju dostal a dám ju, komu chcem. Ak sa mi teda budeš klaňať, všetka bude tvoja.“ Ježiš mu povedal: „Je napísané: Pánovi svojmu Bohu, sa budeš klaňať a jedine jemu budeš slúžiť.“ Potom ho zaviedol do Jeruzalema, postavil ho na vrchol chrámu a povedal mu: „Ak si Boží Syn, vrhni sa stadeto dolu, veď je napísané:*

Svojim anjelom dá príkaz o tebe,

aby ťa chránili,

a vezmú ťa na ruky,

aby si si neuderil nohu o kameň.“

Ježiš mu odvetil: „Je povedané: Nebudeš pokúšať Pána, svojho Boha.“ Keď diabol skončil všetko pokúšanie, na čas od neho odišiel“ (Lk 4:1 - 13).

V druhom storočí bol dva dni pred sviatkom zmŕtvychvstania Pána určený prísny pôst, aby sa veriaci hlbšie pripravili na prežívanie pamiatky. V treťom storočí trval pôst celý týždeň a začiatkom štvrtého storočia bol na pamiatku pôstu Ježiša na púšti zavedený už 40-dňový pôst. Šesť týždňov pred Veľkou nocou sa začínal pôst v šiestom storočí. Keďže po odrátaní nediel, počas ktorých sa pôst neodrží, trval Veľký pôst 36 dní, pripočítali sa chýbajúce dni a v siedmom storočí bola určená Popolcová streda ako počiatok Veľkého pôstu. Čiže trvá 40 všedných dní a 6 nediel (Jurko – Beňová – Beňo, 2000, s. 5).

Toto 40-dňové obdobie pokánia sa končí svätým týždňom. Ten sa začína Kvetnou nedeľou. V tento deň si veriaci pripomínajú Ježišov vstup do Jeruzalema. O štyri dni neskôr na Zelený štvrtok sa slávi posledná večera a Ježišovo prikázanie, aby sme sa navzájom milovali. Za najväčší sviatok sa považuje Veľký piatok na ďalší deň. Pripomína

nám Ježišovu smrť a Veľkonočná nedeľa slávi jeho vzkriesenie (Keene, 2003, s. 114 - 115).

V minulosti bol Veľký pôst vnímaný ako obdobie pokánia, ktoré sa uskutočňovalo modlením a újmou na jedle. Zriekalo sa mäsa aj zvieracieho tuku. Časom sa pôst zmieňoval a v súčasnosti sa prísny pôst dodržiava len na Popolcovú Stredú a Veľký Piatok. To znamená, že sa nejedia mäsité pokrmy a je dovolené najesť sa dosýta len raz za deň. Počas pôstu sa odporúča čítať Sväté Písmo, modliť sa a uvažovať nad slovami Evanjelia. V období pôstu sa v katolíckych kostoloch oltáre neozdobujú, tým sa pripomína, že je obdobie pokánia. Spievajú sa piesne pripomínajúce utrpenie Ježiša (Jurko – Beňová – Beňo, 2000, s. 6 - 7). Kresťania by mali svoj život prežívať nie len podľa svojich prianí, ale aj podľa Božej vôle. Ako napísal Tomáš Pavlikovský vo svojom článku: „*Pôst slúži ako výraz poníženia pred Bohom, znamená toľko ako „uponiť svoju dušu“.*“ Pre pôst sú charakteristické skutky pokánia a horlivejšia modlitba (Pavlikovský, 2008).

Tri dni pred pôstom je fašiangová doba. Ľudia ju prežívajú rôzne, hrami, hlučnými zábavami, karnevalmi. Tieto zvyky však nemajú s kresťanstvom nič spoločné, ale sú pozostatkom starodávnej obyčaje pohanov. Tí oslavovali Baccha, boha obžerstva a opilstva, práve v tomto čase.

Pred Popolcovou stredou rodina pri večeri rozmýšľa nad predsavzatím, ktoré by bolo konkrétne a dalo by sa denne kontrolovať. Mal by to byť skutok, ktorý naplní vnútro kresťana láskou k Bohu a bližným. Rodinám sa odporúča zúčastniť sa na krížových cestách, duchovných cvičeniach, kajúcich pobožnostiach alebo manželských rekolekciách. Tiež by mala v tomto čase vládnuť pokojná atmosféra v rodinách, mali by sa vylúčiť hlučné zábavy a televízne relácie by mali byť obmedzené na minimum (Jurko – Beňová – Beňo, 2000, s. 8 - 9).

Verejné pokánie pre tých, čo sa ťažko previnili, bolo známe už v ranej Cirkvi. Na začiatku pôstneho obdobia prichádzali do chrámu, v kajúcom rúchu a tam boli posypaní popolom. Značenie popolom, ktoré symbolicky vyjadruje hriešnosť nás všetkých, sa zachovalo až dodnes, napriek tomu, že prax verejného pokánia koncom prvého tisícročia postupne zanikla.

Prvá časť Veľkého pôstu je od Popolcovej stredy až do vigílie Piatej pôstnej nedele. Toto obdobie zdôrazňuje pokánie a pripomenutie si krstu. Druhá časť Veľkého pôstu, od Piatej pôstnej nedele do zeleného štvrtku, kladie dôraz na aspekt Kristovho utrpenia a

umučenia (Seman, 2008).

Každá pôstna nedeľa má svoj charakter. Má vlastný omšový formulár, biblické čítanie a prefáciu. Štvrtá sa nazýva aj nedeľa Laetare, čo znamená radovať sa. V túto nedeľu sa zdobia oltáre kvetmi a na orgáne sa hrá slávnostnejšie. Šiestou nedeľou sa už začína Veľký týždeň (Pavlikovský, 2008).

Číslo 40 v Biblii predstavuje očistenie. Štyridsať dní trvala potopa v Noeho dobe, ktorá očistila zem od skazenosti. Život Mojžiša by sa dal rozdeliť na tri štyridsaťročné obdobia: štyridsať rokov strávil v Egypte, štyridsať rokov na púšti a štyridsať pri vyslobodzovaní a uvádzaní Božieho ľudu do zasľúbenej zeme. Taktiež sa postil dvakrát štyridsať dní. Najprv, keď dostal Boží zákon vo forme desiatich prikázaní a druhýkrát, keď sa prihováral za ľud kvôli ich hriechom (Franklin, 2010, s. 57).

2.6 OBDOBIA PÔSTU V ISLAMSKÉJ KULTÚRE

Pre dobrovoľný pôst je presne určené, ktoré dni sú pre takýto akt vhodné a ktoré nie. Je zakázané postiť sa počas veľkých sviatkov a nedoporučuje sa postiť v piatok. Dobrovoľný pôst sa doporučuje pri príležitosti 10. muharramu, 9. dhú 1-hidžadža a 27. radžabu a ďalej počas týždňa v pondelok a vo štvrtok.

Povinný je pôst počas celého mesiaca Ramadán (Kropáček, 2006, s. 109 - 110).

2.6.1 Ramadán

„Mesiac ramadan je mesiac, v ktorom bol zoslaný dole Korán ako správne usmernenie ľuďom a jasné dôkazy správneho usmernenia a rozlíšenia. Kto z vás by bol svedkom príchodu tohto mesiaca, nech sa počas neho postí. A kto by bol chorý alebo na cestách, ten to nahradí niekoľkými dňami z dní iných. Boh vám chce všetko uľahčiť a nechce vám to sťažiť. A chce, aby ste dokončili stanovený počet dní a aby ste Boha velebili za to, ako vás správne usmernil a azda budete ďakovať“ (Korán, 2:185).

Ramadán je deviatym mesiacom v islamskom lunárnom kalendári. V koráne je uvedený ako mesiac pôstu.

Islamský lunárny kalendár má 354 dní. Rok má 12 mesiacov, tie sa začínajú keď je nov. Keďže islamský mesiac má 29 alebo 30 dní, rok je o 11-12 dní kratší ako solárny rok

(Lexikon..., 2006. s. 173).

V roku 610 počas Ramadánu mal obchodník Muhammad ibn Abdalláh zjavenie. Následne sa utiahol každý rok v tomto čase do jaskyne, kde sa modlil a postil. V noci dvadsiateho siedmeho Ramadánu Mohameda oslovil Boh prostredníctvom anjela Džibráíla teda archaniela Gabriela (Armstrongová, 2002, s. 41 - 42).

Je pravdepodobné, že už Mohamedovi predchodcovia prijali rituálny pôst od židov a kresťanov. To isté platí aj pre Mohameda. Ten sa počas svojho pobytu v Mekke o pôste nevyjadroval, ale v roku 622 po odchode do Mediny zapojil pôst do svojho učenia, aby si naklonil židovské rody, pretože na ich priazni bol spočiatku závislý. Až keď posilnil svoje mocenské postavenie, zmenil formu pôstu a rozšíril ho na celý Ramadán (Křikavová – Mendel – Müller, 1990, s. 108).

Povinnosti pôstu začínajú, keď sa objaví nový mesiac po ukončení mesiaca ša'bán. Čakanie na nový mesiac býva dlho očakávaným momentom. Predtým sa používal výstrel z dela, dnes sú už oznamované televíznymi programami, rozhlasom alebo internetom. V jednotlivých moslimských krajinách sa môže stať, že začiatok Ramadánu sa stanoví rôzne. Súvisí to s tým, že dnes už do stanovenia počiatku pôstu okrem islamských právnikov zasahujú aj astronómovia a matematici.

Podľa tradície sa musí pôst dodržiavať celý deň, od okamžiku, kedy sa dá rozoznať čierna nit' od bielej. Toto sa dnes už taktiež nedodrzuje, pretože sa riadia časovými údajmi, ktoré sa uverejňujú v médiách, avšak najčastejšie pokyny k prerušeniu pôstu sú volané z minaretov (Ostřanský, 2009, s. 165 - 166).

Pred každým pôstnym dňom sa musí vysloviť zbožné predsavzatie níja. Počas pôstu sa všetok verejný život a pracovná doba prispôsobuje zvláštnemu rytmu, aby sa unavení veriaci mohli počas dňa vyspať, zatiaľ čo v noci mesto hýri svetlami, hudbou a rušným životom. Reštaurácie, kaviarne a obchody ostávajú v noci otvorené.

Prerušenie pôstu sa volá iftár. Podľa tradície sa majú požiť datle s vodou. Potom nasleduje ďalšia, bohatá strava. Ešte pred svitaním sa doporučuje dobre najesť (Kropáček, 2006, s. 108).

Každý večer sa v mešitách koná taravíh, čo je dlhá modlitba. Názov je množné číslo slova tarvih, čo znamená prestávka. Nazýva sa tak kvôli krátkym prestávkam, ktoré sa do nej vkladajú, pretože je mimoriadne dlhá. V priebehu mesiaca sa tiež recituje celý text Koránu a tým sa utvrdzuje v pamäti. Posledná tretina pôstneho mesiaca je určená na

to, aby sa moslim utiahol k modlitbe a čítal Korán v mešite, pričom sa nemá zaoberať ničím iným (Lexikon..., 2006. s. 174) .

Takto znie jedna ramadánová modlitba: „*Ó Bože, toto je mesiac ramadán, v ktorom si ľuďom zoslal Korán ako vedenie. Toto je mesiac cvičenia, návratu k Tebe, pokánia, odpúšťania a zľutovania. Ó, Bože, stoj pri mne so Svojou milostivou pomocou a prived' ma k poslušnosti voči Tebe. Poskytni mi dary tohto mesiaca a zachovávaj ma pri kajúcnosti*“ (Kirste – Schultze – Tworuschka, 2002. s. 71).

V Prvý deň mesiaca šavvál je „Sviatok prerušenia pôstu“, alebo nazývaný tiež „Malý sviatok“, ktorým sa končí pôstny mesiac. Sviatok je rovnako ako celý Ramadán obdobím zábav. V tento deň sa koná slávnostná modlitba, po ktorej moslim poskytne almužnu človeku, ktorý stojí najbližšie a potrebuje ju (Křikavová – Mendel – Müller, 1990, s. 111). Táto almužna, nazývaná zakát al-fitr, je nepovinná, no vrelo doporučovaná, pretože ako argumentujú moslimskí učenici, pôst slúži nielen k morálnej, ale aj fyzickej očiste veriacich a taktiež utvrdzuje spoločenskú solidaritu v rámci veriacich, pretože v hladovení sú si bohatí a chudobní rovní (Ostřanský, 2009, s. 166). Tento sviatok je dobou vd'akyvdania za to, že Boh moslimom umožnil dodržať pôst a odpustil im priestupky. Ľudia navštevujú priateľov a príbuzných.

„Noc predurčenia“ (Lajlat al-qadr) patrí medzi sväté noci islamu a slávi sa najčastejšie v 27. noc Ramadánu. Pripomína sa v ňom zjavenie Koránu Mohamedovi (Kirste – Schultze – Tworuschka, 2002. s. 72 - 73).

Počas Ramadánu sa vydávajú pôstne kalendáre v mnohých obciach, v ktorých je zaznamenaných 29 alebo 30 dní pôstneho mesiaca spolu s časom, kedy začína ranné svitanie a zapadá slnko, ktorý sa mení o jednu alebo dve minúty (Lexikon..., 2006. s. 174).

Paradoxom je, že počas Ramadánu stúpa spotreba potravín v moslimských krajinách. Moslimovia v tejto dobe žijú väčšinou v noci a ramadánske noci patria medzi najkrásnejšie veci islamského sveta, ktoré môže návštevník zažiť. Bohatší moslimovia pripravujú pre bezdomovcov, pútnikov a náhodne okoloidúcich stoly Milosrdného a tak poskytnú pohostenie na vlastné náklady (Ostřanský, 2009, s. 166).

Ak má moslim dodržať všetky ustanovenia, býva koncom mesiaca značne vyčerpaný. Keď si túto skutočnosť premietneme do súčasných pomerov, je jasné, že Ramadán je ťažkou skúškou hlavne pre národné hospodárstvo a správne inštitúcie islamských krajín. Realita si vynútila, že niektoré profesionálne skupiny obyvateľov

nemôžu dodržať pôst v záujme zdravého chodu hospodárstva a obranyschopnosti krajiny. V roku 1973 bývalý egyptský prezident Anvar Sadat a sýrsky prezident Háfiz al-Asad dokázali, že zásady pôstu je možné v plnej miere prerušiť a dokonca aj zdôvodniť. Šiesteho Októbra, keď egyptské vojská zahájili útok na izraelské opevnenie na Suezskom prielave a Sýria zahájili oslobodzovanie Golanských výšin, bol pôstny mesiac, v ktorom sa majú moslimovia zdržiavať násilia. V zahájení ozbrojených akcií mal byť skrytý nie len moment prekvapenia (v ten deň židia slávil pôstny deň jóm kippúr), ale aj symbolika zahájenia vojny za oslobodenie okupovaných území práve v posvätných dňoch Ramadánu (Křikavová – Mendel – Müller, 1990, s. 110).

3 POROVNANIE PÔSTU V KREŠŤANSKEJ, ISLAMSKÉJ A OSTATNÝCH KULTÚRACH

Pôst je súčasťou tak kresťanskej, ako aj islamskej kultúry. Pretože jeho chápanie je v oboch kultúrach rôzne, ich názory sa viac-menej rozchádzajú kvôli malým rozdielom alebo zásadným odlišnostiam. No nie len rozdiely, ale aj spoločné znaky si priblížime v tejto kapitole.

3.1 POROVNANIE PÔSTU V KREŠŤANSKEJ A ISLAMSKÉJ KULTÚRE

Pôst v týchto kultúrach nie je jedinou spoločnou tradíciou. V kresťanskej kultúre patrí pôst medzi povinnosti spolu s modlitbou a almužnou. Aj v islamskej kultúre patrí medzi základné náboženské povinnosti, spolu s ďalšími piliermi viery, medzi ktorými je aj almužna a modlitba. Rozdiel spočíva v tom, že zatiaľ čo v islame je pôst považovaný za najprísnejší a fyzicky najnáročnejší obrad v kresťanskej kultúre, napriek tomu, že ho Boh očakáva od každého kresťana, jeho dodržiavanie nie je na takej prísnej úrovni ako v islame. Kresťania ho totižto považujú za tzv. dobrý skutok a jeho nedodržiavanie nie je žiadnym spôsobom trestané.

Ďalšia odlišnosť medzi týmito kultúrami spočíva v spôsobe dodržiavania pôstu. Zatiaľ čo moslim počas dňa nemôže do úst nič vložiť, ba ani sliny prehltnúť, kresťan má dovolené v pôstnom období sa najviac dvakrát za deň občerstviť a raz dosýta najesť. Nemá úplne zakázané jedlo, len sa musí vyhýbať mäsu a mäsitých potravín, okrem rýb. Dôležité je pripomenúť fakt, ktorým sa od seba tieto dve kultúry výrazne odlišujú a to je, že pre kresťana sa pôst neprerušuje západom slnka, ale platí vo dne aj v noci. Takže nemá možnosť sa počas večerných hodín posilniť jedlom a pitím ako moslim, ktorý môže uskutočňovať všetky činnosti, ktoré má počas dňa prísne zakázané.

Výrazný rozdiel je však aj v tom, že zatiaľ čo Biblia káže, aby postenie bolo diskkrétne a nedávalo sa najavo, pre moslimov je to jedna z najverejnejších udalostí. Príkladom na tento odlišný postoj uvádza aj Guy Gilbert vo svojej knihe *Evangelium podle svatého lotra*, kde uviedol nasledujúci príbeh: „*Raz sa jeden mladý kresťan cítil ublížene, pretože mu jeden moslim povedal, že jeho pôst je k ničomu, keď ho nie je vidieť. Toho mladého kresťana sa tá zraňujúca poznámka veľmi dotkla. Povedal som mu: „Nechaj to*

tak. On je moslim, ramadán je pre nich sviatok, niečo nápadného. To je jeho vec. My kresťania sa musíme riadiť podľa Kristovej rady: Boh prijíma to, čo je v očiach ľudí neviditeľné. Bud' šťastný, že sa môžeš postiť tajne. Tvoj pôst Boh požehná“ (Gilbert, 2008, s. 274).

Za spoločný znak oboch kultúr môžeme považovať zdržanlivosť od zmyslových pôžitkov a bežných aktivít, ktoré ustupujú do pozadia v oboch kultúrach počas pôstu. Taktiež sú oba pôsty úzko späté s modlitbou a obe náboženstvá oslobodzujú výnimky od dodržiavania pôstu, ako sú napríklad chorí ľudia, s tým rozdielom, že moslim je povinný zameškaný pôst nahradiť.

Čo sa týka významu je pre obe náboženstvá pôst určitým druhom očisty tela a duše. A obe kultúry chápu pôst ako dobu pokánia. Význam pôstu v kresťanskej kultúre je zameraný skôr na duchovné dôvody, ako túžba po Bohu a stretnutie s ním, vytvorenie si intímnejšieho vzťahu k Nemu, oddelenie toho čo chceme, od toho čo potrebujeme, pokora. alebo premôcť démonické mocnosti. V islame sa však pôst dodržiava od fyziologických až po mentálne a duchovné dôvody. Medzi základné ciele patrí vďakyvzdanie alebo to, že pôst učí k trpezlivosti, nesebeckosti, skromnosti, prispôsobivosti, disciplinovanosti alebo spolupatričnosti. Kresťanský pôst má hlbší duchovný význam.

Pri porovnávaní úryvkov týkajúcich sa pôstu z Biblie a Koránu je zjavný ďalší rozdiel. Biblia o pôste hovorí ako o prirodzenom prvku viery, pôst neprikazuje, ale počíta s tým, že sa každý veriaci postí. V Koráne je pôst spomínaný vo forme nariadení, ktoré by mal veriaci moslim dodržiavať. Tento rozdiel môžeme vidieť v nasledujúcich úryvkoch:

„A keď sa postíte, nebuďte zamračení ako pokrytci. Znetvorujú si tvár, aby ľudia videli, že sa postia. Veru, hovorím vám: Už dostali svoju odmenu. Keď sa ty postíš, pomaž si hlavu a umy si tvár, aby nie ľudia zbadali, že sa postíš, ale tvoj Otec, ktorý je v skrytosti. A tvoj Otec ťa odmení, lebo on vidí aj v skrytosti“ (Mt 6:16 - 18).

„Vy, ktorí ste uverili, je vám predpísaný pôst tak, ako bol predpísaný tým, ktorí boli pred vami, azda budete bohabojní...Mesiac ramadan je mesiac, v ktorom bol zoslaný Korán ako správne vedenie pre ľudí, ako jasné dôkazy správneho vedenia a rozlíšenia pravdy od nepravdy. Kto z vás by bol svedkom tohto mesiaca, ten nech sa postí...“ (Korán, 2:183 – 185).

Pôst v kresťanskej a islamskej kultúre sa od seba odlišuje aj tým, na aké druhy sa člení. Zatiaľ čo kresťania rozdeľujú pôst na úplný, obyčajný, čiastočný alebo skupinový,

moslimovia takéto členenie nemajú. V islame platí počas každého pôstu zákaz vložiť niečo do úst počas dňa. Takže žiadne obyčajné pôsty, pri ktorých by mohli piť vodu alebo čiastočné, pri ktorých sa zdržiavajú iba niektorých potravín nemajú. Pôst majú iba povinný alebo nepovinný, no stále pri ňom platí tá istá prísna zásada, že do západu slnka nesmú nič vložiť do úst.

Ďalšou odlišnosťou je doba určená pre pôst. Piatky sú pre kresťanov dňami pokánia a zdržiavania sa mäsitých jedál, no v islame sa naopak v piatok neodporúča postiť sa.

Pri porovnaní dvoch pôstnych období, ktoré sú najdôležitejšie, Veľkého 40 dňového pôstu a Ramadánu, sme napriek mnohým odlišnostiam našli aj podobnosti. Jednou zo spoločných znakov je spojenie pôstu v oboch kultúrach s modlitbou, skutkami pokánia a čítania Svätého písma alebo Koránu. Podobné je aj predsavzatie, ktoré sa v tomto období vyslovuje. Kresťania ho hovoria pred Popolcovou stredou, čiže pred začiatkom pôstu. Moslimovia vyslovujú svoje predsavzatie pred každým dňom, čiže taktiež pred začatím pôstu.

Veľkým rozdielom medzi Veľkým pôstom a Ramadánom je ten, že kresťanský pôst nie je zďaleka taký prísny ako islamský. V minulosti bol Veľký pôst spojený s modlením a ujmou na jedle, no v súčasnosti sa prísny pôst dodržiava iba na Popolcová streda a Veľký piatok. V Ramadáne sa na rozdiel od kresťanského obdobia pôstu drží prísny pôst počas celého mesiaca.

Odlišujú sa aj vnímaním tohto obdobia pokánia. Kresťania sa v dobe pôstu zdržujú hlučných zábav, väčšinou sa necítia na oslavy. Je to pre nich čas vzdávania sa telesných náležitostí. Toto platí aj o islamskom pôste, no len po západ slnka, pretože noci sa menia na radostné oslavy a hodovanie.

Dôležité je pripomenúť ďalší fakt, že zatiaľ čo v kresťanstve je doba pôstu stále v tom istom ročnom období, v islame pôst nastáva príchodom deviateho mesiaca Ramadán, no keďže islamský kalendár je lunárny a nie slnečný, akým je gregoriánsky, mesiac môže mať 29 alebo 30 dní, takže začiatok Ramadánu sa posúva o 11-12 dní každý rok. Pôstny mesiac pripadne niekedy na zimu, keď sú dni krátke a noci dlhé a niekedy na leto, keď sú naopak dni dlhé a noci krátke. Ak sa moslim dožije vysokého veku, postí sa vo všetkých ročných obdobiach.

3.2 PÔST V OSTATNÝCH SVETOVÝCH KULTÚRACH

Nielen v kresťanskej a islamskej kultúre, ale aj v ostatných svetových náboženstvách je pôst spoločnou praxou. Judaizmus, hinduizmus a budhizmus tiež používajú pôst vo svojom náboženskom kontexte.

3.2.1 Judaizmus

V judaizme je pôst súčasťou pokánia, ktoré sa v hebrejčine označuje ako tešuva, čím sa vyjadruje návrat k Bohu a odvrátenie sa od zla. V judaizme poznáme šesť pôstnych dní (Mátel, 2003).

Roš Hašana je pôstny deň, ktorý v preklade znamená hlava roka, a v judaizme je to Nový rok. Židia sa schádzajú k spoločnej modlitbe a oslave výročia počiatku sveta. Tento sviatok trvá dva dni a otvára celý rad sviatočných dní, ktoré sa nazývajú veľké sviatky a je spojený s najvýznamnejším sviatkom židovského roku, s Jom Kipur. Podstatou Roš Hašany je duchovné znovuzrodenie, analogické k novému mesiacu. Roš Hašana nie je hlučnou oslavou, ale ponorením sa do seba, meditáciou a sebaskúmaním (Franeck, 1993, s. 55).

Jom Kipur v preklade znamená dlhý deň a v židovskom kalendári je najvýznamnejším pôstnym dňom. Je vrcholom dlhého obdobia kajúcnosti a obnovy, v ktorom sa Židia prísne postia. Liturgia tohto najväčšieho sviatku začína krátko pred západom slnka a pokračuje až do súmraku. Tento sviatok je v judaizme známy tiež ako deň zmierenia alebo sobota sobôt (Fishbane, 1996, s. 122). Tento sviatok je jediný, na ktorý sa vzťahuje Tórou predpísaný úplný pôst, čo znamená viac ako 24-hodinové zdržanie sa jedla a nápojov. Zakázané sú aj telesné pôžitky počas celého pôstu. Taktiež akákoľvek práca je zakázaná. Medzi tieto zákazy tiež patrí zákaz kúpania sa a krémovania a pri návšteve synagógy sa upozorňuje na zákaz nosenia koženej obuvi, ktorá symbolizovala v minulosti prepych. Cieľom tohto pôstu je prehĺbenie pokánia. Práve na tento pôstny deň dáva Hospodin odpustenie niektorých hriechov z minulosti. Základnou myšlienkou Jom Kipuru je zmierenie, očistenie svedomia bojom proti zlu a pre dobro (Franeck, 1993, s. 57 - 58).

Tiša be-av je pôst, ktorý má pravdepodobne pôvod v roľníckych sviatkoch, ale stal sa pamiatkou zničenia prvého a druhého Chrámu a vyhnania Židov zo Španielska. V posledných rokoch sa týmto pôstom pripomína i hrôza holokaustu (Fishbane, 1996, s. 119). Tento pôst je predpísaný, ale nie taký prísny ako na Jom Kipur. Počas tohto pôstu sa zakazuje nosenie koženej obuvi, väčšie umývanie, okrem rúk a tváre a tiež je zakázané štúdium Talmudu a Tóry, pretože sa to považuje za požitok. Taktiež počas tohto pôstu sa odporúča návšteva cintorína a po zotmení sa nezapaľuje žiadne zbytočné svetlo (Franek, 1993, s. 76).

3.2.2 Hinduizmus

„V hinduizme je pôst súčasťou askézy, ktorá má dôležitý význam pri ceste k vyslobodeniu“ (Mátel, 2003). Toto vyslobodenie sa môže dosiahnuť askézou, cestou poznania alebo cestou činu. Hinduisti askézu používajú aj počas meditácii a jógy. Cieľom je očistenie, aby myslenie a meditácia prebehli nerušene.

Mahátma Gándhi bol významný indický mysliteľ a politik. Bol toho názoru, že medzi modlitbou a pôstom je úzke spojenie. Tvrdil, že jeho náboženstvo ho učí, že v núdzi sa treba postiť a modliť. On sám sa utiahol k pôstu stále, keď cítil, že jeho slová sú neprijaté a svoj pôst sprevádzal modlitbami. Väčšie výsledky dosiahol často pôstom a modlitbami, ako politickými aktivitami (Mátel, 2003).

3.2.3 Budhizmus

Askéza zohráva dôležitú úlohu v budhizme, pretože je jednou z možností, ako udržiavať kontrolu nad svojím telom. Pri askéze sa človek naučí nepoddávať sa všetkým potrebám. Pomôže udržať ducha voľného pre veci, ktoré sú v živote podstatné, pretože pri znášaní hladu určitý čas sa človek nezaoberá jedlom a nesústredí svoju energiu na tento aspekt bytia (Lexikon..., 2006. s. 296 - 306).

Siddhártha Gautama, zakladateľ budhizmu, sa podrobil prísnej askéze, extrémnym pôstom a meditáciám, ktoré boli nebezpečné, aby našiel definitívne vyslobodenie. No všetko bolo márne a Siddhártha prišiel na to, že sebatrýznenie a pôst ako prostriedok k dosiahnutiu spásy je nezmyselný a márný. Až neskôr, keď sa dostal do stavu nirvány, prišlo

osvietenie. V budhizme teda askéza a pôst neslúži na vyslobodenie, ale na odstránenie žiadostivosti, nenávisťi a zaslepenosti, čiže sú súčasťou cesty k nirváne – úplnému vyhasnutiu. Nirvána sa chápe ako cieľ spásy a znamená vyvanutie, bezvetrie, a tým pokoj ducha (Máltel, 2003).

Záver

Islamská kultúra sa stále rýchlejším tempom rozširuje a dotýka sa nás stále viac a viac, preto dnes už nie je ničím výnimočným hovoriť o ich zvykoch. Pôst je hlboko zakotvený v kresťanstve tak, ako aj v islame. No napriek tomu, že je súčasťou oboch kultúr, jeho chápanie a prežívanie sa odlišuje.

Cieľom práce bolo priblížením pôstu v kresťanstve a islame porovnať jeho prežívanie v oboch kultúrach. Zamerali sme sa teda na analýzu pôstu v oboch náboženstvách. Sústredili sme sa na špecifické prvky prežívania pôstu. Charakterizovali sme v kresťanstve aj v islame spôsob jeho chápania a zásady, ktoré platia pre veriacich, ktorí ho dodržiavajú. Okrem toho sme ozrejmili význam pôstu a podrobne analyzovali jednotlivé dôvody, pre ktoré sa pôst dodržiava a prínosy, ktoré prináša. V práci sú popísané obdobia, počas ktorých sa pôst dodržiava, pričom sme bližšie charakterizovali Veľký pôst a Ramadán. Zhrnuli sme všetky konkrétne pravidlá a zvyky, ktoré počas týchto období platia.

Porovnaním všetkých týchto zistených faktov sme sa dopracovali ku komparácii prežívania pôstu. Venovali sme sa prvkom, ktoré majú tieto kultúry spoločné počas pôstu, no najväčšiu pozornosť sme kládli na poukázanie odlišností. Analýzou a následným porovnávaním sme dospeli k záveru, že vo väčšine zisteniach o pôste sa názory kresťanstva a islamu viac-menej rozchádzajú kvôli malým rozdielom alebo zásadnejším odlišnostiam.

Rozdiely, či už menšie alebo zásadnejšie, sme objavili takmer v každej oblasti. Či už v chápaní, prežívaní alebo dobe postenia sa. Dospeli sme k názoru, že islamský pôst je chápaný prísnejšie. Rozdiel sme poznamenali aj vo význame a spôsobe prežívania.

No napriek týmto všetkým rozdielom by sme nemali vnímať pôst v islame ako niečo zásadne odlišné a iné, ako ten kresťanský. V oboch kultúrach je totižto veľmi dôležitým zvykom a je postavený na rovnakom základe odopierania si či už potravy alebo iných slastí pre duchovný účel. To znamená, že podstata pôstu sa chápe v oboch kultúrach rovnako. Je vnímaný ako druh očisty tela a duše. Takže z uvedených rozdielov, by sme nemali mať pocit úplnej odlišnosti pôstu v kresťanstve a islame. Rozdielne prežívanie je len dôsledkom rozdielneho vnímania vecí v islame ako v kresťanstve. No pôst ostáva napriek všetkému spoločným zvykom týchto kultúr.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

1. Knihy / Monografie

AL-SBENATY, A. 2002. *Islam – viera a náboženstvo*. 2. vyd. Bratislava: Alja, 2002. 160 s. ISBN 80-968262-1-2.

ARMSTRONGOVÁ, K. 2002. *Islam*. 1. vyd. Bratislava: Slovart, 2002. 163 s. ISBN 80-7145-683-7.

CROFTER, W. 2006. *Veľká kniha islámu*. 1. vyd. Čechtice: BVD, 2006. 242 s. ISBN 80-903754-0-5.

DAHLKE, R. 2009. *Veľká kniha pôstu*. 1. vyd. Olomouc: Fontána, 2009. 304 s. ISBN 978-80-7336-545-5.

DAVIDSON, J. 2004. *Ježišovo evanjelium*. Bratislava: CAD PRESS, 2004. 848 s. ISBN 80-88969-20-4.

FRANKLIN, J. 2010. *Púst*. 1. vyd. Postřižín: Kontakt.cz, 2010. 232 s. ISBN 80-66442-53-5

GECSE, G. - HORVÁTH, H. 1990. *Malý lexikon Biblie*. 1. vyd. Bratislava: Nakladateľstvo Spektrum, 1990. 216 s. ISBN 80-218-0038-0.

GILBERT, G. 2008. *Evangelium podle svätého lotra*. Praha: Portál, 2008. 296 s. ISBN 978-80-7367-450-2.

HALÍK, T. 2006. *Prolínání světů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2006. 280 s. ISBN 80-7106-834-9.

CHAVDA, M. 2001. *Sila modlitby a pôstu*. 1. vyd. Banská Bystrica: Kresťanské vydavateľstvo Milosť, 2001. 168 s. ISBN 80-968006-5-5.

JURKO, J. - BEŇOVÁ, Š. - BEŇO, S. 2000. *Radostný návrat k otcovi*. 1. vyd. Kapušany: Ing. Štefánia Beňová – Bens, 2000. 82 s. ISBN 80-88998-02-6.

KIRSTE, R. - SCHULTZE, H. - TWORUSCHKA, U. 2002. *Svátky světových náboženství*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Vyšehrad, 2002. 128 s. ISBN 80-7021-588-7.

KROPÁČEK, L. 2006. *Duchovní cesty islámu*. 4. vyd. Praha: Nakladatelství Vyšehrad, 2006. 312 s. ISBN 80-7021-821-5.

KŘIKAVOVÁ, A. - MENDEL, M. - MÜLLER, Z. 1990. *Islám: Ideál a skutečnost*. 1. vyd. Praha: Panorama, 1990. 368 s. ISBN 80-7038-012-8.

LUNDE, P. 2004. *Islám*. Bratislava: Ikar, 2004. 192 s. ISBN 80-551-0723-8.

PAVLINCOVÁ, H. - HORYNA, B. 2003. *Judaismus, křesťanství, islám*. Olomouc: Olomouc, 2003. 661 s. ISBN 80-7182-165-9.

Katechismus. 7. vyd. Bratislava: Vesna, 1990. 304 s. ISBN 80-85128-76-4.

Lexikón svetových náboženstiev. Bratislava: Aktuell, 2006. 375 s. ISBN 80-89153-28-3.

Sväté písmo: Nový zákon. 3. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2004. 320 s. ISBN 80-7162-459-4.

2. Elektronické dokumenty

ABDALATI, H. 1991. *Zaostřeno na islám*. [online]. Praha: 1991. [cit. 2012.03.15.] Dostupné na internete: <http://www.islamweb.cz/elknihovna/zni/zni.pdf>

LINDROVÁ, M. 2007. *Když se řekne půst*. In *Katolický týdeník*. [online]. 2007. [cit. 2012.03.15.] Dostupné na internete: <http://www.katyd.cz/index.php?cmd=page&type=11&article=5106>

PAVLIKOVSKÝ, T. 2008. *Z histórie pôstneho obdobia*. In *Brána*. [online]. 2008, no. 1 [cit. 2012.04.01.]. Dostupné na internete: http://brana.rkcpoprad.sk/pdf/Brana_2008_1.pdf

SEMAN, D. 2008. *Pôst*. In *Brána*. [online]. 2008, no. 1 [cit. 2012.04.01.]. Dostupné na internete: <http://brana.rkcpoprad.sk/index1.php?page=next&clanok=616&arch=2008-01>

Codex iuris canonici. [online]. [cit. 2012.03.15.]

Dostupné na internete: http://www.culture.gov.sk/files/files/stranky/RimKC_CIC.pdf

Korán. [online]. [cit. 2012.03.15.] Dostupné na internete: <http://www.islam-sk.sk/sk/koran-druha-kapitola-krava-2>

Pôstna disciplína. In *Liturgický kalendár rímskokatolíckej cirkvi*. [online]. 2012, [cit. 2012.03.15.]. Dostupné na internete: <http://www.kbs.sk/?cid=1116936021>