

Bolesław Leszczyński

Znaczenie i symbolika postu

Studia Koszalińsko-Kołobrzeskie 21, 135-145

2014

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

ZNACZENIE I SYMBOLIKA POSTU

Wstęp

Post jako jedno ze zjawisk kulturowych, specyficznie ludzkich, występuje zarówno w ascezie religijnej, jak i świeckiej. Spotykany w kulturach pierwotnych, rozumiany był jako dobrowolny trud psychiczny lub psychofizyczny podejmowany przez człowieka dla osiągnięcia jakiegoś wyższego celu, zwłaszcza celu moralno-religijnego i doskonalenia sprawności fizycznej. Jako jedna z form ascezy post był uważany za niezbędny czynnik w procesie harmonizowania aktywności człowieka poprzez świadomą kontrolę i ukierunkowanie swojego postępowania. Post ma swoje ugruntowane miejsce w wielu religiach świata, w kulturach społeczeństw antycznych, w ich medycynie i systemach filozoficznych.

1. Post w czasach przedchrześcijańskich

W społeczeństwie konsumpcyjnym, w którym żyjemy, ranga postu uległa znaczącej dewaluacji, rzadko jest on postrzegany w kontekście społecznym, raczej jako rzecz osobista wierzącego. Motywacja, którą uzasadniano stosowanie postu jest różna; bywa to asceza, przygotowanie do funkcji kapłańskich, szamańskich, w rytuałach pogrzebowych, jako wątek akcentujący wartość modlitwy przebłagalnej, a także uzdrowienie duchowe i cielesne. Tak rozumiany post spotykany jest w obrzędach religijnych Papuasów na Nowej Gwinei, w rytualnych obrzędach mieszkańców afrykańskiego buszu, w inicjacjach kapłańskich Azteków – gdzie był również siedmiodniowym okresem przygotowawczym przed wielkim świętem jesiennym, a także u wyznawców buddyzmu. W islamie post jest najważniejszą formą uznania transcendencji bożej i dopełnieniem modlitwy. Pościli również Celtowie irlandzcy w zaskakujących dla nas okolicznościach, stosowali bowiem post jako znaczący element procedury prawnej. Pościli zarówno poszkodowany, jak i oskarżony, aby uwiarygodnić swoją właściwą postawę przed poddaniem się arbitrażowi: „Ten kto nie pojmuje zobowiązania postu, uchyla się od wszystkiego. Temu, kto lekceważy wszystko, nie zapłaci ani Bóg, ani człowiek”². Zwyczaj ten ma też ścisłą analogię w prawie hinduskim, gdy wierzytel może pościć, siedząc u dłużnika tak długo, aż dłużnik – aby nie stać się winnym śmierci tego człowieka – ulegnie jego żądaniu³. W religiach pogańskich post był praktyką asce-

¹ Ks. mgr Bolesław Leszczyński, adres do korespondencji: Parafia Wojskowa pw. św. Pawła Apostoła w Słupsku, e-mail: bolles@wp.pl.

² M. Dillon, N.K. Chadwick, *Ze świata Celtów*, Warszawa 1975, s. 95.

³ Tamże.

tyczną, jak i sposobem wprowadzania człowieka w stan podniecenia psychicznego lub sakralnego. Niektóre szkoły filozoficzne i kierunki wychowawcze w starożytności zalecały umiarkowaną wstrzeźliwość od pokarmów i napojów według praktycznych recept mających na celu utrzymanie dobrej kondycji ciała i sprawności umysłu. Post w tym sensie był ascezą higieniczną, opartą na podłożu wskazań medycznych, znany w świecie jako post filozofów. W filozoficznych greckich akademiach post był zalecany jako doping w skuteczności jakiegoś działania, wskazywano na jego stymulujące działanie na „somę i psyche”.

W okresie hellenistyczno-rzymskim zachowywanie postów było aktem pobożności i moralności. Stanowiły one w okresie późnego antyku sposób na osiągnięcie zdolności do ekstazy kontakt kulturowy z bóstwem. Oprócz innych reguł określających wstrzeźliwość przepisy o abstynencji od niektórych pokarmów przygotowywały do kultowych czynności i religijnych misteriów eleuzyńskich, dionizyjskich i innych⁴. W nurcie orficko-mistycznym religii Greków wstrzeźliwość od mięsa, ryb i bobu stosowana była jako środek ograniczający do minimum życiowe wygody w celu osiągnięcia wewnętrznej przemiany duchowej człowieka jako warunku zjednoczenia z bóstwem⁵. Uważano więc post jako pomoc w rozwoju człowieka przez ćwiczenie sprawności ciała lub metodę na osiągnięcie jedności z bóstwem przez umartwienie i pokutę⁶. Jako środek rozwoju człowieka post oznaczał ćwiczenia cielesne lub uprawianie jakiejś sztuki (post w znaczeniu fizycznym) lub ćwiczenie się w zdobywaniu mądrości utożsamianej z dobrym postępowaniem (post w znaczeniu moralnym).

Hipokrates, filozof i ojciec medycyny, zalecał post jako nakaz higieniczny, lapidarnie to ujmując: „Jeśli człowiek mało je i pije, to nigdy nie zachoruje”. Sokrates zaś barbarzyńcami nazywał tych, co jedli więcej niż dwa razy dziennie, praktykował dziesięciodniowe posty w celu „uzyskania sprawności umysłowej i fizycznej”, zaś Seneka znany był z umiarkowania w jedzeniu i picu, podobnie i cesarze rzymscy: Wespazjan, Marek Aureliusz i Sewer pościli kilka razy na miesiąc⁷. W wypowiedziach filozofów antycznego Śródziemnomorza post jawi się jako jeden ze składników ascezy koniecznej w roztropnym życiu człowieka dążącego do osiągnięcia ostatecznego celu – wewnętrznego szczęścia. Epikurejskie *carpe diem* z roztropną dietą, także i asceza pokarmowa stoików przez zalecanie postu były sposobem na samorealizację w drodze do wewnętrznej wolności. Post pojmowany był zawsze raczej jako sposób i pomoc w osiągnięciu celu niż cel sam w sobie. Pragmatyczni starożytni, z uwagi na ograniczone możliwości i środki ówczesnej medycyny, przekazali w spuściźnie naszym czasom jakże aktualne ze stanem wiedzy XXI w. przesłanie, że post to lekarstwo, którego siły lecznicze nie dadzą się z niczym porównać⁸.

⁴ H. Wójtowicz, *Asceza w hellenizmie*, w: *Asceza odczłowieczenie czy – czy uczłowieczenie*, Homo Meditans, t. 3, Lublin 1985, s. 64-65.

⁵ Tamże.

⁶ W. Słomka, *Świętość na świeckiej drodze życia*, Poznań-Warszawa 1981, s. 198.

⁷ O. Grzegorz B. Bloch OFM, *Czy post ma znaczenie tylko religijne?*, <http://www.franciszkanie.net/news101/> (dostęp 15.04.2014).

⁸ Tamże.

2. Post w ascezie chrześcijańskiej

Już w religii Starego Przymierza post jest rozumiany jako czysty akt wiary, którego wypełnianie (np. w dzień ekspiacji – Dz 27,9) jest warunkiem przynależności do narodu wybranego. Czym jest więc post w ujęciu biblijnym? Odpowiedź, jaka znajduje się w Księdze Kapłańskiej (Kpł 16,29), wskazuje na post jako na pewną postawę człowieka względem Boga. Pościć to znaczy „upokorzyć swoją duszę” (Kpł 16,29), a zarazem przyjąć postawę całkowitej zależności i bezgranicznego zaufania przed oczekującym trudnym zadaniem (Sdz 20,26). Post w połączeniu z modlitwą błagalną może uprosić przebaczenie grzechu (3 Krl 21,27), spowodować uzdrowienie (2 Sm 12, 16,22), stać się żałobą po śmierci najbliższych (Jdt 8,5 i Łk 2,37) lub opłakiwaniem nieszczęścia narodowego (1 Sm 7,6). Wreszcie pościć oznacza – otworzyć się na światło Boże (Dn 10,12), otrzymać łaskę niezbędną do wypełnienia ważnego posłannictwa (Dz 13,2) lub wprost przygotować się na spotkanie z Bogiem (Dn 10,12), otwierając umysł i wolę na jego działanie⁹. W tym znaczeniu można także mówić o poście Mojżesza, który spędził na pustyni czterdzieści dni przed spotkaniem z Panem (Wj 34,28). Post ma publiczny i wspólnotowy charakter, ten jego aspekt, podobnie jak inne, przejmie chrześcijaństwo. „Na Syjonie dmijcie w róg, zarządzcie święty post, ogłoście uroczyste zgromadzenie” (J 1 2,15). Dlatego święta hebrajskie i chrześcijańskie są z natury wspólnotowe. Cały lud święci Pana, radując się, cały lud korzy się przed Nim, umartwiając się i poszcząc, Biblia często podkreśla, że w dniach pokuty powinni pościć wszyscy „ludzie i zwierzęta” (Jon 3,7). Na tym tle czterdziestodniowy post Chrystusa jest aktem całkowitego zaufania Bogu Ojcu. Jezus bowiem, decydując się na post, czyni to dlatego, że urzeczywistnienie swego posłannictwa pragnie rozpocząć od całkowitego powierzenia się woli Ojca (Mt 4,1-4). Jezus, krytykując postawę faryzeuszy odnośnie praktykowania postów, przez które chcieli wypełniać sprawiedliwość nakazaną przez Prawo i Proroków, nie potępia ich gorliwości, nakazuje jednak uczniom, aby uczynki swe spełniali w ukryciu (Mt 5, 17-20), podkreśla przy tym konieczność wyzbycia się wszelkiego bogactwa poprzez dobrowolną wstrzeźliwość (Mt 19, 12-21).

Zdecydowana postawa proroków w przypominaniu narodowi Wybranemu, jak ma żyć zgodnie z wolą Bożą, widoczna jest w nauce Izajasza o poście (Iz 58, 6-7). „Czyż nie jest raczej ten post, który wybieram: rozerwać kajdany zła, rozwiązać więzy niewoli, wypuścić wolno uciśnionych i wszelkie jarzmo połamać; dzielić swój chleb z głodnym, wprowadzić w dom biednych tułaczy, nagiego, którego ujrysz, przyodziać i nie odwrócić się od współziomków.” Nauka proroka Izajasza o poście okazuje się kluczem do poszukiwania Boga, do poszukiwania odpowiedzi na naglące pytania w zmaganiu się z przeciwnościami uderzającymi w powracający z niewoli babilońskiej naród żydowski.

Biblijna typologia postu zawiera się w wielu ważnych wydarzeniach zbawczych. Szczególnie jednak wiąże się z okresem Chrystusowego przygotowania do Wielkiej Paschy Jego życia – z czterdziestodniowym przebywaniem na pustyni, czego figurą jest Mojżesz (Wj 24,18). Ten post połączony z samotnością, modlitwą, skupieniem

⁹ J. Salij, *Teologia postu*, „Znak” (1969), nr 21, s. 393-395.

i walką z szatanem ma swoje odbicie w starotestamentowej wędrówce narodu wybranego przez pustynię do Ziemi Obiecanej, jest okresem doświadczenia, próby, oczyszczenia i przygotowania do wypełnienia misji w zbawczym planie uświęcenia świata¹⁰. Postawa człowieka poszczącego jest w tym kontekście postawą pokory, otwarciem się na działanie Boga i stawieniem się na Jego wezwanie (Mt 9,14-17).

Uczniowie Jana i faryzeusze, traktując religię jako system przykazań, po spełnieniu, których człowiek doznaje pewnego samozadowolenia z własnej wierności, uważali, że są w porządku – są dobrymi Żydami, celem ich religijności była tylko przyjemność duchowa, płynąca z wierności¹¹. Wszak nie była im obca biblijna koncepcja i praktyka postu, która zasadzała się na skrusze przed Panem i autentycznym nawróceniu się do Niego. Stosunek Jezusa do postu nie miał nic z formalizmu, w przeciwieństwie do faryzeuszy i uczonych w Piśmie. Stąd też zrozumiałe jest pytanie uczniów Jana; dlaczego Jego uczniowie nie poszczą? Odpowiedź otrzymali zdumiewającą, zawierającą objawienie boskości – Jezus identyfikuje się z Oblubieńcem narodu wybranego, dlatego nie przystoi smucić się gościom weselnym, „Lecz przyjdzie czas, kiedy zabiorą im pana młodego, a wtedy będą pościć.” (Mt 9,14-17).

Post w nauczaniu Jezusa jest godny uwagi i polecenia, powinien mieć rys osobisty, bez efektów reklamowych; (Mt 6,16-18) „Kiedy pościecie, nie bądźcie posępni jak obłudnicy. Przybierają oni wygląd ponury, aby pokazać ludziom, że poszczą. Zaprawdę, powiadam wam: już odebrali swoją nagrodę. Ty zaś, gdy pościsz, namaść sobie głowę i umyj twarz, aby nie ludziom pokazać, że pościsz, ale Ojcu twemu, który jest w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie.” Post ma wartość tylko wtedy, gdy jego intencją jest uczczenie Boga i łączy się go z modlitwą, jest pewnego rodzaju modlitewnym wołaniem do Boga, które nie może być niezauważone przez Wszechmogącego. W żadnym wypadku post nie może być traktowany jako czynność zasługująca sama w sobie¹². Post jest modlitwą błagalną, wyrazem głębokiego pragnienia powrotu człowieka do Boga, jest wysiłkiem, trudem prowadzącym człowieka do zbawienia. Praktyka postna mobilizuje człowieka do pogłębienia relacji z Bogiem, również wierzący łatwiej pokonują przeszkody na drodze do wspólnoty¹³. Post we wspólnocie powinien, jak to było w Kościele pierwszych wieków, nawiązywać do wspólnej modlitwy, otwierając ją na Boga, zarówno wspólnotę zakonną, parafialną, jak i rodzinną. Może pomóc przezwyciężyć problemy, których nie daje się rozwiązać przy pomocy jedynie dobrej woli, post całej wspólnoty może oczyścić złą atmosferę w niej panującą¹⁴.

Rola praktyk postnych w ascezie chrześcijańskiej sprowadza się więc do walki z naszym *ego*, z przywiązaniem do własnego ja, do własnych namiętności i pożądań. Człowiek, rzucając się w wir namiętności, znajdując się z stanie permanentnego nieuporządkowanego pragnienia rzeczy światowych, traci wewnętrzny pokój, a odnajduje

¹⁰ B. Mokrzycki, *Metanoeite! Nawracajcie się!*, Kraków 1976, s. 13.

¹¹ J. Pierzchalski, *Post*, <http://www.pierzchalski.ecclesia.org.pl/post> (dostęp 12.06.2014).

¹² D. Tessore, *Post*, Warszawa, 2008, s. 15-17.

¹³ Tamże.

¹⁴ Tamże.

go, tłumiąc pożądliwość i oczyszczając umysł dzięki modlitwie¹⁵. Post w duszpasterstwie Kościoła jest więc środkiem uświęcającym życie chrześcijanina. Aby podobać się Bogu, należy złączyć post z modlitwą i z miłością bliźniego (jałmużna) tak, aby był on wyrazem całkowitego zaufania człowieka w poczucie sprawiedliwości wewnętrznej (dyskrecja) i pokory (Mt 6,17). Pościć to także walczyć z grzechem poprzez oczyszczenie się z szumów pseudoidei i poddanie próbie własnej wiary.

3. Formy i rozwój praktyk postnych w Kościele

Dla pełniejszego obrazu charakterystyki postu w Kościele należy przyjrzeć się także „technice uprawiania” wstrzemięźliwości, która jest wspólnym mianownikiem wielu jego definicji, czyli ukazać formy postu. Najogólniej mówiąc, post jest wstrzemięźliwością, która „polega na pozbawianiu się wszelkiego pożywienia i napoju albo na powstrzymywaniu się od stosunków płciowych jeden lub więcej dni, od jednego zachodu słońca do drugiego”¹⁶. W wielu miejscach Biblia przedstawia praktykę postu połączoną z rozdzieraniem szat, z płaczem i lamentacjami (Sam 1,2-12), indywidualnie lub też zbiorowo – z zaznaczeniem terminu: aż do wieczora (Sdz 20-26). Stosowano także post surowy trwający też po zachodzie słońca (Sm 11,6) w połączeniu z rozdzieraniem szat i leżeniem w prochu ziemi, w worze pokutnym (1 Krl 21,27). Często takiemu postowi towarzyszyła modlitwa błagalna (Ez 8,21-23), posypywanie ciała popiołem (Dn 9,3). Oprócz postu o całkowitej wstrzemięźliwości praktykowany był też post polegający na spożyciu jednego tylko posiłku, po zachodzie słońca i modlitwach wieczornych. Ten typ postu przejęty od judaizmu praktykowany w Kościele jeszcze do XV w., kiedy to przeniesiono główny posiłek na godziny południowe¹⁷. Nazywa się obecnie „postem ścisłym” – kościelnym, jest zwykle określany ogólnie lub szczegółowo przez prawo kościelne. Zakłada wstrzemięźliwość od pokarmów i napojów w pewnym oznaczonym stopniu i obowiązuje w dokładnie określone dni.

Kościół powszechny zachował postne zwyczaje Starego Przymierza w duchu przekazanym przez Chrystusa, o czym świadczą Dzieje Apostolskie (Dz 13,2; 14,23). Kontynuując tę tradycję, pragnie zaangażować wiernych do otwarcia się na działanie łaski Bożej i odtworzyć w nich autentycznego ducha pokuty. Praktyka postu w Kościele w swoisty sposób przedstawia się w życiu monastycznym. Według św. Franciszka widzialny post cielesny jest znakiem, wyrazem śmierci wewnętrznej, pokonania samego siebie, aby zwrócić się całkowicie ku Bogu. W regule zakonu zawarł sens i granice jakie powinien mieć post dający wolność i uległość Panu, zgodnie z nakazem: „kiedy pościecie, nie bądźcie posepni jak obłudnicy” (1P 1,14-15)¹⁸. Post jest rozumiany jako środek do osiągnięcia samozaparcia i do umartwienia, gdyż „wszystkie występki i grzechy z serca pochodzą” (Łk 8,3), na tym opiera się ascetyczne pojęcie

¹⁵ Tamże, s. 57-58; Maksym Wyznawca, *Capita de charitate*, I, 79.

¹⁶ J. Salij, *Post w dawnym Kościele*, „W drodze” (1977), nr 2, s. 31.

¹⁷ *Breviarium Fidei. Wybór doktrynalnych Wyповіdźi Kościoła*, oprac. S. Głowa, I. Bieda, Poznań 1988, s. 565.

¹⁸ L. Hardiek, J. Terschlusen, K. Esser, *Franciszkańska reguła życia*, Niepokalanów 1988, s. 114.

postu w regule zakonnej¹⁹. Od początku chrześcijaństwa post był jednym ze środków uświęcających, przyjęty zgodnie z tradycją jako wyraz duchowości religijnej kształtował „nowego człowieka”. W stosowaniu postów obserwuje się ukierunkowaną ewolucję, którą zapoczątkowało ustawodawstwo kościelne już na Soborze Jerozolimskim (Dz 15,29). W I w. przejęto od faryzeuszów praktykę dwudniowego postu (Łk 18,12), zamieniając jednak kolejność dni – z pierwszego dnia tygodnia na czwartą, czyli środę, i z piątego na szósty, to jest na piątek. Środę uznano za dzień pokutny z powodu wydania wyroku śmierci na Jezusa Chrystusa, piątek – z powodu Jego ukrzyżowania. Później dołączono też sobotę jako dzień pogrzebu Pana i smutku apostołów²⁰. O przestrzeganiu postu sobotniego przez chrześcijan na Zachodzie mówi św. Augustyn²¹. Dni postu związanego z liturgią, jaka odbywała się w środę, w piątek i w sobotę, stosowano już w czasach apostołskich. Około III w. zaistniały one cztery razy w roku – jako tzw. „dni kwartalne” mające swój pierwowzór w Prawie Mojżeszowym. Przyjął się również zwyczaj stosowania postów na początku każdej pory roku: z okazji zasiewów wiosennych, ofiarowania Bogu pierwocin zniwnych z lata, winobrania jesienią i zbioru oliwek zimą. W *Mowach* św. Leona Wielkiego występują one jako spuścizna apostołska, tzw. „suche dni”²². Ich udokumentowane kulturowanie pochodzi z Rzymu, nie można jednak wykluczyć, że nawiązywały do pogańskich zwyczajów czczenia pór roku, bo wprowadzono je stosunkowo wcześniej jako tzw. „wigilie” – np. Wigilia Bożego Narodzenia, Zielonych Świąt.

Głównym okresem postu w roku liturgicznym stał się Wielki Post (*Quadragesima*), zawdzięczający swą nazwę praktykom pokutnym w okresie przedwielkanocnym. Pierwotnie trwał on krótko, do II w. zasadniczo tydzień i był bardzo surowy²³. Pod koniec III w. wydłużono go do dwóch tygodni, a później do czterdziestu, pięćdziesięciu, a nawet siedemdziesięciu dni. Papież Grzegorz Wielki zreformował praktykę postu przedwielkanocnego w całym Kościele, ustalając okres czterdziestodniowy. Stał się postem właściwym łączącym czterdziestodniowy okres przygotowania do świąt Wielkanocnych dla katechumenów, publicznych pokutników i odnawiających łaskę chrztu św. pozostałym wiernym, w celu usposobienia do gorliwszego obchodzenia misterium paschalnego²⁴.

Dzieje ewolucji Wielkiego Postu nie są w pełni poznane, w wielu gminach chrześcijańskich istniał np. zwyczaj kulturowania czterdziestodniowego prywatnego postu w różnych porach roku za zezwoleniem biskupa, zaś Sobór Nicejski (Kan. 5), mówiąc o *Quadragesima Paschae*, ma na uwadze czterdziestodniowy okres postu po Wielkanocy²⁵. Św. Leon podaje wyjaśnienie praktykowanego postu po wielkich świątach: „Zaprowadzono tę zbawienną i konieczną praktykę postu po radosnych dniach poświęconych ku czci Pana, powstałego z martwych (...). Wstrzemięźliwość bowiem

¹⁹ Tamże, s. 115.

²⁰ D. Rops, *Kościół pierwszych wieków*, Warszawa 1968, s. 25.

²¹ *Breviarium Fidei. Wybór...*, s. 565-569.

²² Leon Wielki, *Sermones, Mowy*, Poznań 1957, Mowa 20-1, s. 66-67.

²³ K. Rahner, *Rzyko chrześcijanina*, Warszawa 1979, s. 85.

²⁴ J. Wysocki, *Rytuał rodzinny*, Olsztyn 1981, s. 137-138.

²⁵ *Breviarium Fidei. Wybór...*, s. 567.

jako religijne ćwiczenie, ma okrzesać to, co nawet wśród świątecznych nastrojów radosnych puściło może pędy nieokiełznanej swobody i nadużywanej wolności²⁶. Siemdemiesięciodniowy post praktykowano w niektórych gminach chrześcijańskich na Wschodzie na pamiątkę 70 – letniego wygnania narodu żydowskiego do Babilonu jako symbolu oczekiwania Zbawiciela²⁷. Do naszych czasów nie zachowała się praktyka Wielkiego Postu po Zielonych Świątach, obchodzonego w pierwszych wiekach i w średniowieczu.

W praktyce postnej Kościoła wprowadzone zostały w ostatnich wiekach różne ulgi, aż do stosunkowo łagodnej dyscypliny naszych czasów. Obecnie w Kościele powszechnym dniami i okresami pokutnymi są poszczególne piątki całego roku i czas Wielkiego Postu. W Polsce wstrzemięźliwość i post obowiązują uznaniowo w Wigilię Bożego Narodzenia i nakazowo w Środę Popielcową oraz w Wielki Piątek. Złagodzenie rygorów postnych dotyczące piątków, Wigilii, Wielkiego Postu, Adwentu oraz innych ważnych dni i okresów liturgicznych miało na celu eliminację podejrzeń, że Kościół legalizuje dążenia przekształcenia religii w praktyki zewnętrzne. Praktyka postu nie jest bowiem pozbawiona pewnego ryzyka formalizmu, potępianego już przez proroków (Jer 14,2), ryzyka pychy i ostentacji wtedy, gdy pości się po to, by być widzianym przez ludzi (Mt 16,16). Były prefekt Kongregacji Nauki Wiary papież Benedykt XVI w pojęciu postu widział zarówno ograniczenie posiłków, jak i zachowań seksualnych: „Bez czystości i postu Kościół nie jest już Kościołem w sensie nadprzyrodzonym, ale ogranicza się do wymiaru czysto ziemskiego” i dalej mówi, że „pościć, oznacza akceptować istotny składnik życia chrześcijańskiego”, wskazuje tym na autentyczny ascetyzm chrześcijański, w którym post, zachowanie czystości i inne pokuty winny być nadal związane z poczuciem osobistej odpowiedzialności²⁸.

4. *Aggiornamento* postu po Soborze Watykańskim II

Sobór Watykański II w konstytucji *Sacrosanctum Concilium* przypomina o naturze pokuty, która „polega na odrzuceniu grzechu jako zniewagi Boga, wskazuje zwłaszcza na wielkopostną pokutę, która powinna być nie tylko wewnętrzną i indywidualną, lecz także zewnętrzną i zbiorową”. Szczególne zalecenie daje na *Triduum Sacrum*: „Niech jednak nienaruszony pozostanie post paschalny, który wszędzie należy zachowywać w Wielki Piątek, dzień męki i śmierci Pańskiej, a w miarę możliwości przedłużać go nawet na Wielką Sobotę, aby dzięki temu wierni z podniesionym i otwartym sercem doszli do radości Niedzieli Zmartwychwstania”²⁹. To krótkie dyrektywum zakotwiczone w tradycji zostało rozwinięte przez Pawła VI w Konstytucji Apostolskiej *Poenitemini* z 1966 r. Papież Benedykt XVI w jednym ze swych wielkopostnych orędzi przywołuje stwierdzenie Pawła VI z tej konstytucji, że należy postrzegać post w kontekście powołania każdego chrześcijanina, który „nie dla siebie (...) żyć winien, ale dla Boga, który

²⁶ Leon Wielki, *Sermones, Mowy*, Poznań 1957, Mowa 78-3, s. 381.

²⁷ *Breviarium Fidei. Wybór...*, s. 568.

²⁸ V. Messori, *Raport o stanie wiary. Z Ks. Kardynałem Josephem Ratzingerem rozmawia Vittorio Messori*, Kraków 1986, s. 97-98.

²⁹ *Konstytucja o liturgii świętej „Sacrosanctum Concilium”*, Wrocław 1986, 110.

go umiłował i za niego wydał samego siebie, żyć też winien dla braci”³⁰. Dalej papież pisze, że jest to „pradawna praktyka pokutna, która może nam pomóc zadać śmierć naszemu egoizmowi i otworzyć serce na miłość Boga i bliźniego, co stanowi pierwsze i najważniejsze przykazanie nowego prawa, a zarazem kompendium całej Ewangelii”³¹. Benedykt XVI wskazuje również przyczynę zmniejszania się w naszych czasach znaczenia duchowego praktyki postu. Jest ona zastępowana w społeczeństwach zdominowanych przez poszukiwanie dobrobytu materialnego „środkiem terapeutycznym wspomagającym pielęgnację własnego ciała (...), dla ludzi wierzących zaś powinna być terapią pomagającą leczyć to wszystko, co uniemożliwia wypełnianie woli Boga”³². Papież przypomina, że post jest obok modlitwy i uczynków miłosierdzia częstą praktyką świętych wszystkich epok, jest wartościową, ascetyczną bronią w walce z nieuporządkowanym przywiązaniem do własnego *ego*.

Jan Paweł II w corocznych swoich orędziach na Wielki Post zachęcał do duchowego oderwania się od bogactw materialnych i otwarcia się na Boga, ku któremu chrześcijanin powinien skierować całe swoje życie, by szczytem wielkopostnej drogi oczyszczenia była ofiara z samego siebie złożona Ojcu dobrowolnie i z miłości. Aby „post oznaczał panowanie nad sobą, postawę wymagającą w odniesieniu do siebie, gotowość do wyrzeczenia się rzeczy i nie tylko pokarmów – lecz także rozkoszy i różnych przyjemności”³³. Nie ograniczał form postu do schematów katechizmowych, wzywał do szybkiego działania, by „czynić wszystko, co leży w ludzkiej mocy (...), złączyć post z modlitwą, ożywiając Bożą miłością uczynki, do których pobudzają nas wymogi sprawiedliwości wobec bliźniego”³⁴. By poszczać, w różnej formie podejmować „nagłące wezwanie Pana do wewnętrznego odnowienia, tak osobistego, jak wspólnotowego, poprzez modlitwę i powrót do sakramentów, ale również poprzez przejawy miłości, przez osobistą i zbiorową ofiarę czasu, pieniędzy i różnorodnych dóbr po to, by zaspokajać potrzeby naszych braci na całym świecie”³⁵.

Również ojciec święty Franciszek wzywa chrześcijan do konsekwentnego świadectwa wspólnoty i solidarności, widzi post jako „nawrócenie się ludzkich sumień na drogę sprawiedliwości, równości, powściągliwości i dzielenia się dobrami”³⁶. Na wzór Chrystusa chrześcijanie powołani są do tego, aby „dostrzegać różne rodzaje nędzy trapiącej naszych braci, dotykać ich dłońią, brać na swoje barki i starać się je łagodzić przez konkretne działania”³⁷. Papież wskazuje na potrzebę konkretnych działań w obliczu nędzy moralnej i materialnej przez post, rozumiejąc diakonię Kościoła wśród

³⁰ *Poenitemini*, http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/pawel_vi/konstytucje/paenitemini (dostęp 05.04.2014).

³¹ *Orędzie Ojca Świętego Benedykta XVI na Wielki Post 2009*, http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/Benedykt_xvi/przemowienia/wpost_2009_k (dostęp 15.04.2014).

³² Tamże.

³³ Jan Paweł II, *O przeżywaniu Wielkiego Postu*, Kraków 2001, s. 89-90.

³⁴ Tamże, s. 73-74.

³⁵ Tamże, s. 80.

³⁶ *Orędzie Ojca Świętego Franciszka na Wielki Post 2014 roku*, <http://www.postapostolski.pl/nauczanie-ojca-swietego/oredzie-na-wielki-post-2014> (dostęp 25.09.2014).

³⁷ Tamże.

osób żyjących „w warunkach niegodnych ludzkich istot, pozbawionych praw i dóbr pierwszej potrzeby, takich jak żywność, woda, higiena, praca, szanse na rozwój i postęp kulturowy (...), bo miłując ubogich i pomagając im miłujemy Chrystusa i Jemu służymy”³⁸. Orędzie papieża Franciszka na Wielki Post wskazuje na konieczność niesienia pomocy tym, którzy żyją nie tylko w biedzie materialnej, ale też nędzy moralnej i duchowej, należy dzielić się z nimi skarbem Dobrej Nowiny, która darmo została nam dana. Papież akcentuje post jako оголоczenie z dóbr, z tego, „czego możemy się pozbawić, aby pomóc innym i wzbogacić ich naszym ubóstwem (...), оголоczenie byłoby bezwartościowe, gdyby nie miało wymiaru pokutnego. Budzi moją nieufność jałmużna, która nie boli”³⁹.

To krótkie przedstawienie nauczania współczesnych papieży na temat postu ukazuje, że nie jest on sam w sobie celem i powinien być stosowany w połączeniu z różnymi formami aktywności życia religijnego. Dostosowanie dyscypliny pokutnej do aktualnych potrzeb duszpasterskich w obiegowym przeświadczeniu pociągnęło za sobą częste bagatelizowanie praktyk postnych, a czasem nawet zupełne ich zaniechanie⁴⁰. Nie wchodząc w merytoryczną polemikę z takim powierzchownym poglądem, wystarczy posłuchać Kościoła wypowiadającego się przez Pawła VI w Konstytucji Apostolskiej *Paenitemini*. Papież pisze: „Aby więc nakaz pokuty synom swoim przypomnieć na nowo i zobowiązać do jego wypełnienia, Stolica Apostolska stosownie do wymogów naszych czasów, postanowiła uporządkować praktykę pokutną”⁴¹. Idą za tym dalej szczegółowe wskazania dla konferencji biskupów, aby uwzględniały okoliczności i warunki miejscowe, zaś „wiernym zaleca się usilnie, by przejmowali się duchem chrześcijańskiej pokuty, który będzie ich skutecznie pobudzał do praktykowania dzieł pokuty i uczynków miłosierdzia”⁴².

Trwają więc nadal w Kościele praktyki pokutne w formie postu rozumianego jako modlitwa ciała, integralna z modlitwą ducha i jałmużną. Na te trzy pobożne dzieła wskazuje Pan nasz Jezus Chrystus tym, którzy chcą Go naśladować.

Zakończenie

Praktyki postne jako zjawisko kulturowe mimo swej mistyki są powszechnie znane, mające gdzieś tam swoje miejsce w świadomości społeczeństw, mimo barier natury geograficznej. Występują równolegle w rozwoju cywilizacji i kultur izolowanych. Wszak Indianie obu Ameryk w swej wysoko rozwiniętej kulturze nie dopracowali się np. zastosowania koła w transporcie – czegoś tak dla nas oczywistego – znali jednak i praktykowali posty. Wierzyli i składali bóstwom ofiary, do których zaliczali też i posty. I nie tylko na drugiej półkuli głód oznaczał dobrowolne przyjęcie cierpienia,

³⁸ Tamże.

³⁹ Tamże.

⁴⁰ Z. Janczewski, *Dyscyplina postna w Kościele od kodeksu prawa kanonicznego z 1917 roku*, „Śląskie Studia Historyczno-Teologiczne” (1999), nr 32, s. 171-182; A. Grün, *Post*, Kraków 1991, s. 7-9.

⁴¹ *Poenitemini*, http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/pawel_vi/konstytucje/paenitemini (dostęp 15.04.2014).

⁴² Tamże, III.

etnografowie i socjologowie przytaczają wiele dowodów na to, że we wszystkich religiach rozumiano fizyczne oczyszczenie ciała jako wyraźny symbol oczyszczenia duchowego. Podobnie i członkowie cywilizacji chrześcijańskiej na przestrzeni wieków uważali post za formę pokuty i zadośćuczynienia, za wszystko, co czynili przeciw naturalnemu i religijnemu moralnemu prawu. Przyspieszenie cywilizacyjne XX w. było powodem m.in. dla *aggiornamento* praktyk pokutnych w Kościele, a sama idea postu pogłębiona została w nauczaniu papieskim. Niesione ostatnio z szumem medialnym zainteresowanie społeczeństw dietą i zdrowym odżywianiem, które zawęża i banalizuje religijno-ascetyczną praktykę postu, mimo wysokich nakładów przegrywa w konfrontacji z współczesnymi powrotami do Boga.

Bibliografia

- Błoch B.G., *Czy post ma znaczenie tylko religijne?*, <http://www.franciszkanie.net/news101/>. *Breviarium Fidei. Wybór doktrynalnych Wypowiedzi Kościoła*, oprac. S. Głowa, I. Bieda, Poznań 1988, s. 565.
- Dillon M., Chadwick N.K., *Ze świata Celtów*, Warszawa 1975, s. 95.
- Franciszek, *Oreǳie Ojca Świętego na Wielki Post 2014 roku*, <http://www.postapostolski.pl/nauczanie-ojca-swietego/oredzie-na-wielki-post-2014>.
- Grün A., *Post*, Kraków 1991, s. 7-9.
- Hardiek L., Terschlusen J., Esser K., *Franciszkańska reguła życia*, Niepokalanów 1988, s. 114.
- Jan Paweł II, *O przeżywaniu Wielkiego Postu* Kraków 2001, s. 89-90.
- Janczewski Z., *Dyscyplina postna w Kościele od kodeksu prawa kanonicznego z 1917 roku*, „Śląskie Studia Historyczno-Teologiczne” (1999), nr 32, s. 171-182.
- Leon Wielki, *Sermones, Mowy*, Poznań 1957, Mowa 20,1.
- Messori V., *Raport o stanie wiary. Z Ks. Kardynałem Josephem Ratzingerem rozmawia Vittorio Messori*, Kraków 1986, s. 97-98.
- Mokrzycki B., *Metanoeite! Nawracajcie się!*, Kraków 1976, s. 13.
- Paweł VI, *Poenitemini, Konstytucja Apostolska*, http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/pawel_vi/konstytucje/paenitemini.
- Pierzchalski J., *Post*, <http://www.pierzchalski.ecclesia.org.pl/post>.
- Rahner K., *Ryzyko chrześcijanina*, Warszawa 1979, s. 85.
- Rops D., *Kościół pierwszych wieków*, Warszawa 1968, s. 25.
- Konstytucja o liturgii świętej „Sacrosanctum Concilium”*, Wrocław 1986, 110.
- Salij J., *Teologia postu*, „Znak” (1969), nr 21, s. 393-395.
- Salij J., *Post w dawnym Kościele*, „W drodze” (1977), nr 2, s. 31.
- Słomka W., *Świętość na świeckiej drodze życia*, Poznań-Warszawa 1981, s. 198.
- Sojka S., *Asceza w świetle pism św. Grzegorza Wielkiego*, „Vox Patrum” (1987), t. 7, z. 12-13, s. 337.
- Słownik Teologii Biblijnej*, red. Dufour X.L., Poznań 1990, s. 730-732.
- Tessore D., *Post*, Warszawa 2008.
- Wójtowicz H., *Asceza w hellenizmie*, w: *Asceza odczłowieczenie czy – uczyłowieczenie*, Homo Meditans, t. 3, Lublin 1985, s. 64-65.
- Wysocki J., *Rytuał rodzinny*, Olsztyn 1981, s. 137-138.

Streszczenie

Znany wszystkim religiom świata fenomen postu, modyfikowany kulturowo, ukazany został w aspekcie psychofizycznym, z uwzględnieniem czasów przedchrześcijańskich i chrześcijańskich. Zwrócono uwagę na biblijne znaczenie postu i jego niektóre współczesne formy i zastosowania.

Słowa kluczowe: post, teologia postu, religie, asceza, pokuta, Biblia, umartwienie

Summary

SIGNIFICANCE AND SYMBOLISM OF FASTING

Fasting, although it takes culture specific forms, is known in all world religions. Its psychophysical aspects in both Christian and pre-Christian times are overviewed. The significance of fasting in the Bible is pointed out together with its contemporary forms and uses.

Keywords: fasting, fasting theology, religions, asceticism, temptation, Bible, mortification