

VEĽKOPÔSTNA MODLITBA SV. EFRÉMA SÝRSKEHO

Zo všetkých veľkopôstnych piesní a modlitieb môže byť jedna krátka modlitba zvlášť vyčlenená ako veľkopôstna modlitba. Tradícia ju pripisuje jednému z veľkých učiteľov duchovného života - sv. Efrémovi Sýrskemu. Jej text znie takto:

Pane a Vládca môjho života, odním odo mňa ducha znechutenosti, nedbalosti, mocibažnosti a prázdnych rečí.

Daruj mne, svojmu služobníkovi, ducha miernosti, poníženosti, trpezlivosti a lásky.

Áno, Pane a Kráľu, daj, aby som videl vlastné prehrešenia a neposudzoval svojho brata, lebo ty si požehnaný na veky vekov. Amen.

Táto modlitba sa číta dvakrát na konci každej veľkopôstnej bohoslužby týchto dní, ktoré, ako uvidíme neskôr, sa od všeobecného veľkopôstneho vzoru odlišujú. Pri prvom čítaní modlitby nasleduje za každou jej prosbou hlboká poklona. Potom sa všetci dvanásťkrát klaniame hovoriac: „**Bože, buď milostivý mne hriešnemu. Bože, očisť moje hriechy a zmiluj sa nado mnou. Mnoho rás som zhrešil, Pane, odpusť mi.**“ Potom sa celá modlitba opakuje s jedným hlbokou poklonou na konci.

Prečo táto krátka a prostá modlitba zaberá také významné miesto v celej veľkopôstnej bohoslužbe? Pretože jedinečným spôsobom vymenúva všetky negatívne a pozitívne prvky pokánia a vyznačuje, takpovediac, „zoznam“ nášho individuálneho veľkopôstneho úsilia. Toto úsilie je zacielené najprv na naše oslobodenie sa od niektorých základných duchovných neduhov, ktoré formujú náš život a skutočne bránia v tom, aby sme sa čo len začali obracať k Bohu.

Základným neduhom je **znechutenosť**. Je to tá zvláštna lenivosť a pasivita bytia, ktoré nás neustále tlačia skôr „dolu“ ako „hore“, ktoré nás neustále presviedčajú, že žiadna zmena nie je možná, a preto ani žiada. V skutočnosti je to hlboko zakorenený cynizmus, ktorý na každú duchovnú výzvu reaguje „načo?“ a ktorý robí z nášho života jednu hroznú duchovnú púšť. Je to koreň všetkých hriechov, pretože otravuje duchovnú energiu pri samotnom jej prameni.

Výsledkom prázdnoty je **nedbalosť**. Je to stav ľahostajnosti, ktorý všetci duchovní otcovia považovali za najväčšie nebezpečenstvo pre dušu. Nedbalosť je

neschopnosť človeka vidieť niečo dobré alebo pozitívne, je to redukcia všetkého na negativizmus a pesimizmus. Je to skutočne diabolská sila v nás, pretože diabol je od základu klamár. Klame človekovi o Bohu a o svete, naplňa život temnotou a negáciou. Nedbalosť (skľúčenosť) je samovraždou duše, pretože keď je ňou človek posadnutý, stáva sa absolútne neschopným vidieť svetlo a túžiť po ňom.

Mocibažnosť (Panovačnosť)! Môže sa to zdať zvláštne, ale práve znechutenosť a nedbalosť naplňajú náš život panovačnosťou. Umŕtvovaním celého nášho prístupu k životu, robiac ho nezmyselným a prázdny nás nútia hľadať náhradu v rozhodne nesprávnom prístupe k ostatným osobám. *Ak sa môj život neorientuje na Boha, ak nie je zameraný na večné hodnoty, tak sa nevyhnutne stane sebeckým a egocentrickým, a to znamená, že všetky ostatné bytosti sa stanú prostriedkami môjho vlastného sebauspokojenia.* Ak Boh nie je Pánom a Učiteľom môjho života, potom sa ja stávam svojím pánom a učiteľom - absolútnym centrom môjho vlastného sveta a všetko začínam hodnotiť z hľadiska mojich potrieb, mojich ideí, mojich túžob a mojich úsudkov. Panovačnosť je takto základným zlom vo vzťahu k ostatným bytostiam, snahou o ich podrobenie sebe. To sa nemusí nevyhnutne prejavíť v potrebe priamo rozkazovať a ovládať „iných“. Môže totiž tak isto vyznieť v ľahostajnosti, pohrdaní, nedostatku záujmu, bezohľadnosti a neúctivosti. Je to skutočná znechutenosť a nedbalosť zameraná tentokrát na iných, ktorá doplňa našu duchovnú samovraždu akoby duchovnou vraždou iných.

A nakoniec **prázdnovravnosť – prázdne reči**. Zo všetkých stvorených bytostí bol jedine človek obdarený rečou. Všetci cirkevní otcovia v tom vidia „pečať“ Božieho obrazu v človeku, pretože samotný Boh sa odhaľuje ako Slovo /Ján 1, 1/. Ale súc najvyšším darom, reč je cez to isté znamenie aj najväčším nebezpečenstvom. Je samotným vyjadrením človeka, prostriedkom jeho sebanaplnenia, z tých istých dôvodov je aj prostriedkom jeho pádu a sebazničenia, zrady a hriechu. Slovo zachraňuje a slovo zabíja, slovo inšpiruje a slovo nivočí. Slovo je prostriedkom pravdy ale aj prostriedkom diabolského klamu. Majúc konečnú pozitívnu moc, má preto aj strašnú negatívnu moc. V skutočnosti pôsobí ľudské slovo pozitívne alebo negatívne. Ak sa slovo odkláňa od svojho božského pôvodu a účelu, stáva sa prázdny. „Posilňuje“ prázdnotu, skľúčenosť a panovačnosť a premieňa život na peklo. Stáva sa samotnou mocou hriechu.

Toto sú teda štyri negatívne „objekty“ pokánia. Sú prekážkami, ktoré treba odstrániť. A odstrániť ich môže jedine Boh. Z toho vychádza prvá časť veľkopôstnej modlitby - onen plač z dna ľudskej bezmocnosti. Modlitba potom prechádza pozitívnymi cieľmi pokánia, ktoré sú tiež štyri.

Miernosť – mnohokrát sa prekladá ako **čistota**! Ak sa tento termín nezredukuje, ako sa to často a nesprávne robí, iba na jeho sexuálne súvislosti, potom sa chápe ako pozitívny protipól prázdnoty. Presný a plný preklad gréckeho **sofrosini** a starosl. **cilomudrije** by mal znieť **celá múdrosť**. Prázdnota je predovšetkým rozptýlenosť, rozpad nášho videnia a energie, neschopnosť vidieť v celku. Jej opakom je potom celistvosť. Ak pod čistotou zvyčajne chápeme cnosť, ktorá je opakom sexuálnej skazenosti, je to preto, lebo narušený charakter našej existencie sa nikde nemanifestuje lepšie ako v sexuálnej chlípnosti - v odcudzení sa tela od života a kontroly ducha. Ježiš Kristus v nás obnovuje celistvosť, a činí to prostredníctvom obnovenia pravej hierarchie hodnôt v nás, prostredníctvom toho, že nás vedie späť k Bohu.

Prvým a krásnym plodom celistvosti alebo čistoty je **poníženosť** alebo **pokora**. Už sme o nej hovorili. Je to predovšetkým víťazstvo pravdy v nás, eliminácia všetkých lží, v ktorých zvyčajne žijeme. Jedine pokora je schopná prijímať pravdu, vidieť a akceptovať veci také, akými sú, a preto vidieť Božiu majestátnosť, dobrotu a lásku vo všetkom. Veď je nám hovorené, že Boh obdarúva milosťou pokorného, ale pyšnému sa protiví.

Miernosť - čistotu a pokoru nasleduje celkom prirodzene **trpezlivosť**. „Normálny“ alebo „padlý“ človek je netrpezlivý, pretože je nevšímavý voči sebe a rýchly v posudzovaní a odsudzovaní iných. O všetkom má narušené, neúplné a pokrivené poznanie, všetky veci hodnotí podľa svojho vkusu a svojich predstáv. Je ľahostajný ku každému okrem seba a chce, aby bol život úspešný práve tu a teraz. Trpezlivosť je predsa len božská vlastnosť. Boh je trpezlivý nie preto, že je „zhovievavý“, ale preto, že vidí hĺbku všetkého, čo existuje, pretože vnútorná realita vecí, ktorú my vo svojej sleposti nevidíme, je Jemu otvorená. Čím viac sa približujeme k Bohu, tým viac sa stávame trpezlivými, tým viac v sebe odrážame ten nekonečný rešpekt voči všetkým bytostiam, čo je skutočnou Božou kvalitou.

Nakoniec korunou a ovocím všetkých cností, rastu a úsilia je láska - tá láska, ktorá, ako sme už povedali, môže byť darovaná jedine Bohom - dar, ktorý je cieľom všetkých duchovných príprav a praxe.

Všetko toto je zhrnuté a prednášané naraz v záverečnej prosbe veľkopôstnej modlitby, v ktorej prosíme: **„Daj, aby som videl vlastné prehrešenia a neposudzoval svojho brata.“** A nakoniec je tu ešte jedno nebezpečenstvo - pýcha. Pýcha je prameňom zla a všetko zlo je pyšné. No nestačí, aby som iba videl svoje hriechy, lebo ešte aj táto zjavná cnosť sa môže obrátiť na pýchu. Diela duchovných spisovateľov sú plné upozornení pred záludnými formami pseudozbožnosti (falošnej zbožnosti), ktoré pod pokrývkou pokory a sebaobviňovania môžu v skutočnosti viesť k ozaj diabolskej pýche. Ale ak „vidíme svoje vlastné hriechy“ a „neodsudzujeme našich bratov“, ak miernosť, poníženosť, trpezlivosť a láska v nás nielen prebývajú, ale sa aj spájajú, potom a len potom bude konečný nepriateľ - pýcha - v nás zničený.

Po každej prosbe modlitby robíme hlbokú poklonu. Hlboké poklony sa nevzťahujú iba na modlitbu sv. Efréma Sýrskeho, ale predstavujú jednu z výrazných charakteristík celej veľkopôstnej bohoslužby. Tu sa ich zmysel odhaľuje predsa len najlepšie. V dlhom a namáhavom úsilí o duchovnú obnovu Cirkvi neoddeľuje dušu od tela. Celý človek odpadol od Boha, celý človek sa preto musí obnoviť, celý človek sa musí vrátiť. Katastrofa hriechu spočíva práve vo víťazstve tela - zvieratá, iracionálna a chlípniť v nás - nad duchovným a božským. Avšak telo je oslávené, telo je sväté, až také sväté, že samotný Boh „sa stal telom“. Spása a pokánie teda neznamenajú pohrdanie telom alebo zanedbanie, ale obnovenie tela k jeho skutočnej funkcii ako vyjadrenia života ducha, ako chrámu neoceniteľnej ľudskej duše. Kresťanská askéza je bojom nie proti telu, ale o telo. Z tohto dôvodu celý človek - duša i telo - pristupuje k pokániu. Telo sa zúčastňuje na modlitbe duše práve tak, ako sa duša modlí prostredníctvom tela a v tele. Takto sú zemné poklony, „psychotelesný“ znak pokánia a pokory, podriadenosti a poslušnosti, veľkopôstnym rituálom par excellence.

(Alexander Schmemmann, VEĽKÝ PÔST CESTA K PASCHE)