

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
FILOZOFICKÁ FAKULTA
KATEDRA SOCIOLOGIE A ANDRGOGIKY



PŮST
BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

VYPRACOVALA:
Barbora Zemanová

VEDOUCÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE:
Mgr. Andrea Preissová Krejčí, Ph.D.

OLOMOUC 2013

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci vypracovala samostatně pod vedením Mgr. Andrey Preissové Krejčí, Ph. D., a uvedla v ní veškerou literaturu a ostatní zdroje, ze kterých jsem čerpala.

PODĚKOVÁNÍ

Chtěla bych poděkovat své vedoucí bakalářské práce, paní Mgr. Andree Preissové Krejčí, PhD., za všechnen čas a rady, které mi ochotně věnovala, a hlavně děkuji za její vstřícnost a podporu.

ANOTACE:

Tato bakalářská práce se věnuje rozboru půstu v kontextu kulturní antropologie. Má charakter teoretické práce a zásadou pro vypracování je práce s českou a cizojazyčnou literaturou.

V první části bakalářské práce se věnujeme obecnému chápání půstu jako náboženského a společenského fenoménu, rozebíráme, jak k němu přistupují jiné vědní disciplíny, konkrétně historická antropologie a antropologie náboženství. V této části také vysvětlíme historicko-antropologické rozdíly a souvislosti mezi půstem a masopustem a také význam stravovacích návyků pro kulturu a společnost.

V druhé části práce se věnujeme významu půstu u světových náboženských systémů. V jednotlivých kapitolách rozebereme, jak k půstu přistupuje křesťanství, judaismus, islám, hinduismus a buddhismus. Následně tyto přístupy porovnáme a stanovíme jejich podobnosti a odlišnosti.

Cílem bakalářské práce je podat pohled kulturní antropologie na půst, který budeme chápat hlavně jako náboženský fenomén.

KLÍČOVÁ SLOVA:

Půst, hladovění, masopust, antropologie náboženství, kultura a náboženství, lidová kultura, svátky.

ABSTRACT:

This bachelor thesis examines the fasting in the context of cultural anthropology. As the basis for this theoretical thesis was used Czech and foreign language's literature.

In first part we explain general meaning of the fasting like religious and cultural phenomenon, we analyze the ways of others science approach, mainly the historical anthropology and the religious anthropology. In this part we explain historical-anthropological differences and connections between the fasting and the carnival; we also evaluate the sense of the eating habits for culture and society.

Second part of thesis pursues the meaning of fasting at worldwide religious system. Particular chapters describe the approach of Christianity, Judaism, Islam, Hinduism, Buddhism. The comparison and the evaluation of particular religious approaches follow.

The target of this bachelor thesis is presentation of complex view of the cultural anthropology of the fasting, which we comprehend like the religious phenomenon.

KEYWORDS:

Fasting, starving, carnival, antropology of religion, culture and religion, folk culture, feasts.

OBSAH

ÚVOD.....	6
1. PŮST – VYMEZENÍ POJMU, VZTAH PŮSTU A ZDRAVÍ.....	8
2. HISTORIE PŮSTU	13
3. PŮST V KŘESŤANSTVÍ.....	21
4. PŮST V ISLÁMU	28
5. PŮST V JUDAISMU	33
7. PŮST V HINDUISMU.....	36
8. PŮST V BUDDHISMU.....	38
9. ZÁVĚR	40
SEZNAM LITERATURY	42

ÚVOD

Tématem mé bakalářské práce je půst. Půst je svébytným fenoménem, který se vyskytuje v historii lidstva už přes dvě tisíciletí a dodnes zastává nenahraditelné místo v náboženských a filosofických systémech, ve všech kulturách a napříč celou společností.

Podle Malinova Antropologického slovníku můžeme půst definovat jako:

„1. náboženské omezení vztahující se na požívání potravy vůbec nebo některých druhů pokrmů. Půst je pokládán za jeden z neúčinnějších prostředků očištění a obrody lidské duše, často jako součást pokání. (...);

2. přeneseně dobrovolné nebo nucené zřeknutí se potravy, popřípadě jiných smyslových požitků“.¹

Z toho je patrné, že půst můžeme chápat ve dvou rovinách – jako náboženský jev / projev spirituality, a jako jev společenský. Dnes je běžné setkat se s půstem i u lidí bez afiliace k církvi, kteří využívají původně náboženskou praxi půstu nějakým individuálním způsobem pro vlastní potřebu. Půst často bývá předepisován jako léčebná kúra, neboť výzkumem byly dokázány jeho pozitivní dopady na zdraví. Pokud bychom chápali půst čistě jako dobrovolné nebo vynucené zřeknutí se potravy, jak píše Malina v bodě dva, měl by i politický přesah. Hladovka je dodnes obvyklým projevem protestu proti nějaké společenské situaci, vyhladovění zase bylo častou formou trestu.

V bakalářské práci se setkáme s půstem v rovině společenské i náboženské. V první části práce budeme sledovat význam půstu pro společnost a jaký je vztah půstu k antropologii. Rozebereme, jak souvisí například s každodenním stolováním, jak jej můžeme chápat v protikladu k hostině a také zmíníme, jakou má souvislost s masopustem, který postní době tradičně předchází. V této části práce se budeme pohybovat v evropském kulturním kontextu.

V druhé části práce se potom zaměříme na čistě náboženský aspekt půstu, uvedeme, jak k půstu přistupují jednotlivá světová náboženství. Konkrétně se bude jednat o křesťanství, judaismus, islám, hinduismus a buddhismus. U daných

¹ MALINA, Jaroslav a kol. *Antropologický slovník*. 1. vyd. Brno: Akademické nakladatelství CERM v Brně, 2009, s. 3334. ISBN 978-80-7204-560-0.

náboženství budeme zkoumat, jakou pozici představuje půst v náboženském systému, jak se jeho pozice změnila v průběhu historie a jaký má význam pro věřící. Dále se budeme zabývat postní dobou a pravidly pro ni předepsanými. Na závěr mezi sebou zjištěná tvrzení porovnáme.

Ačkoliv se snažíme rozdělit půst na fenomén s dvěma aspekty – s náboženským a společenským, je toto dělení do jisté míry umělé. Při pohledu do historie půstu nacházíme souvislosti mezi oběma aspekty, ať je to spirituální dimenze společného stravování a masopustního veselí, nebo naopak formování společnosti při náboženstvím předepsaném půstu.

V České republice se v říjnu roku 2004 konala konference na téma náboženství a jídlo. Konference byla zorganizována ve spolupráci Katedry religionistiky a filosofie Fakulty humanitních studií Pardubické univerzity a České společnosti pro studium náboženství. Na této konferenci se jednalo mj. o historii jídla v religiozním kontextu, o srovnávání jídelních praxí vybraných náboženství a o rituální hostině a současné úloze jídla v religiozitě. O otázce stravování se diskutuje stále, hlavně díky trendu nových diet a přejímání odlišných způsobů stravování. Půst je díky vyvyšovaným ozdravným účinkům stále častější součástí těchto způsobů.²

Já osobně jsem si téma půstu vybrala záměrně, protože jsem si k němu za poslední dva roky také našla cestu. Ač nejsem věřící, dodržuji v době křesťanského půstu určitá, mnou vytvořená, ustanovení, týkající se buď zdržení se některých potravin a nápojů, nebo úkolů, které bych ráda splnila. Jelikož mi dodržení mých zásad přináší potěšení a vnitřní uspokojení, zajímalo mě, jak se k němu vyjadřují nejznámější světová náboženství. Půst by pro věřícího měl být duchovní očišťovnou a přímým posílením vztahu k Bohu, nehledě na kulturní rozdíly. Přínosem mé bakalářské práce bude pohled na specifický náboženský fenomén v antropologickém pojetí, popis kulturních a náboženských odlišností a podobností v jeho chápání i praktikování.

² ŠTAMPACH, Ivan O. Náboženství a jídlo. *Dingir* 1, 2005, s. 9-10. ISSN 1212-1371.

1. PŮST – VYMEZENÍ POJMU, VZTAH PŮSTU A ZDRAVÍ

Člověk je tvor sebeuvědomělý. Ač dosud nebyla dána, a zřejmě ani nikdy vyslovena nebude, jednotná uspokojivá definice toho, co člověka dělá tvorem s takovým výsadním postavením, schopnost sebereflexe k lidské podstatě rozhodně patří, ať už je jedinečným lidským aspektem nebo není. Právě schopnost zdravého člověka nést odpovědnost za své činy a uvědomovat si je, dává lidem možnost přemýšlet o svých skutcích, myslet do minulosti i do budoucnosti, plánovat a odkládat svá rozhodnutí. Přesně tyto vlastnosti člověk potřebuje, aby dokázal dodržet a snést půst.

Zřejmě bychom v přírodě nenašli mnoho živočichů, kteří by si záměrně odírali potravu pro „vyšší účely“. Samozřejmě u některých druhů zvířat nalezneme, jak píše Dawkins, altruistické formy chování, kdy se např. matka vzdá potravy ve prospěch dítěte³; nebo podle Foutse zvíře ve stresové situaci nepřijme potravu, ač je to proti jeho přirozeným instinktům.⁴ Označovat takové počínání za půst by bylo nepřesné, protože jeho motivace je odlišná, než s jakou se setkáme v půstu spojeným s náboženstvím.

Historie půstu sahá k nejstarším filosofickým a náboženským systémům. Jako forma askeze se půst vyskytoval už např. v antice - jsou známy školy s názory, že je třeba utlumit své vášně, zříkat se požitků a zemských statků a cvičit se ve zdrženlivosti (jmenujme z nich alespoň stoiky nebo kyniky). V pohanských kulturách se lidé půstem očisťovali od temných sil, ale zde můžeme sledovat jak duchovní, tak i ryze praktickou stránku půstu. Půst, typicky držený na jaře, byl symbolem obrody, protože se probouzela příroda a s ní nová naděje, ale stejně tak byl půst částečně vynuceným důsledkem. Tělo bylo po zimě biologicky připraveno na nedostatek zásob, na neúrodu a populační explozi, a individuální spotřeba se snižovala s ohledem na ostatní.⁵

³ DAWKINS, Richard. *Sobecký gen*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 1998, s. 88-103. ISBN 80-204-0730-8.

⁴ FOUTS, Roger, MILLS, Stephen. *Nejbližší příbuzní*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 2000, s. 37. ISBN 80-204-0878-9.

⁵ BUBÍK, Tomáš, FÁREK, Martin. *Hostina a půst v křesťanské kultuře*. In *Náboženství a jídlo*. 1. vyd. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2005, s. 19-26. ISBN 978-80-7194-800-1.

V náboženství by měl být půst prostředkem ke snížení smyslového vnímání a zdůraznění vnímání duchovního. Přijímání nadbytečného množství jídla má neblahé dopady na zdraví a otupující důsledky pro mysl, teprve v půstu se člověk konfrontuje se sebou samým. To jedinci umožní urazit dlouhou cestu v osobním rozvoji - správný půst člověka naučí pokoře. Zdržení se vlastních potřeb a ovládnutí pudů je projevem hluboké motlitby, která člověka očistí a otevře ho novým spirituálním dimenzím, sjednotí tělo a mysl. Díky odepření si potřeby jídla si člověk uvědomí, že jeho tělo není pouhým nástrojem, který má, ale že tím tělem jest.⁶

Svůj postoj k jídlu si vymezuje snad každé náboženství - ať už jde o konkrétní přípravu pokrmů, o zakázané, tzv. tabuizované potraviny anebo právě o zřeknutí se jídla úplně. Náboženský význam půstu je demonstrován i v kontrastu k náboženské hostině. Aby si člověk mohl vážit nadbytku, musí prožít i nedostatek, proto bývá hodování někdy ritualizováno, nebo je přidělen různým pokrmům nebo potravinám posvátný význam (specifické podle kultury a druhu náboženství).⁷

Hartl a Hartlová definují půst jako: „*úmyslné úplné nebo částečné zdržování se pokrmů, např. masa, z důvodů náboženských, dietetických, jako styl života nebo snahu o prodloužení života založenou na argumentu, že pokusná zvířata hladovějící 1x či 2x týdně žijí déle než ostatní.*“⁸

Půst je podle nich rituálním aktem, nácvikem umění v odříkání a cestou za spojením s vyšší spirituální bytostí. S ohledem na naše vymezení půstu jako protikladu k hostině a masopustu, je půst subjektivně vnímán bipolárně – buď jako vrcholný duchovní zážitek nebo je prožíván pouze trpně, to ale pramení z nepochopení celého smyslu půstu. Mluvíme-li o půstu, je třeba odlišit ho od jiných podobných výrazů – od diety a hladovky.⁹

Diету můžeme považovat za individuálně doporučenou výživu jedinci, často z léčebných nebo estetických důvodů. Jedná se sice také o kvalitativní a kvantitativní změnu jídelníčku, avšak bez spirituálního přesahu. Hladovka má

⁶ GRÜN, Anselm. *Půst*. 3. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2005, s. 51-59. ISBN 80-7192-724-4.

⁷ BUBÍK, Tomáš, FÁREK, Martin. Hostina a půst v křesťanské kultuře. In *Náboženství a jídlo*. 1. vyd. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2005, s. 19-26. ISBN 978-80-7194-800-1.

⁸ HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004, s. 492. ISBN 807178303X.

⁹ Tamtéž.

s půstem společného více, protože v obou případech jde o vědomé zřeknutí se jídla a pití s vidinou vyššího cíle, ale liší se tím, s čím jsou spojovány. Půst chápeme jako náboženský fenomén, mající za cíl individuální očistu a posun, jako výraz vděku nebo poslušnosti. Hladovka je naopak fenoménem společenským, dáváme ho do souvislosti hlavně s politickými událostmi. Jedinec při něm strádá také pro vyšší dobro, ale oproti postícím se snaží o změnu společnosti, ne o vlastní. Při hladovce nejde o stav vnitřní blaženosti, ale o manifestaci svého postoje. Půst by měl být praktikován skromně a v soukromí, hladovějící člověk naopak usiluje o pozornost.¹⁰

Půst je také formou askeze, neboli dobrovolného zřeknutí se požitků, tělesných i duševních, což má být cestou k nalezení vnitřního klidu bez pokušení a nebezpečí vášní a pudů. Hladovka je společensko-kulturním fenoménem a formou protestu. I věřící člověk může držet hladovku, ne jenom půst, pokud touto hladovkou bude dávat veřejně najevo svůj názor na společenskou situaci a vyjadřovat nějaký svůj záměr.

Hladovění obecně má negativní i pozitivní důsledky pro organismus. Negativní, přijímá-li jedinec málo a nekvalitních živin z potravy a když v této situaci nemá šanci na změnu svého aktuálního stavu (hladovění jako forma trestu), nebo je-li hladovění zpočátku sice dobrovolné, ale přeroste do poruchy příjmu potravy, což je závažné nemocnění. Jedinec zažívá mj. stres a strach ze smrti vyhladověním a to se negativně odráží na celkovém zdravotním stavu. Takové hladovění není žádoucí. Je-li ale jedinec připraven, že bude hladovět a dá celému procesu nějaký řád a smysl, může být hladovění zdraví dokonce velmi prospěšné. Partyková tvrdí, že energie, která by byla jinak využita pro metabolickou přeměnu, se uplatní při regeneraci a očištění tkání.¹¹

Hartl a Hartlová tvrdí, že tzv. magickou hranicí hladovění pro zdravého člověka jsou tři dny, během nich se organismus pročišťuje a zotavuje, ale po uplynutí této lhůty klesají blahodárné účinky a naopak tělu hladovění neprospívá. Existují samozřejmě lidé, kterým neuškodí po zdravotní stránce ani delší půst, ale

¹⁰ HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004, s. 492. ISBN 807178303X.

¹¹ PARTYKOVÁ, Vilma. *Hladovění pro zdraví*. 3. vyd. Praha: Impuls, 2010, s.17. 978-80-904074-5-9.

k takové praktice vede poctivý, periodický trénink s postupným prodlužováním postní doby.¹²

Se zajímavým názorem přichází Dahlke, který tvrdí, že jídlo a půst k sobě neodmyslitelně patří tak jako spánek a bdění. Přirozený životní rytmus našeho organismu je nastaven na střídání stavu spánku a stavu bdělosti, bez toho bychom nemohli fungovat. Stejně tak jsme předpřipraveni na střídání období jídla a období bez něj – půstu. Naši předci trpěli nedostatkem jídla, ale jak civilizace pokračuje, naše společnost dnes „trpí“ naopak nadbytkem (pozn. řečeno s trochou nadsázky, dosud lidé umírají podvýživou). V našem životě by se tedy měl objevovat půst stejně přirozeně, jako máme cirkadiánní rytmus, akorát s jinou časovou prodlevou. Organismus je přílišným přísunem potravy zatěžován a vznikají nové problémy a choroby, které jej ničí.¹³

Chceme-li mluvit o půstu z náboženského aspektu, je třeba vyjasnit nejen dopady půstu na zdraví z medicínského hlediska, ale musíme také definovat vztah těla a náboženství. Mauss definuje tělo jednak jako techniku bez nástroje a také jako první a nejpřirozenější nástroj. Techniky těla odlišuje od praktik náboženských, symbolických nebo právních tím, že jejich původce je pociťuje jako úkony mechanického, tělesného nebo fyzikálně-chemického řádu a také tím, že k tomu účelu slouží – můžeme to chápat tak, že jedinec je prožívá přirozeně a zároveň nevyhnutelně. Zdánlivě se zdá, že náboženské cítění a tělesné cvičení nemají mezi sebou žádný vztah, ale ve skutečnosti je od sebe nelze nikdy zcela oddělit. To je pro nás důležité, protože ač se některá náboženství snaží půst charakterizovat pouze jako spirituální techniku, nelze zapomenout na tělesnou stránku. Tím jsou známější hlavně východní náboženství (dechová cvičení v hinduismu). Podle Mausse jsou tělesné techniky jádrem mystických zážitků. Na tělo se dá pohlížet z mnoha možných diskurzů. Kognitivní religionistika se snaží vysvětlit perceptuální reprezentace nábožensky orientovaného člověka, základem je zkoumání mentálního zpracování smyslových vjemů. Jinak řečeno, zkoumá, jak člověk vnímá náboženskou zkušenost po kognitivní stránce.¹⁴

¹² HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004, s. 492. ISBN 807178303X.

¹³ DAHLKE, Ruediger. *Velká kniha půstu*. 1. vyd. Praha: Fontána, 2009, s. 22. ISBN 978-80-7336-545-5.

¹⁴ DOLEŽALOVÁ, Iva, HAMAR, Eleonóra, BĚLKA, Luboš. *Náboženství a tělo*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2006, s. 15-19. ISBN 8021041153.

Coakleyová zase tvrdí, že tělo nemůže sloužit jako kapacitní schránka pro vykládání kulturních procesů, ale naopak že je problematizováno kulturou a kulturně specifickými procesy zvyznamňování. Míjí tím obsesi tělesnosti současné západní sekulární společnosti, ale i analýzy tělesnosti ve východních i západních náboženských tradicích. Tělo je podmíněno řadou sociálních konstruktů a stává se podle ní stále unikající entitou – je v náboženství metaforicky zvyznamňováno, interpretováno a symbolizováno, je produktem diskurzivních i ne-diskurzivních¹⁵ praktik, který vzniká a zaniká v různých kulturních procesech, čili není jejich základem. Antropologie projevila zájem o tělo v diskurzu formujícího se kolem pojmu rasa. Antropologická bádání se zaměřovala na popis těl našich předchůdců, nebo na symbolické významy těla a tělesnosti v preliterárních kulturách, zkoumání můžeme označit za studium těla jako systému klasifikace.¹⁶

Tělo je v kulturních vědách zkoumáno hlavně v souvislosti se sexualitou, ale i s pohybem (tanec, sport) nebo s odíváním. V počátku za tímto zájmem nestálo tělo samotné, ale spíše instituce, hmotné statky a ideje s ním spojené. Pohled se změnil díky výzkumům v minulém století, tělo a tělesné chování nebylo považováno za výraz určité civilizace, ale že civilizace sama tělo poznamenává. Roli při tom sehrála i proměna veřejného mínění, osvobozeného od puritánských vzorů, i náhled na tělesnost moderní společnosti.¹⁷

K tělesnosti se vrátíme i v následující kapitole, která pojednává o historii pŕstu.

¹⁵ „Ne-diskurzivními praktikami myslíme nelingvistické praktiky každodennosti i výjimečných sociálních událostí, které porozumění diskurzivním (jazykovým) praktikám umožňují.“ Hamar, E., 2006, s. 17.

¹⁶ COAKLEY, Sarah. *Religion and the body*. 1. vyd. Cambridge: Cambridge University Press, 1997, s. 42-52. ISBN 0521366690.

¹⁷ DOLEŽALOVÁ, Iva, HAMAR, Eleonóra, BĚLKA, Luboš. *Nábožensví a tělo*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2006, s. 15-19. ISBN 8021041153.

2. HISTORIE PŮSTU

Chápeme-li půst jako náboženský fenomén, je třeba nejprve vymežit antropologickou definici náboženství. Podle Geertze je náboženství „*soustavou symbolů, jež funguje tak, aby založila silné, vše prostupující a trvalé postoje a motivace v lidech formulováním představ o obecném řádu existence a dodáním takové aury faktuality těmto představám, že postoje a motivace se zdají být jedinečně realistické*“.¹⁸

Tato symbolická definice má řadu kritiků, antropologická definice náboženství by měla být podle Lehmana a Myerse „*rozšířená mimo duchovní a nadlidské bytosti na vše, co je mimořádné, tajemné a nevysvětlitelné, [rozšíření definice] umožňuje komplexnější pohled na náboženské chování etnik ve světě a umožňuje antropologický výzkum takových jevů, jako je magie, čarodějnictví, kletby a další praktiky, které mají smysl pro preliterární společnosti i společnosti s psanou kulturou*“.¹⁹

Podle Smarta má náboženství / posvátno několik dimenzí. Jsou jimi:

- praktická, rituální (dimenze)
- filosofická, věroučná
- narativní, mystická
- emocionální, zkušenostní
- právní, etická
- sociální, organizační
- umělecká, materiální
- ekonomická, politická.²⁰

Smartův přístup se snaží nacházet podobnosti a kontrasty mezi světovými náboženstvími, na rozdíl od tradičnějšího antropologického přístupu, který je zaměřen na sociální povahu náboženství v rámci jedinečného společenství nebo okrajové skupiny. Většina antropologů by zřejmě souhlasila s chápáním náboženství jako fenoménu s více aspekty, než jako jednotlivosti, kterou lze izolovaně zkoumat a snadno identifikovat. Náboženství se od sebe liší ve

¹⁸ BOWIE, Fiona. *Antropologie náboženství*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008, s. 33. ISBN 978-80-7367-378-9.

¹⁹ Tamtéž, s. 34.

²⁰ Tamtéž, s. 34-35.

zdůrazňování jednotlivých dimenzí, stejně jako jednotlivé skupiny v rámci jedné víry. Např. islám a judaismus mají velmi dobře zpracovaný právní a věroučný aspekt, kdežto náboženství bez svatých písem více tíhnou ke zdůraznění mýtu. V křesťanství také nalezneme odlišnosti – jednotlivé protestantské denominace kladou důraz na cit a osobní zkušenost, kdežto katolicismus (římský) a pravoslaví zase na liturgii a obřad, také je u nich mnohem více rozvinuta materiální a umělecká dimenze (kostely, oděvy, ikony, hudba...)²¹

Náboženství se pomyslně rozdělují na světová a ta ostatní, upustilo se od přerozdělování na nižší a vyšší formy, neboť hierarchické podtexty se již považují za nepřijatelné.

Světová náboženství mají tyto předpokládané rysy:

- jejich základem je svaté písmo
- obsahují nějaké pojetí spásy, zpravidla přicházející zvnějšku (spasitel, vysvoboditel)
- jsou univerzální, nebo mají univerzální potenciál
- vstřebávají a nahrazují původní náboženství
- tvoří často zvláštní oblast činnosti.

Původní náboženství mají tyto předpokládané rysy, o které by měly být zrcadlovým obrazem rysů světových náboženství:

- nemají svatá písma ani formální vyznání (u aliterárních společností), jsou založena na orální tradici
- jsou orientována na přítomný svět
- jsou etnicky nebo jazykově omezena na jednu skupinu
- jsou to základy světových náboženství
- dělicí čára mezi posvátným a profánním není jasná, přirozeno a nadpřirozeno, život a náboženství, jsou neoddělitelně propojené.²²

Antropologii v souvislosti s náboženstvím zajímá především fenomén posvátna a hranice mezi posvátným a profánním, které se podle Dülmena od devatenáctého století stírají, protože po nástupu moderny klesá význam a vliv náboženských institucí. Další oblastí, která je v oblasti antropologického zájmu, je průběh svátků a rituálů. Heers charakterizoval svátky jako dny bezdůvodné

²¹ BOWIE, Fiona. *Antropologie náboženství*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008, s. 35. ISBN 978-80-7367-378-9.

²² Tamtéž, s. 36-37.

zábavy, v dřívějších dobách podle něj hrály mnohem důležitější roli ve společenském životě, než v dnešní moderní společnosti.²³ Sváteční dny měly funkci vymanění se z rutiny všedních dní, slavnosti přinášely úlevu od každodenních povinností. Každý svátek či slavnost znamenaly setkávání, vyjadřovaly potřebu lidí být spolu, ať už to byli lidé z různých nebo odlišných sociálních vrstev. Od radostné atmosféry svátků se postní doba snažila distancovat, naopak – radost měla být potlačena, alespoň ta veřejně manifestovaná.²⁴

Další disciplínou, která se k pústu vyjadřuje, je historická antropologie. Historická antropologie je disciplína, která do středu historické analýzy staví konkrétního člověka s jeho jednáním, prožíváním, myšlením a pocity. Zaměřuje se na mnohostrannou kulturně-sociální podmíněnost jednotlivce v běhu času, akcentuje účast všech lidí na dějinném procesu, do ohniska svého zájmu dává člověka v jeho zvláštnosti, ucelenosti a závislosti na přírodě, společnosti a kulturní tradici.²⁵

Historicko-antropologické bádání je zaměřeno na tři komplexy. Jsou jimi:

- každodenní praktiky formující náboženský život (bohoslužba, křest, modlitba, zpověď, návštěva kostela...)
- sociální a konfesijní diferenciaci (oddělená náboženská kultura elit a prostých lidí / lidové zbožnosti, ale i rozdílné praktiky v rámci jednoho náboženství)
- sekularizace (v subjektivní a objektivní rovině).²⁶

Podle Tamneye můžeme o významu pústu v kontextu historické antropologie hovořit ve třech rovinách

- v lidovém náboženství preindustriálního prostředí (starověký kontext)
- v univerzálních náboženstvích preindustriálního prostředí (klasický kontext)

²³ HEERS, Jacques. *Svátky bláznů a karnevaly*. 1. vyd. Praha: Argo, 2006, s. 11. ISBN 80-7203-777-3.

²⁴ JIRÁNEK, Tomáš, LENDEROVÁ, Milena, MACKOVÁ, Marie. *Z dějin české každodennosti*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2009, s. 277-303. ISBN 9788024616834.

²⁵ DÜLMEN, Richard v. *Historická antropologie*. 1. vyd. Praha: DOKOŘÁN s.r.o., 2002, s. 11. ISBN 80-86569-15-2.

²⁶ Tamtéž, s. 61-64.

- v univerzálních náboženstvích industriálního nebo post-industriálního prostředí (moderní kontext).²⁷

Ve starobylém kontextu mluvíme o půstu jako o očistění a stavu duševní připravenosti na boží zásah. Tamney o půstu v lidovém náboženství hovoří také jako o symbolické smrti. S příchodem univerzálních náboženství se půst stává výrazem postoje mysli - zbožné pokory a pokání vůči božstvu. Hlavně díky křesťanství a islámu se stal tento názor rozšířeným. Těmto tradicím byla věnována asketická ideologie o dualistickém pohledu na člověka, skládajícího se ze dvou kompozit – duše a těla. Asketickým cílem bylo dosáhnout nadvlády nad tělem a půst byl jedním z prostředků, jak tohoto cíle dosáhnout. Existuje ale rozdíl mezi křesťanstvím a islámem v přístupu k půstu. V křesťanství získal půst více podobu pokání a sebe-potrestání za účelem zbavit se hříchu. I když něco podobného můžeme nalézt v islámu, není to dominantní poslání půstu. Důraz je kladen na chválu Boha a vděčnost, půst v ramadánu je projevem slušnosti a zbožnosti.²⁸

Dalším důležitým pojmem, který je třeba projednat, je pohled antropologů na stravování. Jídlo bylo a je jednou z hlavních starostí lidstva, protože náš organismus by bez příjmu potravy nepřežil. Jídlo má ale i společenskou funkci, pro mnoho lidí je zájmem a potěšením, jídlo je také jedno z nejčastějších konverzačních témat. Způsob stravování závisí na mnoha faktorech – proměňuje se v závislosti na době, zeměpisném určení a vývojovém stupni lidského společenství, dále je úzce spojeno s profesní nebo sociální vrstvou, kulturními zvyklostmi a také s náboženstvím.²⁹

Antropologii v souvislosti se stravováním nebo stolováním zajímá především funkce a symbolický význam tradiční stravy a nápojů v dané kultuře a společnosti, často v souvislosti s lidovým léčitelstvím nebo náboženstvím. Podle Barthes je potrava současně „(...) *způsobem komunikace, souborem obrazů, vytváří pravidla použití a pravidla chování*“.³⁰ Lévi- Strauss zase vyslovil

²⁷ TAMNEY, Joseph B. *Fasting and Modernization* [online]. Journal for the Scientific Study of Religion [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=108>

²⁸ Tamtéž.

²⁹ JIRÁNEK, Tomáš, LENDEROVÁ, Milena, MACKOVÁ, Marie. *Z dějin české každodennosti*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2009, s. 117-141. ISBN 9788024616834.

³⁰ Tamtéž, s. 118.

myšlenku, že „*kuchyně je jazykem, kterým daná společnost podvědomě vyjadřuje svoji strukturu a jehož prostřednictvím mohou být odhaleny skryté rozpory*“.³¹

Podle Douglasové zase kategorie stravy odrážejí sociální realitu, protože jídelníčky všedního a svátečního dne jsou rozdílné. Se způsoby stolování a s typickými pokrmy jsou také spojeny přechodové rituály, mezníky životního cyklu. Postoje ke konzumovanému jídlu jsou tedy podmíněny časově a prostorově, vyjadřují navíc společenskou hierarchii a sociální meze i pohyb přes tyto meze.³²

Štampach se slovními hříčkami snaží demonstrovat vztah náboženství a jídla. Náboženskou zkušenost spojuje s kousáním (*zkusit*), upozorňuje, že poznatkům říkáme potrava pro duši, ocitneme-li se v nějaké povrchní situaci, tvrdíme, že jsme ji pouze ochutnali – naopak pohltí-li nás situace, jsme do ni lidově řečeno „zažraní“. Hořká životní zkušenost zase metaforicky vyjadřuje nějakou neradostnou událost. Tvrdí, tak jako Tamney, že archaickému člověku byla dobře známá spirituální dimenze jídla, ale i dalších fyzických potřeb (např. sexuálních). Postupně se toto povědomí ale vytratilo a postmoderní člověk opět nalézá hodnoty v každodenních činech. Proto dosud v náboženství existují pravidla upravující stravování. Jídlo je součástí rituálů, tak jako se podílí na formování lidí u společného stolu, je prostředníkem vztahu s Bohem.³³

Jídlo vždy doprovázelo důležité rodinné a společensky významné události. Hostina byla oslavným aktem, který vítal nového člověka na svět i se s ním po jeho smrti loučil. Stolování mělo nejen symbolický význam, že stmelovalo rodinu a sesednutí rodiny kolem stolu patřilo k počátkům socializace dítěte, ale jeho význam se přikládal i k úpravě stolu a vybraným potravinám. Hostině tedy nelze upřít kulturní a sociální přesah.³⁴

Hostinu můžeme chápat jako protiklad k půstu – hojnost, dostatek, veselí a nezřízené radování v kontrastu k odpírání si požitků, tichému rozjímání a pokání. Podle Eliada je rituál, kterého je hostina součástí, snahou o zrušení lineárního času ve prospěch času kruhového, je časem změny a přerušování dějin. Mezi rituály

³¹ JIRÁNEK, Tomáš, LENDEROVÁ, Milena, MACKOVÁ, Marie. *Z dějin české každodennosti*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2009, s. 118. ISBN 9788024616834..

³² Tamtéž, s. 117-141.

³³ ŠTAMPACH, Ivan O. Náboženství a jídlo. *Dingir* 1, 2005, s. 9-10. ISSN 1212-1371.

³⁴ JIRÁNEK, Tomáš, LENDEROVÁ, Milena, MACKOVÁ, Marie. *Z dějin české každodennosti*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2009, s. 117-141. ISBN 9788024616834.

můžeme počítat karnevaly / masopusty³⁵, jejichž součástí byla i hostina. Masopustní doba tradičně předcházela dobu postní. Během karnevalů se hodně jedlo a pilo, bylo povoleno nosit masky a beztrestně urážet kohokoliv, zpívat dvojsmyslné a politické písně. Každé město, v kterém karneval probíhal, mělo své místní varianty na univerzální témata obžerství, sexu a násilí. Masopust byl časem jiného pořádku a řádu, časem nevázanosti v jídle a pití, ritualizované agrese a v sexuálních radovánkách před zdrženlivým půstem.³⁶

Dosyta se najíst nebylo v dobách středověku a raného novověku samozřejmostí, proto modlitby za „chléb vezdejší“ nebyly pouhou formalitou. Dodnes je náboženskou ctností, v islámu dokonce náboženskou povinností, věnovat almužnu chudým, přispět jim na jídlo (v křesťanství se praktikují např. tzv. velikonoční obědy – za nízké nebo žádné peníze nakrmit chudé).³⁷

Nyní se blíže podíváme na fenomén masopustu. Masopust byl zejména v Evropě největším lidovým svátkem roku. Byla to privilegovaná doba plná her a rituálů, lidé mohli beztrestně vyjadřovat své názory. Nejbohatší doklady o karnevalu se dochovaly v Itálii, proto historická rekonstrukce musí být nanejvýš opatrná, aby nepodlehla zkreslení. Je jisté, že masopust neměl jednotný ráz a průběh v každém městě, ale že podléhal regionálním zvykům, politické a hospodářské situaci. Masopust ale vždy začínal v lednu nebo koncem prosince a stupňoval se s přibližujícím se postním obdobím. Oslavy byly strukturovány formálně a neformálně, v neformálních můžeme sledovat všechny možné variace na téma násilí a agrese. Bylo zvykem nosit masky a přebírat novou identitu a oddávat se nespoutanému veselí. Formálněji strukturované oslavy obsahovaly tři prvky: *průvod*, jehož součástí byly tzv. alegorizované vozy; *soutěž* (koňské dostihy, závod v běhu, na lodích, přetahovaná apod.); třetím prvkem bylo předvedení *divadelní hry* – frašky, kterou lze ale stěží odlišit od her, které byly předváděny neformálně. Hlavní tematikou byl souboj mezi postavami *Masopůsta a Půsta*.³⁸

Masopust byl svátkem agrese, destrukce, znesvěcení, sexu a jídla. Sex, stejně jako násilí, byl ritualizován, stál někde mezi násilím a jídlem. Jakou měl ale

³⁵ Masopust a karneval lze používat jako synonyma.

³⁶ DÜLMEN, Richard v. *Kultura a každodenní život v raném novověku*. 1. vyd. Praha: Argo, 2006, s. 143 – 154. ISBN 80-7203-812-5..

³⁷ Tamtéž.

³⁸ BURKE, Peter. *Lidová kultura v raně novověké Evropě*. 1. vyd. Praha: Argo, 2001, s. 193-213. ISBN 80-7203-638-6.

funkci? Krom té zjevné – být zábavou, oddechem od denních starostí, byl masopust projevem solidarity a síly komunity, ale také možností, jak se vysmát cizincům. Diskutovanou funkcí masopustu je jeho sociální charakter, zda sloužil jako sociální protest nebo sociální kontrola. Podle Gluckmana prý rituály, na první pohled vyjadřující protest proti sociálnímu řádu, ve skutečnosti propínaly jeho udržení, odstranění obvyklých tabu a omezení zdůraznilo jejich zachování v realitě. Některé projevy veselí, jako třeba rituální popravy, mohly být vnímány jako jednotné odsouzení zločinu komunitou, projevem její sounáležitosti. Masky dovozovaly chudším lidem zapomenout na svou společenskou roli a přebrat roli někoho jiného, povolená agrese a sexuální řádění bylo do jisté míry možností kontrolovaným „ventilem pro upuštění páry“. Posměšky a násilí se mnohdy přetrafovaly v sociální protest, a z masopustu se stal projev lidového nepokoje s danými pořádky. V pokojném průběhu masopustu se ale objevila tematika vítězství střídmosti (Půsta nad Masopustem), spravedlnosti, aby se lidé pomalu vrátili do reality a připravili se na nadcházející postní období.³⁹

Známý Breughelův obraz *Boje Masopustu s Postem*, vyobrazující tlustého muže na sudu, který zápolí s hubenou stařenkou na židli, má mnoho možných interpretací. Tento souboj byl tradiční součástí karnevalových oslav. Jednou z možných interpretací je Burkeho představa o Masopustu jako symbolu lidové kultury a o Půstu jako představiteli duchovenstva usilujícího o reformu nebo potlačení řady lidových slavností. Reformátoři se snažili lidové zvyky potlačit, protože je považovali za pohanské přežitky, za pověry. Pranýřována byla i magie, církve se snažila zbavit lidovou kulturu kouzel, zakazovala nebo měnila průběh lidových obřadů. Klíčovým bodem těchto snah bylo oddělení posvátného od profánního, které se v raném novověku vyostřilo. Navíc byl v konfliktu zbožných a hříšníků vyžadován posun v náboženské mentalitě nebo sensibilitě, a také se ustálila víra, že lidová familiárnost plodí nedostatek úcty a ničí vztah k posvátnému. Lidové kultuře bylo také vytýkáno, že přímo nabízí možnosti, jak zhřešit. Reformátoři lidové kultury si byli vědomi toho, že za kritizovanou masopustní zábavu musí předložit alternativy. Tak byly vydávány zpěvníky, protestanti usilovali o překlady Bible do národních jazyků, aby bylo písmo přístupno i prostým lidem. Burke to považuje za pozitivní dopad reformace lidové

³⁹ BURKE, Peter. *Lidová kultura v raně novověké Evropě*. 1. vyd. Praha: Argo, 2001, s. 193-213. ISBN 80-7203-638-6.

kultury, protože překlady představovaly obrovskou kulturní událost, která ovlivnila jazyk a úroveň gramotnosti daných zemí, a celou přeměnu lidové kultury při reformaci označuje za *triumf postu*.⁴⁰

Tímto končí první část práce a v následujících kapitolách rozebereme přístup k půstu jednotlivých světově-náboženských systémů. Konkrétně se zmíníme o půstu v islámu, v křesťanství, v judaismu, v hinduismu a v buddhismu.

⁴⁰ BURKE, Peter. *Lidová kultura v raně novověké Evropě*. 1. vyd. Praha: Argo, 2001, s. 221-246. ISBN 80-7203-638-6.

3. PŮST V KŘESŤANSTVÍ

Dříve, než pojednáme o půstu v křesťanství, ocitujeme úryvek z Kánonu, na který v textu budeme odkazovat.

„Kánon 1249: Všichni věřící křesťané jsou povinni každý svým způsobem konat na základě Božího zákona pokání. Aby se však všichni spojili mezi sebou v určitém společném zachování pokání, předpisují se kající dny, ve kterých se mají věřící zvláštním způsobem věnovat modlitbě, konat úkony zbožnosti a lásky, zapírat se a věrněji konat své povinnosti a zvláště zase zachovávat půst a zdrženlivost podle předpisů Kánonů, které následují.

Kánon 1250: Kajícími dny a dobami v celé církvi jsou jednotlivé pátky po celý rok a postní doba.

Kánon 1251: Zdrženlivost od masa nebo od jiného jídla, ve shodě s rozhodnutím biskupské konference, nechť se zachovává v jednotlivé pátky po celý rok, leč by na tento pátek připadla některá slavnost. Zdrženlivost a půst újmy nechť se zachovává na Popelční středu a na Velký pátek, den utrpení a smrti Pána našeho Ježíše Krista.

Kánon 1252: Zákonem o zdrženlivosti od masa jsou vázáni všichni, kteří ukončili 14. rok svého života. Zákonem od újmy jsou vázány všechny osoby dospělé (od 18 let) až do započetí šedesátého roku života. Avšak duchovní pastýři a rodiče ať dbají o to, aby i ti, kdo nejsou z důvodu nezletilosti vázáni zákonem zdrženlivosti a újmy, byli vedeni k pravému duchu pokání.

Kánon 1253: Biskupská konference může blíže určit způsob zachování zdrženlivosti a také může půst zdrženlivosti a půst újmy nahradit zcela nebo zčásti jinými formami kajícího, zvláště úkony lásky a cvičením se ve zbožnosti.“⁴¹

S křesťanským půstem se na území našeho státu setkáme nejčastěji. Postní doba je, podobně jako v islámu, stanovena na poměrně přesný časový úsek, a sice na 40 dní. Čtyřicet dnů má základ v biblické typologii – čtyřicet dní se postil Ježíš Kristus na poušti, čtyřicet let strávil Boží lid na poušti, čtyřicet dní prodléval Mojžíš na hoře Sinaj, čtyřicet dní vyzýval Goliáš Izraelity k zápasu, za čtyřicet

⁴¹ *Kodex kanonického práva*. 1. vyd. Praha: Zvon, 1994, s. 132-133. ISBN 80-7113-082-6.

dni došel Eliáš o chlebu a vodě k Boží hoře Chorébu a stejnou dobu kázal Jonáš o pokání. Ve skutečnosti je doba postní prodloužena ještě o čtyři dny (od Popeleční středy k první postní neděli), aby nezačínala svátkem (neděle je chápána jako svátek).⁴²

Křesťanský půst tradičně začíná dnem pokání - Popeleční středou, která je symbolickou připomínkou hesla „prach jsi a v prach se obrátíš“ a trvá čtyřicet (nebo více, jak jsme si právě vysvětlili) dní – až do Velikonoc, nejvýznamnějšího křesťanského svátku slaveného po prvním jarním úplňku, který vzpomíná ukřižování a zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Období půstu tedy je a není striktně vymezeno – má jasné časové ohraničení, každým rokem však počíná a končí jiným datem. S postní dobou je neodmyslitelně spojeno také období karnevalů a masopustů, které půstu předchází. Průběhem historie dostala karnevalová období různé podoby, jak jsme zmiňovali v první části práce. Ve středověku byl masopust dobou „světa obráceného vzhůru nohama“, narušeného a převráceného řádu – podle některých historiků měl tento podivný řád i lehce manipulativní význam – na ukázkou toho, že dané pořádky (poddanství, feudalismus) jsou jediné udržitelné. Moderními obdobami karnevalové zábavy jsou např. u nás zimní plesová sezóna, zabijačky a hostiny. Hlavním účelem karnevalů je dosyta se pobavit a posílit se na nadcházející postní období. Masopust tradičně začíná na Tři krále a končí Masopustním úterkem, dnem právě před Popeleční středou.⁴³

Čtyřicet dní půstu odkazuje na Ježíšovo putování pouští, než počal konat skutky mesiáše. Po celou dobu nic nejedl ani nepil, ale nenechal se zlákat Ďáblem, který mu sliboval blahobyť, ba naopak se úpěnlivě modlil k Bohu. Křesťané plnou nebo částečnou nápodobou jeho činu dokazují svou víru, snaží se skrze askezi dosáhnout vnitřního očištění a uspokojení, dokázat nadvládu nad vlastními pudy. Moderní a mladší věřící častěji vynechávají potraviny různě podle svého uvážení (vyjma jasně stanovených tradic, jako např. odepření si masa na Popeleční středu a Velký pátek) a dobu postu využívají k plnění předsevzetí a úkolů a užívají si ji jako regeneraci těla i mysli. Podobným půstem si věřící

⁴² RYAN, Thomas. Fasting: A Fresh Look [online]. America Press inc. [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=8&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=108>.

⁴³ BURKE, Peter. *Lidová kultura v raně novověké Evropě*. 1. vyd. Praha: Argo, 2001, s. 193-213. ISBN 80-7203-638-6.

prochází před Vánocemi v období adventu, kdy se duševní očistou připravují na symbolické zrození Ježíše, adventní neděle věnují naopak oslavám.⁴⁴

Křesťanství na rozdíl od judaismu a islámu nevybízí k žádnému přísnému půstu, věřícím není Bibli předepsán. Zpravidla bývá na každém věřícím, aby se individuálně rozhodl, jak u něj půst proběhne, klíčovým prvkem zůstává spíše v životě řeholníků a řeholnic. Zmírnění půstu bylo odsouhlaseno na druhém Vatikánském koncilu v roce 1965. Úplné zdržení se potravin je naopak výslovně nedoporučováno, nanejvýš na kratší časový úsek do pěti dní. Spíše se má věřící uskrovnit a odpírat si tučné a nezdravé pokrmy.⁴⁵

Postit se ale neznamená jen odřeknout jídlo, půst je zřeknutí se všeho, co má v našem životě postradatelnou a zbytečnou pozici, všeho, co nás spoutává (pozn. proto není doporučeno úplné zřeknutí se potravy – jíst musíme). Skrze odpoutání se od přizemních věcí věřící dosáhne otevření své mysli Bohu, dá větší prostor sám sobě.

Zřeknutí se je popisováno jako svobodný, uvědomělý a zodpovědný akt, kdy na vnitřní nutkání „muset mít“ řekneme *ne*.

Cíle křesťanské zdrženlivosti:

- mít nadvládu nad vlastním tělem a nad svými touhami
- oprostít se od závislosti na věcech, na majetku
- najít poklady duchovního života
- nenechat se zotročit hříchem, ale ovládnout ho

Nebezpečí křesťanské zdrženlivosti:

- duchovní pýcha
- znehodnocení božích darů
- uctívání vůle místo Boha
- pochopení lidského těla jako nástroje zla a následné flagelantství, sebetýrání⁴⁶

Půst byl v poslední době znovuobjeven meditačními hnutími a medicínou, postní kúry se využívají například při léčbě civilizačních chorob (revmatu,

⁴⁴ BUBÍK, Tomáš, FÁREK, Martin. Hostina a půst v křesťanské kultuře. In *Náboženství a jídlo*. 1. vyd. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2005, s. 19-26. ISBN 978-80-7194-800-1.

⁴⁵ WINTER, David. *ABC křesťanství*. 1. vyd. Praha: Česká biblická společnost, 2010, s. 33-35. ISBN 978-80-87287-05-7.

⁴⁶ Tamtéž.

artritidě). Při meditacích bývá půst využíván jako technika pro hlubší vnoření se do ticha. Mnohá mírová hnutí půstem protestují proti zbrojení. Pro církve má být půst otázkou modlitby, výrazem víry.⁴⁷

Podle Grüna křesťanská církve na půst v minulém století zapoměla a udává k tomu dva důvody:

- Dualismus těla a duše: z půstu se vytratila složka tělesná a stal se pouze duchovním, protože na tělesný půst se shlíželo opovržlivě. Spiritualizace půstu ale podle Grüna zapříčinila novou materializaci a ekonomickou kalkulaci (což se odrazilo na kontech dobročinných biskupských nadací).
- Legalismus: církve se spokojila s postními nařízeními, aniž by bádała po smyslu půstu a zdůrazňovala jeho cíl.

Pro obnovu půstu je třeba se ohlédnout ke zkušenostem rané církve, která půst chápała jako modlitbu tělem i duší. Raná církve přebrala postní praktiky od židovství, akorát za postní dny stanovila jiné dny v týdnu, a to středu a pátek s ohledem na Ježíšovo zatčení a ukřižování. Na východě bylo přidáno ještě pondělí a sobota. Zprvu se křesťané postili o Svatém týdnu a zhruba od konce třetího století celých čtyřicet dní. Dokonalá zdrženlivost se vyžadovala pouze dva dny před Velikonocemi, ve středy a pátky se nemohlo jíst pouze do večera (pozn. podobné islámskému půstu v ramadánu). Tvrdší nařízení si stanovovali mniši, kteří se postili každý druhý den, a jejich jídlem pro postní období byl pouze chléb se solí a voda, luštěniny, byliny, zelenina a ovoce. Ač někteří uvnitř církve požadují obecnou abstinenci od masa a alkoholu, není v Novém Zákoně psáno nic o tom, že by některé potraviny (resp. druhy masa) byly nevhodné, a tak se církve staví proti omezování, protože Bůh stvořil všechna zvířata a rostliny k požívání člověkem a Kristus přinesl na zem svobodu a volnost.

Křesťané nemají dávat na odiv to, že se postí, naopak má půst probíhat v soukromí ve vši skromnosti. Půst bude potřeba tak dlouho, dokud bude existovat hřích a smrt (pozn. do druhého příchodu Mesiáše). První postní dny probíhaly v komunitě věřících společně (tzv. *stationes*) a souvisely s liturgií.

⁴⁷ DUFFY, Eamon. *To fast again* [online]. A monthly Journal of Religion & Public Life [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=26>.

Půst měl prvotně funkci léčebnou, měl chránit člověka před démonickými vlivy – původ tohoto názoru můžeme hledat u přírodních národů a jejich vztahu k příjmu potravy (společně s potravou vkládanou do úst proniknou do organismu i zlé síly), ale i v antice (požitím zvířete do sebe vpravíme i jeho démonickou duši). Zajímavé je, že v antice se věřilo, že démonické síly mohou proniknout i skrze rostlinnou potravu (např. že v bobech sídlí duše zemřelých). V lidovém léčitelství a v magických rituálech se předpokládalo, že půst má posilující účinek a umocňuje dopady praktik léčitelů a čarodějných mocí. V řeckých filosofických školách se už ale začal prosazovat názor, že půst pozvedá zejména ducha, očisťuje jej a přináší spokojenost, svobodu a štěstí. Půst mohl být chápan jako životní cíl (např. u kyniků zřeknutí se všeho, co není k existenci nezbytné, ale zároveň jako cesta, jak se zbavit neřestí a hříchů. Miller popisuje boj člověka proti nepřátelům duše půstem paralelou válečného obsazení města – nejlepší taktikou dobytí je odříznout tamější obyvatele od vody a potravy, tím se stanou bezmocnými, stejně tak démonické síly, nemohou se žít v člověku. V půstu se člověk setkává se sebou samým a má-li kvůli neuspokojené potřebě nasycení špatnou náladu, není to chyba půstu. Právě tak člověk pozná, co ho drží, známkou vnitřního pokoje by nemělo být pouze dobré jídlo a pití. Oprostí-li se člověk od primárních myšlenek lačnicích po uspokojení, může v sobě nalézt nové rozměry, poznat sám sebe, co se skrývá hluboko v srdci a proti čemu musí bojovat. Bojovat musí taky se svými pudů, jak říká nauka o osmi neřestech. Zdůrazňovány jsou zejména první tři neřesti – obžerství, smilstvo a hrabivost. Převládal totiž názor, že tloustne-li tělo, obtloustne i duch a nadbytečná strava že se přeměňuje v sexuální žádostivost. Přehnaná askeze ale také není zdravá, protože současně s chůzí se může vytratit i vitalita. Půst bychom neměli dodržovat, máme-li ze svých pudových představ strach a chceme-li tím popřít život ve tom smyslu, že nám může přinášet radosti. Půst usiluje o vyvolání dobrého v nás, o přeměnu pudové energie v životní sílu. Chce odejmout nadbytečné a nezpracované v nás a tím učinit postící se bytost svobodnější.

Půst se projevuje i ve vztahu člověka s lidmi. Jak říká Regnault: „*Lepší je jíst maso a pít víno než užívat tělo bratří pomluvami.*“⁴⁸ Stejně jako v judaismu se postící nejprve musí usmířit se svými blízkými a urovnat všechny spory, tak i

⁴⁸ GRÜN, Anselm. *Půst*. 3. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2005, s. 30. ISBN 80-7192-724-4.

křesťanský půst dává přednost dobrým vztahům, ctnostnému a skromnému životu před pouhým odepřením si pokrmů a přitom mít zlé myšlenky a hovořit špatně o blízkých. Taková činnost je bohulibou přetvářkou. Půst nás konfrontuje s naší stinnou stránkou a už poznání samotné je projevem odhodlanosti a vykročením správným směrem. Půst jakožto explicitně tělesný akt nám připomíná, že se od svého těla nemůžeme odtrhnout a ani by to nebylo správné, protože člověk by si měl ke svému tělu vypracovat zdravý vztah, přijmout jej a s tím fakt, že máme tělo i duši. Nadvláda ducha nad tělem nemá být cílem půstu, pouze skrze potlačení tělesných potřeb má být duševnu poskytnut větší prostor, nepřijmout své tělo a své tělesno by nebylo svobodné, protože tělo nevlastníme, tělem jsme.⁴⁹

Půst je spolu s almužnou a modlitbou známkou zbožnosti, dohromady tyto prvky můžeme označit podle křesťanské nauky za cestu k osvětlení.

Nyní se podíváme na přístupy k půstu jednotlivých křesťanských církví. V římsko-katolické církvi je tradičním postním dnem pátek, protože je to den, kdy byl ukřižován Ježíš Kristus. Správně by věřící neměl pozřít maso, nicméně je zajímavým faktem, že církev rybu už od dob středověku za maso nepovažovala, proto rybu věřící v pátek nebo v postním období pojíst mohou. Jinak pro římské katolíky platí pravidlo, že postit se mají důkladně jen na Popeleční středu a na Velký pátek, což ale znamená, že by si měli dopřát jenom jedno vydatné jídlo. Půst ale mohou nahradit jinými záslužnými činy, předpisy důsledně dodržují spíše řeholníci.⁵⁰

Protestantské církve zastávají k půstu ambivalentní postoj. Chtějí se vědomě odlišit od stravovacích návyků katolíků, což se projevuje např. právě odmítnutím ryby jako symbolického pokrmu. Luther se staví k půstu poměrně kriticky, ve své knize odsuzuje tvrdé půsty jako zbytečné týrání těla, všímá si psychických dopadů, které půst může vyvolat. Přisuzuje půstu pouze tělesný aspekt, nemá podle něj nic společného s duchovním. Neodmítá postní praktiky jako takové, ale věřící by si podle něj měl zvolit sám za sebe, podle svých životních událostí a

⁴⁹GRÜN, Anselm. *Půst*. 3. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2005, s. 5-50. ISBN 80-7192-724-4.

⁵⁰ RICHTER, Klemens. *Liturgie a život*. 1. vyd. Praha: Vyšehrad, 2003, s. 152-159. ISBN 8070215755.

zkušeností, který den by se chtěl postit, stejně tak jako by si sám měl stanovit potraviny a pokrmy, kterých se chce zříct.⁵¹

Stravovací návyky a pravidla pravoslavných církví jsou nejpřísnější ze všech křesťanských církví. Půst je dodržován nejen v postním období, ve středy a pátky (až na pár výjimek), ale existují ještě jednodenní půsty před významnými svátky. V tyto dny nesmí být konzumováno maso ani ryby, které, jak jsme si vysvětlili, katolíci nepovažují za maso. Existuje jenom pár svátečních dnů, pro které je ryba povolena. Dalšími půsty pravoslavné církve, kromě tradičního Velikonočního, jsou Filipovský půst, Petropavlovský půst a Uspenský půst.⁵²

Nově vzniklé církve nebo náboženská společenství, dohromady označované jako nová náboženská hnutí, si zakládají na přísném stravování mnohem více a postí se od některých potravin (hlavně masa) trvale. Jako příklad může sloužit způsob stravování Církve Ježíše Krista Svatých posledních dnů, kteří ze svého jídelníčku vylučují dokonce čaj a kávu.⁵³

V další kapitole rozebereme půst v islámu.

⁵¹ BUBÍK, Tomáš, FÁREK, Martin. Hostina a půst v křesťanské kultuře. In *Náboženství a jídlo*. 1. vyd. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2005, s. 19-26. ISBN 978-80-7194-800-1.

⁵² DUFFY, Eamon. *To fast again* [online]. A monthly Journal of Religion & Public Life [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=26>.

⁵³ PECHOVÁ, Olga. *Psychologie náboženství*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, s. 81-82.

4. PŮST V ISLÁMU

Opět nejdříve uvedeme výňatek z Koránu, na který budeme dále v textu odkazovat.

„Vy, kteří věříte, předepsán je vám půst, tak jako byl kdysi předepsán těm, kdož byli před vámi – snad budete bohabojní. Půst má předepsaný počet dnů, a kdo je nemocen a nebo na cestách, nechť postí se stejný počet dní později. Ti, kdo mohou se postit jen s obtížemi, se mohou vykoupit nakrmením jednoho chudého. Tomu, kdo dobrovolně nakrmí více chudých, bude to přičteno k jeho dobru. Ale půst je pro vás lepší – jste-li rozumní. Postním měsícem je měsíc ramadán, v němž Korán byl seslán jako vedení správné pro lidi, s jasnými důkazy tohoto vedení a jeho rozlišení (mezi dobrým a zlým). A tak všichni, které zastihne tento měsíc, nechť se postí. Kdo je nemocen nebo na cestách, nechť se postí stejný počet dní později. Alláh si přeje pro vás ulehčení a nikoli působit vám nesnáze. A chce, abyste plně dodrželi tento počet a chválili Jej za to, že vás k tomu vede – snad budete vděční!“⁵⁴

Islám je světově významné, co se týče populace druhé největší, náboženství, jehož následovníci žijí na všech kontinentech. Základem islámu je poslušnost k bohu Alláhovi, islámské učení je komplexní a zasahuje do individuálního i společenského života, vyjadřuje se k politickým, finančním otázkám i k dalším sférám sociálního života. Poslušnost a podřízenost Bohu a dodržování Koránu, islámského svatého písma, zaručuje věřícímu – muslimovi – úspěšný současný i budoucí život.⁵⁵

Půst zastává v islámu nezastupitelné místo, neboť je jedním z pěti pilířů islámské víry. Arabsky se půst řekne sawm, nebo též sijám. Půst je Koránem předepsán do časového období měsíce ramadánu, neboli devátého měsíce islámského kalendáře (v gregoriánském kalendáři odpovídá ramadán zhruba době mezi srpnem a zářím). Po celý měsíc se muslimové musí od úsvitu do západu

⁵⁴ Korán 2:183-185, viz též Korán 58:1-4. Praha: Odeon, 1991. ISBN 8020704442.

⁵⁵ UD DIN, Salah. *Concept of fasting in different religions & Medical sciencis* [online]. Interdisciplinary Journal Of Contemporary Research In Business [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=9&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=108>.

slunce zdržet jídla, pití, kouření, intimního styku a záměrného zvracení. Musí se také vyhýbat hádkám a konfliktům, vyvarovat se pomluv a neslušných řečí. Naopak by měli pokud možno konat co nejvíce dobrých skutků. V noci půst neplatí a toto přerušení se nazývá iftár.⁵⁶

Duchovní smysl půstu je ale vyšší, jeho vysvětlení najdeme popsané v těchto dvanácti tezí:

1. Půst člověka naučí principům upřímné lásky, protože půst je vyjádřením lásky k Bohu a kdo opravdově miluje Boha, zná, co je láska.
2. Půst přináší člověku naději a optimismus, protože když dodržuje půst, přináší Bohu potěšení a usiluje o Jeho milost.
3. Půst člověka naplní ctností a zasvěcením, je čestným odevzdáním se Bohu, při půstu člověk pociťuje blízkost Boha, postí-li se jenom pro Něj.
4. Půst pěstuje v člověku zdravé svědomí, protože se postí v soukromí i na veřejnosti, neexistuje žádný světský úřad, který by kontroloval chování během půstu.
5. Půst posiluje člověka v trpělivosti a nesobeckosti. Při půstu člověk, i když dočasně, zažívá různé útrapy a strasti, ale trpělivě je snáší. Tato zkušenost mu pomůže lépe se vcítit do útrap druhých a připraví ho na nesobeckou pomoc těm, kdo ji potřebují.
6. Půst člověka cvičí ve skromnosti a silné vůli, při poctivém dodržování půstu zvyšuje jeho odhodlání klást duševní a duchovní potřeby nad fyzické.
7. „Prázdný žaludek“ čistí mysl a povznáší ji, člověk je schopen transcendence.
8. Půst je lekcí v hospodaření – člověk neutratí při půstu tolik peněz a může s nimi jinak rozumně naložit.
9. Půst člověka donutí změnit styl každodenního života, klade mu nové překážky ke zdolání a naučí ho tak zralé přizpůsobivosti.
10. Půstem v sobě člověk pěstuje smysl pro pořádek a ukázněnost, ulevuje svému trávicímu systému a nezatěžuje tak své tělo.

⁵⁶ FLESSEIG, Jiří, BAHBOUH, Charif. *Malá encyklopedie islámu*. 1. vyd. Praha: Dar Ibn Rushd, 1993, s. 142-143. ISBN 8090076734.

11. Půst udržuje v muslimech pocit sounáležitosti s lidmi v islámské církvi, jednoty a bratrství v běžném kontaktu, a pocit rovnosti před Bohem a právem.

12. Půst přináší věřícímu mír, pocit svobody a vítězství, posiluje sebedůvěru a sebeovládání. Kdo se postí správným způsobem, má plnou kontrolu nad svými vnitřními pudy a odolává zlým pokušením.⁵⁷

Posláním půstu je podle slov Koránu vděk Alláhovi a uvědomění si podřízenosti k němu, a také posílení věřícího, aby od sebe mohl odrazit zlo. Nutno podotknout, že zásady jsou do jisté míry ideální a že existuje mnoho muslimů, kteří půst nedodržují zcela přesně nebo těch, kteří ho sice dodržují, ale nechápou nebo si neuvědomují jeho pravý význam. Proto jim nemůže přinést všechna výše zmíněná potěšení.⁵⁸

Zúčastnit se půstu v měsíci ramadánu jsou povinni všichni muslimové (muži i ženy), kteří dosáhli plnoletosti (okolo čtrnácti let), jsou duševně i fyzicky zdraví natolik, aby jim půst nezpůsobil jiné potíže než ty předpokládané (hlad, žízeň, únava), a jsou přítomni v místě svého bydliště, maximálně do osmdesát kilometrů od něho, čili neměli by být na cestách.⁵⁹

Postit se v měsíci ramadánu bez nutné náhrady v jiných dnech v roce se nemusí pouze děti, které nedosáhly pohlavní a rozumové dospělosti a duševně nemocní lidé, kteří nenesou zodpovědnost za své činy. Další lidé, kteří mají dočasnou výjimku od půstu v ramadánu, jsou povinni nahradit si půst stejným počtem dní, až budou v dobré kondici / mít lepší podmínky, nebo se mohou vykoupit nasycením chudých. Preferován je však osobní půst. Mezi takto dočasně osvobozené patří nemocní; menstrující, těhotné a kojící ženy nebo ženy v šestinedělí; a lidé, kteří cestují na vzdálenost osmdesát kilometrů a delší.⁶⁰

Poruší-li někdo během dne v ramadánu půst tím, že úmyslně požije potravinu nebo nápoj, vykouří cigaretu nebo se oddá intimnímu styku, pozbývá půst okamžitě platnosti a tento čin je považován za hřích, ze kterého se lze vykoupit

⁵⁷ ABD AL 'ATÍ, Hammudah. *Zaostřeno na islám*. 1. vyd. Praha: Islámská nadace v Praze, 2010, s. 102-107. ISBN 978-80-904373-6-4.

⁵⁸ Tamtéž.

⁵⁹ Tamtéž.

⁶⁰ Tamtéž.

půstem v šedesáti dnech jdoucích po sobě nebo dostatečným nasycením šedesáti osob a držením půstu tolik dní, kolikráté byl půst porušen.

Půst v ramadánu (s ohledem na náhrady) je povinný, ale není jediný, který mohou muslimové držet. V sunně proroka Muhammada jsou doporučovány dny, kdy je vhodné se postit – mezi ně patří každé pondělí a čtvrtek, několik dní v měsících před a po ramadánu. Naopak muslim by se neměl postit v pátek a ve svátky. V některých případech může být půst dokonce uložen jako forma odpykání si trestu za přestupky, ale i za vážná provinění, jako je např. neúmyslné zabití. Moderní islámská publicistika vyzdvihuje účinky půstu. Vychvaluje jej za přínos morálních hodnot, jako cvičení vůle a jako projev solidarity, ale zdůrazňuje také jeho prospěšnost pro zdraví z lékařského hlediska. Půst má v islámské společnosti silnou pozici, veřejné mínění nakloněné pozitivně k vnímání půstu ovlivňuje i méně zbožné spoluobčany k jeho dodržování. O jeho síle svědčí také mnohá právní přezkoumávání slov proroků o půstu, změna společenského a pracovního života – v ramadánu se v islámských zemích zpravidla mění rytmus života, pracovní doba, veřejné služby.

Islámský půst se tím, že se vztahuje pouze na denní dobu, zřetelně odlišuje od křesťanství a židovství. Badatelé v tomto směru spekulují o vlivu manicheismu⁶¹ nebo zvláštních zvyků křesťanských sekt. Půst se však odlišuje celým svým procesem. I v ostatních náboženstvích zaujímá půst důležité místo, ale jedině v islámu je bez ohledu (opět k přihlídnutí k výjimkám) předepsán všem věřícím na konkrétní poměrně dlouhé období. Křesťanský půst by byl v důsledku se svými čtyřiceti dny určitě delší, ale nemá tak přísná pravidla, jako islámský. V postním čase, v ramadánu, se v islámských zemích mění chod celé společnosti. Jak bylo řečeno, půst se podílí i na společenském životě muslimů a na přetváření celé společnosti. Svou roli sehrává hlavně při odstraňování společensky nežádoucích jevů. Půst lze chápat jako měsíční morální trénink osobnosti, pro posílení ctností a odvrácení se od špatného, což se projeví ve vyjádření celé společnosti takto jednajících lidí. Muslimové mohou půst chápat jako službu Bohu, a díky své víře chápat tuto službu jako smysluplnou, mající spirituální přesah, a ne jen coby otrockou poslušnost. Sebekontrolou a vládou nad vlastními

⁶¹ Manicheismus = asketické náboženské staroperské učení, založené ve 3. století n.l. Babyloňanem Manim (řecky Manichaios), považující za základ světa boj světla a tmy, principu dobra a zla (Kučera, 2005-2006).

pudy a potřebami formuje celý chod společnosti, rozvinuté ctnosti napomáhají její prosperitě, vzájemné podpoře a solidaritě.⁶²

Díky pevnému ukotvení v islámu jako čtvrtého pilíře víry můžeme půst považovat za svébytnou instituci, na kterou sami muslimové nedají dopustit. Na rozdíl od křesťanství je půst v islámu svázán mnohem více předpisy a pravidly a je dodržován důsledněji. Věřící se může těšit z pozitivních dopadů půstu na tělo i mysl, ale na rozdíl od křesťana je muslim ochotný vydržet půst i bez vědomí této očisty a podstoupit ho ze strachu z božího hněvu.

V následující kapitole se podíváme na půst v židovství.

⁶² HOSSAIN, Mohammad Z. *Fasting in Islam: Its Excellence, Benefits and Use for Sustainable Development of the Society* [online]. Journal of Emerging Trends in Economics & Management Sciences [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=10&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=108>.

5. PŮST V JUDAISMU

Židovství je náboženstvím zákonů, jeho základem je *micva*, 613 příkazů a zákazů, která je popsána ve Starém zákoně - v Tóře, neboli Pěti knihách Mojžíšových. Ortodoxní židé věří, že každé slovo Tóry je slovo Boží a platí absolutně, liberální židé zase tvrdí, že Tóra byla sepsána lidmi (kterým se Bůh zjevoval), a tedy mohou postupem času některé příkazy považovat za bezpředmětné (např. týkající se materiálů oděvu). Mnoho příkazů se týká také jídla, a to jak jeho přípravy (včetně rozlišování nádobí pro mléčná a masová jídla), tak jeho výběru. Existují vhodné, čisté potraviny a také nevhodné, které jsou zakázané (důsledně se rozlišuje především maso), slovo *košer* (= nezávadný, čistý pokrm), pocházející právě z židovské „kuchyně“, téměř zlidovělo. Pro účely této bakalářské práce ale není nutné, abychom se židovskou kuchyní více zabývali.⁶³

Židovství, na rozdíl třeba od křesťanství, neklade takový důraz na askezi a nevyhýbá se světským požitkům. Jako v jiných náboženstvích mají ale židé v několika dnech v roce předepsaný půst, hebrejsky *ta'anit*. Postní den je v židovství dnem svátečním. I když bychom jejich význam mohli dříve nacházet v souvislosti s rolnickými událostmi (dozrání úrody, sklizeň), dnes mají veskrze náboženský charakter. V kalendáři židovských svátků nalezneme 7 postních dnů:

- Jom Kipur
- půst prvorozených před svátkem Pesach
- Esterin půst o svátku Purim
- čtyři postní dny související se zničením dvou jeruzalémských chrámu nebo jinými smutnými událostmi z židovské historie.⁶⁴

Vedle těchto závazných postních dnů pro všechny Židy můžeme také zaznamenat individuální půsty. Ty jsou drženy ve dnech, které mají pro věřícího nějaký zvláštní, opět většinou smutný význam (např. výročí smrti partnera, rodiče), nebo ho na sebe jedinec dobrovolně uvalí, má-li pocit, že udělal nějaký náboženský prohřešek. Posláním půstu je v těžký čas nebo v den výročí

⁶³ SPIEGEL, Paul. *Kdo jsou Židé?*. 1. vyd. Brno: Společnost pro odbornou literaturu – Barrister & Principal, 2007, s. 25-130. ISBN 978-80-87029-07-7.

⁶⁴ FISHBANE, Michael A. *Judaismus*. 1. vyd. Praha: Prostor, 2003, s. 108-117. ISBN 80-7260-086-9.

tragických událostí otevřít srdce věřícího a napomocť mu vypořádat se s odhodláním s jeho prohřešky. Jelikož se věřící nemusí starat o běžné záležitosti, jako je potřeba se nasytit, může se zcela pohroužit do svého nitra. Tím, že upozadí tělo a tělesno, má větší prostor jeho duše. Proto je půst cestou a ne cílem. Půst je formou očisty, ke které lze dospět skrze trápení a nepohodlí, které věřící v postní den zažívá. Půst může být i kolektivní snahou a modlitbou k Bohu v těžkých časech (např. vyhlášení půstu v židovské obci v období sucha).⁶⁵

Postit se ve dnech připomínající nešťastné historické události v židovském národě k očistě nestačí. K tomu, aby Bůh vyslyšel a nebo vůbec naslouchal modlitbám věřících, musí být vykonány ještě jiné přípravy. Jednou z nich je příprava domácnosti (např. odstranění kvasících potravin), jejím úklidem věřící symbolicky uklízí i sám v sobě a prochází vnitřní proměnou. Důležitějším prvkem je náprava mezilidských vztahů a usmíření se s těmi, se kterými proběhl nějaký spor. Před postním dnem se tudíž židé navštěvují, obnovují přátelství a utužují rodinné vazby, odpouštějí si. Pokání a litování hříchu v modlitbě probíhá pouze ve vztahu k Bohu a v prohřeškách vůči Němu, a jak bylo řečeno, takové pokání věřící nemůže učinit, setrvává-li ve sporu s lidmi. Potom teprve může půst sloužit jako očistění od hříchu a působit jako utišení božího hněvu, případně v důsledku jako odvrácení božího trestu.⁶⁶

Nejvýznamnějším postním svátkem je Jom Kipur, Den smíření. Jom Kipur připadá na 10. den měsíce tišri (podle gregoriánského kalendáře zhruba září – říjen) a ukončuje jednu významnou periodu – tzv. Deset hrozných dní, které má naplňovat rozebrané pokání a sebezpytování. Samotný Jom Kipur postrádá na rozdíl od většiny židovských svátků radostnou atmosféru, Tóra o něm hovoří jako o dni, kdy člověk stojí v pokoře a ponížení před Bohem. Jom Kipur je označován za „šabat šabatů“, platí pro něj tedy všechna omezení platící pro šabat, jako je naprostý zákaz jakékoliv pracovní činnosti a přidává se k nim zdůraznění strachu z Boha, potlačení radosti a další specifická purifikační a asketická omezení. Jsou jimi zákaz koupele; zákaz čehokoliv, co by se dalo považovat za zkrášlování sebe sama (u mužů holení vousů, u žen aplikace kosmetických přípravků); zákaz

⁶⁵ DIVECKÝ, Jan. *Židovské svátky*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství p3k, 2005, s. 40-45. ISBN 809035873X.

⁶⁶ SLÁDEK, Pavel. *Malá encyklopedie rabinského judaismu*. 1. vyd. Praha: Libri, 2008, s. 179. ISBN 978-80-7277-379-4.

nošení kožené obuvi (protože je pohodlná); zákaz pohlavního styku a konečně půst.

Půst začíná pozdě odpoledně devátého dne, tedy dne před Jom Kipur. To je u židovských svátků tradiční – jednak podle výkladu z Genesis: „Byl večer a bylo jitro, den první“, ale také kvůli nesnadné komunikaci v dobách bez moderní techniky. Ten večer se Židé naposledy najedí, absolvují bohoslužbu a pak drží půst až do večera desátého dne. Dohromady se postí okolo dvaceti šesti hodin, věnují se rozjímání, sebezpytování, po celý den probíhají bohoslužby, které ukončuje zatroubení na beraní roh. Pět omezení (koupel, zkrášlování, obuv, sex a půst) prý symbolizuje pět smyslů, která má člověk upozadit, aby mohl stát před Bohem jako v Soudný den bez těchto zbytečností - tak, jak jej Bůh stvořil.

Nutno ještě podotknout, že i v židovství je omezením nadřazen koncept zachování života. Nachází-li se věřící v situaci, kdy by jeho zdraví bylo půstem ohroženo, postit se nemusí.⁶⁷

Půst v židovství hraje také důležitou roli, ale na rozdíl od křesťanství a islámu neexistuje žádné dlouhé postní období. Půst je zde chápán spíše jako výraz pokory před tragickými životními událostmi, postní den by měl být laděn spíše smutečně a měl by probíhat skromně, nejlépe o samotě. Nehledá tolik jako křesťanství cestu za osvícenstvím, ale je podoben spíše dlouhé úvaze o lidských vztazích a zpytování sebe sama ve vnitřním rozhovoru s Bohem.

Další kapitola bude pojednávat o půstu v hinduismu.

⁶⁷ SLÁDEK, Pavel. *Malá encyklopedie rabínského judaismu*. 1. vyd. Praha: Libri, 2008, s. 114-115. ISBN 978-80-7277-379-4.

7. PŮST V HINDUISMU

Hinduismus je poměrně složitý nábožensko-filosofický systém, který patří k nejstarším na světě. Jeho učení není sepsáno, jako u monoteistických náboženství, v jednom svatém písmu, ale v mnoha sbírkách moudrých textů, kterým říkáme védy. Védy se dotýkají mnoha oblastí života, mystiky a metafyziky a byly formulovány více autory. Hinduismus geograficky odpovídá indickému subkontinentu a náleží k němu i kastovní systém. Ten je pro nás velice důležitý, protože úzce souvisí se způsobem stravování hinduistů – nejen aby určoval, kdo co smí a nesmí jíst, ale dokonce i od koho lze potravu přijmout. Hinduismus ve snaze odlišit se od islámu zakázal požívání hovězího masa, kráva je považována za posvátné zvíře – představuje symbol mateřství a úrodnosti. Zajímavé je, že kultu uctívání krávy se věnuje i indická ústava, která dohlíží na ochranu skotu, buduje speciální výkrmny a příbytky pro toulavé a nemohoucí krávy. Pravidlo o zákazu konzumace hovězího je příhodnější pro věřící z vyšších kast, protože ti živiny z masa mohou nahradit z jiných zdrojů potravy, kdežto u pracujícího lidu z nižších kast by požití hovězího mělo být tolerováno. Hinduisté se masu ale vyhýbají obecně, jsou tedy zpravidla vegetariáni. Opět se zde setkáváme s konfliktem rybího masa – pro kastu bojovníků je žádoucí přijímat živočišné proteiny a získávají je právě z ryb.

Půst je v hinduismu běžnou součástí všedního týdne. Věřící dodržují půst obvykle dvakrát až třikrát týdně, a to tak, že se buď zdrží jídla i pití úplně, nebo konzumují jen „čisté“ jídlo. Mezi to se řadí mléko, ovoce, ořechy nebo kořínky. O svátcích si zase dopřávají posvěcenou stravu – „pacca“, obsahující máslo ghee.⁶⁸

Půst je i v hinduismu praktikou k potlačení fyzických potřeb ve prospěch duchovních. Stejně jako v jiných náboženských systémech je cestou k dosažení harmonického vztahu těla a duše a také je formou askeze. Půst je jednou z možností jak podlehnout posedlé touze po světských radovánkách. Védy předepisují důsledný půst, tj. i bez vody, na dva dny v jednom měsíci, na tzv. dny ékádáší. Ékádáší pochází ze sanskrtu a jsou to jedenácté dny v rámci čtrnáctidenního měsíčního cyklu. První den ékádáší je jedenáctého dne po úplňku,

⁶⁸ KNIPE, David M. *Hinduismus: experimenty s posvátnem*. 1. vyd. Praha: Prostor, 1997, s. 27-63. ISBN 8085190575.

druhý jedenáctého dne po novu. Půst přes den a noční meditace a modlitby v těchto dnech jsou pro věřícího očistou, tréninkem mysli i těla, hinduista věří, že poctivé dodržování těchto zásad ho zbaví hříchu a vnitřních nečistot.⁶⁹

Půst v hinduismu není institucionalizován, ale zastává ve společnosti důležitou roli, dá se dokonce říci, že patří k životnímu stylu, neboť způsob stravování úzce souvisí s kastovním systémem. Vztah k jídlu je významný i u buddhismu, který rozebereme v poslední kapitole.

⁶⁹ BOWKER, John. *Oxford Concise Dictionary of World Religion*. Oxford: Oxford University Press, 200, s. 173.

8. PŮST V BUDDHISMU

Uvádíme zde buddhismus mezi náboženstvími a budeme jej tak i označovat, ačkoliv buddhismus sám sebe náboženstvím nenazývá. Buddhismus je náboženský směr kladoucí důraz na askezi, takže na první pohled se zdá jeho vztah k půstu logický. Dříve nežli Buddha dosáhl nirvány, vedl přísný asketický život, ale pak sám seznal, že mu přílišná přísnost neprospívá. Proto styl života změnil na umírněnost a takto bychom se mohli vyjádřit i o stoupencích buddhismu. Ve vztahu ke stravování je v buddhismu nejdůležitější princip ahinsá, neboli posvátný zákaz usmrtit cokoli živého. Ačkoliv to tak může vyznít, neznamená to automaticky, že buddhista musí být vegetarián. Jenom některé buddhistické školy se vyhýbají masu úplně, ale pozřít samo uhynulé zvíře nebo např. rybu vyvrženou na břeh není proti žádnému příkazu. Na druhou stranu je pravda, že podle buddhistů požívání masa znečišťuje karmu, ale existují očištné rituály, které dopad masa na karmu zmírňují.

Zakladatel buddhismu Siddhártha Gautma věřil, že lidské touhy všech druhů jsou příčinami strasti. Když tedy vyloučíme všechny touhy ze svých životů, dosáhneme nirvány⁷⁰. Sám Siddhártha dosáhl nirvány ve chvíli, kdy se stal Buddhou. Zbavení se tužeb, a tedy i dosažení nirvány, je podmíněno absolvováním Buddhovy ušlechtilé osmidílné stezky. Osm dílů stezky, které vedou k duchovnímu prozření, jsou složeny z vyššího etického řádu. Zahrnují pravidla vlídného chování ke všemu živému, dále hluboké rozjímání, meditace a pro nás důležité dlouhodobé ukázněvání.⁷¹

Prvním krokem pro zájemce o absolvování Buddhovy stezky je uspořádání vlastního života. Buddhističtí začátečníci se musí naučit žít podle řádu – podle Základního kodexu buddhismu, Paňčasíly neboli Pěti záповědí. Pro mnichy a mnišky existuje mnohem více pravidel, ale pro začátečníky stačí výše zmíněných Pět záповědí – nezabíjet, nekrást, zdržet se nezodpovědné sexuální aktivity, vyvarovat se nebezpečného zneužívání daru řeči a neužívat alkoholické nápoje a žádná narkotika.⁷²

⁷⁰ Význam slova nirvána je složitý, překládá se jako „vyvanutí“, ve smyslu vyvanutí zášti, chťiče a bludu.

⁷¹ WANGUOVÁ, Madhu B. *Buddhismus*. 1. vyd. Praha: Lidové noviny, 1996, s. 9-11. ISBN 8071061840.

⁷² SNELLING, John. *Buddhismus*. 1. vyd. Praha: Ikar, 2000, s. 109. ISBN 807202616X.

V buddhismu nemluvíme o postních dnech, tak jako u monoteistických náboženství, ale můžeme naléznout postní dobu, kterou lze přirovnat např. ke křesťanskému postnímu období a která se v buddhismu objevovala již od jeho počátků. Takové období nastává v době dešťů, někdy mezi červencem a říjnem – datum není pevně stanovené. Buddhisté v období dešťů podstupují pokání a velice přísně dodržují všechna přikázání a náboženské povinnosti. V dešťovém období se spousta mladých lidí rozhoduje, zda se stanou mnichy. Chlapci a muži se zpravidla v období dešťů alespoň na krátký čas uchylují do klášterů a věnují se náboženskému výcviku. Dobu odříkání v období dešťů tráví mnichové všechen čas v klášteře studiem a meditací. Období dešťů se ale promítá i do laické komunity – po tento čas je zvykem nevykonávat žádné svatby, oslavy nebo zábavy a naopak se věnovat rituálům s oběťmi jídla a navštěvovat sváteční obřady. Období dešťů (duchovní obnova) končí svátkem úplňku, který ale není slaven jednotně, mění se regionálně podle oblastí. Příkladem je třeba třídení svátek světél⁷³

Touto kapitolou končí hlavní text bakalářské práce. V závěru shrneme a porovnáme vše, co jsme rozbořením literatury zjistili.

⁷³ SNELLING, John. Buddhismus. 1. vyd. Praha: Ikar, 2000, s. 109. ISBN 807202616X.

9. ZÁVĚR

Závěrem shrneme, co jsme studiem literatury zjistili. Cílem práce bylo podat pohled kulturní antropologie na půst. V první části se nám prolínalo vnímání půstu jako společenského a náboženského fenoménu. Vymezili jsme jeho místo v historicko-kulturním kontextu a také jsme rozebrali vztah antropologie a náboženství. Zařadili jsme půst do několika kontextů, které stanovuje historická antropologie. Dále jsme definovali vztah půstu k tělesnosti a odlišili jsme ho po významové stránce od podobných výrazů, jako je hladovka nebo dieta. Další část textu jsme věnovali rozboru stravování a jeho významu pro každodenní život, zdůraznili jsme také význam hostiny. Na konci první části bakalářské práce jsme charakterizovali masopust, který může být chápán jako protiklad půstu.

V druhé části práce jsme přistoupili k analýze vybraných náboženských systémů a jejich přístupu k postním praktikám. U každého náboženství jsme určili důležitost půstu pro věřící. Rozebrali jsme, jakými pravidly se půst řídí a jak jsou tato pravidla pro společnost závazná. Označili jsme také postní dny nebo postní období, které věřící dodržují. Snažili jsme se vyjádřit hlavní poslání jednotlivých půstů a mezi nalezenými přístupy jsme objevili několik odlišností. Zjistili jsme, že u všech světových náboženství má půst dlouhou tradici.

U křesťanství se podle některých badatelů význam půstu ztrácel a církve jej dnes znovu objevuje. Přesto však není kladen důraz na přísné dodržování půstu ve smyslu zřeknutí se stravy, půst je spíše jednou z forem sebezvývoje a očisty těla.

Islám oproti tomu stanovuje pravidla postní doby přísněji a důsledně trestá jejich porušení. Očista těla a mysli je také důležitým aspektem islámského půstu, ale hlavním posláním je uvědomění si podřízenosti Bohu a vyjádření vděku za toto podřízení.

Postní dny v židovství jsou povětšinou památnými dny, které odkazují na smutnou historickou nebo osobní událost. Jsou věnovány sebezpytu a vnitřnímu monologu s Bohem. Židé během těchto dnů dodržují přísná pravidla a půst je jedno z nich. Jeho posláním je upozadit tělesnou stránku, aby se více otevřela mysl věřícího. Postním dnům v židovství obvykle předcházejí jiné svátky, které mají radostnou atmosféru a věřící je povinen za tuto dobu urovnat osobní vztahy, aby v postní den nebyl zatížen jinými než spirituálními problémy.

V hinduismu a buddhismu jsme odhalili, že postní praktiky jsou běžnou součástí každodenního života, neboť tyto dva systémy kladou větší důraz na asketický způsob života než světová monoteistická náboženství. Půst je jednou z praktik, kterou se stoupenci hinduismu nebo buddhismu cvičí v odříkání, často bývá spojován s meditacemi a posláním je dosáhnout blaženého stavu.

Tímto jsme dosáhli vytyčeného cíle a popsali jsme půst z hlediska kulturní antropologie.

SEZNAM LITERATURY

'ABD AL 'ATÍ, Hammudah. *Zaostřeno na islám*. 1. vyd. Praha: Islámská nadace v Praze, 2010. 203 s. ISBN 978-80-904373-6-4.

BOWIE, Fiona. *Antropologie náboženství*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. 335 s. ISBN 978-80-7367-378-9.

BRIAN, Morris. *Religion and anthropology*. 1. vyd. New York: Cambridge University Press, 2006. 350 s. ISBN 0521617790.

BUBÍK, Tomáš, FÁREK, Martin. *Hostina a půst v křesťanské kultuře*. In *Náboženství a jídlo*. 1. vyd. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2005. 185 s. ISBN 978-80-7194-800-1.

BURKE, Peter. *Lidová kultura v raně novověké Evropě*. 1. vyd. Praha: Argo, 2001. 374 s. ISBN 80-7203-638-6.

COAKLEY, Sarah. *Religion and the body*. 1. vyd. Cambridge: Cambridge University Press, 1997. 332 s. ISBN 0521366690.

DAHLKE, Ruediger. *Velká kniha půstu*. 1. vyd. Praha: Fontána, 2009. 301 s. ISBN 978-80-7336-545-5.

DAWKINS, Richard. *Sobecký gen*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 1998. 319 s. ISBN 80-204-0730-8.

DIVECKÝ, Jan. *Židovské svátky*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství p3k, 2005. 75 s. ISBN 809035873X.

DOLEŽALOVÁ, Iva, HAMAR, Eleonóra, BĚLKA, Luboš. *Náboženství a tělo*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2006. 272 s. ISBN 8021041153.

DUFFY, Eamon. *To fast again* [online]. A monthly Journal of Religion & Public Life [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=26>.

DÜLMEN, Richard v. *Historická antropologie*. 1. vyd. Praha: DOKOŘÁN s.r.o., 2002. 116 s. ISBN 80-86569-15-2.

DÜLMEN, Richard v. *Kultura a každodenní život v raném novověku*. 1. vyd. Praha: Argo, 2006. 358 s. ISBN 80-7203-812-5.

FISHBANE, Michael A. *Judaismus*. 1. vyd. Praha: Prostor, 2003. 194 s. ISBN 80-7260-086-9.

FLESSEIG, Jiří, BAHBOUH, Charif. *Malá encyklopedie islámu*. 1. vyd. Praha: Dar Ibn Rushd, 1993. 188 s. ISBN 8090076734.

FOUTS, Roger, MILLS, Stephen. *Nejbližší příbuzní*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 2000. 336 s. ISBN 80-204-0878-9.

GRÜN, Anselm. *Půst*. 3. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2005. 79 s. ISBN 80-7192-724-4.

HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004. 774 s. ISBN 807178303X.

HEERS, Jacques. *Svátky bláznů a karnevaly*. 1. vyd. Praha: Argo, 2006. 227 s. ISBN 80-7203-777-3.

HOSSAIN, Mohammad Z. *Fasting in Islam: Its Excellence, Benefits and Use for Sustainable Development of the Society* [online]. Journal of Emerging Trends in Economics & Management Sciences [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=10&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=108>.

JIRÁNEK, Tomáš, LENDEROVÁ, Milena, MACKOVÁ, Marie. *Z dějin české každodennosti*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2009. 430 s. ISBN 9788024616834.

KNIPE, David M. *Hinduismus: experimenty s posvátnem*. 1. vyd. Praha: Prostor, 1997. 228 s. ISBN 8085190575.

Kodex kanonického práva. 1. vyd. Praha: Zvon, 1994. 186 s. ISBN 80-7113-082-6.

Korán. Praha: Odeon, 1991. 794 s. ISBN 8020704442.

MALINA, Jaroslav a kol. *Antropologický slovník*. 1. vyd. Brno: Akademické nakladatelství CERM v Brně, 2009. 4736. ISBN 978-80-7204-560-0.

PARTYKOVÁ, Vilma. *Hladovění pro zdraví*. 3. vyd. Praha: Impuls, 2010. 298 s. 978-80-904074-5-9.

PECHOVÁ, Olga. *Psychologie náboženství*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. 118 s.

RICHTER, Klemens. *Liturgie a život*. 1. vyd. Praha: Vyšehrad, 2003. 293 s. ISBN 8070215755.

RYAN, Thomas. *Fasting: A Fresh Look* [online]. America Press inc. [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=8&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=108>.

SLÁDEK, Pavel. *Malá encyklopedie rabínského judaismu*. 1. vyd. Praha: Libri, 2008. 255 s. ISBN 978-80-7277-379-4.

SNELLING, John. *Buddhismus*. 1. vyd. Praha: Ikar, 2000. 206 s. ISBN 807202616X.

SPIEGEL, Paul. *Kdo jsou Židé?*. 1. vyd. Brno: Společnost pro odbornou literaturu – Barrister & Principal, 2007. 228 s. ISBN 978-80-87029-07-7.

ŠTAMPACH, Ivan O. Náboženství a jídlo. *Dingir* 1, 2005, s. 9-10. ISSN 1212-1371.

TAMNEY, Joseph B. *Fasting and Modernization* [online]. Journal for the Scientific Study of Religion [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=108>.

UD DIN, Salah. *Concept of fasting in different religions & Medical sciencis* [online]. Interdisciplinary Journal Of Contemporary Research In Business [cit. 20.2.2013]. Dostupné z WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=9&sid=099c729a-3d01-4a99-b3d5-579d2f813088%40sessionmgr110&hid=108>.

WANGUOVÁ, Madhu B. *Buddhismus*. 1. vyd. Praha: Lidové noviny, 1996. 141 s. ISBN 8071061840.

WINTER, David. *ABC křesťanství*. 1. vyd. Praha: Česká biblická společnost, 2010. 127 s. ISBN 978-80-87287-05-7.