

# Post (Mt. 6:16-18)

Mamy dzisiaj ostatnią niedzielę przed okresem przed Wielkanocą, który nazywamy Postem. Jest to okres w którym przygotowujemy się duchowo do rozważań nad męką i zmartwychwstaniem Pana Jezusa. Dlatego dobrze się składa, że dzisiaj możemy powiedzieć także o poście.

Post pojawia się w Biblii wielokrotnie. Może być wyrazem pokuty, czyli żalu za grzechy, lub tęsknoty za Bogiem. Nie sposób wyliczyć wszystkich, lecz popatrzmy na kilka sytuacji:

- Saul (Paweł) po tym kiedy w drodze do Damaszku objawił mu się Pan Jezus i utracił wzrok, pościł w ramach pokuty za swoje wcześniejsze życie: "I przez trzy dni nie widział i nie jadł, i nie pił." Dz. 9:9
- Pościli prorocy, np. prorok Daniel, kiedy był w żałobie: "W owym czasie ja, Daniel, byłem w żałobie przez trzy tygodnie. Nie jadłem smacznych potraw, ani mięsa, ani wina nie brałem do ust, nie namaszczałem się olejkiem, aż upłynęły trzy tygodnie." Dn. 10:2-3
- Czterdzieści dni pościł na górze Mojżesz, kiedy otrzymał dziesięcioro przykazań. "I pozostał tam u Pana przez czterdzieści dni i czterdzieści nocy. Nie jadł chleba i nie pił wody, i spisał na tablicach słowa przymierza, dziesięcioro słów." 2 Mż. 34:28
- Podobnie czterdzieści dni spędził na pustyni Pan Jezus poszcząc, kiedy był kuszony przez szatana. "A Jezus, pełen Ducha Świętego, powrócił z Jordanu i był wodzony w mocy Ducha po pustyni, i przez czterdzieści dni kuszony przez diabła. W dniach tych nic nie jadł, a gdy one przeminęły, poczuł głód." Łk. 4:2
- Postem błagał Boga o litość Dawid, kiedy padł wyrok na jego dziecko: "Wtedy Dawid błagał Boga za dziećciem i

pościł Dawid, a gdy przyszedł na noc do domu, leżał całą noc na ziemi.” 2 Sm. 12:16

Modlitwa, połączona z postem, mają wyjątkową siłę współdziałania. Kiedy uczniowie nie zdołali pomóc epileptykowi, Pan Jezus powiedział im, że pewnego rodzaju demonów nie można się pozbyć jak tylko przez modlitwę i post.

“Ale ten rodzaj nie wychodzi inaczej, jak tylko przez modlitwę i post.” Mt. 17:21

Skąd bierze się ta duchowa siła postu? Być może z tego, że kiedy pościmy, nasze zmysły się wyostają i stajemy się bardziej otwarci. Nasze ciało się oczyszcza i przez to łatwiej nam przyjąć to, co Pan Bóg nam przekazuje.

Post to nie tylko nie jedzenie lub nie picie. Postem może stać się każde wyrzeczenie się naszych doczesnych zwyczajów, kiedy ten czas wykorzystamy by poświęcić się Panu Bogu, modlitwie, pomocy innym.

Post jest samoograniczeniem własnych przyjemności, by ten czas wykorzystać na introspekcję i rozmowę z Bogiem przez modlitwę. Postem może być przerwa w używaniu Internetu, telefonu komórkowego, tabletu, seksu, oglądania telewizji. Wszystkie ziemskie czynności, mogą stać się jego przedmiotem. Zastanówcie się, w jaki sposób sami chcielibyście poświęcić się Panu w ten postny czas, aby duchowo przygotować się do świąt Wielkanocy.