

Biblijny post – w jakim celu?

1) Czas dzielenia się i brania odpowiedzialności.

a) Modlitwa rozpoczynająca.

b) Dzielenie się.

- Czego doświadczyłeś z Bogiem w ostatnim czasie? Co pokazywał Ci Duch Święty przez wersety tygodnia? Powiedz krótko.
- W jaki sposób wprowadziłeś w życie treść ostatniego tematu?
- Powiedz z pamięci lub oddaj sens fragmentu, który był do zapamiętania.
- W jaki sposób zrealizowałeś zeszłotygodniowe cele z list „Wyposażanie” i „Misyjność”?
- Możliwość zapytania o świętość życia, czy nie ma jakiegoś niewyznanego grzechu obecnie, czy jest jakiś obszar, z którym się zmagasz (pomoc w modlitwie) – branie wzajemnej odpowiedzialności za siebie.

2) Temat: Biblijny post – w jakim celu?

a) Czym dla Ciebie jest biblijny post?

b) Jakie masz doświadczenie w poszczeniu? W jaki sposób do tej pory pościłeś?

c) Mat 9; 15 – „(14) Wtedy podeszli do Niego uczniowie Jana i zapytali: Dlaczego my i faryzeusze dużo pościmy, Twoi zaś uczniowie nie postują? (15) Jezus im rzekł: Czy goście weselni mogą się smucić, dopóki pan młody jest z nimi? Lecz przyjdzie czas, kiedy zabiorą im pana młodego, a wtedy będą pościć”.

- Co ten fragment mówi o poście?
- O jakim czasie mówił tutaj Jezus? – Dz. Ap. 1; 8-11.

d) Na podstawie fragmentów zaobserwuj, jaki był cel postu, sposób realizacji, motywacja/postawa, ewentualne dodatkowe spostrzeżenia.

- Mat 4; 1-11 (1-3a) – „.....(1) Wtedy Duch wyprowadził Jezusa na pustynię, aby był kuszony przez diabła. (2) A gdy pościł czterdzieści dni i czterdzieści nocy, odczuł w końcu głód. (3) Wtedy przystąpił kusiciel...”

- Cel postu –
 - Sposób realizacji –
 - Motywacje/postawa –
 - Inne –
- Mat 6; 16-18 – „(16) Kiedy pościecie, nie bądźcie posępni jak obłudnicy. Przybierają oni wygląd ponury, aby pokazać ludziom, że poszczą. Zaprawdę, powiadam wam: już odebrali swoją nagrodę. (17) Ty zaś, gdy pościsz, namaść sobie głowę i umyj twarz, (18) aby nie ludziom pokazać, że pościsz, ale Ojcu twemu, który jest w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie”.
- Cel postu –
 - Sposób realizacji –
 - Motywacje/postawa –
 - Inne –
- Jonasz 3;1-10 – „(1) Pan przemówił do Jonasza po raz drugi tymi słowami: (2) Wstań, idź do Niniwy, wielkiego miasta, i głos jej upomnienie, które Ja ci zlecam. (3) Jonasz wstał i poszedł do Niniwy, jak powiedział Pan. Niniwa była miastem bardzo rozległym - na trzy dni drogi. (4) Począł więc Jonasz iść przez miasto jeden dzień drogi i wołał, i głosił: Jeszcze czterdzieści dni, a Niniwa zostanie zburzona. (5) I uwierzyli mieszkańcy Niniwy Bogu, ogłosili post i oblekli się w wory od największego do najmniejszego. (6) Doszła ta sprawa do króla Niniwy. Wstał więc z tronu, zdjął z siebie płaszcz, oblokł się w wór i siedł na popiele. (7) Z rozkazu króla i jego dostojników zarządzono i ogłoszono w Niniwie co następuje: Ludzie i zwierzęta, bydło i trzoda niech nic nie jedzą, niech się nie pasą i wody nie piją. (8) Niech obloką się w wory - <ludzie i zwierzęta> - niech żarliwie wołają do Boga! Niech każdy odwróci się od swojego złego postępowania i od nieprawości, którą [popelnia] swoimi rękami. (9) Kto wie, może się odwróci i ulituje Bóg, odstąpi od zapalczywości swego gniewu, a nie zginiemy? (10) Zobaczył Bóg czyny ich, że odwrócili się od swojego złego postępowania. I ulitował się Bóg nad niedolą, którą postanowił na nich sprowadzić, i nie zesłał jej”.
- Cel postu –
 - Sposób realizacji –
 - Motywacje/postawa –
 - Inne –

- Łuk 2; 36-37 – „(36) Była tam również prorokini Anna, córka Fanuela z pokolenia Asera, bardzo podeszła w latach. Od swego panieństwa siedem lat żyła z mężem (37) i pozostawała wdową. Liczyła już osiemdziesiąty czwarty rok życia. Nie rozstawała się ze świątynią, służąc Bogu w postach i modlitwach dniem i nocą”.
- Cel postu –
- Sposób realizacji –
- Motywacje/postawa –
- Inne –
- Estera 4; 15-16 – „(15) I rzekła Estera, aby odpowiedziano Mardocheuszowi: (16) Idź, zgromadź wszystkich Żydów, którzy znajdują się w Suzie. Poście za mnie, nie jedząc i nie pijąc trzy dni, nocą i dniem. Ja też i dziewczęta moje będziemy pościły podobnie. Potem pójde do króla, choć to niezgodne z prawem, a jeśli zginę, to zginę”. Kontekst fragmentu – naród żydowski miał być zgładzony.
- Cel postu –
- Sposób realizacji –
- Motywacje/postawa –
- Inne –
- Dz. Ap. 13;2 – „(2) Gdy odprawili publiczne nabożeństwo i pościli, rzekł Duch Święty: Wyznaczcie mi już Barnabę i Szawła do dzieła, do którego ich powołałem”.
- Cel postu –
- Sposób realizacji –
- Motywacje/postawa –
- Inne –
- 1 Kor 7; 3-5 – „(3) Mąż niech oddaje powinność żonie, podobnie też żona mężowi. (4) Żona nie rozporządza własnym ciałem, lecz jej mąż; podobnie też i mąż nie rozporządza własnym ciałem, ale żona. (5) Nie unikajcie jedno drugiego, chyba że na pewien czas, za obopólną zgodą, by oddać się

modlitwie; potem znów wróćcie do siebie, aby - wskutek niewstrzeżliwości waszej - nie kusił was szatan”.

→ Cel postu –

→ Sposób realizacji –

→ Motywacje/postawa –

→ Inne –

- Ezdrasz 8; 21-23 – „(21) I tam - nad rzeką Ahawą - ogłosiłem post, byśmy się umartwili przed Bogiem naszym, celem uproszenia od Niego szczęśliwej drogi dla nas, dla dzieci naszych i dla całego dobytku naszego. (22) Wstydziłem się bowiem prosić króla o siłę zbrojną i jazdę, by w drodze nas ratowała od nieprzyjaciela; natomiast powiedzieliśmy królowi: Ręka Boga naszego czuwa łaskawie nad wszystkimi, którzy do Niego się zwracają, a srogi gniew Jego kieruje się przeciw wszystkim, którzy od Niego odchodzą. (23) Pościliśmy więc i błagaliśmy Boga naszego o to, i dał się nam uprosić”.

→ Cel postu –

→ Sposób realizacji –

→ Motywacje/postawa –

→ Inne –

- Dan 9; 1-5 i 17 i 20-23 – „(1) W pierwszym roku Dariusza z rodu Medów, syna Artakserksesa, sprawującego władzę nad królestwem chaldejskim, (2) w roku pierwszym jego panowania, ja, Daniel, dociekałem w Pismach liczby lat, które objawił Pan prorokowi Jeremiaszowi, że ma się dopełnić siedemdziesiąt lat spustoszenia Jerozolimy. (3) Zwróciłem więc twarz do Pana Boga, oddając się modlitwie i błaganu w postach, pokucie i popiele. (4) I modliłem się do Pana, Boga mojego, wyznawałem i mówiłem: O Panie, Boże mój, wielki i straszliwy, który dochowujesz wiernie przymierza tym, co Ciebie kochają i przestrzegają Twoich przykazań. (5) Zgrzeszyliśmy, zbłądziliśmy, popełniliśmy nieprawość i zbuntowaliśmy się, odstąpiliśmy od Twoich przykazań.... (17) Teraz zaś, Boże nasz, wysłuchaj modlitwy Twojego sługi i jego błagań i rozjaśnij swe oblicze nad świątynią, która leży zniszczona - ze względu na Ciebie, Panie!(20) Gdy jeszcze mówiłem i modliłem się, wyznając grzechy swoje, swojego narodu, Izraela, i składając przed Panem, Bogiem moim, swe błagania za świętą górę mojego Boga, (21) gdy więc

jeszcze wymawiałem słowa modlitwy, mąż Gabriel, którego spostrzegłem przedtem, przybył do mnie lecąc pospiesznie około czasu wieczornej ofiary. (22) Przybył, rozmawiał ze mną i powiedział: Danielu, wyszedłem teraz, by ci dać całkowite zrozumienie. (23) Gdy zacząłeś swe błagalne modlitwy, wypowiedziano słowo, ja zaś przybyłem, by ci je oznajmić. Ty jesteś bowiem mężem umiłowanym. Przeniknij więc słowo i zrozum widzenie”.

→ Cel postu –

→ Sposób realizacji –

→ Motywacje/postawa –

→ Inne –

3) Podsumowanie/praktyczne zastosowanie/plany.

a) Co możesz powiedzieć o celach, sposobach, motywacjach biblijnego poszczenia? Warto zebrać w jedno miejsce wnioski z analizowanych tekstów.

- Cele:
- Sposoby realizacji:
- Motywacje poszczenia/postawy:

b) Jak zamierzasz zastosować dzisiejszy temat w nadchodzącym tygodniu?

c) Wybór przez prowadzącego celów z list „Wyposażanie” i „Misyjność”.

d) Fragment do zapamiętania (powtarzaj, rozważaj, zapamiętaj).

Dz. Ap. 13; 2 – „(2) Gdy odprawili publiczne nabożeństwo i pościli, rzekł Duch Święty: Wyznaczcie mi już Barnabę i Szawła do dzieła, do którego ich powołałem”.

e) Fragmenty do samodzielnego rozważania na kolejne dni (czytanie, rozważanie, notowanie w duchowym dzienniku tego, co Bóg Ci pokazał przez te wersety): Ps 35; 13, Iz 58; 3-10, 2 Kron 20; 1-3.

f) Modlitwa na zakończenie.