

Půst je ostrá zbraň proti zlému.

Matouš 3:16 *Když byl Ježíš pokřtěn, hned vystoupil z vody, a hle, otevřela se nebesa a spatřil Ducha Božího, jak sestupuje jako holubice a přichází na něho.*

17 A z nebe promluvil hlas: "Toto je můj milovaný Syn, jehož jsem si vyvolil."

Matouš 4:1 *Tedy byl Ježíš Duchem vyveden na poušť, aby byl pokoušen od d'ábla.*

2 Postil se čtyřicet dní a čtyřicet nocí, až nakonec vyhladověl.

Ježíš Kristus nešel do služby, dokud nebyl pokřtěn ve vodě, naplněn Duchem svatým po křtu a po 40 denním půstu na poušti, kde ho d'ábel pokoušel.

Jestliže Ježíš v těle potřeboval projít půstem, pak my nemůžeme jednat jinak. Jsou duchovní síly zla, které se nedají porazit jinak, než modlitbou a postem.

Půst není dieta, ale pokoření se před Pánem, hledání Boží vůle na naše otázky a nabírání moci Boží, pro službu Ježíši Kristu. Dobrá kniha od Jentezena Franklina - půst. Píše hned v první kapitole, že musíme sesadit z trůnu "krále břicho", které vládne člověku. Kvůli jídlu Adam s Evou propadli smrti, když snědli zakázané ovoce, kvůli jídlu a hladu přišel Ezau o prvorozenství, když řekl Jákobovi, že je znaven k smrti a žádal jídlo. Jákob řekl Ezauovi:

Genesis 25:31 Jákob však řekl: "Prodej mi dnes své prvorozenství!"

32 Ezau na to odpověděl: "Stejně mám blízko k smrti, k čemu je mi prvorozenství!"

33 Jákob řekl: "Odpřísáhni mi to dnes." A on mu to odpřísáhl, a tak své prvorozenství prodal Jákobovi.

34 Jákob dal pak Ezauovi chléb a čočkovou krmí. Ten pojedl, napil se, vstal a odešel. Tak Ezau pohrdl prvorozenstvím.

Tak Ezau ztratil Boží požehnání z prvorozenství a nepomohlo mu ani to, že toho později litoval.

Pavel v listu Filipským 3 píše o lidech, kteří žijí jako nepřátelé Kristova Kříže.

Filipským 3:19 *jejich koncem je zahynutí, jejich bohem břicho a jejich chloubou to, zač by se měli stydět, neboť smýšlejí přízemně.*

Píše, že břicho se může někomu stát bohem. Půst pokořuje člověka, potlačuje jeho ego, oslabí tělo, ale posílí ducha člověka. Posiluje se vztah s Pánem. Všichni Boží lidé se modlili a postili.

Půst není jen pro pastory, ale pro každého křesťana.

Tři základní povinnosti má každý věřící, za které dostanou od Boha odměnu.

Dávání, modlitba a půst.

Matouš 6:2 ***Když prokazuješ dobrodiní,** nechtěj budit pozornost, jako činí pokrytci v synagógách a na ulicích, aby došli slávy u lidí; amen pravím vám, už mají svou odměnu.*

3 Když ty prokazuješ dobrodiní, ať neví tvá levice, co činí pravice,

*4 aby tvé dobrodiní zůstalo skryto, a **tvůj Otec,** který vidí, co je skryto, **ti odplatí.***

Matouš 6:6 ***Když se modlíš,** vejdi do svého pokojíku, zavři za sebou dveře a modli se k svému Otci, který zůstává skryt; a **tvůj Otec,** který vidí, co je skryto, **ti odplatí.***

Mat. 6:16 ***A když se postíte,** netvařte se utrápeně jako pokrytci; ti zanedbávají svůj vzhled, aby lidem ukazovali, že se postí; amen, pravím vám, už mají svou odměnu.*

17 Když se postíš, potřij svou hlavu olejem a tvář svou umyj,

18 abys neukazoval lidem, že se postiš, ale svému Otci, který zůstává skryt; a **tvůj Otec**, který vidí, co je skryto, **ti odplatí**.

Ve všech těchto třech případech je uvedeno, že Bůh Otec ti odplatí tvoji obět'.

Jaký má biblický půst účinky na tvé tělo.

- pomůže uzdravit z různých chorob, od revmatismu kloubů a svalů, chorob srdce, krevního oběhu, cévního a žilního systému, vyčerpání způsobeného stresem, kožních chorob včetně vřidků a problémů s pleť, nepravidelného menstruačního cyklu a návalu horka u žen, chorob dýchacích cest, alergií, jako je senná rýma i očních nemocí.

Toto jsou jen některé fyziologické účinky půstu zjištěné dlouhodobým pozorováním.

Půst je obranou proti nestřídmosti. Ježíš vyzýval ke střídmému životu.

Lukáš 21:34 *Mějte se na pozoru, aby vaše srdce nebyla zatížena nestřídmostí, opilstvím a starostmi o živobytí a aby vás onen den nepřekvapil jako past.*

35 Neboť přijde na všechny, kteří přebývají na zemi.

36 Bud'te bdělí a proste v každý čas, abyste měli sílu uniknout všemu tomu, co se bude dít, a mohli stanout před Synem člověka."

Chudoba zabila tisíce lidí, ale nadbytek desetitisíce. Pro blahobyť, pýchu, sytost chleby padla Sodoma a Gomora. Všude, kde byl nadbytek bez vděčnosti Bohu - tam se rozmohl hřích a pak přišel pád.

Ve staré smlouvě se Boží lidé modlili a postili v důležitých rozhodnutích, jestli např. mají jít do boje (Soudců 20,20 Izrael proti Benjamínu,)

Když proti Jóšafatovi vytáhli Moábci a Amonovci

2 Paralipomenon 20:3 Jóšafat se dotázal s bázní Hospodina. Vyhlásil také po celém Judsku půst.

4 Judejci se shromáždili, aby hledali pomoc od Hospodina. Také ze všech judských měst přišli hledat Hospodina.

Pavel apoštol byl v častých postech.

Druhy půstu popsaných v Bibli

- absolutní půst, bez jídla a vody (max. 3 dny)

- běžný půst, bez jídla s vodou (max. 40 dnů)

- částečný půst jen od určitých druhů potravin a nápojů. Např. Daniel se postil 21 dní bez lahůdek, masa, vína. Jedl zeleninu.

Daniel 10:2 V těch dnech jsem já, Daniel, truchlil po celé tři týdny.

3 Chutný chléb jsem nejedl, maso a víno jsem nevzal do úst, ani jsem se nepotíral mastí až do uplynutí celých tří týdnů.

Délky půstu. 1 den, nebo 24 hodin - např. od 18.00 do 18.00 následujícího dne,

3 denní půst (ap. Petr, Pavel) Ester a všichni židé ve městě 3 denní půst bez jídla a vody za záchranu židů.

7 denní půst, 10 dnů, 14, 21, 40 dnů - Mojžíš, Jozue, Ježíš,

Prorokyně Anna po smrti svého muže

Lukáš 2:37 a pak byla vdovou až do svého osmdesátého čtvrtého roku. Nevycházela z chrámu, ale dnem i nocí sloužila Bohu posty i modlitbami.

Sloužila Bohu posty a modlitbami.

Duchovní význam půstu- přiblížit se k Bohu, porozumět Boží vůli, dostat zjevení do dané situace.

Nic nebude nemožné.

Kdy se postit? Kdykoliv, kdy je to potřeba.

- za novou práci
- za vztahy,
- za životního partnera
- za děti
- za rozhodnutí např. jestli máš změnit bydliště, stavět dům atd.
- za školu
- za nemocné lidi. Vyvolávej nahlas jména, za která se postíš a modlíš. Můžeš přikázat zlému, aby propustil ty, kteří jsou svázáni podvodem, lží, alkoholem, drogami, pornografií, falešným náboženstvím, chorobami, nemocemi atd.

Jeden člověk přišel za Ježíšem.

Matouš 17:15 "Pane, smiluj se nad mým synem, neboť je náměsíčný a je na tom zle: často padá do ohně a často do vody.

16 A přivedl jsem ho k tvým učedníkům a nemohli ho uzdravit."

17 Ježíš odpověděl: "Pokolení nevěřící a zvrácené, jak dlouho ještě budu s vámi? Jak dlouho vás ještě mám snášet? Přiveďte mi ho sem!"

18 Ježíš mu pohrozil, a zlý duch z něho vyšel; od té chvíle byl chlapec zdrav.

19 Když byli učedníci s Ježíšem sami, přistoupili k němu a řekli: "Proč jsme ho nemohli vyhnat my?"

20 On jim řekl: "Pro vaši malověrnost! Amen, pravím vám, budete-li mít víru jako zrnko hořčice, řeknete této hoře: 'Přejdi odtud tam', a přejde; a nic vám nebude nemožné."

21 Takový duch nevyjde jinak než modlitbou a postem.

Ježíš prohlásil, že po jeho odchodu ze země se budou jeho následovníci modlit a postit.

Matouš 9:14 Tehdy k němu přišli Janovi učedníci a ptali se ho: "Jak to, že my a farizeové se postíme, ale tvoji učedníci se nepostí?"

15 Ježíš jim řekl: "Mohou hosté na svatbě truchlit, dokud je ženich s nimi? Přijdou však dny, kdy od nich bude ženich vzat; potom se budou postit.

Tyto dny jsou tady, kdy Ježíš je v nebesích a církvev je na zemi.

Bez půstu a modlitby se žádný křesťan neposune ve svém duchovním vývoji dopředu. Zastaví se na určité hranici a dál se nedostane.

Nespokoj se jen s plácáním much.

Sebezapření je největší problém dnešního křesťanství. Musíš překonat svoji tělesnost. Další překážkou je lenost, pohodlí, nechut' se pokořovat. Ďáblovi velmi vadí lidé, kteří se postí a modlí podle Boží vůle a proto zpochybňuje půst a jeho význam. Pokud do půstu nepůjdeš, nebudeš mít žádnou osobní zkušenost. Uslyšíš jen o druhých lidech, co skrze ně učinil Pán.

Každý z nás potřebuje svojí osobní zkušenost s Pánem a to se dosáhne modlitbou a půstem.

Jaký druh půstu máš provádět ty, to si musíš promyslet podle svého zdravotního stavu a pokud si nevíš rady, porad' se s odborným lékařem. Pokud jsi fyzicky úplně zdravý, pak se nemusíš půstu bát. Začni s jednodenním půstem a po čase můžeš přidat třídní půst i delší půst, podle potřeby, dokud nedostaneš od Pána odpověď.

KJ