

# Почему ученики Твои не постятся?

... приходят к Нему ученики Иоанновы и говорят: ... почему ученики Твои не постятся? И сказал им Иисус ... будут поститься.  
Мф.9,14-15



## Что такое пост?

В буквальном смысле слово «пост» на еврейском языке означает «прикрыть чем-то (рот)». Очевидно, эти слова следует понимать в переносном смысле. Ведь если рот закрыт, пищу принимать невозможно. Но полное значение «пост» - это не только воздержание от принятия пищи и питья и пребывание в молитве, но прежде установление должных отношений с людьми и проявление добродетели Ис.58,3-12

## Причины поста

Согласно Слову Божьему молитвы с постом совершаются:

При желании смирить себя

При бедствиях

При нуждах народа Божьего

При избрании служителей

При изгнании бесов

При личных нуждах

При переживаниях, скорбях

Впиши соответствующие тексты Писания:  
Ездра8,21а; Есфирь 4,3;  
Иоиль 1,2,14; 2Цар.1,12; Д.Ап.13,2-3;  
2Цар.12,16; Матф.17:21

заветах

Пост - это нормальное явление в жизни верующих. В Ветхом и Новом много раз упоминается, когда верующие постились.

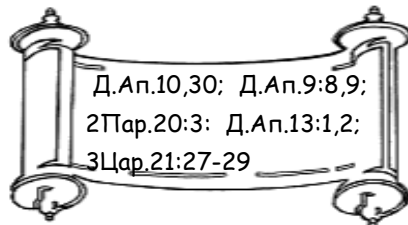
Прочитай указанные тексты Писания и выпиши имена тех людей, которые постились:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Как проводить время поста?

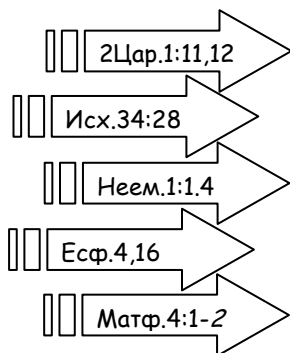
Прочитай тексты Писания и допиши буквы к словам:

- Д. Ап.9,9 → Воздерживаться от п\_щ\_ и п\_ \_ия
- 1Цар.7:6 → Покаяться в с\_ои\_ \_ог\_ешения\_
- Пс.108,24 → Молиться \_а\_е, чем о\_ \_ьчно
- Ис.58,6 → \_римири\_ся со всеми, с кем нарушены \_заимоо\_ношения
- Ис.58,7 → Во время \_оста особе\_но \_ужно делать до\_рьте \_ела
- Ис.58,3 → Не делать тя\_елую рабо\_у и не тре\_овать её от дру\_их



## Продолжительность поста

Напротив нижеприведенных текстов Писания напиши, кто и как долго был в посте.



И  
М  
Е  
Н  
А

---

---

---

---

---

В  
р  
е  
м  
я

---

---

---

---

---



Как быть если я забыл, что сегодня пост и что-то съел?

Помолись, попроси прощения и продолжай молиться и поститься.

## Периодичность поста

В посте нужно упражняться и поститься каждую неделю. Фарисей и тот постился два раза в неделю (Лук.18,12). Апостол Павел часто находился "в труде и в изнурении, часто в бдении, в голоде и жажде, часто в посте..." (2Кор.11,27).



**В детском и подростковом возрасте хорошо быть один раз в неделю в посте.**

Пост необходим для христианина, как упражнения для спортсмена.

Если спортсмен не будет усиленно и систематически заниматься, он никогда не достигнет победы. Постясь, нужно сосредотачиваться не на «негативной» стороне поста, вычисляя, как долго можно прожить без пищи, а на том, чтобы быть услышанным Богом. Постись, участвуй в духовной борьбе, чтобы одерживать победы и получить нетленный венец. Стремись «...к цели, к почести высшего звания Божия во Христе Иисусе» (Фил.3,14).



## Посты неугодные Богу

Определи тексты Писания к высказываниям:

**Эгоистичный пост:** когда люди преследуют эгоистичные интересы, для собственной выгоды.

**Лицемерный пост:** Когда люди делают вид, что служат и поклоняются Богу - это лицемерие. Многие делают это ради престижа в обществе, собственной репутации...

Мтф.6,16

Д.Ап.23,14

3Цар.21:11-13

Ис.58,4

**Знаешь ли ты, что пост может быть служением Богу.** Народ Божий испытывает множество благословений от молитв людей, служащих Богу постом:

2 Да \_\_\_\_\_ тебя Господь в день печали, да защитит тебя имя Бога Иаковлева.

3 Да \_\_\_\_\_ тебе помощь из Святилища и с Сиона да подкрепит тебя.

4 Да \_\_\_\_\_ все жертвоприношения твои и всесожжение твое да \_\_\_\_\_ тучным.



5 Да \_\_\_\_\_ тебе по сердцу твоему и все намерения твои да исполнит.

6 Мы возрадуемся о спасении твоем и во имя Бога нашего поднимем знамя.

Да \_\_\_\_\_ Господь все прощения твои.

Открой  
Псалом 19:2-6  
и допиши слова

## ВЫУЧИ СТИХ:

А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лице твое, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно. Матф.6:17,18

