Отвечает: Дмитрий Рыкин

Автор спрашивает: "добрый день, у меня возник вопрос, который не дает мне покоя, везде говориться о важности поста в жизни христианина.В Библии почему-то Бог не дает никаких постановлений, ни говорит о сути поста, но при этом без него никак нельзя? Откуда тогда он взялся? "
Добрый день, Людмила.В Библии говорится о посте достаточно. Пост очищает нас. В Библии о посте можно прочитать ситуации, когда человек молился о чём-то важном, также пост даёт сил изгонять бесов. То есть Иисус Христос дал нам возможность Его именем изгонять духов, однако:

15. сказал: Господи! помилуй сына моего; он в новолуния [беснуется] и тяжко страдает, ибо часто бросается в огонь и часто в воду,

16. я приводил его к ученикам Твоим, и они не могли исцелить его.

17. Иисус же, отвечая, сказал: о, род неверный и развращенный! доколе буду с вами? доколе буду терпеть вас? приведите его ко Мне сюда.

18. И запретил ему Иисус, и бес вышел из него; и отрок исцелился в тот час.

19. Тогда ученики, приступив к Иисусу наедине, сказали: почему мы не могли изгнать его?

20. Иисус же сказал им: по неверию вашему; ибо истинно говорю вам: если вы будете иметь веру с горчичное зерно и скажете горе сей: `перейди отсюда туда`, и она перейдет; и ничего не будет невозможного для вас;

21. сей же род изгоняется только молитвою и постом.

О посте уже были хорошие ответы, поэтому я хочу Вам посоветовать почитать один из них по следующей ссылке: http://www.bible.com.ua/answers/r/32/302331

С уважением

Дмитрий