

Ćwiczenie się w pobożności

Kluczowe wersety: „Ćwicz się w pobożności, bo ćwiczenie ciała ma niewielką wartość, a pobożność jest wartościowa we wszystkim, ponieważ ma obietnicę życia teraźniejszego i przyszłego”.

1 List do Tymoteusza 4:7,8

Wybrane fragmenty Pisma Świętego:
1 List do Tymoteusza 4:7-16

W pierwszym liście do Tymoteusza apostoł Paweł nazywa go „moim synem w wierze” (1 Tymoteusza 1:1,2). Istnieją dowody na to, że Tymoteusz nie był pewny siebie, kiedy Paweł po raz pierwszy powołał go do służby. Apostoł przypomniał mu następnie o wierze, jaką wykazały się jego matka i babcia, oraz o tym, że nie poddaje się „duchowi bojaźni” (2 Tymoteusza 1:5-7). Przy innej okazji Paweł poprosił Koryntian, aby nie zastraszaali Tymoteusza podczas jego wizyty, wykazując świadomość jego możliwej niepewności (1 Koryntian 16:10). W wybranym fragmencie Pisma Świętego apostoł napomina Tymoteusza: „Niech nikt nie lekceważy cię z powodu twojej młodości” (1 Tymoteusza 4:12). Chociaż zachęta Pawła skierowana do Tymoteusza ma charakter osobisty, można ją odnieść do każdego członka kościoła.

W naszych kluczowych wersetach Paweł zachęca Tymoteusza, aby rozważył kontrast między ćwiczeniami fizycznymi a pobożnością. Jedno z

tłumaczeń brzmi: „Ćwiczenia fizyczne mają pewną wartość, ale pobożność ma wartość dla wszystkich rzeczy, dając nadzieję zarówno na życie obecne, jak i przyszłe”. Wiele badań wykazało psychologiczne korzyści płynące z ćwiczeń fizycznych, w tym zmniejszenie objawów depresji i lęku, obniżenie poziomu stresu oraz wzrost samooceny i pewności siebie. Paweł nie odrzuca ćwiczeń fizycznych jako straty czasu, ale chwali je jako coś wartościowego. W innym miejscu apostoł stwierdza, że nasze ciało jest świątynią ducha świętego, daną nam przez Boga i odkupioną drogocenną krwią Chrystusa. Powinniśmy zatem uwielbić Boga, utrzymując się w dobrej kondycji, aby służyć Mu. 1 List do Koryntian 6:19,20

Uznając praktyczną wartość ćwiczeń fizycznych, Paweł natychmiast podkreśla wyższość praktykowania „pobożności”. Przypomina Tymoteuszowi o jego obowiązkach duszpasterskich, nie dlatego, że ten o nich zapomniał lub zaniedbał je, ale aby zachęcić go do kontynuowania tej drogi. Mówi Tymoteuszowi, aby pouczał kościół, aby odrzucał wszelkie bluźniercze i mityczne nauki i zachęcał do praktykowania prawdziwej pobożności. Ma zachęcać braci do uznania wierności Boga i dostrzeżenia akceptowalności boskiego przesłania. Tymoteusz ma przypominać wierzącym o przywileju pracy i znoszenia zniewag dla Chrystusa. Ma uczyć ich, aby „ufali Bogu żywemu, który jest Zbawicielem wszystkich ludzi”. 1 List do Tymoteusza 4:7-10

Paweł mówi młodemu Tymoteuszowi, aby „był wzorem dla wierzących” (1 Tymoteusza 4:12). Jego słowa, postępowanie, miłość, duch, wiara i czystość mają być wzorem nie tylko w publicznych

wystąpieniach, ale także w codziennym życiu. Taki wzór musi zaczynać się wewnątrz, w jego sercu i umyśle. Wtedy wewnętrzne zalety jego chrześcijańskiego charakteru powinny przejawiać się na zewnątrz w jego mowie, postępowaniu i działaniach. Paweł kończy swoje napomnienie do Tymoteusza, mówiąc: „Aż przybędę, poświęć się czytaniu, [...] nauczaniu. Nie zaniedbuj daru, który jest w tobie, [...] Rozmyślaj o tych rzeczach, oddaj się im całkowicie”. 1 List do Tymoteusza 4:13-15

Powołanie i wierność każdego chrześcijanina opierają się na zasadach „sprawiedliwości i prawdziwej świętości” (Efezjan 4:24). Wierzący są wezwani do odzwierciedlania charakteru Boga: „Jak ten, który was powołał, jest święty, tak i wy bądźcie święci we wszystkim, co czynicie” (1 Piotra 1:15).