

**Вибрані Псалми
на 22 дні**



**Підбадьорення у
важкі часи**

© Copyright 2022

Josiah Venture

www.josiahventure.com

Epokha

www.epokha.org.ua

Bible Text

Ukrainian Translation – Turkonyak 2011

Additional notes

Maruška Skonc, Geri Fuehring, Yulia Pasichna

*For additional information, contact
info@epokha.org.ua*

**Боже Слово дає надію у
найтемніші дні. Навіть тоді, коли
наш світ перевернутий з ніг на
голову – Бог обіцяє бути з нами.
Він залишається незмінним, наша
міцна Скеля та наш Щит.
Ми обрали 22 псалми з Біблії,
щоб підбадьорити вас. Псалми
дають нам слова тоді, коли ми не
можемо словами виразити те, що
відчуваємо через реалії життя.**

**Прочитайте один Псалом на день,
щоб знайти надію та хоробрість
продовжувати жити день за днем**

Надія

Говорять, що надія – дуже небезпечна річ. Часто вона може вести нас до розчарувань. Але так само часто вона веде до наповнення та щастя. Надія – це сильна зброя у нашій боротьбі проти страху та ворогів. Як люди – ми потребуємо надії. Ми молимося за те, щоб ваша надія зростала та міцніла щодня, і врешті – привела вас до радості від розуміння Божого світла та спасіння.

ПСАЛОМ 26

ПСАЛОМ ДАВИДА.

1 Псалом Давида. Перед помазанням.

Господь — моє Світло і мій Спаситель.

Кого мені боятися?

Господь — Захисник мого життя.

Кого мені лякатися?

2 Коли підступали до мене злочинці,
щоб їсти моє тіло, — гнобителі й мої вороги, —
вони знемагали і падали.

3 Якщо проти мене підніметься табір,
моє серце не злякається.

Якщо проти мене виникне війна,
я [на Нього] буду надіятися.

4 Одного просив я в Господа, одного буду прагнути:
щоб упродовж усього мого життя
я перебував у Господньому домі,
бачив Господню красу й оглядав Його храм.

5 Бо в день моєї неволі Він сховав мене в наметі, —
Він заховав мене в потаємному місці Свого намету,
підняв мене на скелю.

6 І ось тепер Він підніс угору мою голову на моїх
ворогів.

Тож я обійшов і в Його наметі приніс жертву хвали.
Я буду співати і грати Господу.

7 Почуй, Господи, мій голос, яким я кликав,
помилуй мене і вислухай мене.

8 Моє серце сказало Тобі: [Буду шукати Господа;
шукало Тебе моє обличчя]. Тож я, Господи, шукатиму
Твого обличчя!

Вагомі слова

У цьому псалмі ми читаємо такі «важкі» слова зі значенням: камінь, міцна фортеця, прийди скоріше, радій, любов, слабкість, ворог, пристановище. Ці слова важливі, але коли ми говоримо про Бога – вони всі правдиві!!! Він готовий врятувати вас та захистити вас. Покладіть свою надію на Нього сьогодні. Скажіть Йому: «Ти – мій Бог».

ПСАЛОМ 30

- 1** На закінчення. Псалом Давида. Захоплення.
- 2** Господи, я покладаю надію на Тебе, тож хай не буду засоромлений навіки. Спаси мене у Своїй праведності й визволи мене.
- 3** Прихили до мене Своє вухо, поспіши спасти мене. Будь для мене Богом-оборонцем, місцем притулку, щоби спасти мене.
- 4** Бо Ти — моя сила і моє пристановище, тож задля Свого Імені Ти поведеш мене й опікуватимешся мною.
- 5** Ти виведеш мене із цієї пастки, яку мені наставили, бо Ти є моїм захисником.
- 6** У Твої руки передам свій дух. Ти викупив мене, Господи, Боже правди.
- 7** Ти незлюбив тих, які даремно плекають марноту. Я ж надію покладаю на Господа.

8 Я буду радіти й веселитися Твоєю милістю, бо Ти побачив моє приниження і визволив із недолі душу мою;

9 Ти не замкнув мене в руках ворога, а поставив мої ноги на просторому місці.

10 Помилуй мене, Господи, бо страждаю.

Стривожилися з журби мої очі, моя душа і нутро моє.

11 Моє життя проминуло в стражданнях, а мої роки — у стогонах. У біді пропала моя сила, а мої кості стали дрижати.

12 Для всіх моїх ворогів я став посміховищем, особливо для моїх сусідів, і страховищем для моїх знайомих: вони, коли бачили мене надворі, втікали від мене геть.

13 Мене забули, наче померлого, викинули із серця; я став, як розбитий глечик,

14 бо я чув наклепи багатьох, які живуть навколо.

Коли вони зібралися разом проти мене, зробили змову, щоб узяти мою душу.

15 Я ж на Тебе, Господи, покладаю надію. Я сказав: Ти — Бог мій.

16 У Твоїх руках моя доля. Спаси мене від руки моїх ворогів, від моїх гонителів.

17 Засяй світлом Свого обличчя на Твого раба, спаси мене у Своєму милосерді.

Зберігати цілісність під час кризи

Під час кризи легко зосередитися на власних потребах, а не на потребах оточуючих. Весь наш людський егоїзм і страх можуть спливати. Але часи кризи також можуть створити героїв. Криза – це можливість бути добрим, безкорисливим і запропонувати допомогу, не чекаючи нічого взамін. Що сьогодні переможе у вас? Чи є поруч хтось, кому потрібна ваша допомога? Чи можете ви бути їхнім героєм?

ПСАЛОМ 40

- 1** На закінчення. Псалом Давида.
- 2** Блаженний той, хто зважає на бідного й убогого.
У лиху годину Господь його визволить.
- 3** Нехай Господь обереже його, дасть йому життя,
зробить його блаженним на землі. Хай його не видасть
у руки його ворога.
- 4** Нехай Господь допоможе йому, коли лежатиме
хворий на ліжку.
Усю постіль його Ти перемінив під час його хвороби.
- 5** Я сказав: Господи, помилуй мене, зціли мою душу,
бо я згрішив проти Тебе.

6 Мої вороги наговорювали на мене зло:

Коли ж він помре, і його ім'я зникне?

7 І коли хто приходив побачити мене, то улесливо говорив, а його серце вбирало в себе беззаконня; він ішов геть і розголошував.

8 Проти мене перешіптувалися разом усі мої вороги, задумували зло проти мене,

9 висловлювали проти мене беззаконні слова:

Хіба той, хто зліг, ще підніметься?

10 Навіть людина, з якою я в мирі, якій довіряв, яка їла мій хліб, — підняла на мене п'яту!

11 Ти ж, Господи, помилуй мене, підійми мене, — і я їм відплачу.

12 Про Твою прихильність до мене я довідався з того, що мій ворог перестав насміхатися з мене.

13 А мене прийми через невинність мою, — Ти утвердив мене перед Собою навіки.

14 Благословенний Господь, Бог Ізраїля, від віку й до віку. Нехай буде так, хай так буде!

Притулок і сила

Зараз світ хаотичний – ви відчуваєте, що потрапили в несподіваний ураган. Ви прагнете притулку, місця захисту та безпеки. Цей текст описує Бога як нашу фортецю, достатньо міцну, щоб захистити нас від наших найлютіших ворогів. Він не похитнеться. У Його присутності ми можемо знайти притулок, коли відчуваємо страх і небезпеку. Приймавши притулок у Бога, нашої фортеці, ми можемо бути спокійними, відпочити і знати, що Він є Бог. І коли навколо вас впаде світ, Бог все одно буде поруч, пильнувати за вами.

ПСАЛОМ 45

1 На закінчення. Пісня для синів Корея. Про таємне.

2 Бог — наш захист і сила, допомога в бідах, які нас міцно обсіли.

3 Тому не злякаємося ми, коли земля здригнеться, і гори рухнуть у серце морів.

4 Їхні води заревіли і збурилися, гори здригнулися від його сили.

(Музична пауза).

5 Протікаючі ріки веселять Боже місто; Всевишній освятив Свою оселю.

6 Бог посеред нього, воно не зрушиться. Бог удосвіта

йому допоможе.

7 У народах виникли заворушення, захиталися царства. Він подав Свій голос, — і земля задрижала.

8 З нами — Господь сил, Бог Якова, наш Заступник!
(Музична пауза).

9 Прийдіть, погляньте на Господні діла, які дивні речі Він здійснив на землі!

10 Він покладе край війнам до кінців землі, поламає луки, потрощить зброю і щити спалить вогнем.

11 Вгамуйтеся і зрозумійте, що Я — Бог! Я буду прославлений в народах — буду прославлений на землі.

12 З нами — Господь сил, Бог Якова — наш Заступник.

Не спи!

Можливо, вам зараз важко не спати. Ви втомилися; ви пережили травму; ви спрагли і голодні. Ви просто хочете спати. У цьому псалмі ми читаємо, що наша душа повинна не спати. Інший переклад говорить: «Будь сильним і твердим, моє серце. Будь міцною, душа моя».

Ви можете спробувати це? Чи можете ви підбадьорити себе і свою душу, щоб не було гіркоти? Залишайте м'яким своє серце і знайдіть у Ньому притулок. Бог може захистити не лише ваше тіло, а й ваше серце та душу.

ПСАЛОМ 56

1 На закінчення. Не призведи до тління. Псалом Давида — на згадку про його втечу від Саула до печери.

2 Помилуй мене, Боже, помилуй мене, бо на Тебе надію покладає душа моя, і в тіні Твоїх крил я матиму надію, доки не минеться беззаконня.

3 Я буду кликати до Бога Всевишнього, до Бога, що вчинив мені добро.

4 Він послав з неба і спас мене, віддав на зневагу тих, які глумилися наді мною.

(Музична пауза).

Бог послав Свою милість і Свою правду

5 й захистив душу мою, що посеред молодих левів. Я засинаю в тривозі; людські сини... їхні зуби — зброя і стріли, а їхній язик — гострий меч.

6 Будь звеличений понад небеса, Боже, і над усією землею нехай буде слава Твоя!

7 Вони приготували капкан для моїх ніг, пригнітили мою душу. Вони викопали яму переді мною — і впали туди.

(Музична пауза).

8 Готове моє серце, Боже, серце моє готове: буду співати й прославляти.

9 Пробудись, славо моя, пробудіться, псалтирю і гусла! Я встану рано.

10 Прославлятиму Тебе між людьми, Господи, співатиму Тобі між народами,

11 бо аж до неба звеличилася милість Твоя, а правда Твоя — аж до хмар.

12 Будь звеличений понад небеса, Боже, і над усією землею нехай буде слава Твоя.

Дзвінок, який не обірветься

Ви намагаєтеся і намагаєтеся, але ваш дзвінок не проходить. Можливо, ваш сигнал слабкий, або прийом жахливий. Можливо, у вас закінчились гроші на рахунку. Наявність мобільного телефону не означає, що ви можете дзвонити. Так само ми всі маємо пряму лінію до нашого Небесного Батька, але чи використовуємо ми її. У нас завжди є можливість молитися, але часто це наш останній вибір, а не перша відповідь.

Але спробуйте сьогодні. Коли ваше серце слабшає, коли «скеля» перед вами здається занадто високою, спробуйте Бога. Спробуйте Його вуха, Його міцну башту, Його намет. Нехай Він буде вашим першим вибором для допомоги.

ПСАЛОМ 60

1 Псалом Давида на закінчення, зі співом.

2 Боже, вислухай моє благання, зверни увагу на мою молитву.

3 Від краю землі я закликав до Тебе, коли стало безсилим серце моє. І Ти мене підняв на скелю,

4 і повів мене, адже Ти став моєю надією,
непрístupною вежею зі сторони ворога.

5 Я проживатиму у Твоїх оселях навіки, знайду захист
в укритті крил Твоїх.

(Музична пауза).

6 Адже Ти, Боже, вислухав мої молитви і дав спадок
тим, які бояться Твого Імені.

7 Ти доддавиш дні до днів царя, його роки сягатимуть із
роду в рід.

8 Він навіки перебуватиме перед Богом. Милості та
Його правди хто буде дошукуватися.

9 Отож я оспівуватиму Твоє Ім'я навіки-віків, щоби з
дня на день засилати свої молитви.

Радість

Радість може бути останнім, що ви зараз відчуваєте. Є багато інших емоцій та почуттів, але радість не одне з них. У житті буває багато ситуацій, які починаються з болю, але закінчуються радістю. Як тільки ми зрозуміємо, звідки наша допомога і радість, ми зможемо почати радіти. Господи, не зволікай з тим, щоб перетворити всю нашу боротьбу на радість.

ПСАЛОМ 69

- 1** На закінчення. Псалом Давида на спогад,
- 2** щоби Господь мене спас. Боже, прийди мені на допомогу.
- 3** Хай засоромляться і зніяковіють ті, хто шукає моєї душі, хай відступлять назад і покриються ганьбою ті, які бажають мені зла.
- 4** Нехай вмить втечуть засоромленими ті, хто каже мені: Добре... добре...
- 5** Тож хай звеселяться і знайдуть радість у Тобі всі, які Тебе шукають і люблять Твоє спасіння, хай постійно промовляють: Будь звеличений, о Боже!
- 6** Я ж — бідний та вбогий. Боже, допоможи мені! Ти — моя допомога, мій визволитель. Господи, не забарися!

Рани, яких не видно

Чи є у вас видимі шрами чи рани? Кожен може їх побачити, запитати про них і висловити співчуття.

Але є рани, які непомітні – синці, яких не видно. Є розчавлене серце, яке ніхто не може побачити, і ніхто не може запитати вас про нього, окрім Одного. Бог знає. Він бачить ваші внутрішні шрами і рани на вашому серці. Він знає про кожну сльозу, яка стікає по вашому обличчю. Той, Хто назвав усі зірки на небі, піклується про кожен ваш біль. Не забувайте.

ПСАЛОМ 146

1 Хвалить Господа, бо псалом — це добре. Нехай буде солодкою нашому Богові хвала.

2 Господь будує Єрусалим, — Він збере розсіяних з Ізраїля.

3 Він лікує розбитих серцем, перев'язує їхні рани.

4 Він перераховує безмежну кількість зірок і всіх їх називає по імені.

5 Великий Господь наш, і велика міць Його, і мудрості Його немає меж.

6 Господь приймає лагідних, а грішних покоряє аж до землі.

Надія для стурбованого серця

Ви коли-небудь відчували себе Асафом на початку цього псалма? Він був таким сумним, невпевненим і збентеженим. Але в кінці він поклоняється своєму Богу. Що сталося між тим? Ключовими є вірші 11-12. Його стратегія полягала в тому, щоб пам'ятати, медитувати та думати про вчинки та чудеса Бога в історії. Це боротьба віри! Він був сповнений рішучості пам'ятати кращі часи та мати надію на майбутнє. Пам'ятайте, що Він Бог, який творить чудеса знову і знову.

ПСАЛОМ 76

1 На закінчення. Для Ідітуна. Псалом Асафа.

2 Голосно я закличу до Господа, голосом своїм — до Бога, і Він мене почує.

3 У день моєї журби я шукаю Бога, шукаю Його руками вночі, — і я не був обманутий. Моя душа відмовилася від потіх.

4 Як згадав Бога, — втішився; як виговорився, — мій дух підупав.

(Музична пауза).

5 Мої очі не заплющуються до ранньої сторожі; я в журбі та в мовчанні.

6 Я роздумую про давні дні, я згадую одвічні роки — і вчуся.

7 Вночі я розмовляю зі своїм серцем, і мій дух допитується:

8 Чи Господь відкине навіки і більш не прихилиться?

9 Невже назавжди припинилося Його милосердя від роду до роду?

10 Невже Бог забуде помилувати і стримає Своє милосердя у Своему гніві?

(Музична пауза)

11 І я сказав: Тепер я почав, — це зміна правиці Всевишнього!

12 Я пригадаю Господні діла, бо пам'ятатиму Твої давні дивовижні чудеса,

13 навчуся з усіх Твоїх справ і буду роздумувати над Твоїм промислом.

14 Боже, Твоя дорога свята. Хто ще такий великий бог, як наш Бог?

15 Ти — Бог, що твориш чудеса, Ти виявив Свою силу в народах.

16 Ти визволив Свій народ Своєю рукою — синів Якова і Йосифа.

(Музична пауза).

17 Боже, Тебе бачили води, Тебе бачили води — і збурились. І безодні захиталися — могутній шум хвиль.

18 Хмари подали голос, їх пронизували Твої стріли.

19 На небозводі — гуркіт Твого грому, Твої блискавки спалахували у Всесвіті, земля здригалась і тремтіла.

20 Твоя дорога — в морі, Твої стежки — серед великих вод, Твої сліди — незбагненні.

21 Наче отару овець, Ти вів народ Свій рукою Мойсея та Аарона.

Сховане обличчя

Ви коли-небудь грали в хованки? Концепція полягає в тому, щоб мовчати і не давати людям знати, де ви перебуваєте. Чи відчуваєте ви іноді, що Бог грає з вами в хованки? Можливо, ви зараз так відчуваєте. Можливо, ви запитаете себе: «Чи сьогодні Бог ховає своє обличчя?» Ви відчуваєте, що Він тихий і далеко? Ви такі не одні. Протягом усієї історії люди теж так відчували. І все ж вони чекали, і Господь відповів. Я запевняю вас, що Бог не грає в ігри. Будьте готові почути.

ПСАЛОМ 101

1 Молитва вбогого, коли він ослаб і виливає перед Господом своє благання.

2 Господи, вислухай мою молитву, — нехай дійде до Тебе моє благання.

3 Не відверни від мене Свого обличчя. У день, коли приходять скрута, прихили до мене Своє вухо. Того дня, коли я закличу до Тебе, вислухай мене негайно.

4 Адже мої дні зникли, як дим; мої кісті висохли, як сухі поліна.

5 Я потолочений, як трава, і моє серце засохло, — я навіть забував їсти свій хліб.

6 Від зойків і мого стогону тіло моє присохло до моїх кісток.

7 Я уподібнився до пелікана, що в пустелі, — я став, як та сова в розваленому домі.

8 Я не спав — став, як той самотній горобець на даху.

9 Упродовж цілого дня наді мною глумилися мої вороги, і ті, які мене хвалили, стали проклинати мене.

10 Адже, наче хліб, я їв попіл, а свій напій я розводив сльозами —

11 через Твій гнів і обурення, оскільки, звеличивши мене, Ти скинув додолу.

12 Мої дні промайнули, наче тінь, я висох, як трава.

13 А Ти, Господи, перебуваєш навіки, і пам'ять Твоя — з роду в рід.

14 Тож, піднявшись, змилуйся над Сіоном, бо пора його помилувати, оскільки прийшов час.

15 Адже Твої раби вподобали його каміння й будуть жаліти його пил.

16 І народи боятимуться Господнього Імені, — усі царі землі — Твоєї слави.

Сторож, який ніколи не спить

У вас проблеми зі сном? Ви прокидаєтесь з кожним шумом, боїтеся того, що може принести ніч? Наш Бог ніколи не спить. Він ніколи не засинає «на вахті» і навіть не відволікається. Коли ви молитесь, Він завжди зосереджується на вас і чує, що ви говорите. І оскільки Він ніколи не спить, це означає, що ви можете це робити.

Уявіть собі батьків, які стежать за своєю дитиною, яка не може заснути без мами чи тата біля ліжка. Те саме з нашим Отцем. Незалежно від проблеми чи страху, ви можете віддати все Йому і знати, що Він подбає про це.

ПСАЛОМ 120

- 1** Пісня при підході до храму. Я звів свої очі до гір.
Звідки прийде мені допомога?
- 2** Моя поміч — від Господа, Який створив небо й землю.
- 3** Не дай спіткнутися твоїй нозі, і хай не задрімає Той, що стереже тебе.
- 4** Адже не задрімає і не засне Той, Хто стереже Ізраїля.

5 Господь буде твоїм сторожем, Господь — твоя охорона при твоїй правій руці.

6 Вдень сонце тебе не спалить, а вночі — місяць.

7 Господь тебе оберігатиме від усякого зла, — Він охоронятиме душу твою.

8 Господь буде охороняти твій вхід і твій вихід — віднині й довіку.

Очікування нового дня

У ці відчайдушні дні здається, ніби ніч ніколи не закінчиться. Ти чекаєш світанку, часу, коли темрява згасає. Саме в темряві ми часто відчуваємо страх, але денне світло проганяє наші страхи. Ви в очікуванні і сповнені передчуття, але ранок вже не світить так яскраво. Наші страхи все ще переслідують нас, навіть удень. Надія псалмоспівця полягає в Божому слові. Він довіряє Божій обіцянці врятувати та викупити їх. Він подібний до сторожа, що чекає через довгі відрізки ночі настання ранку. Чекайте на Господа і покладіть свою надію на Нього і Його Слово! Він не підведе.

ПСАЛОМ 129

1 Пісня при підході до храму. З глибини я закликав до Тебе, Господи.

2 Почуй мій голос, Господи. Нехай Твої вуха будуть уважні до голосу мого благання.

3 Якщо, Господи, будеш зважати на беззаконня, то хто, Господи, устоїть?

4 Адже в Тебе є прощення.

5 Задля Твого закону я чекав на Тебе, Господи; моя душа очікувала Твого слова.

6 Моя душа покладає надію на Господа — від ранньої сторожі й до ночі. Нехай Ізраїль від ранньої сторожі надіється на Господа.

7 Адже в Господа — милосердя, і в Нього велике визволення.

8 Він визволить Ізраїля від усіх його беззаконь.

Ви ніколи не одні!

Одна з найбільших хитрощів ворога – ізолювати нас і змусити нас почуватися самотніми. Він хоче, щоб ми думали, що світ вийшов з-під контролю. А іноді ми дивимося вгору й дивуємося, де Бог. Давид нагадує нам: Бог тут. Він скрізь. Від Бога втекти неможливо. Чи ми на небі, чи в глибині, Він там з нами. І Він має владу спасати. Ви можете бути впевнені, що Його турбота і любов до нас не схожі ні на що інше. Хваліте Бога, який вас створив і врятував. Ви ніколи не буваєте самотні!

ПСАЛОМ 138

1 На закінчення. Псалом Давида.

Господи, Ти мене випробував, і Ти мене вивчив.

2 Ти знаєш, коли я сідаю, і коли я встаю, Ти заздалегідь вникнув у задуми мої.

3 Ти дослідив мою стежку і мій сінник, передбачив усі мої дороги.

4 Адже нема й слова в мене на язичку,

5 а Ти, Господи, вже все збагнув — майбутнє й давно минуле. Ти створив мене і Свою руку на мене поклав.

6 Дивовижне для мене Твоє знання! Воно понад мої сили, — я не спроможний його досягнути!

7 Куди піду від Твого Духа і куди втечу від Твого обличчя?

8 Якщо піду на небо, — Ти там. Якщо зійду в ад — і там Ти.

- 9** Коли б я вдосвіта розправив свої крила й поселився на краю землі, —
- 10** то й там Твоя рука попровадить мене, Твоя правиця втримає мене.
- 11** І сказав я: Ось темрява сховає мене, і ніч — світло в насолоді моїй.
- 12** Бо й темрява не сховає від Тебе, і ніч засяє, як день: її темрява така, як її світло.
- 13** Адже Ти, Господи, створив моє нутро, — прийняв мене від лона моєї матері.
- 14** Я прославлятиму Тебе, бо Ти вельми дивовижний, і дивовижними є Твої діла, — моя душа це дуже добре знає.
- 15** Не були приховані від Тебе мої кості, які Ти сформував у тайні, і моє єство було в земних глибинах.
- 16** Мене несформованого бачили Твої очі, і в книзі Твоїй записані будуть усі; упродовж днів вони будуть сформовані, і ніхто в них.
- 17** Я особливо вшанував Твоїх друзів, Боже, дуже зміцніли їхні володіння.
- 18** Як перерахую їх, буде їх більше, ніж піску! Я прокинувся, і я все ще з Тобою.
- 19** Коли би Ти, Боже, знищив грішників! Відступіться від мене мужі кровожерні!
- 20** Адже Ти скажеш у задумі: Даремно вони будуть захоплювати твої міста.
- 21** Господи, хіба я не зненавидів тих, які Тебе ненавидять? Я зовсім занепав через Твоїх ворогів.
- 22** Мене охопила повна ненависть до них: вони стали мені ворогами!
- 23** Досліди мене, Боже, пізнай серце моє. Досліди мене і пізнай мої шляхи.
- 24** Подивись, чи нема в мені дороги беззаконня, і скеруй мене на шлях вічний.

З іншої сторони

Сьогодні ми молимося за пригноблених і голодних у цьому світі, які здаються такими далекими. Наступного дня ми прокинулись, і світ змінився. Ми зараз ті, хто потребує. Ми не ті, хто допомагає, а ті, кому потрібно допомагати і за кого потрібно молитися.

Чи можете ви молитися за когось іншого? Зупиніться і помоліться за них. Вам потрібен хтось, хто б за вас молився? Нехай хтось інший підніме вас у молитві. Немає сорому бути слабким, втомленим і нужденним. Господь створив нас залежними одне від одного. Він стежить за біженцями та іноземцями. Він підтримує сиріт і вдів. Віддавати і отримувати – це людський досвід.

ПСАЛОМ 145

- 1** Алилуя. Аггея і Захарії. Хвали, душе моя, Господа.
- 2** Хвалитиму Господа у своєму житті, співатиму моєму Богові, поки існую.
- 3** Не покладайте надію на вельмож, на людських синів, в яких нема спасіння.
- 4** Вийде його дух, і він повернеться у свою землю. Того ж дня загинуть усі їхні задуми.
- 5** Блаженний той, кому Бог Якова помічник, хто надію покладає на Господа, свого Бога,

6 Який створив небо й землю, море і все, що в них,
Який береже правду навіки,

7 чинить суд скривдженим, дає поживу голодним.

Господь звільняє ув'язнених,

8 Господь підносить повалених, Господь дає сліпим
мудрість, Господь любить праведних.

9 Господь оберігає чужинців, сироту і вдову Він
прийме, а дорогу грішних знищить.

10 Господь буде царювати навіки, — твій Бог, Сіоне, з
роду в рід.

Під час шторму

Спів гімнів і дифірамбів посеред грози іноді звучить немислимо. Це може бути так важко, особливо коли ти цього не хочеш. У такі моменти згадайте собі, який добрий Бог. Згадайте всі випадки, коли Він допоміг вам. Нагадайте собі, що вам прощено, і ви можете жити у свободі. Він не ставить до нас так, як того заслуговують наші гріхи. Згадайте собі, як дивовижно служити Йому. І коли ви нагадуєте собі про всі великі справи, які Він зробив, хваліть Його, незалежно від того, що ви відчуваєте.

ПСАЛОМ 102

- 1** Псалом Давида. Благослови, душе моя, Господа і, уся істото моя, — Ім'я святе Його.
- 2** Благослови, душе моя, Господа і не забувай усіх добрих Його нагород.
- 3** Він прощає всі беззаконня твої, оздоровляє всі твої хвороби.
- 4** Він визволяє твоє життя від тління, Він вінчає тебе милосердям і щедрістю.
- 5** Він наповняє твоє бажання добром, і молодість твоя буде оновлена — мов у орла.
- 6** Господь виявляє милість і суд усім скривдженим.
- 7** Він відкрив Мойсеєві дороги Свої, а синам Ізраїлевим — бажання Свої.

8 Щедрий і милосердний Господь, довготерпеливий і багатомилостивий.

9 Не назавжди буде Його гнів, не вічним буде Його обурення.

10 Він не вчинив нам згідно з нашими гріхами, не відплатив нам за нашими беззаконнями.

11 Бо як небо високо над землею, так Господь непорушно поставив милість Свою над тими, хто боїться Його.

12 Як віддалений схід від заходу, так віддалив Він наші беззаконня від нас.

13 Як батько милує синів, так Господь виявив милість до тих, які бояться Його.

14 Адже Йому відомо, із чого ми створені: пам'ятай, що ми — порох!

15 Людина — її дні, як трава; вона зацвіла, наче польова квітка,

16 однак пронісся вітер над нею — і її більше не буде, і місця її вже не впізнати.

17 Господнє ж милосердя від віку й до віку на тих, хто боїться Його, і праведність Його — на синах синів,

18 які зберігають Його завіт і пам'ятають про Його заповіді, щоб виконувати їх.

19 Господь встановив Свій престол на небі, і Його царство над усім володіє.

20 Благословіть Господа, усі ангели Його, міцні силою, — ви, які виконуєте слово Його, прислухаючись до голосу слів Його.

21 Благословіть Господа, усі сили Його, слуги Його, що виконуєте волю Його.

22 Благословіть Господа, усі діла Його, на кожному місці, — де влада Його. Благослови, душе моя, Господа.

Ваш воїн

Вам подобаються фільми, в яких на допомогу приходить герой? Герой – це єдина людина, яка рятує ситуацію, незалежно від загрози чи небезпеки. Ви можете розраховувати на нього, щоб врятувати ситуацію. Давид, який написав цей псалом, знав, що його Господь був для нього таким героєм. Цей Воїн має необмежені ресурси та необмежену силу. Оскільки Бог є вашим щитом, ви можете високо тримати голову – Він готовий битися за вас.

ПСАЛОМ 3

- 1** Псалом Давида, коли він утік від обличчя свого сина Авесалома.
- 2** Господи, чому стало так багато тих, які спричиняють мені біль? Як багато повстає проти мене!
- 3** Багато кажуть моїй душі: Нема йому спасіння в його Бозі.
(Музична пауза).
- 4** А Ти, Господи, є моїм заступником, моєю славою; Ти – Той, Хто підносить мою голову.
- 5** Своїм голосом заволав я до Господа, і Він мене вислухав зі Своєї святої гори.
(Музична пауза).

6 Я заснув, виспався і прокинувся, бо Господь допоможе мені.

7 Тож не побоюся я й десятків тисяч людей, які звідусіль разом нападають на мене.

8 Підіймись, Господи, спаси мене, мій Боже, бо Ти розгромив усіх, хто безглуздо ворогував зі мною, розтрощив зуби грішників.

9 Спасіння — від Господа; Твоє благословення — на Твоєму народі.

Наш плач стає піснею

Можливо, зараз ви не можете перестати плакати. Можливо, смуток, розчарування та злість переважають, і ви навіть не можете передати словами те, що відчуваєте. Ви продовжуєте відтворювати останні кілька днів і тижнів у своїй свідомості, і ваше серце розривається.

Знаєте, переживати людські емоції – це здорово. Нормально визнавати, що в такі моменти ви не в порядку. Господь чує ваш плач! І (це може здатися божевільним), але іноді Він перетворює наші плачі на пісню. Це може зайняти деякий час, але тільки Бог здатний зробити щось подібне. Дайте шанс. Дай Богу шанс.

ПСАЛОМ 5

1 На закінчення. Про ту, яка успадкує. Псалом Давида.

2 Господи, вислухай мої слова, зверни увагу на моє голосіння.

3 Прислухайся до голосу мого благання, мій Царю і мій Боже, бо я, Господи, буду молитися до Тебе.

4 Вранці Ти почувеш мій голос, — вдосвіта я стану перед Тобою, і [Ти зглянешся].

5 Адже Ти — Бог, Який не може погодитися з беззаконням, і не поселиться біля Тебе той, хто чинить зло.

6 Порушники закону не встоять перед Твоїми очима: Ти не злюбив усіх, які чинять беззаконня,

7 і вигубиш усіх, котрі говорять неправду.

Кровожерною та підступною людиною гидує Господь.

8 Я ж, за Твоїм великим милосердям, увійду до Твого дому, поклонюся до Твого святого храму — у Твоєму страсі.

9 Господи, заради моїх ворогів веди мене Своєю праведністю, Ти вирівняй переді мною Свою дорогу.

10 Адже на їхніх устах немає правди; їхнє серце — нікчемне; їхнє горло — відкрита могила; вони своїми язиками вчинили обман.

11 Суди їх, Боже, хай відступляться від своїх задумів; за їхню велику безбожність відкинь їх, бо вони вчинили Тобі велику прикрість, Господи.

12 А всі, які надіються на Тебе, хай відчують радість. Вони веселитимуться повік, а Ти поселишся між ними. І будуть Тобою хвалитися всі ті, хто любить Твоє Ім'я,
—

13 бо Ти поблагословиш праведного. Господи, Ти наче щитом милості увінчав нас.

Він бачить кожну вашу сльозу

Наш Бог може вирішити всі ваші запитання. Він уже знає ваші сумніви і весь ваш гнів. Жодна ваша сльоза не залишається непоміченою. Якщо ви сумуєте і не можете знайти спокій, це нормально. Якщо ви почуваетесь самотніми і забутими, Бог розуміє. Але замість того, щоб приховувати ці емоції, спробуйте поговорити з Богом про те, що ви відчуваєте сьогодні. Взивайте до Нього і чекайте, щоб побачити, що Бог зробить далі.

ПСАЛОМ 10

22 Господи, чому Ти стоїш здалека, не звертаєш уваги ні в добрий час, ні в утисках?

23 Коли безбожний чванливо підноситься, — бідний, наче в гарячці; вони схоплені вигадками, які придумали.

31 Він його принизить у своїй засідці; та він похилиться і впаде, коли запанує над бідними.

32 Адже він сказав у своєму серці: Забув Бог, відвернув Своє обличчя, щоби зовсім нічого не бачити.

33 А Ти підведися, Господи Боже, нехай підніметься
Твоя рука, не забудь бідних.

34 Чому безбожний викликав у Бога гнів? Тому що він
сказав у своєму серці: Він не вимагатиме звіту?

35 А Ти бачиш. Адже Ти помічаєш страждання і гнів,
щоб передати їх у Твої руки. Оскільки бідний вручив
себе Тобі, то будь же помічником сироті.

36 Розтрощи силу грішника та лиходія: тож його гріх
буде досліджений, і через нього він пропаде.

37 Господь зацарює назавжди — навіки-віків, а ви,
народи, щезнете з Його землі.

38 Господь прислухався до бажання бідних: Твоє вухо
сприйняло готовність їхнього серця,

39 щоб розсудити сироту й пригнобленого, і щоб
людина не продовжувала вихваляти себе на землі.

Обмін!

Можливо, зараз у вас з собою не так багато речей. Ви залишили більшість своїх земних речей, але все ще відчуваєте обтяжливу вагу. Важко на серці. Що, якби ви зібрали всі ці вагомі почуття і обміняли їх на те, що може запропонувати Бог? Він пропонує вам міцну підтримку в обмін на хитку землю. Замість слабкості Він дає силу. Замість вашої вразливості Бог може бути вашим щитом. Зробіть цей обмін. Поговоріть з Богом, віддайте Йому всі важкі тягарі, які ви несете, і прийміть все, що Він може запропонувати. Дозвольте Йому нести цей тягар за вас.

ПСАЛОМ 17

- 1** Слуги Господнього Давида. Слова тієї пісні, якими він звернувся до Господа того дня, коли Господь врятував його від руки всіх його ворогів та від руки Саула.
- 2** Він сказав: Любитиму Тебе, Господи, моя сило.
- 3** Господь — моя надійна опора, мій притулок, мій Спаситель, мій Бог, моя допомога, — я надіятимусь на Нього! Він — мій захисник, ріг мого спасіння, мій заступник.
- 4** Із похвалою закличу я до Господа і буду врятований від моїх ворогів.
- 5** Охопили мене смертельні болі, бурхливі потоки беззаконня сильно збентежили мене.
- 6** Мене облягли звідусіль, оточили болі аду, попереду в мене — тенета смерті.
- 7** Та коли вони налягли на мене, я закликав до Господа, заволав до мого Бога. І Він зі Свого святого храму почув мій голос, — мій крик долинув до Нього, до Його вух.

17 Він послав з висот, узяв мене і з могутніх потоків води витягнув мене.

18 Він мене врятує від могутніх моїх ворогів, від тих, хто ненавидить мене, адже вони стали сильнішими від мене.

19 Вони випередили мене в дні мого лиха, та Господь став мені опорою;

20 Він вивів мене на вільний простір, врятує мене, бо прихильний до мене. [Він мене спасе від моїх могутніх ворогів і від тих, які мене ненавидять].

21 Господь віддасть мені за мою правотою, Він віддасть мені за чистотою моїх рук,

22 бо я ходив Господніми дорогами і не вчинив гріха перед моїм Богом.

23 Адже всі Його присуди — переді мною, і Його постанов я не відкинув від себе.

24 І я буду бездоганний з Ним, буду остерігатися мого беззаконня.

25 А Господь мені віддасть за мою правотою, за чистотою моїх рук перед Його очима.

26 З праведним ти станеш праведний, із чоловіком невинним ти будеш невинний;

27 з вибраним ти будеш вибраний, із лукавим — за лукавством його.

28 Адже Ти спасеш покірних людей, а очі пихатих упокориш,

29 бо Ти, Господи, засвітиш мого світильника, Ти, Боже Мій, наповниш світлом мою темряву.

30 Адже в Тобі я врятуюся від випробування, і з моїм Богом я подолаю мур.

31 Він — Мій Бог, Його дорога бездоганна, Господні слова випробувані вогнем; Він — захисник усіх тих, які на Нього покладають надію.

32 Бо хто Бог, крім Господа? І хто Бог, крім нашого Бога?

33 Він — Бог, Який підперізує мене силою, бездоганною робить дорогу мою,

47 Нехай живе Господь! Хай буде благословенний мій Бог!
Нехай звеличиться Бог мого спасіння!

Найтемніша долина

Швидше за все, ви вже чули цей псалом. У ньому так багато чудових образів. Мабуть, найпотужнішим образом є уявлення про те, що Господь з вами, всюди і завжди! Він Пастир, який ніколи не залишає овець. Він – Бог, який є там – у найтемнішій долині, в найтемнішу годину. Він веде, втішає і знає вас на ім'я. Дозвольте Йому пасти вас сьогодні.

ПСАЛОМ 22

- 1** Псалом Давида. Господь турбується про мене як пастир, — я ні в чому не матиму недостатку.
- 2** На зелених лугах — там Він мене оселив, при тихих водах піклувався мною;
- 3** мою душу навернув, провів мене стежками правди заради Свого Імені.
- 4** Коли я піду навіть серед смертної тіні, не злякаюся зла, бо Ти зі мною. Твій жезл і Твій посох — вони втішили мене.
- 5** Ти приготував переді мною трапезу в присутності тих, які мене тривожили. Ти намастив мою голову олією, Твоя п'янка чаша — найкраща.
- 6** І Твоє милосердя супроводжуватиме мене в усі дні мого життя, і я поселюся в Господньому домі на довгі дні.

Розбите серце

Більшість із нас стикалися з розбитим серцем. І ми відчули це дуже фізично. Цей біль може бути надзвичайно інтенсивним, оскільки наше тіло реагує на горе, гнів і страх. Ми буквально відчуваємо біль. Коли важко – Бог хоче, щоб ми знали, що Він є з нами. Він наближається до нас, коли ми розбиті серцем. Він прийшов на землю, щоб відчути наш біль і втрату, щоб нам не довелося переживати це вічно. Навіть коли ми не можемо це висловити, Він знає наші потреби і допомагає нам у цьому. Він є нашою розрадою в ті болісні хвилини.

ПСАЛОМ 33

.....

- 1** Псалом Давида, коли він вдавав із себе божевільного перед Авімелехом. Той його відпустив, і він пішов.
- 2** Величатиму Господа повсякчас, — хвала Його постійно на моїх устах.
- 3** Господом буде хвалитися моя душа. Хай почують лагідні й розвеселяться.
- 4** Звеличуйте Господа зі мною, тож разом прославимо Його Ім'я.
- 5** Я шукав Господа, і Він вислухав мене, і визволив мене від усіх моїх поневірянь.

- 6** Підійдіть до Нього і просвітійся, і ваші обличчя не будуть засоромлені.
- 7** Цей убогий заволав — і Господь почув його, — спас його від усіх його бід.
- 8** Господній ангел отабориться навкруги тих, які бояться Його, — і визволить їх.
- 9** Скуштуйте й побачите, що добрий Господь. Блаженний чоловік, що покладає на Нього надію.
- 10** Бійтеся Господа, Його святі, адже ті, хто боїться Його, не мають недостатку.
- 11** Багатії стали бідними та голодними, а ті, хто шукає Господа, не будуть позбавлені жодних благ.
(Музична пауза).
- 12** Прийдіть, діти, послухайте мене, і навчу вас Господнього страху:
- 13** Хто та людина, яка бажає жити, якій любо бачити добрі дні?
- 14** Тож утримай свій язик від зла і свої уста, щоб не говорили лукаве.
- 15** Відвернися від зла і роби добро, шукай миру і постійно прямуй до нього.

16 Господні очі звернені на праведних, а Його вуха — на їхні благання.

17 Але обличчя Господнє — проти тих, які чинять зло, щоб вигубити із землі пам'ять про них.

18 Праведні закликали — і Господь почув та визволив їх від усіх їхніх бід.

19 Господь близький до тих, чиї серця в скорботі, і спасе лагідних духом.

20 Багато скорбот у праведних, та від них усіх визволить їх [Господь].

21 Господь оберігає всі їхні кості, жодна з них не буде поламана.

22 Смерть грішників погана, і ті, які ненавидять праведного, — грішать.

23 Господь викупить душі Своїх рабів, і не зроблять помилки всі ті, котрі на Нього покладають надію.

Справедливий правитель

Зараз ви бачите несправедливість навколо себе. Ваше серце прагне, щоб усе було виправлено, і вам потрібно співчуття. Можливо, ви можете тільки мріяти про світ, де панує справедливість і добро. Уявіть собі світ, де вразливі люди захищені. Цей псалом прославляє характер Бога як правителя. На відміну від людських лідерів, основою Божого престолу є справедливість і праведність. Він правитель, який хоче принести полегшення тим, кого Він охороняє, і зцілити всі їхні рани. Його серце для тих, кого пригнічують і зневажають. Зрештою, Він все виправить.

ПСАЛОМ 96

- 1** Псалом Давида, коли його земля була впорядкована. Господь зацарював: нехай звеселиться земля! Хай зрадіють численні острови!
- 2** Хмара й темрява навколо Нього, справедливість і суд — основа Його престолу.
- 3** Перед Ним переїде вогонь і навкруги попалить Його ворогів.
- 4** З'явилися у Всесвіті Його блискавки, — земля побачила й здригнулася.

- 5** Гори, наче віск, розтопилися від присутності Господа, — від обличчя Господа всієї землі.
- 6** Небеса сповістили Його правду, і всі народи побачили Його славу.
- 7** Нехай покриє ганьба всіх тих, які кланяються різьбленим божкам, — тих, хто вихваляється своїми ідолами. Поклоніться Йому, усі ангели Його!
- 8** Почув Сіон і наповнився радістю, зраділи юдейські дочки щодо Твоїх присудів, Господи.
- 9** Адже Ти — Господь, Всевишній над усією землею, Ти надзвичайно звеличився над усіма богами.
- 10** Ви, що любите Господа, ненавидьте зло. Господь береже душі Своїх праведних, — Він визволить їх із рук грішників.
- 11** Світло засяяло для праведного, радість — для праведних серцем.
- 12** Радійте, праведні, у Господі, славте пам'ять Його святості.

Що мені потрібно, щоб пізнати Ісуса?

1 Усвідомити, що ми всі згрішили не дотримуючись Божих правил, що й розділило нас з Богом. Ніхто з нас не позбавлений вини. У листі до Римлян 3:23 написано: *«адже всі згрішили й позбавлені Божої слави»*

2 Покарання, яке ми заслужили за наші гріхи – смерть. Це смерть не лише фізична, але духовна, вічна. Римлян 6:23 *«Бо заплата за гріх – смерть, а Божий дар благодаті – вічне життя в Христі Ісусі, Господі нашім».*

3 Ісус Христос помер за нас, заплативши за наші гріхи. Гріх всього світу ліг на плечі безгрішного Божого Сина, коли він помирав на хресті. Бог прийняв цю смерть, як плату за наші гріхи. Римлян 5:1 *«Але Бог виявляє Свою любов до нас тим що Христос за нас помер, коли ми були ще грішниками»*

4 Завдяки смерті Ісуса, достатньо лише вірити, що Його смерть була платою за наші гріхи – і тоді будемо спасенні. Римлян 10:9: *«Якщо визнаєш своїми устами*

Господа Ісуса й повіриш у своєму серці, що Бог підняв Його з мертвих, то спасешся». Спасіння, прощення гріхів дається тим, хто повірить у Ісуса Христа як свого особистого Господа і Спасителя.

5 Через Ісуса Христа ми можемо мати особисті стосунки з Богом. Римлян 8:1 вчить нас: *«Тож нема тепер жодного осуду тим, які в Ісусі Христі (ходять не за тілом, а за духом)»*. Завдяки вірі у смерть та воскресіння Ісуса ми ніколи не будемо засуджені за наші гріхи.

6 Дуже важливо знайти спільноту (церкву) віруючих людей, для того, щоб зростати у вірі. Церква – це задум Божий. Вона є тим місцем, де перебуває та діє Дух Святий. Через церкву Бог впливає на світ та показує шлях до неба

Чи ви хочете йти шляхом спасіння? Якщо так, то можете помолитись цією короткою молитвою. Пам'ятайте, що самі слова не спасуть вас. Тільки через справжню віру в Ісуса Христа ви можете отримати спасіння.

Господь, я знаю, що згрішив проти Тебе і через це я переживаю смуток. Але я дякую Тобі за Ісуса Христа, Який взяв на себе моє покарання, щоб через віру в Нього я міг отримати прощення. Я віддаю Тобі своє життя і вдячний за благодать та подаровану вічність. Амінь

Чого навчає Біблія і християнство?



Бог любить тебе

Римлян 5:8 «Але Бог виявляє Свою любов до нас тим, що Христос помер за нас, коли ми були ще грішниками».



Але людина є грішною (живе без Бога, не підкоряючись Його задуму) і тому між нею і Богом є прірва. Це стосується особисто вас!

Римлян 3:23 «Адже всі згрішили й позбавлені Божої слави»



Ісус Христос, Син Божий, помер на хресті, жертвуючи Собою, щоб вирішити проблему людського гріха.

Римлян 6:23 «Бо заплата за гріх – смерть, а Божий дар благодаті – вічне життя в Христі Ісусі, Господі нашім»



Якою ж має бути ваша відповідь на цю жертву? Вам потрібно попросити Ісуса Христа, щоб Він пробачив ваші гріхи та допоміг жити згідно Його волі.

Римлян 10:9-10 «Якщо визнаєш своїми устами Господа Ісуса й повіриш у своєму серці, що Бог підняв Його з мертвих, то спасешся. Бо серцем віримо для праведності, а устами визнаємо для спасіння»

**Якщо ви хочете прийняти це
надважливе рішення, тоді
зверніться до Бога в молитві:**

**Господь Ісус, я вірю, що ти є Син
Божий і що Ти помер за мої гріхи
на хресті. Прости мені, що я грішив
проти тебе, і думками, і вчинками,
живучи так, наче Тебе немає.
Стань Господом мого життя та
зроби його таким, яким ти хочеш
його бачити. Дякую Тобі.**

Амінь

*Якщо ви потребуєте фізичної чи
духовної допомоги - напишіть нам на
info@epokha.org.ua*

Додаткові контакти тут:

Additional contact information here:

