

# День МОЛИТВЫ





# Як провести день у молитві

для ОСОБИСТОГО ВИКОРИСТАННЯ АБО В ГРУПІ

## **А. Вчитися у Бога**

## **Б. Навіщо потрібен день молитви?**

1. Для тривалого спілкування з Богом.
2. Для оновлення бачення ситуації.
3. Для клопотання і заступництва.
4. Для молитовного осмислення свого власного життя перед Господом.
5. Для належної підготовки.

## **В. Моліться на підставі Божого Слова**

## **Г. Як це здійснюється**

## **Д. Поділіть день на три частини**

### **1. Очікування Господа**

- 1). Найперше чекайте на Нього, щоб усвідомити Його присутність.
- 2). Чекайте на Нього також для очищення.
- 3). І ще очікуйте Бога, щоб поклонитися Йому.

### **2. Молитва за інших**

- 1). Спочатку просіть за їхні конкретні потреби або прохання.
- 2). Далі знайдіть кілька молитов у Писанні.
- 3). По-третє, у молитві за інших просіть те саме, що просите для себе.

### **3. Молитва за себе**

## **Е. Два питання**

## **Є. Як пильнувати та бадьоритися у тривалій молитві**

## **Ж. Як скласти перелік турбот**

## **К. Контрольний список для дня молитви**

1. Необхідне
2. Корисне
3. За бажанням

## **И. Почати з пів дня молитви**

## **І. Зразок: як робити нотатки під час проведення півдня в молитві**

## **К. Посібник для керівника для використання у групі**

# ЯК ПРОВЕСТИ ДЕНЬ У МОЛИТВІ

**Лорн С. Санні**

*«Скористайтеся цим найбільшим привілеєм, поки ми ще не в небі.  
Ісус Христос помер ради того, щоб такий зв'язок і спілкування  
з Отцем стали можливі»  
(Біллі Грем).*

*«Молитва — потужна річ, бо Бог зв'язав Себе нею»  
(Мартін Лютер).*

*«Знайомство з Богом не відбувається наспіх. Він не роздає Своїх дарів першому-ліпшому або тому, хто спішить прийти і піти. Секрет пізнання Його і переживання у своєму житті Його впливу полягає у тісній близькості з Богом»  
(Е. М. Баундс).*

«Я ніколи не думав, що один день може так змінити мене, — сказав якимось мені один друг. — Мені здається, що я почав краще ставитися до всіх навколо. Чому я не роблю цього частіше?»

Подібне можна почути від багатьох людей, котрі відвели день для молитви.

У нас стільки справ — важливих справ, — які потребують нашого часу, що справжня молитва здається радше розкішшю, а не необхідністю. Не кажучи вже про те, щоб провести у молитві цілий день!

Біблія пропонує нам три принципи проведення часу особистої молитви. Нам дано заповідь постійно молитися. Це має бути дух молитви — постійна налаштованість на Бога, щоб у будь-який час дня ми могли піднімати свій погляд до Нього, просячи Його про щось чи хвалячи Його.

Також у Біблії йдеться про практику часу усамітнення з Богом, або ранкового пильнування, ми це спостерігаємо в житті Давида (Псалом 5:4), Даниїла (Даниїла 6:10) і Самого Господа Ісуса (Марка 1:35). Цей час, котрий щоденно відводиться для роздумів над Словом Божим і для молитви, є незамінним для росту і здоров'я християнина.

Маємо у Писанні також і приклади того, як одній лише молитві присвячується тривалий час. Ісус проводив у молитві цілі ночі. Неемія молився кілька днів, почувши про лихо Єрусалима. Мойсей тричі проводив 40 днів і 40 ночей наодинці з Богом.

## А. Вчитися у Бога

Мені здається, що саме в ті особливі дні молитви Бог дав Мойсею об'явлення щодо Своїх шляхів і планів (Псалом 103:7). Він дозволив Мойсееві подивитися, так би мовити, крізь шпаринку в паркані, дав йому особливі відкриття, тоді як рядові ізраїльтяни бачили лише Божі дії, що відбувалися на їхніх очах день за днем.

Якось я сказав Доусону Тротману, засновнику організації «Навігатори»: «Ви справляєте на мене враження людини, яка відчуває, що її доля, її призначення — це бути Божим знаряддям».

«Не думаю, що це так, — відповів він. — Але знаю одне: Бог дав мені кілька обіцянок, і я впевнений, що Він їх виконає». У попередні роки Доусон провів безліч тривалих зустрічей наодинці з Богом. І завдяки цим молитвам постала робота «Навігаторів» — не через методи і принципи, але за допомогою Божих обітниць, які Він давав у Своєму Слові.

Ці особливі молитовні зустрічі з Богом можуть стати дороговказами та життєвими віхами на вашому життєвому шляху. Щоденний час тихого спілкування з Богом виявиться більш плідним, якщо день за днем ви будете молитися про те, щоб Господь промовляв до вашого серця під час тривалих зустрічей із Ним у молитві. І цей час тихого спілкування з Богом ставатиме основою безперервної молитви, що триватиме і протягом днів, проведених із Богом у молитві.

Можливо, вам ніколи не доводилося проводити тривалий час у молитві, бо ви не бачили в цьому необхідності. Або тому, що ви погано уявляєте собі, як можна провести цілий день лише у молитві.

## Б. Навіщо потрібен день молитви?

Навіщо витрачати стільки часу на молитву при нашій зайнятості? З якою метою?

- 1). *Для тривалого спілкування з Богом — окрім ранкового часу молитви та розмірковування. Це можливість просто перебувати з Богом та думати про Нього. Адже Бог покликав нас до спілкування зі Своїм Сином Ісусом Христом (1 Коринтян 1:9). Ця дружба, як і багато інших особистих стосунків, підтримується часом, проведеним разом. «...і перед обличчям Його була писана пам'ятна книга про тих, хто страх перед Господом має, і хто поважає Ймення Його» (Малахії 3:16).*
- 2). *Для оновлення бачення ситуації. День молитви — це як політ у розвідувальному літаку над полем битви, бо завдяки йому ми отримуємо*

можливість поглянути на світ з Божої точки зору. Особливо тоді, коли нам у житті трапляються труднощі, ми потребуємо такого оновлення перспективи, щоб загострити своє бачення невидимого і поставити на свої місця усе те, що нас оточує. Наші засоби духовного захисту зміцнюються, «коли ми не дивимося на видиме, а на невидиме. Бо видиме дочасне, невидиме ж вічне!» (2 Коринтян 4:18).

3. Для клопотання і заступництва. У кожного з нас є друзі і родичі нехристияни, яких ми хотіли б привести до Господа. Ми знаємо про місіонерів, що несуть служіння на різних нивах, є наші пастори, сусіди, наші ближні та знайомі серед християн, керівники держави тощо. Добре відомо, що сила молитви впливає на людей і змінює події, але християни не часто вдаються до неї. Час, у який ми живемо, стає все тривожнішим, і ми маємо переглянути значення особистої молитви як задля звершення добра, так і задля стримування зла.
4. Для молитовного осмислення свого власного життя перед Господом — для особистої духовної оцінки та аналізу. Перед прийняттям важливих рішень вам особливо необхідно проводити день у молитві. У такий день ви можете реально оцінити, де ви є відносно поставленої мети, і отримати настанови від Господа з Його Слова. У ньому містяться обітниці для нас — ті самі обітниці, які отримували і Хадсон Тейлор, і Джордж Мюллер, і Доусон Тротман. І Бог дає нам упевненість у Своїх обітницях саме в ті години, коли ми залишаємося наодинці з Ним.
5. Для належної підготовки. Неемія, провівши «кілька днів» у пошуках Господа в молитві, був покликаний до царя. «І сказав мені цар: „Чого ж ти просиш?“ Та я помолився до Небесного Бога, і сказав цареві: „Якщо це цареві вгодне...“, — і далі він виклав свій план (Неемії 2:4-5). Потім Неемія каже: «І встав я вночі, я та трохи людей зо мною, і не розповів я нікому, що Бог мій дав до мого серця зробити для Єрусалиму...» (Неемії 2:12). Коли Бог поклав йому це на серце? Я думаю, що в ті години і дні, коли Неемія постив, молився і чекав відповіді від Нього. А коли прийшов час діяти, він вже був готовий.

Я чув, як одного разу хлопчик запитав пілота, чи довго йому доводиться думати перед тим, як посадити літак на землю, якщо раптом виникають якісь несправності. Пілот відповів, що ні, адже він добре знає, де і як посадити літак при необхідності, оскільки це вже все було завчасно обдумано.

Те ж саме повинно бути і в нашому християнському житті. Якщо в години, проведені на самоті з Богом, Він відкриває нам Свої задуми, то в потрібний момент ми будемо готові піти правильним шляхом. Нам не доведеться говорити: «Я не готовий». Багато християн не зважають на свої можливості не

через розумову небадьорість, а через неготовність серця. А підготовка відбувається тоді, коли ми залишаємося на самоті з Богом.

## **В. Моліться на підставі Божого Слова**

«За першого року його [Дарія] царювання я, Даниїл, бачив у книгах число тих років, про які було Господнє слово до пророка Єремії, — що сповниться для руїн Єрусалиму сімдесят років. І звернув я своє обличчя до Господа Бога, — прохати з молитвою та з благанням, у пості, у веретищі та в попелі. І молився я Господеві Богові своєму, і сповідався...» (Даниїла 9:2-4).

Даниїл із Писання зрозумів, що мало статися. І завдяки зустрічі з Божим словом він почав молитися. І ми можемо додати: «І тому я молюся даними обітницями, щоб Божі наміри могли здійснитися». У Господа був задум щось здійснити, і Він це пообіцяв, і тому Даниїл і молився. На Даниїла покладався обов'язок замкнути «електричний ланцюг», щоб по ньому побіг струм.

Провести день наодинці з Господом не означає, що треба всістися де-небудь на камені в позі «мислителя» і міркувати про те, що перше спаде на думку. Це може бути небезпечним. Ні, у цей день вам треба розкрити свою душу перед Словом Божим, щоб воно саме спрямувало вас до молитви. Якщо ви лише заглибитесь в самоаналіз, думаючи тільки про себе і свої проблеми, то день закінчиться гірше, ніж почався. Та й у будь-якому разі важливим є не те, як ви самого себе оцінюєте. Важливою є Божа оцінка. І Свою оцінку Він відкриє вам Святим Духом через Своє Слово — відкриту Біблію. А далі Слово поведе вас у молитві.

## **Г. Як це здійснюється**

Яким чином треба підійти до здійснення задуманого? Відведіть на молитву цілий день або частину дня. Спакуйте собі обід та рушайте. Знайдіть собі місце, де ніщо не відволікатиме вашої уваги. Це може бути парк чи лісок біля вашого дому або тихий куточок на подвір'ї. Дуже добре, якщо ви зможете знайти місце на свіжому повітрі, але не гайте часу на дослідження природи і навколишньої місцевості. Спіймавши себе на тому, що ви спостерігаєте за білками і мурахами, прочитайте, наприклад, Псалом 103, аби налаштуватися на роздуми про Божу силу, явлену у творінні. Мобільний телефон або залиште вдома, або поставте його в режим «літачок» Цей час належить Богові!

Візьміть Біблію, блокнот, олівець або ручку, може музику, і, можливо, книгу для духовних роздумів. Я, наприклад, люблю брати із собою брошуру Е. М. Баундса «Сила через молитву», щоб прочитати одну-дві глави, які допомага-

ють мені замислитися про стратегічну цінність молитви. Іноді я беру із собою роботу Горація Бонара «Звернення до завойовників душ» або біографію якогось місіонера, наприклад, книжку «За гірськими хребтами» Мері Тейлор, де розповідається про молитовні перемоги Джеймса Фрейзера в Китаї.

Навіть якщо у вашому розпорядженні цілий день, його слід використати продуктивно. Від самого початку не гайте часу, а дійте цілеспрямовано.

## Д. Поділіть день на три частини

Поділіть день на три частини Розділіть день на три частини: очікування Господа, молитва за інших і молитва за себе.

### 1. Очікування Господа

- 1). Щоб усвідомити Його присутність.
- 2). Щоб очиститися.
- 3). Щоб прославити Його.

**Очікуючи Господа, не поспішайте.** Ви підете у хибному напрямку, якщо почнете шукати містичних переживань або якогось піднесення. Просто шукайте Господа, очікуйте Його. У книзі Ісаї 40:31 дається обіцянка, що «ті, хто надію складає на Господа, силу відновлять». Серед багатьох віршів, де згадується очікування Господа та покладання на Нього — Псалом 26:14. А в Псалмі 62:6 говориться: «Тільки від Бога чекай у мовчанні, о душе моя, бо від Нього надія моя!»

- 1) **Найперше чекайте на Нього, щоб усвідомити Його присутність.** Уважно прочитайте один із уривків Писання, наприклад, Псалом 138, все глибше усвідомлюючи з кожним наступним віршем Його присутність поруч із вами. Поміркуйте над тим, що у всьому Всесвіті неможливо знайти місця, де б не було Його. Нерідко ми подібні до Якова, який сказав: «Дійсно, Господь пробуває на цьому місці, а того я й не знав!» (Буття 28:16).
- 2) **Чекайте на Нього також для очищення.** Два останні вірші Псалма 139 підводять нас до цієї думки. Просіть Господа випробувати ваше серце, як про це сказано у цих віршах. Коли ми самі «випробовуємо» свої серця, то можемо опинитися під владою уяви, нездорового самоаналізу або зробитися незахищеними перед тим, що нам хоче заподіяти ворог. Але коли нас випробовує Святий Дух, Він привертає нашу увагу до того, що ми маємо сповідати, аби очиститися. Тут стануть у пригоді Псалми 50 і 31 — це пісні покаяння Давида. Станьте на міцній основі, що дається у 1 Івана 1:9, і покладайтесь на Божу вірність — Він простить усякий гріх, який ви сповідуєте.

Якщо ви згадаєте, що згрішили проти свого брата, візьміть це на замітку, щоб залагодити це питання. Інакше ви до кінця дня відчуватимете перешкоду у спілкуванні з Богом. Він не буде говорити до вас, якщо між вами та іншою людиною стоїть щось таке, з чим ви не плануєте розібратися при першій же нагоді.

Очікуючи Бога, просіть у Нього сили для зосередження. Змусьте себе облишити всякі мрії та порожні думки.

- 3) І ще **очікуйте Бога, щоб поклонитися Йому**. Псалми 102, 110 і 144 — це чудові приклади того, як можна віддавати хвалу Господу і Його могутності. Здебільшого псалми — це власне молитви. Можна також звернутися до Об'явлення 4-5 і використовувати ці розділи у своїй молитві прославлення Господа. Немає кращого способу біблійної молитви, ніж молитва Писанням.

Якщо ви взяли із собою музику, то можете співати Господу. Є немало чудових гімнів, які словами передають те, що ми самі навряд чи в змозі висловити. Якщо раптом ви не дуже добре співаєте, то подивіться, щоб вас не чули сторонні люди, а відтак із радістю величайте Господа! А Він це точно оцінить!

Так ви природно підійдете до подяки. Розміркуйте про все те прекрасне, що Бог зробив для вас, і подякуйте Йому за все: за ваше спасіння і за духовні благословення, за сім'ю і друзів, за відкриті перед вами можливості. Окрім того, за що ви дякуєте Богові щоденно, подякуйте Йому за численні блага, якими Він вас обдаровував.

## 2. Молитва за інших

А тепер прийшов час для неспішної детальної молитви за тих, про кого ви зазвичай у своїх молитвах не згадуєте. Долучіть їх до тих людей, за яких ви молитесь постійно. Моліться за цілу земну кулю, згадуючи людей у різних країнах.

Ось три пропозиції щодо того, про що слід молитися: 1) Просіть за їхні конкретні потреби або прохання. 2) Візьміть собі за приклад молитви Павла за інших людей. 3) У молитві за інших просіть те саме, що просите для себе.

- 1). Просіть за їхні конкретні потреби або прохання.
  - 2). Використовуйте молитви Павла
  - 3). У молитві за інших просіть те саме, що просите для себе.
- 
- 1). Спочатку просіть за їхні конкретні потреби або прохання. Можливо, ви пам'ятаєте чи записали собі різні потреби, які називали люди. Моліться про потреби, викладені в листах місіонерів. Моліться про духовні си-

ли, мужність, фізичну витривалість, ясність розуму тощо. Уявіть себе на місці тих, за кого ви молитесь, і молитесь відповідно.

- 2). Далі знайдіть кілька молитов у Писанні. Просіть про те саме, про що просив Павло для інших людей у перших розділах Послань до филип'ян і колоссян, а також у першому і третьому розділах Послання до ефесян. Так ваша молитва зможе перейти від постійних прохань на кшталт «Господи, благослови тих і тих і допоможи їм робити те і те» на новий рівень.
- 3). По-третє, у молитві за інших просіть те саме, що просите для себе. Бажайте для них того, що Господь показав вам.

Якщо ви молитесь за когось словами певного вірша або обітници з Писання, то вам, можливо, варто було б зробити відповідну помітку у своєму молитовному листку біля імені цієї людини, щоб наступного разу, коли ви молитиметесь за неї, звернутися до цього самого вірша. А потім, коли на вашу молитву Господь дасть відповідь, цим же віршем ви зможете Йому подякувати.

### **3. Молитва за себе**

Третя частина вашого дня відводиться молитві за себе. Якщо ви стоїте на порозі прийняття якогось важливого рішення, помоліться про це до того, як почати молитися за інших.

У своїй молитві керуйтеся Писанням і просіть у Господа розуміння, як про це сказано у Псалмі 118:18. Поміркуйте над віршами з Біблії, які ви вивчили, або про обіцянки, які ви раніше знаходили у Слові. Непогано було б прочитати одну з книг Біблії від початку до кінця, краще вголос. Подумайте, як ви могли б застосувати прочитане у своєму житті.

Коли будете молитися за себе, можете взяти собі за приклад слова з 1 Хроніки 4:10. Ябец молився так: «Коли б Ти, благословляючи, поблагословив мене, і побільшив границю мою, і рука Твоя була зо мною, і зробив охорону від лиха, щоб не засмучувати мене!» Ця молитва — за ваше життя, за ваше процвітання, за Божу присутність у вашому серці, у ваших справах і за Його захист. Ябец молився відповідно до волі Божої, і Бог послав, чого він просив.

«Господи, що Ти думаєш про моє життя?» — із цим запитанням має бути проведена ця частина дня молитви. Розгляньте свої основні цілі у світлі того, що, на вашу думку, є Божою волею для вас. Ісус сказав: «Пожива Моя — чинити волю Того, Хто послав Мене, і справу Його довершити» (Івана 4:34). Чи хочете ви виконувати Божу волю понад усе інше?

Далі розгляньте свої справи і вчинки з огляду на поставлені цілі. Бог може говорити вам про необхідність змінити графік, про відмову від деяких справ, які, можливо, не є поганими самі по собі, але не є для вас найкращим

вибором, або про те, що перешкоджає вашому поступу. Такі справи треба відкинути. Ви можете відчувати, що вам, наприклад, слід змінити те, як ви звикли відпочивати суботніми вечорами. Ви могли б проводити їх із більшою користю і при цьому відпочивали б не гірше.

У процесі молитви записуйте думки відносно ваших дій, вчинків, проведення часу. Міркуйте про те, як краще планувати свій час. Можливо, ви зрозумієте, що необхідно краще приготуватися до проповіді чи проведення занять у недільній школі або до якоїсь особистої зустрічі, а може, Господь надихне вас зробити для когось щось особливе. Записуйте усі свої думки.

Протягом цієї частини дня відкривайте Господу усі свої проблеми чи рішення, які треба прийняти, і шукайте розуміння Божого погляду на них. Корисно буває перелічити усі чинники, пов'язані з прийняттям рішення чи проблемою. Моліться про ці чинники та шукайте керівництва у Писанні. Може статися, що обітницю або вказівку ви знайдете у тих уривках, які ви уже обмірковували протягом дня.

Після молитви, можливо, ви прийдете до чітких висновків, що ляжуть в основу твердих переконань. Протягом дня молитви у вас має бути мета дійти до певних висновків та чітких вказівок. Однак, якщо цього не станеться, не варто засмучуватися. Бог, вочевидь, знає, що тепер ще не час для відповіді на те чи інше питання. І цілком можливо, що виявиться, що насправді вам треба було знати не наступний крок, а отримати нове об'явлення про Самого Бога.

Шукаючи обітниці, не слід вишукувати собі нові або надзвичайні, відкидаючи усі інші. Зосередьтеся на тих обітницях, які ви вже знаєте. Якщо ви вже пройшли розділ «Тематична система запам'ятовування» (план запам'ятовування Біблії від Навігаторів), то почніть роздуми над віршами з розділу «Покладіться на Божу силу». Ще і ще раз задумайтесь над тими обітницями, які Господь давав вам раніше, які ви пам'ятаєте і нерідко згадуєте. Моліться про застосування цих віршів у своєму житті.

Серед найбільших благословень у моєму житті є ті, які я отримав, по-новому усвідомивши ті обітниці, які мені вже були дані. Знайомі обітниці можуть привести вас до інших, нових обітниць. Біблія сповнена ними.

Можливо, варто було б відмітити або підкреслити в Біблії ті Божі обіцянки, які Він давав вам протягом довшого усамітнення з Ним, і поставити дату чи написати кілька слів на полях напроти них.

Важливо, щоб день молитви не був монотонним і одноманітним. Трохи почитайте, потім трохи помоліться, потім трохи походить. Один мій товариш, наприклад, під час молитви ходить по кімнаті. Не сидить весь час в одному положенні — час від часу випрямиться і трохи пройдеться, щоб була якась різноманітність.

Коли до вас приходимуть сторонні думки, просто спрямовуйте їх у русло молитви. Якщо це стосується ваших важливих справ, які вам не можна упустити, запишіть їх. Ви помічали, скільки усілякого спадає вам на думку, поки ви сидите в церкві? Цілком природно, що протягом дня молитви вас відвідуватимуть думки про те, що вам треба зробити, тому їх варто собі записати, помолитися про них і спланувати, що, як і коли має бути зроблено. Не намагайтеся їх просто відкинути, бо вони переслідуватимуть вас до кінця дня.

У кінці дня підбийте у своєму блокноті підсумок того, про що Бог говорив сьогодні із вами. Через певний час буде дуже корисно знову повернутися до своїх записів.

## **Е. Два питання**

Результатом вашого дня молитви повинні бути відповіді на два запитання, з якими Павло звернувся до Господа на дорозі в Дамаск (Дії 22:6-10). Перше запитання звучало так: «Хто Ти, Господи?» Господь відповів: «Я — Ісус». Ви маєте шукати Його, аби Його пізнати, довідатися, Ким Він є. Друге запитання було ось яке: «Господи! Що я маю робити?» Господь дав відповідь, призначену саме Павлові. І ось у ті години дня молитви, коли ви вдумливо, без поспіху шукатимете Його волі, ви дістанете відповідь на це запитання.

Не очікуйте, що цей день має для вас закінчитися якимось новим відкриттям чи винятковим відчуттям. Чекайте Бога і відкрийтеся Його Слову. Бажання пережити щось надзвичайне, про що можна буде потім комусь розповісти, тільки зіб'є вас із правильного шляху. Так, іноді може буде якесь нове глибоке переживання, але нерідко воно лише відвертає увагу від реальних потреб. Про успішність дня молитви треба судити не зі свого натхнення в кінці цього дня, а з того, як він впливатиме практично на реальне життя, починаючи з наступного дня. Якщо ми справді відкрили себе Слову Божому та увійшли в контакт із Богом, то це буде позначатися на нашому подальшому щоденному житті.

День молитви не стається просто сам собою. Окрім спроб нашого ворога — сатани — відволікти нас від молитви, світ, що навколо нас, пропонує нам так багато, аби повністю заповнити наш час. Тому час необхідно виділяти. Плануйте наперед — наприклад, у перших числах раз на два місяці або раз на квартал.

## **Є. Як пильнувати та бадьоритися у тривалій молитві**

1. За дві ночі до дня молитви добре відпочиньте.

2. Міняйте позу: трохи посидьте, трохи походіть (постійно чергуйте сидіння і ходіння).
3. Постарайтеся урізноманітнити цей час. Трохи почитайте Писання, трохи помоліться, потім трохи подумайте над своїми планами і так далі.
4. Моліться вголос — пошепки або потиху. Іноді корисно також «думати вголос».

## **Ж. Як скласти перелік турбот**

1. Поміркуйте про наявні конфлікти, проблеми або розладнані плани. Перерахуйте все, що вас гнітить. Пункт за пунктом. Навіть якщо певні речі здаються вам неважливими, включайте їх у свій перелік, якщо вони вас тривожать. Попросіть Бога навести вас на думку про те, що ще може вас непокоїти.
2. Усі ваші турботи мають бути занотовані на цьому аркуші. Більше вас нічого турбувати не повинно — усе вже тут! Коли точно знатимете, що все записано і ви нічого не забули, переходьте до пункту 3.
3. Уважно прочитайте свій список пункт за пунктом. Ви маєте зробити висновки до кожного пункту. Наприклад, якщо це справа минулого або щось таке, що ви ніяк не контролюєте, то ви собі зазначаєте, що нічого з цим пунктом зробити не можете. Інші пункти можуть потребувати вашої участі у їхньому вирішенні.

Якщо ви нічого не можете зробити, то відведіть якийсь час для молитви про цей пункт. Якщо ж вам здається, що якийсь пункт вимагає вашого втручання, то теж слід помолитися про це і потім почати складати список дій для вирішення проблеми. Після молитовного обмірковування своїх турбот у вас має вийти перелік із кількох необхідних дій.

До кінця дня молитви цей перелік дій включатиме кілька нових пунктів.

4. Якщо у вашому переліку турбот суто особисті пункти, які не мали б потрапити на очі іншим, то цей перелік варто було б спалити чи знищити.

Досить часто буває так, що перелік турбот може містити близько 20 пунктів, якщо людина складає його раз на місяць.

## **К. Контрольний список для дня молитви**

### **А. Необхідне**

1. Біблія (можливо, та, яку ви постійно читаете).
2. Блокнот або аркуші для нотаток.

3. Олівці або ручки.
4. Годинник.

## **Б. Корисне**

1. Листи від місіонерів або християнських працівників.
2. Матеріали з ресурсу Нове життя для церков, наприклад:
  - а). Шукати Бога для вашого міста (p:\Shared\cbt\2Нове життя церквам\1Скарб молитви\4 Шукайте Бога для вашого міста)
  - б). Молитва за людей у вашій церкві (p:\Shared\cbt\2Нове життя церквам\1Скарб молитви\1 Prayer Lectures\1 Prayer in Local Church\Blessings f P. in local Ch -ua)
  - в). Молитва один за одного (p:\Shared\cbt\2Нове життя церквам\1Скарб молитви\1 Prayer Lectures\1 Prayer in Local Church\P. f one another -ua)
  - г). Молитовні брошури:
    - «Поради для піших молитовників»,
    - «Відкрий моє місто»
    - «Благословення. Як молитися в надії»,
    - «Світло з мого дому»,
    - «Про що молився б Ісус?»
3. Сумка з обідом та напоями.
4. Ваш перелік молитовних потреб.
5. Картки з віршами для запам'ятовування, щоб звернутися до них у хвилини роздумів або щоб користуватися ними в молитві.
6. Ваш «Щоденник думок при читанні Біблії» за кілька останніх місяців або інший щоденник, де ви записуєте чому вчить вас Бог, щоб ще раз обдумати, яким шляхом вас веде Господь.
7. Зручний одяг.

## **В. За бажанням**

1. Календар на кілька місяців вперед.
2. Музика на телефоні чи mp3 плеєрі
3. Нотатки з вашого останнього дня молитви.
4. Перелік поставлених завдань і цілей.
5. Сімейний або особистий бюджет.
6. Факти, пов'язані з рішеннями, які ви маєте приймати.
7. Окуляри для читання.
8. Копія вашого розкладу на тиждень.
9. Светр або пальто (якщо холодна погода).

## И. Ми рекомендуємо почати з пів дня молитви

Бог благословить вас у цьому — якомога швидше беріться до справи! Можливо, потім ви теж спитаєте в себе: «А чому б не частіше?»

За матеріалами статті Лорна С. Санні

«Люблю я Господа, бо Він почув голос  
мій у благаннях моїх,  
бо Він нахилив Своє вухо до мене,  
і я кликатиму в свої дні!  
**...Я жертву подяки Тобі принесу,**  
і Господнім ім'ям буду кликати!»  
**(Псалом 114:1-2,17).**

## Практичне завдання

Проведіть день у молитві. Приходьте, перед цим добре відпочивши, бадьорим і сповненим бажання провести пів дня з Господом. Уважно перегляньте контрольний список. Складіть звіт про проведення пів дня в молитві (не більше сторінки).

**Зразок: як робити нотатки під час проведення пів дня в молитві (зразок)**

|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 13:15 — 13:45                                                                                                                                    | Івана 14–16:<br><br>14:3: На небесах досі готується місце.<br><br>14:13: Участь Ісуса в молитві.<br><br>14:15, 21: Послух!!! (15: 7, 10)<br><br>14:26: «Того дня ви проситимете в Моє Ймення».                                                                                                        | 30 хв. |
| 13:45 — 13:50                                                                                                                                    | Час сповіді.                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 5 хв.  |
| 13:50 — 14:00                                                                                                                                    | Огляд матеріалу «Як провести день у молитві»                                                                                                                                                                                                                                                          | 10 хв. |
| 14:00 — 14:15                                                                                                                                    | Псалом 144 — читання і піднесення Господу хвали і слави:<br><br>144:3, 6: Наш Бог величний!!!<br><br>144:4: Він працюватиме з моїми дітьми.<br><br>144:9: Я вдячний за Боже милосердя!<br><br>144:15: Бог задовольняє потреби — Він задовольнив і мої теж!<br><br>144:17: Я хочу зростати у святості. | 15 хв. |
| 14:15 — 15:00                                                                                                                                    | Складання переліку турбот (молитва і перелік дій)                                                                                                                                                                                                                                                     | 45 хв. |
| 15:00 — 15:20                                                                                                                                    | Молитва за інших людей.                                                                                                                                                                                                                                                                               | 20 хв. |
| Перелік дій:<br>1). У правильному порядку розставити молитовні пункти.<br>2). Попросити вибачення у _____ за _____.<br>3). Прибрати в багажнику. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |        |

|               |                                                                                                                                                                                                                 |        |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 16:00 — 16:20 | Підсумок:<br>1). Час тихого спілкування та повторення віршів для вивчення має бути щоденною справою, яку я ніколи не повинен пропускати!<br>2. <b>Молитися і трудитися для досягнення гармонійного життя!!!</b> | 20 хв. |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|

Благословень вам, любі друзі!

Ми раді запропонувати вам відео-, аудіо- та друковані матеріали, які були створені служінням **Нове життя церквам**. Вам надається право після завершення практичного завдання використовувати цю лекцію в роботі з іншими людьми.

# *Посібник для лідера для використання у групі*

## **Інструкції щодо роботи з лекцією**

- Молитва — це життєво важлива частина підготовки до учнівства. Ми пропонуємо вам провести особисту лекцію на тему «Як провести день молитви».
- Ви можете взяти інформацію з курсу ОХЖ. Використовуйте приклади, зробіть, щоб було дуже цікаво. Обов'язково включіть практичне завдання.

## **Початкові усні коментарі ведучого**

- Так, брати, я це робив не один раз. Я маю на увазі «День молитви». Можливо, недостатньо часто, але усе ж такі дні я проводив і мав від них благословення. Тому я хочу і вам це порекомендувати і трохи про це розповісти.

## **Кінцеві усні коментарі ведучого**

- Мойсей, Давид, Даниїл, Павло, Іван і багато інших були особливо благословенні під час тривалої молитви. Сподіваюся, що ви хочете мати такі самі благословення.

## **Можливо, варто провести дискусію у малій групі.**

## **Для цього вам будуть потрібні роздруковані матеріали лекції для кожного учасника.**

Ви можете розділити людей на групи по 5 осіб і попросити їх скласти особистий план під час обговорення.

Питання для дискусії проведуть вас по-черзі за всіма розділами. Переконайтеся, що люди залучені до роботи і розуміють кожну частину.

- 1. Обговоріть розділ «Як провести день в молитві»
- 2. Обговоріть пункт «Навіщо потрібен день молитви?»
- 3. Обговоріть частину «Поділіть день на три частини»
- 4. Обговоріть наступні теми: «Як пильнувати та бадьоритися у тривалій молитві» і «Як скласти перелік турбот»
- 5. Обговоріть «Контрольний список до дня молитви»
- 6. Обговоріть розділ «Як робити нотатки під час проведення пів дня в молитві» (зразок)

## **Інструкції для молитви**

- Запитаєте, хто склав реальний план і дійсно планує провести такий день.
- Ті, хто готовий, мають просити у Господа сил, щоб довести справу до кінця. Під час молитви просіть їх записати або подумати, де вони будуть проводити день молитви, коли це має статися, о котрій годині, скільки часу планують провести, коли вони планують закінчити і повернутися додому.
- Ті, хто ще не готовий, повинні молитися за тих, хто вже готовий.

## **Практичне завдання**

**За можливості, тримайте групу в підзвітності. Це практичне завдання потрібно ВИКОНАТИ!**

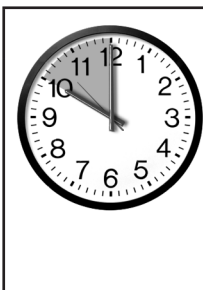
**Допоможіть людям взяти на себе це зобов'язання.**

- Запишіть собі нагадування про продовження роботи з тими, хто виконає. Це можна зробити особисто або на зустрічі групи.



**Т**ривале молитовне усамітнення з Богом є біблійним і корисним для розвитку близьких стосунків з Ним. Бог бажає гуляти з вами в прохолоді дня, як Він гуляв з Адамом, однак ми рідко приходимо до Нього. Ми поспішаємо втілювати в життя свої плани, які часто називаємо планами для Його Царства. Для того, щоб бути святим, потрібен час. Для того, щоб розвивати наші стосунки з Богом, потрібен час. Постарайтесь поставити собі за мету раз у три місяці проводити цілий день в молитві. Якщо ви лідер церкви, вам варто подумати про більш часті моменти молитовного усамітнення. Важко бути ефективним воїном, ігноруючи свого Командира.

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | <p style="text-align: center;"><b>Початок кожної години</b></p> <p>На початку кожної години ми зосереджуємось на новій темі молитви. Це допомагає нам не збиватись і просуватись в молитві заступництва.</p>                                                                                                                                                                         |
|   | <p style="text-align: center;"><b>Перші 10 хвилин</b></p> <p>Перші 10 хвилин виділяються на підготовку; використайте їх для поклоніння, подяки і перебування в тиші.</p> <p><i>«Увійдіть в Його брами з подякуванням, на подвір'я Його з похвалою! Виславляйте Його, Ім'я Його благословляйте» (Псалом 99:4).</i></p> <p><i>«Вгамуйтеся та знайте, що Бог Я» (Псалом 45:11).</i></p> |
|  | <p style="text-align: center;"><b>40 хвилин заступництва</b></p> <p>Кожну годину ви сорок хвилин підряд молитесь заступницькою молитвою по конкретній темі. Якщо вам важко залишатись зосередженими, використовуйте деякі молитовні дії, щоб зберігати увагу. Частіше міняйте положення тіла, пишіть Богу в щоденнику, моліться вголос, моліться словами Писання і т. д.</p>         |



### Останні 10 хвилин

Останні 10 хвилин кожної години — час для перерви. Ви — жива людина, і вам потрібні перерви, інакше ви втомитесь. Ви можете сходити в туалет або попити кави, чаю або соку. Якщо ви молитесь разом з іншими людьми, використайте цей час, щоб поговорити з друзями про те, чого Бог вчить вас стосовно молитви. Але слідкуйте за тим, щоб перерва не була довшою за 10 хвилин.

## ПРОПОНОВАНИЙ РОЗКЛАД МОЛИТВИ ДЛЯ ВОСЬМИГОДИННОГО МОЛИТОВНОГО ДНЯ

Це всього лише приклад, але якщо ви робите це вперше, буде мудро взяти цей розклад з собою і постаратись дотримуватися його. Або, взявши за основу цей розклад, напишіть власний молитовний розклад на день і додержуйте його.

### 9:00 Проведіть **всю** першу годину **у хвалі і поклонінні**:

- 10 хвилин читання уривків прославлення з Псалмів;
- 10 хвилин висловлення хвали Богу вголос;
- 10 хвилин перебування в тиші перед Богом, не починаючи розмову, але насолоджуючись Його присутністю;
- 10 хвилин в подяці Богу;
- 10 хвилин використовуйте пісні і Писання для віддання хвали Богу. Персоналізуйте і пісні, і слова Писання, щоб вони були вашою молитвою до Бога;
- 10 хвилин на особисті потреби.

### 10:00 **Духовна ревізія**

- 10 хвилин в поклонінні;
- наступні 40 хвилин присвятіть дослідженню себе і сповіданню гріхів, які Бог покаже вам. Ви можете використати для дослідження свого серця місця Писання, які Бог буде нагадувати вам. Для вашої зручності ми наводимо тут «Духовну ревізію» з уроку 4:

| Духовна ревізія |                                                         |
|-----------------|---------------------------------------------------------|
| Ваші слова      | Чи говорили ви про когось зле, критикували або сварили? |

|                |                                                                      |
|----------------|----------------------------------------------------------------------|
| Ваше ставлення | Чи не маєте ви духу сварливості, ремства, все-знання?                |
| Ваші думки     | Чи допускаєте ви жадібність, сумніви, страхи, злобу, гнів, хтивість? |
| Ваші вчинки    | Чи порушували ви Божі закони?                                        |

Коли ви будете проводити «духовну ревізію», моліться про ті сфери, в яких у вас є проблеми: переживання, спокуси, невдачі, страждання. Віддайте все це Богу, щоб Він звершив нову справу у вашому житті і викупив навіть те, що здається вам таким, що не підлягає викупленню;

- 10-хвилинна перерва.

## **11:00 Прохання**

- 10 хвилин поклоніння;
- наступні 40 хвилин призначені для ваших особистих молитовних прохань. Вони можуть охоплювати такі сфери:
  - фізичні/матеріальні потреби (ваші і вашої родини), включаючи здоров'я, фінанси, роботу;
  - стосунки, особливо з вашими чоловіком/дружиною, дітьми і батьками;
  - бажання;
  - духовний ріст: плід Духа, дари Духа, чистота, святість;
  - проведіть деяку частину цього часу в тиші, слухаючи голос Святого Духа у вашому серці і розумі. Запишіть у своєму духовному щоденнику ті думки, які Дух дасть вам про ці сфери.

## **12:00 Служіння**

- 10 хвилин поклоніння. Пам'ятайте, що ви можете використати цей час, щоб молитись хвалебними місцями Писання або співати Господеві;
- в наступні 40 хвилин зосередьтесь на тих служіннях, в яких ви берете участь у церкві. Помоліться про ваші стосунки з вашими співпрацівниками, про напрямки служіння, про плоди і т. д. Ви також можете помолитись за інших людей, задіяних у цих служіннях, за майбутнє, за плани і цілі, які вам потрібно поставити;
- 10-хвилинна перерва для підготовки до обіду.

**13:00** Перерва на обід. (Можливо, ви не схочете витратити на нього стільки часу або взагалі не будете робити перерви на обід, якщо постите; в такому випадку внесіть відповідні корективи в свій розклад).

**14:00 Неспасенні**

- 10 хвилин поклоніння;
- 10 хвилин — помоліться за те, щоб отримати тягар про тих, хто гине, для себе і для вашої церкви. Моліться про робітників, котрі будуть готові вийти на жниво;
- 10 хвилин — помоліться про сміливість і мудрість у свідченні для вас і для інших віруючих. Моліться за планування євангелізацій і за те, щоб Бог готував серця людей;
- 20 хвилин — помоліться за конкретні душі, щодо яких ви маєте тягар;
- 10 хвилин — перерва.

**15:00 Місцеві і національні потреби**

- 10 хвилин поклоніння;
- 20 хвилин молитви заступництва за місцеві потреби в трьох сферах: церква, суспільство, влада;
- 20 хвилин молитви заступництва за національні потреби в трьох сферах: деномінація, події або проблеми національного масштабу, влада;
- 10 хвилин — перерва.

**16:00 Світ**

- 10 хвилин поклоніння;
- 10 хвилин — помоліться за світове бачення для вас і для вашої церкви. Моліться за різні місіонерські заходи, що плануються, або за те, щоб їх почали планувати;
- 10 хвилин — заступництво за місії, особливо за тих місіонерів, яких ви знаєте особисто або яких вислала ваша церква;
- 10 хвилин — оберіть одну чи дві країни, за які ви будете молитись: за їхніх лідерів, за мир, за зміцнення і пробудження церкви і за людей, що гинуть, в цих країнах;
- 10 хвилин — помоліться за актуальні світові проблеми.

## **17:00    Закінчення**

Ця остання година має бути часом оцінки того, як пройшов ваш день, і особливого прославлення Господа за цей час, який ви провели з Ним. Якщо ви запланували день групової молитви, тоді зберіться в цю годину всією групою і разом прославте Господа, а потім поділіться тим, що Бог робив цього дня. Запишіть завершальні думки в своєму духовному щоденнику — те, що Бог показував вам ті тягарі, які Він поклав вам на серце, ті кроки, які вам потрібно зробити в певних сферах вашого життя і служіння. Обов'язково проведіть не менше 10 хвилин в тиші і слуханні.

