

1. Свідчення віри та інші роздуми взяті з християнського журналу «Aufatmen», цього разу це спеціальний випуск на тему «молитва». «Молитва» – тема цього богослужіння. Невдовзі ми почуємо свідчення Соні Сорбари про «молитву слухання». Йдеться не лише про те, щоб розмовляти з Богом у молитві, а й очікувати Божої відповіді на нашу молитву словами та образами.

۱. شهادت‌های ایمان و سایر تأملات از مجله مسیحی Aufatmen آمده است، این بار یک شماره ویژه با موضوع «دعا». «دعا» موضوع این مراسم است. به زودی شهادتی از سونیا سوربارا در مورد «دعای شنیداری» خواهیم شنید. این نه تنها در مورد «صحبت کردن با خدا در دعا»، بلکه در مورد انتظار پاسخ خدا به دعای ما با کلمات و تصاویر نیز هست.

2. Потім ми також виконаємо вправу на тему «молитва слухання». Пізніше ми почуємо свідчення Фрауке Білефельдт про «молитву без відповіді». Авторка розповідає про свій досвід, коли Бог не відповів на її молитву прозцілення від хвороби, але допоміг їй іншими способами. Після цього ми виконаємо ще одну вправу. Вона буде зосереджена на тому, як ми можемо молитися, використовуючи різні рухи, наприклад, руками. Але спочатку ми звернемося до того, щоб слухати Бога в молитві.

۲. سپس تمرینی در مورد «دعای شنیداری» نیز انجام خواهیم داد. بعداً، شهادتی از فراوکه بیلفلدت در مورد «دعای بی پاسخ» خواهیم شنید. نویسنده در مورد تجربه خود صحبت می کند که خدا به دعای او برای شفای بیماری اش پاسخ نداده، بلکه به روش های دیگری به او کمک کرده است. پس از آن، تمرین دیگری انجام خواهیم داد. این تمرین بر چگونگی دعا کردن با استفاده از حرکات مختلف، به عنوان مثال با بازوهایمان، تمرکز خواهد داشت. اما ابتدا، به گوش دادن به خدا در دعا می پردازیم.

Проповідь 22.3.26 1 Молитва
слухання (Соня Сорбара)(Sela.
Журнал «Молитва» 2026.21-23)

موعظه ۲۲/۳/۲۶ – ۱: دعای شنوا (سونیا سوربارا)
(مجله دعا «سِلا» ۲۰۲۶، صفحات ۲۱–۲۳)

1. Чути голос Бога – це звучить захопливо! Чи справді я чую чітко чутний голос? І: Чи можуть люди взагалі чути Бога? Якщо так, то як саме? У підлітковому віці мені сказали: Бог говорить – через Біблію. Це означало: «Чути» Бога сьогодні неможливо, тому що дари Духа припинилися із завершенням Біблії.

1. شنیدن صدای خدا – این هیجان انگیز به نظر می رسد! آیا واقعاً صدایی قابل شنیدن می شنوم؟ و اصلاً آیا انسان ها می توانند خدا را بشنوند؟ اگر بله – دقیقاً چگونه؟ در نوجوانی به من گفته شد: خدا سخن می گوید – از طریق کتاب مقدس. منظور این بود که «شنیدن» خدا امروز دیگر ممکن نیست، زیرا عطایای روحانی با کامل شدن کتاب مقدس پایان یافته اند.

2. І це не обов'язково, оскільки Бог уже все сказав. Тому момент, коли я чітко відчув, що Бог говорить сам, був для мене ще більш дивним і зворушливим. Я був на конференції та скористався «пророчою молитвою». Я зрозумів: Бог все ще говорить сьогодні. Так, через Біблію, але не тільки це. І так, можливо сприймати Бога, який говорить.

2. و در واقع هم ضرورتی ندارد، چون خدا قبلاً همه چیز را گفته است. بنابراین برایم بسیار شگفت‌انگیز و تأثیرگذار بود آن لحظه‌ای که خودم به وضوح سخن گفتن خدا را تجربه کردم. در یک کنفرانس بودم و از «دعای نبوتی» بهره بردم. برایم روشن شد: خدا هنوز هم امروز سخن می‌گوید. بله، از طریق کتاب مقدس، اما نه فقط از آن طریق. و بله، امکان دارد که سخن خدا را دریافت کنیم.

3. Це викликало велике бажання почути Його «самостійно», і я вирушив Його шукати. Це дуже просте речення в Євангелії від Івана, яке запевняє нас, що ми можемо чути голос пастиря, Ісуса: «Мої вівці слухають Мій голос, і Я знаю їх, і вони йдуть за Мною» (Івана 10:27). Ніби це цілком нормально.

3. این تجربه در من اشتیاقی عمیق ایجاد کرد تا خودم نیز «مستقیماً» او را بشنوم، و شروع به جستوجو کردم. در انجیل یوحنا جمله‌ای ساده آمده که به ما می‌گوید صدای شبان، یعنی عیسی، را می‌شنویم: «گوسفندان من صدای مرا می‌شنوند؛ من آن‌ها را می‌شناسم و آن‌ها از من پیروی می‌کنند.» (یوحنا ۲۷:۱۰) انگار این کاملاً

طبیعی است.

4. І справді, в Діяннях апостолів ми знаходимо численні, здавалося б, самоочевидні вказівки на те, як Бог говорив. Цікаве питання: як саме Святий Дух це зробив — говорив, стверджував, посилав чи забороняв? Ми не знаходимо жодних підказок до цього. Я підозрюю, що в Діяннях апостолів це виглядало подібно до того, як і сьогодні: раптова думка, яка не відпускає. Внутрішній образ.

4. در واقع نیز در کتاب اعمال رسولان نمونه‌های فراوانی می‌بینیم که خدا چگونه سخن گفته است. سؤال جالب این است: دقیقاً چگونه روح القدس این کار را انجام داده — سخن گفته، تأیید کرده، فرستاده یا منع کرده است؟ پاسخی مشخص برای این نداریم. من گمان می‌کنم در زمان اعمال رسولان هم شبیه امروز بوده: فکری ناگهانی که

5. Нам нагадується біблійний вірш або гімн. Ми мріємо. Ми гуляємо лісом, і краса природи торкається нас. Або ми читаємо Біблію, і вірш раптово «засвічується». Список способів, якими Бог говорить до нас, нескінченний. Але я вважаю, що це майже завжди тонкий, ніжний дотик у наших серцях.

5. ممکن است آیه‌ای از کتاب مقدس یا سرودی به یادمان بیاید. خواب ببینیم. در جنگل قدم بزنیم و زیبایی طبیعت ما را تحت تأثیر قرار دهد. یا هنگام خواندن کتاب مقدس، ناگهان آیه‌ای «درخشان» شود. راه‌هایی که خدا از طریق آن‌ها با ما سخن می‌گوید بی‌نهایت‌اند. اما باور دارم که تقریباً همیشه این یک لمس لطیف و آرام در قلب ماست.

6. Як мені жити з голосом Бога у повсякденному житті? У Книзі Амоса ми читаємо неймовірне твердження, що Бог «нічого не робить, доки не довірить Своїм рабам, пророкам» (Амос 7:3). Я розумію цей уривок з Книги Амоса так, що Бог хоче довіритися Своїм довіреним.

6. چگونه در زندگی روزمره با صدای خدا زندگی کنم؟ در کتاب نبی عاموس جمله‌ای شگفت‌انگیز می‌خوانیم که خدا «هیچ کاری نمی‌کند مگر آنکه آن را به بندگان خود، یعنی پیامبران، آشکار سازد» (عاموس ۷:۳). من این جمله را چنین می‌فهمم که خدا دوست دارد خود را به نزدیکانش بسپارد.

7. Я вірю, що Бог шукає друзів, довірених осіб та коханців, які поклоняються Йому та Його природі, які довіряють Йому все своє життя, які в усіх труднощах, великих і малих, а також у всій красі, яку вони переживають, перш за все кидаються в Божі обійми. Тому що вони знають, що саме Він є тим, хто справді та щиро несе їх. Я хочу бути Божим другом.

7. باور دارم خدا در جستجوی دوستانی صمیمی است؛ کسانی که او و ذاتش را بپرستند، تمام زندگی‌شان را به او بسپارند، و در تمام دشواری‌های کوچک و بزرگ – و همچنین در زیبایی‌هایی که تجربه می‌کنند – پیش از هر چیز خود را در آغوش خدا بیندازند. چون می‌دانند او کسی است که واقعاً و حقیقتاً نگاه می‌دارد. من می‌خواهم دوست خدا باشم.

8. Довірена особа, якій Він довіряє своє серце, свою волю та свої думки. На практиці це означає, що щоразу, коли я думаю про це, я прошу Бога про Його точку зору. Мої постійні запитання до нього: «Чого ти хочеш від мене? Як ти хочеш мене змінити, сформувати? Які дари ти хочеш мені дати? Який мій наступний крок з тобою?»

8. آن دوست نزدیکی که خدا دل، اراده و افکارش را به او می سپارد. در عمل این گونه است که هر وقت به یاد می آورم، از خدا دیدگاهش را می پرسم. سؤال های همیشگی من این ها هستند: «از من چه می خواهی؟ چگونه می خواهی مرا تغییر دهی و شکل بدهی؟ با چه چیزی می خواهی مرا برکت دهی؟ قدم بعدی من با تو چیست؟»

9. Ми чуємо багато голосів: голоси важливих людей у нашому житті, але дуже часто також і наше власне серце. Розрізнення цього голосу від звернення Святого Духа – це процес навчання. Тим, хто робить перші кроки у слуханні Божого голосу, я б рекомендував не одразу просити рішення для миру у світі.

9. ما صداهاى زيادى مى شنويم:
صدای افراد مهم در زندگى مان، و
اغلب صدای قلب خودمان. تشخیص
این صداها از صدای روح القدس
یک فرایند یادگیرى است. به كسانی
که تازه شروع به شنیدن صدای خدا
کرده اند، توصیه مى کنم که از همان
ابتدا درخواست حل مسائل بزرگى
مثل صلح جهانى نکنند.

10. Мій досвід показує, що чим конкретніші мої запитання, тим легше чути Бога. Тому мені подобається ставити Богові дуже практичні запитання, такі як: «Який біблійний вірш ти хотів би покласти мені на серце сьогодні? Чи є хтось у моєму житті, кому зараз потрібна підтримка? Кому з моїх дітей сьогодні потрібні мої обійми чи мої слова втіхи?»

10. تجربه من این است: هر چه سؤال‌هایم مشخص‌تر باشد، شنیدن خدا آسان‌تر می‌شود. بنابراین دوست دارم از خدا سؤال‌های بسیار عملی بپرسم، مثل: «امروز کدام آیه را بر دل من می‌گذاری؟ آیا کسی در اطرافم هست که اکنون به تشویق نیاز داشته باشد؟ امروز کدام‌یک از فرزندانم به آغوش یا دلگرمی من نیاز دارد؟»

11. Щоб розрізнити голоси, я дотримуюся двох принципів: по-перше, Бог відповідає нам, коли ми запитуємо (Матвія 7:9). Тож я припускаю, що Бог говорить, коли я прошу Його говорити зі мною. А по-друге, Бог добрий. Тому, якщо слово викликає мир або «смак життя», я вірю, що це говорить Бог.

11. برای تشخیص صداها، به دو اصل پایبندم: اول، خدا وقتی از او درخواست کنیم، پاسخ می‌دهد (متی ۷:۹). پس انتظار دارم وقتی از او می‌خواهم، سخن بگوید. دوم، خدا نیکوست. بنابراین اگر کلامی آرامش ایجاد کند یا «طعم زندگی» داشته باشد، اعتماد می‌کنم که این خداست که سخن می‌گوید.

12.Цей смак життя також виникає, коли Бог каже мені щось неприємне, наприклад, що я повинна вибачитися перед своїм чоловіком. Моє серце не вважає це холодним — воно просто воліло б бути правим — але в глибині душі я відчуваю, що воно живе.

12. این «طعم زندگی» حتی زمانی هم وجود دارد که خدا چیزی ناخوشایند به من می‌گوید، مثلاً اینکه باید از همسرم عذرخواهی کنم. قلبم شاید این را دوست نداشته باشد — ترجیح می‌دهد حق با خودش باشد — اما در عمق وجودم حس می‌کنم که این زنده‌کننده است.

13. Зрештою, знайомство з Божим голосом дуже схоже на дружбу. Чим довше ми ходимо з Богом, тим природнішим і знайомішим стає Його голос. Зрештою, чути Божий голос і бути Його керівництвом — це аспекти дружби, яка глибшає, чим довше вона триває.

13. در نهایت، شناخت صدای خدا بسیار شبیه یک دوستی است. هر چه بیشتر با خدا همراه شویم، صدای او برایمان طبیعی تر و آشناتر می شود. در واقع، شنیدن صدای خدا و هدایت شدن توسط او، جنبه هایی از یک رابطه دوستانه هستند که با گذشت زمان عمیق تر می شود.

ВПРАВА «МОЛИТВА СЛУХАННЯ» 22.3.26

1. Напишіть на аркуші паперу ручкою або на телефоні. Запишіть питання, яке у вас на думці та яке ви хотіли б поставити Богові. Найкраще стояти на певній відстані від свого сусіда під час виконання цього завдання, оскільки ця вправа є чимось дуже особистим між вами та Богом. Потім зачекайте та очікуйте, що Бог якимось чином відповість на ваше питання.

تمرین دعای شنیداری ۲۲/۳/۲۶

۱. با خودکار یا تلفن همراه خود روی یک تکه کاغذ بنویسید. سوالی را که در ذهن دارید و می‌خواهید به خدا ارائه دهید، یادداشت کنید. بهتر است هنگام انجام این کار از همسایه خود کمی فاصله بگیرید، زیرا این تمرین چیزی بسیار شخصی بین شما و خداست. سپس صبر کنید و انتظار داشته باشید که خدا به نوعی به سوال شما پاسخ دهد.

2. Просто запишіть все, що спадає на думку як відповідь. Божа відповідь може бути прихована за вашими думками. Через кілька днів знову перегляньте те, що ви написали. Подивіться, чи можете ви почути щось на кшталт відповіді від Бога у тому, що ви написали. Можливо, ви не почуєте відповіді. Це теж нормально. Бог говорить з кожною людиною по-різному. Орган грає тихо під час цієї вправи.

۲. به سادگی هر آنچه را که به ذهنتان می‌رسد به عنوان پاسخ بنویسید. پاسخ خدا ممکن است در پشت افکار شما پنهان باشد. پس از چند روز، دوباره به آنچه نوشته‌اید نگاه کنید. ببینید آیا می‌توانید چیزی شبیه به پاسخ خدا را در آنچه نوشته‌اید بشنوید. شاید پاسخی نشنوید. این هم اشکالی ندارد. خدا با هر فرد به روشی متفاوت صحبت می‌کند. در طول این تمرین ارگ به آرامی نواخته می‌شود.

Проповідь 22.3.26 2 Непочута
молитва (Фрауке Білефельдт) (Sela.
Журнал «Молитва». 2026, 69-70)

1. «Чудеса відбуваються трохи довше» — цей вислів не лише прикрашає деякі двері офісів, але й часто описує наше життя. Бути в заповіті з Богом аж ніяк не завжди означає, що він вривається в наше життя зі своїми надприродними силами та визволяє нас від усіх негараздів.

موعظه ۲۲/۳/۲۶ - ۲: دعای بی پاسخ (فراوکه بیلفلدت)
(مجله دعا «سِلا» ۲۰۲۶، صفحات ۶۹-۷۰)

1. «معجزه‌ها کمی بیشتر طول می‌کشند» - این جمله نه تنها روی در بعضی دفترها دیده می‌شود، بلکه اغلب زندگی ما را نیز توصیف می‌کند. همراه بودن با خدا به هیچ وجه به این معنا نیست که او همیشه با قدرت‌های فوق‌طبیعی‌اش وارد شرایط زندگی ما شود و ما را از تمام سختی‌ها رها کند.

2. Це може довести людину до відчаю, особливо коли обставини затягуються та роблять життя справді важким. У певний момент людина може дійти до точки, коли замовкає перед Богом: навіщо взагалі говорити з ним про це, якщо він так часто не втручався? У моєму випадку це була серйозна хвороба, яка увійшла в моє життя, коли мені було лише 17 років.

2. این موضوع می تواند انسان را به ناامیدی بکشاند، به ویژه زمانی که شرایط دشوار طولانی می شوند و زندگی واقعاً سخت می شود. گاهی به نقطه ای می رسیم که در برابر خدا ساکت می شویم: چرا دیگر با او درباره این موضوع صحبت کنم، وقتی بارها دخالت نکرده است؟ برای من این یک بیماری سخت بود که از ۱۷ سالگی وارد زندگی ام شد.

3. Я була зовсім новою у вірі та щоранку молилася в ліжку, щоб мій несподівано знайдений Спаситель зцілив мене. Моя впевненість тривала доти, доки я не встала і, зробивши перші кроки, не мусила зізнатися собі, що моє тіло все ще має значні проблеми.

3. ایمانم هنوز تازه بود و صبحها در تخت دعا می‌کردم که نجات‌دهنده‌ای که به‌تازگی یافته بودم، مرا شفا دهد. اعتماد امیدوارانه‌ام تا زمانی دوام داشت که از جا بلند شدم و پس از چند قدم اول، مجبور شدم بپذیرم که بدنم همچنان با مشکلات جدی روبه‌روست.

4. У наступні роки були не лише нескінченні візити до лікаря, а й духовні подорожі через різні методи та способи молитви. Десь мала бути підступність, мені неодноразово казали, бо «Бог хоче зцілювати». І Він, безумовно, має силу це зробити.

4. در سال‌های بعد، نه تنها مراجعات بی‌پایان به پزشکان وجود داشت، بلکه سفرهای روحانی مختلفی را نیز از طریق روش‌ها و نگرش‌های گوناگون دعا تجربه کردم. بارها به من گفته شد که حتماً جایی اشکالی وجود دارد، چون «خدا می‌خواهد شفا بدهد» و قطعاً قدرتش را هم دارد.

5. Ми маємо справу з суверенним Богом. Він могутній, і ми не повинні перетворювати Його на машину для виконання бажань. Молитва — це не магія, яка робить божественне слухняним. Скільки разів Він ставив мене на коліна, бо просто не зрушив з місця. Тоді все, що я можу зробити, це кричати, плакати, впадати у відчай — а потім підкоритися Всевишньому.

5. ما با خدای حاکم و مطلق روبه‌رو هستیم. او عظیم است و نباید او را به یک دستگاه برآورده‌کننده آرزوها تبدیل کنیم. دعا جادو نیست که خدا را مطیع ما کند. بارها مرا به زانو درآورده، چون simply تسلیم نشده است. در آن لحظات فقط می‌توانم فریاد بزنم، گریه کنم، ناامید شوم و سپس در برابر او، که برتر است، سر فرود آورم.

6. Ніхто інший не повинен очікувати цього від мене, але Він — Бог. І я знаю Його — принаймні достатньо, щоб знати, що Він не залишив мене без уваги, не хоче мене карати або любить мене менше. Коли я знову відкрию цю довіру до Нього, замість того, щоб чіплятися за власні прохання, я знову буду вільним.

6. هیچکس دیگر حق ندارد چنین چیزی از мені انتظار داشته باشد, اما او خداست. و من او را می‌شناسم — دست‌کم تا حدی که بدانم مرا نادیده نگرفته، قصد تنبیه من را ندارد و کمتر از دیگران دوستم ندارد. وقتی دوباره به این اعتماد برمی‌گردم، به‌جای چسبیدن به خواسته‌هایم، آزاد می‌شوم.

7. А потім часто трапляється багато чого, особливо у відповідь на молитву. Я пережила найбожевільніші речі, в яких мені допоміг Бог: раптом я з кришталевою ясністю зрозуміла, які книги я можу впевнено відкласти непрочитаними для своїх іспитів (замість того, щоб набиратися нових сил для навчання).

7. و در این حالت، اغلب اتفاقات زیادی رخ می‌دهد، به‌ویژه در پاسخ به دعا. من تجربه‌های عجیبی داشته‌ام از اینکه خدا چگونه به من کمک کرده است: مثلاً ناگهان کاملاً روشن شد که کدام کتاب‌ها را برای امتحان می‌توانم بدون خواندن کنار بگذارم (به‌جای اینکه نیروی تازه‌ای برای مطالعه دریافت کنم).

8. Жінка, яка молилася за мене в церкві, приходила пилососити вдень (що полегшило мені життя, замість того, щоб дати мені нових сил для прибирання), іноді наступні медичні кроки знову стають кришталево чистими. І дуже часто моє серце знову відчуває легкість, тому що все з Богом, і мої плечі знову вільні.

8. یا زنی که اهل دعا بود،
بعد از ظهر برای جاروبرقی
کشیدن آمد (و مرا سبک کرد،
به جای اینکه به من انرژی
بیشتری برای تمیزکاری بدهد).
گاهی قدم‌های بعدی درمانی
کاملاً روشن می‌شوند. و خیلی
وقت‌ها قلبم دوباره سبک
می‌شود، چون همه چیز را به

خدا سپردم و شانه‌هایم آزاد

9. Колись я уявляла себе, як йду в похід у високі гори: місцевість кам'яниста, і я не знаю, як я дістануся вершини, але я це зроблю, крок за кроком. Саме так я часто почуваюся після молитви: мені не стає краще, але я знову можу рухатися вперед. Мене турбує, що це має бути так важко. Але хіба не так буває з багатьма людьми? Хіба це життя часто не настільки неймовірно важке, що хочеться плакати?

9. یکبار تصویری در ذهنم شکل گرفت که در حال کوهنوردی در ارتفاعات هستم: مسیر سنگلاخی است و نمی‌دانم چگونه به قله خواهم رسید، اما می‌دانم که ممکن است – قدم به قدم. اغلب بعد از دعا همین احساس را دارم: حالم بهتر نشده، اما می‌توانم ادامه دهم. گاهی آزارم می‌دهد که چرا باید این قدر سخت باشد. اما آیا زندگی بسیاری از مردم همین‌طور نیست؟ آیا این زندگی اغلب به شدت دشوار و طاقت‌فرسا نیست؟

10. Ми живемо у величезній напрузі між тим, що є, і тим, як могло б бути. Коли ми пізнаємо Бога в Його любові та всемогутності, ми ще більше запитуємо себе, чому так багато має бути таким складним. Але ми не самотні в цій напрузі — Він прямо посеред неї! Я не можу уявити, як це — відчувати цю напругу, в якій постійно перебуває Бог: між тим, що Він створив, і тим, як все є зараз, спричиняючи стільки страждань.

10. ما در کشاکشی عظیم بین آنچه هست و آنچه می‌تواند باشد زندگی می‌کنیم. وقتی خدا را در محبت و قدرتش می‌شناسیم، بیشتر هم می‌پرسیم چرا بسیاری چیزها باید این‌قدر سخت باشند. اما ما در این تنش تنها نیستیم — او در وسط آن ایستاده است! حتی تصورش هم سخت است که خدا چگونه این تنش را تجربه می‌کند: بین آنچه آفریده و آنچه اکنون هست و این همه رنج ایجاد کرده است.

11. І Бог, в Ісусі, нав'язливо втрутився в наші обставини і тепер стоїть «серед нас у багнюці, працюючи так наполегливо, що шкіра Його димить» (Мартін Лютер). На хресті Він поніс усе, що гріх знищив у цьому світі: «Ось Агнець Божий, що бере на Себе гріх світу!» (Івана 1:29). Він несе — не лише наші помилки, але й те, що ми страждаємо.

11. خدا در عیسی وارد شرایط زندگی ما شد و اکنون «در گل ولای کنار ما ایستاده و سخت کار می کند» (مارتین لوتر). بر صلیب، او همه آنچه را که گناه در این جهان خراب کرده، بر خود گرفت: «اینک بره خدا که گناه جهان را برمی دارد» (یوحنا ۱:۲۹). او حمل می کند — نه تنها خطاهای ما را، بلکه رنجهای ما را نیز.

12. На хресті ця напруга концентрується та посилюється до нестерпного ступеня. Щоб вона знову стала для мене стерпною. Я справді переживаю це. Мені дозволено принести тягар свого життя перед Творцем і Викупителем всесвіту — який привілей! І тоді я можу з нетерпінням чекати Божої відповіді. Те, що Він хоче дати мені зі своєї величезної скарбниці.

12. در صلیب، این تنش به اوج خود می‌رسد و به حدی غیر قابل تحمل می‌شود — تا برای من دوباره قابل تحمل گردد. من واقعاً این را تجربه کرده‌ام. می‌توانم بار زندگی‌ام را نزد آفریننده و نجات‌دهنده جهان بیاورم — چه امتیاز بزرگی! و سپس می‌توانم با اشتیاق منتظر باشم که خدا چگونه پاسخ خواهد داد؛ چه چیزی از گنجینه عظیم معجزاتش به من خواهد بخشید.

13. Бог хоче вести мене до зрілості. Де справа вже не стільки в мені. Я захоплююся чудовим Божим царством, в яке мене помістили. У молитві я практикую цю зміну перспективи. Бо це пов'язує мене з чимось набагато більшим — і таким чином звільняє мене від зосередженості на моєму маленькому житті з усіма його знаками питання. Амінь.

13. خدا می خواهد مرا به بلوغ برساند؛ جایی که دیگر همه چیز فقط درباره من نیست. از پادشاهی شگفت انگیز خدا که در آن قرار گرفته ام، شگفت زده می شوم. در دعا این تغییر نگاه را تمرین می کنم، زیرا این تغییر مرا به چیزی بسیار بزرگتر پیوند می دهد — و مرا از تمرکز بر زندگی کوچک خودم، با همه علامت سؤال هایش، آزاد

می کند. آمین

МОЛИТОВНІ ЖЕСТИ 22.3.26

1. Стояння
2. Підняття рук
3. Уклін
4. Ставання на коліна
5. Складання рук чашечкою
6. Складання рук
7. Хрестіння

حركات دعا ۲۲/۳/۲۶

۱. ایستادن
۲. بالا بردن دست‌ها
۳. رکوع
۴. زانو زدن
۵. دست‌ها را به هم مالیدن
۶. دست‌ها را جمع کردن
۷. نشان صلیب کشیدن