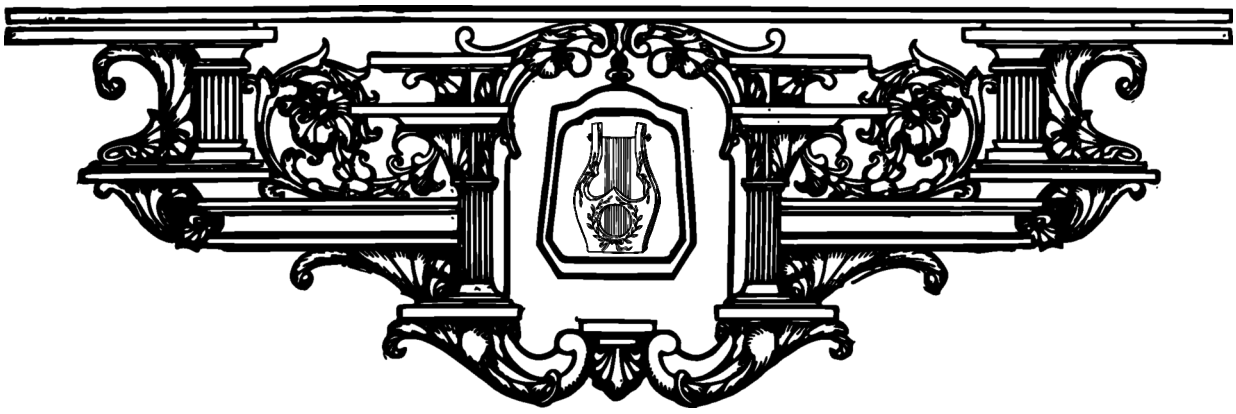


Псалми

Молитвите на сърцето



12 материала за индивидуално
или групово изучаване
с бележки за водещия

Юджийн Х. Питерсън

Български християнски
студентски съюз

2025

Съдържание

Как да извлечем максимума от Псалмите.....5
1. Псалм 1 - Молитва в нашето невнимание.....9
2. Псалм 2 - Молитва в нашето смущение.....11
3. Псалм 3 - Молитва в нашите трудности.....13
4. Псалм 8 - Молитва в нашето съзерцание на творението.....15
5. Псалм 51 - Молитва в нашия грях.....17
6. Псалм 103 - Молитва за нашето спасение.....19
7. Псалм 23 - Молитва в нашия страх.....21
8. Псалм 137 - Молитва в нашата омраза.....23
9. Псалм 6 - Молитва в нашите сълзи.....25
10. Псалм 73 - Молитва в нашите съмнения.....27
11. Псалм 90 - Молитва в нашата смъртност.....29
12. Псалм 150 – Молитва в нашата хвала.....31
Лидерски бележки.....33

Как да извлечем максимума от Псалмите



Хората гледат в огледала, за да видят как изглеждат; те гледат в Псалмите, за да разберат кои са. Огледалото е отличен начин да научим за външния си вид; Псалмите са библейският начин да открием себе си. С огледало забелязваме нова бръчка тук, стара бенка там. Използваме огледало, когато се бръснем или слагаме грим, за да подобрим, ако можем, лицето, което представяме на света. С псалмите внасяме в съзнанието си древна тъга, освобождаваме латентна радост. Използваме Псалмите, за да представим себе си пред Бога така искрено и задълбочено, както можем. Огледалото ни показва формата на носа и извивката на брадичката ни, неща, които иначе знаем само по разказите на другите. Псалмите ни показват формата на душите ни и извивката на греха ни, реалности дълбоко вътре в нас, скрити и забулени, за които се нуждаем от фокус и имена.

Псалмите: Поезия и молитва

Псалмите са поезия и Псалмите са молитва. Тези два аспекта трябва винаги да бъдат имани предвид. Ако някой от тях бъде забравен, Псалмите не само ще бъдат неразбрани, но и неправилно използвани.

Поезията е език, наситен с интензивност. Тя не е, както много хора предполагат, декоративна реч. Поетите ни казват това, което нашите очи, замъглени от прекомерно взиране, и ушите ни, оглушели от прекомерен разговор, пропускат около нас и в нас. Поетите използват думите, за да ни завлекат в дълбините на самата реалност, не чрез това да ни съобщават каква е тя, а като ни бутат и дърпат право в средата ѝ. Поезията достига до сърцевината на съществуването. Вместо да бъде козметичен език, тя е дълбоко вътрешен. Тя е език на корените. Поезията не ни казва нещо, което не сме знаели, а ни помага да разпознаем това, което е било латентно, забравено или пренебрегнато. Псалмите са почти изцяло такъв език. Знаейки това, няма да търсим основно идеи за Бога в Псалмите или насоки за морално поведение. По-скоро ще очакваме да се намерим изобличени и предизвикани какво означава да бъдем хора пред Бога.

Молитвата е език, използван във връзката с Бога. Тя изразява това, което усещаме, искаме или отговаряме пред Бога. Бог ни говори; нашите отговори са нашите молитви. Отговорите не винаги са изразителни. Мълчанието, въздишките, стоновете - те също са отговори. Но Бог винаги е участник, било в тъмнина, било в светлина, било във вяра, било в отчаяние. На това е трудно да

се свикне. Нашият навик е да говорим за Бога, а не да говорим с Него. Обичаме да обсъждаме Бога. Но Псалмите се противопоставят на такива обсъждания. Те не са дадени, за да ни научат на нещо за Бога, а за да ни обучат как да Му отговаряме. Ние не научаваме Псалмите, докато не започнем да ги използваме в молитвите си.

Тези два аспекта - поезията и молитвата - обясняват както вълнението, така и трудността при изучаването на Псалмите. Поезията изисква да се изправим пред нашето истинско човешко естество - тези думи потъват под повърхността на позата и претенциите, навлизайки право в дълбините. Ние се чувстваме по-удобно с проза, ленивия език на нашето обикновено общуване. Молитвата изисква да се изправим пред Бога - този Бог, който не е настроен на нищо по-малко от пълна промяна на нашия живот. Ние от друга страна бихме предпочели да имаме обикновен религиозен разговор.

Една редакционна особеност на Псалмите помага да поддържаме тези различителни качества пред себе си. Псалмите са подредени в пет книги. В края на Псалм 41, 72, 89, 106 и 150 формулировки показват заключение. Заради тези мини-заключения Псалмите обикновено се отпечатват (в английските преводи) като Книга I (Псалм 1-41), Книга II (42-72), Книга III (73-89), Книга IV (90-106) и Книга V (107-150).

Това петокнижие съвпада с Петокнижието в началото на Библията, дълбоко вкоренено в умовете ни като петте книги на Мойсей. Те, на свой ред, съвпадат с петте книги на Давид като две ръце с пет пръста, които са се стиснали една друга в поздрав. В петте книги на Мойсей Бог ни се разкрива чрез Своето Слово, призовавайки ни към съществуване и оформяйки нашето спасение. В петте книги на Давид ние лично отговаряме на това Слово, което се обръща към нас.

Отговор към Бога

Молитвата е отговорна реч. Словото на Бога не е изпълнило Своята работа, докато не извика отговор от нас. Всички наши отговори са молитви. Псалмите ни обучават в тази отговорна реч, този език, който отговаря на всички Божии творчески и спасителни слова, насочени към нашия живот.

Нашият обичаен подход към Словото на Бога е да питаме: „Какво ми казва Бог?“ Това почти винаги е правилният въпрос, когато четем Писанията. Но в Псалмите въпросът е: „Как да отговоря на Бога, Който ми говори?“

В Псалмите ние не научаваме основно какво Бог ни казва, а как да отговорим искрено, благочестиво и с вярност на Неговите думи към нас. Когато се учим да говорим, ние научаваме как да разговаряме с нашите родители, учители, работодатели и приятели, но не получаваме много практика в това как да общуваме с Бога. Псалмите ни обучават как да отговаряме на Бога. И така, ние подхождаме към Псалмите с малко по-различен начин на мислене, отколкото към останалата част от Писанията – ние учим да се молим, а не да изучаваме, макар че тези две дейности винаги ще бъдат свързани помежду си.

Ние почти нищо не знаем за обстоятелствата, при които са били написани тези 150 псалма. Давид е най-често споменаваният автор, но повечето от тях са анонимни. Това обаче едва ли има значение, тъй като жизнените обстоятелства на Псалмите не са географски или културни, а вътрешни. Калвин ги нарича „анатомия на всички части на душата“. Всичко, което някой може да усети или преживее във връзка с Бога, се съдържа в тези молитви. Ще откриете, че те са най-доброто място в Писанията, за да изследвате всички части на живота си и

след това да кажете кой сте и какво е във вас – вина, гняв, спасение, хвала – пред Бога, който ви обича, съди и спасява чрез Исус Христос. Тези дванадесет изучавания са създадени, за да ви насочат към дванадесет вътрешни измерения на вашия живот и да ви помогнат да ги изразите пред Бога.

Предложения за индивидуално изучаване

1. Когато започвате всяко изучаване, молете се Бог да ви говори чрез Своето Слово.

2. Прочетете въведението към изучаването и отговорете на въпроса за личен размисъл или упражнение. Това е предназначено да ви помогне да се фокусирате върху Бога и върху темата на изучаването.

3. Всяко изучаване разглежда конкретен текст – така че да можете да навлезете в значението, което автора придава в този контекст. Прочетете и препрочетете откъса, който ще изучавате. Ако това е книга, ще бъде полезно да прочетете цялата книга преди първото изучаване. Подгответе въпросите си, използвайки същите изрази и думи от превода на Библията, който смятате да използвате.

4. Това е индуктивно библейско изучаване, предназначено да ви помогне сами да откриете какво казва Писанието. Изучаването включва три вида въпроси. *Въпроси за наблюдение* питат за основни факти: кой, какво, кога, къде и как. *Въпроси за тълкуване* навлизат в значението на текста. *Въпроси за приложение* ви помагат да откриете какви са импликациите на текста за израстването в Христос. Тези три ключа отключват съкровищата на Писанието.

Запишете отговорите си на въпросите в личен дневник. Писането може да доведе до яснота и по-дълбоко разбиране както за вас самите, така и за Божието Слово.

5. Може да е полезно да имате под ръка библейски речник. Използвайте го, за да потърсите непознати думи, имена или места.

6. Използвайте предложената молитва, за да ви води в благодарност към Бога за това, което сте научили, и да се помолите за приложенията, които са дошли в ума ви.

7. Може да искате да преминете към предложението в раздела „Сега или по-късно“, или пък да използвате тази идея за следващото си изучаване.

Предложения за групово изучаване

1. Елате на група подготвени. Следвайте предложенията за индивидуално изучаване, споменати по-горе. Ще откриете, че внимателната подготовка значително ще обогати времето, прекарано в груповата дискусия.

2. Бъдете готови да участвате в дискусията. Лидерът на вашата група не би трябвало и не бива да изнася лекции. Вместо това той или тя ще трябва да насърчава членовете на групата да обсъждат наученото. Лидерът ще задава въпросите, които се намират тук.

3. Придържайте се към темата, която се обсъжда. Отговорите ви трябва да се основават на стиховете, които са във фокуса на дискусията, а не на външни авторитети като коментари или лектори. Тези изучавания се фокусират върху

конкретен пасаж от Писанията. Само в редки случаи трябва да се позовавате на други части на Библията. Това позволява на всеки да участва еднакво задълбочено с останалите участници в изучаването.

4. Бъдете чувствителни и уважителни към останалите членове на групата. Слушайте внимателно, когато те описват какво са научили. Може да бъдете изненадани от техните прозрения! Всеки въпрос предполага различни отговори. Много въпроси нямат „правилни“ отговори, особено въпроси, които са насочени към смисъла или приложението. Вместо това въпросите ни подтикват да изследваме откъса по-задълбочено. Когато е възможно, свържете това, което казвате, с коментарите на другите. Освен това, бъдете подкрепящи, когато можете. Това ще насърчи по-срамежливите членове на групата да участват.

5. Внимавайте да не доминирате в дискусията. Понякога сме толкова нетърпеливи да изразим своите мисли, че оставяме твърде малко възможности на другите да отговорят. При всички положения участвайте! Но дайте възможност и на другите да участват.

6. Очаквайте Бог да ви научи чрез текста, който се обсъжда, и чрез другите членове на групата. Молете се да имате приятно и полезно време заедно, но също така да откриете начини да действате индивидуално и/или като група в резултат на изучаването.

7. Запомнете, че всичко, което се казва в групата, се счита за конфиденциално и не трябва да се обсъжда извън групата, освен ако не е дадено изрично разрешение за това.

8. Ако вие сте лидер на групата, ще намерите допълнителни предложения в края на ръководството.

1. Молитва в нашето невнимание



Псалм 1

Семейни отговорности. Работни срокове. Образователни цели. Поддръжка на дома. Толкова много неща искат нашето внимание всеки ден. А това е и без да споменаваме всички разсейвания, които идват от медиите. Повечето от нас не могат веднага да преминат от шумния свят с високи стимули в тиха концентрация за молитва.

Обсъждане в групата

Какви мисли и тревоги най-често ви разсейват, когато започвате да се молите?

Лично размишление

Опитайте се да изчистите ума си преди да започнете изучаването. Седнете в тишина за няколко момента. Какви мисли и тревоги ви идват наум? Избройте ги. Помолете се Бог да ви помогне да се фокусирате върху това, което Той иска да научите.

Псалм 1 не е точно молитва, а прелюдия към молитвата. Ние не започваме да се молим, като започнем да се молим, а като съсредоточим вниманието си. Псалм 1 е библейската подготовка за живот на молитва. Стъпка по стъпка той ни откъсва от дейности и думи, които ни разсейват от Бога, за да можем да бъдем внимателни пред Него. Псалм 1 предоставя нещо като вход към мястото за молитва.

Прочетете Псалм 1.

1. Какви контрасти забелязвате в псалма?
2. Първата дума в псалма е „блажен“ (някои го превеждат като „благословен“ или „щастлив“). Какви очаквания трябва да събуди това в нашия живот на молитва?
3. Какво значение има прогресията от ходене към стоене и седене (ст. 1)?
4. „Законът на Господа“ е противопоставен на думите „съвет“, „път“ и „място“. Какво изважда на повърхността това противопоставяне?

5. Псалмопевецът описва човека, който се наслаждава на закона на Бога (ст. 2). Каква е емоционалната ви реакция към Писанието — не какво вярвате за него, а какво чувствате към него?

6. Дървото е централната метафора в псалма (ст. 3). Използвайте въображението си. Как хората, които се наслаждават на закона, приличат на дървета?

7. По какъв начин нечестивите са като плява (ст. 4-6)?

8. Как тези два радикално различни образа (дървото-праведник и плявата-нечестив) ви мотивират да се наслаждавате на Божието Слово?

9. Чувствате ли, че има пропаст (или бездна!) между „истинския живот“ (работа, училище, семейство) и вашия молитвен живот? Обяснете.

10. Как размисъла — слушането на Бога, който ни говори чрез Писанието — ни подготвя за молитва?

11. Как можете да вмъкнете разсъждаването върху Божието Слово в живота си?

12. Някои молитви са спонтанни — дума на благодарност, вик на болка. Други молитви са рутинни — при ядене, в публично поклонение. Но животът на молитва изисква подготовка, процедура за преминаване от невежество към внимание. Един и същ *метод* не е подходящ за всеки. Как можете да разработите подход за разсъждение, който отговаря на вашите обстоятелства и развитие?

Помолете се Бог да ви помогне да спазвате посвещението си да размишлявате и да се молите.

Сега или по-късно

Псалм 119 е отличен текст за размисъл. Използвайте малки части от него, за да размишлявате, докато се подготвяте да се молите тази седмица.

2. Молитва в нашия страх



Псалм 2

Събуждаме се всеки ден в свят, изпълнен със самохвалство, насилие с оръжия, арогантност и стремеж към богатства. Как можем да избегнем усещането за страх? Каква полза може да има молитвата пред лицето на правителства, армии и милионери? Никаква, ако Бог не действа; всичко, ако Бог действа.

Обсъждане в групата

Разгледайте заедно няколко от днешните новини. Кои събития в света ви тревожат най-много и защо?

Лично размишление

Каква лоша новина сте видели или чули наскоро? Молете се за някои от събитията, които ви притесняват. Псалм 2, подобно на Псалм 1, е подготовка за молитва – акт на ориентация, който ни подготвя да се молим. Този псалм ни подготвя за молитви както в политически, така и в личен аспект. Бог действа както в публичната сфера, така и в личната, и нашите молитви са толкова нужни там, колкото и в личния ни живот.

Прочетете Псалм 2.

1. Кои ключови съществителни и глаголи в текста подсказват политическата насоченост на този псалм?
2. Чувствате ли се също толкова отговорни да се молите за нацията, обществото и културата, колкото за себе си, приятели и църква? Обяснете.
3. Сравнете първия стих от Псалм 1 с последния от Псалм 2. Какво научаваме от тези две „блаженства“?
4. „Размишлява“ в Псалм 1:2 и „заговорничат“ в Псалм 2:1 са една и съща дума на иврит. Как се използва думата различно в двата текста?
5. Как гледа Господ на величието на народите (стихове 4-6)? Как това се сравнява или контрастира с вашето отношение, когато прочетете новините? Обяснете.
6. „Помазаник“ в стих 2 е „Месия“ на иврит, „Христос“ на гръцки. Какво в този псалм ви напомня за Исус?

7. Традиционно християните се молят с този псалм на Великден. Какво в псалма го прави подходящ за този повод?

8. Псалмът започва и завършва с препратки към царе и владетели (стихове 2-3, 10-12). Как те се отнасят към Царя, поставен на престол от Господа (стих 6)?

   Какъв е ефектът от това върху начина, по който се молим?

9. Винаги е по-лесно да се молим за лични нужди, отколкото за политически ситуации. Но Псалм 2 е изцяло политически. Знаейки това, каква отговорност имаме като граждани на конкретна държава, живеещи в Христовото царство?

Молете се за трима владетели (президенти, царе, министър-председатели или диктатори), които смятате, че особено се нуждаят от Божието ръководство.

Сега или по-късно

Отделете време да изследвате живота и работата на един или повече от владетелите, за които сте се молили, за да сте по-осведомени как да продължите да се молите за тях.

3. Молитва в нашите трудности



Псалм 3

Молитвата започва с осъзнаването, че не можем сами да си помогнем, затова трябва да се обърнем към Бога. Основната молитва е „Помогни!“. Когато сме в трудности, ако Бог не ни избави, сме загубени; ако Бог ни избави, сме спасени. Ако не осъзнаваме нуждата от помощ, молитвата ще остане на периферията на живота ни. Но когато знаем, че сме в беда, молитвата става въпрос на живот и смърт.

Обсъждане в групата

Какво е най-тежкото затруднение, в което попаднахте миналата седмица? Къде потърсихте помощ? Получихте ли я?

Лично размишление

Припомнете си време, когато Бог ви е помогнал. Благодарете му за това.

Псалм 3 е първата молитва в Псалтира. Псалм 1 и 2 ни подготвят за молитва, а Псалм 3 е самата молитва, написана, когато Давид бяга от бунта, воден от сина му Авесалом. Огромна битка завърши със смъртта на двадесет хиляди души. Тогава Авесалом умира: „Той яздеше мулето си и когато мулето излезе изпод дебелите клони на един голям дъб, главата на Авесалом се закачи за дървото. Той остана да виси във въздуха, докато мулето, което яздеше, продължи да върви“ (2 Царе 18:9).

Прочетете Псалм 3.

1. Молитвата на Давид естествено се разделя на пет части: стихове 1-2, 3-4, 5-6, 7 и 8. Дайте на всяка строфа име с една дума или фраза.
2. Каква прогресия забелязвате от една част към следващата?
3. Давид описва своите врагове в стихове 1-2. Чувствате ли се понякога претоварени от заплашителни хора или обстоятелства? Дайте пример.
4. „Спаси/спасение“ е ключова дума в този псалм. Какво научаваме за естеството на спасението от различните употреби на думата тук?
5. Какви действия на Бога са описани в този псалм? Свикнали ли сте да мислите за Него по този начин? Обяснете.

6. Какви действия на Давид са описани в този псалм? В каква степен те ви характеризират, когато се сблъскате с трудности?
7. Емоционалният център на псалма е стих 5. Разгледайте сериозно неговото значение. Когато спим, какво правим?

   Какво прави Бог?
8. В каква беда се намирате в момента?
9. Какво в този псалм ще ви помогне да се молите за вашата трудност?

Говорете с Бога за нещата, които ви тревожат.

Сега или по-късно

Вземете изображение или фраза от Псалм 3 и я използвайте, за да се молите за вашите трудности. Продължете през седмицата.

4. Молитва в нашето съзерцание на творението



Псалм 8

Молитвата е акт на ориентиране. Започваме да откриваме кои сме, когато осъзнаем къде се намираме. Дезориентацията е ужасно преживяване. Ако не можем да определим своето място, изпадаме в объркване и тревожност. Също така сме в опасност, защото сме склонни да действаме неподходящо. Ако сме сред врагове и не знаем това, можем да загубим живота си. Ако сме сред приятели и не го осъзнаваме, можем да пропуснем ценни взаимоотношения. Ако сме на ръба на пропаст и не знаем за това, можем да загубим опората си.

Обсъждане в групата

Когато пътувате, случвало ли ви се е да се събудите и да не знаете къде сте? Леглото е непознато, стаята е странна, нищо не ви изглежда познато. Какво е усещането да бъдете дезориентирани?

Лично размишление

Намираме пътя си, като се фокусираме върху Бога. Как Той е осигурявал напътствие в живота ви досега?

Докато се молим с Псалм 8, откриваме къде сме и някои важни аспекти на това кои сме.

Прочетете Псалм 8.

1. Обърнете внимание на първото и последното изречение. Какво е значението на тези ограждащи изречения за псалма, дори преди да знаем неговото съдържание?

2. Прегледайте псалма и отбележете всяка дума, която се отнася до това, което Бог е създал. Как тези неща разкриват Божията слава?

3. Как Псалм 8 се сравнява с начина, по който гледате на себе си?

4. Защо мислите, че псалмистът противопоставя това, което казват децата и кърмачетата, на думите на враговете и отмъстителите във втори стих?

5. Бернард Лонерган веднъж казал, че когато едно животно няма какво да прави, то заспива; когато хората нямат какво да правят, те задават

въпроси. Какъв въпрос намираме почти точно в центъра на този псалм (стих 4)?

Какъв отговор би бил адекватен на този въпрос?

6. Какви доказателства имаме, че Бог се грижи за нас?
7. Петият стих коментира нашата позиция в творението. Как тя се различава от позициите, в които ни поставят небиблейските власти?
8. Шестият стих говори за нашата отговорност към творението. По какъв начин усещате или не усещате отговорност за околната среда?
9. Псалмът изброява шест създания (стихове 7-8), за които имаме отговорност. Назовете шест други неща, за които приемате отговорност.
10. Думите „управник“ и „под неговите нозе“ (стих 6) могат да бъдат изопачени като оправдание за експлоатация и грабеж. Какво в този псалм предотвратява подобно изопачаване?
11. Какви корекции трябва да направите, за да гледате на себе си така, както Бог гледа на вас?

Псалмистът завършва, както започва – с възхвала. Помолете се, възхвалявайки Бога, и използвайте този псалм като основа за вашата молитва.

Сега или по-късно

Нека този псалм ви вдъхнови да се насладите на Бога чрез творението. Излезте навън и се помолете, изразявайки благодарност за това, което виждате около себе си.

5. Молитва за нашия грях



Псалм 51

Заедно с основния факт, че Бог ни е създал добри (Псалм 8), стои също толкова основният факт, че сме се отклонили. Молим се за греховете си, за да достигнем до истината за себе си и да разберем как Бог се отнася към грешниците. Нашият опит с греха не се изразява само в извършването на някои лоши постъпки, а в самото състояние на греховност. Това е фундаментално условие на нашето съществуване, а не просто временна грешка. Да се молим за греха си не означава просто да решим повече да не грешим; това е откриването на Божието намерение за нас като грешници.

Обсъждане в групата

„Грях“ е станала непопулярна и рядко използвана дума в нашата култура. Защо според вас е така?

Лично размишление

Колко честни сте относно своя грях? Оценете себе си по скала от 1 до 10. Защо се оценявате по този начин? Заглавието на псалма свързва тази молитва с прелюбодейството на Давид с Витсавее (2 Царе 11—12).

Прочетете Псалм 51.

1. Колко различни синоними за грях се срещат в молитвата на Давид? Как описваме онова, което не харесваме в себе си? Какво ни казва това за природата на греха?

2. Като християни, знаем, че сме грешни. Защо тогава е толкова болезнено да се изправим пред конкретен грях?

3. Какво Бог е призован да направи относно греха? (Пребройте и назовете глаголите.)

4. Ако съм бил грешник още от раждането си (ст. 5), то грехът трябва да е нещо повече от просто извършване на неправилни действия. Какво друго би могъл да бъде?

5. Стихове 1-9 разкриват повишено осъзнаване на греха. Какво помагат на вас да осъзнаете по-добре за вашия живот?

6. Стих 10 е централното изречение. Как центрира молитвата?

7. Какво сходство има „сътворявам“ с Битие 1:1?

8. Прошката е вътрешно действие с външни последици. Кои са някои от тях (ст. 13-17)?

9. Как разбирате „съкрушено и смирено сърце“ (ст. 17)?

   Какъв е вашият опит с това състояние?

10. Според стихове 18-19, каква е връзката между личната прошка и обществената праведност?

11. Псалм 51 ни прави по-осъзнати за нашата греховност и ни кара да бъдем по-малко активно грешни. Как виждате той да действа по този начин във вас?

Бъдете тихи пред Бога. В мълчание изповядайте греховете си пред Него. Приемете Неговата прошка и благодат.

Сега или по-късно

Опитайте да напишете история на своя грях. В „Молитва чрез Писанията“ Еван Хауърд описва как да направим това, като адаптира упражнение, разработено от Игнатий Лойола.

> Започнете, като прочетете и препрочетете историята за първия грях, намираща се в Битие 3. Усетете мястото и събитията в тази история. Помолете Господа да увеличи вашето осъзнаване на греха и да ви даде подходяща скръб за него. След това си представете историята, сякаш се случва пред вас, наблюдавайки я, като че ли надничате иззад храст...
>
> След това напишете история на вашия собствен грях, започвайки от самото начало с конкретния грях, който разглеждате. Както в предишната стъпка, отбележете началото, развитието, действията и последиците от този грях... Ако други са имали лошо влияние върху вас, признайте своята болка и им простете. Може да не сте наясно с някои аспекти на своя грях, затова се чувствайте свободни да помолите Господа да ви ги разкрие. Бъдете изчерпателни, но не и прекомерно самокритични. ([Downers Grove, Ill.: InterVarsity Press, 1999], стр. 79.)

6. Молитва за нашето спасение



Псалм 103

Това, което Бог е направил за нас, далеч надхвърля всичко, което сме направили за или против Него. Обобщаващата дума за този прекомерен, незаслужен, неочакван акт на Бога е спасение. Молитвата изследва страната на спасението, преминавайки през нейните контури, вдъхвайки аромата на цветята, докосвайки скалните издатини. Има много повече от простото признаване на самия факт на спасението и свидетелстването за него; има безброй детайли на благодатта, милостта и благословението, които трябва да бъдат оценени и на които човек да се наслади. Молитвата е средството, чрез което правим това.

Обсъждане в групата

Помислете за едно от най-добрите неща, които някога са ви се случвали. Опишете някои от детайлите, които го правят толкова добро.

Лично размишление

Отделете време, за да напишете в дневника си за своя перфектен ден. Какво бихте направили? Къде? Кой би бил с вас? Как би се чувствали?

Псалм 103 изразява опита (а не доктрината) на спасението. Това е усещането да бъдеш спасен.

Прочетете Псалм 103.

1. Какви са вашите общи впечатления от псалма?
2. Обърнете внимание на първото и последното изречение. Как този начин на ограждане влияе на разбирането ви за съдържанието на псалма?
3. Спасението е много по-богато и комплексно, отколкото понякога си представяме. Кои пет действия на Бога се събират, за да съставят спасението (ст. 3-5)?
4. Опишете как сте се възползвали от едно или повече от действията на Бога, описани в стихове 3-5.
5. Как Бог откри своите пътища на Моисей и Израел (ст. 7)?

6. Какви удивителни твърдения за Бога прави псалмистът в стихове 8-14?

   Кои от тях разширяват ограничените ви представи?

7. Внимателно наблюдавайте контраста между нас (ст. 15-16) и Бога (ст. 17-19). Кара ли ви това да се чувствате по-добре или по-зле относно себе си? Обяснете.

8. Молитвата за нашето спасение завършва с възхвала към спасяващия Бог. В стихове 20-22 тази възхвала е организирана. Кои са участниците в тази йерархия на възхвала? Кого още бихте искали да включите в този оркестър на прослава?

9. Какво означава за вас да бъдете спасени?

10. Кои измерения на спасението бихте искали да изследвате допълнително?

Ако изучавате този псалм самостоятелно, добавете лични бележки на възхвала в момент на молитва. Ако го изучавате в група, помолете се заедно като камерна симфония, като всеки допринася със своята нота, (добавяйки по едно лично изречение на прослава).

Сега или по-късно

Напишете псалм на възхвала – сами или с група. Използвайте свободно собствените си думи – не се опитвайте да звучите като псалмиста. Изразете радостите на ежедневието си и света около вас, както го виждате в Божието дело. Забавно е да работите в група, предавайки лист хартия, на който всеки допринася с един ред.

7. Молитва в нашия страх



Псалм 23

Светът е страховито място. Ако с помощта на родители, учители и приятели успеем да преживеем опасностите на детството, се оказваме в един свят за възрастни, заобиколен от ужас – злополуки, нападения, болести, насилие, конфликти.

Обсъждане в групата

Кои са вашите повтарящи се страхове?

Лично размишление

Напишете няколко реда за страх, с който се борите. Какви са неговите корени? Как бихте искали Бог да се справи с него?

Молитвата насочва страха в яснота и го изправя пред нас. Но молитвата прави повече от просто смело да се изправим срещу него – тя утвърждава Божието присъствие в него.

Прочетете Псалм 23.

1. Това е добре познат псалм. Изисква значително усилие, за да го видите по нов начин. Има ли нещо тук, което никога досега не сте забелязвали?
2. В псалма има две големи метафори: пастирът (ст. 1-4) и домакинът, който осигурява трапеза (ст. 5-6). Сравнете и противопоставете тези два образа.
3. Внимателно разгледайте пастира. Как точно се грижи за своите овце (ст. 1-4)?
4. Каква е разликата в обстановката между стих 4 и стихове 1-3?
5. „Не се страхувам от зло“ (ст. 4) е смело изявление. Какво означава за вас да го кажете?
6. Внимателно разгледайте идеята за домакина. Как точно се грижи той за своя гост (ст. 5-6)?
7. Колко пъти в този псалм се среща местоименният маркер от първо лице (аз, ме, мой)?

   Какво въздействие има това върху вас?
8. Враговете са ключов елемент в псалмовите молитви и се появяват и тук. Кои са вашите врагове?

9. Кое е най-утешителното нещо, което сте преживели във вярата?
10. Псалм 23 е оръжие срещу страха. На кой страх във вашия живот ще „обявите война“, използвайки тази молитва като свое оръжие?

Молете се. Назовете страховете си и помолете Христос Пастира и Христос Домакина да ви освободят от тях.

Сега или по-късно

Исая 40 е друг откъс, който носи утеха във времена на страх. Прочетете го и превърнете част от него в своя молитва към Бога за сила и кураж.

8. Молитва в нашата омраза



Псалм 139

Искаме да бъдем в най-добрата си форма пред Бога. Смятаме, че молитвата означава да се представим пред Него по начин, който да Му е угоден. Обличаме своето „неделно най-добро“ в молитвите си. Но когато се молим с молитвите на Божия народ – псалмите – виждаме, че това не е достатъчно. Трябва да се молим такива, каквито всъщност сме, а не такива, каквито мислим, че трябва да бъдем.

Обсъждане в групата

Всеки е изпитвал омраза в даден момент. Бъдете честни. Кого сте мразили? Защо?

Лично размишление

Как се чувствате относно себе си, живота си и другите, когато изпитвате омраза?

Това е молитва, която не изважда на показ най-доброто, а най-лошото в нас: низка, отровна, жестока омраза. Може ли Бог да се справи с нашата омраза?

Прочетете Псалм 137.

1. Този псалм съчетава най-красивата лирика, която можем да пеем, с най-грозната емоция, която можем да изпитаме. Какво прави стихове 1-6 красиви?

   Какво прави стихове 7-9 грозни?

2. Вавилонският плен поставя Божия народ там, където не са искали да бъдат, без надежда за връщане. Кога сте били там, където не сте искали да бъдете?

   Изразяват ли стихове 1-3 нещо подобно на вашия опит? Обяснете.

3. Като си припомняте собствения си опит, как бихте оценили емоциите, описани в стихове 4-6?

4. Защо Израел беше във Вавилон и как това влияе на чувствата, които изразяват?

5. Израилтяните са били многократно завладяван и потискан народ. Едомците в миналото (ст. 7) и вавилонците (ст. 8) в настоящето (тогава) били техни угнетители. Представете си какво би било да бъдете „жертва на света“. Как това би могло да оформи вашите молитви?

6. Обърнете внимание отново на промяната в тона в стихове 7-9. Какви думи и фрази разкриват емоциите в тези стихове?

7. Лесно е да бъдем честни пред Бога с нашите „алилуя“ и в нашата болка; не е лесно да бъдем честни за тъмните емоции като омразата. Колко честни сте? Обяснете.

8. Исус каза: „Обичайте враговете си и се молете за онези, които ви преследват“ (Матей 6:44). Как можем да обичаме и да се молим за такива хора?

9. Двете доминиращи емоции в тази молитва са самосъжаление (ст. 1-6) и отмъстителна омраза (ст. 7-9), като нито една от тях не е особено похвална. Молитвата за нашите грехове не ги „изпира“. Какво прави тогава?

10. Повечето от нас потискат своите негативни емоции (освен ако, невротично, не ги рекламираме). Пътят на молитвата не е да ги прикриваме, за да изглеждаме почтени, а да ги разкриваме, за да бъдем изцелени. Коя негативна емоция бихте искали да бъде изцелена?

Вземете всяка омраза или неприязън, която сте открили, и я изразете в молитва.

Сега или по-късно

Прочетете Псалм 138 и 139 и продължете да представяте пред Бога, Който знае вашите мисли, своята омраза и други силни емоции.

9. Молитва в нашите сълзи



Псалм 6

Сълзите са биологичен дар от Бога. Те са физически начин за изразяване на емоционален и духовен опит. Но е трудно да знаем какво да правим с тях. Ако прекалено се отдадем на сълзите си, развиваме чувство на самосъжаление. Ако ги потиснем, губим връзка с нашите чувства.

Обсъждане в групата

Кой беше последният филм, който ви разплака? Защо?

Лично размишление

Кога беше последният път, когато плакахте — истински плакахте?

Когато се молим чрез сълзите си, навлизаме в скърби, които интегрират нашата тъга с тъгата на нашия Господ и откриваме както източника, така и облекчението на нашата скръб.

Прочетете Псалм 6.

1. Какви различни емоции са изразени в този псалм?
2. В нашата култура не е популярно да се говори за гнева на Бога (ст. 1). Какъв опит имате с Божия гняв?
3. Сравнете първия стих с последния. Сълзите заради Господа ли са или заради враговете? Обяснете.
4. „Докога?“ (ст. 3) е често срещан въпрос в молитвата. Като се има предвид честотата, с която се среща в Писанията, Бог явно го приема. Какво във вашия живот, минало или настояще, поражда този въпрос?
5. Какъв е общият ефект на трите глагола „обърни се, избави, спаси“ в стих 4?
6. Емоционалният център на тази молитва са стихове 6-7. Колко различни начина за изразяване на плач са споменати?
7. Защо сълзи? Прегледайте псалма и отбележете всеки възможен източник.

8. Сълзите често се считат за знак, че нещо не е наред – депресия, нещастие, разочарование – и следователно трябва да бъдат избегнати или излекувани. Но какво, ако те са знак за нещо правилно в нас? Какво добро биха могли да доказват?

9. В стихове 8-9 има три паралелни фрази: „плач, вик за милост и молитва“. Те аспекти на едно и също нещо ли са или три различни неща? Обяснете.

10. „Спомнянето и възхвалата“ (ст. 5) са представени така, сякаш трябва да имат значение за Бога. Защо би трябвало да имат?

    Практикувате ли редовно спомнянето и възхвалата? Обяснете.

11. Кого познавате, който е в скръб?

Помолете се за скърбящите сега, използвайки фрази от Псалм 6, за да изразите тяхната тъга.

Сега или по-късно

Ако усещате тъга за нещо в собствения си живот, намерете уединено време и място, за да излеете чувствата си пред Бога, Който приема всичките ви емоции.

10. Молитва в нашите съмнения



Псалм 73

Съмнението не е грях. То е съществен елемент на вярата. Съмнението е честност. Нещата не са такива, каквито изглеждат. Виждаме противоречия между това, в което вярваме, и това, което преживяваме. Какво се случва тук? Даде ли ни Бог погрешна посока? Защо нещата не се случват така, както ни учеха да очакваме? Никоя зряла вяра не избягва и не отрича съмнението. Съмнението принуждава вярата да се утвърди върху стабилна основа.

Обсъждане в групата

Какви съмнения сте имали или имате относно християнския живот?

Чувствате ли се виновни, когато изразявате такива съмнения? Защо?

Лично размишление

В момент на тишина се запитайте какви съмнения може би стоят между вас и Бога. Говорете с Него за тези съмнения.

Авторът на Псалм 73 е изпълнен със съмнения.

Прочетете Псалм 73.

1. Как бихте перифразирали съмнението, изразено в стихове 2-12?
2. Въпросите, които псалмистът задава, са много актуални за нас. Кои индивиди или групи хора ви карат да задавате такива въпроси?
3. Самосъжалението е като смъртоносен вирус. Как бихте изразили, във връзка с вашия собствен живот, това, което псалмистът казва в стихове 13-14?
4. Ключовата дума и централната точка на псалма е „докато“ в стих 17. Какво се случва тук, в светилището?
5. Какво се случва във вашето светилище – мястото, където се покланяте?
6. Как някои от прозренията и осъзнаванията на псалмиста се проявяват във вашето поклонение?

7. Думата „все пак“ в стих 23 свързва две контрастиращи твърдения. Кои са те?

   Как сте преживели тази истина?

8. Процъфтяването на нечестивите заема първата част на псалма (ст. 1-16). Присъствието на Господа изпълва втората (ст. 17-28). Кое е по-ярко за вас – нечестивите или Господ? Обяснете.

9. Външният вид на нечестивите, на които завиждаме, е в пълен контраст с тяхната реалност (ст. 18-20). Как правите разлика между това, което виждате (и сте изкушени да завидите), и това, което е в действителност (и така сте утвърдени в послушание)?

10. Поклонението е решаващо действие в тази молитва. Как поклонението може да ви помогне да се справите със своите съмнения и трудни въпроси относно християнския живот?

11. Християнското разбиране за поклонението е, че то е решение и действие всяка седмица. Как поклонението може да стане по-важна част от вашия духовен опит?

В своето молитвено време прекарайте пет минути в тишина, наслаждавайки се на Божието присъствие и позволявайки Му да възстанови вашата перспектива. След това изразете своята възхвала.

Сега или по-късно

Прочетете Псалм 49 за друга перспектива върху съдбата на нечестивите.

II. Молитва в нашата смъртност



Псалм 90

Живеем в общество, характеризиращо се с отричане на смъртта. Това е необичайно. Повечето хора, които са живели на тази земя, са отделяли голямо внимание на смъртта. Подготовката за добра смърт е била, във всяка епоха освен нашата, приета житейска цел.

Обсъждане в групата

Когато мислите за собствената си смърт, за какво мислите? Какво чувствате?

Лично размишление

Коя смърт ви е засегнала най-дълбоко?

Псалм 90 е бил част от подготовката за смъртта на милиони християни.

Прочетете Псалм 90.

1. Какви различни образи на Бога откривате в този пасаж?
2. Смъртта поставя граница на живота ни и ни подтиква към размисъл за неговия контекст, който не е смъртта, а Бог. В стихове 1-2 как псалмистът поставя смъртта в своята представа за Бога?
3. Прегледайте основата на стих 3 в Битие 2:7 и 3:17-19. Как знанието за вашата смъртност влияе върху начина, по който живеете живота си?
4. Защо Бог би могъл да се гневи на вас (ст. 7-9)?
5. Как псалмистът описва Божия гняв и неговите ефекти върху нашия живот (ст. 7-11)?
6. Как интегрирате този възглед за Бога с известното твърдение на Йоан: „Бог е любов“?
7. Лутер коментира стих 12: „Господи, научи ни всички да бъдем такива аритметици!“ Какво означава да броим дните си правилно?
8. Колко дълго очаквате да живеете и колко години още ви остават?

Как планирате да изживеете оставащите ви години?

9. Усещането на псалмиста за смъртността е драматично (ст. 4-6). Как съвременните болници притъпяват това чувство за краткост и крехкост?

10. Тази молитва насочва вниманието към смъртта. Но тя прави много повече – насочва вниманието към Бога. Проучете глаголите в стихове 14-17. Какво се откроява като най-важно за вас – нещата, които правите през остатъка от живота си, или онова, което Бог ще направи в живота ви? Обяснете.

11. Платон вярвал, че философията не е нищо повече от изучаване на смъртта. През Средновековието пастирската грижа се фокусирала върху подготовката за добра смърт. Как размисълът върху смъртта влияе върху начина, по който живеете?

Молете се в осъзнаване, че един ден ще умрете. В молитвите си бъдете съзнателни за смъртта на Христос.

Сега или по-късно

Кои са ключовите неща, които искате другите да забележат във вашия живот? Направете списък с пет или повече основни качества на характера или ценности, които бихте искали да изживеете.

12. Молитва в нашата хвала



Псалм 150

Всяка молитва в крайна сметка, по един или друг начин, се превръща във възхвала. Независимо колко страдаме, независимо от съмненията ни – всичко намира своя път към възхвалата, окончателната, завършваща молитва. Това не означава, че другите молитви са по-малко значими от възхвалата, а че всяка молитва, продължена достатъчно дълго, става възхвала.

Обсъждане в групата

Върху постер или голям лист хартия напишете или нарисувайте нещата, за които сте благодарни. Забавлявайте се! Включете както ежедневните радости, така и големите отговори на молитва.

Лично размишление

Кои обстоятелства или чувства през последната година, макар и само за миг, ви направиха човек на възхвалата?

Псалм 150 е умишлено поставен като заключителна молитва в молитвената книга на Църквата.

Прочетете Псалм 150.

1. Колко пъти се използва думата „възхвала“ в този псалм?

   Какво предполага това за настроението на псалмиста, когато го е писал?

   Кога сте усещали силен импулс да изразите своята възхвала към Бога по подобен начин?

2. Първият стих ни казва къде Господ трябва да бъде възхваляван. Какво означават „в Неговото светилище“ и „в Неговите могъщи небеса“?

3. Вторият стих ни казва защо трябва да възхваляваме Бога.

   Какви причини дава псалмистът? Какви собствени причини бихте добавили?

4. Стихове 3-5 ни казват как да възхваляваме Господа. Докато четете тези стихове, каква сцена си представяте?

   Как този вид поклонение се сравнява с вашето собствено?

5. Стих 6 ни казва кой трябва да възхвалява Господа. Смятате ли, че „всичко, което има дъх“ трябва да се приема буквално? Обяснете.

6. На иврит първата и последната дума на тази молитва е „Алелуя“ („Възхвалявайте Господа“). До каква степен вашият живот е ограден от тази дума?

7. Няма преки пътища към възхвалата. Ако поддържаме чувствителност към всички псалми преди този, няма да бъдем безчувствени към всички сълзи, съмнения и болка, които се обединяват във възхвалата. Кои трудни обстоятелства във вашия живот са намерили своя път към възхвалата?

8. Августин твърди, че „християнинът трябва да бъде алелуя от глава до пети“. Така ли е за вас? Искате ли да бъдете? Какво трябва да направите, за да стигнете до там?

Молете се чрез възхвала. Съберете размислите и прозренията, които сте получили от своето изучаване, и ги превърнете в момент на завършваща и празнична възхвала.

Сега или по-късно

Напишете псалм на възхвала, празнувайки наученото от това изучаване – индивидуално или групово, ако провеждате изучаване заедно с други хора.

Бележки за водещия



„Достатъчна ти е моята благодат"
(2 Коринтяни 12:9)

Воденето на библейска дискусия може да бъде приятно и възнаграждаващо преживяване. Но то може да бъде и плашещо—особено ако никога досега не сте го правили. Ако се чувствате така, не сте сами. Когато Бог поиска от Моисей да изведе израилтяните от Египет, той отговори: „О, Господи, моля Те, изпрати някой друг!" (Изх. 4:13). Същото се случи със Соломон, Йеремия и Тимотей, но Бог помогна на тези хора въпреки техните слабости, и Той ще помогне и на вас.

Не е нужно да сте експерт по Библията или обучен учител, за да водите библейска дискусия. Идеята зад тези индуктивни изучавания е, че лидерът насочва членовете на групата да откриват сами какво казва Библията. Този метод на учене позволява на групата да запомни много повече от казаното, отколкото би запомнила от лекция.

Тези изучавания са създадени така, че да се водят лесно. Всъщност, потокът от въпроси през пасажа—от наблюдение към тълкуване и към приложение—е толкова естествен, че може да изглежда, че самите изучавания се „водят сами". Този наръчник за изучаване също е гъвкав. Можете да го използвате с различни групи—студентски, професионални, квартални или църковни. Всяко изучаване отнема между четиридесет и пет до шестдесет минути в групова среда.

Има някои важни факти, които трябва да знаете за динамиката на групата и насърчаването на дискусията. Следващите предложения трябва да ви помогнат да изпълните своята роля като лидер ефективно и с удоволствие.

Подготовка за изучаването

1. Помолете Бог да ви помогне да разберете и приложите пасажа в собствения си живот. Ако това не се случи, няма да бъдете готови да водите другите. Молете се и за различните членове на групата. Помолете Бог да отвори сърцата ви към посланието на Неговото Слово и да ви мотивира към действие.

2. Прочетете въведението към целия наръчник, за да получите общ поглед върху цялата книга и въпросите, които ще бъдат разгледани.

3. Когато започвате всяко изучаване, прочетете и препрочетете определения библейски пасаж, за да се запознаете добре с него.

4. Работете внимателно през всеки въпрос в изучаването. Отделете време за размисъл, за да прецените как да отговорите.

5. Запишете мислите и отговорите си, докато се подготвяте. Това ще ви помогне да изразите ясно разбирането си за пасажа.

6. Може да ви е полезно да имате подръка библейски речник. Използвайте го, за да намерите значенията на непознати думи, имена или места.

7. Помислете как можете да приложите Писанието в живота си. Помнете, че групата ще следва вашия пример при отговора на въпросите – те няма да навлязат по-дълбоко, ако вие не го направите.

8. След като завършите собственото си изучаване на пасажа, запознайте се с бележките за лидера за изучаването, което ще водите. Те са предназначени да ви помогнат в няколко аспекта:

   Първо, те разкриват целта, която авторът на наръчника е имал предвид при създаването на изучаването. Отделете време, за да помислите как въпросите работят заедно, за да постигнат тази цел.

   Второ, бележките предоставят допълнителна информация за фона или предложения за динамиката на групата относно различни въпроси. Тази информация може да бъде полезна, когато хората имат затруднения в разбирането или отговора на даден въпрос.

   Трето, бележките за лидера могат да ви предупредят за потенциални проблеми, които може да срещнете по време на изучаването.

9. Ако искате да си припомните нещо, споменато в бележките за водещия, направете си бележка под съответния въпрос в изучаването.

Водене на изучаването

1. Започнете изучаването навреме. Започнете с молитва, като помолите Бог да помогне на групата да разбере и приложи разглеждания пасаж.

2. Уверете се, че всеки в групата знае кой е текста, който ще се изучава. Насърчете хората да се подготвят предварително като прочетат текста, размишляват върху него и мислят какви въпроси ги вълнуват в тази връзка.

3. В началото на първото ви събиране обяснете, че тези изучавания са предназначени за дискусии, а не са лекции. Насърчете членовете на групата да участват. Въпреки това, не оказвайте натиск върху онези, които може да се колебаят да говорят през първите няколко сесии. Може да предложите следните насоки на вашата група:

   - Придържайте се към темата, която се обсъжда.
   - Отговорите ви трябва да се основават на стиховете, които са фокуса на дискусията, а не на външни авторитети като коментари или говорители.
   - Тези изучавания се фокусират върху конкретен пасаж от Писанието. Само в редки случаи трябва да се препраща към други части на

Библията. Това позволява на всички да участват в задълбочено изучаване на равни начала.

- Всичко казано в групата се счита за конфиденциално и няма да бъде обсъждано извън групата, освен ако не е дадено изрично разрешение.
- Ще се слушаме внимателно един друг и ще осигурим време за всеки присъстващ да говори.
- Ще се молим един за друг.

4. Прочетете или преразкажете въведението в началото на дискусията.

5. Всяка среща започва с въпрос за групова дискусия. Въпросът или дейността трябва да се използват преди четенето на пасажа. Той въвежда темата на изучаването и насърчава членовете на групата да започнат да разкриват своите позиции. Насърчавайте възможно най-много членове да участват и бъдете готови да стартирате дискусията със свой собствен отговор.

   Този раздел е предназначен да разкрие къде нашите мисли или чувства трябва да бъдат преобразени чрез Писанието. Ето защо е особено важно да не се чете пасажът преди да бъде зададен въпросът за дискусията. Пасажът може да повлияе на искрените реакции, които хората иначе биха дали, защото те естествено ще се стремят да мислят по начина, по който Библията представя нещата.

   Може да искате да допълните въпроса за групова дискусия със забавна игра, която ще помогне на хората да се почувстват по-комфортно.

   Също така може да използвате въпроса за личен размисъл с вашата група. Можете или да дадете време за мълчание, в което хората да отговорят индивидуално, или да го обсъдите заедно.

6. Нека член на групата (или няколко, ако пасажът е дълъг) прочетат на глас текста, който ще се изучава. След това дайте на хората няколко минути да прочетат пасажа отново наум, за да могат да го възприемат по-добре.

7. Първият въпрос обикновено е обзорен и има за цел накратко да представи пасажа. Насърчете групата да разгледа целия текст, но се опитайте да избегнете отклонения към въпроси или теми, които ще бъдат разгледани по-късно в изучаването.

8. Когато задавате въпросите, имайте предвид, че те са създадени да бъдат използвани точно както са написани. Можете просто да ги прочетете на глас или да предпочетете да ги изразите със собствени думи.

   Понякога може да е подходящо да се отклоните от ръководството за изучаване. Например, ако даден въпрос вече е бил отговорен, преминете към следващия. Или ако някой повдигне важен въпрос, който не е включен в ръководството, отделете време да го обсъдите, но се старайте да не позволявате на групата да се отклонява твърде много от основната тема.

9. Избягвайте да отговаряте на собствените си въпроси. Ако е необходимо, повторете или преформулирайте въпроса, докато стане ясен. Можете също така да посочите нещо от бележките за водещия, за да изясните контекста или значението. Ако групата забележи, че лидерът има

тенденцията да говори повечето време, тя бързо ще стане пасивна и мълчалива.

10. Не се страхувайте от тишината. Хората може да се нуждаят от време, за да обмислят въпроса, преди да формулират своите отговори.

11. Не се задоволявайте само с един отговор. Попитайте: „Какво мислят останалите?“ или „Някой има ли нещо допълнително?“, докато няколко души не дадат своите мнения.

12. Приемайте всички отговори. Опитвайте се да бъдете утвърждаващи винаги, когато е възможно. Никога не отхвърляйте даден отговор. Ако явно не съответства на текста, попитайте: „Кой стих те насочи към това заключение?“ или отново: „Какво мислят останалите?“

13. Не очаквайте всеки отговор да бъде насочен към вас. В началото това вероятно ще се случва, но с времето членовете на групата ще започнат да взаимодействат помежду си. Това е признак за здравословна дискусия.

14. Не се страхувайте от противоречиви теми. Те могат да бъдат много стимулиращи. Ако не успеете напълно да разрешите даден въпрос, не се обезкуражавайте. Продължете напред и го запазете в ума си за по-късно. Последващо изучаване може да доведе до неговото изясняване.

15. Периодично обобщавайте какво е казала групата относно пасажа. Това помага да се съберат различните идеи и да се осигури последователност в изучаването. Но избягвайте да проповядвате.

16. В края на библейската дискусия можете да дадете на членовете на групата време за тишина, за да работят върху идея от раздела „Сега или по-късно“. След това обсъдете какво сте преживели. Или можете да насърчите членовете на групата да работят върху тези идеи между срещите. Осигурете време, докато тече срещата, за да могат хората да споделят какво научават.

17. Завършете съвместното си време с разговорна молитва, адаптирайки предложението за молитва в края на изучаването според вашата група. Помолете Бог да ви помогне да следвате ангажиментите, които сте направили.

18. Завършете навреме.

Много допълнителни съвети и помощ можете да намерите в *How to Lead a LifeGuide Bible Study*, която е част от поредицата *LifeGuide Bible Study*.

Компоненти на малките групи

Една здравословна малка група трябва да прави повече от изучаване на Библията. Има четири основни компонента, които трябва да се вземат предвид при организирането на времето ви заедно.

Грижа. Малките групи ни помагат да растем в познанието и любовта към Бога. Библейското изучаване е ключът към осъществяването на това и е основата на вашата малка група.

Общност. Малките групи са прекрасно място за изграждане на дълбоки приятелства с други християни. Отделете време за неформално взаимодействие преди и след всяко изучаване. Планирайте дейности и игри, които ще ви помогнат да се опознаете. Прекарвайте време, забавлявайки се заедно—организирайте пикник или гответе вечеря заедно.

Поклонение и молитва. Вашето изучаване ще бъде обогатено чрез време, прекарано в прослава на Бога с молитва или песен. Молете се за нуждите на другите и следете как Бог отговаря на молитвите във вашата група. Помолете Бог да ви помогне да приложите наученото в изучаването.

Изходяща дейност. Обръщането към другите може да бъде практичен начин за прилагане на наученото и ще предпази групата ви от прекомерен фокус върху себе си. Организирайте поредица от евангелизационни дискусии за вашите приятели или съседи. Помогнете на възрастен приятел, като почистите неговия двор. Служете заедно в кухня за бедни или прекарайте ден, като помагате на някое социално служение в града ви.

Много допълнителни предложения и помощ във всяка от тези области могат да бъдат намерени в *Small Group Idea Book*. Информация за изграждане на малка група можете да откриете в *Small Group Leaders' Handbook* и *The Big Book on Small Groups* (и двете от *InterVarsity Press*). Прочитането на една от тези книги би било полезно за вас.

Лидерски бележки върху изучаванията

1. Молитва в нашето невнимание (Псалм 1).

Цел: Да се научим да се подготвяме за молитва.

Обща бележка. Много молитви се провалят, защото липсва подготовка. Нашето училище по молитва – псалмите – отделя достатъчно време, за да ни подготви да се молим. Молитвата е култивиране и изследване на най-доброто в нашата връзка с Бога. От решаващо значение е да не бързаме. Подготовката трябва да бъде спокойна и задълбочена.

Групова дискусия. Тези въпроси са поставени в началото на всяко изучаване, за да помогнат на групата да се отпуснат един към друг и да накарат хората да започнат да мислят по темата на изучаването. Важно е да не се чете пасажът преди да бъде зададен въпросът, защото искрените отговори на различни въпроси преди да разберат какво казва Библията могат да помогнат на хората да видят къде техните мисли или нагласи трябва да бъдат променени.

Лично размишление. Този въпрос е предназначен за хора, които изучават самостоятелно. Ако обаче водите група, можете да отделите няколко минути тишина, за да позволите на хората да изпълнят упражнението.

Въпрос 3. Ако групата има затруднения да разбере значението на тази прогресия, отбележете, че глаголите преминават от движение към неподвижност, завършвайки с „твърдо установени начини".

Въпрос 4. Подготвяме се за молитва, като се откъсваме от това да слушаме какво казват всички около нас – в семейството, училището и културата – и започваме да внимаваме на това, което Бог ни казва.

Въпрос 5. Стимулирайте дискусията с някои отрицателни реакции. Много хора се чувстват отегчени, съмняващи се или объркани, когато четат Писанието. Тези чувства трябва да бъдат признати и осъзнати. Ако не бъдат признати и обработени, „насладата“ ще бъде принудена и ще се превърне в преструвка.

Въпрос 7. Някои хора в групата може да не знаят какво е плява. Можете да обясните накратко, че когато зърното се овършава, безполезната част (обвивката на семето и други отпадъци) се отделя от ценното зърно. По-късно, в древния процес на веене, зърното и плявата се хвърлят във въздуха. Вятърът отвява плявата, защото е лека, а по-тежкото зърно пада обратно на земята.

Метафорично, плявата изобразява нещо, което не си струва да бъде запазено, а да бъде изгорено – независимо дали това са враговете на Бога (Изх. 15:7; Числ. 1:20), отпадналият Израел (Ис. 5:24) или вярващите, които са пресявани от Сатана. Това е категорията образи, които Йоан Кръстител използва, когато говори за Исус, Който държи веялна вила, за да събере пшеницата в хамбара и да изгори плявата... (Мат. 3:12; Лука 3:17). (Leland Ryken et al., ed., *The Dictionary of Biblical Imagery* [Downers Grove, Ill.: InterVarsity Press, 1998], p. 136.)

Въпрос 10. Християните винаги са разглеждали молитвата като един от двата елемента в ритъм: Бог говори с нас чрез Писанието, а ние му отговаряме чрез молитва. Бавното, спокойно „слушане-четене“ на Писанието е толкова важно, че не може да бъде прекалено подчертано като подготовка за молитва.

2. Молитва в нашето смущение (Псалм 2).

Цел: Да се подготвим за молитва, като поставим света около нас под господството на Бога.

Обща бележка. Често се чувстваме сплашени от света, защото изглежда неподатлив на живота във вяра. Затова свеждаме молитвите си до лични упражнения в добродетел. Нужно е да се подготвим за молитвата като световна сила.

Групова дискусия. Елате подготвени с изрезки от новини или предварително помолете всеки член да донесе такива.

Въпрос 2. Друг начин да го зададете е: „Мотивират ли ви обсъдените новинарски материали да се молите със същото ниво на спешност, както когато чуете, че приятел е болен от рак или когато се сблъскате с лична или семейна криза? Защо или защо не?“

Въпрос 4. Размишлението включва страстна съсредоточеност. То не е просто мечтаене на колене. Заговор срещу Бога е често срещано явление в света, но съществува ли аналогичен „заговор“ в църквата, в консултация с Бога? Чарлз Уилямс казва в романа си *All Hallows Eve*, че „жестока цел може да надмине неясна жалост“. „Заговорничите“ ли, размишлявайки върху спасението на света, с толкова енергия, колкото политиците влагат в своите стратегии?

Въпрос 5. Ако дискусията затруднява участниците, отбележете, че е възможно да приемем твърде сериозно силата на политическото зло – да се тревожим прекомерно за него. Леко ироничен подход може би е по-библейски.

Въпрос 7. Възкресението е триумфът на Бога над заговора на могъщите Рим и Израел срещу Божия помазаник.

Въпрос 8. Лесно е да ограничим владичеството на Христос само до душата. Обсъдете политическите измерения, които са ясно изразени в ученията на Исус – Неговите цели за съвместното съжителство на хората в мир и справедливост. Трябва да сте готови да разграничите това от политическите средства като войни и законотворчество.

Сега или по-късно. Помолете членовете на групата да изберат една държава, различна от тяхната, към която имат специален интерес. Обсъдете интереса им. Насърчете ги да се ангажират с ежедневна молитва за тази нация и нейния народ по време на изучаването и да си водят бележки за чувствата си към нея.

Проследяване: Можете да отделите една среща само за молитва за избраните държави. Нека всеки член представи кратка информация за нацията и нейния лидер, за да насочи молитвата. *Operation World* е чудесен ресурс за това.

3. Молитва в нашите трудности (Псалм 3).

Цел: Да изследваме местата на нужда в живота ни, които предизвикват вик за „помощ“ към Бога, и да се научим как да молим за Божията помощ, следвайки примера на Псалм 3.

Историческа бележка. Ако не сте запознати със заговора на Авесалом, може да прочетете 2 Царе 15—18, за да се подготвите за изучаването.

Групова дискусия. В нашето общество сме насърчавани да бъдем самодостатъчни. Искането на помощ често се възприема като знак за слабост. В резултат на това много хора молят за помощ тайно или изобщо не го правят. Обсъдете как хората се чувстват относно искането на помощ в този по-широк културен контекст.

Въпрос 3. По-лесно е да говорим за заплашителни обстоятелства, отколкото за заплашителни хора. Не е „приятно“ да признаем, че имаме врагове. Ако е необходимо, напомнете на групата, че Исус не каза, че не трябва да имаме врагове, а че трябва да се молим за тях. Острото усещане за „враг“ е важно за молитвата.

Въпрос 4. Думата „избавям“ има няколко синоними, най-познатият от които е „спасявам“. Понякога тези думи се използват изключително по отношение на спасението на душата. Разширете дискусията, като включите възможно най-много аспекти от Божието действие, които въображението на групата може да обхване.

Въпрос 5. Обърнете внимание на действията в стихове 3, 4, 5, 7 (изисква се действие) и 8.

Въпрос 6. Обърнете внимание на действията в стихове 4 и 5. В стих 7 виждаме как псалмистът призовава Бога. В стих 8 псалмистът заявява вярата си, че Бог ще го подкрепи.

Въпроси 8-9. Ако мислите, че хората биха се почувствали твърде притеснени да отговорят на въпрос 8 пред цялата група, можете да ги разделите по двойки или тройки, за да обсъдят въпросите и след това да се молят един за друг.

Молитва. Отделете време, за да се молите един за друг – като група или по двойки и тройки. Вземете със себе си списък с нуждите на всеки човек, който ще служи като основа за молитви през седмицата.

4. Молитва в нашето съзерцание на творението (Псалм 8).

Цел: Да развием усещане за ориентация като създания на Бога, живеещи в Неговото творение.

Обща бележка. Библията обръща голямо внимание на контекста, средата, в която живеем живота си. Общото име за тази среда е „творение“. Въпросът за идентичността в нашата култура е „Кой съм аз?“. Интересно е да го сравним с първия въпрос, зададен на Адам в градината: „Къде си?“. Изглежда, че Бог е по-заинтересован от нашата география, отколкото от нашата психология. А географията е аспект на творението.

Групова дискусия. По време на това изучаване насърчавайте групата да излезе отвъд очакваните лични отговори и да проучи възгледите на нашата култура. Какви дезориентиращи ефекти имат идолопоклонническите възгледи на културата ни за Бога и редукционистките възгледи за човечеството върху нас?

Въпрос 1. Молитвата поддържа вниманието ни върху Бога, който е всеобхватният контекст на съществуването. Всичко – творението и творенията – се събира в този контекст и се вижда в светлината на „Твоето име“.

Въпрос 3. Този въпрос е предназначен да предизвика първоначална реакция относно това кои сме ние в светлината на този псалм. Следващите въпроси ще задълбочат разбирането за начина, по който псалмът определя нашата човечност. След това въпрос 11 ще ни върне към въпроса за това как трябва да променим нашия образ за себе си.

Въпрос 6. В християнската традиция е обичайно размишленията върху този псалм да свързват думата „осъзнат“ с Въплъщението.

Въпрос 9. Някои природозащитници, враждебно настроени към християнската вяра, често обвиняват, че Библията и християните са отговорни за хищническото отношение към земята – например в контраст с американските индианци, които имат мистично почитание към природата. Изследвайте опита на групата – чувстват ли се замесени в това обвинение?

Въпрос 11. Някои хора мислят за себе си като „малко по-високи от небесните същества“, докато други – „малко по-ниски от зверовете на полето“. И двата крайни възгледа се нуждаят от корекция. Не подобряваме и не коригираме образа си чрез гледане в огледалото или чрез интроспективна медитация, а чрез молитва. Насърчете използването на тази молитва като средство за привеждане на нашето самоусещане в съответствие с нашия образ според Бога.

5. Молитва за нашия грях (Псалм 51).

Цел: Да осъзнаем същността на това, което не е наред с нас пред Бога, и да открием по личен начин какво представлява грехът.

Обща бележка. Повечето от нас носят огромни товари вина, които нямат нищо общо с Бога—вина, произтичаща от това, че не изпълняваме очакванията на другите хора или че приемаме твърде сериозно критики, които не определят кои сме в действителност. Този псалм ни помага да се съсредоточим върху истинските проблеми на греха.

Историческа справка. Може да прочетете 2 Царе 11—12 преди изучаването и да направите кратко обобщение на случилото се, за да предоставите контекста на псалма.

Въпрос 1. Можете да изострите значението на думите за грях, като съставите паралелен списък от синоними, които често използваме, за да обозначим своето неудовлетворение: ниско самочувствие, лошо самооценяване, комплекси, недостатъчна интелигентност, липса на достатъчно пари и т.н. Потърсете начини да противопоставите това, което Бог мисли за нас, на това, което ние мислим за себе си.

Въпрос 3. Ако постоянно се опитваме да станем по-приемливи за себе си и за другите, оставаме в пожизнено робство на променливи мнения и стандарти, които никога не можем да изпълним. Ако сме отворени към това, което Бог може да направи за нашия грях, навлизаме в широкото пространство на свободата, защото вече не сме ние тези, които трябва да се „подобряват“, а оставяме на Него да ни направи святи.

Въпрос 4. Този въпрос има за цел да развие осъзнаване на нарушената връзка между нас и Бога, която остава разкъсана, дори когато поведението ни изглежда почтено.

Въпрос 6. Бог не само ни прощава, като ни очиства от вината за греха (ст. 1-9), но ни обновява, създавайки в нас чисто сърце (ст. 10). Християните наричат тези два аспекта на спасението оправдание и освещение.

Въпрос 11. Почти неизбежно някой ще започне да прави обещания да не върши „това“ или „онова“ повече. Ако това се случи, предизвикайте този човек да размисли: цялата същност на псалма и на християнското благовестие е, че не можем да направим нищо по отношение на греха си освен да го признаем и да се предадем на Божия начин за справяне с него.

Молитва. Уверете се, че оставяте време за тишина, за да могат членовете на групата да се помолят. Това е важна част от приложението на този пасаж.

6. Молитва за нашето спасение (Псалм 103)

Цел: Да влезем в богатството на детайлите, събрани в акта на спасение, като се молим с Псалм 103.

Обща бележка. Когато спасението се свежда до лозунги и слогани, то се банализира. Спасението не е процедура с определени стъпки, които трябва да се преминат, а обширна територия за изследване. Молитвата е средството за това, а Псалм 103 е отличен пътеводител.

Групова дискусия. Насърчавайте хората да разгърнат детайлите на това, което се счита за „най-доброто нещо“, но не позволявайте примерите да се разделят на „свещени“ и „светски“ категории. Спасението е свещено, но има силата да обхване всичко останало.

Въпрос 1. Бъдете спокойни с този въпрос. Няма правилни и грешни отговори. Говорете за това, което наблюдавате в темите и езика, и как се чувствате, докато четете този псалм.

Въпрос 2. *NIV Study Bible* отбелязва, че „Душа моя“ е „конвенционален еврейски начин за обръщане към себе си“. Освен това терминът „душа“ не означава духовен

аспект, противопоставен на физическия, нито вътрешното „аз“ на псалмиста, противопоставено на външното „аз“, а самата личност като живо, съзнателно и лично същество (стр. 887, 784).

Въпрос 3. Обърнете внимание, че „изкупва“ е синоним на „избавя“ (*NIV Study Bible*, стр. 867).

Въпрос 6. В дискусията по този въпрос обърнете специално внимание на стихове 11-14. Изразите за небето и земята, изтока и запада, както и за баща и неговите деца са изключително богати на смисъл.

Въпрос 8. За да уловите пълния ефект на тези стихове, насърчете групата да използва въображението си. Опитайте се да си представите могъщите ангели в една част на оркестъра, небесните множества (безброй тълпи) в друга, всички останали създания и неща в трета, а псалмиста – като диригент. С широки жестове той извлича ноти на възхвала – първо от една част, после от друга, докато цялото творение – включително самият псалмист – прославя и се покланя на Господа. Това е внушителна сцена!

Ако никой друг не го спомене, обърнете внимание, че всеки член на оркестъра се характеризира с послушание. Могъщите ангели изпълняват Неговата воля и се покоряват на Неговото слово (ст. 20). Небесните множества са служители, които вършат Неговата воля (ст. 21). Всички Негови дела са под Неговото владичество. Допускането е, че псалмистът и тези, които Господ е спасил, също са послушни към Него.

Въпрос 9. Това може да е подходящ момент членовете на групата да споделят своите лични истории за спасението им. Когато тези истории бъдат разказани, внимателен лидер може да ги „анотира“ с фрази от псалма или с теми от по-ранната дискусия.

Въпрос 10. Въпросите за изучаване предполагат, че всички в групата са „спасени“. Това, разбира се, може да не е така. Поканете тези, които не са спасени, също да споделят своите истории: „Какво мислите за всичко това? Как се чувствате, когато останалите говорят по този начин?“

7. Молитва в нашия страх (Псалм 23).

Цел: Да назовем и след това да се помолим за страховете, които са в живота ни.

Групова дискусия. Всеки човек има страхове, но културата ни учи да прикриваме тяхното влияние. В днешно време страховете се наричат „фобии“ и често се приемат като признак на невроза. Но светът е място, изпълнено със страх—има много неща, които ни плашат както вътре в нас, така и извън нас. Най-здравословното, което можем да направим със страха, е да го назовем и след това да го предадем в молитва. Целта ни в това изучаване е да открием Божието присъствие в опита от страха.

Някои страхове са основани на реалността, а други—на въображението. Страховете, които са свързани с действителността, ни помагат да оцелеем по-дълго; страховете, основани на фантазията, ограничават обхвата на живота ни. Обсъдете разликите между тях.

Въпрос 1. Ако никой друг не го спомене, можете да обърнете внимание на броя пъти, в които се използват лични местоимения („аз“, „мен“, „моето“) в псалма.

Той е много личен! Забеляза ли групата, че псалмът е разделен на две половини, всяка основана на различна метафора (виж въпрос 3)? Можете да насърчите внимателното наблюдение, като изброите всички метафори, преброите съществителните, изброите глаголите и отбележите контрастите. Но правете това само ако групата не може да продължи сама.

Въпрос 4. Пастирът носел жезъл (малка тояга) за защита. Неговият жезъл, който бил по-дълъг и често извит на края, се използвал предимно за насочване и водене на овцете.

Въпрос 5. За една овца „пътеките на правдата“ просто означавали правилните пътища, по които пастирът я водел (макар че за нас те имат морални нюанси). Следователно, когато овцата преминава през „долината на смъртната сянка“ (ст. 4), това не е случайност—пастирът я е довел там и ще я защити. Може да се наложи да направите някои разграничения тук: „да не се страхуваме от зло“ не означава, че никога няма да ни се случват лоши неща. Молитвата не е талисман, който предпазва от нещастия.

Въпрос 6. Законът на пустинята бил гостоприемството. Ако някой бягал от враг и се укриел в бедуинска шатра, гостоприемството не можело да бъде нарушено. Тази традиция е заложена имплицитно в псалма. Домакините понякога помазвали главите на гостите си с ароматно масло като жест на гостоприемство. Препълнената чаша била знак за изобилните дарове на празничния пир.

Въпроси 8-10. Върнете се към обсъждането от предишната групова дискусия и прегледайте казаното. Насочете групата да се справя отговорно със страховете, които действително присъстват в живота им; не допускайте отвличане на вниманието с хипотетични въпроси „Ами ако...“.

8. Молитва в нашата омраза (Псалм 137).

Цел: Да се научим първо да признаем, а след това да предадем омразата си в молитва.

Обща бележка. Това може да бъде най-трудното изучаване в поредицата, но е изключително важно. Ако не се научим да правим това, което са правили псалмистите—да се изправяме срещу най-лошото в нас и да го назоваваме—нашият молитвен живот никога няма да достигне истинската си дълбочина.

Въпрос 1. Най-лесно е да започнем с детски преживявания: омразата към родителите заради наказанията или задълженията, които сме ненавиждали; омразата към кварталния хулиган; омразата към лош учител. С напредването на социализацията се научаваме да избягваме този език. Но преживяванията и чувствата остават, макар и неизказани. Докато не ги изведем на повърхността, те не могат да станат част от молитвата.

Въпрос 3. Опитът от копнежа по дома, изразен тук, е нещо познато на всички. Понякога той е знак за лоялност, а понякога просто за безотговорност. Според Лесли С. Алън: „Тяхната скръб била много повече от обикновена носталгия. Докато седели в траурна поза край обграден с дървета канал, те били преследвани от спомени за Сион—сладко-горчиви спомени за празници и общение с Бога и с вярващите, както и мъчителни спомени за руините, в които бил превърнат земният дом на Бога и столицата на Неговото царство. Техните арфи, които някога съпровождали радостните песни на Бога, висели върху клоните—неизползвани, мълчаливи. Подигравателно, техните врагове ги карали

да изпълнят някоя от старите песни на Сион.“ (*Psalms 101-150* [Dallas, Tex.: Word, 1983], p. 241)

Въпрос 4. Израел се отвърнал от Бога и Той позволил на вавилонците (едомците) да завладеят Йерусалим и да пленят израилтяните, за да ги върне обратно към Себе си. Ако смятате, че е малко вероятно някой да знае историческия контекст, можете да го поясните сами и след това да повторите втората част на въпроса.

Въпрос 6. Стихове 7-9 са страховити. Това е сурова омраза. Но това също е молитва.

Въпрос 8. Напомнете на групата, че псалмистът желае вавилонците да изпитат същите жестокости, които те са нанесли на Израел (виж ст. 8). Трябва да осъзнаем, че израелските родители е трябвало да гледат как техните невръстни деца са разбивани върху скалите! Ужасът от това не прави тяхната омраза приемлива, но я прави по-разбираема.

Въпрос 9. Ако нямате „именувани“ врагове, не можете да се молите за тях. Припомнете дискусията около въпрос 8 от предишното изучаване (Псалм 23). Насърчете групата да превърне списъка си с врагове в молитвен списък.

Въпрос 10. Ако използваме тази молитва неправилно, можем да се окажем, че „мразим на колене“, оправдавайки омразата си чрез позата, която заемаме. Но този псалм е вграден в колекция от молитви, които ни обучават в изповед и хваление. Псалм 137 не е крайната точка—трябва да продължим към Псалм 138 и 139, ако искаме да растем в молитвата.

9. Молитва в нашите сълзи (Псалм 6).

Цел: Да се научим да въвеждаме емоциите в акта на молитва, не сантиментално, а осъзнато и искрено.

Обща бележка. Задачата на молитвата е да представи всичко, което сме и усещаме, пред Бога. Емоциите са сложни—те са реална част от живота ни, но лесно могат да станат неискрени. Молитвата ги държи честни—ако се молим чрез тях. Скръбта е част от живота, но понякога е трудно да я разграничим от самосъжалението. Псалм 6 помага да направим това разграничение и да култивираме осъзнатата скръб.

Лично размишление. Ако имате високо ниво на комфорт един с друг, може да искате да обсъдите този въпрос заедно. Обърнете внимание на причините за плача, източника на сълзите. Някои сълзи са манипулативни—опит за предизвикване на съжаление у другите. Някои сълзи са егоистични—произтичат от това, че не получаваме своето. Някои сълзи са състрадателни—дълбоко чувство за страданието на другите. Не бъдете критични към нищо, което се изразява, но го имайте предвид за по-нататък.

Въпрос 3. Изследвайте защо Давид предполага, че трудностите в живота му—поне частично—са резултат от Божия гняв. Това е молитва, изказана във време на болест, „възможност, използвана от враговете на Давид, за да излеят своята враждебност“. „Макар че Господ му е изпратил болест, за да го накаже за греха му (виж Пс. 32:3-5; 38:1-8, 17-18), псалмистът моли Бог да не налага пълната мярка на наказанието за греха, защото тогава смъртта би била неизбежна (виж Пс. 6:5; също 130:3)“ (*NIV Study Bible*, стр. 784).

Въпрос 8. В историята на вярата е имало моменти, когато сълзите са били доказателство за дълбок живот в Христос—усещането на Неговата агония на кръста и Неговото оплакване над Йерусалим, и участие в това. Нашата култура обаче подчертава обратното: „щастливият християнин“ и „светецът, който има всичко под контрол“. Пропускаме ли нещо?

Разгърнете дискусията, за да откриете признаци на здравословни сълзи: сълзи, които произтичат от загуба (заради смърт, раздяла), сълзи на покаяние (нещо грешно в мен) или сълзи на състрадание (нещо грешно в другите). Всички други сълзи вероятно са или незрели (детински) или неправилни (греховни).

10. Молитва в нашите съмнения (Псалм 73).

Цел: Да внесем съмнението в акта на молитва, като размислим върху Псалм 73.

Обща бележка. Винаги е грешка да отричаме или потискаме съмненията си. Но какво друго можем да направим с тях? Те не могат да бъдат игнорирани, защото ни разстройват и ни карат да се чувстваме несигурни. Библейският подход е да се молим в съмненията си, а Псалм 73 ни показва как.

Групова дискусия. Един от начините да се справим със съмненията е да ги атакуваме директно с канонада от аргументи. Понякога такива удари са полезни, но много хора просто се плашат и решават да запазят съмненията си за себе си. Ако изразяването на съмнение ни прави уязвими за критика, ще бъдем предпазливи в говоренето. Може да е необходимо да осигурите известно спокойствие тук, за да насърчите дискусията.

Въпрос 2. Съмнението се появява, когато има несъответствие между това, което смятаме, че би трябвало да се случва под Божието управление, и това, което всъщност наблюдаваме в света. Извлечете възможно най-много примери от групата, които могат да се обсъдят.

Въпрос 5. Поклонението не е аргумент. То е насочване към невидимото, защото вярваме, че тихият Бог, когото не виждаме, е по-солиден и динамичен от шумните и арогантни хора, които виждаме. Практикуването на поклонение не обяснява злото, но го поставя в правилната перспектива. То не „лекува“ съмнението, а го използва като гориво за по-искрена молитва.

Въпрос 8. Ясно е как „би трябвало“ да отговорим на този въпрос, но насърчавайте честността. Злото може да бъде особено ярко за нас, защото е толкова ясно и често представяно в медиите.

Въпроси 10-11. Важно е дискусията да бъде насочена така, че поклонението да се разбира като действие, а не само като чувство. Поклонението е акт на ориентация, при който решаваме да оставим живота си да бъде оформен от Бога, вместо да правим най-доброто, което можем, срещу трудностите в живота. То развива навик на вяра (със съмнения, които тихо присъстват на заден план), за разлика от навик на съмнение (с вяра, която само се прокрадва от време на време).

11. Молитва в нашата смъртност (Псалм 90).

Цел: Да се справим с нашата смъртност, като се изправим пред факта, че ще умрем—може би по-скоро, може би по-късно, отколкото си мислим—и да го направим, като се молим с Псалм 90.

Обща бележка. Няма особена добродетел в простото размишляване върху смъртта. То може да се превърне в невротична мрачност. Но съществува християнски начин да се изправим пред смъртта, който ясно определя и разумно развива нашата зависимост от Бога и доверието ни в Него.

Групова дискусия. Това, което се казва и усеща на погребенията, понякога разкрива нашите нагласи към смъртта. Ако групата има нужда от допълнителни насоки по този въпрос, задайте уточняващи въпроси като: Как се чувствате на погребение? Какво казвате на опечалените? Какъв е вашият опит с умиращите? Избягвате ли ги? Държите ли се прекалено жизнерадостно?

Въпрос 2. В края на живота ни стои Бог. Смъртта ни принуждава, по доста драматичен начин, да си спомним за Него. Някои средновековни монаси спели в ковчезите си всяка нощ, за да поддържат осъзнаването на своите ограничения и безграничността на Божията милост. Как ви се струва това?

Въпроси 5-6. Библейските автори не се колебаят да използват човешки думи, за да опишат природата и действията на Бога. Тази липса на предпазливост е голямо предимство—в библейския Бог няма нищо безкръвно или абстрактно. Но това също поставя трудна задача пред нашето въображение. Трябва внимателно да разграничим какво означават тези описания, иначе ще се окажем с картина на Бога, която е просто уголемен образ на самите нас. „Гневът“ на Бога изисква тълкуване. В един смисъл, Бог не е ядосан по начина, по който ние сме—не губи контрол от разочарование. Но в друг смисъл, нашият опит с гнева разкрива нещо дълбоко за Бога. Изследвайте какво е то.

NIV Study Bible има пояснителна бележка върху Псалм 2:5, която гласи: „Божият гняв винаги е израз на Неговата правда“ (стр. 781).

Въпрос 11. Разпятието на Исус очевидно е най-добрият пример за подготовка за добра смърт. Християните се учат как да умират, като наблюдават как Исус умря и като участват в Неговата смърт. Моделът, който ни е даден, не е стоически, а изкупителен.

12. Молитва в нашата хвала (Псалм 150)

Цел: Да осъзнаем всеобхватността на възхвалата и да си поставим лична цел всички наши молитви в крайна сметка да доведат до хваление.

Обща бележка. Молитвата почти никога не започва с хваление (обикновено започва с болка), но ако я следваме достатъчно дълго, тя в крайна сметка ще се развие в хваление. Това не означава, че всяка молитва завършва с прослава, но че самият живот на молитва винаги се стреми към хваление. Повечето молитви в Псалтира—нашата обучителна книга за молитва—не са хваления, а оплаквания. Но всички в крайна сметка достигат до Псалм 150, възхвалявайки Господа. Ако бъдем упорити в молитвата, и ние ще стигнем до Псалм 150, прославяйки.

Групова дискусия. Нека това бъде забавно време. Пуснете подходяща празнична музика, докато работите. Ако е възможно, дръжте изразите на прослава на показ за няколко седмици.

Въпрос 1. Псалтира е организиран в пет книги: 1—41, 42—72, 73—89, 90—106, 107—150. Като подготовка за това изучаване, разгледайте последния псалм във всяка от книгите и отбележете неговия заключителен стих. Това „усещане за завършек“ набира сила в Псалтира.

Псалм 150 сам по себе си не е завършекът на Псалмите. Има пет „Алилуя“ псалма, по един за всяка книга на Псалтира. Те събират всички молитви, отправени в Израил и Църквата, в прослава. За да видите Псалм 150 в контекст, може да разгледате някои от допълващите акценти в тези пет псалма (146—150).

Въпрос 2. Това изучаване е организирано около следния план:

- **Къде да възхваляваме Господа** (ст. 1)
- **Защо да Го възхваляваме** (ст. 2)
- **Как да Го възхваляваме** (ст. 3-5)
- **Кой трябва да Го възхвалява** (ст. 6)

Ако вашата група е по-напреднала, може да започнете с въпрос 3, като попитате: „Какво кратко резюме бихте дали за този псалм?“ или „Как бихте разделили този псалм на секции и какво кратко заглавие бихте дали на всяка?“

Фразата „в Неговото светилище“ е тълкувана по различни начини. Някои коментатори вярват, че тя е синоним на „в Неговите могъщи небеса“—ако е така, това се отнася до Божието обиталище. Други смятат, че тя се отнася до храма, Божието земно светилище, в контраст с „в Неговите могъщи небеса“, което би означавало Неговото небесно светилище. Ако групата среща трудности с този въпрос, може да споменете тези възможности и да попитате кой вариант най-добре пасва на контекста на псалма.

Въпрос 4. Насърчете групата да си представи, че присъства на това богослужение. Какво биха видели и чули? Каква атмосфера би изпълнила въздуха? След това ги насърчете да сравнят това със собственото си общо богослужение. Кои елементи от поклонението в този псалм биха искали да включат в своето богослужение?

Въпрос 5. Обърнете внимание на изключенията. Исус на кръста е най-голямото изключение—как това доведе до прослава?

Въпрос 6. Внимавайте да не звучите повърхностно тук. Лесно е да говорим за това какво „трябва“ да правим в хвалението към Бога и благодарността за всичко, което имаме. Но това е задача за цял живот, а не за един уикенд.

Молитва. Ако имате време, може накратко да прегледате различните видове молитва, които сте изучавали досега. Разгледайте преживяванията във всеки псалм (с изключение на 1 и 2) и обсъдете как тези преживявания в крайна сметка могат да се превърнат в хваление (или може би вече са за някои хора от групата). Но не бързайте—може да отнеме много години, преди някои от тези молитви да „достигнат“ до Псалм 150.

Юджийн Х. Питърсън *е преводачът на The Message, както и автор на A Long Obedience in the Same Direction и Run with the Horses.*