

Що вас
НЕПОКОЇТЬ?





Що вас непокоїть?

Деякі з нас ночами ворочаються в ліжку, непокоячись через своїх близьких людей, через своє здоров'я, фінансові проблеми та тисячу інших речей. Неспокій може приходити самими різними способами. Він поглинає нас і роз'їдає зсередини, заважаючи зосередитися на чомусь іншому, і може привести до мігрені та приступів панічного страху. Деякі намагаються приховати й придушити своє занепокоєння будь-чим, що може їх відволікти. Незалежно від того, хто ми є, всі ми інколи відчуваємо глибоку тривогу.

Але хіба неспокій – то погана річ? Цілком природно й нормально мати якісь занепокоєння. Це свідчить про нашу відповідальність, бо нам не байдуже, що відбувається з нами в наших обставинах, і що коїться в житті дорогих нам людей. Але має велике

значення, як ми реагуємо і що робимо, коли приходить неспокій.

Чи роздирають тривоги нас зсередини? Чи висушують нашу душу? Є багато обставин та проблем на життєвому шляху, які ми жодним чином не можемо контролювати. Інколи ми стоїмо перед неймовірно важким вибором. Страх перед майбутнім буває настільки глибоким, що, здається, ніколи нас не полишить. Події та помилки минулого можуть і досі переслідувати нас, позбавляючи спокою.

.....
Має значення,
як ми **реагуємо**
і що **робимо,**
коли приходить
неспокій.
.....

А, можливо, ваші тривоги спонукають вас більше покладатися на Бога, Який завжди піклується про нас (1 ПЕТР. 5:7)? Біблія говорить, що для Бога не існує безвихідних ситуацій, що ніщо не може перемогти або здолати Його. Але як конкретно Бог може допомогти нам впоратися зі своїм неспокоєм?



Звертаємося до Бога

У Божих намірах ніколи не було залишати нас наодинці з нашими проблемами, щоб ми самотужки намагалися приборкати свій неспокій. Він створив нас, щоб ми перебували з Ним у безпечних, люблячих відносинах. Дві тисячі років тому Ісус Христос – Хто є Бог – прийшов на цю землю, щоб вмерти на хресті. Цією смертю Він узяв на Себе покарання за наш гріх, бо ми часто нехтуємо Богом та відвертаємося від Нього. В третій день Ісус Христос воскрес і тепер пропонує це нове життя з Богом кожному з нас. Християни – то люди, які через віру в Ісуса Христа повернулися до нових сосунків із Богом. Це означає, що якщо вони належать Богу, то й Богу належать тепер їхні тривоги, турботи й занепокоєння.

Коли ми занепокоєні, це зазвичай призводить до того, що ми зосереджені на втрачених можливостях, або на тих можливостях, яких просто не маємо для відновлення нашого контролю. Але ті, хто довіряють Ісусу, мають іншу альтернативу: зосереджуватися на Господі, а не на своїх стресах. Коли ми стурбовані, то цим фактично визнаємо свою неспроможність самотужки вирішити всі свої проблеми. Час неспокою має стати часом, коли ми згадуємо, Хто є Бог: Його характер, силу, обітниці.

Жодна річ, яка відбувається в цьому світі, не вислизає з-під уваги Бога. Біблія говорить: “Господь міцно поставив на Небі престола Свого, а Царство Його над

усім володіє” (пс. 103:19). Лише Бог є справжнім Володарем цього світу, тож, можемо приносити до Нього всі свої тривоги й страхи. Ось кілька важливих істин про Бога, що їх потрібно пам’ятати у скрутні часи:

Він всюди присутній: Як би самотньо ми не почувалися, не існує такого куточка, де немає Бога. Він усюди! (пс. 139:7-12).

Він всезнаючий: Богу достеменно відомі наші проблеми й страхи, які нам дошкуляють. Він знає все про наше життя, і Йому не байдуже, що з нами відбувається. Бог розуміє наші найглибші потреби і знає, як їх задовольнити (пс. 33:13-14).

Він всемогутній: Бог має необмежену силу діяти заради нашого блага. Він знає, що для нас є найкращим – навіть якщо це не зовсім те, на що ми сподівались (мт. 19:26).

Він дбає про нас: Ісус вмер за нас на хресті, тож, можемо бути впевненими, що Бог любить нас, і що ніщо й ніколи не відлучить нас від Його любові (рим. 8:38-39). Можемо покласти на Його плечі весь тягар наших турбот. Він навіть більше за нас дбає про наше здоров’я та роботу, про наших друзів та членів сім’ї.

Він ніколи не полишить нас: Чим більше ми непокоїмося, тим сильніше відчуваємося самотніми та безпомічними. Але якщо належимо Богу, то немає необхідності самим носити свої тягари. У Псалмі 139 Давид (воїн і цар) пише про постійну присутність Бога. Він каже, що Господь знав усе про нас ще до того, як ми народилися (пс. 139:13-16). По справі, неможливо взагалі уникнути Божої присутності, куди б ми не пішли (пс. 139:7-12). Вранці чи вночі, на суші чи на морі, в глибині чи на висоті – Бог завжди поруч.



Як віддавати Богу свої турботи?

Відповідь стосується не того, що ми робимо, а у що віримо. На що ми більше покладаємося – на свої почуття та здібності чи на істини та обітниця Біблії, яка зображує Бога всемогутнім та вартим довіри?

Давид на власному досвіді знав, що значить довіряти Богу в найважчі часи. Навіть коли йшлося про війну, злидні та ворогів, які активно намагалися його знищити, Давид впевнено проголошував, що ті, хто Богу довіряють, “ситими будуть” (пс. 37:19). Головне значення цих слів вказує на цілковите задоволення сподівань тих, які покладаються на Господа. Отже, немає причин для страху у вихорі життєвих турбот. Бог завжди буде з нами і завжди подбає про нас.

Бог не обіцяє, що з нами ніколи нічого поганого не трапиться. Всі ми інколи проходимо крізь важкі періоди випробувань і турбот. Йдеться про біблійну обітницю, що Богу варто довіряти і віддавати Йому свої турботи – про свідомий вибір покладатися на Нього, а не на самих себе чи будь-кого іншого.

.....
Бог завжди буде
з нами і завжди
подбає **про нас**.
.....

Сам Ісус Христос вказував на пріоритетність тієї духовної практики, коли віддаємо Богу свої турботи. Ми дуже швидко починаємо непокоїтися через їжу, одяг та своє майбутнє. Проте Ісус сказав: “Шукайте ж найперш Царства Божого й правди Його, а все це вам додасться” (Мт. 6:33). Ісус вказував, що найперше,

.....
“Шукайте ж най-
перш Царства
Божого й правди
Його, а все це вам
додасться”.

Матвія 6:33
.....

про що маємо дбати, це пізнання Бога, уподібнення Йому і життя для Нього (це і є “правда Божого Царства”). Саме це має бути на першому місці в нашому житті. І якщо воно справді стає нашим пріоритетом, то глибше усвідомлюємо, що все знаходиться під Його контролем. Ми створені, щоб покладатися на

Бога, наслідувати Його характер та любов. Якщо ж натомість продовжуємо непокоїтися через земні речі, то зрештою віддаляємося від Бога.



Перетворюємо неспокій на молитву

Мало кого з нас спіткали ті випробування, з якими колись стикнувся апостол Павло (один із авторів Нового Заповіту). Своє християнське життя він присвятив тому, щоб розповідати іншим про Ісуса Христа та запропоноване Ним нове життя з Богом. Це також означало, що Павло нажив чимало ворогів серед своїх співвітчизників, які сприймали християнство як загрозу своїй національній самосвідомості. Та незважаючи на всі погрози, побиття та ув'язнення, Павло писав:

“Ні про що не турбуйтеся, а в усьому нехай виявляються Богові ваші бажання молитвою й проханням з подякою. І мир Божий, що вищий від усякого розуму, хай береже серця ваші та ваші думки у Христі Ісусі”.

Филип'ян 4:6-7

Цей уривок містить три ключових слова, що їх Павло використовує для зображення того, як маємо віддавати Богу свої турботи.

.....
Молитва підносить нас над **нашими турботами**, щоб ми могли побачити цей світ **очима Бога**.
.....

Молитва. Молитва – це просто звертання до Бога. Це свідомо виділений час, коли можемо зосередитися на Господі, Його характері, обітницях. Молитися – значить говорити Богу про те, Хто Він є; говорити про Того, Хто створив нас. Молитва – то чудовий спосіб відреагувати на прочитані біблійні тексти. Молитва допомагає дійсно розважати над тим, який величний, могутній, люблячий та вражаючий є наш Господь. Молитва підносить нас над нашими турботами, щоб ми могли побачити цей світ очима Бога.

Прохання. Прохання – це чудовий термін для “молитовних потреб”. Якщо розважаємо над Божою величчю та Його любов’ю до нас, то можемо сміливо просити в Нього допомоги, щоб нам упоратися з нашим неспокоєм, всілякими турботами. Господь сильніший за всі наші проблеми і може провести нас крізь будь-які випробування.

Подяка. Подяка здається чимось чужим та незрозумілим для тих, хто постійно занепокоєні. Але насправді вона є дуже правильною та ефективною

.....
Християни мають
багато причин
бути вдячними Богу – вони
спасенні Ісусом
Христом.
.....

реакцією на неспокій. Християни мають багато причин бути вдячними Богу – вони спасенні Ісусом Христом, повернені до Бога і їм обіцяне місце на небесах (Ів. 14:1-6). Коли ми з подякою приносимо до Бога свої турботи, це не означає, що ми дякуємо за самі

ці турботи. Це означає, що, незважаючи на всі негаразди, ми вдячні Богу за все те, що Він вчинив для нас у минулому, і що чинить для нас тепер. Ми віримо, що Господь працює в нашому житті, хоча й не завжди це помічаємо. Можемо дякувати Богу за Його любов до нас, за Його розуміння наших проблем і за обітницю завжди дбати про нас.

Чого ми очікуємо від молитви? Блискавок із небес і миттєвого вирішення всіх наших проблем? Ні. Коли віддаємо свої турботи Богу, Він обов'язково відповість – але у Свій час (найкращий для нас), навіть якщо нам хотілося б мати відповідь скоріше. Але молитва, перш за все, дає можливість

пізнати “мир Божий, що вищий від усякого розуму”. Цей спокій тому “вищий від усякого розуму”, що з'являться тоді, коли для цього, здавалося б, немає видимих причин – нічого в наших обставинах не змінилося, проблеми нікуди не ділися.

Але апостол Павло запевняє, що молитва приносить глибокий мир. Той мир, джерелом якого є наша глибока довіра Богу, а не відсутність проблем.

.....

Коли **віддаємо**
свої турботи Богу,
Він **обов'язково**
відповість – але
у Свій час, найкращий для нас.

.....



Якими можуть бути наслідки неспокою?

Неспокій може або наблизити нас до Бога, або, навпаки, віддалити. Ліками від неспокою є залежність від Бога, а не самодостатність та незалежність.

Коли йдеться про занепокоєння, послідовники Ісуса Христа діляться на дві групи стосовно того, що саме їх непокоїть, і стосовно того, що вони роблять зі своїми страхами. Християни мають ті ж самі турботи, що й усі інші люди, але чим глибше вони пізнають

.....
Християни мають
ті ж самі турботи,
що й усі інші люди,
але чим глибше
вони **пізнають
Бога**, тим краще
розуміють, що
можуть **довіряти
Йому**...
.....

Бога, тим краще розуміють, що можуть довіряти Йому і приносити до Нього всі свої турботи. Віддавши Богу всі свої турботи, вони отримують свободу зосередитися на тому, що турбує Бога. А про що дбає Господь? Проте, щоб все більше й більше людей увірували в Ісуса і повертались до реальних відносин із Ним.

Але неможливо турбуватися про те, що Боже, якщо

нас відволікають наші власні турботи. Це не означає, що наші щоденні турботи не мають ніякого значення. Вони важливі, і Бог розуміє це. Але Бог може зробити для нас набагато більше за те, що ми спроможні зробити власними зусиллями. Він любить нас і дбає про наші потреби. Якщо почнемо віддавати Богу свої турботи, нам почне все більше відкриватися Його надійність, вірність. Зростання в такій довірі Господу – коли глибоко усвідомлюємо, що наше життя в Його руках – робить нас спроможними ділитися своєю впевненістю з іншими людьми. Це, у свою чергу, дозволяє нам приєднуватися до праці Бога, Який дбає про спасіння тих, хто ще не пізнали Його.

.....
Якщо почнемо віддавати Богу **свої турботи**, нам почне все більше відкриватися Його **надійність, вірність.**
.....



Історія однієї людини, яка дуже непокоїлася

Цю історію нам розповіла одна людина, яка мала серйозні проблеми з неспокоєм і тривогами. Вона поділилась тим, як, давши Богу центральне місце у своєму житті, змогла знайти кращий спосіб реагування на стреси:

“Бог почав вказувати мені на проблему неспокою через текст із Послання до філіп’ян 1:6, де написано: «Я певний того, що той, хто в вас розпочав добре діло, виконає його аж до дня Христа Ісуса». Але я швидко усвідомив, що процес уподібнення Ісусу потребує не шести простих уроків або шести місяців, але триває все життя, аж доки не побачимося з Ним на небесах.

Бог вказав мені на чотири духовні дисципліни, що зрештою мали величезний вплив на моє життя: Біблія, молитва, довіра та послух. Читайте Біблію. Моліться – тобто розмовляйте регулярно з Богом. Бесіди з Богом мають стати способом життя. Довіряйте Богу все те, що не можете контролювати. Виявляйте Йому послух у тому, що можете контролювати.

Ці чотири духовні дисципліни стосуються нашої залежності від Бога. Але маємо дійсно практикувати їх, а не просто знати. Це справжнє благословення, коли

почуваємося немічними і всі наші ресурси вичерпані, тому що це спонукає нас приходити до Бога і просити в Нього помочі.

Коли я почав практикувати ці дисципліни у своєму житті, це справді допомогло мені набагато глибше пізнати Ісуса Христа. Він почав доводити Свою цілковиту достатність у тих щоденних речах, якими я раніше занадто переймався. У міру того, як Він продовжував забезпечувати мене усім необхідним, моя довіра до Нього зростала все більше й більше.

Ці чотири дисципліни – Біблія, молитва, довіра та послух – показали мені те, що я можу зробити зі своїми турботами: приносити їх до Бога. Практикуючи це, я дозволяв Богу працювати в моєму житті. Я став помічати, що залишається все менше причин турбуватись.

Хоча нам може здаватися, що найкраще ми служимо Богу тоді, коли вражаємо людей своїм іміджем сильних християн, ми насправді можемо цим позбавити їх останньої надії, що у Бога є якийсь план для їхнього життя. Справа в тому, що імідж сильних християн не викликає в них ентузіазму: «О, це якраз для мене!» Натомість вони кажуть: «Я ніколи не стану таким». Коли ж вони бачать, як слабка людина вчиться бути сильною і дійсно отри-

.....
Довіряйте Богу

все те, чого не можете контролювати. **Виявляйте**

Йому послух

у тому, що можете контролювати.
.....

мує силу від Бога, це сповняє їх надією. Тоді вони кажуть: «Слава Богу! Якщо це спрацювало в їхньому житті, то в цьому щось напевно є і для мене...»»

Якщо ви маєте проблеми з неспокоєм і страхами, розкажіть про це якому-небудь лідеру з вашої церкви або знайомому християнину, щоб вам молитися про це разом. Віруючі друзі допоможуть вам перетворити ваш неспокій у щось таке, що наближатиме вас до Бога і збільшуватиме вашу залежність від Нього, а не віддалятиме від Господа.



Серія “Погляд вглиб” пропонує християнам чудове біблійне вчення. Незалежно від того, новонавернений ви чи зрілий християнин, маєте широкий вибір невеликих біблійних статей, що торкаються багатьох важливих тем і питань.

Місія служіння “Хліб Наш Насуцний” – зробити доступною і зрозумілою для кожного мудрість Божого Слова, що змінює життя. Ми сповнені щирого бажання допомогти читачам наближатись до Бога й свідчити про віру своїм знайомим. Будь ласка, розкажіть про брошури серії “Погляд вглиб” тим, кому вони дійсно потрібні. Ви можете завантажити будь-яку брошуру даної серії у PDF форматі [на сторінці “Погляд вглиб”](#) сайту **ukrainian-odb.org**.

Всі наші ресурси доступні для кожного без будь-яких фінансових зобов’язань. Однак, якщо ви бажаєте підтримати фінансово служіння “Хліб Наш Насуцний”, можете зробити це, натиснувши посилання “Пожертвувати”.

ПОЖЕРТВУВАТИ