

قوت روزانه

قوت روزانه

زیرا هرچه در گذشته نوشته شد برای تعلیم ما بود تا بوسیله صبر و دلگرمی ای که کلام خدا میبخشد امیدوار باشیم (رومان ۱۵: ۴)

کلماتیکه در این کتاب ذکر شده از کلام مقدس گرفته شده است. امید داریم که بوسیله خواندن این کتاب دارای قدرت بیشتر گردیده و باعث تشویق بیشترتان در خواندن کتاب مقدس شود.

عیسی مسیح گفت: دل‌های شما پریشان نشود. به خدا توکل نمائید، به من نیز ایمان داشته باشید. سلامتی برای شما به جا میگذارم، من سلامتی خود را به شما میدهم. دنیا نمیتواند آن سلامتی را بطوریکه من به شما میدهم بدهد. دل‌های شما پریشان نشود و ترسان نباشید. (یوحنا ۱۴: ۱ و ۲۷)

ای تمامی زحمتکشان و گرانباران، نزد من بیایید و من به شما آرامی خواهم داد. (متی ۱۱: ۲۸)

ای خداوند، تو چقدر بزرگ هستی. مزامیر ۱۰۴: ۱

خدا گفت: ”شما را همیشه دوست داشته ام، با مهر و محبت عمیقی شما را بسوی خود کشیده ام.“ (ارمیا ۳۱: ۳)

اما خدا محبت خود را نسبت بما کاملاً ثابت کرده است زیرا در آن هنگام که ما هنوز گناهکار بودیم مسیح بخاطر ما مُرد.
(رومیان ۵: ۸)

شهادت این است که خدا به ما زندگی ابدی داده است و این زندگی در پسر او است. هر که پسر را دارد زندگی دارد و هر که پسر را ندارد صاحب زندگی نیست. (ایوحنا ۵: ۱۱-۱۲)

**به من قدرت ببخش، تا از دست دشمنانم ایمن باشم و
به حفظ احکام تو بپردازم. مزامیر ۱۱۹: ۱۱۷**

خدا پناهگاه و قوت ماست! او مددکاری است که در سختیها فوراً
به کمک ما میشتابد. (مزامیر ۴۶: ۱)

خدای ازلی پناهگاه توست و بازوان ابدی او تو را محافظت
خواهند کرد. (تثنیه ۳۳: ۲۷)

نترس، چون من با تو هستم، نگران نشو، زیرا من خدای تو هستم.
من تو را تقویت خواهم کرد و یاری خواهم داد و تو را حمایت
کرده، نجات خواهم بخشید. (اشعیا ۴۱: ۱۰)

مرا ترک مکن، خطر در کمین است. مزامیر ۲۲: ۱۱

خدا گفت: هنگامیکه در مشکلات هستید مرا بخوانید، من شما را نجات خواهم داد و شما مرا ستایش خواهید کرد. (مزامیر ۵۰: ۱۵)

مشکلات خود را به خدا وا گذار و او آنها را حل خواهد کرد. خداوند هرگز نخواهد گذاشت که شخص نیکو کار بلغزد و بیفتد. (مزامیر ۵۵: ۲۲)

در روزهای سخت زندگی، او مرا در خانه خود پناه خواهد داد، مرا حفظ خواهد کرد و بر صخره ای بلند و مطمئن استوار خواهد ساخت. (مزامیر ۲۷: ۵)

پدر. من نسبت به خدا و نسبت به تو گناه کرده ام.

لوقا ۱۵: ۲۱

خداوند بخشنده و مهربان است، او دیر غضب و پُر محبت میباشد.
(مزامیر ۱۰۳: ۸)

خداوند میفرماید: شما را از بت پرستی و بی ایمانی شفا خواهیم داد و محبت من حد و مرزی نخواهد داشت، زیرا خشم و غضب من برای همیشه فرو خواهد نشست. (هوشع ۱۴: ۴)

تو نیکو و بخشنده و بسیار رحیم هستی نسبت به آنانیکه تو را میخوانند. (مزامیر ۸۶: ۵)

من فقیر و نیازمند هستم. خدایا، به یاری من بشتاب!

مزامیر ۷۰: ۵

و خدای من همهٔ احتیاجات شما را با ثروت بزرگ خود در مسیح
عیسی رفع خواهد کرد. (فیلیپان ۴: ۱۹)

آیا خدایی که پسر خود را دریغ نداشت بلکه او را در راه همهٔ ما
تسلیم کرد با بخشیدن او همه چیز را با سخاوتمندی بما نمی
بخشد؟ (رومیان ۸: ۳۲)

خودت را بخداوند بسپار و بر او تکیه کن و او تو را یاری خواهد
داد. (مزامیر ۳۷: ۵)

خدا یا! خود را از من پنهان مکن. مزامیر ۳۷: ۹

خداوند بی نهایت رحیم و مهربان است. (یعقوب ۵: ۱۱)

شما دیگر گریه نخواهید کرد، زیرا خداوند دعای شما را خواهد شنید و به یاری شما خواهد آمد. (اشعیا ۳۰: ۱۹)

خداوند بخشنده و مهربان است. او دیر غضبناک میشود و بسیار رحیم است. خداوند نزدیک است به آنانیکه او را به راستی و صداقت طلب میکنند. (مزامیر ۱۴: ۸ و ۱۸)

راهی را که باید بپیمایم به من نشان ده.

مزامیر ۱۴۳: ۸

و من شما را همیشه هدایت نموده، (اشعیا ۵۸: ۱۱)

ترسان نباش، زیرا خداوند با تو خواهد بود و پیشاپیش تو حرکت خواهد کرد. او تو را تنها نخواهد گذاشت و ترک نخواهد کرد.
(تثنیه ۳۱: ۸)

این خدا، خدای ماست و تا به هنگام مرگ او ما را هدایت خواهد کرد. (مزامیر ۴۸: ۱۴)

بیا، ای عیسی، ای خداوند. مکاشفه ۲۲: ۲۰

همین عیسی که از پیش شما به آسمان بالا برده شد، همانطوریکه بالا رفت و شما دیدید. (اعمال رسولان ۱: ۱۱)

وقتی مسیح ظهور کند، ما مثل او خواهیم بود، زیرا او را آنچنان که هست خواهیم دید. (۱ یوحنا ۳: ۲)

وقتی مسیح که زندگی ماست ظهور کند، شما نیز با او در شکوه و جلال ظهور خواهید کرد. (کولسیان ۳: ۴)

ای خداوند پناهگاهی مطمئن و خانه حصار داری برای من باش. مزامیر ۳۱: ۱ و ۲

همیشه بر خداوند توکل کنید، او جان پناه جاودانی ماست!
(اشعیا ۲۶: ۴)

خداوند گفت: فیض من برای تو کافوست، زیرا قدرت من در
ضعف تو کامل میگردد. (۲قرنتیان ۱۲: ۹)

عیسی مسیح امروز همان است که دیروز بوده و تا ابد هم است.
(عبرانیان ۱۳: ۸)

من ایمان دارم ولی ایمانم کم است. کمک کن و آنرا زیاد گردان. مرقس ۹: ۲۴

عیسی مسیح گفت: دل‌های شما پریشان نشود. به خدا توکل نمائید،
به من نیز ایمان داشته باشید. (یوحنا ۱۴: ۱)

زیرا یقین دارم که نه موت و نه حیات، نه فرشتگان و نه نیروها
و قدرتهای فوق بشری، نه پیشامدهای امروز و نه وقایع فردا، نه
قدرتهای آسمانی و نه بلندی و نه پستی و خلاصه هیچ چیز
در تمام آفرینش نمی تواند ما را از محبتی که خدا در خداوند ما
عیسی مسیح آشکار نموده است جدا سازد. (رومیان ۸: ۳۸-۳۹)

خطایا و گناهان جوانی ام را ببخش! مزامیر ۲۵: ۲

خداوند گفت: نترس! زیرا من بهای آزادی تو را پرداخته ام. من ترا بنام خود خوانده ام. تو مال من هستی. (اشعیا ۴۳: ۱)

با وجود این من خدائی هستم که بخاطر خودم گناهان شما را پاک میسازم و آنها را دیگر هرگز به یاد نخواهم آورد. (اشعیا ۴۳: ۲۵)

نترس، چون من با تو هستم. (اشعیا ۴۱: ۱۰)

عمرم با آه و ناله بسر می‌رود. مزامیر ۳۱: ۱۰

خداوند نزدیک دلشکستگان است، او آنانی را که امید خود را از دست داده اند، نجات می‌دهد. (مزامیر ۳۴: ۱۸)

آری، قوی و شجاع باش و ترس و واهمه را از خود دور کن و به یاد داشته باش که هر جا بروی من که خداوند، خدای تو هستم، با تو خواهم بود. (یوشع ۱: ۹)

رحمت خداوند بی زوال است. آری، به سبب محبت اوست که ما تلف نشده ایم. وفاداری خدا عظیم است و رحمت او هر صبح بر ما میتابد. (مراثی ارمیا ۳: ۲۲-۲۳)

**ای خداوند، دعایم را بشنو! با گریه از تو کمک
میطلبم مرا اجابت فرما. مزامیر ۲۸: ۱ و ۲**

در آن روز دیگر از من چیزی نخواهید پرسید. یقین بدانید که
هرچه بنام من از پدر بخواهید به شما خواهد داد.
(یوحنا ۱۶: ۲۳)

و هرچه با ایمان در دعا طلب کنید خواهید یافت. (متی ۲۱: ۲۲)

چون هر که بخواهد به دست می آورد و هر که بجوید پیدا میکند
و هر که بکوبد در برویش باز میشود. (لوقا ۱۱: ۱۰)

ای خداوند، برخیز! مرا نجات ده! مزامیر ۳: ۲

زیرا خدا پسر خود را به دنیا نفرستاد که از دنیا باز خواست کند بلکه تا آنرا نجات بخشد. (یوحنا ۳: ۱۷)

زیرا هر که به خداوند روی آورد نجات می یابد. (رومیان ۱۰: ۱۳)

به خداوند امید وار باش، زیرا رحمت او عظیم است، اوست که میتواند ما را نجات بخشد. (مزامیر ۱۳۰: ۷)

ای پدر آسمانی ما، ما را از وسوسه ها دور نگهدار و از شریر رهایی ده. متی: ۶: ۹ و ۱۳

وسوسه هائی که شما به آن روبرو میشوید، وسوسه هائی است که برای تمام مردم پیش می آید، اما خدا به وعده های خود وفا میکند و نمیگذارد شما بیش از حد توانائی خود وسوسه شوید. همراه با هر وسوسه خداوند راهی هم برای فرار از آن فراهم میکند تا بتوانید در مقابل آن پایداری کنید. (۱قرنتیان ۱۰: ۱۳)

پس به این نتیجه می رسیم که خدا میداند چطور نیک مردان را از وسوسه ها و آزمایشها برهاند و چگونه شریران را تا روز باز پسین تحت عقوبت نگهدارد. (۲پطرس ۲: ۹)

نخواهم ترسید زیرا تو، ای شبان من، با من هستی!
(مزامیر ۲۳: ۴)

ایخداوند... گناهانم را محو کن و مرا پاک ساز...

مزامیر ۵۱: ۱ و ۲

خداوند میفرماید:

بحث و جدل من با شما اینست: اگرچه لکه های گناهانتان به سرخی خون است، اما من آنها را مانند پشم پاک میکنم و شما را همچون برف سفید میسازم. (اشعیا ۱: ۱۸)

برای گناهان ما بود که او مجروح شد و برای شرارت ما بود که او را زدند. او تنبیه شد تا ما سلامتی کامل داشته باشیم. از زخمهای او ما شفا یافتیم. (اشعیا ۵۳: ۵)

اما اگر ما به گناهان خود اقرار نمائیم، میتوانیم به او اعتماد کنیم زیرا او به حق عمل میکند - او گناهان ما را می آموزد و ما را از همه خطاهای ما پاک میسازد. (ایوحنا ۱: ۹)

**خداوندا، من ایمان دارم که تو مسیح و پسر خدا
هستی... یوحنا ۱۱: ۲۷**

زیرا خدا به دنیا آنقدر محبت داشت که پسر یگانه خود را داد تا
هر که به او ایمان بیاورد هلاک نگردد بلکه صاحب زندگی ابدی
شود. زیرا خدا پسر خود را به دنیا نفرستاد که از دنیا باز خواست
کند بلکه تا آنرا نجات بخشد. (یوحنا ۳: ۱۶-۱۷)

خدایا، مرا از حضورت مران. مزامیرا ۵: ۱۰-۱۱

عیسی مسیح گفت: ای تمامی زحمت کشان و گرانباران، نزد من بیائید و من به شما آرامی خواهم داد. (متی ۱۱: ۲۸)

همه کسانی که پدر به من می بخشد به سوی من خواهند آمد و کسی را که پیش من می آید بیرون نخواهم کرد. (یوحنا ۶: ۳۷)

من نان زندگی هستم، هر که نزد من بیاید هرگز گرسنه نخواهد شد و هر که به من ایمان بیاورد هرگز تشنه نخواهد گردید. (یوحنا ۶: ۳۵)

ای خداوند، عصیان مرا محو کن. مزامیر ۵۱: ۱

خداوند گفت: گناهانت را محو کرده ام، آنها مانند شبی صبحگاهی، به هنگام ظهر نا پدید شده اند! بازگرد، زیرا بهای آزادی تو را پرداخته ام. (اشعیا ۴۴: ۲۲)

او با ما مطابق گناهان ما عمل ننموده و آنچنان که سزاوار بوده ایم، ما را به سزای اعمال مان نرسانده است. زیرا به اندازه که آسمان از زمین بلند تر است، به همان اندازه رحمت خداوند برکسانیکه او را گرامی میدارند عظیم میباشد! به اندازه که مشرق از مغرب دور است به همان اندازه خداوند گناهان ما را از ما دور کرده است. (مزامیر ۱۰۳: ۱۰-۱۲)

مانند گوسفند گم شده سرگردان هستیم! بیا و مرا دریاب. مزامیر ۱۱۹: ۱۷۶

مثلاً، خود مسیح یک بار برای همیشه به خاطر گناه شما مرد،
یعنی یک شخص بی گناه در راه گناه کاران مرد تا ما را به
حضور خداوند بیاورد. او از لحاظ جسم کشته شد اما از
لحاظ روح به زندگی خود ادامه داد. (۱ پطرس ۳: ۱۸)

اما اکنون که شما دور بودید بوسیله مسیح عیسی و ریختن خون او
نزدیک شده اید. (افسیان ۲: ۱۳)

پس دیگر برای کسانی که در پیوستگی با مسیح عیسی بسر می برند
هیچ محکومیتی وجود ندارد. (رومیان ۸: ۱)

ای خدا، از من مواظبت نما و مرا زیر سایهٔ بالهای خود پنهان کن. مزامیر ۱۲: ۶ و ۸

بار تمام تشویش خود را به دوش او بگذارید، زیرا او همیشه در فکر شما است. (۱ پطرس ۵: ۷)

خدا فرموده است: من هرگز شما را تنها نخواهم گذاشت و ترک نخواهم کرد. (عبرانیان ۱۳: ۵)

خداوند قوت و سپر من است. از صمیم قلب بر او توکل کردم و او مرا یاری کرد. از این رو، دلم شاد است و با سرود از او تشکر مینمایم. (مزامیر ۲۸: ۷)

**ای خدا، از من محافظت فرما، زیرا که به تو پناه
آورده‌ام. مزامیر ۱۶: ۱**

خداوند خودش از تو مراقبت مینماید! او درکنارت است تا از تو حمایت کند. خداوند ترا از هر بدی دور نگاه میدارد و جانت را حفظ میکند. خداوند رفت و آمد تو را زیر نظر دارد و پیوسته از تو مراقبت مینماید. (مزامیر ۱۲۱: ۵ و ۷-۸)

ای خداوند، تو کسانی را که به تو توکل دارند و در عزم خود راسخ اند در آرامش کامل نگاه خواهی داشت. (اشعیا ۲۶: ۳)

ای خداوند ... مرا شستشو ده تا سفید تر از برف شوم.

مزامیر ۵۱: ۱ و ۲

اما، اگر در نور بسر میبریم - همانطور که خدا در نور است - در آنصورت با یکدیگر شراکت داریم و خون عیسی، پسر او، ما را از همه گناهان پاک میسازد. (۱ یوحنا ۱: ۷)

در مسیح و بوسیله خون او ما رهایی یافتیم و گناهان ما بخشیده شد و چقدر بی حد و بی اندازه است فیضی که خدا. (افسیان ۱: ۷)

در هیچکس دیگر، رستگاری نیست و در زیر آسمان هیچ نامی جز نام عیسی به مردم عطا نشده است تا بوسیله آن نجات یابیم. (اعمال رسولان ۴: ۱۲)

خدایا، دلی پاک در درون من بیافرین و از نو، روحی راست به من عطا کن. مزامیر ۵۱: ۱۰

روز بعد، وقتی یحیی عیسی را دید که بطرف او می آید، گفت:
ببینید این است آن بره خدا که گناه جهان را بر میدارد.
(یوحنا ۱: ۲۹)

عیسی مسیح گفت: بیقین بدانید کسیکه به من ایمان می آورد
زندگی ابدی دارد. (یوحنا ۶: ۴۷)

زیرا او میفرماید: در زمان مطلوب به تو گوش دادم و در روز نجات
ترا کمک کردم. گوش بدهید! این زمان ، زمان مطلوب است و
امروز، روز نجات. (۲قرن تیان ۶: ۲)

ای آقا. به من کمک کن. متی ۱۵: ۲۵

من که خداوند، خدای تو هستم دست راست را گرفته ام و میگویم نترس، زیرا ترا یاری خواهم داد. (اشعیا ۴۱: ۱۳)

خداوند میفرماید: من هستم که به شما تسلی میدهم و شما را شاد میسازم. من خداوند، خدای شما هستم همان خداوند قادر متعال. (اشعیا ۵۱: ۱۲ و ۱۵)

خداوند گفت: شما را تنها نمی گذارم، پیش شما بر میگردم. (یوحنا ۱۴: ۱۸)

خدایا، روی خود را بسوی من بر گردان و بر من رحمت فرما مزامیر ۸۶: ۱۴ و ۱۶

ای خداوند، تو بر فقیران و بی کسان به هنگام سختی پناهگاه هستی،
در برابر طوفان سر پناه، و در گرمای روز سایه. نفس ستمگران
مانند سیلابی است که بر دیوار گلی یورش میبرند. (اشعیا ۲۵: ۴)

خداوند پناهگاه رنجدیدگان است و ایشان را در سختیها حفظ
میکند. (مزامیر ۹: ۹)

اما رحمت خداوند بر کسانیکه او را گرامی میدارند، همیشگی
است. (مزامیر ۱۰۳: ۱۷)

ای خدا، به دعای من گوش کن. مزامیر ۵۵: ۱

اطمینان ما در حضور خدا اینست که اگر از او چیزی بخواهیم که مطابق اراده او باشد به ما گوش میدهد. (ایوحنا ۵: ۱۴)

پس بیایید تا با دلیری به تخت فیض بخش خدا نزدیک شویم تا رحمت یافته در وقت احتیاج از او فیض یابیم. (عبرانیان ۴: ۱۶)

برای هیچ چیز تشویش نکنید، بلکه همیشه در هر مورد با دعا و مناجات و سپاسگذاری تقاضای خود را در پیشگاه خدا تقدیم نمائید. (فیلیپیان ۴: ۶)

اما من بر تو ایخداوند، نظر لطف بر بنده ات بیافکن.

مزامیر ۳۱: ۱۴ و ۱۶

زیرا پسر انسان آمده است تا گمشده را پیدا کند و نجات دهد.
(لوقا ۱۹: ۱۰)

مگر خدا شما را برای همین برگزیده است... مسیح شخصاً بار
گناهان ما را بر دوش گرفته آنها را بر صلیب برد تا ما هم نسبت به
گناه بمیریم و برای عدالت زیست کنیم، زیرا به سبب زخم های
اوست که ما شفا یافته ایم. (۱ پطرس ۲: ۲۱ و ۲۴)

اما خدا در روز سوم او را زنده کرد و بسیاری او را دیدند. تمام
پیغمبران به او شهادت میدهند که هرکسی به او ایمان آورد
بوسیله نام او گناهانش آمرزیده میشود. (اعمال ۱۰: ۴۰ و ۴۳)

ایخدا، به من گنهکار دلسوزی کن! لوقا ۱۸: ۱۳

ای مردم فکر نکنید که خداوند ضعیف شده و دیگر نمیتواند شما را نجات دهد. گوش او سنگین نیست، او دعا‌های شما را میشنود.
(اشعیا ۵۹: ۱)

که مسیح عیسی به دنیا آمد تا گنهکاران را نجات بخشد.
(تیموتاوس ۱: ۱۵)

و به این سبب او قادر است همهٔ کسانی را که بوسیلهٔ او به حضور خدا می آیند کاملاً و برای همیشه نجات بخشد، زیرا تا او به ابد زنده است و برای آنان شفاعت میکند. (عبرانیان ۷: ۲۵)

تو راه حیات را به من نشان خواهی داد.

مزامیرا ۱۶: ۱۱

من چوپان نیکو هستم، چوپان نیکو جان خود را برای گوسفندان فدا می‌سازد. گوسفندان من صدای مرا می‌شنوند و من آنها را می‌شناسم و آنها به دنبال من می‌آیند. من به آنها زندگی ابدی می‌بخشیم و آنها هرگز هلاک نخواهند شد و هیچکس نمیتواند آنها را از دست من بگیرد. (یوحنا ۱۰: ۱۱ و ۲۷-۲۸)

پس از اندک زمانی، دنیا دیگر مرا نخواهد دید اما شما مرا خواهید دید و چون من زنده ام شما هم زندگی میکنید.
(یوحنا ۱۴: ۱۹)

ای عیسی، وقتی به دولت خود رسیدی مرا به یاد داشته باش. لوقا ۲۳: ۴۲

اما خدا آنقدر در رحمت و بخشایش ثروتمند و در محبتش نسبت به ما کریم است که گرچه بعلت خطاهای خود مرده بودیم ما را با مسیح زنده گردانید. (از راه فیض خداست که شما نجات یافته اید.) و در مسیح ما را سرافراز فرمود و در قلمرو آسمانی با مسیح نشانید. (افسیان ۲: ۴-۶)

براستی خدا نجات دهنده من است. بر او توکل خواهم کرد و نخواهم ترسید. خداوند قوت و سرود من است، او نجات من است. (اشعیا ۱۲: ۲)

مزامیر ۲۲

خداوند شبان من است، محتاج به هیچ چیز نخواهم بود در مرتعهای سرسبز مرا می خواباند، بسوی آبهای آرام هدایت می کند و جان مرا تازه میسازد. او بخاطر نام پر شکوه خود مرا به راه راست رهبری میکند. حتی اگر از دره تاریک مرگ نیز عبور کنم، نخواهم ترسید، زیرا تو، ای شبان من، بامن هستی! عصا و چوبدستی تو به من قوت قلب میبخشد.

در برابر چشمان دشمنانم سفره ای برای من می گسترانی، از من همچون مهمانی عزیز پذیرایی میکنی و جامم را لبریز میسازی. اطمینان دارم که در طول عمر خود، نیکویی و رحمت تو، ای خداوند، همراه من خواهد بود و من تا ابد در خانه تو ساکن خواهم شد.

مزامیر ۴۶

خدا پناهگاه و قوت ماست! او مددکاری است که در سختیها فوراً به کمک ما میشتابد. بنابراین، ما نخواهیم ترسید اگرچه زمین از جای بجنبد و کوهها به قعر دریا فرو ریزند، دریا غرش نماید و کف بر آرد و طغیانش کوهها را بلرزاند! نهریست که شعبه هایش شادمانی به شهر خدا می آورد و خانه مقدس خدا را پر نشاط میسازد. این شهر هرگز نابود نخواهد شد، زیرا خدا در آن ساکن است. پیش از آنکه اتفاقی رخ دهد خدا به یاری آن خواهد شتافت. قومهای جهان از ترس فریاد بر می آورند، حکومتها لرزانند، خدا ندا میدهد و دنیا مانند موم گداخته میشود. خداوند قادر متعال با ماست! خدای یعقوب پناهگاه ماست! بیایید کارهای خداوند را مشاهده کنید. ببینید در دنیا چه خرابیها بر جای نهاده است. او جنگها را در سراسر دنیا متوقف خواهد ساخت، کمانها را خواهد شکست، نیزهها را خرد خواهد کرد و عرابهها را به آتش خواهد کشید. (از جنگ دست بردارید و بدانید که من خدا هستم و در میان قومهای جهان مورد عزت و احترام خواهم بود.) خداوند قادر متعال با ماست! خدای یعقوب پناهگاه ماست!

مزامیر ۱۲۱

چشمان خود را به کوه ها دوخته ام و در انتظار کمک هستم.
کمک من از جانب خداوند می آید که آسمان و زمین را آفرید.
خداوند نخواهد گذاشت پایم بلغزد و بیفتم. او که از من حمایت
میکند، هرگز نمی خوابد.

او که از اسرائیل محافظت میکند، چشمانش به خواب نمی رود.
خداوند خودش از تو مراقبت مینماید! او در کنارت است تا از تو
حمایت کند.

آفتاب در روز به تو آسیب نخواهد رسانید و نه مهتاب در شب.
خداوند، تو را از هر بدی دور نگاه میدارد و جانت را حفظ
میکند. خداوند، رفت و آمد ترا زیر نظر دارد و پیوسته از تو
مراقبت می نماید.

((ای پدر آسمانی ما،
 نام تو مقدس باد.
 دولت تو بیاید.
 اراده تو همانطور که در آسمان اجراء میشود در زمین نیز اجراء
 شود.
 نان روزانه ما را امروز بما بده .
 خطایای ما را ببخش، چنانکه ما نیز کسانی را که به ما خطا کرده
 اند می بخشیم .
 ما را از وسوسه ها دور نگهدار و از شریر رهائی ده زیرا دولت
 وقدرت و جلال تا ابدالآباد از تو است. آمین.))
 (متی ۶: ۹-۱۳)