

# زندگی منضبط

آموزش شاگردی برای رهبران

جلد اول

# زندگی منضبط

آموزش شاگردی برای رهبران

جلد اول

نوشته ایوری تی ویلیس  
مترجمین: کشیش نینوس مقدس نیا  
جسیکا باباخانیان  
دنیس مرادخان  
سابرینا بدلیان

ویراستار: آرمان رشدی

## پیشگفتار

«شاگردی» موضوعی است که بگونه‌ای فزاینده مورد توجه واقع می‌شود. این توجه تا آن حد است که افرادی که دست اندرکار خدمات مختلف می‌باشند، ادعا می‌کنند که کارشان شاگردی است. شاگردی را می‌توان بگونه‌ای معقول چنین تعریف کرد: «شاگردی تعهدی است که شخص مسیحی در تمام طول عمر خود نسبت به شخص عیسای مسیح و تعالیم و روح او دارد. برای شاگرد، زندگی تحت خداوندگاری و حاکمیت مسیح، مستلزم یادگیری تدریجی، شباهت روزافزون به مسیح، بکارگیری اصول کتابمقدس، احساس مسئولیت برای اشاعه ایمان مسیحی، و عضویت مسئولانه در کلیسا می‌باشد.»

توجه عمومی به مسأله شاگردی عمده‌ی مدیون تلاش افراد و گروه‌های متعددی است که برشاگردسازی تأکید داشته‌اند. برای توصیف دقیق‌تر این تلاش باید گفت که «شاگردی، فرایندی است برای آموزش که از طریق آن، کلیسا یا یک گروه کوچک و یا یک فرد، شاگردان را کمک می‌کنند تا بیشتر به شباهت مسیح درآیند و اصول اساسی مسیحیت را رعایت کنند و به نوبه خود دیگران را شاگرد سازند.»

دوره آموزش شاگردی «زندگی منضبط» (MasterLife) دوره‌ای است شامل دروس متوالی و پیشرونده به منظور شاگردسازی گروهی. این دوره، فرد را به پذیرش مسیح بعنوان استاد و خداوند راهنمایی می‌کند و به او کمک می‌کند تا با عمل کردن به دیسپلین و اصول اساسی تحت هدایت معلمین بالغ و مجرب، زندگی را تحت نظم و انضباط درآورد. این امر مستلزم تعهد، احساس مسئولیت، و ایجاد ارتباط شخصی با افرادی است که به اصول کتابمقدس عمل می‌کنند و آن را تعلیم می‌دهند.

در قرن بیستم، دیدگاه‌های مختلف در خصوص شاگردی، همچون نهرهایی بوده‌اند که به عمق و عرض رودخانه شاگردی افزوده‌اند. اما با اینحال، سرچشمه این رودخانه شاگردی همانا کتابمقدس است که بوسیله روح القدس چون جریان حیات بخش جاری است.

برای تهیه این دوره، دوستان بسیاری به من یاری داده‌اند که از همگی ایشان سپاسگزارم. اما سپاسگزاری واقعی و اصلی را مدیون خداوند عیسای مسیح هستم که ما را فدیة داده و به شاگردی خود فراخوانده است.

ایوری تی ویلیس

Avery T. Willis, Jr

## مقدمه

به دوره «زندگی منضبط» (MasterLife): دوره آموزش شاگردی برای رهبران» خوش آمدید. این دوره، فرایندی است ۶ ماهه برای آموزش عمیق شاگردی. یک رهبر مسیحی بالغ و آموزش دیده که نسبت به رشد خود در شاگردی و کمک به دیگران در این زمینه احساس مسئولیت می‌کند، شما را برای شرکت در این دوره دعوت کرده است. این رهبر توانایی شما را برای رشد در زمینه شاگردی تشخیص داده و برای شما دعا کرده است. شما نیز دعا کنید تا نسبت به دوره «زندگی منضبط» احساس مسئولیت نمایید.

پیش از آنکه این کتاب به دست شما برسد، اطلاعاتی در مورد دوره «زندگی منضبط» در اختیارتان قرار داده شده است. لذا هدف این مقدمه، ارائه اطلاعاتی اضافی یا تکرار اطلاعات قبلی نیست، بلکه مقصود آنست که خلاصه‌ای نوشته شده از اطلاعاتی که قبلاً دریافت داشته‌اید، در اختیارتان بگذارد تا در آینده مورد استفاده‌تان قرار گیرد.

### هدف دوره «زندگی منضبط»

هدف دوره «زندگی منضبط» ارائه صرف یک دوره درسی یا دادن تکالیف درسی نیست، چون در این صورت این دوره خود بصورت هدف در می‌آید. هدف دوره «زندگی منضبط» شاگرد شدن شماست. و هدف از شاگرد شدن شما اینست که عیسی را پیروی کنید، احکامی را که او به شاگردانش داد انجام دهید، و سایرین را کمک کنید تا شاگرد او گردند. «زندگی منضبط» بخودی خود هدف نیست، بلکه وسیله و ابزاری است برای تشویق شما در جهت رشد در شاگردی مسیح. هدف زندگی منضبط «اینست که به شما کمک کند تا دریابید خدمت به مسیح بعنوان شاگرد او چه شادی دربردارد.»

همچنانکه هفته‌ها را در مطالعه این دوره می‌گذرانید و بیش از پیش بر روی مسأله پیروی شاگردگونه از مسیح متمرکز می‌شوید، شادی و شمع رشد روحانی ناشی از شاگردی مسیح را تجربه خواهید کرد.

۱- پی خواهید برد که انکار نفس، برداشتن صلیب و پیروی از مسیح چنان تجربه هیجان‌انگیزی است که خواهید خواست آن را سرلوحه زندگی خود قرار دهید.

۲- بیش از پیش به معنی ماندن در مسیحی پی خواهید برد، و بیش از پیش آرامش و امنیت و هدف آن را تجربه خواهید کرد.

۳- اطمینان و اعتمادی را که از زندگی کردن در کلام حاصل می‌شود، تجربه خواهید کرد. مهارتهای جدیدی در مطالعه و تفسیر کلام بدست خواهید آورد. روح القدس از این مهارتها استفاده خواهد کرد تا درک جدیدی از کلام خدا و اراده او برای زندگی خود کسب کنید.

۴- خواهید آموخت که چگونه با ایمان دعا کنید؛ و از این راه، قدرت جدیدی را در دعا تجربه خواهید کرد.

۵- با سایر ایمانداران مشارکت عمیق‌تری خواهید داشت و رابطه‌تان با اعضای خانواده غنی‌تر خواهد شد، زیرا خواهید آموخت که محبت مسیح را به دیگران ابراز کنید.

۶- پی خواهید برد که معرفی مسیح به دیگران - چه با رفتار و چه با گفتار - چه شادی دربردارد.

۷- پی خواهید برد که کمک به دیگران و رسیدگی به نیازهایشان چه رضایتی به باری آورد.

۸- و سرانجام، مشاهده خواهید کرد که آن صفات و خصوصیات که برای بدست آوردنشان سخت می‌کوشیدید، اکنون بطور طبیعی و بدون تلاش بی‌ثمر، در زندگی‌تان شکوفا می‌شوند. از میان این خصوصیات، می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- فروتنی و روح خدمت
- وابستگی به خدا
- محبت به انسانها، خصوصاً به ایمانداران
- اعتماد (به خود و به خدا)
- احساس حضور خدا در مورد هدایت مستقیم او
- میل به خدمت به خدا و به انسانها
- توجه به گمراهان
- ایمانی عمیق
- شادی زائد الوصف
- استواری در وفاداری
- درک ارزش کار خدا از طریق کلیسا
- رابطه خوب با اعضای خانواده
- علاقه به دعا

#### دوره درسی «زندگی منضبط»

در مقوله شاگردی، لااقل شش موضوع اصلی مطرح است:

- صرف وقت با خداوند
- زندگی در کلام
- دعای با ایمان
- مشارکت با ایمانداران
- شهادت به دیگران
- خدمت به دیگران

«زندگی منضبط» از نقطه آغاز شروع می‌کند و به شما کمک می‌نماید که در همه موارد بالا بطور همزمان مهارت یابید و رشد کنید. برای آنکه به شما کمک کنیم تا دوره درسی «زندگی منضبط» را درک کنید، ترتیب دروس دبیرستان را به یاد شما می‌آوریم. در دبیرستان، هر روز چند کلاس برای دروس مختلف نظیر ریاضیات، ادبیات، تاریخ و جغرافیا تشکیل می‌شود. هر روز تکالیف و تمرینهایی داده می‌شود تا به یادگیری هر درس کمک شود. شاگرد احساس می‌کند که هر روز و هر سال که می‌گذرد، اطلاعات و تجربه جدیدی به آموخته‌های قبلی‌اش اضافه می‌شود. «زندگی منضبط» نیز همین دیدگاه آموزشی را دنبال می‌کند. یادگیری شش مورد مذکور را از مراحل ابتدایی آغاز خواهید کرد. هر هفته، نکاتی را در زمینه همه موارد بالا خواهید آموخت، و هر هفته تکالیفی برای هر مورد خواهید داشت. این مطالعات و یادگیری و تکالیف باعث خواهد شد که بطور همزمان در تمام این موارد رشد و پیشرفت کنید. هر جلسه گروهی «زندگی منضبط» بر دو چیز تأکید خواهد داشت: درسهایی که به هنگام انجام تکالیف هفته گذشته آموخته‌اید و دادن آموزش برای کمک در انجام تکالیف هفته بعد. آموزشی که در دوره «زندگی منضبط» دریافت می‌کنید، طبق روشی ثابت بشرح زیر صورت خواهد گرفت.

- ۱- مسؤول شما مهارت، رفتار یا اصول مطلوب برای زندگی روزمره را با شما در میان خواهد گذاشت.
- ۲- مسؤول شما، طی یک جلسه گروهی به شما نشان خواهد داد و خواهد گفت که تکالیف مربوط به آن مهارت، رفتار یا اصول را چگونه انجام دهید.
- ۳- طی هفته یا هفته‌های بعدی، به مطالعه و انجام تکالیف خواهید پرداخت.
- ۴- طی جلسه بعدی، به تمرین در زمینه مهارت، اصول، یا ارائه مطالب با سایر اعضای گروه خواهید پرداخت.
- ۵- اعضای گروه یکدیگر را امتحان و کمک خواهند کرد تا آنکه هر شاگرد بر تکالیف خود مسلط شود.
- ۶- از این تکالیف در زندگی روزمره خود استفاده خواهید کرد.
- ۷- با استفاده از همین روش، قادر خواهید شد شخص دیگری را تربیت کنید.

روشی که باید هفته به هفته دنبال کنید بطور خلاصه چنین است: (۱) در یک جلسه آموزشی، در مورد هر شش موضوع اطلاعاتی دریافت خواهید داشت. (۲) برای هفته بعدی، تکلیفی دریافت خواهید کرد. این تکالیف براساس اطلاعاتی خواهند بود که دریافت کرده‌اید. (۳) در جلسه بعدی، توسط یکی از اعضای گروه چک خواهید شد. برای فراگیری برخی مهارتها، اصول یا شیوه‌های ارائه مطلب، هفته‌ها وقت و چندین جلسه تمرین لازم خواهد بود.

#### منابع مورد نیاز برای دوره «زندگی منضبط»

منابع اصلی مورد نیاز برای این دوره، جلد‌های اول و دوم کتاب «زندگی منضبط» و کتاب مقدس می‌باشد. در هر جلسه یک برجسب شماره‌گذاری شده و مواد و وسایل لازم برای تکلیف هفته آینده خود دریافت خواهید داشت. از این وسایل برای تهیه کتابتان استفاده خواهید کرد. صفحه برجسب‌دار برای هر هفته، شامل «زندگی من با خداوند در این هفته» و فهرست تکالیف آن هفته می‌باشد.

وقتی تکلیفی را انجام دادید، در مربع مقابل آن تکلیف در سمت راست صفحه این‌گونه علامت بزنید: / . در جلسه بعدی، یکی از اعضای گروه کار شما را کنترل خواهد کرد و یک خط دیگر بصورت ضربدر به آن خواهد افزود، به این شکل: X. این کار برای آنست که به شما در انجام تکالیف هفتگی کمک کند تا بعد از آن بتوانید به سراغ تکالیف هفته بعد بروید. مواد و وسایل مربوط به آن هفته، شما را در انجام تکالیف یاری خواهند داد. شما می‌توانید این تکالیف را در وقت و با ترتیب خاص خود انجام دهید، اما بهر حال باید همه آنها را قبل از جلسه بعدی انجام دهید. هر هفته قسمتی از روش ارائه یا مهارت را خواهید آموخت. از مربع‌های سمت چپ تکالیف استفاده نکنید، تا زمانی که مسؤولتان این کار را از شما بخواهد. این مربع‌ها در موقعیتهای خاص یا توسط گروههایی که نمی‌توانند در جلسات ۲ ساعته شرکت کنند، مورد استفاده قرار خواهند گرفت.

به تدریج که در امر شاگردی رشد می‌کنید، از شما خواسته خواهد شد که مسؤولیت بیشتری در کنترل کار خود و در طرح ریزی برخی از فعالیتهای آموزشی خود بعهده بگیرید.

#### از کمک دیگران استفاده کنید

مسؤول شما آماده خواهد بود که در صورت لزوم، شخصاً به شما کمک کند. او شما را دعوت خواهد کرد که او را به هنگام خدمت به دیگران همراهی کنید تا به این ترتیب شخصاً نحوه خدمت به دیگران را مشاهده نمایید و آن را قدم به قدم تمرین کنید.

یک نکته دیگر! شما وارد یک نبرد روحانی می‌شوید. شیطان هر کاری خواهد کرد تا مانع گردد که شما شاگردی کارآمد و رهبری تمرینش شوید. او با مسیحیانی که به احکام مسیح ایمان دارند ولی به آنها عمل نمی‌کنند، کاری ندارد. نگرانی او از رهبرانی است که «به آنچه تعلیم می‌دهند، عمل می‌کنند». شما به حمایت روحانی نیاز دارید.

نام یک نفر از ایمانداران خارج گروه را بنویسید تا شما را در دعا همراهی کند. او باید کسی باشد که بتواند در دعا شما را پشتیبانی کند و شما نیز بتوانید مسائل زندگی تان را با او در میان بگذارید. شما باید هر هفته حضوراً یا تلفنی به او گفتگو و دعا کنید. خدا هر دو شما را برکت داده، به دعاهایتان پاسخ خواهد داد (متی ۱۸:۱۸-۲۰).

تذکر

در پایان این کتاب، چند مقوای بخش‌بندی، مربوط به هر شش موضوع مورد مطالعه و تکالیف آن وجود دارد. فهرستی از نکات مهم مربوط به آن موضوع بر روی آنها چاپ شده است. اگر مایل باشید، می‌توانید اوراق و مواد مربوط به هر موضوع را پس از هر یک از این مقواها قرار دهید. البته این کار اختیاری است.

## ورقه مربوط به اطلاعات فردی

جلسه معارفه کمک خواهد کرد تا افراد همگروهتان شما را بهتر بشناسند. مسائل خصوصی را مطرح نکنید اما لااقل اطلاعاتی را بیش از نامتان در اختیار ایشان بگذارید. این اطلاعات کمک خواهد کرد تا ایشان مفهوم نامتان را بهتر درک کنند. به هر سؤال زیر بیش از یک دقیقه پاسخ ندهید.

۱- چگونه این شخص شدم؟

چه فرد یا افراد، و واقعه یا وقایعی به ارزشهای من اثر بیشتری گذارده‌اند؟

۲- انگیزه من برای ورود به «زندگی منضبط» چه بود؟

چرا می‌خواهم در گروه «زندگی منضبط» باشم؟

۳- مهم‌ترین ضعف یا مشکل من در تکمیل این دوره چه می‌تواند باشد؟

□

□

□

□

□

□

□

□

□

□

□

□

□

□

□

□

## ماندن در مسیح

یوحنا ۱:۱۵-۱۷

با مطالعه این درس از کتاب مقدس، به مفهوم ماندن در مسیح پی خواهید برد همچنین این مطالعه به شما کمک خواهد کرد تا دریابید با انجام چه کاری می توان در مسیح ماند.

۱- یوحنا ۱:۱۵-۱۷ را بخوانید.

۲- با توجه به متن داده شده، پرسشنامه زیر را کامل نمایید.

۳- سپس مرحله ۱ را با یک نفر، مرحله ۲ را با سه نفر و مرحله ۳ را با هفت نفر دیگر در میان بگذارید.

## مرحله ۱

۱- نظر شخصی من در مورد یوحنا ۱:۱۵-۱۷ اینست: (یکی از موارد ذیل را علامت بزنید)

- مبالغه آمیز
- گیج کننده
- آرامش بخش
- ترسناک
- نیروبخش
- محدود کننده
- 

۲- به هنگام مطالعه یوحنا ۱:۱۵-۱۷ چنین تصور کنید که مسیح مستقیماً با شما سخن می گوید. وی می فرماید:

- من شما را محبت می نمایم (آیه ۹).
- شما دوست من هستید (آیه ۱۵).
- من شما را برگزیده ام (آیه ۱۶).
- من شما را مقرر کرده ام تا میوه آورید (آیه ۱۶).
- این را به شما می گویم تا شادی کامل داشته باشید (آیه ۱۱).

در قبال این جملات مسیح که خطاب به شما فرموده است، چه احساسی دارید؟ (یکی از موارد زیر را علامت بزنید)

- خدارا شکر!
- خداوندا، مسلماً منظور تو من نیستم.
- من خیلی نالایق هستم.

- عالی است، به همین ترتیب عمل می‌کنم.
- چه فایده‌ای دارد؟

## مرحله ۲

۱- مسیح می‌فرماید که اگر من می‌خواهم در محبت او بمانم، باید احکام وی را نگاه دارم. استنباط من از این موضوع چنین است: (یکی از موارد زیر را علامت بزنید)

- او سعی می‌کند مرا وادار به اطاعت نماید.
- او از این راز پرده برمی‌دارد که چگونه در محبت پدر مانده است.
- توقع زیادی دارد.
- او مرا دوست ندارد.
- او حقیقتاً مرا همچون یک دوست می‌خواهد.
- با پذیرفتن این روش عالی می‌توانم محبت خود را به او نشان دهم.

۲- مسیح مرا مقرر نموده تا میوه آورم و میوه من بماند. در مقابل، چنین حالتی دارم: (دو مورد از موارد زیر را علامت بزنید)

- شکرگزار
- نالایق
- بیش از حد خوشحال
- هراسان
- تقویت شده
- شکست خورده
- مطمئن
- مشتاق
- بی تفاوت

## مرحله ۳

۱- برای اینکه برآستی در مسیح بمانی به چه احتیاج دارید؟

---



---



---



---

۲- مسیح بوسیله یوحنا ۱۷:۱۵-۱۷ با شما سخن گفت. در قبال مسئولیتی که دارید، بنویسید که چگونه در طول هفته آتی در عملی ساختن این موضوع مهم یعنی ماندن در مسیح، کوشش خواهید نمود؟

---



---



---

## بدنبال من بیا

مهم ترین دعوت مسیح این بود که همه شاگرد او شوند و به آنان این حکم اساسی را داد که دیگران را هم شاگرد سازند. آیا شما در شاگرد مسیح بودن رشد می‌کنید و آیا دیگران را هم دعوت می‌نمایید که شاگرد او بشوند؟ با مطالعه این درس از کتابمقدس، در خواهید یافت که شاگرد کیست و چه می‌کند. پس از مطالعه این درس، قادر خواهید بود:

- سه مفهوم کلمه شاگرد را که در عهد جدید بکار رفته است، تشخیص دهید.  
- سه چیزی را که مسیح باید مقدم بر آنها باشد نام ببرید.

- در مورد سه خصوصیتی که بنا به گفته مسیح باید در زندگی هر شاگرد دیده شوند توضیح دهید.

- با بیان خود بنویسید که شاگرد بودن بنظر شما چه مفهومی دارد.

به سؤالات زیر پاسخ دهید. پس از تکمیل هر جمله یا سؤال، می‌توانید پاسخ خود را با جوابهای داده شده در انتهای درس مطابقت نمایید.

۱- در عهد جدید، کلمه «شاگرد» به سه مفهوم بکار برده شده است. اولاً، این کلمه، واژه‌ای عمومی است که برای «پیرو متعهد» یک استاد یا یک گروه بکار می‌رود. مرقس ۲:۱۸ را قرائت کنید و شاگردان اشخاص یا گروههای مختلف را مشخص نمایید.

- الف . \_\_\_\_\_  
ب . \_\_\_\_\_  
ج . \_\_\_\_\_

۲- همچنین در عهد جدید، کلمه «شاگرد» جهت اشاره به دوازده رسول بکار رفته است. مرقس ۳:۱۴ را بخوانید. مسیح برای انتخاب رسولان، دو منظور خاص داشته این دو هدف را بنویسید.

- الف . \_\_\_\_\_  
ب . \_\_\_\_\_

۳- و نیز مسیح کلمه شاگرد را در مورد کسانی بکار می‌برد که پیرو او بوده، انتظارات او را بجا می‌آوردند. وی فرمود که شاگردانش باید قادر باشند که خانواده‌ها و اموال و هر چیزی که مانع پیروی آنها از استادشان باشد، ترک کنند (لوقا ۱۴:۲۶-۳۳). مسیح به کسانی که مایل بودند از او پیروی کنند از همان ابتدا چه می‌گفت؟

(جهت درک بیشتر موضوع به لوقا ۹:۵۷-۶۲، ۱۴:۲۵-۲۶ و یوحنا ۶:۶۴-۶۶ مراجعه کنید.)

۴- در سمت راست، سه نمونه برای سه مفهوم کلمه «شاگرد» در عهد جدید آورده شده است. سه مثال داده شده را با تعریفات سمت چپ مربوط نمایید:

الف . تنائیل (یوحنا ۱:۴۵) (۱) هر کسی که پیرو یک رهبر باشد.

ب . زکی (لوقا ۱۹:۸)

(۲) یکی از دوازده رسول.

ج - یک شاگرد موسی (یوحنا ۹: ۲۸) (۳) کسی که در عمل ثابت نموده که می‌داند انتظار مسیح از او چه بوده است.

۵- سه مفهوم کلمه «شاگرد» در عهد جدید را ذکر کنید.

- الف . \_\_\_\_\_  
 ب . \_\_\_\_\_  
 ج . \_\_\_\_\_

۶- «شاگرد» متداولترین کلمه در اناجیل و اعمال رسولان است که جهت معرفی کردن پیروان مسیح بکار رفته است. شاگردان مسیح می‌دانند که دستورات و توقعات او از یک شاگرد چیست. عیسی تعلیم داده است که پیروانش باید او را بیش از هر چیز دیگر محبت کنند یعنی بیشتر از:

- الف . هر شخص ۱- لوقا ۱۴: ۳۳  
 ب . هر هدف ۲- لوقا ۱۴: ۲۷  
 ج . هر مایملک ۳- لوقا ۱۴: ۲۶

لوقا ۱۴: ۲۶-۳۳ را بخوانید. در هر یک از آیات داده شده، به یکی از مواردی که باید کمتر از مسیح محبت شوند، اشاره شده است. با کشیدن خط، نشان دهید که هر آیه مربوط به کدام مورد است.

۷- اعمال ۴: ۱۸-۳۷ را مطالعه کنید. در این قسمت وقایعی ذکر شده که نشان می‌دهد چگونه شاگردان مسیح او را بیشتر از هر چیز دیگر محبت می‌کردند. این وقایع نشان‌دهنده این هستند که شاگردان مسیح را از موارد زیر بیشتر دوست داشتند. هر یک از این موارد را در جای خود بنویسید.

- الف . شخص \_\_\_\_\_  
 ب . هدف \_\_\_\_\_  
 ج . مایملک \_\_\_\_\_

۸- هر شاگرد مسیح باید به بهای پیروی از او توجه داشته باشد. در حال حاضر در زندگی شما ممکن است اشخاص یا اهداف و یا اموالی برتر از مسیح قرار گرفته باشند. این موارد را ذکر کنید.

- الف . شخص یا اشخاص \_\_\_\_\_  
 ب . هدف یا اهداف \_\_\_\_\_  
 ج . مایملک یا اموال \_\_\_\_\_

۹- راز موفقیت ما در شاگردی اینست که خداوندی مسیح را بپذیریم. اگر ما حقیقتاً مسیح را بعنوان خداوند و صاحب همه جنبه‌های زندگی خود بشناسیم، وی با پری روح خود در ما ساکن خواهد گردید. اگر می‌خواهیم شبیه او شویم و یا اراده‌اش را بجا آوریم، او هر نیازی را برای رسیدن به این هدف برآورده خواهد ساخت. با مطالعه یوحنا ۱۵: ۵، این جمله را کامل کنید: اگر مسیح در ما ساکن نباشد و ما در وی نمائیم، قادر به آوردن میوه \_\_\_\_\_ بود.

۱۰- مسیح فرمود که اگر وی در ما بماند و ما نیز در او، سه نشانه در زندگی ما وجود خواهد داشت. هر یک از آیات زیر با یکی از نشانه‌های ذکر شده مطابقت دارند. این ارتباط را نشان دهید:

- الف . اطاعت (۱) لوقا ۶: ۴۶  
 ب . محبت (۲) یوحنا ۱۵: ۸

(۳) یوحنا ۱۳:۳۴ و ۳۵

ج . میوه یا ثمر

۱۱- از طریق اطاعت از مسیح است که می‌توان به دو نشانه دیگر یعنی محبت کردن و ثمر آوردن رسید. رمز شاگردی در اطاعت از ..... مسیح نهفته است. این آیات را قرائت کنید و بنویسید که بنظر شما، اطاعت از احکام مسیح چه فوایدی ببار می‌آورد.

الف . یوحنا ۱۵:۱۰

ب . یوحنا ۱۴:۲۱

ج . یوحنا ۱۳:۳۴ و ۳۵

د . یوحنا ۱۳:۱۷

۱۲- برای اطاعت کردن از احکام مسیح، به دو چیز احتیاج داریم: دانستن احکام و انجام دادن آنها. آیا شما احکام مسیح را می‌دانید؟ آیا محتاج این نیستید که با مطالعه کتاب مقدس، شناخت بیشتری از احکام مسیح داشته باشید؟ آیا شما به احکام مسیح عمل می‌کنید؟ آیات زیر را قرائت کنید و به بیان خود، بنویسید که تأکید مسیح بر چیست:

الف . متی ۵:۱۹ و ۲۰

ب . متی ۷:۲۱ و ۲۴-۲۷

ج . متی ۲۸:۱۹ و ۲۰

د . یعقوب ۱:۲۲

۱۳- نشانه محبت ما نسبت به مسیح چیست؟

۱۴- بسیاری از ما می‌پذیریم که در حد توان خود و آنطور که باید، مطیع نیستیم. با اینحال در فیلیپیان ۲:۱۳ می‌خوانیم: «خداست که در شما برحسب رضامندی خود هم اراده و هم فعل را بعمل ایجاد می‌کند.» مسیح در شاگردان خود، اراده و توانایی روزافزونی برای اطاعت ایجاد نمود. شاگردان مسیح اشخاصی عادی بودند، اما در خود الزام خارق‌العاده‌ای داشتند که از او پیروی کنند. ضمن بررسی موارد ذیل، دقت کنید که مسیح چگونه به شاگردانش تعلیم می‌داد. او حکم می‌کرد و آنها اطاعت می‌نمودند. آنها دریافته بودند که مسیح با اعلام احکام خود، در حقیقت به آنها تعلیم می‌دهد که چگونه باید باشند. پس از آن مسیح در مورد مفهوم ماجرا با آنها گفتگو می‌کرد. در زیر بنویسید که مسیح این دستورات را به شما می‌داد، چه می‌کردید:

الف . مسیح شاگردان خود را دعوت کرد که کار خود را کنار گذارده، بدنبال او بیایند. اندریاس، پطرس، یعقوب و یوحنا تورهای ماهیگیری خود را رها کرده او را پیروی نمودند (متی ۴:۱۸-۲۲). متی، شغل خود را که باجگیری بود ترک کرد (متی ۹:۹). اگر شما بودید چه می‌کردید؟

ب . عیسی به پطرس فرمود که سکه‌ای از دهان ماهی صید شده‌اش بگیرد و آن را بعنوان مالیات بپردازد (متی ۱۷:۲۷). اگر شما بودید چه می‌کردید؟

ج . عیسی از شاگردان خود خواست که کره الاغی برایش بیاورند و به آنان فرمود که اگر صاحبان کره الاغ به عمل آنها اعتراض کردند، در جواب بگویند: «خداوند به این احتیاج دارد» (مرقس ۱۱:۳۰). اگر مسیح به شما می‌گفت و اتی را که در یک خیابان اصلی شهر پارک شده برای او بیاورید، آیا حاضر بودید در مقابل سؤال صاحب آن پاسخ دهید: «خداوند بدین احتیاج دارد؟»

د . عیسی به فیلیپس فرمود که به آن پنجهزار نفر غذا بدهد. اما فیلیپس با اعتراض پاسخ داد که این غیر ممکن است. اندریاس نیز هر چند نهار یک پسر بچه را بحضور مسیح آورد، اما فکر نمی کرد که کافی باشد (یوحنا ۶: ۵-۱۱). اگر شما بودید چه می کردید؟

هـ . عیسی در باغ جتسیمانی به شاگردانش گفت که دعا کنند تا در آزمایش نیفتند، اما آنها به خواب رفتند. اگر شما بودید چه می کردید؟

شاگردان گهگاه در اطاعت از دستورات مسیح شکست می خوردند، اما خود را اساساً متعهد می دانستند که در زندگی خود نسبت به او وفادار باشند.

۱۵- مسیح از طرق زیر منابعی برای قدرت شاگردان خود باقی گذاشت:

- الف . دعا برای آنها
- ب . فرستادن روح القدس
- ج . حفظ کلام نوشته شده اش

این منابع امروزه نیز در دسترس ما می باشد. اگر ..... علامت مشخصه زندگی ما باشد، م..... مسیح را احساس خواهیم کرد و در زندگی خود برای او ث ..... خواهیم آورد.

۱۶- این قسمت را که خلاصه این درس از کتاب مقدس است، تکمیل نمایید.

الف . ما باید مسیح را برتر از موارد زیر بدانیم:

(۱) \_\_\_\_\_

(۲) \_\_\_\_\_

(۳) \_\_\_\_\_

ب . ما باید به مسیح فرصت دهیم که ما را رهبری و کمک نماید تا در زندگی خود این علامات مشخصه را کسب نماییم:

(۱) \_\_\_\_\_

(۲) \_\_\_\_\_

(۳) \_\_\_\_\_

۱۷- اولین وظیفه ما اینست که در مسیح بعنوان تارك، بمانیم. او خود از طریق ما بعنوان شاخه ها میوه و ثمر را خواهد آورد. آیا شما حاضرید به سؤالات زیر پاسخ مثبت بدهید؟

الف . آیا مسیح را برتر از هر چیز در زندگی خود می دانید؟ \_\_\_\_\_

ب . از طریق اطاعت از احکامش او را پیروی می کنید؟ \_\_\_\_\_

ج . آیا در او می مانید تا او نیز حیات خود را در شما جاری سازد و ثمر آن در شما دیده شود؟ \_\_\_\_\_

پاسخ ها:

۱- الف - یحیی تعمید دهنده ، ب - فریسیان ، ج - عیسی

۲- الف - تا همراه او باشند، ب - تا ایشان را به جهت وعظ نمودن بفرستد

۳- ممکن است پاسخ شما چیزی شبیه این جمله باشد: مسیح کسانی را که از همان ابتدا خود را کاملاً مطیع انتظارات او نمی‌کردند، نمی‌پذیرفت.

۴- الف - ۲ - ب - ۳ - ج - ۱

۵- الف - واژه‌ای عمومی که در مورد پیرو هر رهبری بکار می‌رفت، ب - یکی از دوازده رسول، ج - کسی که می‌داند انتظارات مسیح او بعنوان یک شاگرد چیست و آنها را بجا می‌آورد

۶- الف - لوقا ۱۴: ۲۶، ب - لوقا ۱۴: ۲۷ (عالی‌ترین هدف برای کسی که خود را به مسیح سپرده است اینست که همچون استاد خود فداکارانه صلیب خویش را بخاطر همنوع خود بردارد)، ج - لوقا ۱۴: ۳۳

۷- الف - آنها خوشحال بودند که بخاطر مسیح عذاب ببینند، ب - در مقابل تهدیدات، دعا کردند تا برای شهادت دادن دلیر باشند، ج - اموال خود را با دیگران تقسیم نمودند.

۸- پاسخ این سؤال بعهده شماست

۹- نخواهیم

۱۰- الف - ۱ - ب - ۳ - ج - ۲

۱۱- احکام، الف - در محبت مسیح خواهیم ماند، ب - خدای پدر در مسیح ما را محبت خواهد کرد و خود را به ما ظاهر خواهد نمود، ج - همه خواهند فهمید که ما شاگردان مسیح هستیم، د - خوشحال و مملو از برکت خواهیم بود.

۱۲- پاسخ شما می‌تواند اینطور باشد: الف - بعمل آوردن و تعلیم دادن، ب - انجام اراده او و عمل کردن به تعالیمش، ج - حفظ کردن و نگاه داشتن تمام احکامش، د - عمل کردن به کلام خدا.

۱۳- اطاعت کردن از او و انجام دادن دستوراتش

۱۴- پاسخ این سؤال بعهده شماست

۱۵- اطاعت، محبت، ثمر

۱۶- الف - ۱ (شخص، ۲) هدف، ۳) مایملک، ب - ۱) اطاعت، ۲) محبت، ۳) ثمر

۱۷- پاسخ این سؤال بعهده شماست

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.

## گزارش پایان دوره

علامت ✓	تاریخ

صرف وقت با خداوند

بطور منظم وقت مشارکت با خداوند داشته باشید و آنچه را که با مطالعه روزانه کتاب مقدس کسب می‌کنید یادداشت نمایید.

زندگی در کلام

۱- آیات نقل شده از بخش «صلیب شاگرد»

- ماندن در مسیح (یوحنا ۵:۱۵)
- شرایط شاگردی (لوقا ۹:۲۳)
- شرایط شاگردی (لوقا ۱۴:۲۶-۲۷)
- کلام (یوحنا ۸:۳۱-۳۲)
- دعا (یوحنا ۷:۱۵)
- شهادت دادن (یوحنا ۸:۱۵)
- مشارکت (یوحنا ۱۳:۳۴ و ۳۵)
- اطاعت (یوحنا ۱۰:۱۵)
- خدمت (یوحنا ۱۳:۱۵)
- تفکر در کلام خدا (مزمور ۱ و ۲ و ۳)

۲- آیات نقل شده از بخش «شخصیت شاگرد»

- گذراندن بدن‌ها بعنوان قربانی (رومیان ۶:۱۲ و ۱۳، ۱۰:۱۲، اول قرنتیان ۶:۱۹ و ۲۰)
- انجام اراده خدا (فیلیپیان ۱۳:۲)
- تازه کردن ذهن خود (رومیان ۲:۱۲)
- تسلط بر احساسات خود (غلاطیان ۵:۲۲ و ۲۳)
- پر شدن از روح القدس (افسیان ۱۸:۵)
- شخصیت شاگرد (اول تسالونیکیان ۵:۲۳)
- مصلوب شدن با مسیح (غلاطیان ۲:۲۰)
- انسان نفسانی (اول قرنتیان ۱۴:۲)

۳- یادداشت درباه چهار موعظه یا چهار درس کانون شادی

علامت ✓	تاریخ

۴- دیدگاههای جدیدی که در طول چند روز در هفته در زمینه راهنمای مشارکت روزانه نوشته‌اید

۵- تکمیل کردن چهارده مطالعه هفتگی کتابمقدس

«ماندن در مسیح»

«بدنبال من بیا»

«عبادت شخصی شما»

«صلیب خود را بردار»

«اراده خدا را بجا آور»

«به روح ذهن خود تازه شوید»

«بدنهای خود را به خداوند تقدیم کنید»

«بر احساسات خود تسلط یابید»

«از روح پر شوید»

«زندگی پیروزمندانه»

«حقیقت و ایمان»

«دعای با ایمان»

«راهنمای تعمق»

«اهمیت شاگردی»

دعای با ایمان

۱- یادداشت کردن اسامی افراد نجات نیافته در دوایر هم مرکز نفوذ شما

۲- تهیه فهرست دعا و یادداشت کردن دعاهاى مستجاب شده

مشارکت با ایمانداران

۱- در میان گذاشتن «صلیب شاگرد» با یک مسیحی دیگر

۲- در میان گذاشتن «شخصیت شاگرد» با یک مسیحی دیگر

شهادت به دیگران

۱- شرکت در برنامه ملاقات کلیسا، لااقل برای چهار بار









## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته دوم	هفته اول		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>صرف وقت با خداوند</b></p> <p>«ارزیابی زندگی روحانی شخصی» (ص ۲۳) را تکمیل کنید و مشخص کنید در چه مواردی خواهان پیشرفت هستید.</p> <p>می‌توانید مورد یا مواردی از بخشهای «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» را انتخاب نموده، در وقت عبادت شخصی خود بگنجانید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>زندگی در کلام</b></p> <p>کتابمقدس خود را هر روز بخوانید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>لوقا ۲۳:۹ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>یوحنا ۵:۱۵ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>درس «عبادت شخصی شما» (ص ۲۶) را تکمیل کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>هر روز مروری بر لوقا ۲۳:۹ داشته باشید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>دعای با ایمان</b></p> <p>لااقل دوبار در این هفته برای هر یک از اعضاء گروه زندگی منضبط به اسم دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>نام یک نفر خارج از گروه را بعنوان همراه در دعا به فهرست خود اضافه کنید. با همراه خود هر هفته بطور خصوصی یا با تلفن دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>از نقشه بیداری جهان استفاده نموده برای دنیای بی‌ایمان دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>



## ارزیابی زندگی روحانی شخصی

نمودار زیر به شما کمک خواهد کرد که زندگی مسیحی خود را بسنجید. هدف این نیست که خود را با دیگران مقایسه کنید بلکه باید این خودآزمایی را تنها در مورد زندگی شخصی خود بکار برید (دوم قرتیان ۱۰:۱۲). برخلاف آزمون و امتحانهای دیگر، در اینجا از کسی انتظار نمی‌رود که نمره کامل را کسب کند. نمره شما نشان می‌دهد که خود را از نظر شاگرد بودن در زندگی، در چه مرحله‌ای می‌بینید و در این جهت چه می‌کنید. باید توجه داشت که اغلب موارد مذکور در ذیل، اعمال عینی و ظاهری می‌باشند و هر شخص می‌تواند رفتار خود را با خوشبینی و یا بدبینی تعبیر نماید. هر چند قضاوت ما در مورد دیگران برحسب اعمال یا ثمر زندگی آنها صورت می‌پذیرد، اما دید خدا عمیق‌تر است. از خدا بخواهید که شما را یاری دهد تا درک کنید که الان در چه وضعیتی هستید و نیز اینکه دریابید خدا از شما می‌خواهد که در چه موقعیتی باشید.

در مقابل هر جمله، پاسخ خود را بصورت علامت در ستون مناسب قرار دهید. در پایان قادر خواهید بود که موقعیت روحانی خود را ارزیابی کنید.

همیشه	معمولاً	گاهی	بندرت	هرگز

### ماندن در مسیح

- من روزانه وقت عبادت شخصی دارم.
- می‌کوشم که مسیح حقیقتاً خداوند و صاحب زندگی‌ام باشد.
- من خود را در طول روز، به خداوند نزدیک حس می‌کنم.
- می‌کوشم که با نظم و انضباط باشم.
- آگاه هستم که خداوند، زندگی مرا تحت نظم و ترتیب خود در می‌آورد.

### زندگی در کلام

- هر روز کتابمقدس خود را می‌خوانم.
- هر هفته کتابمقدس خود را مورد بررسی و مطالعه قرار می‌دهم.
- هر هفته آیه‌ای از کتابمقدس را بخاطر می‌سپارم.
- لااقل یک بار در هفته از آنچه که در مورد کتابمقدس شنیده‌ام و یا خوانده و بررسی کرده‌ام، یادداشت برمی‌دارم تا پیغام روحانی آن را در زندگی خود عملی سازم.

همیشه	معمولاً	گاهی	بندرت	هرگز

### دعای با ایمان

- من برای خود فهرستی از اشخاص و موضوعات دعا تهیه کرده‌ام و مطابق آن دعا می‌کنم.
- در طی یک ماه گذشته در مواردی خاص پاسخ دعای خود را یافته‌ام.
- دعای من هر روز شامل ستایش و تمجید، شکرگزاری، اعتراف، تقاضا و شفاعت می‌باشد.

### مشارکت با ایمانداران

- مایلیم که با دیگر مسیحیان در صلح و آرامش بسر برم.
- در ارتباط با کسانی که از من دلگیرند و یا من از آنها خطایی دیده‌ام، مایلیم که در مصالحه و آشتی باشم.
- چون دیگران محبت مرا نسبت به سایر ایمانداران مشاهده می‌کنند، در می‌یابند که من مسیحی هستم.
- زندگی من در سازش و هماهنگی با دیگر اعضای خانواده‌ام می‌گذرد.

### شهادت به دیگران

- من بطور مرتب و به اسم برای اشخاص گمراه دعا می‌کنم.
- در موقعیتهای مناسب، شهادت زندگی خود را با سایرین در میان می‌گذارم.
- نقشه نجات را برای کسانی که مشتاق شنیدن آن هستند بیان می‌کنم.
- من هر هفته در مورد مسیح شهادت می‌دهم.
- اوضاع روحانی کسانی را که بسوی مسیح هدایت کرده‌ام، پیگیری می‌کنم و آنها را مورد تشویق قرار می‌دهم.

### خدمت به دیگران

- من مسیح را بوسیله کاری که در کلیسایم دارم، خدمت می‌کنم.
- من ده یک خود را بعنوان حداقل هدیه، به کلیسایم می‌پردازم.
- لااقل یک بار در ماه با مهربانی و محبت، توجه خود را نسبت به کسانی که در زندگی خود کمتر از من طعم خوشبختی را چشیده‌اند در عمل نشان می‌دهم.
- من برای زندگی خود اهدانی دارم که آنها را به وضوح و روشنی در ذهن خود حفظ می‌کنم.

جمع  $\times 1 \quad \times 2 \quad \times 3 \quad \times 4$

نمره نهایی

پس از اینکه در مقابل هر جمله، علامتی در ستون مناسب قرار دادید، تعداد علامتها را در هر ستون (بجز ستون «هرگز») جمع کنید. هر علامت که در ستون «همیشه» قرار داده شده باشد، ارزشی معادل ۴ نمره دارد. بهمین ترتیب علامتها در ستون «معمولاً»، ۳ نمره، و در ستون «بندرت»، یک نمره ارزش دارند. با جمع نمودن نمرات چهارستون فوق، نمره نهایی خود را بدست خواهید آورد که نسبت به حداکثر نمره ممکنه یعنی ۱۰۰ سنجیده می‌شود.

جملات زیر را تکمیل نمایید.

۱- من، نمره نهایی خود را نشانه مناسبی برای زندگی شاگردی خود (می دانم / نمی دانم) زیرا \_\_\_\_\_

۲- سایر مواردی که در ارزیابی فوق ذکر نشده بودند ولی لازم بود که حالت من نسبت به آنها نیز سنجیده شوند از این از این قرارند.

۳- ارزیابی شخصی و نهایی من در مورد زندگی شاگردی ام اینست که \_\_\_\_\_

این ارزیابی را تا پایان دوره شش ماهه زندگی منضبط نگه دارید تا از آن بعنوان مقایسه با آنچه در آن موقع خواهید شد استفاده نمایید. این دوره شش ماهه می‌تواند زندگی شما را تغییر دهد.

## عبادت شخصی شما

مطالعه کتاب مقدس و تفکر و تعمق در آن و نیز دعا کردن، اگر هر روز بصورت عادت در زندگی ما عملی شود، نقش مهم و اساسی در رشد مسیحی ما ایفا خواهد کرد. این وقت عبادت شخصی بحدی مهم است که هیچ چیز دیگر را نمی توان جایگزین آن نمود. همه آنانی که با قوت توسط خدا بکار برده شده اند، کسانی بوده اند که به حقیقت و قدرت خدا که در وقت عبادت شخصی نهفته است واقف بودند.

مطالعه این درس به شما کمک خواهد نمود که مشارکتی را با خدا آغاز کنید. در پایان درس قادر خواهید بود:

- چهار دلیل در خصوص ضرورت وقت عبادت شخصی ذکر کنید.

- سه شرط لازم برای وقت عبادت مؤثر را توضیح دهید.

- خود را ملزم به داشتن وقت روزانه عبادت شخصی بدانید.

به سؤالات و موارد ذیل پاسخ مناسب دهید. پس از تکمیل بخش زیر، پاسخ های خود را با جوابهای داده شده در آخر درس مقایسه کنید.

۱- تمایل به مصاحبت با کسی که او را محبت می کنید امری طبیعی است. شما بعنوان فرزند خدا باید اشتیاق عمیقی به مشارکت با پدر آسمانی خود داشته باشید.

الف - چرا خدا را محبت می کنید؟ (اول یوحنا ۴:۱۹)

ب - از کجا می دانید که خدا شما را محبت می کند؟ (اول یوحنا ۴:۹ و ۱۰)

۲- محبت خدا نسبت به ما بدون تغییر باقی می ماند، حتی اگر ما به محبت او پاسخ مناسب ندهیم. اما اگر ما خود را در مشارکت روزانه تقویت نکنیم، محبت بشری مان کاهش یافته و ضعیف می شود. وقت روزانه عبادت شخصی برای هر ایماندار اهمیتی بسزا دارد چون در طی آن، وی و پدر آسمانی اش از ارتباط نزدیک و صمیمانه ای که بوسیله قربانی مسیح برقرار شده است، شاد می شوند.

فیلیپیان ۳:۱۰ را بخوانید و ملاحظه کنید که پولس در مصاحبت با خدا به چه چیزهایی دست می یابد:

ج - شراکت در رنج

د - رهایی از مرگ

الف - شناخت مسیح

ب - قوت قیامت

۳- اولین دلیل برای داشتن وقت روزانه عبادت شخصی اینست که به «شناخت خدا از طریق مشارکت با او» برسیم. با مطالعه اول یوحنا ۳:۱ بگویید که مشارکت ما با سایر مسیحیان براساس مشارکتان با چه کسی قرار دارد؟

۴- دومین دلیل برای داشتن وقت روزانه عبادت شخصی اینست که «هدایت و رهبری خدا را در تصمیمات روزانه خود کسب نماییم». ما هنگامی که در کلام خدا تفکر می‌کنیم و مصاحبتی صمیمانه با روح او داریم، اراده الهی او را نیز تشخیص می‌دهیم.

الف - سراینده زمزمور در زمزمور ۸:۱۴۳ چه درخواستی برای خود دارد؟

ب - اگر ما برحسب اراده خدا دعا کنیم، او چه خواهد کرد؟ (اول یوحنا ۵:۱۴)

۵- سومین دلیل برای داشتن وقت روزانه عبادت شخصی اینست که «احتیاجات خود را بحضور خدا ببریم». وجود احتیاجات و مشکلات در زندگی باعث می‌شوند که ما به وابستگی خود نسبت به خدا پی ببریم. خدا مایل است که احتیاجات ما را برآورده سازد.

در زیر، وعده‌هایی از کتابمقدس در مورد دعا نوشته شده‌اند. آنها را به آیات مناسب مربوط کنید.

- |                      |   |
|----------------------|---|
| الف - فیلیپیان ۴:۶-۷ | (۱) اگر منتظر خدا باشیم، او به ما قوت تازه خواهد داد.                 |
| ب - زمزمور ۱۷:۳۴     | (۲) بوسیله دعا فیضی نصیب ما می‌شود که در وقت ضرورت ما را کمک می‌کند   |
| ج - عبرانیان ۴:۱۶    | (۳) خداوند شخص صالح را از مشکلات رهایی می‌بخشد.                       |
| د - اشعیا ۳۱:۴۰      | (۴) با بیان مسئولات خود به خدا، سلامتی و آرامش او بر ما قرار می‌گیرد. |

۶- چهارمین دلیل برای داشتن وقت روزانه عبادت شخصی، اینست که از این طریق «قادر خواهیم بود که ثمره روحانی بیاوریم». در یوحنا ۱۵:۴ و ۵ مسیح چه چیزی را شرط لازم برای میوه و ثمر آوردن بیان می‌کند؟

۷- خدا نمی‌خواهد که ما «برای» او کار کنیم. او می‌خواهد که «درما» کار کند. کار او زمانی به انجام می‌رسد که ما هر روزه از طریق مطالعه کتابمقدس، تفکر در آن و دعا، خود را به او تسلیم کنیم.

چهار دلیل برای داشتن وقت روزانه عبادت شخصی را ذکر کنید:

- الف - \_\_\_\_\_
- ب - \_\_\_\_\_
- ج - \_\_\_\_\_
- د - \_\_\_\_\_

۸- عیسی با خدای پدر ارتباط بی‌همتایی داشت. هر چند که او پراز روح خدا بود، اما حس می‌کرد که لازمست بطور مرتب و منظم به عبادت شخصی پردازد. با قرار دادن کلمات «صحیح» یا «غلط» در قسمت خالی، به سؤالات زیر پاسخ دهید:

- الف - مسیح صبح زود به دعا کردن می‌پرداخت (مرقس ۱:۳۵).
- ب - مسیح گاهی اوقات بدون اینکه بخوابد، تمام شب را در دعا و عبادت می‌گذرانید (لوقا ۶:۱۲).
- ج - مسیح ترجیح می‌داد در مقابل ازدحام مردم به دعا پردازد (متی ۱۴:۲۳).
- د - مسیح به تنهایی دعا می‌کرد (مرقس ۶:۴۶).

۹- اگر مسیح لزوم مصاحبت دائمی با پدر را احساس می‌کرد، مطمئناً این نیاز باید در ما قوی‌تر باشد. در هر حال هر کس که می‌خواهد وقت عبادت شخصی مؤثری داشته باشد، باید به چند نکته توجه کند. اول اینکه لازمست «برنامه و زمان مشخصی» برای وقت عبادت شخصی خود داشته باشیم تا تأثیر آن را بدست آوریم. آیات زیر را بخوانید و در زیر وقتی از روز که برای دعا مناسب نشان داده شده است، خط بکشید: زمزمور ۳:۵ و زمزمور ۵۷:۷ و ۸ و پیدایش ۲۷:۱۹.

صبح      ظهر      شب      سایر اوقات

۱۰- اگر وقت عبادت شخصی خود را به هنگام صبح داشته باشید، در حقیقت روز خود را با این درک آغاز کرده‌اید که برخدا توکل دارید و او در همه چیز کفایت شماست. بدین ترتیب، این موقعیت را می‌یابید که میل و اراده خود را به خدا تقدیم کنید و روز خود را وقف جلال او نمایید.

الف - معمولاً صبحها در چه ساعتی از خواب برمی‌خیزید؟ \_\_\_\_\_

ب - اگر بخواهید فردا صبح ۱۵ دقیقه از وقت خود را به خدا اختصاص دهید، در چه ساعتی باید از خواب برخیزید؟ \_\_\_\_\_

۱۱- بعضی از مسیحیان دریافته‌اند که با اختصاص دادن دقایقی قبل از وقت خواب به عبادت شخصی، می‌توان خود را از فشار و بحران روزانه راحت نمود و در آرامی استراحت کرد. عامل مهم اینست که وقت عبادت شخصی بطور منظم روزانه برقرار باشد بطوریکه تبدیل به عادت شود.

الف - آیا شما در طی روز وقت مشخصی دارید که در آن بصورت عادت مشغول دعا باشید؟ بله \_\_\_\_\_ خیر \_\_\_\_\_.

ب - اگر چنین وقتی ندارید، تعهد کنید که برنامه‌ای برای وقت عبادت شخصی در ساعت \_\_\_\_\_ صبح / بعدازظهر داشته باشید.

۱۲- دومین نکته لازم برای داشتن وقت عبادت شخصی مؤثر اینست که «جای مشخص» داشته باشید تا در آنجا با خدای خود تنها باشید. در متی ۶:۶ مسیح پیروان خود را تشویق می‌کند که در کجا به دعا پردازند؟ \_\_\_\_\_

۱۳- اغلب اشخاص هنگامی قادر به تمرکز بر موضوعی خاص هستند که از سر و صدا، حواس پرتی و سایر مردم بدور باشند. در زیر مکانهایی که شما در آنها می‌توانید وقت خوبی در دعا داشته باشید، خط بکشید.

در اتاق نشیمن

در اتاق خواب

به هنگام کار

در اتومبیل خود

در حیاط منزل خود

هنگام تماشای تلویزیون

در اتاق مطالعه

هنگام شنیدن موسیقی

هنگام انجام کار در خانه

۱۴- سومین نکته لازم اینست که «از روش و طرز عمل خاصی پیروی نکنیم». تنها در صورتی فکر و ذهن شما دچار آشفتگی نخواهد شد که به هنگام وقت عبادت شخصی، از برنامه و ترتیبی پیروی کنید که شما را بر مسائل روحانی متمرکز می‌سازد.

در جای خالی داده شده، در مورد اهمیت هر یک از سه نکته لازم برای وقت عبادت شخصی مؤثر توضیح دهید.

الف - زمان مشخص و تعیین شده \_\_\_\_\_

ب - جاو محل آرام \_\_\_\_\_

ج - روش و طرز عمل \_\_\_\_\_

۱۵- بسیاری دریافته‌اند که تمجید و شکرگزاری در ابتدای وقت عبادت شخصی، باعث بوجود آمدن زمینه و محیطی مناسب برای پرستش خدا می‌شود. تمجید و شکرگزاری را با دعای اعتراف ادامه دهید. با حالت توبه، تا آنجا که می‌توانید به گناهان خود با ذکر موارد خاص، اعتراف کنید.

چرا لازمست که به گناهان خود اعتراف نماییم؟ (مزمور ۶۶: ۱۸)

۱۶- پس از اعتراف به گناهان، خواسته‌های خود را به خدا بگویید. در آیات زیر شروطی بیان شده‌اند که مطابق آنها به دعا پاسخ داده می‌شود. آنها را ذکر کنید.

الف - مرقس ۲۵: ۱۱

ب - یوحنا ۱۳: ۱۴

ج - اول یوحنا ۲۲: ۳

۱۷- پیش از اینکه مطالعه کلام خدا را آغاز کنید، همیشه در دعا بطلبید که روح القدس فکر و ذهن شما را روشن و نورانی سازد. شاید بخواهید از یک راهنمای عبادتی یا فهرست مطالعه روزانه کتابمقدس استفاده کنید. و یا شاید بخشهای مستخبی از کتابمقدس را برگزینید. در هر حال این امر به خود شما بستگی دارد.

عیسی در یوحنا ۸: ۳۱ به شاگردان خود فرمود که در چه صورت شاگرد او خواهند شد. گفته مسیح را در میان عبارات ذیل مشخص نمایید:

الف - آگاهی آنها از زبانهای یونانی و عبری

ب - ماندن در کلام او

ج - علامت ماهی

۱۸- خدا برای سفر عمر ما، نقشه و هدایتی دارد. احمقانه است اگر بی جهت از مسیر خود منحرف شویم. با مطالعه کلام خدا چه فوایدی نصیب ما می‌شود؟ در آیات زیر به این سؤال پاسخ داده شده است. هر عبارت را با آیه مناسب مربوط نمایید.

(۱) ما را از گناه کردن برحذر می‌دارد.

الف - مزمور ۱۱۹: ۱۱

(۲) ما را قادر می‌سازد که اراده خدا را انجام دهیم.

ب - مزمور ۱۱۹: ۱۳۰

(۳) به ما نور و فهم می‌بخشد.

ج - مزمور ۴۰: ۸

(۴) ما را حکیم می‌سازد.

د - کولسیان ۳: ۱۶

۱۹- در اول پطرس ۵: ۲ ایمانداران به کاهنانی تشبیه شده‌اند که «قربانیهای روحانی و مقبول خدا را به واسطه عیسی مسیح» می‌گذرانند. ما بعنوان کاهنان، این امتیاز و مسئولیت را داریم که هر روز خداوند را عبادت نماییم.

با پاسخ به عبارات زیر در جدول داده شده، خود را ارزیابی کنید.

هرگز	بندرت	گاهی	معمولاً	هرروز

الف - داشتن یک «وقت و زمان» مرتب

ب - داشتن یک «محل» مشخص برای ملاقات با خدا

ج - داشتن یک «برنامه» جهت عمل به آن

۲۰- خدا برای اینکه انسانهای گناهکار را قادر بسازد که با او ارتباط برقرار کنند، حاضر شد پسریگانه خود را قربانی کند. او مایل بود

که برای مصاحبت روزانه با شما، آن بهای عظیم را بپردازد. شما برای مشارکت با خدا چه بهایی باید بپردازید؟

آیا حاضرید فردای خود را با دادن لااقل ۱۵ دقیقه به خدا آغاز کنید؟ اگر مایلید، پس همین الان با خدا عهد ببندید.

پاسخ‌ها

۱- الف . چون او اول مرا محبت نمود. ب . چون او پسر خود را فرستاد تا مرا نجات بخشد.

۲- الف و ب و ج .

۳- با پدر و پسرش عیسی مسیح.

۴- الف . به من عطا کند که راهی را که باید در آن بروم بدانم. ب . ما را خواهد شنید.

۵- الف . (۴) - ب . (۳) - ج . (۲) - د . (۱)

۶- ماندن در او.

۷- الف . تا خدا را از طریق مشارکت با او بشناسیم. ب . تا هدایت و رهبری خدا را در تصمیمات روزانه خود کسب نمایم.

ج . احتیاجات خود را بحضور خدا ببریم. د . تا برای مسیح ثمر بیاوریم.

۸- الف . صحیح ب . صحیح ج . غلط د . صحیح

۹- صبح

۱۰- پاسخ این سؤال به شما بستگی دارد.

۱۱- پاسخ این سؤال به شما بستگی دارد.

۱۲- در حجره یا در جای خلوت و شخصی

۱۳- پاسخ این سؤال به شما بستگی دارد.

۱۴- الف . باعث می‌شود که بصورت عادت درآید. ب . باعث می‌شود که وجود ما بر خدا متمرکز شود. ج . فکر و ذهن ما را متوج امور روحانی می‌سازد.

۱۵- چون در غیر اینصورت خدا دعای ما را نخواهد شنید.

۱۶- الف . بخشیدن دیگران. ب . طلبیدن در نام عیسی. ج . اطاعت کردن

۱۷- ب



## تعهد نامه شاگردی دوره زندگی منضبط

اینجانب، \_\_\_\_\_، بدینوسیله اعلام می‌کنم که زندگی خود را وقف خدا و گروه مشارکت کلیسای خود نموده، با تمام وجود در انجام تعهدات ذیل کوشا باشم (خروج ۱۹:۶ و ۱۹:۳۳).

۱- تعهد می‌کنم که هر روزه عیسی مسیح را خداوند و صاحب زندگی خود بدانم (لوقا ۶:۴۶، فیلیپیان ۲:۱۰-۱۱).

۲- تعهد می‌کنم که در همه جلسات مشارکتی دوره زندگی منضبط شرکت کنم و در صورتی که در اثر بیماری مهم و یا اتفاقی غیرقابل پیش‌بینی، مانعی در راه شرکت من در جلسه پیش آید، در موقع مناسب جلسه‌ای با مدیر گروه و یا کسی که مدیر تعیین کند، داشته باشم (عبرانیان ۱۰:۲۵، متی ۱۸:۲۰).

۳- تعهد می‌کنم که جهت به انجام رساندن وظایف روحانی خود در طی هفته، روزانه حدوداً ۳۰ الی ۶۰ دقیقه از وقت خود را بدین امر اختصاص دهم (دوم تیموتاؤس ۲:۱۵ و ۲۱، لوقا ۶:۴۰).

۴- تعهد می‌کنم که هر روز وقتی برای مشارکت شخصی و انفرادی با خدا داشته باشم و این وقت را در دعا و مطالعه کتابمقدس بگذرانم (مزمور ۱۱۹:۲۶-۲۷ و ۱۶۲ و ۱۶۴).

۵- تعهد می‌کنم که با حضور در جلسات کلیسای و حمایت مالی و دعا، از کلیسای خود پشتیبانی کنم (اعمال ۲:۴۱-۴۷، عبرانیان ۱۰:۲۳-۲۵).

۶- تعهد می‌کنم که هر هفته از طریق ملاقاتهای کلیسای یا شخصی، به دیگران خدمت کنم (متی ۲۵:۳۴-۴۰، یوحنا ۱۳:۱۲-۱۷).

۷- تعهد می‌کنم که بطور منظم، مژده نجاتبخش عیسی مسیح را با کسانی که مایلیم به مسیح ایمان آورند، در میان گذارم (متی ۴:۱۹ و ۲۸:۱۹-۲۰، اول یوحنا ۱:۱-۳).

۸- تعهد می‌کنم که هر روز برای اعضاء گروه مشارکتی دوره زندگی منضبط خود دعا کنم (کولسیان ۴:۲، اول سموئیل ۱۲:۲۳).

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

هدف از این دوره زندگی منضبط اینست که اگر شما تاکنون تعهدات مذکور را در زندگی خود عملی نساخته‌اید، نظم فوق در زندگی تان برقرار شود.

## صلیب شاگرد

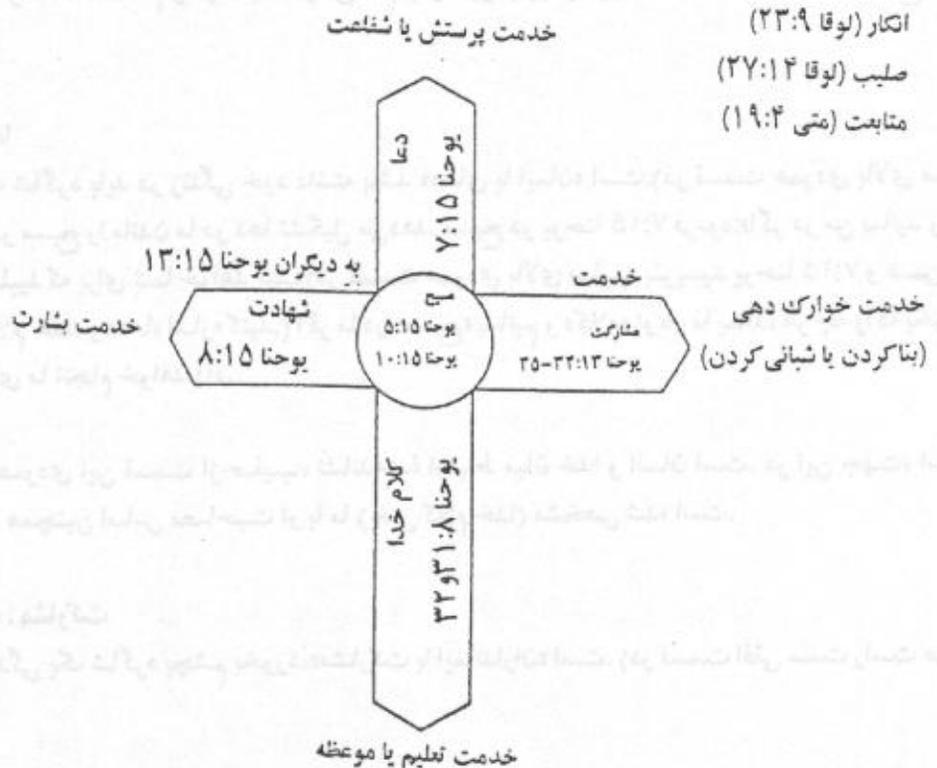
شاگرد مسیح کسی است که مسیح را بعنوان خداوند زندگی خود می پذیرد. در لوقا ۹:۲۳ می خوانیم: «پس به همه گفت اگر کسی بخواهد مرا پیروی کند، می باید نفس خود را انکار نموده، صلیب خود را هر روزه بردارد و مرا متابعت کند.» توجه داشته باشید مسیح فرمود که ما باید سه کار انجام دهیم:

- \* نفس خود را انکار کنیم.
- \* صلیب خود را هر روزه برداریم.
- \* او را متابعت کنیم.

اولین تعهد برای یک شاگرد اینست که خود را انکار کند. منظور این نیست که هویت خود را رد کنید بلکه باید زندگی خود محور را از خود دور نمایید. می توان دایره ای را نمایانده وجود شما فرض نمود (دایره ای رسم کنید). این دایره باید تماماً از آن مسیح باشد. بدون انکار نفس هیچکس نمی تواند شاگرد بشود. مسیح در لوقا ۱۴:۲۶ می فرماید: «اگر کسی نزد من آید و پدر و مادر و زن و اولاد و برادران و خواهران حتی جان خود را نیز دشمن ندارد، شاگرد من نمی تواند بود.» معنی ساده آن اینست که برای ما هیچ چیز نمی تواند مهم تر از مسیح باشد.

### دایره: ماندن در مسیح

اگر این دایره نشاندهنده زندگی شما باشد، مسیح باید تمام آن را پر کرده باشد (کلمه مسیح را در دایره بنویسید). این امر بدین معنی است که مسیح باید بر هر چیز مقدم و برتر باشد.



زندگی مسیحی بطور ساده یعنی زندگی کردن مسیح در شما. در یوحنا ۵:۱۵ می‌خوانیم (در زیر کلمه مسیح نوشته شده در دایره بنویسید یوحنا ۵:۱۵): «من تاک هستم و شما شاخه‌ها. آنکه در من می‌ماند و من در او، میوه بسیار می‌آورد زیرا که جدا از من هیچ نمی‌توانید کرد.» بدون ماندن در مسیح چه می‌توانید بکنید؟ هیچ! مسیح فرمود که او تاک است و ما شاخه‌ها. اما شاخه‌ها قسمتی از تاک می‌باشند. ما قسمتی از مسیح هستیم. او می‌خواهد که در ما زندگی کند. آیا شما مایلید چنین زندگی‌ای داشته باشید؟

برای اینکه مسیح در مرکز زندگی ما باشد خدا راهی مهیا کرده است. این راه، دومین وظیفه یک شاگرد است که در مورد آن صحبت کردیم: «صلیب خود را هرروزه بردار.» «نفس خود را انکار کن» جنبه منفی شاگرد شدن است و «صلیب خود را بردار» جنبه مثبت آن. شما با برداشتن صلیب خود، مسیح را در مرکز زندگی‌تان قرار می‌دهید. مسیح در لوقا ۲۷:۱۴ فرمود: «هر که صلیب خود را بر ندارد و از عقب من نیاید، نمی‌تواند شاگرد من گردد.» این نکته را می‌توان با ترسیم صلیبی در اطراف دایره مجسم نمود (صلیب را طوری بکشید که دایره در وسط آن باشد).

مسیح فرمود که شما باید صلیب «خود» را «هرروزه» بردارید. در برداشتن صلیب، چه چیز دیگری نهفته است؟ شما پس از انکار نفس خود، باید بجلو قدم گذارید و به خدمت نجات بخش بپردازید. برداشتن صلیب و خدمت به دیگران مستلزم نظم و ترتیب است. مسیح فرمود که یک شاگرد باید نظم و انضباطی را در زندگی خود پیاده کند. این موارد نظم را می‌توان در شکل صلیب نشان داد.

#### قسمت عمودی، پایین صلیب: کلام خدا

اولین انضباطی که ما باید در زندگی خود داشته باشیم «زیستن در کلام خدا» است (عبارت «کلام خدا» را در قسمت عمودی، پایین صلیب بنویسید). اگر کلام خدا در ما باشد، مسیح در ما زندگی خواهد کرد. مسیح در یوحنا ۸:۳۱-۳۲ می‌فرماید: «اگر شما در کلام من بمانید، فی الحقیقه شاگرد من خواهید شد. و حق را خواهید شناخت و حق شما را آزاد خواهد کرد» (در قسمت عمودی پایین صلیب بنویسید یوحنا ۸:۳۱-۳۲). از کجا می‌دانیم که ما حقیقتاً شاگردان او هستیم؟ جواب اینست: با ماندن در کلام او. کلام خدا غذای روحانی ماست. بدون تغذیه منظم از کلام خدا، قادر به رشد نخواهیم بود. کلام خدا از راههای گوناگون به ما می‌رسد: با شنیدن موعظه کلام از زبان واعظ، خواندن کلام خدا، مطالعه و تحصیل آن، بخاطر سپردن آن، تفکر و تعمق نمودن در آن و عمل کردن به آن. پذیرفتن مسیح بعنوان خداوند، بدین معنی است که ما بخواهیم که کلام او را بطور مرتب بخوانیم و در آن تفکر داشته باشیم. «ماندن در کلام» به معنی اطاعت کردن از آن نیز می‌باشد. مسیح در یوحنا ۱۰:۱۵ فرمود: «اگر احکام مرا نگاه دارید در محبت من خواهید ماند، چنانکه من احکام پدر خود را نگاه داشته‌ام و در محبت او می‌مانم» (در دایره بنویسید یوحنا ۱۰:۱۵) ماندن در مسیح یعنی اطاعت از او.

#### قسمت عمودی بالای صلیب: دعا

دومین نظم و انضباطی که یک شاگرد باید در زندگی خود داشته باشد «دعای با ایمان» است. (در قسمت عمودی بالای صلیب بنویسید «دعا»). بخشی از ماندن در مسیح را ماندن ما در دعا تشکیل می‌دهد. مسیح در یوحنا ۷:۱۵ فرمود: «اگر در من بمانید و کلام من در شما بماند، آنچه خواهید بطلبید که برای شما خواهد شد.» (در قسمت عمودی بالای صلیب بنویسید یوحنا ۷:۱۵ و ضمن بیان جنبه بعدی به کلمات «مسیح»، «کلام خدا» و «دعا» اشاره کنید). اگر ما در «مسیح» بمانیم و «کلام» او در ما بماند، هر چه را که بخواهیم می‌توانیم «بطلبیم» و خدا آن را برای ما انجام خواهد داد.

توجه داشته باشید که جهت عمودی این قسمت از صلیب، نشاندهنده ارتباط میان خدا و انسان است. در این جهت، اساس مصاحبت ما با خدا (یعنی دعا) و همچنین اساس مصاحبت او با ما (یعنی کلام خدا) مشخص شده است.

#### قسمت افقی سمت راست صلیب: مشارکت

سومین انضباطی که باید در زندگی یک شاگرد بچشم بخورد، «مشارکت با ایمانداران» است. (در قسمت افقی سمت راست صلیب

بنویسید «مشارکت») زندگی کردن در مسیح بدین معنی است که ما کوشش کنیم تا با خواهران و برادران خود در مسیح مشارکت داشته باشیم. مسیح در یوحنا ۱۳:۳۴-۳۵ می‌فرماید: «به شما حکمی تازه می‌دهم که یکدیگر را محبت نمایید چنانکه من شما را محبت نمودم تا شما نیز یکدیگر را محبت نمایید. به همین همه خواهند فهمید که شاگرد من هستید اگر محبت یکدیگر را داشته باشید.» (در قسمت افقی سمت راست صلیب بنویسید یوحنا ۱۳:۳۴-۳۵). عیسی فرمود که اگر یکدیگر را محبت کنیم، می‌توانیم نشان دهیم که شاگردان او هستیم. خدا بهترین محل را برای رشد روحانی ما فراهم نموده است. این محل کلیسای اوست. کلیسا یک ساختمان یا سازمان نیست، هرچند که اینها دو مورد از استفاده کلیسا هستند. کلیسا بدنی است شامل ایمانداران تعمید یافته که با یکدیگر هم پیمان شده‌اند تا خدمت مسیح را در جهان به انجام رسانند. هرگز نمی‌توان یک مسیحی متعادل را یافت که در مشارکت با بدن ایمانداران و کلیسای محلی نباشد. کلیسا بدن مسیح است. اگر ما در مسیح زندگی می‌کنیم، باید در بدن او کلیسا نیز زندگی کنیم.

#### قسمت افقی سمت چپ صلیب: شهادت

چهارمین نظم و وظیفه یک شاگرد در زندگی «شهادت دادن به دیگران» است. (در قسمت افقی سمت چپ صلیب بنویسید «شهادت») شهادت دادن یعنی سهم کردن دیگران در مژده نجاتبخش مسیح. عیسی در یوحنا ۸:۱۵ فرمود: «جلال پدر من آشکار می‌شود به اینکه میوه بسیار بیاورید و شاگرد من بشوید.» (در قسمت افقی سمت چپ صلیب بنویسید یوحنا ۸:۱۵). مسیح فرمود که آوردن ثمر و میوه بسیار، طریقی است که ما بوسیله آن نشان می‌دهیم که شاگردان او هستیم. شهادت دادن نتیجه طبیعی زندگی در مسیح است. اگر ما هر روز در کلام خدا زندگی می‌کنیم و در ایمان دعا کرده، با قوم خدا مشارکت داشته باشیم، صحبت کردن با دیگران در مورد مسیحی که در قلبهایمان زندگی می‌کند، امری طبیعی و عادی خواهد شد. میوه آوردن مفهومی وسیع‌تر از شهادت دادن دارد. با اینحال همیشه شامل شهادت دادن نیز می‌شود. مسیح در متی ۱۹:۴ فرمود: «از عقب من آید تا شما را صیاد مردم گردانم.»

#### از ماندن در مسیح تا ثمر آوردن

اصل سوم مذکور در لوقا ۹:۲۳، متابعت از مسیح است. اگر ما در مسیح زندگی کنیم، ثمر خواهیم آورد. هر میوه‌ای الزماً رشد سریع ندارد، اما بطور مداوم رشد می‌کند و در فصل خود می‌رسد. ثمر آوردن نتیجه عادی و طبیعی آن حیاتی است که مسیح در مرکزش قرار دارد.

با توجه به یوحنا ۵:۱۵، مجدداً به دایره مرکز صلیب دقت کنید. زندگی ما در مسیح باید بطور مداوم رشد و توسعه یابد. (خطوطی دایره‌وار بصورت نقطه چین رسم کنید، بطوری که از مرکز دایره بسوی انتهای قسمت‌های صلیب در حال گسترش باشند). میوه آوردن به ثمره روح نیز بستگی دارد: محبت، خوشی، سلامتی، حلم، مهربانی، نیکویی، ایمان، تواضع، پرهیزگاری (غلاطیان ۵:۲۲-۲۳). همراه با رشد ثمره روح در زندگی تان، قادر خواهید بود انواع خدمات را نسبت به دیگران عملی سازید.

لازمست در مورد عبارات مورد اشاره توسط چهار نوک صلیب نیز توضیحی بدهیم. اینها نشانه این هستند که ثمر آوردن ما باید در خدمات ما بظهور رسد. زندگی در کلام خدا ما را بسوی خدمت تعلیم یا موعظه هدایت می‌کند. (در پایین صلیب بنویسید «خدمت تعلیم یا موعظه»). دعای با ایمان، ما را متوجه خدمت پرستش یا شفاعت می‌نماید. (در بالای صلیب بنویسید «خدمت پرستش یا شفاعت»). مشارکت با ایمانداران، ما را بسوی خدمت خوراک دهی اعضاء کلیسا رهبری می‌کند. (در سمت راست صلیب بنویسید «خدمت خوراک دهی»). شهادت دادن به جهان به خدمت بشارت منتهی می‌گردد. (در سمت چپ صلیب بنویسید «خدمت بشارت»). در هر دو طرف قسمت افقی، خدمت ما به دیگران قرار دارد. (بر بالای قسمت افقی صلیب بنویسید «خدمت به دیگران، یوحنا ۱۳:۱۵») در یوحنا ۱۳:۱۵ می‌خوانیم: «کسی محبت بزرگتر از این ندارد که جان خود را به جهت دوستان خود بدهد.» تمام خدمت یک شاگرد و بطور کلی تمام خدمت کلیسای مسیح، در این پنج زمینه خدمت خلاصه می‌شود.

هدف ما در شاگردی در دوم تیموتاؤس ۲:۲۱ بیان شده است: «اگر کسی خویش را از اینها طاهر سازد، ظرف عزت خواهد بود مقدس و نافع برای مالک خود و مستعد برای هر عمل نیکو.» ما باید در تمام این پنج مورد انضباط و نظم رشد کنیم تا زندگی خود را



## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته دوم	هفته اول		
<input type="checkbox"/>		<b>صرف وقت با خداوند</b>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	از پیشنهادات ارائه شده در جلسه تمرین استفاده کنید تا هر روز وقت عبادت شخصی داشته باشید. شما باید راهنمای مشارکت روزانه با خداوند (ص ۴۱) را در طول وقت عبادت شخصی خود بکار برید. و نیز می‌توانید از مورد یا مواردی از بخشهای «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» در وقت عبادت شخصی خود استفاده کنید	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	«چگونه وقت عبادت شخصی داشته باشیم» (ص ۳۹) را بخوانید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<b>زندگی در کلام</b>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	کتابمقدس خود را هر روز بخوانید. بر روی راهنمای مشارکت روزانه با خداوند (ص ۴۱) بنویسید که خدا به شما چه می‌گوید و شما به او چه جوابی می‌دهید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	لوقا ۱۴:۲۶-۲۷ را حفظ کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		یوحنا ۷:۱۵ را حفظ کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	یوحنا ۵:۱۵ و لوقا ۹:۲۳ را مجدداً مرور کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	درس «صلیب خود را بردار» (ص ۴۵) را تکمیل کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<b>دعای با ایمان</b>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		وقتی را مشخص کنید که در آن با همسنگر دعای خود بطور حضوری یا با تلفن دعا نمایید. اگر قبلاً کسی را انتخاب نکرده‌اید، اکنون یک	<input type="checkbox"/>



## چگونه وقت عبادت شخصی داشته باشیم

شما بعنوان یک ایماندار، دریافته‌اید که مسیح باید مرکز زندگی مسیحی باشد. این حقیقت در دروس هفته گذشته شما مورد تأکید قرار گرفت. اختصاص وقت به مسیح، به شما کمک خواهد کرد که او را در مرکز زندگی خود نگاه دارید. این وقت بعنوان «وقت عبادت شخصی» نامیده می‌شود. برای من هیچ چیز مهمتر از وقت عبادت شخصی‌ام نبوده است.

هنگامی که در دانشکده بودم، سعی کردم که وقت عبادت شخصی داشته باشم. من در مورد بعضی مسیحیان خوانده بودم که در ساعت ۴ بامداد از خواب برمی‌خیزند و قبل از صرف صبحانه، یک ساعت را صرف مطالعه کتاب مقدس می‌کنند و یک ساعت دیگر را هم به دعا می‌پردازند. من هم سعی کردم که از این برنامه پیروی کنم، اما نتوانستم در اجرای آن ثابت و استوار بمانم. در یکی دو روز اول مطابق برنامه عمل می‌کردم، اما از آن پس بقدری خستگی بر من غلبه می‌کرد که نمی‌توانستم در ساعت مقرر بیدار شوم، و به این دلیل خود را مقصر می‌دانستم. اما در حقیقت سلامتی خود را به مخاطره می‌انداختم، چون متوجه نبودم که آن مسیحیانی که درباره‌شان خوانده بودم، در ساعت ۸ یا ۹ بعدازظهر به خواب می‌رفتند، در حالیکه ساعت خوابیدن من یک یا دو بامداد بود.

در آن موقع مقاله‌ای خواندم که در آن تأکید شده بود هر کس می‌تواند هر روز صبح وقت کوتاهی را با خدا بگذراند. در آن مقاله طرح ساده‌ای نیز برای رسیدن به هدف پیشنهاد شده بود. بنابراین، تصمیم گرفتم، بدون توجه به شرایط، هر روز صبح در حدود ۱۰ دقیقه از وقت خود را به خدا اختصاص دهم. البته بزودی متوجه شدم که این مدت، کافی نیست. به همین خاطر خود را عادت دادم که بتدریج با صدای زنگ ساعت زودتر برخیزم و هر صبح وقت کافی برای خداوند داشته باشم.

اگر تابحال وقت عبادت شخصی نداشته‌اید، ما در دوره زندگی منضبط به شما پیشنهاد می‌کنیم که هر روز صبح ۱۵ دقیقه را به این امر اختصاص دهید.

من به تدریج درک کرده‌ام که وقت عبادت شخصی صرفاً یک وظیفه و انضباط نیست. این وقت درحقیقت ملاقاتی است که در آغاز روز با عیسی مسیح که مرکز زندگی ما است، صورت می‌پذیرد.

داشتن نظم و انضباط در وقت عبادت شخصی دارای رموزی است. مواردی از این رموز را که من آموخته‌ام، در اینجا بیان می‌کنم:

۱- وقت عبادت شخصی را «اولین و مهمترین» کار روزانه خود بدانید.  
- وقتی را برای عبادت خدا انتخاب کنید که با برنامه شما مطابقت دارد. معمولاً ساعات صبح مناسب‌ترینند، اما می‌توانید ساعات دیگری را نیز برای وقت عبادت شخصی خود انتخاب نمایید.

۲- از شب قبل «مقدمات» کار را آماده کنید.

- ساعت شماطه دار را برای وقت مناسب تنظیم کنید. چنانچه بیدار شدن شما در صبح‌ها دشوار است، می‌توانید قبل از وقت عبادت شخصی به ورزش، استحمام، اصلاح صورت یا لباس پوشیدن پردازید.  
- محلی را انتخاب کنید که در آنجا تمام مدت تنها باشید. وسایل لازم را شب قبل، در آن محل قرار دهید، یعنی وسایلی از قبیل

کتابمقدس، دفترچه یادداشت، خودکار یا مداد. این وسایل را در محل فوق بگذارید تا صبح روز بعد وقتتان در جستجوی آنها تلف نشود.

۳- «برنامه» مناسبی برای مطالعه کتابمقدس و دعا داشته باشید.

- دعا کنید تا خدا در طول وقت عبادت شخصی، شما را هدایت کند.

- از یک برنامه منظم در مطالعه کتابمقدس پیروی کنید. معمولاً این برنامه بدین صورت است که پیش از آغاز کتاب دیگر، یک کتاب را بطور کامل مطالعه کرده باشید. برنامه‌های پیشنهادی در «روش استفاده از راهنمای مشارکت روزانه با خداوند» (ص ۴۱) ارائه شده‌اند. در هر حال، برنامه‌های متعددی وجود دارند. می‌توانید از برنامه‌های موجود برای قرائت روزانه کتابمقدس یا نشریات تعلیمی کلیسایی استفاده کنید. برنامه‌ای را انتخاب کنید که از نظر شما مناسب‌ترین است.

- درباره موضوعات مربوط به متن قرائت شده، دعا کنید.

- به هنگام دعا به اصول مختلف آن توجه داشته باشید. ترتیب زیر جهت بخاطر سپردن این اصول ارائه شده است:

ستایش و تمجید

اعتراف

شکرگزاری

درخواست

۴- در انجام برنامه «پشتکار» به خرج دهید تا موفق شوید.

- بیش از اینکه به طولانی شدن وقت عبادت توجه کنید، تداوم آن را مورد توجه قرار دهید. بهتر است هر روز چند دقیقه وقت عبادت شخصی داشته باشید تا اینکه یک روز در میان زمانی طولانی را به پرستش پردازید. توجه داشته باشید که با اینکار عادت‌های خود بوجود می‌آورید که در تمام طول زندگی باید ادامه داشته باشد.

- امکان دارد که در برنامه عبادتی شما وقفه‌هایی بوجود آید. شیطان بیش از هر چیز دیگر در صدد است که مانعی در راه مصاحبت ما با خدا ایجاد کند. شیطان از ضعیف‌ترین مسیحی نیز که در دعا زانو زده باشد واهمه دارد. بخاطر اشخاص یا وقایعی که مانع وقت عبادت شخصی شما می‌شوند، ناامید نشوید. بجای ناامید شدن، به فکر برطرف کردن موانع وقت عبادت شخصی خود باشید.

۵- توجه خود را بیشتر به «شخصی» که با او ملاقات می‌کنید متمرکز سازید تا به عادت به برنامه عبادتی.

- اگر در آن موقع، قرار ملاقاتی با رئیس جمهور کشور می‌داشتید، اجازه نمی‌دادید هیچ چیز مانع راه شما شود. آیا ملاقات با خدا بمراتب مهمتر نیست؟ همانطور که این ملاقات با خدا برای شما مهم است، برای او نیز اهمیت دارد. خدا شما را طوری آفرید که توانایی مشارکت با او را داشته باشید. و نیز او شما را نجات داد تا این مشارکت دوباره برقرار شود.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.

## راهنمای مشارکت روزانه با خداوند

روز \_\_\_\_\_ تاریخ \_\_\_\_\_

قسمت مورد مطالعه از کتاب مقدس \_\_\_\_\_ نوع ترجمه کتاب مقدس \_\_\_\_\_

آنچه که خدا به من گفت: \_\_\_\_\_

آنچه که من به خدا گفتم: \_\_\_\_\_

روز \_\_\_\_\_ تاریخ \_\_\_\_\_

قسمت مورد مطالعه از کتاب مقدس \_\_\_\_\_ نوع ترجمه کتاب مقدس \_\_\_\_\_

آنچه که خدا به من گفت: \_\_\_\_\_

آنچه که من به خدا گفتم:

روز \_\_\_\_\_ تاریخ \_\_\_\_\_

قسمت مورد مطالعه از کتابمقدس \_\_\_\_\_ نوع ترجمه کتابمقدس \_\_\_\_\_

آنچه که خدا به من گفت:

آنچه که من به خدا گفتم:

روز \_\_\_\_\_ تاریخ \_\_\_\_\_

قسمت مورد مطالعه از کتابمقدس \_\_\_\_\_ نوع ترجمه کتابمقدس \_\_\_\_\_

آنچه که خدا به من گفت:

آنچه که من به خدا گفتم :

روز \_\_\_\_\_ تاریخ \_\_\_\_\_

قسمت مورد مطالعه از کتابمقدس \_\_\_\_\_ نوع ترجمه کتابمقدس \_\_\_\_\_

آنچه که خدا به من گفت :

آنچه که من به خدا گفتم :

روز \_\_\_\_\_ تاریخ \_\_\_\_\_

قسمت مورد مطالعه از کتاب مقدس \_\_\_\_\_ نوع ترجمه کتاب مقدس \_\_\_\_\_

آنچه که خدا به من گفت :

آنچه که من به خدا گفتم :

روز \_\_\_\_\_ تاریخ \_\_\_\_\_

قسمت مورد مطالعه از کتاب مقدس \_\_\_\_\_ نوع ترجمه کتاب مقدس \_\_\_\_\_

آنچه که خدا به من گفت :

آنچه که من به خدا گفتم :

## صلیب خود را بردار

صورت خدا در بشر در اثر گناه و سقوط وی مخدوش شده است. مسیح آمد تا این صورت خدا را در انسانها دوباره حیات بخشد. او کسب نجات را برای هر کس ممکن نمود و بدین ترتیب مأموریت خود را به انجام رسانید.

در مقابل، مسیح انتظاراتی از شاگردان خود دارد. در مطالعه این درس سه تعهد اصلی یک شاگرد را خواهید شناخت.

پس از تکمیل این درس شما قادر خواهید بود تا:

- # سه تعهد اصلی یک شاگرد را بشناسید.
- # انگیزه هر تعهد را شرح دهید.
- # در مورد شیوه زندگی یک حامل صلیب توضیح دهید.
- # میزان رشد خود را بعنوان یک شاگرد بسنجید.

جملات زیر را تکمیل کنید. پس از کامل شدن این بخش، پاسخهای خود را با جوابهای داده شده در آخر درس مقایسه نمایید. سعی کنید که جهت تبادل نظر در مورد این درس در جلسه بعدی گروه خود آمادگی داشته باشید.

۱- در لوقا ۲۳:۹ مسیح در مورد سه تعهد اصلی یک شاگرد بصورت اجمالی سخن می گوید. این آیه را بخوانید و جاهای خالی را پر کنید:

«اگر کسی بخواهد مرا پیروی کنید می باید \_\_\_\_\_ و \_\_\_\_\_ خود را هر روزه بردارد و مرا \_\_\_\_\_ کند.»

۲- سه تعهد اصلی از این قرارند:

- انکار نفس
- برداشتن صلیب
- متابعت از مسیح

تعهد اول را بیازمایید. مسیح نمونه ماست در زمینه انکار نفس. او زندگی پر جلال خود را در آسمان ترک نمود تا انسانهای گناهکار را نجات داده، تولد تازه بخشد.

۱- لوقا ۱۴:۲۶-۲۷ را بخوانید. منظور مسیح از بکار بردن کلمه «دشمن داشتن»، کدامیک از عبارات ذیل است؟ (عبارت صحیح را با علامت X مشخص نمایید.)

الف - دوست نداشتن خود و خانواده خود.

ب - وفادار بودن نسبت به مسیح بعنوان بزرگترین وظیفه و تعهد زندگی.

ج - خود و خانواده خود را دشمنان صلیب شمردن.

۲- مسیح در زندگی و تعلیم خود نشان داد که برای خانواده اهمیت قائل است. منظور او هرگز این نبود که تعهد ما نسبت به او بهانه‌ای باشد تا وظایف خود را نسبت به اعضاء خانواده انجام ندهیم. او خواهان اینست که همه تعهدات ما (حتی تعهدات خانوادگی ما نیز) تابع تعهد ما به او باشند، زیرا او خداوند ماست.

۳- لوقا ۹:۲۳ و ۲۴ را بخوانید. عیسی فرمود آنانی که در پی زندگی خودمحور و توأم با خودخواهی هستند، در حقیقت موجب هلاکت خود می‌شوند. براساس این آیات، بنویسید که کدامیک از جملات زیر صحیح یا غلط هستند.  
 — الف . خدمت به مسیح با ارزش‌تر از زندگی من است.  
 — ب . خدمت به مسیح به من کمک خواهد کرد تا بر خود محوری‌ام غلبه کنم.

۴- چه چیزی محرک اشخاص است تا نفس خود را انکار کنند؟ این محرک خود مسیح است که بعنوان منبع تازه حیات در مرکز شخصیت آنها قرار می‌گیرد و آنها را از ثبات و وفاداری جدیدی برخوردار می‌سازد. تمام توجه و هدف آنها دیگر بر خودخواهی و خودپرستی نیست، بلکه بر محبت و خدمت مسیح و دیگران معطوف است.

غلاطیان ۲:۲۰ را بخوانید. پولس به «شخصی برای دیگران» تبدیل شده بود، چون مسیحی که در او زندگی می‌کرد منبع تازه حیات بود که در مرکز شخصیت وی قرار داشت.

با بیان خود، محرک انکار نفس را شرح دهید.

---



---



---



---

«صلیب خود را بردار» دومین تعهد شما بعنوان یک شاگرد است. عیسی صلیب خود را تا جلجتا حمل نمود. در یوحنا ۱۲:۲۴ عیسی هدف مرگ خود را شرح داد. وی خود را به دانه گندم تشبیه کرد که باید بمیرد تا دانه‌های بیشتری ببار آورد.

۱- یوحنا ۱۲:۲۴ را بخوانید. یکی از جملات زیر، این تشبیه مسیح را به بهترین نحو شرح می‌دهد. زیر آن خط بکشید.  
 الف - مردن نسبت به شیوه کهنه زندگی، حیات تازه را به ثمر می‌آورد.  
 ب - مردن نسبت به نفس خود، بدین معنی است که شما احتمالاً تنها خواهید ماند.

۲- تأکید انکار نفس بر اینست که ما از تعهد نسبت به خود بازگشت کنیم و به تعهد نسبت به مسیح روآوریم. برداشتن صلیب متضمن این اصل است که هر شخص همانند مسیح به جهان نیازمند توجه کند. این امر دو نتیجه یا پی‌آمد دارد. پی‌آمد اول اینست که شخص دید تازه‌ای از خود کسب می‌کند. و در پی‌آمد دوم، دید تازه‌ای نسبت به احتیاج دنیا پیدا می‌کنیم.

لوقا ۱۴:۲۷ را بخوانید. اگر کسی حاضر به برداشتن صلیب خود نباشد، توانایی چه کاری را نخواهد داشت؟

---



---

۳- برداشتن صلیب شامل خدمت پر محبت و فداکارانه نسبت به دیگران است. در زیر اعمالی که در نتیجه برداشتن صلیب بوجود می‌آید، خط بکشید.

شهادت دادن

دروغ گفتن

دوست داشتن دشمنان

ستیزه جویی  
تحمل سختیها

کمک به نیازمند  
همراهی کردن با اشخاص تنها

بخشیدن دیگران  
بدنبال انتقام بودن

۴- پولس در فیلیپیان ۸:۲ توضیح می‌دهد که چرا مسیح حاضر بود صلیب خود را بردارد. مسیح مطیع اراده خدا برای زندگی خود بود؛ حتی هنگامی که اراده خدا، مرگ او بر صلیب بود وی با اطاعت پذیرفت. ما می‌توانیم از نمونه مسیح در تحمل صلیب پیاموریم که صلیب یک مسیحی دو علامت مشخصه دارد: (۱) تعهدی داوطلبانه است. (۲) عملی است که در اثر اطاعت بظهور می‌رسد. الف - اگر ما در برداشتن صلیب خود قصور ورزیم، مرتکب کدامیک از گناهان زیر شده‌ایم؟ (دور آن دایره بکشید)

بی‌ایمانی

بی‌وفایی

نااطاعتی

ب - محرک شما در برداشتن صلیب چیست؟

متابعت از عیسی، سوئین تعهد شما بعنوان یک شاگرد است. عیسی از پدر آسمانی خود متابعت نمود. او از ابتدا با پدر خود بود (یوحنا ۱:۱). در طی رشد خود، همه حقایقی را که پدرش به او تعلیم می‌داد می‌آموخت. او همه اعمال خود را با قوت پدر به انجام می‌رسانید. خدای پدر نیز اراده خود را بر او آشکار نمود. به عیسی این اختیار داده شده بود که نماینده پدر خود باشد (یوحنا ۱۹:۵-۴۳).

۱- همانطور که عیسی از خدای پدر متابعت نمود، شاگردان نیز باید از عیسی متابعت کنند. جملات زیر نشاندهنده تعلیمات عیسی در مورد پیروی از او می‌باشند. هر جمله را با آیاتی که مناسب هستند، مربوط نمایید.

(۱) شاگردان، با قوت و اقتدار مجهز شده‌اند.

— الف . متی ۲۸:۱۱

(۲) شاگردان، صیاد مردم خواهند شد.

— ب . مرقس ۱۷:۱

(۳) شاگردان، در مسیح آرامی می‌یابند.

— ج . لوقا ۹:۱-۲

(۴) شاگردان، در پیروی از مسیح او را خدمت می‌کنند.

— د . یوحنا ۱۲:۲۶

۲- آیات داده شده در تمرین قبلی، شامل نتایج متابعت از مسیح می‌شوند. این نتایج عبارتند از: (الف) شناخت حقیقت. (ب) درک اراده خدا. (ج) آرامی جان. (د) قوت برای انجام امور الهی. (ه) اختیار اینکه آن شاگرد نماینده مسیح باشد.

در حال حاضر شما به کدامیک از نشانه‌های فوق بیشتر از بقیه احتیاج دارید؟ بگویید چرا.

۳- چرا باید مسیحیان خواهان متابعت از مسیح باشند؟ دلیل آن روشن است. آنها می‌خواهند که با مسیح باشند. با پیروی از عیسی، در مشارکت با او باقی می‌مانیم و قوت می‌یابیم تا دیگران را برای او صید نموده، شاگرد سازیم.

بر اساس این مطلب، کلمه‌ای را که بهترین انگیزه برای پیروی از مسیح است، با کشیدن دایره مشخص نمایید.

احترام

کنجکاوی

مشارکت

۴- نمودار زیر را با توجه به سه تعهد اصلی شاگرد بودن و محرک‌های آن تعهدات، پر نمایید.

تعهد	محرک
الف	
ب	
ج	

۵- کلمه‌ای که در لوقا ۲۴:۹ و یوحنا ۲۵:۱۲ «جان» و در متی ۲۹:۱۱ «نفس» ترجمه شده، در اصل یونانی کلمه *Psuche* می‌باشد. کلمه روانشناسی در زبان انگلیسی (*Psychology*) به معنی «شناخت نفس» است. کلمه *Psuche* می‌تواند یکی از این دو معنی را داشته باشد: (۱) مرکز اراده، امیال و عواطف که گاهی اوقات قلب خوانده می‌شود، یا (۲) خود شخص.

لوقا ۲۴:۹ و یوحنا ۲۵:۱۲ را بخوانید. کدامیک از جملات زیر، شرح می‌دهد که برای جان یک شاگرد حقیقی مسیح چه اتفاقی می‌افتد؟

الف - جان او پاک خواهد شد.

ب - جان او از بدنش جدا خواهد شد.

ج - جان او نجات خواهد یافت.

۶- معنی اصلی نجات در عهد جدید «کامل شدن» یا «کامل کردن» است. هنگامی که نفس یا زندگی یک شاگرد، هلاک شده است، از طریق انکار نفس، برداشتن صلیب خود و متابعت از عیسی، آن شاگرد، کامل شده، نجات می‌یابد. عبارت دیگر، اگر عیسی در زندگی ما، در جای اول قرار بگیرد، در تمام جوانب زندگی مان، هماهنگی و کمال حاکم خواهد بود.

با بیان خود شرح دهید که چگونه می‌توانید با از دست دادن زندگی خود، آن را نجات دهید.

---



---



---



---

۷- شما با توجه به میزان هماهنگی یا کمالی که در رابطه خود با خدا و دیگران دارید، می‌توانید به مقدار رشد خود در شاگردی پی ببرید.

در آزمون زیر با کشیدن دایره دور شماره مناسب، رشد خود را تا امروز در تعهدات شاگردی بسنجید: ۴- همیشه، ۳- معمولاً، ۲- اغلب، ۱- گاهی اوقات.

۱ ۲ ۳ ۴

الف - من عیسی را بیشتر از خود یا هر شخص یا چیز دیگری دوست دارم.

۱ ۲ ۳ ۴

ب - مسیح در مرکز وجود و شخصیت من قرار دارد.

۱ ۲ ۳ ۴

ج - من مطیع اراده خدا هستم.

۱ ۲ ۳ ۴

د - خدمت کردن علامت مشخصه زندگی من است.

۱ ۲ ۳ ۴

ه - من حضور مسیح را در زندگی خود احساس می‌کنم.

۱ ۲ ۳ ۴

و - من این قدرت را دارم که دیگران را برای مسیح صید نموده، شاگرد او سازم.

امتیازات خود را جمع بزنید. مقیاس زیر به شما کمک خواهد کرد تا امتیاز خود را بسنجید.  
 ۱۸-۲۴ امتیاز، کمال در شاگرد بودن - ۱۲-۱۸ امتیاز، داشتن رشد خوب - ۶-۱۱ امتیاز، باید بطور عمیقتر به انجام تعهدات شاگردی توجه نمود.

### پاسخها

۱- نفس خود را انکار نموده - صلیب - متابعت .

### تعهد اول

۲- ب .

۳- هر دو جمله صحیح اند.

۴- مسیح باید مرکز شخصیت هر فرد باشد.

### تعهد دوم

۱- الف .

۲- نمی تواند شاگرد عیسی بشود.

۳- دوست داشتن دشمنان، بخشیدن دیگران، کمک به نیازمندان، همراهی کردن با اشخاص تنها، شهادت دادن، تحمل سختیها.

۴- الف - ناطاعتی . ب - اطاعت داوطلبانه .

### تعهد سوم

۱- الف - (۳) ، ب - (۲) ، ج - (۱) ، د - (۴)

۲- پاسخ این سؤال به شما بستگی دارد.

۳- مشارکت

۴- الف - انکار نفس، ثبات و وفاداری جدید . ب - برداشتن صلیب، اطاعت داوطلبانه . ج - متابعت از عیسی، مشارکت.

۵- ج .

۶- بوسیله انکار نفس بود که من کمال یا هماهنگی را تجربه کردم.

۷- پاسخ این سؤال به شما بستگی دارد.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.

- ۱- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۲- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۳- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۴- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۵- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۶- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۷- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۸- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۹- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۰- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۱- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۲- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۳- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۴- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۵- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۶- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۷- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۸- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۱۹- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه
- ۲۰- شکرانه - سپاس - شکر - شکرانه

## روش استفاده از راهنمای مشارکت روزانه با خداوند

دایره‌ای که در میان صلیب شاگرد قرار گرفته، نشانه‌ای است از اینکه باید نفس خود را انکار نموده، مسیح را بعنوان خداوند بر تخت حکومت زندگی خود بنشانید. برای تحقق این امر، باید هر روز مدتی از وقت خود را با خداوند بگذرانید. این عمل که تجربه‌ای روحانی است، وقت عبادت شخصی نامیده می‌شود. در این تجربه، قادر خواهید بود تا با خداوند در تماس بوده، از رهبری و قوت الهی او در طی روز برخوردار باشید. اگر هر روز مدتی از وقت خود را به این امر اختصاص دهید، توانایی شما در جنبه‌های بسیاری افزایش خواهد یافت.

«چگونه می‌توانم از طریق وقت عبادت شخصی، با خداوند در تماس و مشارکت باشم؟» اگر این سؤال برای شما نیز مطرح است، در پاسخ می‌توان گفت: بوسیله ماندن در مسیح، زیستن در کلام خدا و دعای با ایمان. در حقیقت شاخه عمودی صلیب، راه را به شما نشان می‌دهد.

منظور از طرح پیشنهادات ذیل اینست که از وقت عبادت شخصی خود بهره بیشتری برده، اطمینان داشته باشید که با زیستن در کلام خدا و دعای با ایمان، در مسیح می‌مانید.

### برای مشارکت با خداوند آماده باشید

۱- خدا را برای اینکه خداوند و صاحب شماست، پرستید.

۲- بوسیله اقرار به گناهان و تسلیم اراده و فکر و احساسات خود به خداوند، نفس خود را انکار نمایید.

۳- خود را جهت استفاده امروز خداوند، مناسب و مفید بگردانید و بدین وسیله صلیب خود را بردارید.

۴- فهرست این مطالب را تهیه نمایید: سؤالاتی که به پاسخ آنها نیاز دارید - موضوعاتی که در مورد آنها محتاج هدایت الهی هستید - ضعفهایی که تنها با کسب قوت از خدا برطرف می‌شوند - و یا موضوع دیگری که مایلید آن را با خدا در میان بگذارید.

۵- در انتظار شنیدن صدای خدا باشید. او مایل است که اراده خود را به شما آشکار نماید و درباره موضوعاتی که از اهمیت بیشتری برخوردارند با شما سخن بگوید.

به هنگام خواندن کلام خدا، به صدای او که با شما سخن می‌گوید گوش فرا دهید

۱- کتابمقدس را با برنامه و بطور منظم بخوانید. یک شیوه بسیار خوب اینست که کتب مختلف کتابمقدس بطور کامل و متوالی خوانده شوند به نحوی که پیش از پایان یافتن مطالعه یک کتاب، خواندن کتاب بعدی آغاز نشود.

۲- جهت بررسی جنبه‌های گوناگون و فهم کامل کتابمقدس، از نسخه‌ها و ترجمه‌های مختلف آن استفاده نمایید.

۳- در مطالعه خود از کلام خدا، تعادل را حفظ کنید و به همه انواع نگارش کتب کتابمقدس توجه نمایید. کتابمقدس شامل قسمتهای عبادتی (مزامیر)، حکیمانه (امثال)، تاریخی و زندگینامه‌ای (انبیاء، اعمال رسولان، اناجیل) و تعلیمی (رسالات پولس) می‌باشد.

۴- به صدای خدا گوش فرادهید. پولس رسول فرمود که کتابمقدس در چهار زمینه مفید است: تعلیم، تنبیه، اصلاح، تربیت (۲ تیموتاؤس ۳: ۱۶ و ۱۷) خدا در یکی از این چهار زمینه با ما سخن می‌گوید. به صدای او گوش دهیم. ترجمه جدید به ما کمک می‌کند که مفهوم این کلمات را بهتر درک کنیم:

- تعلیم - تعلیم حقیقت و اصول ایمان

- تنبیه - سرزنش خطا و اصلاح آن

- اصلاح - اصلاح مسیر زندگی شخص

- تربیت - تربیت ما برای یک زندگی صحیح

درباره این چهار مورد، مرتباً تأکید کنید به حدی که به هنگام مطالعه کتابمقدس، خودبخود در جستجوی این امور باشید: تعلیمی تازه (حقیقتی از ایمان که برای شما تازگی داشته باشد)، سرزنش خطاهای خود، اصلاح و هدایت در مسیر صحیح، و پرورش خود در زندگی صحیح.

۵- کلمات، عبارات و آیاتی را که با شما صحبت می‌کنند، با علامت مشخص نمایید. اگر از ماژیک یا قلمهای شب رنگ استفاده می‌کنید، باید کتابمقدسی با کاغذ ضخیم داشته باشید تا جوهر ماژیک در پشت کاغذ موجب ایجاد لکه نشود. در زیر، علاماتی پیشنهاد شده‌اند که می‌توانید از آنها استفاده کنید. شما در استفاده از علامتهای دیگر و یا در نظر داشتن مفهومی متفاوت با آنچه در زیر نوشته شده است، آزادید.

— الف . زیر عبارات یا کلمات کلیدی به نشانه تأکید خط بکشید.

{ ب . زیر کلمات و عباراتی که مایلید توجه خاصی به آنها داشته باشید، خط موج بکشید.

[ ] ج . در دو طرف کلمات یا عبارات طولانی تر که مفهوم خاصی دارند، علامت کروشه قرار دهید.

○ د . دور کلمات مهم و کلیدی دایره بکشید.

« ه . تیتراهایی را که شاید در عبادت‌ها یا موعظه‌ها مورد استفاده شما قرار می‌گیرند، با گیومه مشخص نمایید.

| | و . در دو طرف آیاتی که آنها را حفظ کرده‌اید دو خط عمودی بکشید و یا آن آیات را با خطوط مستطیل شکل محصور نمایید.

- ز . در دو طرف آیات یا قسمتهایی که بنظر شما ارزش خاصی دارند، خطوط عمودی موج بکشید.

۶- آنچه را که اطمینان دارید خدا در قرائت امروز از کتابمقدس به شما گفته است، حفظ کنید.

الف - یکبار دیگر قسمتهایی را که علامت زده‌اید، مرور کنید.

ب - به دنبال خصوصیتی آشکار یا کلمه‌ای مخصوص و یا آیه‌ای باشید که پیغامی برای شما داشته است.

ج - در راهنمای مشارکت روزانه با خداوند بنویسید که خدا به شما چه گفت. غالباً وقتی که شروع به نوشتن می‌کنید، برای شما واضح خواهد شد که خدا چه می‌گوید.

در مورد آنچه خدا به شما گفته دعا کنید

۱- اگر گفته خدا به شما جنبه تعلیمی دارد، در دعا آن را تکرار کنید و از خدا بخواهید که بیش از آن، هر چه دارد به شما بگوید. او را شکر و ستایش کنید.



## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته دوم	هفته اول		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>صرف وقت با خداوند</p> <p>هر روز در طول هفته «عبادت شخصی» داشته باشید. جهت راهنمایی، «روش استفاده از راهنمای مشارکت روزانه با خداوند» (ص ۵۱) را مطالعه کنید. ممکن است بعضی از تکالیف دروس «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» در عبادت شخصی شما بکار روند.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>زندگی در کلام</p> <p>روزانه کتابمقدس را مطالعه کرده، در آن علامت بگذارید، و هر روز آنچه را که خدا به شما می‌گوید در «راهنمای مشارکت روزانه با خداوند» خود یادداشت کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>درس «اراده خدا را بجا آور» را تکمیل کنید (ص ۵۶).</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>یوحنا ۸:۳۱ و ۳۲ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>یوحنا ۱۵:۱۰ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>در صورت امکان هر روز لوقا ۹:۲۳، ۱۴:۲۶-۲۷، یوحنا ۵:۱۵، ۷:۱۵ را مرور کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>دعای با ایمان</p> <p>با همراه دعای خود بطور حضوری یا از طریق تلفن دعا کنید....</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>برای موضوعات دعا که در درس گذشته بر «فهرست موضوعات دعا» (ص ۶۱) افزوده‌اید، دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>



## اراده خدا را بجا آور

عیسی شما را برگزید و دعوت کرد تا اراده او را انجام دهید. از آنجا که تصمیم گرفته‌اید نفس خود را انکار کنید، صلیب خود را بردارید و عیسی را پیروی کنید. او اکنون نجات دهنده و خداوند شماست. آیا او خداوند اراده شما نیز هست؟ در این درس به چند نکته در مورد انجام اراده خدا می‌پردازیم. پس از مطالعه این درس، قادر خواهید بود:

- \* میان اراده خدا و اراده انسان تمایز قائل شوید.
- \* بیان کنید که خدا از اینکه اراده او را انجام دهید، چه هدفی دارد.
- \* توضیح دهید که خدا از چه روند و شرایطی اراده خود را به انجام می‌رساند.
- \* این تعالیم در زندگی خودتان بکار گیرید.

به پرسشهای زیر پاسخ دهید. پس از انجام هر پرسش، می‌توانید پاسخ خود را با پاسخهای داده شده در آخر این درس مقایسه کنید.

۱- کتاب مقدس تعلیم می‌دهد که خدا به انسان توانایی تصمیم‌گیری و انتخاب عطا کرده است. این توانایی اراده نامیده می‌شود. کتاب مقدس به اراده، بعنوان میل، قصد یا هدف انجام کاری اشاره می‌کند.

آیات زیر را که به اراده انسان اشاره می‌کنند، بخوانید: تثیبه ۱۹:۳۰-۲۰، رومیان ۷:۱۸، اول تیموتاؤس ۲:۳-۴.

براساس این آیات، در سؤالهای زیر دور پاسخ بله یا خیر دایره‌ای بکشید.

- |   |     |     |
|---|-----|-----|
| الف - اراده انسان می‌تواند در جهت نیکویی یا شرارت بکار رود. | بله | خیر |
| ب - خدا همیشه بر اراده انسان نظارت دارد.                    | بله | خیر |
| ج - انسان همیشه قادر به انجام آن چیزی است که اراده می‌کند.  | بله | خیر |

۲- هر انسانی در قلمرو اراده خدا قرار دارد. دوم پطرس ۳:۹ را بخوانید. هنگامی که شخص مسیحی می‌شود، روح القدس شروع به مکشوف کردن اراده خدا برای زندگی او می‌کند.

آیات زیر را که به اراده خدا اشاره می‌کنند، بخوانید: متی ۵۰:۱۲، یوحنا ۴:۳۴، رومیان ۲:۱۲، کولسیان ۱:۹. صحیح یا غلط بودن جملات زیر را در مقابل آنها مشخص کنید.

- الف - عیسی رابطه خاصی میان خود و کسانی که اراده خدا را بجا آورند، قائل شد.
- ب - عیسی فرمود که هدف او انجام اراده خداست.
- ج - دریافت اراده خدا امکان‌ناپذیر است.
- د - ما قادر به کشف اراده خدا هستیم.

۳- اراده خدا و اراده انسان، بلحاظ توانایی و هدف، متفاوتند. توانایی ما برای انجام اراده خودمان محدود است، و هدف ما قابل

تغییر و ناپایدار می‌باشد. توانایی خدا برای انجام اراده‌اش نامحدود، و هدف او پایدار و مقدس است.

مشخص کنید هر یک از جملات زیر بیانگر صفات اراده چه کسی هستند: خدا یا انسان یا هر دو؟

— الف - همواره پایدار و مقدس است.

— ب - در آنچه می‌تواند انجام دهد، محدود است.

— ج - قدرت عمل نامحدود دارد.

— د - قابل تغییر و فساد ناپذیر است.

— ه - توانایی تصمیم‌گیری و انتخاب دارد.

۴- عیسی می‌خواهد به شما بیاموزد که خدا چگونه اراده خود را مکشوف می‌کند و شما چگونه می‌توانید اراده او را انجام دهید. انجام اراده خدا با درک هدف خدا برای زندگی شما آغاز می‌شود.

افسیان ۱: ۵-۶، ۱۲ و ۱۴ را بخوانید. در این آیات اولین هدف خدا برای زندگی شما در مسیح، مورد تأکید قرار گرفته است. کدامیک از موارد زیر بیانگر این هدف هستند؟

الف - جلال دادن خدا

ب - باز یافتن آنچه از دست رفته

ج - نمونه خوب بودن

۵- همه هدف ما در زندگی، جلال دادن خداست تا نام او ستوده شود. این هدف در زندگی عیسی، برای ما نمایان شده است. آیات زیر احساس عیسی را در مورد انجام اراده خدایان می‌کنند. مشخص کنید هر یک از جملات زیر به کدام آیه مربوط می‌شود.

— الف - یوحنا ۹: ۵

— ب - یوحنا ۶: ۳۸

— ج - یوحنا ۱۷: ۴

— د - لوقا ۲۲: ۴۲

(۱) عیسی هنگامی که بر روی زمین بود خدا را جلال داد.

(۲) عیسی اراده خود را طالب نبود.

(۳) عیسی دعا کرد که اراده خدا انجام شود نه خواهش او.

(۴) عیسی از آسمان نزول کرد تا اراده خدا را بجا آورد.

۶- پیشرفت زندگی و خدمت مسیحی شما، بستگی دارد به اینکه چقدر به هدف خدا وقف هستید. هدف خدا را برای زندگی خودتان ذکر کنید.

۷- انجام اراده خدا، بستگی به این دارد که همه جنبه‌های شخصیت خود را به خدا بسپارید. حتی هنگامی که خود را به خدا می‌سپارید، بزودی متوجه می‌شوید که انجام اراده او چندان آسان نیست. عوامل متعددی بر شما تأثیر می‌گذارند. اول یوحنا ۲: ۱۵-۱۷ را بخوانید. کدامیک از عوامل زیر بیشتر شما را از انجام اراده خدا باز می‌دارد؟

الف - طبیعت گناهکار

ب - محیط اطراف

ج - وراثت

۸- سپردن همه جنبه‌های شخصیت به خدا به این معنی نیست که غیر فعال بوده، نیازی به روش نداشته باشید. حتی عیسی به هنگام مواجهه با وسوسه در کشمکش بود (عبرانیان ۴: ۱۵، متی ۲۶: ۳۸-۴۴). اگر ما همه شخصیت خود را به خدا بسپاریم، او طریقی برای اجرای اراده‌اش در ما مهیا می‌کند. آیات زیر را بخوانید و به زبان خود بنویسید که خدا برای هر جنبه از شخصیت شما که به او

بسیارید، چه تدارک دیده است.

الف - ارده (فیلیپیان ۲:۱۳)

ب - فکر (رومیان ۲:۱۲)

ج - جسم (رومیان ۱:۱۲، متی ۲۶:۴۱)

د - احساسات (غلاطیان ۵:۱۸-۲۵)

ه - زندگی (غلاطیان ۲:۲۰)

۹- جملات زیر خلاصه‌ای است از آنچه در مورد انجام اراده خدا مطالعه کرده‌ایم. آنها را کامل کنید.

الف - انجام اراده خدا با درک \_\_\_\_\_ خدا برای زندگی من آغاز می‌شود.

ب - انجام اراده خدا، به سپردن همه جنبه‌های \_\_\_\_\_ من به خدا بستگی دارد.

ج - انجام اراده خدا، مستلزم اقداماتی است که براساس \_\_\_\_\_ خدا برای انجام اراده او قرار دارند.

۱۰- خدا آنچه را که جهت انجام اراده‌اش بدان نیازمندیم، برای ما فراهم می‌کند. آیات زیر را بخوانید و وعده‌های خدا را بنویسید.

الف - فیلیپیان ۴:۱۹، \_\_\_\_\_

ب - رومیان ۸:۲۸، \_\_\_\_\_

۱۱- امکان ندارد که مسیحیان اراده خدا را با قوت خود انجام دهند. تنها خدا می‌تواند آنچه را که قصد و هدف اوست، دقیقاً عملی کند. بجای آوردن اراده خدا دربرگیرنده روند بخصوصی است. در این روند، خدا آنچه را که جهت انجام اراده‌اش برای ما تدارک دیده، بکار می‌برد. این روند در فیلیپیان ۱:۶، ۲:۱۳، اول تسالونیکیان ۵:۲۴، شرح داده شده است. آن را به زبان خود توضیح دهید.

۱۲- اجرای اراده خدا از طریق عوامل زیر انجام پذیراست:

الف - درک \_\_\_\_\_ خدا برای زندگی شما.

ب - سپردن همه \_\_\_\_\_ شما به خدا.

ج - انجام اقداماتی که براساس \_\_\_\_\_ خدا برای اجرای اراده‌اش قرار دارند.

الف، ب و ج را بعنوان سه خصوصیت در نظر بگیرید. آیات زیر نشان می‌دهد که هر کدام از شخصیت‌های مذکور چگونه اراده خدا را بجا آوردند. این آیات را بخوانید و مشخص کنید کدام یک از خصوصیات فوق در زندگی آنها مشهود بود.

(۱) موسی (عبرانیان ۱۱:۲۴-۲۷):

الف  ب  ج

(۲) عیسی (یوحنا ۶:۳۸، عبرانیان ۵:۱۰، ۷:۱۲):

الف  ب  ج

الف  ب  ج

۱۳- در رومیان ۸:۲۹، نتیجه اجرای اراده خدا در زندگی ما بیان شده است. ما معین شده ایم تا \_\_\_\_\_ متشکل شویم.

۱۴- عبرانیان ۱۳:۲۱ را بخوانید. هر کدام از جملات زیر را با پاسخ شخصی خود کامل کنید و بدینوسیله این درس را در زندگی خود بکار برید.

الف - درک من از هدف خدا برای زندگی خودم عبارتست از: \_\_\_\_\_

ب - سپردن همه جنبه های شخصیت من به خدا یعنی: \_\_\_\_\_

ج - اقداماتی که براساس تدارک خدا برای اجرای اراده اش انجام می دهم، عبارتند از: \_\_\_\_\_

پاسخها:

۱- الف - بلی، ب - خیر، ج - خیر

۲- الف - صحیح، ب - صحیح، ج - غلط، د - صحیح

۳- الف - خدا، ب - انسان، ج - خدا، د - انسان، ه - هر دو

۴- الف

۵- الف - (۲) ب - (۴) ج - (۱) د - (۳)

۶- جلال دادن خدا تا او ستوده شود.

۷- پاسخ شخصی خودتان. ممکن است بیش از یک مورد را علامت بگذارید.

۸- الف - خدا در ما کار می کند تا میل و توانایی انجام اراده خود را در ما ایجاد کند.

ب - خدا افکار ما را تازه می کند تا دریابیم که اراده او نیکو، پسندیده و کامل است.

ج - خدا می فرماید بدنهای خود را چون قربانی زنده و بعنوان عبادت معقول به او بگذاریم. بخاطر ضعیف بودن جسم، عیسی ما را تشویق به دعا می کند.

د - روح القدس ثمره روح را در ما بوجود می آورد تا جایگزین احساسات و اعمال جسم شود.

ه - هنگامی که با مسیح مصلوب می شویم، او در ما زندگی می کند و قدرت انجام اراده اش را به ما عطا می کند.

۹- هدف، شخصیت، تدارک.









## راهنمای ستایش خدا

ستایش و شکرگزاری در روش برای جلال دادن خدا هستند، اما هر کدام به جنبه‌های متفاوت می‌پردازند. ستایش، تمجید خداست برای آنچه او هست، یعنی وجود، شخصیت و صفات او. شکرگزاری، ابراز قدردانی به خداست برای آنچه که انجام داده، یعنی اعمال او. برای ما معمولاً شکرگزاری آسانتر از ستایش است، اما در امر پرستش خدا، ستایش او برای آنچه که هست مهم‌تر است از شکرگزاری برای آنچه که می‌کند. شکرگزاری به ستایش منتهی می‌شود. ما باید در همه چیز از خدا تشکر کنیم و بطور مداوم او را بستاییم.

### چرا باید خداوند را بستاییم؟

۱- خدا باید توسط قوم خود ستوده شود.

الف - «و اما تو قدوس هستی، ای که بر تسیبجات اسرائیل نشسته‌ای» (مزمور ۳:۲۲).

۲- ستایش هدیه (قربانی) ما به خداست.

الف - «شما نیز مثل سنگهای زنده بنا کرده می‌شوید، بعمارت روحانی و کهنات مقدس تا قربانیهای روحانی و مقبول خدا را بواسطه عیسی مسیح بگذرانید» (اول پطرس ۲:۵).

ب - «پس بوسیله او قربانی تسیب را به خدا بگذرانیم یعنی ثمره لبهایی را که به اسم او معترف باشند» (عبرانیان ۱۳:۱۵).

۳- خدا ما را نجات بخشید تا او را جلال دهیم.

الف - «این قوم را برای خود ایجاد کردم تا تسیب مرا بخوانند» (اشعیا ۴۳:۲۱).

ب - «هر که قربانی تشکر را گذرانند، مرا تمجید می‌کند» (مزمور ۲۳:۵۰).

۴- کتابمقدس حکم به ستایش می‌کند.

الف - «خداوند را به جلال و قوت توصیف نمایید. خداوند را به جلال اسم او توصیف نمایید» (اول تواریخ ۱۶:۲۸-۲۹، و نیز مزامیر ۱۴۷-۱۵۰).

۵- ستایش ما را برای آن کاری که در آسمان خواهیم کرد، آماده می‌کند (مکاشفه ۹:۵-۱۴، ۹:۷-۱۷).

### چگونه باید خداوند را بستاییم؟

۱- با کلمات خودتان خدا را متبارک گوید و تسیب بخوانید، او را پرستید و جلال دهید.

۲- برای جلال دادن خدا از دعاهای کتابمقدس استفاده کنید.

۳- با سرودهای روحانی و مزامیر او را بسرایید.

۴- برای ستایش او، وسائل موسیقی چون پیانو، گیتار، جاز، ترومپت و چنگ بکار ببرید.

۵- اعمال پر جلال خدا را برشمارید. (این کار با شکرگزاری تفاوت دارد، چون از وقایع گذشته بعنوان مظاهر جلال خدا سخن می‌گویید).

به هنگام ستودن خدا چه باید بگوییم؟

۱- دعاهای ستایشی کتابمقدس را به صدای بلند و بعنوان دعا بخوانید.

الف - دعاهایی که خدا را برای وجود، شخصیت و صفات او می‌ستایند.

(مزامیر ۸، ۱۹، ۲۴، ۶۵، ۹۲، ۱۰۴، ۱۳۹).

ب - دعاهایی که نیکویی خدا را می‌ستایند.

(مزامیر ۹، ۳۰، ۱۰۸، ۱۳۸، خروج ۱۵:۱-۱۹، اول سموئیل ۱:۲-۱۰، اول تواریخ ۱۰:۲۹-۱۹ لوقا ۱:۴۶-۵۵)

ج - دعاهایی که دیگران را به ستایش او فرا می‌خوانند.

(لوقا ۱۹:۳۷-۳۸، انسیان ۳:۲۰-۲۱، اول تیموتاؤس ۱:۱۷، یهودا ۲۵، مکاشفه ۹:۵-۱۴، ۹:۷-۱۲، ۳:۱۵-۴، ۱۹:۱-۷).

۲- کلمات ستایشی بکار ببرید. مانند «من ...

متعال می‌خوانم ...»

می‌پرستم ...»

تمجید می‌کنم، ...»

می‌ستایم ...»

تکریم می‌کنم ...»

جلال می‌دهم ...»

متبارک می‌خوانم ...»

اصطلاحات ستایش

خدا را شکر!

هوشیانا!

هللویا!

بطور مداوم!

چه هنگام خدا را بستایم؟

همه جا!

کجا خدا را بستایم؟

هر که روح دارد!

چه کسی باید خدا را بستاید؟

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «دعای با ایمان» قرار دهید.

## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته دوم	هفته اول		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>صرف وقت با خداوند</b></p> <p>روزانه «عبادت شخصی» داشته باشید.                      و هر روز در مربع مربوط به آن روز علامت بگذارید.                      شنبه <input type="checkbox"/> یکشنبه <input type="checkbox"/> دوشنبه <input type="checkbox"/> سه شنبه <input type="checkbox"/> چهارشنبه <input type="checkbox"/>                      پنجشنبه <input type="checkbox"/> جمعه <input type="checkbox"/></p> <p>ممکن است بعضی از تکالیف دروس «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» در «عبادت شخصی» شما بکار روند.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>زندگی در کلام</b></p> <p>روزانه کتابمقدس را مطالعه کنید و در آن علامت بگذارید. آنچه را که خدا به شما می‌گوید و نیز پاسخ خودتان به خدا را در «راهنمای مشارکت شخصی با خداوند» بنویسید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>درس «به روح ذهن خود تازه شوید» (ص ۶۸) را مطالعه کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>یوحنا ۱۳: ۳۴-۳۵ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>یوحنا ۸: ۱۵ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>لوقا ۹: ۲۳، ۱۴: ۲۶-۲۷، یوحنا ۵: ۱۵، ۷: ۱۵، ۱۰: ۱۵، ۸: ۳۱-۳۲ را دوره کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>دعای با ایمان</b></p> <p>برای الویت‌ها و نیز استفاده از وقت خود دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>اگر موضوعات دعای دیگری دارید، آنه را به «فهرست موضوعات</p>	<input type="checkbox"/>



## به روح ذهن خود را تازه شوید

هنگامی که نيقوديموس به ديدن مسيح رفت، او را «معلمی که از جانب خدا آمده است» خطاب کرد (يوحنا ۳: ۲). عیسی بعنوان بزرگترین معلم عالم شناخته شده است. ولی آیا شما تابحال از او خواسته‌اید که معلم شما باشد و افکارتان را در هر موقعیتی هدایت کند؟ در این درس خواهید آموخت که چگونه اجازه دهید مسیح ذهن شما را تازه کند.

پس از مطالعه این درس قادر خواهید بود:

- \* تفاوت میان ذهن طبیعی و ذهن تازه شده را بیان کنید.
- \* مفهوم «داشتن فکر مسیح» را توضیح دهید.
- \* روند تازه شدن ذهن را بیان کنید.
- \* حداقل سه روش برای داشتن فکر روحانی تر را ذکر کنید.

به پرسشهای زیر پاسخ دهید. پس از انجام هر پرسش، می‌توانید پاسخ خود را با پاسخهای داده شده در آخر این درس مقایسه کنید.

۱- در این درس اصطلاح «ذهن طبیعی» برای توصیف تفکری بکار می‌رود که به استدلال و توانایی انسانی محدود است (اول قرتیان ۱۴:۲). این تفکر بخودی خود شریانه نیست بلکه نیکو آفریده شده است. با وجود این، تاریخ بشر نشان می‌دهد که ذهن طبیعی به تدریج موجب ویرانی و نابودی خود می‌گردد. افسسیان ۴: ۱۷-۱۸، در مورد امتهایی که مطابق ذهن طبیعی خود زندگی می‌کنند، چه می‌گوید؟ برحسب این آیات جملات زیر را کامل کنید.

- الف - این امتهای در \_\_\_\_\_ ذهن خود رفتار می‌کنند.
- ب - عقل آنها \_\_\_\_\_ شده است.
- ج - بسبب \_\_\_\_\_ از حیات خدا محروم شده‌اند.
- د - جهالت آنها به جهت \_\_\_\_\_ ایشان است.

۲- ذهن طبیعی ناگزیر برده آقايان ديگر می‌شود (روميان ۱: ۲۸-۳۲). و در مقابل، شخصیت انسان را به اسارت درمی‌آورد و آن را تا حد شهوات و شرارت تنزل می‌دهد.

در دو ستون زیر، کلمات سمت راست بیانگر خصوصیات ذهن طبیعی، و آیات سمت چپ مراجع این کلمات در کتاب مقدس هستند. هر خصوصیت را با خطی به آیه مربوط به آن متصل کنید.

دوم قرتیان ۳: ۱۴، ۴: ۴

روميان ۱: ۲۸

اول تیموتاؤس ۶: ۵

کولسیان ۲: ۱۸

- مردود - پست

- جسمانی - دنیوی

- کور - کند

- فاسد - مرتد

۳- مسیح قادر است ذهن انسان را تازه کند. رومیان ۲:۱۲، بیانگر این مطلب است که فقط ذهن تازه شده می‌تواند مطمئن باشد که اراده خدا قابل اعتماد و صحیح است. ذهن طبیعی و ذهن تازه شده هر دو دارای همان عملکردهای اساسی، یعنی تفکر، قضاوت، استدلال و ارزیابی هستند. تفاوت آنها در این است که چه کسی این ذهن را کنترل می‌کند.

ذهن تازه شده مطیع مسیح است و از دیدگاه مسیح فکر می‌کند. ذهن طبیعی از دیدگاه انسانی، که در اثر گناه فاسد شده، فکر می‌کند. ذهن تازه شده، هم عالم روح و هم حواس و احساسات را دربرگیرد، و به این ترتیب شخصیت انسان را آزاد می‌کند.

مشخص کنید هر یک از جملات زیر توصیف کننده ذهن طبیعی هستند یا ذهن تازه شده:

- \_\_\_ الف - به تدریج موجب نابودی خود می‌شود.
- \_\_\_ ب - محدود به استدلال و توانایی انسانی است.
- \_\_\_ ج - از دیدگاه مسیح فکر می‌کند.
- \_\_\_ د - روح را نیز شامل می‌شود و شخصیت را آزاد می‌کند.
- \_\_\_ ه - از دیدگاه جسم فکر می‌کند.

۴- ذهن جسمانی توسط افکار جسمانی کنترل می‌شود و در تضاد شدید با ذهنی قرار دارد که از روح القدس هدایت می‌گردد. رومیان ۱:۸-۱۴ را بخوانید و مشخص کنید کدامیک از جملات زیر صحیح هستند:

- \_\_\_ الف - ذهن جسمانی در چیزهای روحانی تفکر می‌کند.
- \_\_\_ ب - تمرکز ذهن بر امور جسم موجب موت است، (تفکر جسم موت است).
- \_\_\_ ج - ذهن جسمانی مطیع خداوند نمی‌شود.
- \_\_\_ د - ذهن جسمانی گاهی خدا را خشنود می‌کند.
- \_\_\_ ه - امیدی برای تغییر ذهن جسمانی وجود ندارد.

۵- عیسی می‌خواهد همان نقشی را در ذهن شما داشته باشد که یک قطب نما در کشتی دارد. قطب نما کشتی را در مسیر صحیح نگه می‌دارد تا به مقصد برسد. پولس در دوم قرنتیان ۵:۱۰، روش مسیح را برای خداوندی بر ذهن انسان توصیف می‌کند. نخست، باید خیالات و استدلالاتی را که مانع معرفت خدا می‌شوند، از بین ببریم. دوم، هر فکری را به اطاعت مسیح در می‌آوریم. اقدام اول، تدافعی است یعنی مغلوب کردن اندیشه‌های دنیوی. اقدام دوم تهاجمی است. هدف، حفظ خداوندی مسیح بر ذهن است.

پولس این معیار عالی را برای زندگی خود و نیز زندگی ما قرار داد. هنگامی که فکری به ذهن پولس می‌آمد که مانع جلال مسیح می‌شد، چه می‌کرد؟ (زیر جواب صحیح خط بکشید)

- الف - در آن تعمق می‌کرد.
- ب - نمی‌دانست با آن چه کند.
- ج - از مسیح می‌خواست فکر او را کنترل کند.

۶- موردی از زندگی خود را مثال بزنید که بیانگر پیشرفت شما در هر یک از این دو زمینه، در طول چند هفته گذشته باشد:

الف - مغلوب کردن اندیشه‌های دنیوی \_\_\_\_\_

ب - هر فکری را به اطاعت مسیح درآوردن \_\_\_\_\_

۷- هدف شما، بعنوان شاگرد مسیح، داشتن «فکر مسیح» است. پولس در فیلیپیان ۵:۲ می‌فرماید: «پس همین فکر در شما باشد که در

مسیح عیسی بود. طبق گفته پولس در اول قرنتیان ۱۶:۲، مسیحیان دارای چه چیزی هستند؟

۸- شاید تابحال کوشیده باشید با بیرون راندن افکار دنیوی از خود، ذهنتان را تازه کنید. این کار را امتحان کنید. مثلاً به عدد ۵ فکر کنید و آن را در ذهن خود مجسم کنید. حال، با عزمی راسخ بکوشید دیگر مطلقاً به عدد ۵ فکر نکنید. آیا توانستید این کار را بکنید؟ احتمالاً خیر، چون بر «فکر نکردن» به آن متمرکز شده بودید. شما نمی‌توانید با فکر نکردن به افکار دنیوی، خود را از آنها خلاص کنید. تازگی ذهن از طریق پر کردن آن با افکار مسیح انجام‌پذیر است.

کدامیک از موارد زیر مفهوم داشتن فکر مسیح را بیان می‌کند؟ آنها را علامت بزنید.

- الف - به اطاعت مسیح در آوردن افکار  
 ب - توانایی تفکر روحانی  
 ج - داشتن ضریب هوشی بالا  
 د - دیدن مسائل از دیدگاه مسیح  
 ه - تفکر عمیق جهت خالی کردن ذهن

۹- تا بحال به چند تعریف دست یافته‌ایم که بیانگر تمایل مسیح برای خداوندی بر اذهان ماست. جملات زیر را با یکی از کلمات داده شده کامل کنید:

- تازه، فکر، ذهن، معرفت  
 الف - از بین بردن همه موانع \_\_\_\_\_ درباره خدا.  
 ب - هر \_\_\_\_\_ را به اطاعت مسیح در آوردن  
 ج - داشتن \_\_\_\_\_ مسیح  
 د - \_\_\_\_\_ کردن ذهنتان

۱۰- حال، روندی را در نظر بگیرید که مسیح بواسطه آن ذهن شما را تازه می‌کند. چه می‌توانید بکنید که باعث شود عمل تازه شدن ذهن شما بهتر انجام پذیرد؟ آزمایش فوق برای فکر نکردن به عدد ۵ را بخاطر دارید؟ حال به جای این کار، عدد ۵ را در عدد ۴ ضرب و نتیجه را بر ۱۰ تقسیم کنید. اکنون به چه می‌اندیشید؟ قاعدتاً باید به عدد ۲ فکر کنید. شما فکری جدید را جایگزین فکر قبلی کردید. آیات زیر به ما می‌آموزند که چگونه مسیح اذهان ما را تازه می‌کند. مشخص کنید هر یک از جملات زیر با اختصار بیانگر مطلب کدام آیه است:

- \_\_\_\_\_ الف - رومیان ۵:۸-۶  
 \_\_\_\_\_ ب - یوحنا ۱۶:۱۳  
 \_\_\_\_\_ ج - کولسیان ۳:۲  
 \_\_\_\_\_ د - فیلیپیان ۴:۸  
 \_\_\_\_\_ ه - مزمور ۱:۲-۳  
 (۱) در چیزهای نیکو تفکر کنید.  
 (۲) در چیزهای روح تفکر کنید.  
 (۳) بگذارید روح القدس شما را در راستی هدایت کند.  
 (۴) چیزهای آسمانی را بطلبید.  
 (۵) در کلام (شریعت) خدا تفکر کنید.

۱۱- نباید به ذهن خود اجازه دهید که بر افکار شریرانه درنگ کند. در علم کامپیوتر گفته می‌شود که «هر چه به کامپیوتر بدهی همان را پس می‌دهد.» هنگامی که متوجه افکار دنیوی در ذهن خود می‌شوید، به آنها چون چراغهای خطر فکر کنید. آنها به شما هشدار می‌دهند که افکارتان را متوجه امور روحانی سازید. از میان موارد زیر، آنهایی را که به شما کمک می‌کنند تا افکار دنیوی را متوجه امور روحانی کنید، علامت بزنید:

- الف - سراییدن سرودهای ستایشی  
 ب - تعمق در کتاب مقدس

- ج - صحبت در مورد آب و هوا  
 د - دعا  
 ه - تحسین کسی بخاطر یک کار یا رفتار خوب  
 و - شنیدن قسمتهایی از کتابمقدس که بر روی نوار ضبط شده است  
 ز - خالی کردن ذهن از افکار دنیوی

۱۲- در چه کتابی می توانیم چیزهایی در مورد مسیح بیاموزیم، صدای او را بشنویم، و حقایق مربوط به او را فراگیریم؟  
 زیستن در حقایق الهی چه کاری برای ذهن اسیر شده می کند؟ (یوحنا ۸:۳۲ را بخوانید)

۱۳- عیسی برای توصیف کسی که در کلام او بماند، چه اصطلاحی بکار می برد؟ یوحنا ۸:۳۱ را بخوانید و زیر جواب صحیح خط بکشید:  
 پیرو، شاگرد، نوایمان، گناهکار

۱۴- تجدید ذهن مستلزم چیزی بیش از مطالعه کتابمقدس است. در این کار روح خدا بوسیله کلام راستی اذهان ما را روشن و تازه می کند. حقایق مکشوف شده الهی به تنهایی قدرت دارد که زندگیهای ما را عوض کند. هنگامی که ما در کلام خدا تعمق می کنیم، روح القدس اذهان ما را با فکر مسیح تازه می کند.

به پرسشهای زیر پاسخ دهید و بدین وسیله ارزیابی کنید که ذهن شما روزانه تا چه اندازه تازه می شود.

الف - آیا شما واقعاً شاگرد مسیح هستید؟ اگر بله، از کجا می دانید؟ (یوحنا ۸:۳۱، اول قرنتیان ۲:۱۲).

ب - اگر شاگرد مسیح هستید، چه منبع قدرتی روزانه فکر شما را تازه می کند؟

ج - آیا مایلید عهد ببندید که کلام خدا را در زندگی روزمره خود عملی کنید؟ اگر بله، یک هدف خاص را که برای خود در نظر گرفته اید، بنویسید.

۱۵- چه کارهایی جهت تازه شدن ذهنتان انجام می دهید؟ (می توانید به سؤال ۱۱ مراجعه کنید).

### پاسخها

۱- الف - بطالت، ب - تاریک، ج - جهالت، د - کوری - سختدلی

۲- مردود، رومیان ۱:۲۸ جسمانی، کولسیان ۲:۱۸ کور، دوم قرنتیان ۳:۱۴، ۴:۴ فاسد، اول تیموتاؤس ۵:۶

۳- الف - طبیعی، ب - طبیعی، ج - تازه شده، د - تازه شده، ه - طبیعی

۴- الف - غلط      ب - صحیح      ج - صحیح      د - غلط      ه - غلط

۵- ج

۶- پاسخ شخصی

۷- فکر مسیح

۸- الف ، ب ، د

۹- الف - معرفت ،      ب - فکر ،      ج - ذهن ،      د - تازه

۱۰- الف - (۲)      ب - (۳)      ج - (۴)      د - (۱)      ه - (۵)

۱۱- الف ، ب ، د ، ه ، و

۱۲- کتاب مقدس. آن را آزاد خواهد کرد.

۱۳- شاگرد

۱۴- پاسخ شخصی

۱۵- پاسخ شخصی

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.

(پیش از هر چیزی، با خداوند صحبت کنید و از او بخواهید که در این درس به شما کمک کند.)

توجه کنید

این کتاب را به هر کس که دوست دارید بدهید. اگر می‌خواهید، می‌توانید آن را به دوست خود هدیه کنید. اگر می‌خواهید، می‌توانید آن را به دوست خود هدیه کنید. اگر می‌خواهید، می‌توانید آن را به دوست خود هدیه کنید.

## وقت را دریابید

ما دائماً در جستجوی وقت هستیم و آرزوی داشتن وقت بیشتری را داریم. دنیای ما در حال مسابقه با زمان است. کسی که بتواند در کمترین مدت ۱۰۰ متر بدود یا ۵۰ کیلومتر رانندگی کند، قهرمان سرعت محسوب می‌شود. ما در تعیین و ترتیب وقت خود آزاد نیستیم. سرعت زندگی ما را ساعت به ما تحمیل می‌کند. همه ما در شتاب و ناراحتی هستیم و دیگران را نیز در شتابزدگی و ناراحتی خود درگیر می‌کنیم. و عجیب است که از کمبود وقت خود مغرور نیز هستیم، انگار که این کمبود نشانگر اهمیت ماست.

### هنر در اختیار داشتن وقت

وقت ما هدیه‌ای از جانب خداست. هنر وقت داشتن زمانی حاصل می‌شود که مطابق با اهداف خدا زندگی کنیم. ما در قبال هر دقیقه‌ای که خدا به ما می‌دهد، مسئولیت داریم. اگر با دقت بیشتری به او گوش فرا دهیم، زندگی ما هماهنگتر می‌شود. اگر وقت را بعنوان هدیه‌ای از جانب خدا دریابیم و از آن استفاده کنیم، وقت خود را در راهی صرف می‌کنیم که با اهداف خدا سازگارتر است. اگر ناظران خوبی بر وقتمان باشیم، غالباً متوجه می‌شویم که وقایع زندگی ما راحت‌تر پیش می‌روند و وقت بیشتری برای انجام کارهای لازم در اختیار داریم.

### اوقاتی از جانب خدا

کتاب مقدس از وقت بعنوان «یک دوره زمانی مهم» یا «اوقاتی از جانب خدا» سخن می‌گوید. عیسی برای صاحب خانه‌ای که فصیح را در آن صرف کرد، پیام فرستاد: «وقت من نزدیک شد» (متی ۱۸:۲۶)، یا «وقت تمام شد و ملکوت خدا نزدیک است» (مرقس ۱:۱۵). وقت، فرصتی است که از جانب خدا به ما داده شده تا اهداف او را دریابیم و به انجام رسانیم. اگر معتقدیم که مسیح خداوند و صاحب وقت ماست، می‌توانیم ایمان داشته باشیم که او برای امروز نیز همچون تمام زندگی ما نقشه‌ای دارد. شناخت و اجرای اراده خدا برای زندگی ما، با شناخت و اجرای اراده او برای امروزمان آغاز می‌شود.

### چه موقع مسیحیان حکیمانه رفتار می‌کنند؟

پولس رسول می‌فرماید که حکمت با نحوه استفاده از وقت ارتباط دارد. او در افسسیان ۵:۱۵-۱۶، به ما نصیحت می‌کند و می‌گوید: «پس با خبر باشید که چگونه بدقت رفتار نمایید، نه چون جاهلان بلکه چون حکیمان. و وقت را دریابید زیرا این روزها شریر است.» کلمه «دریافتن» (در اصل لغت "redeem": بازخریدن) از مفهوم بازاری آن، یعنی «خریدن و قاپیدن همه فرصتهای موجود و قابل دسترسی» عاریه گرفته شده است (در ترجمه جدید فارسی: «استفاده کردن به بهترین نحو»). وقت خدا کالایی باارزش و گران قیمت است. او ما را فرا می‌خواند تا فرصتهای خود را در کارهایی سرمایه‌گذاری کنیم که ارزش آن را داشته باشند. پولس از ما می‌خواهد وقت را «دریابیم»، «آنچه را که عرضه می‌کند بخریم» و «بهای لازم را پردازیم».

استفاده حکیمانه از وقت به این معنی است که برای هر فرصتی جهت بشارت و شهادت مسیحی بیدار و هشیار باشیم. در کولسیان ۵:۴ می‌خوانیم: «زمان را دریافته، پیش اهل خارج به حکمت رفتار کنید.» هر لحظه بحرانی، هر فرصت پیش آمده، هر تغییر در گفتگو و هر واقعه غیر مترقبه‌ای را غنیمت بشمارید. برای رویارویی با چنین فرصتهایی آماده و منتظر باشید، و هنگامی که پیش می‌آیند آنها را بقاپید. درهای باز را پیدا کنید.

## داشتن وقت و آزاد بودن

آزادی نتیجه اطاعت از اهداف خداست. هنگامی که زندگی مسیح را مطالعه می‌کنیم، با انسانی روبرو می‌شویم که حقیقتاً آزاد است و در کارها شتابزده نیست. عیسی وقت زیادی داشت تا با زن بیگانه‌ای بر سر چاه صحبت کند (یوحنا ۴: ۱-۲۶)، روزهای تعطیل را با شاگردان خود بگذراند (مرقس ۸: ۲۷)، سوسنهای چمن را تحسین کند (متی ۶: ۲۸)، پایهای شاگردانش را بشوید (یوحنا ۱۳: ۵)، و با صبر به پرسشهای بی‌تکلف آنها پاسخ دهد (یوحنا ۱۴: ۵-۱۰). مهمتر از همه وقت داشت تا برای عبادت به بیابان برود (لوقا ۵: ۱۶)، یا پیش از اتخاذ هر تصمیم مهم، شبی را در دعا بسر برد (لوقا ۶: ۱۲).

صرف وقت برای سکوت و تفکر، برای زندگی روحانی ما مفید است. در اوقات سکوت، مجدداً پی می‌بریم چگونه براحتی با مسائل روبرو بشویم، طبق فرمان خدا آرام گیریم (خروج ۲۰: ۱)، و تفکر و دعا کنیم. از طریق این اوقات سکوت است که آرامش درونی را که جهان به آن محتاج است، باز می‌یابیم. در سکوت، به ترتیب صحیح کارها پی می‌بریم و میان آنچه که واقعاً مهم است و آنچه که در درجه دوم اهمیت قرار دارد، تمایز قائل می‌شویم.

این همان آزادی است که آرزوی آن را داریم: یعنی داشتن آزادی برای انجام دادن یا ندادن کاری، سخن گفتن یا ساکت ماندن، کار کردن یا آرام گرفتن، و انجام کاری بجای کار دیگر. و این آزادی بر هدایت خدا استوار است. به این طریق، وقت را در می‌یابیم. به این طریق خدا به وقت ما شکل می‌دهد.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.

## راهنمای استفاده از فرم برنامه منضبط وقتی

۱- در آنچه می‌کنید به هدایت خدا توکل کنید.

«به تمامی دل خود بر خداوند توکل نما و بر عقل خود تکیه مکن. در همه راههای خود او را بشناس و او طریقه‌هایت را راست خواهد گردانید» (امثال ۳: ۵-۶).

الف - مطمئن شوید از اینکه اهداف زندگی‌تان بر اساس هدایت خدا باشند (متی ۶: ۳۳).

ب - از کارهای اصلی خود، فهرستهای سالیانه و ماهیانه و هفتگی تهیه کنید.

۲- با هدایت خداوند کارهای روزانه خود را برنامه‌ریزی کنید.

«دل انسان در طریقتش تفکر می‌کند، اما خداوند قدم‌هایش را استوار می‌سازد» (امثال ۱۶: ۹).

الف - کارهایی را که باید انجام دهید، برحسب موضوعات اصلی در فرم «برنامه منضبط وقتی» یادداشت کنید. ممکن است این فرم در برنامه‌ریزی برای یک روز یا یک هفته بکار رود. همه قسمت‌های زندگی خود، یعنی خدا، خانواده، کلیسا، تفریحات و غیره را در آن بگنجانید.

ب - در ستون تحت عنوان «وقت»، مدت زمان مورد نیاز برای انجام هر مورد را بنویسید. ممکن است ترجیح دهید ساعت انجام آن را یادداشت کنید. برای مثال: «ملاقات با آقای ...، ساعت ۹ صبح».

ج - کارهای خود را برحسب الویت مرتب کنید و درجه الویت هر یک را در ستون «الویت» فرم بنویسید. از آنجا که می‌توانید با انجام کارهای مشابه، مثل تلفن کردن، در صرف وقت صرفه جویی کنید، ممکن است مایل باشید در داخل هر قسمت الویتها را مشخص کنید. یا ممکن است آنها را بدون در نظر گرفتن موضوع اصلی مشخص کنید. دقایقی که صرف برنامه‌ریزی می‌کنید، موجب صرفه‌جویی در وقت می‌شوند. در آغاز هر روز، مدتی وقت به برنامه‌ریزی اختصاص دهید.

۳- از خداوند بخواهید نقشه‌های شما را برکت دهد.

«اعمال خود را به خداوند تفویض کن تا فکرهای تو استوار شود» (امثال ۱۶: ۳).

۴- به خداوند توکل کنید تا شما را در کارهایتان هدایت کند.

«دل انسان در طریقتش تفکر می‌کند، اما خداوند قدم‌هایش را استوار می‌سازد» (امثال ۱۶: ۹). «تدبیرهای دل از آن انسان است، اما تنطق زبان از جانب خداوند می‌باشد» (امثال ۱۶: ۱).

الف - کارها را طبق برنامه انجام دهید. این کار موجب صرفه‌جویی در وقت می‌شود و پس از اتمام هر کار، شما را فوراً به انجام کار بعدی راهنمایی می‌کند.

ب - موقعی که خدا شما را طور دیگری هدایت می‌کند، از نقشه او پیروی کنید. گاهی اوقات موانع و کارهای غیرمترقبه، روشهایی هستند که خدا بواسطه آنها شما را به انجام اراده خود وامی‌دارد، اگر چه قبلاً برای آنها برنامه‌ریزی نکرده باشید. در هر صورت، هدایت خدا را بپذیرید چون شیطان نیز موانعی ایجاد می‌کند تا شما را از انجام اراده خدا باز دارد. سؤالهای زیر می‌توانند در تشخیص اهمیت اینگونه موانع به شما کمک کنند:

— آیا این کار یا مانع یکی از الویت‌های خداست که احتمالاً آن را در نظر نگرفته بودم؟ آیا خدا سعی دارد چیزی را به من بیاموزد؟

آیا از من می‌خواهد به کسی که در نظر نداشتم کمک کنم؟

- آیا این کار به من کمک می‌کند تا به یکی از اهداف بلند مدت خود دست یابم؟ اگر چنین است، آیا آنقدر الویت دارد که در فهرست الویتهای من وقفه‌ای ایجاد کند؟
- این کار واقعاً اهمیت دارد یا صرفاً فوری است؟
- آیا الان بهترین موقع برای انجام آن است؟ یا می‌توان آن را در وقت دیگری و با برنامه‌ریزی قبلی انجام داد؟
- آیا می‌توان آن را به فرد دیگری واگذار کرد؟
- آیا مسوولیت‌های فرد دیگری بستگی دارد به اینکه من در این موقع خاص این کار را انجام دهم؟ تا چه اندازه؟

۵- به منظور انجام برنامه‌ها، به زندگی خود نظم ببخشید.

«هر که بر روح خود مالک باشد، از تسخیر کننده شهر افضل است» (امثال ۱۶: ۳۲).

الف - رمز مالک شدن بر نفس در خداوندی مسیح برنفس ماست، و نه در خویشتن داری.

ب - هنگامی که شکست می‌خورید، وقت را با سرزنش کردن خود و احساس تقصیر تلف نکنید. از خدا بخشایش بطلبید و خود را تسلیم انجام اراده او کنید.

۶- نتیجه را به خدا واگذارید.

«قرعه در دامن انداخته می‌شود، لیکن تمامی حکم آن از خداوند است» (امثال ۱۶: ۳۳).

الف - کارهای انجام شده را برای ارزیابی و کنترل نهایی به خدا بسپارید.

ب - کارهای ناتمام را دوباره ارزیابی کنید. از اینکه نتوانسته‌اید همه موارد ذکر شده در برنامه را انجام دهید ناراحت نباشید. چون در ترتیب الویتهای مهم‌ترین کارها را با هدایت خدا انجام داده‌اید. امشب این موارد را به خدا بسپارید و آنها را برحسب الویتهای به فهرست برنامه‌های فردا اضافه کنید.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.





حفظ روانه با خواندن این شعرها

چیزهایی که باید تهیه شوند


## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته اول	هفته دوم		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>صرف وقت با خداوند</b></p> <p>هر روز «عبادت شخصی» داشته باشید ممکن است بعضی از تکالیف دروس «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» در «عبادت شخصی» شما بکار روند. پیشنهاد می شود قسمت مربوط به دلایل کتابمقدس حفظ آیات، از درس «روش حفظ آیات کتابمقدس» (ص ۸۲) را مطالعه کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p style="text-align: center;"><b>زندگی در کلام</b></p> <p>روزانه کتابمقدس را مطالعه کنید، در آن علامت بگذارید و نظرات خود را در «راهنمای مشارکت روزانه با خداوند» بنویسید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>درس «بدنهای خود را به خدا تقدیم کنید» (ص ۸۵) را مطالعه کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>یوحنا ۱۳:۱۵ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>اول قرنتیان ۱۴:۲ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>همه آیات حفظی مربوط به درس «صلیب شاگرد» را مرور کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p style="text-align: center;"><b>دعای با ایمان</b></p> <p>با همراه دعای خود بطور حضوری یا از طریق تلفن دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>برای شبان و کلیسای خود دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p style="text-align: center;"><b>مشارکت با ایماندار</b></p> <p>مراقب باشید که رفتار یا گفتار شما با سایر اعضای کلیسا، که جزء</p>	<input type="checkbox"/>

<input type="checkbox"/>		<p>گروه «زندگی منضبط» نیستند، حاکی از دست‌بندی یا احساس روحانیت بیشتر نباشد.</p>	
<input type="checkbox"/>		<p><b>شهادت به دیگران</b></p> <p>در این هفته با یک فرد غیر مسیحی دوست شوید. تا آنجا که ممکن باشد اطلاعاتی در مورد دوست جدید خود بدست آورید. آماده باشید تا یافته‌های خود را با گروه در میان بگذارید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<p><b>خدمت به دیگران</b></p> <p>نحوه ارائه درس «صلیب شاگرد» را خوب یاد بگیرید و پیش از جلسه بعدی آن را با یکی از اعضای گروه در میان بگذارید. همه آیات مربوط به «صلیب شاگرد» را دقیقاً نقل کنید. از او بخواهید پیش از جلسه، گزارش پایان دوره را امضاء کند.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<p><b>دوره کردن جهت خودآزمایی</b></p> <p>مطالب دوره هفته پیش را، بعلاوه موضوعات زیر، جهت آمادگی برای امتحان شفاهی جلسه بعد، مرور کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<p>۱- درس «روش حفظ آیات کتابمقدس» (ص ۸۲).</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<p>۲- راهنمای استفاده از «برنامه منضبط وقتی» (ص ۷۵).</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<p>۳- «راهنمای ستایش خدا» (ص ۶۴).</p>	<input type="checkbox"/>

## روش حفظ آیات کتابمقدس

### دلایل حفظ آیات

- ۱- به منظور پیروز شدن بر شیطان (متی ۱:۴-۱۱):  
 الف - عیسی خود، این نمونه را بجا گذاشت (متی ۴:۴، ۷، ۱۰).  
 ب - گاه شیطان از آیات کتابمقدس سؤاستفاده می‌کند (متی ۶:۴ را با مزمور ۱۱۹:۹۱-۱۲ مقایسه کنید).  
 ج - کلام خدا، شمشیر روح است (افسیان ۱۷:۶).
- ۲- به منظور پیروز شدن بر گناه (مزمور ۱۱۹:۹، ۱۱):  
 ۳- به منظور جذب کردن دیگران بسوی مسیح (مزمور ۷:۱۹):  
 الف - همیشه آماده خواهید بود تا در مورد ایمان خود به دیگران پاسخ دهید (اول پطرس ۳:۱۵).  
 ب - روح القدس می‌تواند کلامی را که در هر موقعیت مورد نیاز است، به ذهن شما بیاورد (یوحنا ۱۳:۶).  
 ج - درک کلام خدا شما را در شهادت دادن دلیر می‌گرداند (اعمال ۴:۳۱).
- ۴- به منظور فراهم کردن امکان تفکر در کلام (مزمور ۱ و ۲:۳).
- ۵- به منظور هدایت کردن شما در زندگی روزمره (مزمور ۱۱۹:۱۰۵).
- ۶- زیرا فرمان خداست (تثنیه ۶:۶، کولسیان ۳:۱۶).

### پیشنهادهای عملی برای حفظ آیات

- ۱- آیه‌ای را که برحسب نیازتان با شما سخن می‌گوید، انتخاب کنید. یا اگر آیه‌ای بعنوان تکلیف به شما داده شده، ببینید به چه احتیاج بخصوصی در زندگی‌تان مربوط می‌شود.
- ۲- مفهوم آیه را درک کنید: آیه را در ارتباط با متن آن بخوانید. و ترجمه‌ها و تفسیرهای مختلف آن را مطالعه کنید.
- ۳- آیات حفظی را بر روی یک نوار کاست ضبط کنید. تا بتوانید به آنها گوش دهید. پس از هر آیه قسمتی را خالی بگذارید تا بتوانید آن را از حفظ بگویید. سپس آیه را برای بار دوم ضبط کنید تا بتوانید پس از گفتن آن، دوباره آن را بشنوید.
- ۴- محل آیه را در کتابمقدس خود مشخص کنید؛ زیر آن خط بکشید، موقعیت آن را در صفحه در ذهن خود مجسم کنید.

۵- آیه، محل آن در کتابمقدس و موضوع مربوط به آن را بر روی یک کارت بنویسید. این کار به شما کمک می‌کند که آیه را به موضوع خاصی ارتباط دهید و در صورت احتیاج آن را پیدا کنید.

۶- آیه نوشته شده را در مکانهای مختلف نصب کنید تا ضمن انجام کارهای دیگر، بتوانید آن را مرور کنید، از جمله بالای ظرفشویی آشپزخانه، بر روی آینه دستشویی، بالای میز کار، روی داشبورد اتومبیل برای دوره کردن در موقع چراغ قرمز، روی یخچال، کنار تلفن، روی ماشین رختشویی، و غیره. این آیات را در یک بسته مخصوص کارتهای یادداشت، همراه خود داشته باشید.

۷- آیه را حفظ کنید: آن را به عبارتهای طبیعی و معنی دار تقسیم کنید و کلمه به کلمه یاد بگیرید. مزایای یادگیری دقیق آیه در آغاز عبارتند از:

- الف - در حافظه شما جای می‌گیرد
- ب - آسانتر مرور می‌شود
- ج - به هنگام وسوسه به شما شهادت می‌دهد
- د - کسی را که با او صحبت می‌کنید، متقاعد می‌کند که به کتابمقدس وارد هستید و کلام شما قابل اعتماد است.

۸- بارها و بارها آیه را مرور کنید. این کار مهم‌ترین رمز یادگیری آیات است. یک آیه جدید را باید به مدت شش هفته، حداقل روزی یک بار مرور کنید. این کار موجب یادگیری کامل و یادآوری سریع آن می‌شود. سپس تا مدت شش هفته، هفته‌ای یکبار، و پس از آن ماهی یک بار تا آخر عمر آن را دوره کنید.

۹- برای تثبیت آیه در ذهن خود، از روشهای زیر استفاده کنید:

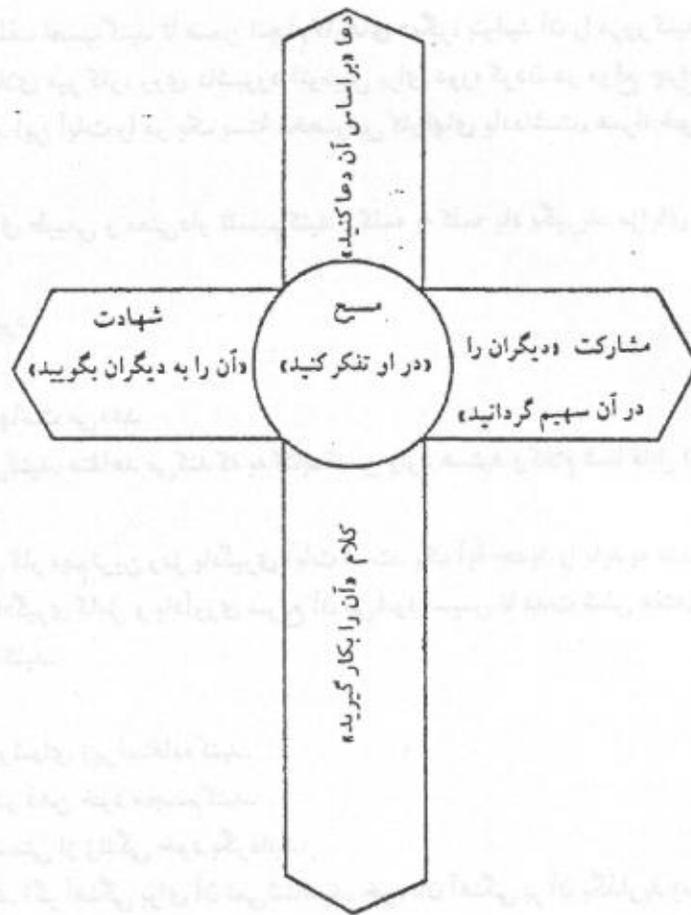
- الف - آیه را بصورت تصویری در ذهن خود مجسم کنید.
- ب - به آن عمل کنید و آن را قسمتی از زندگی خود بگردانید.
- ج - آن را بصورت سرود بخوانید. اگر آهنگی برای آن نمی‌شناسید، خودتان آهنگی بر آن بگذارید (ممکن است بخواهید این کار را در جایی انجام دهید که هیچکس صدای شما را نمی‌شنود).
- د - بصورت دعا آن را به خدا بگویید.
- ه - ضمن حفظ کردن، آن را با صدای بلند تکرار کنید.
- و - برای تمرین بیشتر آن را بنویسید.
- ز - تا حد امکان از آن استفاده کنید.

۱۰- برای یادگیری آیه از درس «صلیب شاگرد» استفاده کنید. چگونه می‌توانید کلام خدا را جزئی از همه جنبه‌های زندگی روحانی خود بگردانید؟ (یوحنا ۸: ۳۱-۳۲).

۱۱- بیاد داشته باشید که حفظ آیات کتابمقدس نیاز به نظم و انضباط دارد. آیه حفظی خود را برای فرد دیگری بازگو کنید و از او بخواهید آن را تصحیح کند. ممکن است آیه را از حفظ بنویسید و سپس خودتان آن را با کتابمقدس مقایسه کنید.

۱۲- حفظ کردن آیات کتابمقدس را یک تفریح تلقی کنید. به این ترتیب که آن را به بازی یادآوری آیات، با خانواده یا دوستان خود تبدیل کنید.

۱۳- برای آیاتی که هر هفته حفظ خواهید کرد تعداد تعیین کنید، مثلاً هفته‌ای حداقل دو آیه. سعی نکنید بسرعت آنقدر آیه حفظ کنید که نتوانید همه آنها را مرور کنید. به کیفیت بیش از کمیت اهمیت بدهید.



۱۴- برای نقل صحیح آیات از دستورالعمل‌های داده شده استفاده کنید. از نکات زیر، به هنگام تکمیل فرم گزارش پایان دوره استفاده کنید:

الف - اول موضوع آیه را از حفظ بگویید.

ب - قبل و بعد از نقل آیه، محل آن را در کتاب مقدس از حفظ بگویید.

ج - بدون شتاب، آیه را کلمه به کلمه نقل کنید.

د - اگر دچار اشتباه شوید و شنونده آن را تصحیح کند، بار دیگر آن را نقل کنید.

۱۵- بر مرور آیات حفظی خود، نظارت داشته باشید. در «راهنمای مشارکت روزانه با خداوند»، دایره کوچکی در مقابل هر روز قرار داده شده است. هر روز در صورتی که آیات خود را مرور یا حفظ کرده باشید، در آن دایره علامت بگذارید. با استفاده از این سیستم، می‌توانید در یک نگاه بفهمید که تا چه حد در مرور آیات حفظی خود پی‌گیر هستید.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «زندگی در کلام» قرار دهید.

## بدنهای خود را به خدا تقدیم کنید

در آینه به خود نگاه کنید. نظرتان در مورد بدنتان چیست؟ آیا موجب اندوه، شادی یا عصبانیت شما می‌شود؟

- در این درس، به بحث دربارهٔ بدن و ارتباط آن با زندگی روحانی خواهیم پرداخت. پس از مطالعهٔ این درس، قادر خواهید بود:
- \* سه عملکرد بدن در شخصیت انسان را ذکر کنید.
  - \* سه واقعیت دربارهٔ طبیعت بدن را بیان کنید.
  - \* میان بدن و جسم تمایز قایل شوید.
  - \* حقایق مربوط به تجسم، مصلوب شدن و قیام مسیح را در زمینه استفاده از بدنتان بکار بندید.
  - \* در مورد بکار بردن بدن خود برای جلال خدا توضیح دهید.

به پرسشهای زیر پاسخ دهید. پس از انجام هر پرسش، می‌توانید پاسخ خود را با پاسخهای داده شده در آخر این درس مقایسه کنید.

۱- خدا بدن آدم را از خاک زمین آفرید (پیدایش ۲:۷). خدا برای بدنی که به ما می‌دهد، سه عملکرد اساسی در نظر دارد:

الف - قابل تشخیص ساختن انسان بعنوان یک شخصیت متمایز و منحصر بفرد.

ب - سهیم شدن در امور جهان مخلوق

ج - ایجاد ارتباط با خلقت و موجودات دیگر

شما بدون بدن هیچ تماسی با جهان مادی نخواهید داشت. مثالی بزنید که نشان دهد بدنتان چگونه به شما کمک می‌کند تا از طریق هر یک از این سه عملکرد، با جهان ارتباط داشته باشید.

الف - قابل تشخیص بودن بعنوان یک شخصیت متمایز

ب - سهیم شدن در جهان مخلوق

ج - ارتباط با دیگران

۲- بدنتان شما را قادر می‌سازد تا بر نظام جهان مخلوق تأثیر بگذارید. پیدایش ۱:۲۷ و ۲۸ را بخوانید. در اینجا خدا سه کار مختلف را برای انسان در نظر دارد. سه فعل را که بیانگر این سه کار هستند، بنویسید.

الف -

ب -

ج -

۳- بدنتان باعث می‌شود شما خود را با جهان مخلوق مأنوس احساس کنید. شما و دیگران، در قبال خدا مسئولیتی برای پر کردن

زمین، تسلط یافتن و حکومت کردن بر آن دارید. سه عملکرد بدنتان را که در این کار به شما کمک می‌کنند، نام ببرید:

- الف - \_\_\_\_\_ (ظاهر شما)  
 ب - \_\_\_\_\_ (اعمال شما)  
 ج - \_\_\_\_\_ (ارتباط شما با دیگران)

۴- انسان در انجام خواسته خدا شکست خورد. بجای اینکه در امر حکومت بر جهان با خدا شریک شود، با خودخواهی تصمیم گرفت تا کارها را به روش خود انجام دهد. نتیجه این کار، هرج و مرج بود. بدن نیکوی انسان تحت تسلط طبیعت گناه‌آلود درآمد. چه کلمه دیگری برای بدن بکار می‌رود که بیانگر طبیعت گناه‌آلود است؟ \_\_\_\_\_

۵- کلماتی که در کتاب مقدس «جسم» ترجمه شده‌اند، دو معنای تمایز دارند:

— بدن

— طبیعت گناه‌آلود

بدن مادی نیکو آفریده شده بود؛ اما هنگامی که انسان مرتکب گناه شد، بدن او تحت تأثیر گناه قرار گرفت. اگر چه بدن فی‌الذات شریر نیست، اما در مقابل جسم (طبیعت گناه‌آلود) ضعیف و تأثیرپذیر است. آیات زیر را بخوانید. در مقابل هر آیه بنویسید که به بدن مادی اشاره می‌کند یا به جسم (طبیعت گناه‌آلود).

— الف - متی ۶:۱۹

— ب - دوم قرنتیان ۱۱:۴

— ج - غلاطیان ۸:۶

— د - افسسیان ۳:۲

۶- ممکن است به شما آموخته باشند که بدن شریر است. بدن به خودی خود شریر نیست بلکه جسم (طبیعت گناه‌آلود) شریر است. اگر بدن تحت کنترل جسم نباشد، توانایی انجام نیکویی را دارد. جملات زیر امکان استفاده از جسم جهت نیکویی را نشان می‌دهند. مشخص کنید هر جمله، با کدام آیه زیر مربوط می‌شود:

— الف - بدن انسان نیکو آفریده شده بود و در نظر خدا پسندیده بود

— ب - عیسی در بدن انسانی تجسم یافت

— ج - عیسی کلیسایش را با بدن خود مقایسه نمود

— د - بدنهای ما خلاصی خواهند یافت

(۱) افسسیان ۱:۲۲-۲۳

(۲) پیدایش ۳۱:۱

(۳) یوحنا ۱:۱۴

(۴) رومیان ۸:۲۳

۷- تابحال سه واقعیت را درباره طبیعت بدنتان مطالعه کرده‌اید. هر کدام از آنها را در یک جمله خلاصه کنید.

الف - آفرینش بدن بعنوان چیزی نیکو \_\_\_\_\_

ب - موقعیت بدن پس از تسلط جسم \_\_\_\_\_

ج - امکان بکار رفتن بدن توسط خدا \_\_\_\_\_

۸- سه عملکرد بدن را که شما را با جهان مرتبط می‌کنند، ذکر کنید: \_\_\_\_\_ ، \_\_\_\_\_ و \_\_\_\_\_

۹- روشن است که بدن شما می‌تواند برای جلال خدا بکار رود. اما واقعیت اینست که بدن انسان هنوز تحت تسلط گناه و مرگ است. جسم یا طبیعت گناه‌آلود، می‌کوشد تا عتاق بدن شما را بدست گیرد. رومیان ۷:۱۸-۲۴ را بخوانید. آیا هرگز احساساتی چون احساس

پولس داشته‌اید؟ به زبان خود احساسات را بنویسید.

۱۰- جسم مایل است تا احساسات و امیال عادی بدن شما را برای تسلط بر شما بکار برد. در ذیل، در مقابل مواردی که گاه بر شما مسلط شده‌اند، علامت بگذارید:

- |                                     |                                   |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> خوراک      | <input type="checkbox"/> زیبایی   |
| <input type="checkbox"/> غرایز جنسی | <input type="checkbox"/> تلویزیون |
| <input type="checkbox"/> شغل        | <input type="checkbox"/> تحصیلات  |
| <input type="checkbox"/> پول        | <input type="checkbox"/> تفریح    |
| <input type="checkbox"/> ورزش       | <input type="checkbox"/> پوشاک    |

۱۱- جسم نباید بر بدن شما مسلط شود. در آیات زیر، سه کار مسیح که شما را از اسارت جسم رها می‌کنند، ذکر شده‌اند. آنها را بنویسید.

- الف - رومیان ۳:۸، \_\_\_\_\_ مسیح بر گناه در جسم (بدن) فتوی می‌دهد.
- ب - رومیان ۶:۶-۷، \_\_\_\_\_ مسیح ما را از اسارت جسم گناه رها می‌کند.
- ج - رومیان ۸:۱۱-۱۳، \_\_\_\_\_ مسیح از طریق روح القدس به ما حیات می‌بخشد، بطوری که می‌توانیم افعال بدن را بکشیم.

۱۲- بدون شک از خود می‌پرسید: «چگونه مسیح می‌تواند بر بدن من خداوندی کند، بطوری که بدن من برای او در جهان مفید واقع شود؟ باید سه عمل مسیح را که برای نجات شما انجام داد (یعنی تجسم، مصلوب شدن و قیام)، به زندگی روزمره خود ارتباط دهید. اول قرنتیان ۶:۱۹-۲۰ را بخوانید. تجسم مسیح توسط روح القدس در شما، چگونه به بدن شما مربوط می‌شود؟ \_\_\_\_\_

۱۳- تجسم مسیح به مصلوب شدن او منتهی شد. مسیح بخاطر شما مصلوب شد. آیات زیر را بخوانید و در رابطه با هر آیه به پرسش زیر پاسخ دهید: پذیرش این نکته که مسیح بجای شما مصلوب شد، چگونه به بدن شما مربوط می‌شود؟

الف - رومیان ۶:۶ \_\_\_\_\_

ب - کولسیان ۳:۳-۵ \_\_\_\_\_

ج - غلاطیان ۵:۲۴-۲۵ \_\_\_\_\_

۱۴- پولس فرمود: «پس هر گاه با مسیح مردیم، یقین می‌دانیم که با او زیست هم خواهیم کرد» (رومیان ۸:۶). آیات زیر را بخوانید. شریک شدن شما در قیام مسیح، بواسطه تولد تازه و زیستن او در شما، چگونه به بدن شما مربوط می‌شود؟

الف - غلاطیان ۲:۲۰ \_\_\_\_\_

ب - رومیان ۶:۱۱-۱۴ \_\_\_\_\_

۱۵- مسیح شما را نجات داده؛ از اینرو بدن شما (بدن مادی شما)، برای پیشبرد اهداف او در جهان، مفیدتر واقع می‌شود. اما بدن شما کامل نخواهد شد مگر زمانی که مسیح بازگردد و آن را خلاصی دهد. در حال حاضر، شراکت شما با مسیح در تجسم، مصلوب شدن و قیام او، توانایی زندگی پاک را به شما می‌دهد. ولی شما هنوز در خود توانایی زندگی ناپاک را دارید. در آیاتی که مطالعه کردید، خدا از شما می‌خواهد اعمال جسم را بکشید. تا چه اندازه صلیب خود را بردوش می‌کشید؟

۱۶- رومیان ۱:۱۲ می‌فرماید که باید بدن خود را چون یک \_\_\_\_\_ تقدیم کنید (بگذرانید). خدا بدن شما را نه چون یک قربانی مرده، بلکه یک قربانی زنده می‌خواهد. اگر هر عضو بدن خود را چون یک قربانی برای استفاده خداوند به او تقدیم کنید، بدن شما بطور کامل برای او پسندیده خواهد بود. آیا اعضای بدن خود را، که در پایین ذکر شده‌اند، به خدا تقدیم می‌کنید؟ بنویسید هر یک از این اعضاء را چگونه برای جلال او بکار خواهید برد؟

- الف - دستها \_\_\_\_\_  
 ب - چشمها \_\_\_\_\_  
 ج - پایها \_\_\_\_\_  
 د - معده \_\_\_\_\_  
 ه - اعضاء جنسی \_\_\_\_\_  
 و - گوشها \_\_\_\_\_  
 ز - زبان \_\_\_\_\_

۱۷- خدا بخاطر هدفی شما را بر روی زمین خلق کرد. بنویسید چگونه می‌خواهید بدن خود را در هر یک از سه عملکرد آن بکار برید:

- الف - قابل تشخیص بودن بعنوان یک شخصیت متمایز \_\_\_\_\_  
 ب - سهم شدن در جهان مخلوق \_\_\_\_\_  
 ج - ایجاد ارتباط با دیگران \_\_\_\_\_

۱۸- اگر طبق نوشته‌های خود در پرسش فوق عمل کنید، بدنتان موجب کدامیک از این موارد می‌شود: شادی، اندوه یا عصبانیت شما؟ (یک مورد را علامت بزنید). آیا بدن خود را چون یک قربانی زنده به خدا تقدیم خواهید کرد؟ اگر جواب مثبت است، این موضوع را به او بگویید.

پاسخها

۱- پاسخ خودتان. می‌توانید چنین پاسخی بدهید:

الف - هیچکس دیگر کاملاً شبیه من خلق نشده. من از دیگران متمایزم  
 ب - می‌توانیم ۵ حس خود را برای شناخت جهان مادی بکار برم. می‌توانم با چیزهای مختلف ارتباط برقرار کنم و بر آنها اثر بگذارم.

ج - می‌توانم از طریق شنیدن، سخن گفتن و لمس کردن با دیگران ارتباط برقرار کنم.

۲- الف - بارور و کثیر شوید و زمین را از فرزندان خود پرسازید.

ب - بر زمین مسلط شوید و آن را آباد کنید (به پیدایش ۱۵:۲ مراجعه کنید).

ج - بر موجودات زنده حکومت کنید.

۳- الف - قابل تشخیص بودن      ب - سهیم شدن      ج - ارتباط

<p>۴- جسم</p>	<p>۵- الف - بدن ،</p> <p>۶- الف (۲)</p> <p>۷- پاسخ خودتان</p>	<p>ب - بدن ،</p> <p>ب - (۳)</p>
<p>۸- قابل تشخیص بودن ، سهیم شدن ، ارتباط</p> <p>۹- پاسخ خودتان</p> <p>۱۰- پاسخ خودتان</p> <p>۱۱- الف - تجسم ،</p>	<p>ج - جسم ،</p> <p>ج - (۱)</p> <p>د - (۴)</p> <p>ب - مصلوب شدن ،</p> <p>ج - قیام</p>	<p>د - (۳)</p> <p>ب - (۳)</p>
<p>۱۲- پاسخ خودتان. می توانید چنین پاسخ بدهید: روح القدس در من زندگی می کند. من از آن خدا هستم و بدن من باید خدا را جلال دهد.</p>	<p>۱۳- پاسخ خودتان . می توانید چنین پاسخ دهید: الف - از آنجا که نفس یا انسانیت کهنه من با مسیح مصلوب شده من دیگر من بنده گناه نیستم. ب - چون با مسیح مرده ام، باید اعضای بدن خود را برای اعمال جسم مرده انگارم. ج - شهوت و هوسهای جسم من مرده اند، پس می توانم به روح رفتار کنم.</p>	<p>۱۴- پاسخ خودتان یا چنین پاسخی: الف - زندگی که الحال می کنم نه از آن من، بلکه متعلق به مسیح است. ب - من برای خدا زنده هستم و می گذارم که او در بدن من حکمرانی کند؛ به این ترتیب که اعضای بدن خود را به او تسلیم می کنم تا بجای اینکه آلات ناراستی شوند، آلات عدالت برای خدا باشند.</p>
<p>۱۵- هر روزه .</p> <p>۱۶- قربانی زنده ؛ پاسخهای خودتان</p> <p>۱۷- پاسخ های خودتان</p> <p>۱۸- پاسخهای خودتان</p>	<p>پس از مطالعه این درس، می توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.</p>	<p>۱۵- هر روزه .</p> <p>۱۶- قربانی زنده ؛ پاسخهای خودتان</p> <p>۱۷- پاسخ های خودتان</p> <p>۱۸- پاسخهای خودتان</p>

## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد						
هفته اول	هفته دوم								
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>صرف وقت با خداوند</p> <p>از فردا، هر روز «عبادت شخصی» داشته باشید و هر روز در یکی از مربعهای زیر علامت بگذارید.</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">_____ <input type="checkbox"/></td> <td style="width: 50%; text-align: center;">_____ <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">_____ <input type="checkbox"/></td> <td style="text-align: center;">_____ <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">_____ <input type="checkbox"/></td> <td style="text-align: center;">_____ <input type="checkbox"/></td> </tr> </table>	_____ <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
_____ <input type="checkbox"/>	_____ <input type="checkbox"/>								
_____ <input type="checkbox"/>	_____ <input type="checkbox"/>								
_____ <input type="checkbox"/>	_____ <input type="checkbox"/>								
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>از خدا بخواهید شما را در برنامه ریزی برای وقتتان (با استفاده از فرم «برنامه منضبط وقتی» (ص ۷۷) هدایت کند.</p> <p>می توانید بعضی از تکالیف دروس «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» را در رازگاہ خود بگنجانید. در صورت تمایل، می توانید یکی از دروس گذشته را مرور کنید و آن را به درس «شخصیت شاگرد» (اراده، ذهن و بدن) ارتباط دهید. در مورد نوشته خود تفکر کنید.</p>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p style="text-align: center;"><b>زندگی در کلام</b></p> <p>کتاب مقدس را بخوانید و در آن علامت بگذارید. دعا کنید و برداشت خود را در «راهنمای مشارکت روزانه با خداوند» یادداشت کنید.</p>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>درس «بر احساسات خود تسلط یابید» (ص ۹۲) را مطالعه کنید.</p>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>اول قرنتیان ۱۹:۶ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>اول قرنتیان ۲۰:۶ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>همه آیاتی را که تاکنون حفظ کرده‌اید، مرور کنید.</p>	<input type="checkbox"/>						

بازار خلیفه هفت ساله ای

		<p>دعای با ایمان</p> <p>برای افراد بی‌ایمانی که نامشان در جلسه گذشته در گروه مطرح شد، دعا کنید. <input type="checkbox"/></p> <p>مشارکت با ایماندار</p> <p>بعضی از کارهایی را که خدا در زندگی‌تان انجام می‌دهد، با همراه دعای خود در میان بگذارید. <input type="checkbox"/></p> <p>شهادت به دیگران</p> <p>در این هفته برای دوست جدید بی‌ایمان خود یک کار نیک انجام دهید. آماده باشید تا واکنش او را گزارش دهید. <input type="checkbox"/></p> <p>خدمت به دیگران</p> <p>بخش «انسان نفسانی» از درس «شخصیت شاگرد» (ص ۹۹) را خوب یاد بگیرید. فعلاً دانستن آیات این درس الزامی نیست، اما می‌توانید این آیات را روی یک کارت بنویسید تا بتوانید در جلسه بعد به هنگام ارائه این درس، آنها را بخوانید. <input type="checkbox"/></p> <p>به انجام تکلیف خود ادامه دهید و بیش از هفته سیزدهم، گزارش پایان دوره را به امضاء برسانید. <input type="checkbox"/></p>	
--	--	--	--

سربازی که آموخته در همه موارد اطاعت کند، در جنگ شکست نخواهد خورد

## بر احساسات خود تسلط یابید

«هر چه دوست داری، بکن!» گویا اینست شعار نسل حاضر. پیروان فلسفه هِدونیستی (لذت پرستی) می‌گویند: «احساسات تو، ارباب توست!» احساسات، بسیاری را بنده خود ساخته، اما ارباب ظالمی است. اما شما باید بدانید که ارباب شما مسیح است. او حتی باید ارباب احساسات شما نیز باشد. او می‌خواهد به شما کمک کند تا احساسات خود را بگونه‌ای مسئولانه بکار ببرید.

پس از مطالعه این درس، قادر خواهید بود:

- \* احساسات را تعریف کنید.
- \* احساسات را با معیارهایتان منطبق سازید.
- \* شش گام ضروری مواجهه با احساسات را نام ببرید.
- \* این گامها را در مورد یک تجربه احساسی خود، بکار بندید.

به پرسشهای زیر پاسخ دهید. سپس پاسخهای خود را با پاسخهای آخر این درس مقایسه کنید.

احساسات چه هستند؟

۱- احساسات بخش بسیار مهمی از شخصیت انسان هستند. زندگی بدون احساسات، همچون جهانی بدون رنگ، بی‌روح و یکنواخت می‌شود. بدون احساسات، اگر چه دیگر خبری از خشم و تشویش نخواهد بود، اما شادی و محبت نیز در زندگی جایی نخواهند داشت. خدا شما را موجودی با احساس آفریده است. احساسات عبارتند از حالت‌های خوش‌آیند یا ناخوش‌آیند و نیز واکنش انسان نسبت به انگیزه‌های درونی یا بیرونی. گر چه می‌توان احساسات را بصورت خوش‌آیند تقسیم بندی کرد، ولی نمی‌توان براحتی در مورد خوبی یا بدی آنها قضاوت نمود. مرقس ۳:۵، یوحنا ۱۳:۳۴، ۱۱:۳۵، ۱۷:۱۳ را بخوانید. کدامیک از احساسات زیر در شخصیت عیسی بچشم می‌خورند؟

خشم     محبت     اندوه     شادی

۲- احساسات، واکنشهای ناگهانی و خودبخودی شخص نسبت به ارزشها و باورهای هستند که مورد تأیید یا تحریک اطرافیان واقع شده‌اند. از آنجا که ارزشها و باورهای هر شخص مختص خود او هستند، افراد مختلف در موقعیتهای مشابه بطرق متفاوتی واکنش نشان می‌دهند. متی ۱۲:۲۱-۱۶ را بخوانید و به پرسشهای زیر پاسخ دهید.

الف - خرید و فروش در هیكل احساسات متفاوتی را در عیسی، و در رؤسای کهنه و کاتبان برانگیخت. این احساسات چه بودند و چرا بوجود آمدند؟

\_\_\_\_\_ در عیسی \_\_\_\_\_ چرا؟

\_\_\_\_\_ در رؤسای کهنه و کاتبان \_\_\_\_\_ چرا؟

ب - شفا دادن کوران و شلان در هیكل، احساسات متفاوتی را در کودکان، و در رؤسای کهنه و کاتبان برانگیخت. این احساسات چه بودند و چرا بوجود آمدند؟

\_\_\_\_\_ در کودکان \_\_\_\_\_ چرا؟

۳- دسته‌ای از موقعیتهای خاص می‌توانند بر افراد مختلف اثرات متفاوتی بگذرانند. لوقا ۱۰: ۳۰-۳۷ را بخوانید.

الف - بنظر می‌رسد که شخص لاوی بی تفاوت بود. بنظر شما، او چه معیاری برای قضاوت داشت که منجر به احساس بی تفاوتی در او شده بود؟

ب - احساس شخص سامری، آشکارا دلسوزی و توجه بود. او چه معیاری در قضاوت خود داشت که باعث بوجود آمدن چنین احساساتی در او شده بود؟

۴- شما به کمک معیارهای خود می‌توانید تصمیم بگیرید که در یک موقعیت بخصوص واکنش احساسی صحیح از خود نشان دهید. بسیاری از مردم بخطا و با دلایل نادرست، شاد، غمگین یا عصبانی می‌شوند. اگر بتوانید تشخیص دهید چه چیزهایی موجب شادی، اندوه یا خشم شما می‌شوند، می‌توانید به معیارها و ارزشهای حقیقی خود پی ببرید. یک مسیحی جسمانی معیارهای خود را بر یک زندگی خود محور استوار می‌سازد. آخرین باری را که عصبانی شدید بخاطر می‌آورید. علت آن چه بود؟ آیا یکی از موارد زیر در زندگی شما مورد تهدید قرار گرفته بود؟ (در مقابل آن مورد علامت بگذارید).

موقعیت (مقام)

حقوق

هویت (شخصیت)

نیازهای جسمانی

نقشه‌ها و برنامه‌ها

صداقت

۵- بار دیگر به فهرست فوق نگاه کنید. کدامیک از موارد، به آخرین باری که احساس ترس، اندوه، شادی، تنهایی، تشویش یا شرمندگی به شما دست داد، مربوط می‌شوند؟ در مواقعی که اطرافیان این موارد را تأیید کرده‌اند، احتمالاً احساس مثبتی به شما دست داده است، و هنگامی که مورد تهدید قرار گرفته‌اند، احتمالاً احساسی منفی داشته‌اید. در بسیاری از مواقع، نمی‌توانید احساسات خود را کنترل کنید، از آن رو که این احساسات دقیقاً بر خود شما و بر نفس و جنبه جسمانی شما متمرکز شده‌اند. اول قرنتیان ۱: ۳-۳ را بخوانید. پولس مسیحیانی را که تحت کنترل احساسات حسد و نزاع هستند، چه می‌نامد؟

۶- مسیحیان روحانی نیز دارای احساساتی قوی هستند. اما بجای اینکه اجازه دهند اعمال آنها تحت کنترل احساساتشان باشند، آموخته‌اند که واکنش خود را در برابر احساسات کنترل کنند و به این ترتیب بر احساسات خود مسلط شوند. مسیحی روحانی می‌آموزد که بجای اتکاء بر جسم، هر چه بیشتر بر روح القدس متکی باشد.

#### اقداماتی برای تسلط بر احساسات

احساسات ارتباط نزدیکی با اعمال دارند. احساسات شما باعث می‌شوند عملی را انجام دهید، و یا عمل شما منجر به ایجاد احساسی در شما می‌شود. در اینجا، اقداماتی برای تسلط بر احساسات، در شش مرحله ذکر شده‌اند.

— تشخیص احساس.

— تشخیص علت وجودی آن.

— تشکر از خدا بخاطر کمک او برای تسلط بر آن احساس.

— آگاهی از واکنش کتابمقدسی نسبت به آن.

— اطاعت از هدایت روح القدس.

— پروراندن ثمر مناسب روح.

## تشخیصی احساس

۷- اولین گام در رویارویی با یک احساس، پذیرفتن واقعیت آن احساس است. انکار یا سرکوب احساسات هیچ کمکی به شما نمی‌کند. شما تنها در صورتی می‌توانید بر احساس خود غلبه کنید که آن را تشخیص دهید و واقعیت آن را بپذیرید. متی ۲۶:۳۷-۳۸ را بخوانید. اولین کاری که مسیح به هنگام مواجهه با صلیب، در مورد احساس اندوه و اضطراب خود کرد، چه بود؟ \_\_\_\_\_

## تشخیصی منشأ احساس

۸- دومین گام برای تسلط بر یک احساس، تشخیص منشأ آن است. اگر بدانید چرا درگیر احساسی هستید، می‌توانید بهتر با آن مواجه شوید. ممکن است این کار به همین راحتی که فکر می‌کنید، انجام پذیر نباشد. گاه، واقعه‌ای که چند ساعت یا چندین روز پیش رخ داده، در ضمیر ناخودآگاه شما باقی می‌ماند و موجب واکنش احساسی می‌شود. احساسی را که اوائل امروز داشته‌اید، بخاطر آوردید. \_\_\_\_\_

چرا چنین احساسی دارید؟ (در مقابل پاسخ مربوطه علامت بگذارید)

وضعیت جسمانی شما

سخنی که شخصی به شما یا در مورد شما گفته است

عملی که شخصی نسبت به شما یا برای شما انجام داده است

افکار شما

اراده شما

جسم (امیال گناه‌آلود) شما

رابطه شما با خدا

موارد دیگر \_\_\_\_\_

## تشکر از خدا بخاطر کمک او در تسلط بر احساس

۹- اگر نتوانید به منشأ احساس خود پی ببرید، می‌توانید با دوست خود یا یک مشاور کارآزموده صحبت کنید. ممکن است متوجه شوید که احساسات، با واقعه‌ای که سبب آن بوده، متناسب نیست. در هر صورت، چه به منشأ احساس خود پی ببرید یا نبرید، می‌توانید گام سوم را بردارید: «از خدا بخاطر اینکه شما را در تسلط بر احساسات یاری می‌کند، تشکر کنید.» مزمو ۴۲ را بخوانید. بنویسید داود چه گامهایی در رابطه با احساس خود برداشت؟ \_\_\_\_\_

۱۰- برای اینکه مطمئن باشید خدا در یک موقعیت بخصوص به شما کمک می‌کند، و برای اینکه برای این کار شکرگزار باشید، نیازی نیست که حتماً آن موقعیت را کاملاً درک کنید.

الف - اول تسالونیکیان ۱۸:۵ را بخوانید. در چه موقعیتهایی باید شکرگزار باشید؟ \_\_\_\_\_

ب - رومیان ۲۸:۸ را بخوانید. چرا یک ایماندار می‌تواند در همه چیز شکرگزار باشد؟ \_\_\_\_\_

ج - اعمال ۲۵:۱۶ را خوانید. پولس و سیلاس چگونه توانستند از بوجود آمدن احساسات منفی، در اثر موقعیتی که داشتند، جلوگیری کنند؟ \_\_\_\_\_

۱۱- هنگامی که بواسطه ایمان، در موقعیت بخصوصی به کار خدا اعتماد می‌کنید و از او تشکر می‌کنید، ذهنتان متوجه چیزهای خوبی می‌شود که از آن موقعیت ناشی می‌شوند. آیا می‌توانید در زندگی خود چیزهای خوبی را بخاطر آورید که از احساسات زیر ناشی شده باشند؟ \_\_\_\_\_

الف - ترس \_\_\_\_\_

ب - خشم \_\_\_\_\_

ج - تنهایی \_\_\_\_\_

## آگاهی از واکنش صحیح کتابمقدسی

۱۲ - چهارمین گام عبارتست از «آگاهی از واکنش صحیح کتابمقدسی». اگر چه احساسات بی اختیار و ناگهانی بوجود می آیند، ولی اعمالی که از آنها ناشی می شوند، نباید الزاماً چنین باشند. طبق تعلیم کتابمقدس، ما در اینکه تا چه حد می گذاریم احساسات تعیین کننده رفتارمان باشند، مسئول هستیم. ما نمی توانیم یک احساس منفی و یا یک شخص و یا موقعیتی را که مسبب آن احساس شده است مقصر بدانیم، و از تقصیر خود بخاطر رفتار منفی که داریم شانه خالی کنیم. کتابمقدس در مورد اینکه چگونه باید به هر احساسی واکنش نشان داد، اصولی را ارائه می کند. هر چه کتابمقدس را بهتر بدانید، راحت تر می توانید تعالیم آن را در مورد احساسات خود بکار برید. آیات زیر را بخوانید و به بیان خود، پاسخ کتابمقدس را در هر مورد بنویسید.

الف - نرفت (لوقا ۶: ۲۷-۲۸)

ب - تشویش (فیلیپیان ۴: ۶-۷)

ج - شادی (فیلیپیان ۴: ۴)

د - خشم (افسیسیان ۴: ۲۵-۲۶، ۳۱-۳۲)

ه - حسد (اول پطرس ۱: ۲، اول قرتیان ۱۳: ۴)

## اطاعت از هدایت روح القدس

۱۳ - پنجمین گام عبارتست از «اطاعت از هدایت روح القدس». افراد نفسانی یا جسمانی مایل به انجام کاری هستند که احساسات، ذهن یا اراده آنها حکم می کند. افراد روحانی مطیع دعوت الهی هستند تا آنچه را که روح القدس به آنها مکشوف می کند، انجام دهند. این کار، عمل آگاهانه اراده است، تا بجای انجام کاری که خود احساس می کنید درست است، کاری را انجام دهید که خدا درست می شمارد. این مهم است که شما درک کنید در رابطه با دیگران ملزم به رفتار صحیح می باشید، چه از آن خوششان بیاید چه نیاید. در غیر اینصورت، اگر متکی بر احساسات خود باشید، می توانید شکست در انجام وظایفان را به این صورت توجیه کنید: «من امروز به ملاقات کلیسایی نرفتم، فقط بخاطر اینکه دلم نمی خواست»، یا «اگر فرزندانم مرا آنقدر عصبانی نکرده بودند، من رفتار بهتری با آنها می داشتم». خدا از شکست ما در انجام مسئولیتهايمان، تنها به این دلیل که «دلمان نمی خواست»، چشم پوشی نمی کند. جملات زیر را بخوانید. در مقابل هر مورد بنویسید که آیا احساسات برای توجیه رفتار غیر مسئولانه بکار رفته اند، یا اینکه رفتار مسئولانه بوده است.

الف - جیم به شدت ترمز کرد و دستش را همچنان روی بوق گذاشت زیرا از جلوی اتومبیل او پیرمردی به آرامی از خیابان عبور می کرد. سپس جیم بسرعت اتومبیل را به حرکت درآورد تا به چراغ سبز بعدی برسد.

ب - تامی تصادفاً شیرش را ریخت. مادرش در حالیکه بر سرش فریاد می کشید که بیشتر مواظب باشد، او را بشدت از جایش بلند کرد و کتک زد.

ج - در یک مغازه کفش فروشی، خانمی چندین جفت کفش را امتحان کرد و سپس گفت که فعلاً توانایی خرید هیچکدام را ندارد. سپس نشانی مغازه کفش فروشی دیگری را از فروشنده پرسید. فروشنده نشانی مغازه دیگر را بر روی ورقه کاغذی نوشت و از آن خانم بخاطر بازدید از مغازه خود، تشکر کرد.

۱۴ - کافی نیست فقط بگوییم که احساسات ما بر اعمالمان تأثیر می گذارند. این مطلب نیز صحیح است که اعمال ما تعیین کننده احساساتمان هستند. برای تغییر دادن احساساتمان، باید اعمالمان را نیز تغییر دهیم. مسیح برای بسیاری از واکنشهای احساسی راه حل خوبی داشت: او بجای اینکه امر به داشتن احساسی بکند، امر به انجام کاری می کرد. اول قرتیان ۱۳: ۴-۷ را بخوانید. کتابمقدس می فرماید که برادران مسیحی خود را محبت کنیم. در اینجا «محبت» به چه صورت توصیف شده است؟ (در مقابل پاسخ صحیح علامت بگذارید).

الف - یک احساس عاطفی

ب - یک شیوه رفتاری

### پروراندن ثمره روح

۱۵- ششمین گام «پروراندن ثمره روح» است. هر ثمره روح چیزی بیش از احساسات صرف است. ثمره روح ویژگی ثابت شخصیت است. این ثمره از طریق مشارکت نزدیک با مسیح بواسطه روح القدس، و با رشد و بلوغ و کسب تجربه، پرورش می‌یابد. در اینجا انواع ثمره روح ذکر شده است. مواردی را که بیش از همه بدانها نیازمندید تا بر احساسات خود تسلط یابید، علامت بزنید.

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> محبت           | <input type="checkbox"/> حلم (بردباری) | <input type="checkbox"/> ایمان                   |
| <input type="checkbox"/> خوشی (شادی)    | <input type="checkbox"/> مهربانی       | <input type="checkbox"/> تواضع (فروتنی)          |
| <input type="checkbox"/> سلامتی (آرامش) | <input type="checkbox"/> نیکویی        | <input type="checkbox"/> پرهیزکاری و خویششننداری |

۱۶- شش گام در تسلط بر احساسات را بنویسید.

---



---



---



---



---

۱۷- پیش از جلسه بعدی، این گامها را در مورد یکی از احساسات خود بکار برید. نتایج را یادداشت کنید.

---



---



---

۱۸- برای تسلط بر احساسات عمیق و ریشه‌دار، نیاز به کمک بیشتری دارید. در مورد احساساتی نظیر تنهایی، خشم، تشویش، انتقام، یأس، اندوه، طمع، و محبت بخشاینده، اگر به تنهایی قادر به تسلط بر احساس خود نیستید، با یک مشاور کارآزموده مشورت کنید.

### پاسخها

۱- همه موارد

۲- الف - احساس مسیح خشم یا غیرت بود، چون معیار او این بود که هیكل باید خانه دعا و پرستش باشد. احساس رؤسای کهنه و کاتبان بی تفاوتی یا حتی خشنودی بود، چون معیار آنان این بود که هیكل محلی برای خریدن قربانیا و حفظ شریعت باشد.  
ب - کودکان خوشحال بودند، چون بیماران شفا می‌یافتند و مسیح موعود ظهور کرده بود. ولی رؤسای کهنه و کاتبان خشمگین بودند چون عیسی اظهار می‌کرد که پسر داود (مسیح موعود) است.

۳- الف - از نظر شخص لاوی، آن مرد مجروح آنقدر اهمیت نداشت که بخاطر او توقف کند و او را یاری دهد.  
ب - از نظر شخص سامری، آن مرد مجروح بقدری اهمیت داشت که بخاطر او کار خود را متوقف کرد و موجودی خود را برای کمک به او بکار برد.

۴- پاسخ شخصی

## ۵- جسمانی

۷- احساسات خود را تشخیص داد و پذیرفت.

## ۸- پاسخ شخصی

۹- داود احساس خود را تشخیص داده، علت آن را فهمید، و از خدا تشکر کرد چون ایمان داشت که خدا به او کمک می‌کند.

۱۰- الف - در همه چیز و همه موقعیتها

ب - چون ایمان دارد که خدا همه چیز را برای خیریت دوستداران خود بکار می‌برد

ج - خدا را ستایش کردند و سرود خواندند

۱۱- ممکن است پاسخ شما چنین باشد:

الف - آگاهی از خطر، توکل به خدا، اقدام مناسب.

ب - آگاهی از معیارهای خود محور، فرصت برای عذرخواهی و طلب بخشایش، تمایل شدید برای رشد ثمره روح.

ج - نزدیکی به خدا، آمادگی برای خدمت به دیگران، بیادآوردن افراد محبوب خود.

د - شهادت دادن، موجب شادی شخص دیگری شدن

ه - نشانه اینکه بیش از حد به کسی وابسته هستید، آگاهی از بی‌اعتمادی خود، نیاز به بررسی اعمال مورد علاقه خود.

۱۲- الف - دشمنان خود را محبت کنید، نسبت به آنها نیکویی کنید، برای آنان برکت بطلبید و دعا کنید.

ب - برای هیچ چیز نگران نباشید، برای همه چیز دعا کنید.

ج - با کسانی که خوشحالند، شادی کنید.

د - در خشم خود گناه مورزید، نگذارید خشم شما تا غروب خورشید باقی بماند، آن را از خود دور کنید. مهربان باشید و عفو کنید.

ه - آن را ترک کنید، و محبت کنید.

۱۳- الف - توجیه ، ب - توجیه ، ج - مسئولانه

۱۴- ب

۱۵- پاسخ شخصی

۱۶- به سؤال ۶ مراجعه کنید.

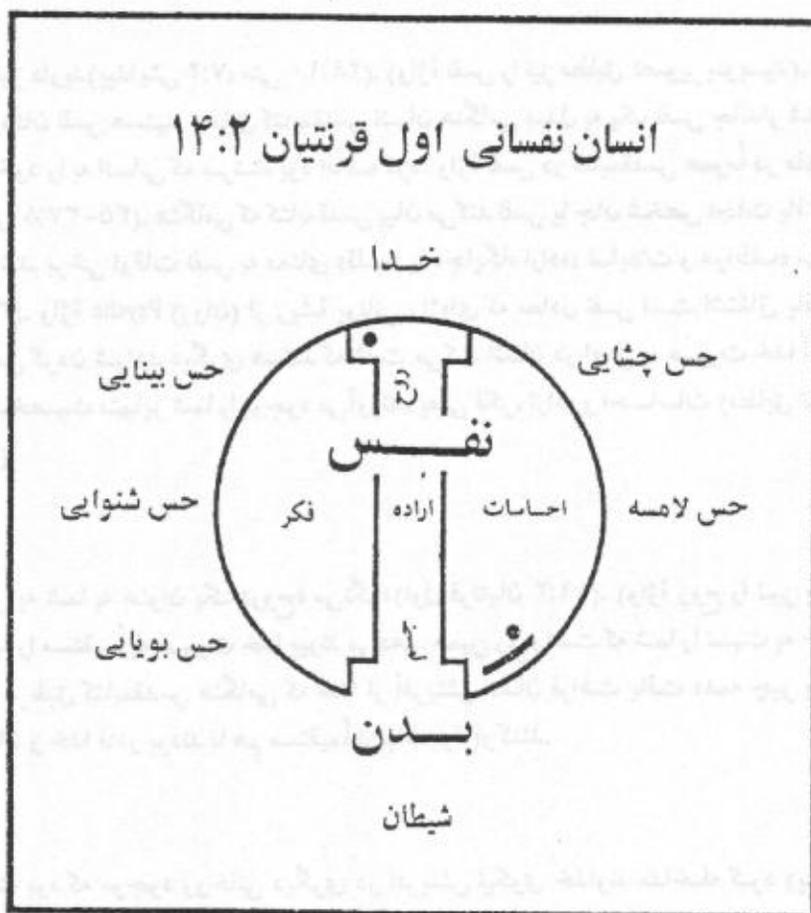
۱۷- پاسخ شخصی

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.



## شخصیت شاگرد

تصویر زیر به من کمک کرد تا شخصیت خود را بشناسم. بیایید نگاهی به این تصویر بیندازیم. شاید شما هم گاهی مثل من تعجب کنید که چرا بدین گونه فکر، احساس یا عمل می‌کنید. شکل زیر تعلیم کتابمقدسی را در مورد شخصیت‌مان به تصویر می‌کشد و به ما نشان می‌دهد که چگونه مسیح را ارباب و خداوند زندگی‌مان بگردانیم و چگونه زندگی خود را تحت نظم و انضباط درآوریم.



(کلمه خدا را بر بالای کاغذ سفیدی که روی آن تصویر فوق را می‌کشید بنویسید)

خدا ما را موجوداتی جسمانی و در عین حال روحانی خلق کرده است. بخش جسمانی منشأ زمینی دارد. بخش روحانی مستقیماً از سوی روح خدا عطا گردیده است (پیدایش ۷:۲). حال اجازه بدهید با کشیدن یک دایره، روشن سازم ما چگونه آفریده شده‌ایم و

چه عاملی ما را دچار این همه زحمات کرده است. (فقط دایره‌ای رسم کنید. همینطور که پیش می‌رویم کلمات را به آن اضافه کنید.)

این دایره نشان‌دهنده وجود شماس است یعنی شخصیت کامل شما. کتابمقدس شما را به منزله یک شخصیت واحد مورد توجه قرار می‌دهد. به همین دلیل است که از دایره‌ای واحد برای نشان دادن وجود شما استفاده کردم. شخصیت شما مشتمل بر عناصر و اجزاء متفاوتی است که در ذیل، هر یک از آنها را شرح خواهم داد. هنگامی که با هر یک از عناصر شخصیت خود آشنا شدید و به عملکرد آن عنصر پی بردید، خواهید توانست شخصیت خود را تحت سیادت مسیح درآورید.

### بدن

کتابمقدس شما را بعنوان یک بدن مورد توجه قرار می‌دهد. (واژه بدن را مطابق تصویر، پیرامون دایره بنویسید). بدن شما را خدا از خاک زمین آفرید (پیدایش ۲:۷). این بدن عملکردهای گوناگونی دارد. بواسطه بدن است که شما می‌توانید در دنیای مادی حضور داشته باشید. پنج حس شما را به باقی جهان خلقت مرتبط می‌کند. (پنج حس را مطابق تصویر بنویسید). این بدن شماس است که ارتباط دنیای پیرامون و سایر مخلوقات زنده را میسر می‌کند. بدتان همچنین هویتی جسمانی می‌بخشد که شما را شخصیتی متمایز و بی‌مانند می‌سازد. خداوند بدن شما را نیکو آفرید.

### نفس

از دیدگاه کتابمقدس شما نفس نیز دارید (پیدایش ۲:۷، متی ۱۰:۲۸). (واژه نفس را نیز مطابق تصویر بنویسید). شما نه فقط نفس دارید بلکه به عبارت صحیح‌تر خودتان نفس هستید. مطابق کتابمقدس انسان هنگامی مبدل به یک نفس جاندار شد که خدا در بینی وی روح حیات دمید. خدا حیات خود را به انسانی که سرشته بود افاضه کرد. (واژه نفس در کتابمقدس عموماً در مفهوم «حیات» و یا «تمامیت شخصیت» می‌باشد (مرقس ۸:۳۷-۳۵). هنگامی که کتابمقدس بیان می‌کند نفس یا جان شخص نجات یافته و یا همراه شده، منظور تمامیت شخصیت وی می‌باشد. برخی اوقات نفس به معنای «قلب» یا «جایگاه اراده، تمایلات و عواطف» می‌باشد (یعنی بعد درونی و باطنی انسان) (متی ۲۶:۳۸). واژه Psyche (روان) از ریشه یونانی واژه‌ای که معادل نفس است اشتقاق یافته است. توانایی نفس برای تفکر، خواستن و احساس کردن شواهد دیگری هستند که ثابت می‌کند انسان در اصل به صورت خدا آفریده شده است. همین سه عملکرد نفس هستند که شخصیت متمایز شما را بوجود می‌آورند، یعنی فکر، اراده و احساسات (مطابق تصویر بالا کلمات فکر، اراده و احساسات را بنویسید)

### روح

علاوه بر موارد فوق، کتابمقدس به شما به عنوان یک «روح» می‌نگرد (اول قرنتیان ۲:۱۱). (واژه روح را نیز بر طبق تصویر بنویسید). این روح شماس است که شما را مستقیماً به صورت خدا پیوند می‌دهد. همین روح است که شما را نسبت به خود و مشارکت با خدا آگاه می‌سازد (رومیان ۸:۱۶). بر طبق کتابمقدس هنگامی که خدا از آفرینش انسان فراغت یافت «همه چیز بسیار نیکو بود» (پیدایش ۱:۳۱). در آن هنگام انسان و خدا قادر بودند با هم مستقیماً ارتباط برقرار کنند.

### جسم (طبیعت گناه آلود)

مدت زیادی از آفرینش نگذشته بود که موجود روحانی دیگری در آفرینش نیکوی خداوند مداخله کرد (پیدایش ۳:۱-۷). (شیطان را در قسمت پایین تصویر بنویسید). انسان تسلیم وسوسه شیطان شد و از خدا نافرمانی کرد. در این زمان جنبه متفاوتی از ماهیت روحانی انسان وارد شخصیت وی شد. این جنبه جسم نام دارد. کتابمقدس واژه جسم را در دو مفهوم به کار می‌برد. مفهوم کلی جسم همان بدن است و به بدن مادی دلالت می‌کند (رومیان ۶:۱۲). مفهوم دیگر آن نمادین است و به معنای طبیعت پست و دون می‌باشد (غلاطیان ۵:۱۶-۱۸). در این مفهوم جسم به استعداد بالقوه انسان در جهت گناه کردن و پیروی از شیطان دلالت می‌کند.

توجه کنید که تصویر دو در یا مدخل دارد. مدخل بالایی را «دَرِ روح» می‌نامیم. این در، پیوند ما را با خدا میسر می‌کند. مدخل پایینی را «دَرِ جسم» می‌نامیم. این در ما را با شیطان مرتبط می‌کند. خدا انسان را با اراده‌ای آزاد خلق کرد. توجه کنید که اراده بین دَرِ

روح و دَرِ جسم قرار دارد. دستگیره درها نیز در داخل قرار دارند. متأسفانه، هنگامی که آدم یعنی اولین انسان مورد وسوسه شیطان قرار گرفت، تصمیم گرفت تا از هدایت خدا سرکشی کند و مشغول پیروی شیطان شود. در آن لحظه بود که «منیت» انسان رشته امور را در دست گرفت. (مطابق تصویر بین دو دَرِ خطوطی را رسم کنید تا حرف انگلیسی (من) در آن نقش بندد.) در این هنگام دَرِ روح بسته شد و انسان به لحاظ روحانی مرد. (بر روی کلمه روح خطی بکشید.) در همین زمان دَرِ جسم باز شد و طبیعت گناه‌آلود، جزئی روحانی شخصیت انسان گردید. (همانند تصویر کلمه جسم را بنویسید.) وقایع فوق نتایج وحشتناکی به بار آورد. جسم احیا شد و موجب انحطاط فکر، اراده و احساسات گردید و شرارت و مرگ در تمامی ابعاد شخصیت انسانی یعنی بدن، نفس و روح رخنه کرد (افسیان ۱:۲-۳).

بواسطه وسوسه شیطان انسان از فرمان خدا سرپیچی و از معصومیت اولیه خویش سقوط کرد. متعاقباً اولاد وی نیز طبیعت و محیطی متمایل به گناه به ارث بردند. این اولاد به محض اینکه قادر به انجام عملی اخلاقی شوند، تبدیل به طغیانگرانی می‌گردند و از آن جهت که دَرِ روح را بسته‌اند و خدا را بیرون در نگاه داشته‌اند، نسبت به وی مسئول هستند.

### خصوصیات انسان نفسانی در حال حاضر

انسان نفسانی خود محور است و در معرض وسوسه و نیروی شیطان قرار دارد. وی در فرآیند تدریجی مرگ است و نمی‌تواند برخلاف این روند حرکت کند. او نمی‌تواند چنانکه باید با خدا رابطه برقرار کند. «اما انسان نفسانی امور روح خدا را نمی‌پذیرد زیرا که نزد او جهالت است و آنها را نمی‌تواند فهمید زیرا که حکم آنها از روح می‌شود» (اول قرنتیان ۱۴:۲). (اول قرنتیان ۱۴:۲ را زیر عنوان «انسان نفسانی» بنویسید.) تفکرات انسان را شریر تحت تأثیر قرار می‌دهد، احساساتش وی را کنترل می‌کند، اراده وی ضعیف است. حتی افراد قوی‌الاراده و منضبط نیز قادر نیستند بر تأثیرات جسم غالب آیند. بر طبق کتاب مقدس، شخص صرف‌نظر از هر عمل خوبی که در جسم انجام می‌دهد، قادر نیست خدا را خشنود سازد (رومیان ۸:۸). (اگر شما این تصویر را در مورد شخص گمراه مورد استفاده قرار می‌دهید، مستقیماً به قسمت مسیحی روحانی بروید. اگر با یک مسیحی صحبت می‌کنید، قسمت «مسیحی جسمانی» را باز کنید.) انسان تنها هنگامی می‌تواند نزد خدا حاضر شود که روح القدس وی را جذب کند (یوحنا ۶:۴۴).

### مسیحی جسمانی. اول قرنتیان ۱:۳-۳



هم اکنون، من از همان تصویر برای نمایش مسیحی جسمانی استفاده می‌کنم. چنین شخصی در روح را گشوده، ولی در عین حال در جسم را نیز بازگذاشته است. این شخص زمانی دریافته که مسیح می‌تواند به وی حیات ابدی ارزانی کند. او در روح را گشوده و توسط نیروی روح القدس تولدی تازه یافته است. شخصیت روحانی این شخص حیاتی دوباره یافته و شریک طبیعت الهی گشته است (۲ پطرس ۱:۴). ولی او نتوانسته چنانکه باید رشد کند. در این تصویر من روح را بصورتی بزرگتر و پررنگتر می‌نویسم تا نشان دهم روح القدس تا ابد بخش لایتجزای روح شما گشته است. اشتباه بزرگ مسیحی جسمانی این است که در جسم را بازگذاشته است. از اینرو شیطان هنوز به وی دسترسی دارد و این جسم است که برافکار، اراده و احساساتش تسلط دارد. شخص جسمانی بیشتر احتمال دارد از احساسات جسمانی و طبیعت سقوط کرده خود تبعیت کند.

بی‌تردید شما برخی اوقات این احساس را تجربه کرده‌اید که وقتی سعی دارید افکار، منش و اعمال مسیح را داشته باشید، کشمکش در قلب شما روی می‌دهد. علت وقوع چنین کشمکشی چیست؟

اگر به عنوان یک مسیحی به مسیح دائماً اجازه ندهید تا بواسطه روح خود بر زندگی شما تسلط داشته باشد، شما یک مسیحی جسمانی هستید. این بدان معناست که علیرغم این واقعیت که به مسیح اجازه داده‌اید تا قدم به زندگی شما بگذارد، هنوز سعی می‌کنید تا خود بر زندگی تان تسلط یابید. یعنی «منیت» همان انسان کهنه و نفسانی هنوز بر شما حکمفرماست. مسیحی جسمانی فرزندی از فرزندان خداست که در جسم را گشوده و افکار، اعمال و احساسات خود را بیشتر تحت کنترل طبیعت کهنه قرار می‌دهد تا روح خدا. کشمکشی که در شخصیت شما روی می‌دهد، نتیجه تأثیر عوامل متقابلی است که با یکدیگر در حال جنگ هستند. شما صدای شیطان را بواسطه جسم خود می‌شنوید و به صدای خدا بواسطه روح وی که با روح شما صحبت می‌کند، گوش می‌دهید. همچنین صدای باطن خود را بواسطه ذهن، اراده و احساساتان می‌شنوید. از اینرو وجود شما تبدیل به میدان نبرد می‌شود. چگونه می‌توان از این میدان پیروز خارج شد؟ مایوس نشوید. مسیح می‌خواهد تا خداوند زندگی شما باشد و در این نبرد شما را هر روزه پیروز کند.



برای به تصویر کشیدن مسیحی روحانی، بار دیگر از همان دایره استفاده می‌کنم. (البته دایره را به همراه عناوینی که قبلاً نوشتید، رسم کنید. همینطور که پیش می‌رویم، صلیب و آیه‌ها را نیز اضافه کنید.) علیرغم این حقیقت که ما گناه کرده‌ایم، خدا ما را دوست دارد. «زیرا خدا جهان را آنقدر محبت نمود که پسر یگانه خود را داد تا هر که به او ایمان آورد هلاک نگردد بلکه حیات جاودانی یابد (یوحنا ۳: ۱۶). عیسی بر روی صلیب جان داد تا ما را از اسارت گناه و مرگ نجات دهد و به حضور خدا بازگرداند. مسیح پس از قیام، روح القدس را به زمین فرستاد تا ما را بسوی خدا فراخواند.

هرچند در روح در شخص بی‌ایمان بسته و روحش مرده است، او قادر است ندای روح القدس را بشنود. هنگامی که شما در روح را می‌گشایید، روح خدا در شخصیت شما داخل می‌شود و روح شما تولدی نو می‌یابد (دوم قرتیان ۵: ۱۷).

در اینجا تفاوت میان انسان نفسانی و مسیحی روحانی را ملاحظه می‌کنیم. مسیحی روحانی در روح رفتار می‌کند و به این ترتیب، شهوت جسم را بجای نخواهد آورد (غلاطیان ۵: ۱۶).

شما بعنوان شاگرد مسیح، وعده پیروزی بر دنیا، جسم و شیطان را یافته‌اید (اول یوحنا ۴: ۵، ۲: ۱۵-۱۷). رمز پیروزی نیز در همین امر نهفته است. توجه داشته باشید که اراده، مستقیماً بین در روح و در جسم قرار دارد. وقتی اراده می‌کنید که مسیح، خداوند زندگی شما باشد، مرگ وی بر صلیب و قیام او به شما زندگی پیروزمندانه‌ای عطا می‌کند. (مطابق تصویر صلیب را بکشید.) در این زمان، شما می‌توانید با پولس رسول همصدا شده بگویید: «با مسیح مصلوب شده‌ام ولی زندگی می‌کنم، لیکن نه من بعد از این بلکه مسیح در من زندگی می‌کند و زندگانی که الحال در جسم می‌کنم به ایمان به پسر خدا می‌کنم که مرا محبت نمود و خود را برای من داد» (غلاطیان ۲: ۲۰). (غلاطیان ۲: ۲۰ را زیر عنوان «مسیحی روحانی» بنویسید.) برای دست یافتن به پیروزی، باید جسم خود را مصلوب شده انگارید (غلاطیان ۵: ۲۴). از آنجا که این عمل، نتیجه اراده شماست، مسیح که هم اکنون در شما مسکن دارد شما را یاری می‌دهد تا در روح را باز و در جسم را بسته نگاهدارید. به موازات تلاش شما در جهت مصلوب کردن شخصیت کهنه‌تان، روح القدس هر روزه شما را قیام می‌دهد تا با پیروزی زندگی کنید. هنگامی که شما بدینسان عمل کنید، از روح خدا پر می‌شوید؛ آنگاه می‌توانید در روح زندگی کنید (غلاطیان ۵: ۱۶) و خدا بر ذهن، اراده و احساسات و بالمآل بر نفس و بدن شما مسلط می‌شود.

#### مراحل تحصیل زندگی پیروزمندانه

پیروزی در جنگ ایمان بصورتی خودکار حاصل نمی‌آید. تا زمانی که در جسم زندگی می‌کنیم، دائماً در جنگ نیکوی ایمان درگیر هستیم. ولی ما وعده پیروزی را یافته‌ایم. اجازه بدهید در قالب عبارتی عملی شرح دهم که چگونه می‌توانید مسیح را بر تمام جوانب شخصیت خود خداوند گردانید.

(فیلیپیان ۲: ۱۳ را در زیر کلمه اراده بنویسید). «زیرا خداست که در شما برحسب رضامندی خود هم اراده و هم فعل را بعمل ایجاد می‌کند.» خدا هم تمایل انجام اراده خود را به شما می‌بخشد و هم قدرت انجام آن را به شما ارزانی می‌کند. پس اکنون با اراده‌ای راسخ، غلاطیان ۲: ۲۰ را همچون تجربه شخصی خود اعلام کنید.

(افسیسیان ۵: ۱۸ را در بالای کلمه روح بنویسید). «از روح پر شوید.» از روح القدس بخواهید تا دائماً شخصیت شما را بسازد. از او بخواهید تا شما را هدایت کند و تعلیم دهد و به شما قدرت دهد تا شخصی روحانی باشید.

(رومیان ۲: ۱۲ را در زیر کلمه ذهن بنویسید). «و همشکل این جهان مشوید بلکه به تازگی ذهن خود، صورت خود را تبدیل دهید تا شما دریافت کنید که اراده نیکوی پسندیده کامل خدا چیست.» (رومیان ۲: ۱۲). به مسیح اجازه دهید تا ذهن شما را توسط کلامش تازگی بخشد.

(غلاطیان ۵: ۲۲-۲۳ را در زیر کلمه احساسات بنویسید). «لیکن ثمره روح، محبت و خوشی و سلامتی و حلم و مهربانی و نیکویی

و ایمان و تواضع و پرهیزگاری است که هیچ شریعت مانع چنین کارها نیست.» وقتی به روح خدا اجازه دهید تا شما را پارسازد، او در شما ثمره روح را ایجاد می‌کند. ثمره روح کمک می‌کند تا احساسات صحیحی در شما بوجود آید و شما را یاری می‌بخشد تا این احساسات را کنترل کنید.

(رومیان ۱۲:۶-۱۳ را زیر کلمه جسم بنویسید). «پس گناه در جسم فانی شما حکمرانی نکند تا هوسهای آن را اطاعت نمایید و اعضای خود را به گناه مسپارید تا آلات ناراستی شوند بلکه خود را از مردگان زنده شده، به خدا تسلیم کنید و اعضای خود را تا آلات عدالت برای خدا باشند» (رومیان ۱۲، ۶-۱۳). بدن شما بخششی از جانب خداست تا بتوانید شخصیتی قابل تشخیص داشته باشید و در حیات این جهان سهمیم باشید و با دیگران ارتباط برقرار کنید. بدن فی‌الذمه بد نیست. تنها این جسم یا طبیعت گناهکار ماست که بد است. عیسی آمد تا در بدن ما زندگی کند و آن را مبدل به آلات عدالت و راستی گرداند. بدن خود و همه اعضای آن را به خدا تقدیم کنید تا در جهت راستی بکار روند.

این اندیشه که باید بدن را به دلیل ماهیت شرارت‌آمیز آن مجازات کرد یا تحت محرومیت قرار داد، با تعلیم مسیحیت منافات دارد. «یا نمی‌دانید که بدن شما هیکل روح‌القدس است که در شما است که از خدا یافته‌اید و از آن خود نیستید. زیرا که به قیمتی خریده شدید پس خدا را به بدن خود تمجید نمایید» (اول قرتیان ۶: ۱۹-۲۰).

(اول قرتیان ۶: ۱۹-۲۰ را در یک طرف و رومیان ۱: ۱۲ را در طرف دیگر دایره بنویسید). «لهمذا ای برداران شما را به رحمت‌های خدا استدعا می‌کنم که بدن‌های خود را قربانی زنده مقدس پسندیده خدا بگذرانید که عبادت معقول شما است.» تجسم مسیح در بدن انسانی این حقیقت را بر ما آشکار می‌سازد که بدن ما می‌تواند به وضعیت اصلی خود بازگردد و آن هنگامی است که مسیح بازگردد و بدنی روحانی همچون بدن خود را به ما ارزانی دارد.

هنگامی که شما خود را تماماً به خدا تسلیم کنید، روح‌القدس شما را یاری می‌دهد تا بواسطه قدرت مسیح، بر ذهن، اراده، احساسات، بدن و نفس خود مسلط شوید. زندگی که الحال شما دارید «به ایمان به پسر خدا» است (غلاطیان ۲: ۲۰). وقتی از مسیح و اوامرش اطاعت نمایید، او در شما و شما در او زندگی خواهید کرد. مسیح در جهان بواسطه شما زندگی می‌کند. آنگاه شخصیت باطنی شما انسجام یافته، آرامش بر شما حکمفرما می‌شود. در این هنگام دائماً توسط روح‌القدس پر می‌شوید و زندگی شما لبریز از خوشی، محبت، آرامش، ستایش و شکرگزاری خواهد شد. و بالاخره مسیح که بواسطه روح‌القدس در شما زندگی می‌کند، شما را شاهدهی می‌گرداند که نهرهای آب زنده از او بسوی دیگران جاری خواهد شد (یوحنا ۷: ۳۸-۳۹).

شما کیستید؟

حال زندگی خود را ارزیابی کنید. آیا شما انسان نفسانی هستید که روحش مرده است؟ آیا شما از سوی احساسات جسمانی و امیال نفسانی کنترل می‌شوید؟

آیا شما مسیحی جسمانی هستید که اجازه داده است مسیح به زندگی‌اش بیاید ولی هنوز تحت تأثیر تسلط خواهش‌های جسمانی می‌باشد؟ آیا هنوز این «من» است که بر شما حکم می‌راند؟

آیا شما مسیحی روحانی هستید که با مسیح مصلوب شده و توسط روح‌القدس کنترل می‌شوید؟

(اول تسالونیکیان ۵: ۲۳-۲۴ را در زیر عنوان «مسیحی روحانی» بنویسید). «اما خود خدای سلامتی شما را بالکل مقدس گرداند و روح و نفس و بدن شما را تماماً بی‌عیب محفوظ باشد در وقت آمدن خداوند ما عیسی مسیح. امین است دعوت کننده شما که این را هم خواهد کرد.»

مسیحی روحانی هنوز کامل نیست ولی هر روزه جسم را مصلوب کرده، آگاهانه به روح اجازه می‌دهد تا او را پارسازد. وقتی او وسوسه می‌شود مسیح را دعوت می‌کند تا زندگی او را پارسازد و در جسم را ببندد. هنگامی که مسیحی روحانی گناه می‌کند، از خدا طلب آمرزش می‌کند و از وی می‌خواهد تا با حضورش وی را در وسوسه‌های بعدی یاری دهد. به اجمال:

- \* از خدا بخواهید تا اراده انجام عمل نیکو را در شما پدید آورد (فلیپیان ۲: ۱۳).
- \* از روح القدس بخواهید تا شما را پارسازد. در روح را بر وی بگشایید (افسیان ۵: ۱۸).
- \* ضمن اعتراف به گناهانتان و مصلوب کردن جسم، در جسم را بر شیطان ببندید (غلاطیان ۵: ۲۴).
- \* با اشباع کردن ذهن خود از کلام خدا، ذهن خود را احیا کنید (رومیان ۱۲: ۲؛ تیموتاؤس ۳: ۱۶-۱۷).
- \* به روح القدس اجازه دهید تا با آوردن ثمرات در شما، بر احساساتتان تسلط یابد (غلاطیان ۵: ۲۲-۲۳).
- \* بدن خود را بعنوان آلت راستی و عدالت به خدا تقدیم کنید (رومیان ۶: ۱۲-۱۳).
- \* خداوند خدای خود را به تمامی دل و تمامی جان و تمامی خاطر و تمامی قدرت خود محبت نما (مرقس ۱۲: ۳۰).

### کاربرد شخصیت شاگرد

صلیب شاگرد حاوی حقایق بسیاری از کتاب مقدس است که می‌تواند در موارد بسیاری بکار برده شود. نکات زیر را مطالعه کنید و ارائه آن را فراگیرید.

۱- آن را برای ارزیابی رشد روحانی خود بکار ببرید.

۲- تعالیم آن را برای حصول پیروزی در زندگی شخصی خود بکار ببرید.

الف - آن را به هنگام مواجهه با وسوسه و برای غلبه بر جسم و شیطان بکار ببرید.

ب - آن را به هنگام دعا بکار ببرید و تمامی شخصیت خود را به خداوند تقدیم کنید. در مورد هر بخش از شخصیت خود دعا کنید.

ج - آن را برای مرور آیات حفظی در خصوص زندگی پیروزمند بکار ببرید.

د - آن را برای بازبینی تعالیم کتاب مقدس در مورد هر بخش از شخصیت خود بکار ببرید.

۳- آن را برای دوستانتان رسم کنید تا بدانند از چه گروهی هستند: اشخاص نفسانی، جسمانی و یا روحانی. برای آنها توضیح دهید چگونه می‌توانند آن را در زندگی خود بکار ببرند.

۴- آن را در مورد شخص بی‌ایمان بکار ببرید تا درک کند چگونه می‌تواند شاگرد مسیح شود. در این مورد ابتدا تصویر «انسان نفسانی» را رسم کنید و توضیح دهید. سپس تصویر مسیحی روحانی را شرح دهید. در صورتی که این شخص مسیح را در زندگی خود پذیرفت، تصویر مسیحی جسمانی را برایش رسم کنید تا متوجه شود از چه اموری باید دوری کند. اگر او مسیح را نپذیرفت، شاید لازم باشد تصویر مسیحی جسمانی را برایش توضیح دهید تا برایش روشن شود چرا بعضی از مسیحیان زندگی پیروزمندانه‌ای ندارند. در غیراینصورت تصویر مسیحی جسمانی را ارائه ندهید.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.

## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته دوم	هفته اول		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>صرف وقت با خداوند</b></p> <p>برنامه خود را طوری تنظیم کنید که ۲۱ روز متوالی وقت خود را به عبادت شخصی تخصیص دهید. شما می‌توانید یک یا چند تکلیف از درس «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» را در طی این اوقات انجام دهید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>زندگی در کلام</b></p> <p>کتابمقدس را بطور روزانه بخوانید. در صورتی که قبلاً برنامه‌ای منظم در خواندن کتابمقدس نداشتید، این کار را انجام دهید (ص ۱۸). شما احتمالاً تا قبل از اتمام دوره زندگی منضبط نخواهید توانست برنامه خواندن کتابمقدس در یک سال را آغاز کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>درس کتابمقدس تحت عنوان «از روح پرشوید» را به اتمام برسانید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>افسیان ۱۸:۵ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>رومیان ۱۲:۶-۱۳ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>آیات مرجع را که در رابطه با درس «صلیب شاگرد» حفظ کردید، مرور کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>دعای با ایمان</b></p> <p>گناهان خود را به خدا اعتراف کنید. فهرستی از اعمالتان را که خدا را ناخشنود می‌سازد تهیه کنید. اول یوحنا ۹:۱ را بعنوان تجربه‌ای شخصی برای بخشایش گناهان اعلام کنید. فهرست را از بین ببرید.</p>	<input type="checkbox"/>



و اما در صورتی که...



و اما در صورتی که...

## از روح پر شوید

خدا می‌خواهد تا شخصیت شما پر و لبریز از روح او شود. هنگامی که خود را به خدا تسلیم می‌کنید، او بر همه جوانب شخصیت شما مسلط می‌شود. در این زمان شخصیت درونی شما انسجام یافته، احساس می‌کنید که بطور روزانه با وی مشارکت دارید.

هدف از مطالعه این بخش اینست که مقصود خدا را از پری روح القدس دریابید.

پس از مطالعه این درس، قادر خواهید بود:

- \* رابطه روح خدا و روح انسان را شرح دهید.
- \* در خصوص پر شدن از روح القدس چهار واقعیت را نام ببرید.
- \* دو مورد از اهداف پری روح القدس را شرح دهید و روش خدا را در نائل شدن به هر هدف ذکر کنید.
- \* ۳ مرحله در پری روح القدس را نام ببرید.

تمرینات زیر را انجام دهید. پس از انجام هر تمرین، پاسخ خود را با پاسخهای آخر بخش مقایسه کنید.

۱- مطابق تعلیم کتاب مقدس شما علاوه بر جسم و نفس، روح نیز دارید. شما بعنوان روح قادرید تا نسبت به خود و مشارکت با خدا آگاهی کسب کنید.

اول قرنتیان ۱۱:۲ را بخوانید. چرا انسان امور انسان را می‌داند؟ (پاسخ صحیح را علامت بزنید)

الف - او روح دارد.

ب - او روح خدا را دارد.

۲- روح انسان این امکان را به او می‌دهد تا نسبت به وجود خود آگاهی داشته باشد. همچنین امکان مشارکت با خدا را برای او فراهم می‌سازد. رومیان ۸:۱۶ را بخوانید. بر طبق شهادت روح القدس به روح ما، ما چه رابطه‌ای با خدا داریم؟ (پاسخ صحیح را علامت بزنید)

الف - شما دوست خدا هستید.

ب - شما فرزند خدا هستید.

۳- رابطه شما با خدا موجب می‌شود که او کارهایش را توسط شما به انجام برساند. خدا در شما کار می‌کند، نه فقط به این دلیل که اراده‌اش را به انجام برساند بلکه تا شما رایاری دهد که طالب انجام اراده‌اش باشید.

بر طبق رومیان ۸:۹ چه کسی روح خدا را دارد؟

۴- از آنجاکه شما روح هستید، می‌توانید نسبت به وجود خود آگاه باشید. همچنین می‌توانید با خدا مشارکت داشته باشید و در انجام اراده‌اش با وی همکاری کنید. در جملهٔ پایین، با پرکردن جاهای خالی تعریف روح را کامل کنید.

روح شما عبارتست از توانایی شما در داشتن ..... نسبت به خود، ..... با خدا و ..... کردن با وی.

۵- روح انسان با روح خدا متفاوت است. روح خدا بواسطهٔ روح انسانی شما وارد شخصیتتان می‌شود. حال این بستگی به شما دارد که بگذارید روح خدا داخل شود یا اینکه او را نپذیرید.

مکاشفه ۲۰:۳ را بخوانید. مسیح در حال انجام چه کاری است؟

۶- هنگامی که در را به روی مسیح باز می‌کنید، روح خدا به زندگی شما داخل می‌شود و به وجود شما آرامی می‌بخشد. شاگرد مسیح باید بگذارد روح خدا دائماً او را پر سازد و تمام جوانب شخصیتش را کنترل کند.

همهٔ مسیحیان به خدا اجازه نمی‌دهند تا زندگی‌شان را تحت کنترل داشته باشد. مسیحیان جسمانی هنوز با «من» انسان نفسانی در حال کشمکش و ستیز هستند.

به بیان خود شرح دهید چرا روح خدا وجود همه را پر نمی‌سازد.

۷- اگر شما به مسیح تعلق داشته باشید، روح مسیح فی‌الواقع در شما ساکن است. شما می‌توانید او را همچون مهمان، یا خادم، یا موجر و یا بعنوان خداوند و آقا، یا «صاحب ملک» بپذیرید. ولی روح خدا تنها در صورتی می‌تواند شما را کاملاً پر سازد که به خداوندی مسیح اعتراف کنید و به حاکمیت شخصی و الهی وی بر همهٔ جوانب شخصیتتان گردن نهید.

اول تسالونیکیان ۲۳:۵ شرح می‌دهد که خدا در شخصیت شما چه کاری انجام می‌دهد. کدامیک از جملات زیر این حقیقت را بهتر شرح می‌دهد؟

الف - خدا هرگاه که به وی اجازه دهید یک بخش از شخصیت شما را تقدیس می‌کند.

ب - خدا تمام شخصیت شما را یکباره تقدیس می‌کند.

۸- این انسجام شخصیت هنگامی به انجام می‌رسد که روح خدا، روح انسان را تحت کنترل خود درآورد. و در این هنگام است که انسان و خدا از مشارکت با یکدیگر بهره‌مند می‌شوند.

رابطهٔ بین روح خدا و روح انسان چگونه باید باشد؟ (پاسخ صحیح را علامت بزنید)

الف - روح انسان باید روح خدا را تحت کنترل قرار دهد.

ب - روح خدا و روح انسان در مرتبهٔ یکسانی قرار دارند.

ج - روح خدا باید روح انسان را تحت کنترل قرار دهد.

۹- ارادهٔ خدا اینست که شما تماماً تحت کنترل روح او باشید. افسسیان ۱۸:۵ را بخوانید. پیغام این آیه چیست؟

الف - \_\_\_\_\_ نشوید.

ب - \_\_\_\_\_ شوید.

در یوحنا ۳:۳۴ می‌خوانیم که عیسی کاملاً از روح خدا پر بود. بر شماست که همچون عیسی در زندگی خود را برای روح القدس باز کنید.

۱۰- در عبارت «پر شوید» در افسسیان ۱۸:۵ چهار حقیقت مهم نهفته است:

- الف - در این عبارت، فعل بصورت مجهول بکار رفته - شما خود نمی‌توانید خودتان را پرسازید، فقط خداست که می‌تواند.  
 ب - این عبارت در زمان حال بکار رفته - بر شماست که همین حالا از روح پر شوید.  
 ج - این عبارت بصورت استمراری بکار رفته - شما باید دائماً از روح پر شوید. پر شدن از روح تجربه‌ای نیست که فقط یکبار بوقوع پیوندد.  
 د - این عبارت در حالت امری بکار رفته - این یک فرمان است. بر شما واجب است تا از روح پر شوید.

کدامیک از چهار حقیقت مهم در بالا بیشتر با قلب شما حرف می‌زنند؟ \_\_\_\_\_ چرا؟ \_\_\_\_\_

۱۱- در دو آیه زیر، دو نتیجه پر شدن از روح را بیابید و آن را جلو آیه مربوطه بنویسید.

الف - افسسیان ۱۹:۵ \_\_\_\_\_

ب - افسسیان ۲۰:۵ \_\_\_\_\_

۱۲- خدا از پرکردن شما از روح القدس دو هدف را دنبال می‌کند. نخست، خدا می‌خواهد تا شخصیت مسیح گونه‌ای در شما بوجود آورد. در اول تسالونیکیان ۲:۳:۵، پولس دعا می‌کند تا وجود شما بی‌عیب گردد. دوم، خدا در صدد است تا در خدمت خود شما را قدرت بخشد. اعمال رسولان ۸:۱ و ۳۱:۴ را بخوانید. شرح دهید روح القدس شما را قادر به انجام چه کاری می‌کند. \_\_\_\_\_

۱۳- خدا این دو مقصود را در مسیحیان پر از روح القدس به انجام می‌رساند. هدف اول یعنی پرورش شخصیت مسیح گونه، بواسطه ثمره روح بدست می‌آید.

الف - فهرست ثمرات روح در غلاطیان ۲۲:۵ و ۲۳ را مرور کنید. سپس دوم پطرس ۱:۵-۸ را بخوانید. در این آیات پطرس اجزاء سازنده شخصیت مسیحی را برمی‌شمارد. این ویژگی‌ها را نام ببرید.

۱- \_\_\_\_\_ -۵

۲- \_\_\_\_\_ -۶

۳- \_\_\_\_\_ -۷

۴- \_\_\_\_\_ -۸

ب - طبق گفته پطرس، شما چرا به این ویژگی‌ها نیاز دارید؟ (آیه ۸)

۱۴- هدف دوم، یعنی آماده ساختن فرد مسیحی برای خدمت، بواسطه عطایای روح حاصل می‌آید. هنگامی که به روح القدس اجازه می‌دهید شما را دائماً پر سازد، او به شما قدرت می‌دهد تا بواسطه عطایایی که به شما می‌بخشد به دیگران خدمت کنید. برخی از این

عطایا در اول قرنتیان ۷:۱۲-۱۱ و رومیان ۶:۱۲-۸ ذکر شده‌اند. فهرست این عطایا را بخوانید و هر عطایی را که فکر می‌کنید به شما بخشیده شده، بنویسید.

شما تا چه حدی در پرورش عطایای خود کوشیده‌اید؟ (جواب درست را علامت بزنید)

اصلاً تا حدودی بسیار زیاد

۱۵- شخصیت مسیح گونه و خدمت مؤثر، تنها از طریق پری دائمی روح القدس میسر می‌شود. تلاش شخصی برای حصول هر یک از این اهداف عمل بیهوده‌ای است. دوره زندگی منضبط برای این طراحی شده تا شما به عطایای خود پی‌ببرید و آنها را پرورش دهید و بدین طریق مطابق میل روح القدس به خدمت پردازد. به امکانات آموزشی که شما را آماده خدمت می‌کند، توجه کنید. حال هر آنچه را که در مورد هدف خدا از پرکردن ما از روح القدس فرا گرفته‌اید، بطور مختصر بیان کنید.

مقصود خدا طریق نائل شدن به آن

الف - \_\_\_\_\_ الف - \_\_\_\_\_

ب - \_\_\_\_\_ ب - \_\_\_\_\_

۱۶- چگونه می‌توان شخصاً پری روح القدس را تجربه کرد؟ اگر شما به عیسی تعلق دارید، روح وی پیشاپیش در شما ساکن شده است. ولی هدف او اینست تا شما را دائماً لبریز سازد و از طریق شما به دیگران نیز جریان یابد. قرار نیست شما مخزن روح القدس باشید بلکه باید هادی و کانالی برای جریان روح القدس باشید. پری شما از روح القدس خدا را قادر می‌کند تا پیغامش را بواسطه شما به دیگران منتقل کند.

یوحنا ۷:۳۷-۳۹ را بخوانید. عیسی گفت که پیروانش مجرا و هادی آب زنده خواهند بود. منظور عیسی از «آب زنده» چیست؟ (پاسخ

صحیح را علامت بزنید)

الف - رود اردن

ب - کتب مقدسه

ج - حضور روح القدس

۱۷- شخص مسیحی باید سه کار انجام دهد تا از روح القدس پر شود و تحت کنترل او درآید. الف) گناه، نافرمانی، خلاء و نیاز خود را به پاکی الهی اعتراف کنید (اول یوحنا ۱:۹). ب) همه اعضای بدن خود را به خدا تقدیم کنید تا در دست او آلات راستی و عدالت گردند (رومیان ۱:۱۲). ج) از خدا بخواهید تا شما را پراسازد، تحت کنترل خود درآورد و قدرت بخشد (لوقا ۱۱:۱۳). ایمان داشته باشید که خدا دعای شما را اجابت کرده است.

برای اینکه پری روح خدا را تجربه کنید، چه گامهایی باید بردارید؟ همین حالا سرخود را خم کنید و در روح خود را به روی روح خدا بازکنید. سه مرحله را که در سطور فوق ذکر شده‌اند، طی کنید. مقصود خود را در سطور زیر بنویسید.

پس از دعا دوباره افسسیان ۵:۱۹-۲۰ را بخوانید. از خدا بخاطر موهبت پری روح القدس تشکر کنید.

پاسخها

۱- الف

۲- ب

۳- شخصی که به مسیح تعلق دارد

۴- آگاهی، مشارکت، همکاری

۵- ایستاده پشت در و در حال کوبیدن

۶- همه انسانها در روح خود را به روح القدس باز نمی کنند

۷- ب

۸- ج

۹- الف - مست شراب

ب - پر از روح (از روح پر)

۱۰- پاسخ شخصی

۱۱- الف - صحبت و ترنم برای خدا

ب - شکرگزاری

۱۲- شهادت دادن با دلیری

۱۳- الف - محبت، خوشی، سلامتی، حلم، مهربانی، نیکویی، ایمان، تواضع، پرهیزگاری، فضیلت، علم، عفت، صبر، دینداری، محبت برادران.

ب - تا کاهل و بی ثمر نباشیم

۱۴- پاسخ شخصی

۱۵- الف - برای ایجاد شخصیت مسیح گونه

الف - ثمره روح

ب - در راستای آماده کردن فرد مسیحی برای خدمت

ب - عطایای روح

۱۶- ج

۱۷- پاسخ شخصی

پس از مطالعه این درس، می توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.





## چگونه باید به کلام خدا گوش فرادهیم

۱- با قرائت یعقوب ۱: ۲۳-۲۵، وضعیت خود را ارزیابی کنید و ببینید چه نوع شنونده‌ای هستید. متی ۱۳: ۳-۲۳ را بخوانید و ببینید در مثال عیسی در چه گروهی قرار دارید.

الف - شنونده بی تفاوت: کلام را می‌شنود ولی آمادگی پذیرش و فهمیدن آن را ندارد (آیه ۱۹).

آیا کلام را از یک گوش داخل و از گوش دیگر خارج می‌کنم؟ \_\_\_\_\_

ب - شنونده سطحی: کلام را موقتاً می‌پذیرد ولی به آن اجازه نمی‌دهد در وی ریشه بگیرد (آیات ۲۰-۲۱).

آیا من آنچه را که می‌شنوم و می‌پذیرم، در زندگی خود بصورتی مشخص پیاده می‌کنم؟ \_\_\_\_\_

ج - شنونده دل مشغول: کلام را می‌پذیرد. معهداً به نگرانی این دنیا و امیال خود اجازه می‌دهد تا کلام کاشته شده را خفه کند. (آیه ۲۲).

آیا در طی این هفته پیغام خداوند را در زندگی خود عملی خواهم ساخت یا اینکه اجازه خواهم داد امور دنیا آن را بیرون کنند؟ \_\_\_\_\_

د - شنونده ثمرآوز: کلام را می‌پذیرد، آن را درک می‌کند، ثمر می‌آورد و نتایجی به بار می‌آورد. (آیه ۲۳)

آیا پیغام خدا در زندگی من بیشترین میزان ثمرات را به بار می‌آورد؟ \_\_\_\_\_

۲- نسبت به کلام خدا هشیار باشید. «در شنیدن تند باشید» (یعقوب ۱: ۱۹).

۳- خود را از همه گناهان و غرور پاک سازید تا کلام خدا در قلب شما جایگزین شود (یعقوب ۱: ۲۱).

۴- درست همانطور که نسبت به تصویر خود در آینه اهمیت قائل هستید، نسبت به آنچه که خدا در مورد شخصیت شما می‌گوید نیز توجه داشته باشید (یعقوب ۱: ۲۳).

الف - از یک موعظه، بر روی قُرْم «شنیدن کلام» یادداشت بردارید (ص). تاریخ وعظ، نام واعظ، متن مورد موعظه و عنوان پیغام (در صورت قید شدن) را بنویسید.

ب - در حین وعظ نکات آن را یادداشت کنید.

ج - در زیر هر نکته ۳ مورد را بنویسید: توضیح، مثالها و نحوه کاربرد موضوع وعظ. اگر همه این موارد موجود نبود فقط موارد ذکر شده را بنویسید.

د - هر عبارت بخصوصی را که روح القدس توسط آن، شما را تحت تأثیر قرار می‌دهد بنویسید.

ه - هرچه زودتر، موضوع اصلی موعظه را یادداشت کنید. این موضوع باید در برگیرنده مواردی باشد که واعظ انتظار دارد در پی موعظه در شما بوجود آورد.

- در این موعظه خدا برای من چه پیغامی داشت؟

نکته بخصوصی را که احساس می‌کنید خدا می‌خواست در این پیغام بشنود، بنویسید. شاید این نکته با مقصود اصلی واعظ ارتباطی نداشته باشد ولی خدا با قلب شما بگونه دیگری حرف بزند.

- آیا زندگی من در آینه کلام خدا و در مقایسه با آن (در این موعظه) تا چه حدی پسندیده و شایسته است؟

این بدان معناست که خود را در آینه نگریسته و توجه کنید تا چه میزان از انجام آنچه خدا فرموده، قاصر هستید. جزئیات را بنویسید.

- چه اقدام یا اقدامات بخصوصی را برای انطباق زندگی خود با این کلام عملی خواهیم کرد؟ این اقدامات باید مشخص، عاجل و قابل ارزیابی بوده، در مدت زمان محدودی قابل انجام باشند. شما باید بتوانید در مدت زمان مشخص بگویید این اقدام را عملی ساخته‌اید یا خیر.
- در این راستا نیازمند مطالعه و درک چه حقایق دیگری هستیم؟ خدا ممکن است شما را به این فکر بیندازد که برای کسب اطلاعات بیشتر درخصوص موضوعی مشخص در پیغام، کتابمقدس را تفحص کنید.

۵- کلام را به جا آورید و در هر آنچه انجام می‌دهید متبارک خواهید بود (یعقوب ۱: ۲۵). در روزهای آتی، زندگی خود را به کرات مورد بررسی قرار دهید تا دریابید آیا پیغام را عملی ساخته‌اید و اینکه آیا در این رابطه شروع به ثمر آوردن کرده‌اید یا خیر.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «زندگی در کلام» قرار دهید.



نتیجه‌گیری

نکته اصلی که واعظ انتظار دارد در پی وعظ در من بوجود آورد:

---



---



---



---

کاربرد پیغام در زندگی من

۱- خدا چه پیغامی را بواسطه این موعظه به من داد؟

---



---



---

۲- زندگی من در مقایسه با این کلام در چه وضعی است؟

---



---



---

۳- چه اقدام یا اقداماتی را برای انطباق زندگی خود با این کلام باید عملی سازم؟

---



---



---



---



---

۴- در این راستا نیازمند مطالعه چه حقایق دیگری هستم؟

---



---



---



---

- کلام را در کتابخانه خود نگاه دارید.
- کلام را با خانواده و دوستان خود در میان آورید.
- کلام را در اجتماعات مسیحی و غیر مسیحی در میان آورید.
- کلام را در اجتماعات خانوادگی و دوستانه در میان آورید.

## زندگی پیروزمندانه

عیسی با مرگ بر روی صلیب و برخاستن از قبر، برگناه غالب شد. او وعده داد که شاگردانش نیز در این پیروزی سهیم خواهند بود (اول یوحنا ۵: ۴-۵). زندگی پیروزمندانه مسیحی زندگی پر از روح است.

در بخش قبل دیدیم که پر شدن از روح القدس بدین معناست که هر روزه جسم خود را مصلوب کرده، به روح القدس اجازه دهیم ما را تحت کنترل خود بگیرد. در این بخش خواهید آموخت که چگونه در این پیروزی که مسیح پیشاپیش برای شما فراهم آورده، سهیم شوید.

پس از مطالعه این درس قادر خواهید بود:

- \* توضیح دهید چگونه درس «شخصیت شاگرد» می‌تواند در شکست یا پیروزی شما مؤثر باشد.
- \* به بیان خود بگویید چگونه عیسی برای شاگردانش پیروزی را تضمین کرده است.
- \* خود را ارزیابی کنید تا دریابید که در حال حاضر تا چه میزان زندگی پیروزمندانه مسیحی را تجربه می‌کنید.

تمرینات را انجام دهید. پس از انجام هر تمرین می‌توانید برای اطمینان از درستی پاسخ خود به انتهای بخش مراجعه کنید.

۱- در باطن هر انسان، بین قوای شیطان و نیروهای خدا جنگی درگیر است. انسان به صورت خدا آفریده شده. قوانین اخلاقی خدا در وجود او حک شده است. اما احساسات گناه‌آلود ناشی از سقوط و امیال نفسانی او، هنوز وجود او را تحت سلطه دارند.

رومیان ۷: ۱۹-۲۴ این مسأله غامض را توضیح می‌دهد. این آیات را بخوانید و خلاصه آن را بنویسید.

۲- مسیحی جسمانی تحت تنش دائمی است. از آنجا که در جسم وی هنوز باز است و «من» انسان نفسانی در وی هنوز مسلط می‌باشد، در این شخص امیال شریرانه رخنه می‌کنند. این امیال برای بیرون راندن روح القدس تلاش می‌کنند و روح انسان را نسبت به صدای خدا بی تفاوت می‌سازند.

پولس رسول در رومیان ۸: ۶-۸ در مورد تفکر جسم چه مطلبی را بیان می‌کند؟ در مقابل جوابهای درست علامت بگذارید:

- الف - تفکر جسم دشمنی با خداست
- ب - تفکر جسم حیات و آرامش است
- ج - تفکر جسم تحت حاکمیت شریعت خدا نیست
- د - تفکر جسم نمی‌تواند خدا را راضی کند

۳- مسیحی روحانی کامل و بی‌عیب نیست. با وجود این او هر روزه جسم را مصلوب کرده، آگاهانه به روح القدس اجازه می‌دهد تا

وی را پراسازد. وقتی مسیحی روحانی دچار وسوسه می‌شود، در را به روی شیطان بسته، آن را برای عیسی باز می‌کند.

رومیان ۱۷:۶-۱۸ را بخوانید. یکی از عبارات ذیل شرح می‌دهد چگونه شخصی که غلام گناه است، از اسارت گناه آزاد می‌شود. زیر این عبارت خط بکشید.

الف - با اطاعت از کلام خدا

ب - با عدم پذیرش وسوسه

۴- به بیان خود بگویید که درس «شخصیت شاگرد» چگونه احتمال پیروزی یا شکست را در زندگی شاگرد توجیه می‌کند. \_\_\_\_\_

۵- شخصیت انسان والاترین خلقت خداست. با این حال، هنگامی که فرد از شیطان تبعیت می‌کند و مرتکب گناه می‌شود، این شخصیت تباه می‌گردد. شیطان مسلح به سلاحهای پر قدرتی است. تنها یک مسیحی نادان ممکن است شیطان را جدی نگیرد.

آیات زیر را بخوانید. در این آیات از نیروهایی صحبت به میان آمده که در شما بر علیه روح خدا می‌جنگند. این نیروها را ذکر کنید.

الف - غلاطیان ۷:۵

ب - اول یوحنا ۱۵:۲

ج - اول پطرس ۸:۵

۶- واژه جسم ممکن است به بدن ما اطلاق شود. با وجود این، جسم اغلب به معنای طبیعت پست و گناهکار انسان است. جسم همچنین به معنای توانایی انسان برای گناه کردن و تبعیت از شیطان است.

دنیا یا جهان عبارتست از بشریت نجات نیافته و شامل اغتشاش و گسیختگی عالمگیری است که در اثر گناه و عواقب آن بوجود آمده است. شریر یا شیطان، در کتاب مقدس به عنوان دشمن خدا و نیز بانی شرارت و رنج معرفی شده است.

عیسی برای تضمین پیروزی شما در این جنگ که بین نیروهای شریر و روح خدا در جریان است، چه عملی انجام داده است؟ آیات ذیل را بخوانید و پاسخ خود را در جلو آیات مربوطه بنویسید.

الف - رومیان ۸:۳

ب - یوحنا ۱۶:۳۳

ج - اول یوحنا ۸:۳

۷- در ذهن خود عیسی را مجسم کنید که بر روی صلیب به خاطر شما جان می‌دهد. آیا می‌دانید چرا او آنجاست؟ برای اینکه شما نیز در پیروزی وی برگناه سهیم شوید. مرگ و قیام مسیح شما را نزد خدا عادل می‌گرداند. تنها کفاره مقبول نزد خدا، کمال و معصومیت مسیح است. بدون ریختن خون او، آمرزش گناهان میسر نمی‌شد (عبرانیان ۹:۲۲).

آیات زیر را که در خصوص پیروزی عیسی برگناه هستند، بخوانید. این آیات را با جملاتی توضیحی مربوط کنید.

۱- ما بواسطه عیسی نسبت به گناه مرده ایم

الف - عبرانیان ۹:۲۶

۲- خون مسیح ما را از گناه پاک می‌سازد

ب - رومیان ۱۱:۶

۳- او گناه را با قربانی خود محو کرد

ج - اول قرنتیان ۱۵:۵۶-۵۷

د - اول یوحنا ۷:۱ - ۴ - ما بواسطه عیسی برگناه پیروز هستیم

۸- پیروزی مسیح می تواند از آن ما نیز باشد. غلاطیان ۲:۲۰ دو نیروی لاینفک در پیروزی مسیحی را بیان می کند. اولین نیرو مرگ است و دیگری زندگی تازه می باشد. اولی انکار نفس و امیال است، دومی سرسپردگی به خداوندی مسیح و اراده خدا. پس از قرائت این آیه، این دو نیرو را در جای خالی جمله زیر بنویسید.

«با مسیح \_\_\_\_\_ شده ام ولی \_\_\_\_\_ می کنم.»

۹- مردن نسبت به یک زندگی مملو از شکست و تحت سلطه جسم و دنیا و شریر منجر به یک زندگی پیروزمندانه بر علیه این سه دشمن همیشگی انسان می گردد. همین مطلب در رومیان ۱۱:۶ نیز تکرار شده است. آیه را بخوانید و آن را تفسیر کنید. \_\_\_\_\_

۱۰- ولی چگونه می توان این پیروزی را در گرما گرم کشمکشهای روزمره خود تجربه کرد؟ گناه از وسوسه آغاز می شود. مطابق کتاب مقدس عیسی دچار همه وسوسه هایی شد که ما امروز دچار آن هستیم. ولی او مرتکب گناه نشد (عبرانیان ۴:۱۵). از اینروست که او قادر است ما را به هنگام وسوسه یاری کند (عبرانیان ۲:۱۸).  
اول قرنتیان ۱۰:۱۳ را بخوانید و توضیح دهید جمله زیر به چه دلیلی درست نیست: «ظاهراً برخی از وسوسه ها قویتر از آن هستند که بتوان در مقابلشان مقاومت کرد.» \_\_\_\_\_

۱۱- دعا چه تأثیری بر وسوسه می گذارد؟ متی ۴:۲۶ را بخوانید و جواب صحیح را علامت بزنید.

الف - اگر دعا کنیم دچار وسوسه نخواهیم شد

ب - در دعا می توانیم در مقابل وسوسه مقاومت کنیم

۱۲- این امر محتمل است که افکار و امیال شریرانه به فکر ما خطور کند. در این حد، این افکار وسوسه هستند. ماندن در این افکار و بازی کردن و پروردن آنها گناه است (متی ۲۷:۵-۲۸). مسیحی جسمانی به گناه با رغبت می نگرد، درس مثل شخصی که اجناس پشت و پشیمان را تماشا می کند. در این هنگام شریر جلو در آمده و او را به داخل دعوت می کند. مسیحی جسمانی پاسخ می دهد: «آه، نه، فقط تماشا می کنم.» ولی از آنجا که او دائماً خود را در معرض وسوسه قرار می دهد، همیشه مرتکب گناه می گردد.

کلام خدا در دوم تیموتائوس ۲:۲۲ به مسیحی جسمانی هشدار می دهد که در قبال وسوسه چه کند؟ جواب صحیح را علامت بزنید.

الف - از آن بگریزد

ب - آن را تعاقب کند

۱۳- بر طبق همان آیه، مسیحی روحانی باید چه چیزی را تعاقب کند؟ ذیل این موارد را بنویسید.

الف - \_\_\_\_\_ ج - \_\_\_\_\_

ب - \_\_\_\_\_ د - \_\_\_\_\_

۱۴- همه ما، حتی افراد روحانی نیز، مرتکب گناه می شویم. هنگامی که روح القدس ما را به گناه ملزم می کند، چه کاری باید انجام دهیم؟ اول یوحنا ۹:۱-۱۰ را بخوانید و جواب صحیح را علامت بزنید.

- الف - باید بگوییم که گناه نکرده ایم.  
 — ب - باید به گناه خود اعتراف کنیم.  
 — ج - باید خود را به خاطر گناهمان مجازات کنیم.

۱۵- خدا بواسطه صلیب مسیح گناهانمان را آمرزیده و ما را پذیرفته است، از اینرو دیگر لازم نیست خود را با تلاش شخصی تبرئه کنیم یا اینکه ناامید شویم. عیسی از بالای صلیب ما را عادل شمرده است و ما را همراه با خود، مصلوب و برخیزانیده شده می‌انگارد.

عیسی به شاگردانش وعده داد آنانی که با وی متحمل رنج بشوند، با او سلطنت نیز خواهند کرد (دوم تیموتائوس ۲: ۱۱-۱۲). در عین حال که پیروزی ما در مسیح به زمان آینده دلالت دارد، متوجه زمان حال نیز هست.

الف - در چند هفته اخیر، چه پیروزی اخلاقی و روحانی کسب کرده‌اید؟

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ب - در چه عرصه‌هایی از زندگی‌تان متحمل شکست می‌شوید؟

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

۱۶- در مورد پیروزی که عیسی در همه جوانب شخصیتان برای شما کسب کرده، تفکر کنید. هفت مرحله بخش «شما کیستید؟» را مرور کنید (ص ۱۰۴). برای حصول پیروزی در همه عرصه‌های زندگی خود چه گام‌هایی باید بردارید؟ گام‌هایی را که در این زمینه مناسب هستند ذکر کنید.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### پاسخها

۱- پاسخی نظیر این: به خاطر وجود گناه در من، قادر نیستم عملی نیکو انجام دهم. من اسیر شریعت گناه هستم.

۲- الف، ج، د

۳- الف

۴- ممکن است تحت کنترل گناه (شیطان) و یا تحت کنترل مسیح باشد.

۵- الف - جسم، ب - دنیا، ج - شریر

۶- الف - او برگناه در جسم فتوی داد و آن را محکوم کرده است ب - او برجهان غالب گشته است ج - او اعمال شیطان را باطل ساخته

۷- الف - ۳، ب - ۱، ج - ۴، د - ۲

۸- مصلوب ؛ زندگی

۹- خود را برای گناه مرده بدانید ولی برای مسیح زنده

۱۰- وسوسه‌ای نیست که ما تاب مقاومت در مقابل آن نداشته باشیم. همراه با هر وسوسه‌ای خداوند راهی هم برای فرار از آن فراهم می‌کند.

۱۱- ب

۱۲- الف

۱۳- الف - عدالت ، ب - ایمان ، ج - محبت ، د - سلامتی

۱۴- ب

۱۵- پاسخ شخصی

۱۶- پاسخ شخصی

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «صرف وقت با خداوند» قرار دهید.

## اصول دعای مکالمه‌ای

دعای مکالمه‌ای عبارتست از گفتگوی گروهی با خدا. هنگامی که در یک گروه مکالمه‌ای صورت می‌گیرد، معمولاً هر شخص فقط چند جمله ادا می‌کند. آنگاه، شخص دیگری در خصوص موضوع مورد بحث مطالبی را اضافه می‌کند. روال دعای مکالمه‌ای نیز بر همین منوال است. برای بسیاری از ما برقراری ارتباطی طبیعی با خدا امری دشوار است. از اینرو نکات زیر می‌تواند ما را یاری دهد تا خود را از چهارچوب یکنواخت دعاهایمان آزاد کنیم.

۱- به این موضوع توجه داشته باشید که خدا در گروه شما حاضر است و شما به عنوان یک گروه با وی در خصوص مسائل مورد علاقه یکدیگر گفتگو می‌کنید.

۲- هر بار فقط در مورد یک موضوع دعا کنید. تا زمانی که همه افراد علاقه‌مند فرصت دعا در مورد یک موضوع خاص را نیافته‌اند، هیچکس نباید پیرامون موضوع جدید دعا کند.

۳- دعاها باید کوتاه باشند. معمولاً برای دعا در مورد هر موضوع، یک یا دو جمله کافیست. اگر می‌خواهید پس از دعای عضو دیگر گروه چیزی به آن اضافه کنید، خود را مقید احساس نکنید.

۴- از استعمال عبارات رسمی و خشک برای شروع و پایان دعاهای کوتاه (نظیر «آمین») خودداری کنید. چرا که این دعا مجموعاً یک دعای واحد است و تنها فرقی اینست که بصورت گروهی انجام می‌شود.

۵- در این دعا تا حد امکان از ضمیر اول شخص مفرد استفاده کنید، یعنی به جای «ما» یا «به ما» از «من» و «به من» استفاده کنید.

۶- درخواستها و اعتراف به گناهان خود را به گونه‌ای صریح و روشن انجام دهید.

۷- این دعای مکالمه‌ای باید تا زمانی که گروه مایل است یا زمان اجازه می‌دهد، ادامه یابد.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «دعای با ایمان» قرار دهید.









## حقیقت و ایمان

فرد مسیحی خوانده شده تا بداند حقیقت چیست. آیا حقیقت آنست که دنیا ادعا می‌کند یا آن چیزی است که کلام خدا می‌گوید؟ این مبحث رابطه میان حقیقت و ایمان را روشن می‌کند. شما در این بخش مفهوم این اصطلاحات و نیز نقش آنها را در کمک به دعای با ایمان فرامی‌گیرید.

پس از مطالعه این درس قادر خواهید بود:

- \* تعریفی از حقیقت ارائه دهید
- \* با تفسیر عبرانیان ۱:۱۱، ایمان را تعریف کنید.
- \* طرحی برای نشان دادن ایمان در عمل پیاده کنید.
- \* رابطه بین ایمان و حقیقت را توضیح دهید.

تمرینات زیر را انجام دهید. برای اطمینان از صحت پاسخ خود به پاسخهای آخر درس مراجعه کنید.

۱- در یوحنا ۳۲:۸ عیسی می‌گوید: «حق را خواهید شناخت و حق شما را آزاد خواهد کرد».

- الف - بر طبق یوحنا ۳۱:۸ منشأ حقیقت چیست؟ \_\_\_\_\_
- ب - منشأ حقیقت چیست؟ \_\_\_\_\_
- ج - در مقابل حقیقت چه واکنشی باید نشان داد؟ \_\_\_\_\_

۲- از نقطه نظر روحانی حقیقت به مفهوم مکاشفه‌ای است که خدا از خود ارائه می‌دهد. این حقیقت به روشنی در شخصیت عیسی یعنی کلام مجسم شده، آشکار می‌شود (یوحنا ۱۴:۶؛ اول یوحنا ۱:۱-۴). کتابمقدس صورت مکتوب این مکاشفه است.

- الف - تأثیر حقیقت روحانی در زندگی شما چیست؟ (یوحنا ۳۲:۸) \_\_\_\_\_
- ب - شما از چه چیزی آزاد می‌شوید؟ (رومان ۶:۱۷-۱۸) \_\_\_\_\_

۳- عبارت «حق شما را آزاد خواهد کرد» ظاهراً بدین معناست که دانش و آگاهی، ما را از اسارت جهل آزاد می‌سازد. آیا به نظر شما منظور عیسی از این عبارت همین است؟ چرا؟ \_\_\_\_\_

۴- منشأ دروغها چیست؟ (یوحنا ۸:۴۴) \_\_\_\_\_

نقطه مقابل حقیقت، کذب است و شیطان منبع آنست. شیطان به هر کس که مایل باشد، تصویری گمراه‌کننده از دنیای مادی القا می‌کند

تا حقیقت روحانی را نقض و انکار کند.

۵- شیطان مستقیماً حقایق الهی را مورد حمله قرار داده است. فرد بی‌ایمان، دم از حکمت انسان می‌زند و به آن می‌بالد و بدین صورت حقایق الهی را انکار می‌کند. پولس رسول در رومیان ۱:۲۵ شخص بی‌دین را به چه کاری متهم می‌کند؟ (جواب صحیح را علامت بزنید)

الف - مبدل کردن حقیقت خدا به دروغ

ب - عبادت و خدمت آفریننده

۶- تصمیم‌گیری انسان نفسانی بر مفروضات و اطلاعات دنیوی و استدلالات و احساسات مربوط به آن مبتنی است. او اطلاعات خود را بواسطه حواسش کسب می‌کند و با فکر خود این اطلاعات را تفسیر می‌کند. گاهی اوقات اراده، احساسات و ذات (طبیعت) گناه‌آلودش، او را به نتیجه‌گیری نادرست سوق می‌دهد. بطور کلی شخصیت انسان نفسانی محدود به دنیا و تحت تأثیر شرارتها و خطاهاست. بنابراین، چنین شخصی قادر به درک حقیقت روحانی نخواهد بود.

اول قرنتیان ۱۴:۲ را بخوانید و در جمله ذیل جاهای خالی را پر کنید: انسان \_\_\_\_\_ امور \_\_\_\_\_ را نمی‌پذیرد زیرا که نزد او \_\_\_\_\_ است.

۷- برای ما، حقیقت واقعی است که خداوند صلاح دیده بر ما آشکار کند. به دو دلیل شما می‌توانید حقیقت روحانی را درک کنید: الف) چون از روح تولدی تازه یافته‌اید. «آنچه از جسم مولود شد، جسم است و آنچه از روح مولود گشت روح است» (یوحنا ۳:۶). از آنجا که شما تولد تازه یافته‌اید، روح القدس شما را قادر به درک حقیقت می‌کند. ب) چون خدا کلامش را به شما آشکار کرده است تا حقیقت را بشناسید (یوحنا ۸:۳۱-۳۲).

چگونه روح خدا حقیقت روحانی را برای شما بیان می‌کند؟ ۲ مورد را علامت بزنید. (به مبحث «شخصیت شاگرد» مراجعه کنید.)

بواسطه شما	بواسطه جسم	بواسطه بدن شما
بواسطه طالع بینی	بواسطه کتاب مقدس	بواسطه مکاشفه مستقیم

۸- تنها روح خداست که شما را قادر می‌سازد حقیقت خدا را از دروغ شیطان تمییز دهید. در یوحنا ۱۳:۱۶ به چه کسی روح راستی (حقیقت) اطلاق شده است؟ چه کسی را به جمیع راستی هدایت می‌کند؟

با توجه به مطالب بالا حقیقت (راستی) را تعریف کنید و آن را با دروغ (کذب) مقایسه کنید.

۹- بهترین راه برای شناخت حقیقت روحانی چیست؟ (یوحنا ۸:۳۱)

دوم تیموتائوس ۲:۱۵ را بخوانید و در ذیل، عبارتی را که پولس برای توصیف کلام خدا بکار می‌برد علامت بزنید.

کتاب تمرین	دورهٔ درسی	کلام حق
------------	------------	---------

۱۰- هنگامی که بواسطه کلام خدا حقیقت را دریافتید، می‌توانید به آن ایمان بیاورید. واژه ایمان معمولاً بطور نادرست تعبیر و به کار برده می‌شود. کودکی ایمان را بدین صورت تعریف کرد: «ایمان یعنی اعتقاد داشتن به چیزی، حتی زمانی که آن چیز حقیقت ندارد.» اما از نظر کتاب مقدس ایمان چنین نیست. ایمان اطاعت کورکورانه از عقایدی نیست که مغایر با واقعیت باشند.

ایمان کتابمقدسی بر پایه حقیقت بنا شده است. حقیقت در کلام خدا یافت می‌شود. بر اساس رومیان ۱۰:۱۷ منشأ ایمان چیست؟ —

۱۱- عبرانیان ۱:۱۱ را بخوانید. مطابق این آیه، ایمان عبارتست از اعتماد به وعده‌های خدا چنانکه گویی این وعده‌ها خود واقعیت‌های عینی هستند. کدامیک از موارد زیر صحیح است؟

الف) حقیقت آنست که خدا می‌گوید. در عین حال شما نمی‌توانید آن را با حواس خود دریابید.

ب) حقیقت آنست که شما با حواس خود درک می‌کنید.

۱۲- اعتماد هنگامی در شما پدید می‌آید که اراده خدا از طریق کلام او بر شما آشکار شود. اغلب اوقات، مسیحیان با تمام وجود سعی می‌کنند تا معتقد به وقوع امری باشند و بدینوسیله در پی آنند تا ایمان خود را سرپا نگاه دارند. ایمان افراد بر پایه اراده آشکار شده خدا بنا نشده، بلکه مبنای این ایمان امیال و آرزوهای قلبی آنان است.

انجیل یوحنا ۲:۵-۹ را بخوانید. هنگامی که عیسی خواست تا مرد مفلوج را شفا دهد، شخص مفلوج باور داشت که عیسی قادر به انجام این کار است. برای مرد افلیج وعده شفای عیسی واقعیتی بود که او در انتظارش بسر می‌برد. و چنین بود که او برخاسته، براه افتاد. ایمان این فرد بر چه پایه‌ای استوار بود؟ پاسخ صحیح را علامت بزنید:

الف - کلام خدا

ب - اشتیاق قلبی شخص افلیج

ج - تحول در وضع بیمار

۱۳- اطمینان به اینکه اشتیاق او تحقق خواهد یافت، زمانی حاصل شد که کلام خدا را شنید و به آن ایمان آورد.

عبرانیان ۱:۱۱ را تفسیر کنید و با کمک آن ایمان را تعریف نمایید. «پس ایمان اعتماد به چیزهای امید داشته شده است.» —

۱۴- بر طبق قسمت دوم عبرانیان ۱:۱۱، ایمان برهان چیزهای نادیده است. کلمه برهان در اینجا به اطمینان اشاره می‌کند. اعتقاد در وجود شما جای می‌گیرد، اما اطمینان وجود شما را استوار نگاه می‌دارد. در اینجا، چند کلمه‌ای درباره موضوعی بنویسید که آن را نمی‌بینید ولی به آن اطمینان دارید: —

۱۵- ایمان، اعتقاد به وجود چیزی است، هر چند قابل مشاهده نباشد. حتی زمانی که حواس جسمی شما قادر نباشند واقعیت را درک کنند، داشتن ایمان ممکن است. در واقع، بر طبق یکی از تفسیرهای کتابمقدس «ایمان اطمینانی است بر چیزهایی که به آن امیدواریم و اعتقادی است به چیزهایی که نمی‌بینیم» (عبرانیان ۱:۱۱ ترجمه جدید فارسی).

لازم نیست چیزی را ببینیم تا به وجود آن ایمان داشته باشیم. شاید ندانید که ماهیت الکتریسته چیست. مع الوصف وقتی که به اتاقی تاریک داخل می‌شوید، چراغ برق را روشن می‌کنید. برای مثال، واقعیت‌های زیر را نمی‌توانید ببینید، اما وجودشان را باور دارید:

اتم، میکروها، سیاره پلوتون، فرشتگان، سبیری، الکتریسته

۱۶- اگر شما می‌توانید وجود چیزی را بدون دیدن آن باور کنید، علتش شواهدی است که بروجود آن دلالت می‌کنند. شما هرگز

روح القدس را ندیده‌اید ولی می‌توانید اثر کارهای او را در زندگی خود و دیگران مشاهده کنید. شما عیسی را ندیده‌اید ولی می‌توانید حضورش را در زندگی خود اعلام کنید. عیسی به توما فرمود: «خوشحال آنانی که ندیده ایمان آورند» (یوحنا ۲۰:۲۹). دلیل ایمان شما اینست که روح القدس حقیقت را از طریق کلام خدا بر شما آشکار می‌کند.

قسمت دوم عبرانیان ۱:۱۱ را تفسیر کنید: «ایمان برهای چیزهای نادیده است.»

۱۷- بر طبق عبرانیان ۲:۱۱، دلیل ثبت شدن نام بعضی افراد در عهد عتیق، ایمان آنها بوده است. در بقیه آیات این باب جلوه‌های ایمان را در زندگی این افراد مشاهده می‌کنیم. این افراد به خاطر کارهایی که از روی ایمان انجام داده‌اند، مورد تمجید قرار گرفته‌اند. نام هیچیک از آنان بخاطر افکارشان ذکر نشده است بلکه دلیل شهرت آنان ایمان همراه با عمل آنها بوده است.

ایمان صرفاً باوری ذهنی و یا واکنشی از روی احساسات نیست. ایمان از طریق عمل کردن به اراده آشکار شده خدا متجلی می‌شود. اراده خدا نیز در کلام او آشکار می‌گردد. بر طبق کلام خدا، زندگی ما باید عمل کردن به ایمان باشد. آیات سمت راست را به موضوع مربوط به آن در سمت چپ ربط دهید.

\_\_\_\_\_ الف - افسسیان ۲:۸-۹

\_\_\_\_\_ ب - غلاطیان ۲:۲۰

\_\_\_\_\_ ج - دوم قرنتیان ۵:۷

\_\_\_\_\_ د - انجیل متی ۲۲:۱۶

\_\_\_\_\_ ه - عبرانیان ۳:۱۱

۱ - دعای با ایمان

۲ - درک از طریق ایمان

۳ - زندگی با ایمان

۴ - رفتار به ایمان

۵ - نجات بوسیله ایمان

۱۸- ایمان عملی آنست که از کلام خدا بهره می‌برد تا اراده وی را بدانند و به آن عمل کنند. برای اینکه بتوانیم از کلام خدا بصورتی مؤثر بهره‌مند شویم، باید با آن آشنا باشیم. تا چه حدی شما در قرائت روزانه کتاب مقدس امین هستید؟

۱۹- زمانی که آموختید چگونه اراده خدا را با استفاده از کلامش درک کنید، آنگاه نحوه زندگی شما «رفتار به ایمان» خواهد بود. ایمان عمل کردن براساس اراده آشکار شده خداست.

موردی را بنویسید که خدا اخیراً از طریق کلامش بر شما آشکار نموده و شما آن را عملاً پیاده می‌کنید:

۲۰- حقیقت چیست؟ و رابطه آن با ایمان کدامست؟

پاسخها

۱- الف - عیسی ؛ ب - کلام خدا ؛ ج - ماندن در کلام

۲- الف - ما را آزاد می‌کند ؛ ب - گناه

۳- خیر، زیرا منظور او مکاشفه الهی است (یا پاسخ خودتان)

۴- شیطان

۵- الف

۶- نفسانی ، روح خدا ، جهالت

۷- بواسطه روح انسان ، بواسطه کلام (کتابمقدس)

۸- روح القدس ، پاسخ شخصی

۹- ماندن در کلام ؛ کلام حق

۱۰- «ایمان از شنیدن است و شنیدن از کلام خدا»

۱۱- الف (زیرا آنچه خدا بر ما آشکار می کند حقیقت لایزال است. حواس ما ممکن است ما را گمراه کنند)

۱۲- الف

۱۳- ایمان عبارتست از اعتماد به این امر که اشتیاق شما تحقق می یابد

۱۴- پاسخ شخصی

۱۵- پاسخ شخصی

۱۶- ایمان ، اطمینان به واقعیت چیزی است ، حتی اگر آن قابل مشاهده نباشد

۱۷- الف - ۵ ؛ ب - ۳ ؛ ج - ۴ ؛ د - ۱ ؛ ه - ۲

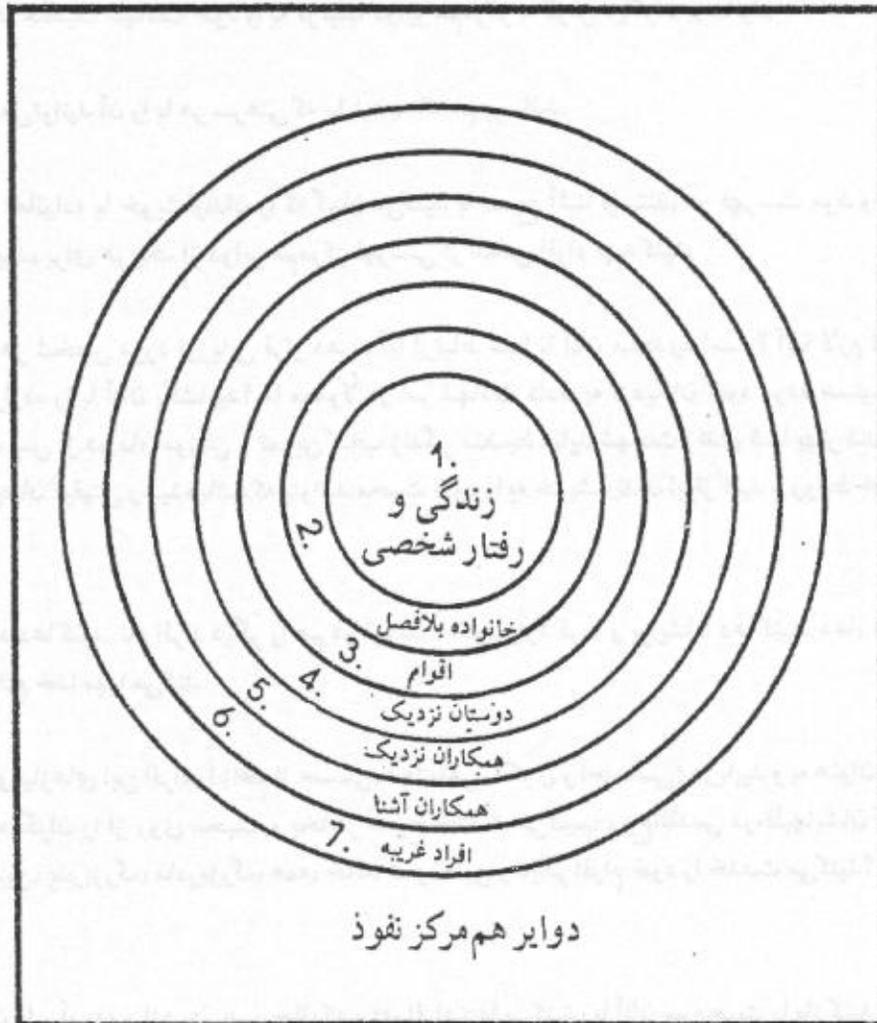
۱۸- پاسخ شخصی

۱۹- پاسخ شخصی

۲۰- حقیقت مکاشفه خداست و بواسطه اعتقاد به کلام خدا و عمل به آن، ایمان با حقیقت ربط پیدا می کند.

پس از مطالعه این درس، می توانید آن را در قسمت «دعای با ایمان» قرار دهید.

## شهادت دادن در ارتباط با دیگران



آیا دایره مرکزی شما را به یاد دایره دیگری که نمایانگر وجود خود شما باشد نمی‌اندازد؟ همینطور است. این ما را به یاد قسمت مرکزی صلیب شاگرد (ص ۳۳) و تصویر شخصیت شاگرد (ص ۹۹) می‌اندازد. مدت چند هفته است که شما آگاهانه خود را انکار کرده و اجازه داده‌اید تا مسیح بر تمامی جوانب شخصیت و زندگی شما حکمفرمای کند. در این مدت زمان، بی‌تردید متوجه تغییرات مهمی در خود شده‌اید. خاطر جمع باشید که دیگران نیز متوجه این تحول در شما شده‌اند. حال مسیح می‌خواهد دیگران نیز از ثمرات شما برخوردار شوند.

اگر تاکنون چنین کاری را انجام نداده‌اید، اکنون وقت آن فرارسیده تا بصورتی آگاهانه اجازه دهید مسیح در روابط شخصی شما نیز وارد عمل شود. سه نوع شهادت شخصی وجود دارد.

- \* شهادت دادن از طریق ارتباط با دیگران که شامل معرفی مسیح با خویشاوندان و دوستان نزدیک است.
- \* شهادت دادن از طریق رفتار و نحوه زندگی که شامل معرفی مسیح به افرادی است که روزانه با آنها سروکار داریم.
- \* شهادت دادن از طریق ملاقات با دیگران که در آن با نیت شناساندن مسیح به ملاقات افراد مختلف می‌روید.

اکثر افرادی که تازه شروع به شهادت دادن می‌کنند، این کار را برعکس ترتیب بالا انجام می‌دهند و شهادت دادن خود را از افراد نیمه آشنا و حتی افراد غریبه آغاز می‌نمایند. اینگونه شهادتها اغلب اوقات چنین افرادی را مأیوس می‌کند. این کتاب برآنست تا شما را یاری دهد در هر موقعیتی که هستید، شهادت خود را به ترتیب دوایر هم‌مرکز به گوش دیگران برسانید.

شیوه کار بسیار ساده است و می‌توانید آن را با هر سرعتی که مایلید به انجام برسانید.

۱- اسامی تعدادی از اعضای خانواده یا خویشاوندان را که گمان می‌کنید با مسیح آشنا نیستند، در فهرست موضوعات دعای خود یادداشت کنید. در هفته‌های بعد، برای هر یک از دوایر هم‌مرکز فهرستی از اسامی افراد تهیه کنید.

۲- کیفیت روابط خود را با هر شخص مورد ارزیابی قرار دهید. آیا ارتباط شما با آنان محدود است؟ آیا لازم است برای رفع سوء تفاهمات، سرمحبت و مراوده را با آنان بگشایید؟ ما معمولاً در امر شهادت دادن به نزدیکان خود مردد هستیم، زیرا زندگی ما چنانکه باید نیست. هم‌اکنون پس از دو ماه آموزش و تمرین کتاب زندگی منضبط، باید شهادت زندی شما بهتر شده باشد. همچنین وضعیت زندگی شما باید به چنان کیفیتی رسیده باشد که بتوانید محبت خود را به خویشاوندان ابراز کنید و روابط خود را با آنان بهتر سازید.

۳- بطور منظم برای این افراد دعا کنید. نام افراد دیگر را هم در فهرست خود وارد کرده و برایشان دعا کنید. دعا، زمین دل را شخم زده، آن را برای کاشتن بذر کلام خدا مهیا می‌کند.

۴- به این افراد خدمت کنید و نیازهای این افراد را (اعم از جسمی، اجتماعی، فکری و احساسی) دریابید و به عنوان خادم مسیح آنان را ملاقات کنید. هنگامی که دیگران را از روی محبت و بخاطر مسیح خدمت می‌کنیم، روح‌القدس در قلبهایشان کار می‌کند. شما چگونه همسر، فرزندان، والدین، پدر بزرگ، مادر بزرگ، عمه، خاله، عمو، دایی و دیگر اقوام خود را خدمت می‌کنید؟ یوحنا ۱۵:۱۳ را به یاد داشته باشید.

۵- مسیح می‌تواند نیاز ایشان را برآورده سازد. در عین حال که برای افراد دعا می‌کنید، با آنان سرمحبت را باز کنید و به آنان خدمت نمایید. روح‌القدس خود فرصت شهادت دادن درباره مسیح را برایتان فراهم خواهد کرد. ضمن اینکه شما چهار گام اول را طی می‌کنید، معلمین دوره زندگی منضبط به شما خواهند آموخت که چه وقت و چگونه شهادت دهید.

پس از مطالعه این درس می‌توانید آن را در قسمت «شهادت به دیگران» قرار دهید.

## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته اول	هفته دوم		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>صرف وقت با خداوند</b></p> <p>زمانی را که هر روز در وقت عبادت شخصی سپری می‌کنید یادداشت کنید.</p> <p>_____ شنبه                      _____ چهارشنبه                      _____ یکشنبه                      _____ پنج‌شنبه                      _____ دوشنبه                      _____ جمعه                      _____ سه‌شنبه</p> <p>هر روز زمانی را در وقت عبادت شخصی سپری کنید تا بتوانید ۲۱ روز متوالی را به این امر اختصاص دهید.</p> <p>در این فرصت عبادت شخصی، می‌توانید یک یا بیش از یک تمرین را تحت عنوان «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» انجام دهید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>زندگی در کلام</b></p> <p>از موعظه با استفاده از فرم «شنیدن کلام»، یادداشت بردارید.</p> <p>کتابمقدس را هر روزه بخوانید و مطالب مهم را با استفاده از «راهنمای مشارکت روزانه با خداوند» یادداشت کنید.</p> <p>مبحث «دعای با ایمان» را به پایان برسانید (ص ۱۳۹).</p> <p>غلاطیان ۵: ۲۲-۲۳ را حفظ کنید.</p> <p>تمامی آیاتی را که تحت عنوان «صلیب شاگرد» و «شخصیت شاگرد» حفظ کرده‌اید مرور کنید.</p>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>

		<p>دعای با ایمان</p> <p>با خواندن کتاب مقدس، دعا‌هایتان را جهت داده، آنها را بر حقیقت متمرکز کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>برای افراد مذکور در دوایر هم‌مرکز نفوذ دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
		<p>مشارکت با ایمانداران</p> <p>قسمت اول «کلام خدا در قلب و در دست شما» را برای یکی از دوستان ایماندار خود بازگو کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>شهادت به دیگران</p> <p>مانند گذشته، فهرستی از افراد را در دوایر هم‌مرکز نفوذ تهیه کنید (ص ۱۳۵). فهرست دوستان نزدیک، همسایه‌ها و همکاران نزدیک را در این هفته کامل کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>«چهارچوب شهادت نجات» را کامل کنید و خود را مهیا کنید تا شهادت زندگی‌تان را به مدت تقریباً ۳ دقیقه در جلسه بعد بدهید. می‌توانید از یادداشت‌هایتان نیز استفاده کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>خدمت به دیگران</p> <p>نحوه بازگو کردن و ارائه بخش «کلام خدا در قلب ما» را یاد بگیرید.</p>	<input type="checkbox"/>

### چیزی را بدون تجربه نخواهید آموخت

<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

## دعای با ایمان

خداوند ما را در اتخاذ تصمیم و رویارویی با مشکلات و رفع احتیاجاتمان هدایت می‌کند. او بوسیله حضور و ساکن شدن روح القدس در ما عمل می‌کند. روح القدس کلام خدا را برای ما زنده و پویا می‌سازد تا زندگی‌مان را هدایت کند. با ایمان، پایه زندگی خود را بر کلام خدا قرار دهیم، آنگاه این کلام بر اساس مزبور ۱۰۵:۱۱۹ همانند چراغ و نور برای پایها و راههای ما عمل خواهد نمود.

برخی از مردم نمی‌پذیرند که خدا اراده خود را توسط کلام خود در مورد مسائل روزمره ما مکشوف می‌کند. این عکس‌العمل آنان شاید ناشی از وجود افرادی است که از کلام خدا، در جهت توجیه کردن اعمال خود سواستفاده می‌کنند. اما در هر صورت، خدا اراده خود را توسط کلام خویش به مسیحیان ایماندار روحانی که نسبت به اراده خدا حساس هستند و زمینه‌ها و شرایط لازم را برای عمل خدا تدارک می‌بینند، بطور حتم مکشوف خواهد کرد.

این قسمت از مطالعه کتابمقدس، شرایط و زمینه‌های لازم برای دعای با ایمان را بر ما روشن خواهد کرد. پس از مطالعه این درس، قادر خواهید بود:

- \* موقعیتهایی را که ارتباط دعا و کلام خدا را نشان می‌دهد، تشخیص دهید.
- \* سه مرحله‌ای را که باعث انعقاد عهد با خدا می‌شوند، نام ببرید.
- \* شش مرحله دعای با ایمان را نام ببرید.
- \* نمونه‌هایی از اشخاصی را که بر اساس کلامی از خدا دعای با ایمان را در عمل انجام دادند، نام ببرید.
- \* یک مشکل یا یک احتیاج را که می‌خواهید برای آن با ایمان دعا کنید، انتخاب نمایید.

۱- این فکر که دعا و کلام بوسیله ایمان با هم مرتبط هستند فکر جدیدی نیست. در ذیل مواردی را که در آنها دعا و کلام را با هم مرتبط ساخته‌اید علامت گذاری کنید.

الف - قسمت عمودی صلیب شاگرد

ب - یوحنا ۷:۱۵

ج - راهنمای مشارکت روزانه با خداوند

د - فهرست موضوعات دعا (وعده کتابمقدس)

هـ - در درس «شخصیت شاگرد»، روح القدس از طریق کلام، روح شما را با حقیقت آشنا می‌کند.

و - درس «راستی و ایمان»

ز - استفاده از آیات کتابمقدس در دعا (راهنمای ستایش)

ح - نمونه‌ای از یک دعای شخصی موفق

ط - یکی از احتیاجات شما

ی - یکی از مشکلات شما

سه مرحله در انعقاد پیمان

با مرور آنچه تا بحال مطالعه شد، رابطه بین دعای با ایمان و زندگی در کلام خدا واضح تر شده است. ممکن است وقتی که برای

دعا کردن به فهرست دعای خود مراجعه می‌کنید، دچار مشکل گردید و این زمانی است که نتوانید برای هر یک از موضوعات دعا یک وعده کتابمقدسی بیابید. عهد شامل پیمان یا تعهدی است میان اشخاص جهت انجام کاری با یکدیگر که براساس توافق حاصله منعقد می‌شود. یکی از اصلی‌ترین موضوعات کتابمقدس عبارت است از عهد خدا با قوم خویش. این عهد در کلام خدا به ۳ مرحله تقسیم شده است:

الف - خدا اراده خویش را مکشوف نمود و وعده‌هایی ارائه داد.

ب - مردم شرایط خدا را قبول کردند

ج - مردم به خدا ایمان آوردند و برکات او را دریافت نمودند.

این افراد چنانچه شرایط خدا را برآورده نمی‌ساختند و به خدا ایمان نمی‌آوردند و براساس وعده‌های خدا عمل نمی‌کردند، در انتها برکات خدا را نیز دریافت نمی‌نمودند.

۲- آیات ذیل را مطالعه کنید. در کنار هر یک از این آیات، حروف الف و ب و ج که نشانگر یکی از این ۳ مرحله است درج شده است. با علامت زدن هر حرف، مشخص کنید که هر یک از این آیات مربوط به کدامیک از سه مرحله عهد است.

الف، ب، ج	۱) پیدایش ۶: ۱۷-۱۸ و ۲۲؛ ۷: ۶-۷
الف، ب، ج	۲) پیدایش ۱۲: ۱-۴؛ یوشع ۲۳: ۱۴
الف، ب، ج	۳) پیدایش ۱۷: ۹-۱۶ و ۲۳
الف، ب، ج	۴) ارمیا ۳۴: ۱۳-۱۶
الف، ب، ج	۵) لوقا ۱۹: ۱۲-۱۵ و ۲۱-۲۲

۳- خدا اراده خویش را به اشخاصی مکشوف می‌کند که روحیه‌ای شنونده و مطیع نسبت به آن دارند. شخص باید در دعای با ایمان، رعایت هر سه مرحله مذکور در عهد را بنماید. در کدامیک از موقعیتهای ذیل مرحله اول عهد رعایت نشده است؟ (حرف مربوطه را علامت بزنید.)

- الف، ب، ج ۱) آلبرت طالب آن است که ثروتمند بشود. به همین جهت از خدا درخواست یک میلیون تومان می‌نماید.
- الف، ب، ج ۲) مریم یعقوب ۱: ۲۷ را مطالعه می‌کند. او با مطالعه این بخش، تحت الزام روح القدس به این نتیجه می‌رسد که باید به ملاقات بچه‌های یتیم خانه‌ای که در همسایگی آنان قرار دارد برود. اما او نسبت به این تصمیم مقاومت نشان می‌دهد، چون این مورد همیشه او را بیاد دوران ناخوشایند طفولیت خودش می‌اندازد.
- الف، ب، ج ۳) آرتور با مطالعه متی ۲۸: ۱۸-۲۰ هدایت شد که از شغل خویش استعفا داده، وارد خدمت خدا شود. روز بعد درخواستی برای استخدام در کلیسا به شبان خود داد. چند روز بعد، به او در محل کارش ترفیع دادند و او از خدمت کلیسا منصرف شد.
- الف، ب، ج ۴) روبرت به این نتیجه رسید که به یک خانه جدید احتیاج دارد. بنابراین از وام استفاده کرد و خانه‌ای برای خود خرید.

### شش قدم به سوی دعای با ایمان

جرج مولر، هادسن تیلور و ریس هاولز که به عنوان مردان ایمان شناخته شده‌اند، اشخاصی بودند که به وعده‌های خدا در رابطه با هر احتیاجی ایمان داشتند و این وعده‌ها برای آنها عملی نیز می‌شد. به همین دلیل خدا آنان را جهت انجام امور غیرممکن بکار گرفت. شما نیز می‌توانید با اینچنین خدایی که می‌خواهد شما را به سوی یک زندگی با ایمان هدایت نماید، ارتباط برقرار کنید. آیا شما طالب این هستید که شرایط خدا را قبول کنید و وعده‌های او را دریافت نمایید؟ \_\_\_\_\_

در این بخش از مطالعه کتابمقدس، به بررسی ۶ شرط یا قدم برای دعای با ایمان خواهیم پرداخت. سه قدم اول در مورد کشف اراده خدا در رابطه با مسأله‌ای خاص، و سه قدم بعدی در رابطه با گامهایی است که باید با ایمان برداشت.

قدم اول: ماندن در مسیح

۴- اولین قدم برای درک اراده خدا ماندن در مسیح است (یوحنا ۱۵:۷).

الف - ماندن در مسیح برای شما چه معنایی دارد؟

---



---

ب - یعقوب ۳:۴ را مطالعه کنید. چرا دعای چنین شخصی شنیده نمی شود؟

---

ج - آیا شما ارتباطی زنده همچون تاک با مسیح دارید؟

---

قدم دوم: ماندن در کلام خدا

۵- دومین شرط برای درک اراده خدا در یوحنا ۷:۱۵ ذکر شده است. این شرط شامل ماندن در کلام خداست. ماندن در کلام خدا برای شما چه معنایی دارد؟

---

۶- آیات ذیل را مطالعه کنید. بنظر شما هر یک از این آیات در رابطه با ماندن در کلام خدا چه تعلیمی می دهند؟

الف - یوحنا ۸:۳۱

---

ب - یوحنا ۱۴:۲۱

---

ج - ایوب ۲۳:۱۰-۱۲

---

۷- یکی از اسرار ماندن در مسیح، در مشارکت روزانه با او نهفته است. هر ارتباط واقعی شامل داده‌ها و ستاده‌هاست. باید چیزهایی داد و چیزهایی ستاند. با توجه به سه آیه فوق، مشخص کنید داده و ستاده ارتباط و مشارکت با مسیح چیست؟

داده \_\_\_\_\_ ستاده \_\_\_\_\_

---

۸- خدا می تواند به اشخاصی که مطیع او هستند، اعتماد کند. با مطالعه موارد ذیل، مشخص کنید که کدامیک از این اشخاص بطور صحیح در کلام خدا مانده‌اند.

الف - آلبرت کلام خدا را مطالعه می کند و اراده خدا را به بهترین نحوی که می تواند، انجام می دهد. او زمانی که با شکست روبرو می شود، درخواست بخشش می کند. او خود را متعهد کرده که هر آنچه که خدا از او می خواهد، انجام دهد.

ب - ادوارد در کلیسا عضو فعالی است. اما به این توجه ندارد که کلام خدا تا چه حد می تواند با اعمال روزمره ارتباط داشته باشد. بنابراین، گاه در عرض هفته آن را مطالعه می کند. او اهداف زیادی برای زندگی خویش دارد. به این منظور از خدا می خواهد که او را یاری دهد تا به همه این اهداف برسد، و ایمان دارد که خدا چنین خواهد کرد.

ج - مریم با آیات متعددی برخورد کرده که هر یک از آنها نشانگر این مطلب است که او بایستی کلام خدا را روزبه روز مطالعه کند. او شرایطی را که در هر یک از آیات مشخص شده، علامتگذاری نموده و به اجرای مواردی که امر شده‌اند، مبادرت می ورزد.

---

د - شهرام، آیه ای را حفظ کرده و ایمان دارد که خدا توسط آن، وعده‌ای به او داده است. اما مدت شش ماه می‌گذرد و فقط قسمتی از آن انجام شده است. او ایمان دارد که خدا راه کسانی را که در او می‌مانند، مرحله به مرحله روشنتر می‌نماید. به همین دلیل او در اطاعت کلام خدا می‌ماند و ایمان دارد که به موقع وعده خدا و یا پیامی روشنتر دریافت خواهد داشت.

۹- زمانی که شما شرایط لازم را برای درک اراده خدا برآورده ساختید، سه نتیجه مهم در رابطه با اراده خدا برای زندگی و دعایان دریافت خواهید نمود. ذیلاً، دو شرط یا دو قدم اول را که قبل از مطالعه شرط سوم بررسی نمودید، بنویسید:

الف -

ب -

ج - اجازه دادن به روح القدس جهت هدایت نمودن به جمیع راستی.

قدم سوم: اجازه دادن به روح القدس جهت هدایت نمودن

۱۰- خدا اراده خود را توسط کلام خود آشکار می‌کند. اما این مکاشفه فقط در رابطه با اشخاصی است که به روح القدس اجازه می‌دهند تا آنها را به سوی جمیع راستی هدایت نماید. روح القدس دو کار انجام می‌دهد: هم حقایق الهی را آشکار می‌کند و هم اینکه ما را کمک می‌کند تا آن حقایق را بپذیریم. آیات ذیل را مطالعه کنید و بطور خلاصه نقش روح القدس را در کشف حقایق الهی بنویسید: یوحنا ۱۶: ۱۳-۱۵، ۱۴: ۲۶، دوم پطرس ۱: ۱۸-۲۱، اعمال ۱: ۱۶-۲۱

۱۱- روح القدس کلام خدا را بر کسانی مکشوف می‌سازد که طالب دانستن اراده خدا هستند. اراده خدا بوسیله درک سیستماتیک کلام خدا مکشوف می‌شود. چنانکه شما با ایمان کلام خدا را اطاعت کنید، این کلام به صورتی جلوه‌گر خواهد شد که گویا برای شخص خود شما نوشته شده است.

الف - پنج روش سیستماتیکی که تابحال در رابطه با درک کلام خدا و بکار بردن آن یاد گرفته‌اید نام ببرید.

ب - سه شرط یا قدمی که بر پایه دعای با ایمان باعث می‌شد از خدا پاسخهای درستی دریافت کنیم، نام ببرید: در چه صورتی خدا حقایق خود را با ما در میان می‌گذارد.

(۱)

(۲)

(۳)

۱۲- مطالعه سیستماتیک و بکارگیری سیستماتیک کلام خدا توسط روح القدس شما را کمک می‌کند تا دعای با ایمان را بصورتی صحیح انجام دهید. در جملات زیر مشخص کنید که آیا اصول مطالعه شده، بصورت صحیح بکار گرفته شده‌اند، یا نه.

الف - کتابمقدس را باز می‌کنید و انگشت خود را روی آیه‌ای قرار می‌دهید.

ب - روح القدس در حین قرائت روزانه شما، بر آیه‌ای تأکید می‌کند و بدین ترتیب بنظر می‌رسد که خدا در رابطه با موضوع شخصی با شما صحبت می‌کند.

ج - شما در مورد شخصیتی در کتابمقدس مطالعه می‌کنید و روح القدس شهادت داده، می‌فرماید: «این برای توست. هرچه که خدا به او گفته، به تو نیز می‌فرماید.»

د - شما تصمیم می‌گیرید که در رابطه با مسأله‌ای، عملی انجام دهید و به همین منظور بدنبال آیه‌ای هستید که آن تصمیم را

تأیید نماید.

ح - شما می‌دانید که خدا ممکن است با شما از طریق آیه‌ای سخن بگوید. اما فکر می‌کنید که امکان دارد تعبیر شما متناقض با حقیقت دیگری باشد که بطور روشن در کلام خدا به آن اشاره شده است. به همین دلیل در روش خود تجدید نظر می‌کنید و تصمیم می‌گیرید مجدداً مطالعه کنید و هدایت بیشتری از کلام خدا دریافت دارید.

برای اینکه دعای باایمان بطریقی صحیح انجام شود، باید سه قدم ایجاد ارتباط با حقایق کلام خدا را بردارید. شما تا بحال ۳ قدم از ۶ قدم دعای باایمان را آموخته‌ید.

۱۳- سه روشی را که کمک می‌کند تا شما با حقایق کلام خدا ارتباط برقرار کنید، یادداشت کنید (به یاد داشته باشید که اینها همان سه قدم از شش قدم دعای باایمان هستند).

الف -

ب -

ج -

زمانی که این سه قدم مشارکت با خدا را بردارید، ایجاد ارتباط با خدا از طریق ایمان، کاری آسان خواهد بود. ایجاد ارتباط با خدا شامل قدمهای ۴ تا ۶ در زمینه دعای باایمان است. اکنون به یادگیری این موارد خواهیم پرداخت.

قدم چهارم: طلبیدن مطابق اراده خدا

۱۴- خدا برحسب آنچه وعده داده است عمل خواهد کرد و یا اینکه شما را کمک خواهد کرد تا آنطور که شما را هدایت نموده است عمل نمایید.

الف - یوحنا ۷:۱۵ و متی ۷:۷-۱۱ را مطالعه کنید. هرگاه در رابطه با مسأله‌ای، اراده خدا را از طریق کلامش کشف کردید، چه قدمی، علاوه بر قدمهای فوق باید بردارید. این قدم را بنویسید.

ب - یعقوب ۲:۴-۳ را مطالعه کنید. بسیاری از افراد فقط قسمتی از آنچه را که خدا می‌خواهد به ایشان بدهد، دریافت می‌کنند. دلیل آن را بنویسید.

اولین قدم در جهت ایجاد ارتباط با خدا از طریق ایمان، شامل طلبیدن مطابق اراده خدا است. عظیم‌ترین برکات و بیشترین بازدهی در ملکوت، زمانی شامل حال شما می‌شود که بطور کامل مفاد عهدنامه را به اجرا بگذارید.

قدم پنجم: قبول اراده خدا باایمان

۱۵- اول یوحنا ۵:۱۴-۱۵ را مطالعه کنید. این قسمت اشاره به دومین قدمی می‌کند که شما را باایمان به خدا مرتبط می‌سازد. آن را نام ببرید.

۱۶- زمانی که روح القدس در زندگی شما راستی و ایمان را در کنار هم قرار می‌دهد، تقاضاهای شما همه مستجاب می‌شود. در زیر به بعضی از اشخاص در کتابمقدس اشاره شده که براساس قسمت مشخصی از کلام خدا، دعای باایمان نمودند. نام این اشخاص و نام نویسنده حقیقتی را که این شخص نسبت به نوشته او ایمان نشان داده، و سپس درخواست او را مشخص نمایید.

الف - دانیال ۲:۹-۳ و ۱۶-۱۷

- نام شخص \_\_\_\_\_  
 - نویسنده کلام \_\_\_\_\_  
 - درخواست \_\_\_\_\_

ب - نحμία ۱: ۸-۱۱ و ۲: ۴-۵

- نام شخص \_\_\_\_\_  
 - نویسنده کلام \_\_\_\_\_  
 - درخواست \_\_\_\_\_

ج - متی ۲۶: ۳۸-۳۹ و ۵۳ و ۵۴

- نام شخص \_\_\_\_\_  
 - نویسنده کلام \_\_\_\_\_  
 - درخواست \_\_\_\_\_

قدم ششم: عمل نمودن براساس کلام خدا به شما

۱۷- جهت کامل نمودن ارتباط با خدا از طریق ایمان، لازم است یک قدم دیگر نیز اتخاذ نمایید. آیات ذیل را مطالعه کنید و جملات ناقص زیر را کامل کنید: یوحنا ۹: ۷، لوقا ۱۷: ۱۴

الف - طلبیدن مطابق اراده خدا

ب - قبول کلام خدا با ایمان

ج - \_\_\_\_\_ براساس آنچه کلام خدا به شما نشان داده است.

۱۸- یکی از بهترین دلایل وجود ایمان، عمل نمودن به آن چیزی است که خدا وعده داده است. اول یوحنا ۵: ۱۴ و ۱۵ را بخوانید و ببینید چه دلیری نزد خدا داریم.

کاربرد

۱۹- نیاز یا یک مشکلی را در زندگی خود شرح دهید که برای حل آن نیاز به درک اراده خدا دارید تا بتوانید با ایمان دعا کنید.

در طی این هفته به مرور شرایطی بپردازید که باعث می شود تا خدا حقایق خویش را با شما در میان بگذارد و همچنین شرایطی را در نظر بگیرید که در آنها لازم است از طریق ایمان با خدا ارتباط برقرار کنید. راهنمایی های اضافی در بخشهای بعدی ارائه داده خواهد شد.

پاسخها

۱- الف - ت ، در این دوره مورد اشاره قرار گرفته اند. ح - ی ، پاسخ شخصی

سه مرحله در انعقاد عقد

۲- (۱) الف - ب - ج (۲) الف - ب - ج (۳) الف - ب - ج (۴) الف - ب (۵) الف (۶) الف - ب - ج

۳- (۱) الف (۲) ب (۳) ج (۴) هیچکدام

شش قدم بسوی دعای باایمان

قدم اول: ماندن در مسیح

۴- الف - پاسخ شخصی. شما می‌توانید معنای دقیق آن را در فهرستی از ایده‌های مندرج در لوقا ۲۳:۲ بیابید.  
ب - او بجای ماندن در مسیح، برحسب لذات و خواسته‌های جسمانی خویش می‌طلبد. ج - پاسخ شخصی

قدم دوم: ماندن در کلام

۵- پاسخ شما بایستی شامل مطالعه کلام و پیروی از آن باشد.

۶- جواب شما بایستی دربرگیرنده موارد زیر باشد:

الف - تداوم در ماندن در کلام      ب - حفظ کلام  
لازم و پیروی از او امر او.      ج - تأکید نمودن و اهمیت دادن به کلام خدا به عنوان غذای

۷- داده = کلام، ستاده = اطاعت

۸- الف، ج، د

۹- الف - ماندن در مسیح      ب - ماندن در کلام خدا

قدم سوم: اجازه دادن به روح القدس جهت هدایت نمودن ما

۱۰- الهام کلام مکتوب و کار روح القدس در ما برای تفسیر و انجام کلام

۱۱- الف - (۱) شنیدن

(۲) بررسی کردن (خواندن)

(۳) تجزیه و تحلیل (مطالعه نمودن)

(۴) یادآوری (حفظ کردن)

(۵) تفکر نمودن (تفکر عمیق همراه با تمرکز)

(۶) بکار گرفتن (به مرحله اجرا گذاردن)

ب - (۱) ماندن در مسیح

(۲) ماندن در کلام

۳) اجازه دادن به روح القدس جهت هدایت نمودن ما

۱۲- الف - نه ، ب - بلی ، ج - بلی ، د - نه ، ه - بلی

۱۳- الف - ماندن در مسیح      ب - ماندن در کلام خدا      ج - اجازه دادن به روح القدس جهت هدایت به جمیع راستی

قدم چهارم: درخواست کردن برحسب اراده خدا

۱۴- الف - درخواست کردن برحسب اراده خدا      ب - زیر آنان درخواستی نمی‌کنند و یا به باطل می‌طلبند.

قدم پنجم: پذیرش اراده خدا با ایمان

۱۵- اراده خدا را برای آن با ایمان بپذیرید و یا اطمینان داشته باشید به اینکه خدا خواهد شنید و برحسب آنچه که وعده داده است عمل خواهد نمود.

۱۶- الف - دانیال - ارمیا. اینکه خشم خدا نسبت به اورشلیم برگردد و هیکل بازسازی شود. دانیال قبلاً در کلام خدا در قسمتی که بوسیله ارمیا نوشته شده بود خوانده بود که خدا قوم خویش را پس از هفتاد سال از اسارت خواهد برگرداند. و حالا شصت و هشت سال می‌گذشت ولی هیچ علامتی جهت این اقدام خدا دیده نمی‌شد.

ب - نعمیا - موسی. نعمیا اجازه یافت تا اورشلیم را بازسازی کند.

ج - عیسی - اشعیا. اینکه اراده خدا در رابطه با مصلوب شدن مسیح کرده شود.

قدم ششم: عمل نمودن براساس آنچه کلام خدا بمانشان می‌دهد

۱۷- ج - عمل نمودن

۱۸- پاسخ شخصی

کاربرد

۱۹- پاسخ شخصی

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «دعای با ایمان» قرار دهید.

## کلام خدا در قلب ما

برای آنکه مسیح در مرکز زندگی ما قرار گیرد، لازم است کلام خدا را در قلب خود نگاه داریم. اگر خدا خود را آشکار نسازد، ما از عالم روحانی هیچ نخواهیم فهمید. او خود را در کلام خود بر ما آشکار ساخته است. برای آنکه کلام او در قلب ما بخوبی جای گیرد، باید گامهای زیر را برداریم.

۱- کلام او را بشنویم. شنیدن کلام، ساده‌ترین راه برای دریافت آن است. حتی یک کودک یا یک فرد بی‌سواد نیز از راه شنیدن می‌تواند کلام خدا را دریافت کند. در این زمینه به مرقس ۴:۲۳ و رومیان ۱۰:۱۷ مراجعه کنید.

۲- درباره کلام تفکر کنیم. گام دوم برای جذب و هضم کلام و جای دادن آن در قلب خود، تفکر و تعمق درباره آنست. در این زمینه مزمور ۱-۲:۳ و یوشع ۸:۱ را بخوانید.

۳- مطالعه کلام. گام بعدی، یعنی خواندن و مطالعه کلام خدا، ما را کمک می‌کند تا کلام خدا را عمیق‌تر درک کنیم. در این زمینه، مکاشفه ۳:۱ را بخوانید.

۴- بررسی کلام. پس از خواندن و مطالعه کلام، باید آن را بررسی و کنکاش کنیم. با این کار، به اعماق کلام راه خواهید یافت و آن نیز به اعماق دل ما راه یافته، ریشه خواهد دوانید. در این زمینه، اعمال ۱۱:۱۷ و دوم تیموتائوس ۲:۱۵ را بخوانید.

۵- کلام را بخاطر بسپارید. اگر کلامی را که می‌شنویم و می‌خوانیم و بررسی می‌کنیم، بخاطر بسپاریم و حفظ کنیم، هیچ چیز نخواهد توانست آن را از دلمان برآید. در این زمینه، مزمور ۱۱۹:۱۱ و تثیبه ۶:۶ را بخوانید.

۶- به کلام عمل کنیم. طبیعی است که شنیدن و مطالعه و حفظ کردن کلام، بدون عمل کردن به آن بیهوده و بی‌ثمر است. اگر کلام را در زندگی خود بجا نیاوریم، نمی‌توانیم واقعاً در آن بمانیم. در این زمینه لوقا ۴:۴-۴۹ و یعقوب ۱:۲۲ را بخوانید.

با برداشتن این گامها یقیناً کلام خدا در قلب ما عمیقاً جای خواهد گرفت و شیطان هرگز قادر نخواهد بود آن را از وجودمان جدا سازد.

### مظاهر کلام خدا

کتاب مقدس مظهرهای مختلفی برای کلام خدا قائل شده که همگی حاکی از اهمیت درک و هضم کلام است.

نخستین مظهر را در ارمیا ۱۶:۱۵ می‌یابیم: «سخنان تو یافت شد و آنها را خوردم و کلام تو شادی و ابتهاج دل من گردید، زیرا که به نام تو ای یهوه صباوت نامیده شده‌ام.» در متی ۴:۴ نیز چنین آمده: «در جواب گفت، مکتوب است انسان نه محض نان زیست می‌کند بلکه به هر کلمه‌ای که از دهان خدا صادر گردد.» در این آیات، کلام خدا به «خوراک» تشبیه شده است. درک عمیق کلام خدا را چگونه می‌توان به خوراک تشبیه کرد؟

مظهر دیگر کلام خدا، نور است. مزمور ۱۱۹:۱۰۵ می‌فرماید: «کلام تو برای پایهای من چراغ و برای راههای من نور است.» تشبیه کلام خدا به نور و چراغ، چه کمکی در انجام احکام آن می‌نماید؟

در ارمیاء ۲۹:۲۳ کلام خدا به آتش و چکش تشبیه شده: «و خداوند می‌گوید، آیا کلام من مثل آتش نیست و مانند چکشی که صخره را خورد می‌کند؟» اگر آتش و چکش را در محل مناسب بکار نبریم، چه اتفاقی می‌افتد؟

شاید مهمترین مظهر کلام خدا «شمشیر» باشد. افسسیان ۶:۱۷ می‌فرماید: «و خود نجات و شمشیر روح را که کلام خداست بردارید.» عبرانیان ۴:۱۲ نیز می‌فرماید: «زیرا کلام خدا زنده و مقتدر و برنده‌تر است از هر شمشیر دو دم و فرورونده تا جدا کند نفس و روح و مفاصل و مغز را و ممیز افکار و نیتهای قلب است.» آیا می‌توانید تجسم کنید که برداشتن چنین سلاحی بدون آشنایی با آن چقدر خطرناک است؟

هرچقدر بیشتر کلام را در قلب خود جای دهیم. بهتر می‌توانیم از آن استفاده کنیم. این مقاله به ما نشان داد که چگونه می‌توانیم در کلام خدا بمانیم. عیسی مسیح فرمود: «اگر شما در کلام من بمانید فی الحقیقت شاگرد من خواهید شد و حق را خواهید شناخت و حق شما را آزاد خواهد کرد.»

پس از مطالعه این مقاله، می‌توانید آن را پس از قسمت «زندگی در کلام» قرار دهید.

## چهارچوب شهادت ساده نجات

آیا می‌دانید کلمه شاهد (شهادت دهنده) به چه معنی است؟ این کلمه بیانگر شخصی است که شراهدی را در اختیار دیگران می‌گذارد. شما شاهد یک زندگی تبدیل یافته و سکونت مسیح در زندگی‌تان می‌باشید. بنابراین برای اینکه بتوانید برای مردم بیان کنید که مسیح کیست، چه اعمالی انجام داده و او امروز چه جایگاهی در زندگی شخصی شما دارد، بایستی شهادت خود را بصورتی شفاهی در اختیار آنان قرار دهید.

هدف این تمرینات این است که شما را در تهیه یک شهادت ساده از تجربه نجاتتان یاری بخشد. در هفته‌های آینده شما بتدریج موفق به مفصل کردن شهادت خود خواهید شد و خواهید آموخت که شهادت ساده کنونی خود را طوری تهیه کنید که شامل خصوصیات کاملی باشد و در فرصتهای مناسب برای شهادت دادن مفید واقع شود. هرگاه موفق به انجام این تمرینها شدید، به بخش «آماده شدن جهت نوشتن شهادت» مراجعه کنید.

پولس رسول می‌دانست که چگونه شهادت خود را بصورت شفاهی بیان کند. علاوه براین، او از هر فرصتی استفاده می‌کرد و برای هر شخصی که علاقمند به شنیدن بود، شهادت می‌داد. گفته پولس رسول را که در رومیان ۱:۱۶ نوشته شده است، با صدای بلند بخوانید: «زیرا که از انجیل مسیح عار ندارم چونکه قوت خداست برای نجات هرکس که ایمان آورد.»

حتی آنانی که در شهادت دادن بسیار ماهرند و می‌دانند که در موقعیتهای خاص، شهادت خود را چگونه بیان نمایند، همواره درباره نحوه نجات خود شهادت می‌دهند. آنها بدون توجه به اینکه تا چه حد لازم خواهد بود که بعدها شهادت خود را بسط و یا انطباق دهند، می‌دانند که باید همین شهادت ساده را اساس کار قرار دهند.

در کتاب مقدس دست کم ۲ بار شهادت شفاهی پولس ثبت شده است. (اعمال: ۱:۲۲-۱۵ و ۹:۲۶-۲۰ را مطالعه کنید). در هر یک از این موقعیتهای او تجربه توبه خود را به عنوان شواهدی در اختیار شنوندگان قرار می‌دهد. در هر دو نمونه، او به ۴ حقیقت ویژه اشاره می‌کند. این ۴ نکته در جدول زیر ذکر گردیده است. در هر دو متن فوق، پولس شهادت خود را در قالب این ۴ حقیقت به همان ترتیبی که در جدول ذکر شده، بیان می‌کند.

اعمال رسولان ۲۶	اعمال رسولان ۲۲	
		۱- پولس از ابتدا پیرو مسیح نبود.
		۲- خدا به حل طغیانگری‌های پولس پرداخت.
		۳- پولس مسیح را به عنوان خداوند خویش پذیرفت.
		۴- زندگی جدید پولس بر اهداف و نقشه‌های مسیح متمرکز شد.

حال با در نظر گرفتن جدول فوق، به تجزیه و تحلیل شهادت پولس بپردازید. سپس چهار بخش ضروری در شهادت ساده نجات

را نام ببرید. در ستون اول عمودی، ۲ تا ۴ آیه از اعمال ۲۲ را طوری انتخاب کنید که آیات هر خانه به ترتیب به یکی از ۴ بخش تجربه تبدیل زندگی پولس اشاره کند. و همین عمل را در رابطه با اعمال ۲۶ نیز انجام دهید. توجه داشته باشید که برای هر بخش فقط ۲ تا ۴ آیه انتخاب کنید. هر یک از این آیات بایستی به ترتیب وقایع مربوط به زندگی پولس که در جدول مندرج شده‌اند، پشت سر هم قرار گیرند. پس از انجام تمرین، می‌توانید پاسخهای خود را با پاسخهای آخر بخش مقایسه کنید.

اکثر بی‌ایمانان تا بحال این فرصت را نداشته‌اند که از یک شخص ایماندار، اطلاعاتی مانند آنچه پولس در شهادت خود در اختیار شنوندگان قرار داد، کسب کنند. تجربه نجات هر شخص با تجربه شخص دیگر متفاوت است. بنابراین شهادت شما، منحصر به فرد و مختص به شخص شما است. این واضح است که هیچکس جز خود شما شاهد آنچه در زندگی‌تان اتفاق افتاده نیست و هیچ فرد دیگری نمی‌تواند از شهادت شما نسخه‌ای مشابه تهیه کند.

اگر چه تجربه نجات و تغییر زندگی شما بی‌همتاست ولی احتمالاً می‌توان آن را به روش پولس تقسیم‌بندی نمود. برای اینکه بتوانید شهادت خود را بیان کنید، بایستی آن را به آن ۴ نوع اطلاعاتی که پولس در اختیار شنوندگان قرار می‌دهد تقسیم بندی کنید. واضح است اطلاعات شما با آنچه که پولس به آنها اشاره می‌کند کاملاً متفاوت می‌باشد. در جایهای خالی زیر، ۴ حقیقت را در رابطه با نجات خویش ذکر کنید.

۱- زندگی و دیدگاههای من قبل از پیروی از مسیح:

۲- چگونه درک کردم که خدا با من سخن می‌گوید؟

۳- چگونه ایمان آوردم؟

۴- ایمان آوردن برای من چه مفهومی دارد؟

همواره این فکر را از خود دور کنید که برای شهادت دادن بایستی موعظه و سخنرانی تهیه کنید. شهادت دادن موعظه کردن نیست، بلکه در اختیار گذاشتن شواهد است. اگر شما حتی یک شهادت یک دقیقه‌ای نیز تهیه کنید، قادر خواهید بود که در بسیاری از فرصتها آن را برای دیگران بیان کنید.

## آماده شدن جهت نوشتن شهادت

زمانی که در شهادت دادن مهارت حاصل نمودید، خواهید توانست در موقعیتهای مختلف، طریقه شهادت دادن خود را تطبیق دهید. هرگز فکر نکنید که هر دفعه باید عیناً همان جملات را در شهادت خود بکار ببرید. هر موقعیتی شرایط خاص خود را دارد و شهادت شما نیز بایستی خاص همان موقعیت باشد.

چهارچوب کلی شهادت شما بر پایه ۴ نکته خاص است. بعدها با رعایت این چهارچوب می‌توانید آن را کامل‌تر و مفصل‌تر نمایید. بعضی از موقعیتهای خاص ایجاب می‌کند که تنها یکی از نکات را به تفصیل توضیح دهید. گاهی اوقات ممکن است که در حین شهادت دادن، به این نتیجه برسید که بهتر است جریان را بوسیله توضیح بیشتر و ذکر بعضی نمونه‌ها روشن‌تر کنید.

هدف این تمرین این است که در انتها بتوانید نسخه کامل و مفصل‌تری از شهادت ساده قبلی خود تهیه کنید. این تمرین به شما کمک می‌کند تا زمینه‌هایی از ابزاری که هر بخش از شهادت لازم دارد جمع‌آوری کنید. گردآوری این زمینه‌ها باعث می‌شود که بهترین حقایق را انتخاب کنید و در هر وقت که لازم شد آنها را براساس کاربردی که دارند بصورتی متنوع در فرصتهای مناسب بکار گیرید.

شهادت ساده خود را که قبلاً در دفترچه‌ای یادداشت کرده‌اید، در جایی قرار دهید که همیشه آن را ببینید. هر یک از عنوانها را بطور جداگانه روی تکه‌ای کاغذ بنویسید و در موقع مطالعه، یادداشتهایی از آنها تهیه کنید.

## ارزیابی نکات شهادت

هر یک از نکات شهادت ساده خود را در نظر بگیرید. در رابطه با آنها باید دو عمل مهم انجام دهید. اول از همه اطمینان داشته باشید که هر چه که می‌گویید، مواردی الزامی است و باید گفته شود. دوم ممکن است موقعیتی بوجود آید که در آن لازم می‌بینید که بربخش ویژه‌ای بیشتر تأکید کنید. زمینه‌ای از یک سری اطلاعات تهیه کنید که ممکن است در این تأکیدات مورد استفاده قرار گیرند.

۱- زندگی و دیدگاههای من قبل از پیروی مسیح: به هنگام توضیح و تشریح زندگی خود قبل از ایمان، توجه کنید که زندگی خود را بصورت مطلق، زشت و بد جلوه ندهید. لازم است که به همان اندازه که به موارد منفی اشاره می‌کنید، جنبه‌های خود و مثبت را نیز ذکر کنید. باید شنونده خود را در موقعیتی قرار دهید که شما را درک کند و با شما هم عقیده شود.

سعی کنید با این افراد موارد جزئی و جالب زندگی خود را نیز در میان بگذارید، مواردی که شخصیت شما را واقعی نشان دهد. خود را برای صحبت درباره موارد ذیل آماده کنید

الف - قبل از ایمان در کجا زندگی می‌کردید؟

ب - قبل از ایمان چه می‌کردید؟

ج - قبل از ایمان چه سرگرمیها و علایقی داشتید؟

د - قبل از ایمان چه مواردی برای شما دارای اهمیت بودند؟

سعی کنید به جزئیاتی در رابطه با زندگی خود اشاره کنید که نشان دهد به معنی و اهداف بزرگتری در زندگی نیازمند بودید و توانایی خاصی را برای غلبه بر شکستها لازم داشتید. برخی از این موارد می‌تواند شامل اخلاق و رفتار، سرگرمیها، غرایز و خودخواهی و ... باشد. باید توجه داشته باشید که هدف این بخش این نیست که شما به شرارت زندگی خودتان، بیشتر از آنچه در واقعیت بوده، اعتراف کنید. شما باید طوری مطلب را بیان کنید تا شخص شنونده بی‌ایمان نیز به این نتیجه برسد که حقیقتاً داستان زندگی من نیز همین است.

۲- چگونه درک کردم که خدا با من سخن می‌گوید؟ هدف این قسمت این است که نشان دهد در زمانی که هنوز گناهکار و بی‌ایمان بودید، خدا نسبت به شما ابراز محبت می‌نمود. سعی کنید با اشاره به موارد کلی، شنونده را در موقعیتی قرار دهید که زندگی خود را با شرایط شما مقایسه کند. در این قسمت بایستی نشان دهید که خدا چگونه، کی، کجا با شما ملاقات نمود؟ چه اشخاصی را در این رابطه بکار برد؟ آیا در این راستا کتاب، فیلم یا مقاله‌ای را نیز بکار گرفت؟ آیا از اتفاقات خاصی نیز استفاده کرد تا به شما بفهماند که منتظر شماست؟

بر روی تکه کاغذ جداگانه‌ای، حقایق دیگری را که احتمالاً می‌تواند مرتبط با این بخش از شهادت شما باشد، یادداشت کنید.

۳- چگونه ایمان آوردم؟ در این قسمت باید به این مطلب اشاره کنید که چگونه با اطمینان زندگی خود را به مسیح سپردید. قاعدتاً در این بخش است که واژه‌های کلیسایی، خود را نمایان می‌سازند. توجه کنید که بسیاری از افراد نسبت به این واژه‌ها آشنایی ندارند و آنها را بکار نمی‌برند. همچنین باید توجه داشت که ممکن است شخص شنونده تحت فشار روشهای پراشتهاب و یا تعصب نابخردانه به هنگام شهادت، دچار واخوردگی شود.

وقتی که این قسمت از شهادت خود را تهیه می‌کنید، به توصیه‌های زیر توجه کنید:

- الف - بیشتر از آنکه از شخص بخصوصی نقل قول کنید، بگذارید خود آیات کتاب مقدس ضامن و قدرت سخنان شما باشند.
- ب - اگر شما در دعا مسیح را در زندگی خویش پذیرفتید، حتماً به آن اشاره کنید.

در این بخش از شهادت شما، باید جملات کوتاهی دربارهٔ ۴ حقیقت مهم زیر تهیه کنید:

- الف - گناه یعنی زندگی که توسط نفس کنترل می‌شود. گناه عبارت است از قصور از اجتناب از آنچه خدا از ما می‌خواهد.
  - ب - مجازات گناه شامل جدایی از خدا هم در زندگی زمینی و هم در زندگی پس از مرگ می‌شود.
  - ج - مسیح جرمه گناهان ما را پرداخت. او گناهان ما را بر روی صلیب بردوش گرفت و بجای ما مجازات شد تا خدای پدر ما را بپذیرد.
  - د - برای پذیرفتن مسیح باید بپذیرید که گناهکار هستید و باید آمرزش گناهان را از مسیح بپذیرید و از او دعوت کنید تا نجات دهنده و پیشوای شما گردد و به او اعتماد کنید که می‌تواند در زندگی‌تان کارهایی انجام دهد که هیچوقت قادر به انجامش نبوده‌اید.
- این قسمت از شهادت خود را بررسی کنید تا مطمئن شوید که برای هر یک از این حقایق حداقل یک جمله بکار برده‌اید.

۴- ایمان آوردن برای من چه معنایی دارد؟ در این بخش از شهادت، باید دقت کنید که مطلب را طوری ادا نکنید که شنونده فکر کند با ایمان آوردن، همه مشکلات بطور خودکار رفع خواهد شد و یا هیچگونه سختی و مشکلی او را تهدید نخواهد کرد. سبک زندگی مسیحی را برای او روشن کنید و خاطر نشان سازید که فرزندان واقعی خدا نیز مشکلات دارند، اما در سایهٔ زندگی با مسیح، مسائل را طور دیگری ارزیابی می‌کنند.

ممکن است شخص شما دقیقاً ندانید که چقدر روش زندگی یک ایماندار با بی‌ایمان متفاوت است. باید توجه داشت که بسیاری از مسائلی که شما به عنوان ایماندار برای آنها اهمیت قائل هستید، برای یک بی‌ایمان بی‌اهمیت می‌باشند. بر روی تکه‌ای کاغذ، به تغییر و تحولاتی که در راستای مسائل زیر در زندگی ایمانی شما اتفاق افتاده‌اند، اشاره کنید.

الف - روابط با خانواده

ب - طریق استفاده از پول

ج - هدف از زندگی

د - حالت و نظر شما دربارهٔ مرگ

- ه - ارزش دوستان ایماندار
- و - طریقه برخورد با مشکلات
- ز - حالت شما نسبت به ناامیدی‌ها و دلسردیها
- ح - طریقه رویارویی شما با شکستها

توصیه‌های مهم

- ۱- این قسمت باید کوتاه و مختصر باشد. اگر طولانی صحبت کنید، شنونده خسته شده، احساس ناراحتی خواهد نمود. معمولاً این موقعیتها بیشتر از ۴ یا ۵ دقیقه نیستند.
- ۲- درباره آنچه برای شخص شما اتفاق افتاده، سخن بگویید. دیگران می‌خواهند داستان زندگی شخص شما را از دهان شما بشنوند. در شهادت خود، بجای اشاره به طرف مقابل، به خودتان اشاره کنید.
- ۳- از گفتن جنبه‌های منفی خودداری کنید. در صحبت‌های خود از گروه مذهبی یا کلیسایی خاصی استفاده نکنید.
- ۴- از خود سؤال کنید که اگر من یک بی‌ایمان بودم، این شهادت برایم چه معنایی می‌داشت؟
- ۵- در صحبت خود واژه‌های مذهبی را حذف کنید، زیرا اشخاصی که تا بحال در محیط کلیسایی نبوده‌اند، واژه‌های روحانی را درک نمی‌کنند. به عنوان مثال، وقتی از آنها پرسیده شود «آیا نجات داری؟» با توجه به اینکه درک صحیحی از کلمه نجات ندارند، با خلوص نیت و بی‌ریایی پاسخ می‌دهند: «مگر من چه کرده‌ام که احتیاج به نجات و رهایی دارم؟»

اگر مسیح را در دوران کودکی پذیرفته‌اید

در این صورت احتمالاً، بوضوح زمان و مکان و چگونگی وقوع تولد تازه و ایمان آوردن خود را بیاد نخواهید داشت. باید توجه داشت که روح خدا همیشه به یک صورت با همه ارتباط برقرار نمی‌کند. او گاهی به صورت رعد و برق و گاهی به مانند طلوع خورشید با ما ملاقات می‌کند. بیاد نیاوردن تجربه تولد تازه معمولاً در رابطه با کسانی صدق می‌کند که در یک خانواده ایماندار پرورش یافته‌اند. در این صورت ممکن است احساس کنید ایمان آوردن شما اصلاً جالب نبوده است و به این نتیجه برسید که تعریف کردن این تجربه، برای شنونده گیرا و جذاب نیست. ولی باید توجه داشت که آنچه که اهمیت دارد، این است که یک بی‌ایمان بفهمد که خدا می‌تواند وارد زندگی انسان بشود.

پاسخها

اعمال ۲۶	اعمال ۲۲
آیات ۹-۱۲	آیات ۳-۵
آیات ۱۳-۱۸	آیات ۶-۹
آیه ۱۹	آیات ۱۰-۱۳
آیات ۱۹-۲۰	آیات ۱۴-۱۵

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «شهادت به دیگران» قرار دهید.

## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته اول	هفته دوم		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>صرف وقت با خداوند</b></p> <p>بخشی از «صلیب شاگرد» را هر روز بکار ببرید تا زندگی خود را با یک شاگرد مقایسه کنید. بر روی مواردی که به صورت اختیاری می‌توانید برای تقویت دعا‌های خود در این هفته انجام دهید، فکر کنید. خوب است که در وقت عبادت شخصی خود یک یا دو مورد از تکالیفی که به صورت فهرست در بخشی از «زندگی در کلام» و «دعای با ایمان» وجود دارد مورد استفاده قرار دهید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>هر روز وقتی را برای عبادت شخصی اختصاص دهید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p><b>زندگی در کلام</b></p> <p>از یک موعظه، یادداشت تهیه کنید و فرم «شنیدن در کلام» را مورد استفاده قرار دهید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>کتاب مقدس را بطور روزانه مطالعه کنید و محتوای قسمت مطالعه شده را برای خود یادداشت کنید. راهنمای «مشارکت روزانه با خداوند» را مورد استفاده قرار دهید</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>اول یوحنا ۱۴:۵-۱۵ را مطالعه کنید. در این مطالعه «راهنمای تعمق» (ص ۱۵۹) را بکار ببرید و توصیه‌های مذکور در روش استفاده از راهنمای «تفکر عمیق» را بکار گیرید. می‌توانید در این مطالعه مربوط به بخش «دعای با ایمان» به ترجمه تفسیری مراجعه کنید (ص ۱۳۹).</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>اول تسالونیکیان ۲۳:۵ را حفظ کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>کلیه آیات مربوط به «شخصیت شاگرد» را که قبلاً حفظ نموده‌اید، مرور کنید.</p>	<input type="checkbox"/>

		<p style="text-align: center;"><b>دعای با ایمان</b></p> <p>در رابطه با یک یا چند مشکل دعا کنید و در این قسمت به بکارگیری اصول مذکور در «روش استفاده از راهنمای دعای با ایمان» پردازید (ص ۱۶۲). ممکن است بخواهید بطور اخص در رابطه با نوشتن شهادت خود دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>برای دو نفر از اشخاص بی‌ایمان که در همسایگی شما زندگی می‌کنند و یا در محیط کار با شما همکار هستند و آنها را در دایره هم‌مرکز تأثیر قرار داده‌اید، دعا کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<p style="text-align: center;"><b>مشارکت با ایماندار</b></p> <p>با یکی از ایمانداران درباره شهادت خود صحبت کنید. اولین نوشته خود را به او نشان دهید و برای او مشخص کنید که چه طرحی برای آن دارید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<p style="text-align: center;"><b>شهادت به دیگران</b></p> <p>اولین نمونه از شهادت خود را بنویسید و توصیه‌های مذکور در «روش نوشتن شهادت شخصی» را در آن بکار گیرید (ص ۱۶۹). خود را آماده کنید تا در مدت ۳ دقیقه آن را ارائه دهید.</p>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<p style="text-align: center;"><b>خدمت به دیگران</b></p> <p>خود را برای ارائه درس «کلام خدا در قلب ما» (ص ۱۴۷) طوری آماده کنید که بتوانید با بخاطر آوردن آیات مربوطه آن را توضیح دهید.</p>	<input type="checkbox"/>

## روش استفاده از راهنمای تعمق

احتمالاً یکی از جالب‌ترین روشهای درک کلام که کمتر بکار گرفته شده، روش «تعمق» است. تعمق یعنی فکر کردن عمیق در مورد چیزی، به منظور عمل کردن به آن. تعمق یعنی تفکر و اندیشه بر کلام خدا، بصورتی که متن مورد نظر با یکی از احتیاجات خاص زندگی مان مرتبط شود.

کتاب مقدس، تعمق و برکات خدا را با هم مربوط می‌داند. در مزمور ۱-۲: ۳ می‌خوانیم: «بلکه رغبت او در شریعت خداوند است و روز و شب در آن تفکر می‌کند. پس مثل درختی نشانده نزد نه‌های آب خواهد بود که میوه خود را در موسم می‌دهد و برگش پژمرده نمی‌گردد و هر آنچه که می‌کند، نیک انجام خواهد بود.» همچنین در مورد یوشع بن نون می‌خوانیم که خدا او را فرستاد تا بنی اسرائیل را بصورت لشکری پیروز و فاتح رهبری نماید. در این زمان خدا به او وعده داد و فرمود: «این کتاب تورات از دهان تو دور نشود بلکه روز و شب در آن تفکر کن تا بر حسب هر آنچه در آن مکتوب است متوجه شده عمل نمایی. زیرا همچنین راه خود را فیروز خواهی ساخت و همچنین کامیاب خواهی شده» (یوشع ۱: ۸).

شما ممکن است مطالعه همراه با تعمق را به گونه‌های مختلف انجام دهید. ممکن است قسمتی از کتاب مقدس را انتخاب کنید و روزی چند دقیقه در مورد یک آیه آن تفکر کنید و هر هفته را به یک آیه اختصاص دهید. همچنین ممکن است آیه‌ای را که برای حفظ کردن در نظر گرفته بودید، انتخاب نمایید و یا آیه خاصی را که در درسهای زندگی منضبط به آن برخوردیده‌اید در نظر بگیرید. پس از انتخاب آیه، دعا کنید و بر اساس یعقوب ۱: ۵ برای درک کلام خدا حکمت الهی را بطلبید. خدا کلام خود را به ما بخشیده نه به این منظور که بردانسته‌های ذهنی ما، بیفزاید و مغز ما را وسعت بخشد بلکه تا دل ما را وسیع گرداند. اطاعت ما کلید کشف عمیق حقایق و خزائن الهی است.

### مطالعه آیه در متن آن

این روش مطالعه کلام مبتنی بر اینست که ۴ تا ۸ آیه قبل و بعد از آیه مورد نظر را بخوانیم. این آیات به ما کمک می‌کند تا شناختی دقیق‌تر از زمینه و موضوع متن مورد نظر داشته باشیم و اطلاعاتی کسب کنیم که ما را در جهت تفسیر آن بخش یاری می‌بخشد. متن مورد نظر را بطور کامل بخوانید و خلاصه‌ای از آن تهیه کنید.

### آزاد نویسی

آیات را با سبک و زبان خودتان دوباره نویسی کنید. سپس متنی را که خود نوشته‌اید با صدای بلند بخوانید.

### خردسازی

منظور از این بخش این است که متن مورد نظر را آنطور تقسیم بندی کنید که قابل هضم و درک گردد. برای نیل به این مقصود می‌توان از سه راه جالب ذیل استفاده نمود.

۱- این آیات را با صدای بلند بخوانید و با تغییر دادن نُت صدای خود، بر روی یک سری از کلمات تأکید کنید. بطور مثال فیلیپیان ۴: ۱۳ را در نظر بگیرید. کلماتی را که بصورت مورب نوشته شده‌اند، مورد تأکید قرار دهید. «قوت هر چیز را دارم در مسیح ... قوت

هر چیز را دارم در مسیح .... قوت هر چیز را دارم در مسیح .... قوت هر چیز را دارم در مسیح. سپس آیه مورد نظر را منفی کنید. این مورد به شما کمک می‌کند تا بفهمید که منظور این آیه‌ها چیست. برای این منظور می‌توانید چنین عمل کنید: «قوت هر چیز را در مسیح ندارم زیرا که مرا تقویت نمی‌بخشد.»

۲- از میان کلماتی که مورد تأکید قرار داده‌اید، دو کلمه را انتخاب کنید و بر روی یک تکه کاغذ یادداشت کنید. به عنوان مثال می‌توان دو کلمه «چیز» و «قوت می‌بخشد» را انتخاب کنید.

۳- درباره این دو کلمه، سؤالاتی مطرح کنید و پاسخ‌های آنها را نیز بیابید. سپس این کلمات و نیز احتیاجات شخصی خود را به این آیه کلام خدا مربوط سازید. برای طرح این سؤالات، از کلمات سؤالی چه، چرا، کی، کجا، چه کسی، چگونه استفاده نمایید. مثال: قوت چه چیزهایی را در مسیح دارم؟ چرا در زمینه انجام این موارد تابحال شکست خورده‌ام؟ چگونه می‌توانم در خصوص انجام هر کاری اقدام کنم؟

### جنبه شخصی دادن

سعی کنید این آیه را به شخص خودتان ارتباط دهید. بنابراین، بایستی به روح القدس اجازه دهید تا شما را با یک نیاز، تلاش، فرصت و یا با یک شکست موجود در زندگی‌تان روبرو کند. در این مرحله روح القدس شما را بسوی تجربیاتی در زندگی شخصی‌تان هدایت خواهد کرد که با آیات قرائت شده مرتبط باشد. آیات کتاب مقدس بایستی بوسیله قوت روح القدس با زندگی شما پیوند ایجاد کنند. وقتی این آیه را هضم کردید و در زندگی خود جای دادید، برای شما زنده می‌شود. این آیه را در زندگی خود چگونه بکار خواهید برد؟ این موارد عملی را بصورت مواردی خاص و مشخص یادداشت کنید.

### دعا

در دعا خدا را مخاطب قرار دهید. آیه مورد نظر را به صورتی شخصی تبدیل کنید و آن را خطاب به خدا عرض کنید. مثال: «خداوندا تو خودت می‌گویی که من قادر به انجام هرکاری توسط مسیح می‌باشم. حال، من مشکلی دارم. مشکل من اینست که نمی‌توانم ببخشم و مثبت اندیش باشم. از تو متشکرم که طبق وعده تو امروز قادر هستم با قوت و با هر چیزی روبرو شوم. به من توانایی ببخش که مثبت باشم» این آیه را خطاب به خدا با صدای بلند بخوانید و آن را یادداشت کنید.

### یافتن آیات مشابه

برای مطالعه و بررسی عمیق‌تر، آیات مشابهی دیگری پیدا کنید که بر حقیقت این آیه تأکید می‌کند. این آیات را بر روی تکه‌ای کاغذ یادداشت کنید. این نوع تمرین، شما را کمک می‌کند که پیام آیه مورد بحث را بهتر درک کنید.

### معضلات

ممکن است در حین خواندن آیه مورد نظر، برخی نکات را درک نکنید. بنابراین، فهرستی از سؤالاتی که در رابطه با آیه مذکور برای شما مطرح است، تهیه کنید. سپس آنها را با یکی از دوستان ایماندار و یا یکی از معلمین کلیسا در میان بگذارید. بطور مثال یکی از سؤالاتی که ممکن است در رابطه با فیلیپیان ۱۳:۴ مطرح شود، این است که مسیح چگونه قدرت خود را جهت انجام همه کارها در دسترس من قرار می‌دهد؟

### چگونه می‌توانید با این آیه به دیگران کمک کنید؟

به این منظور باید از خود سؤال کنیم که این آیه چه امکاناتی در اختیار من قرار می‌دهد. عبرانیان ۱۰:۲۴ را مطالعه کنید. با توجه به این آیه چگونه می‌توانید با یکی از خویشاوندان، دوستان یا اشخاص دیگری که می‌شناسید ارتباط برقرار کنید؟ از خود بپرسید که چگونه حقیقت این آیه می‌تواند از طریق زندگی من به شخص دیگری منتقل شود؟ یک مورد عملی را در این رابطه بنویسید.

پیگیری مطالعه

هر نوع فکر و ایده و مطلب و جنبه‌های کاربردی که باعث مطالعه و بررسی بیشتر این آیه می‌شود، جمع‌آوری کنید. در این امور تأمل نما و در اینها راسخ باش تا ترقی تو بر همه ظاهر شود» (اول تیموتائوس ۴:۱۴).

حال که آموختید چگونگی در مورد متنی از کتاب مقدس تعمق کنید، به تمرین عملی صفحه بعد، تحت عنوان «راهنمای تعمق» مراجعه کنید. بوسیله مراحل مختلفی که در این بخش ذکر شد. اول یوحنا ۵:۱۴-۱۵ را مورد «تعمق» قرار دهید.

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «زندگی در کلام» قرار دهید.

روز اول

در کتاب مقدس، خداوند به ما وعده داده است که اگر او را دوست داریم، او را دوست داشته باشیم و او را دوست داشته باشیم. این وعده را در کتاب مقدس می‌توانیم پیدا کنیم. در کتاب مقدس، خداوند به ما وعده داده است که اگر او را دوست داریم، او را دوست داشته باشیم و او را دوست داشته باشیم. این وعده را در کتاب مقدس می‌توانیم پیدا کنیم.

تعمق

با استفاده از این روش، می‌توانیم به عمق بیشتری در کتاب مقدس نفوذ کنیم. این روش به ما کمک می‌کند تا بفهمیم که خداوند چه می‌خواهد از ما بگوید. این روش به ما کمک می‌کند تا بفهمیم که خداوند چه می‌خواهد از ما بگوید.

خلاصه کتاب

در این کتاب، ما به دنبال این هستیم که بفهمیم که خداوند چه می‌خواهد از ما بگوید. این کتاب به ما کمک می‌کند تا بفهمیم که خداوند چه می‌خواهد از ما بگوید.

نتیجه

در این کتاب، ما به دنبال این هستیم که بفهمیم که خداوند چه می‌خواهد از ما بگوید. این کتاب به ما کمک می‌کند تا بفهمیم که خداوند چه می‌خواهد از ما بگوید.

آموزه مطالعه روزانه

در این کتاب، ما به دنبال این هستیم که بفهمیم که خداوند چه می‌خواهد از ما بگوید. این کتاب به ما کمک می‌کند تا بفهمیم که خداوند چه می‌خواهد از ما بگوید.

## راهنمای تعمق

تاریخ \_\_\_\_\_

آیه: اول یوحنا ۵: ۱۴-۱۵

در دعا حکمت خدا را بطلبید و خود را به روح القدس تسلیم کنید تا کلام خدا را بر شما زنده کند.

مطالعه آیه در متن آن

آزاد نویسی

خردسازی

۱- تأکید بر کلمات بوسیله تغییر دادن نُت صدا.

۲- انتخاب یک یا دو کلمه کلیدی (در این بخش کلماتی را انتخاب کنید که پیش از کلمات دیگر مکشوف کننده پیام خدا برای شما هستند).

۳- طرح سؤالات بوسیله کلمات سؤال‌ی چه، چرا، کی، کجا، چه کسی، چگونه.

جنبه شخصی دادن

دعا بر حسب آیه

یافتن آیات مشابه  
محل آیات

خلاصه نظرات

معضلات

چگونه می توانم با این آیه به دیگران کمک کنم؟

سابقه و روش مطالعه (با استفاده از منابع)

---



---



---



---



---



---



---



---

در صورت پیگیری و دنبال کردن اهداف، حتماً باید به روش‌های مختلف و با استفاده از منابع مختلف، از جمله کتاب، مقاله، وبسایت و غیره، به دنبال یافتن اطلاعات جدید و به‌روز باشید. همچنین، در صورت نیاز، می‌توانید با متخصصان در این زمینه مشورت کنید.

در این مطالعه، روش‌های مختلفی برای جمع‌آوری داده‌ها و تحلیل آن‌ها استفاده شده است. این روش‌ها شامل مصاحبه، پرسشنامه، مشاهده و تحلیل اسناد است. همچنین، از روش‌های آماری برای تحلیل داده‌ها استفاده شده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که روش‌های مختلف می‌توانند به دست‌یابی از اطلاعات جدید و به‌روز کمک کنند.

این مطالعه به روش‌های مختلفی انجام شده است. در ابتدا، با استفاده از روش‌های مختلف، داده‌ها جمع‌آوری شدند. سپس، این داده‌ها با استفاده از روش‌های آماری تحلیل شدند. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که روش‌های مختلف می‌توانند به دست‌یابی از اطلاعات جدید و به‌روز کمک کنند.

در صورت نیاز، می‌توانید با متخصصان در این زمینه مشورت کنید.

در این مطالعه، روش‌های مختلفی برای جمع‌آوری داده‌ها و تحلیل آن‌ها استفاده شده است. این روش‌ها شامل مصاحبه، پرسشنامه، مشاهده و تحلیل اسناد است. همچنین، از روش‌های آماری برای تحلیل داده‌ها استفاده شده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که روش‌های مختلف می‌توانند به دست‌یابی از اطلاعات جدید و به‌روز کمک کنند.

در این مطالعه، روش‌های مختلفی برای جمع‌آوری داده‌ها و تحلیل آن‌ها استفاده شده است. این روش‌ها شامل مصاحبه، پرسشنامه، مشاهده و تحلیل اسناد است. همچنین، از روش‌های آماری برای تحلیل داده‌ها استفاده شده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که روش‌های مختلف می‌توانند به دست‌یابی از اطلاعات جدید و به‌روز کمک کنند.

در این مطالعه، روش‌های مختلفی برای جمع‌آوری داده‌ها و تحلیل آن‌ها استفاده شده است. این روش‌ها شامل مصاحبه، پرسشنامه، مشاهده و تحلیل اسناد است. همچنین، از روش‌های آماری برای تحلیل داده‌ها استفاده شده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که روش‌های مختلف می‌توانند به دست‌یابی از اطلاعات جدید و به‌روز کمک کنند.

در این مطالعه، روش‌های مختلفی برای جمع‌آوری داده‌ها و تحلیل آن‌ها استفاده شده است. این روش‌ها شامل مصاحبه، پرسشنامه، مشاهده و تحلیل اسناد است. همچنین، از روش‌های آماری برای تحلیل داده‌ها استفاده شده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که روش‌های مختلف می‌توانند به دست‌یابی از اطلاعات جدید و به‌روز کمک کنند.

در این مطالعه، روش‌های مختلفی برای جمع‌آوری داده‌ها و تحلیل آن‌ها استفاده شده است. این روش‌ها شامل مصاحبه، پرسشنامه، مشاهده و تحلیل اسناد است. همچنین، از روش‌های آماری برای تحلیل داده‌ها استفاده شده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که روش‌های مختلف می‌توانند به دست‌یابی از اطلاعات جدید و به‌روز کمک کنند.

## روش استفاده از راهنمای دعای با ایمان

بزرگترین خواسته هر مسیحی به عنوان یک شاگرد سرسپرده، درک اراده الهی و انجام آن می‌باشد. بزرگترین شادی از این نصیب انسان می‌شود که اراده خدا را انجام دهد. اما قبل از انجام اراده الهی، باید از آن آگاهی یافت و آن را درک کرد.

چگونه می‌توان اراده خدا را درک کرد؟ مسیح طالب آن است که با او راه رویم و اشتیاق آن دارد که اراده او را انجام دهیم. مسیح کلام مکتوب خدا را به ما بخشیده است و بوسیله روح القدس حقایق آن را بر ما مکشوف می‌فرماید.

متأسفانه هنوز کلام خدا برای بسیاری از ما تار و مبهم است. همه ما طالب آن هستیم که در زمینه درک صحیح اهداف خدا برای زندگی مان، اطمینان حاصل کنیم. خدا نیز می‌خواهد که ما مطمئن باشیم و برای همین ما را در تاریکی وانمی‌گذارد. او بوسیله کلام خویش به ما نور می‌بخشد و از ما انتظار دارد که از آنچه بر ما مکشوف کرده، پیروی نماییم. «زیرا خداست که در شما برحسب رضامندی خود هم اراده و هم فعل را به عمل ایجاد می‌کند» (فیلیپیان ۲: ۱۳).

در بخش «دعای با ایمان» آموختیم که خدا، برای اینکه حقایق الهی را در اختیار ما قرار دهد، از سه قدم استفاده می‌کند. ما نیز برای آنکه ایمان خود را به او نشان دهیم باید سه شرط را رعایت کنیم. عبارت دیگر، دعای با ایمان یک ارتباط دو طرفه است، از یک طرف خدا حقایق را به ما آشکار می‌سازد و از طرف دیگر ما باید ایمان خود را به خدا نشان دهیم. «راهنمای دعای با ایمان» مندرج در ص ۱۶۶ شامل فهرستی از مواردی است که عملاً شمارا در یادگیری مطالب این بخش یاری خواهد بخشید.

خدا حقایق را بر شما آشکار می‌سازد

برای هر نکته، به راهنمای دعای با ایمان ص ۱۶۶ مراجعه کنید.

- ۱- شما باید درک کنید که خدا در مشکلات، جهت خیریت شما و جلال خودش عمل می‌کند (رومیان ۸: ۲۸).
- الف - شما باید درک کنید که خدا بر همه چیز حاکم است و اقتدار مطلق دارد. او از همه اتفاقات زندگی شما کاملاً آگاهی دارد. به دلایل خاصی، بسیاری از اتفاقات زندگی شما را تغییر نداده، اما طالب آن نیز نبوده است که این اتفاقات بوقوع پیوندد.
- ب - شما باید درک کنید که برای اشخاصی که خدا را دوست دارند و برحسب اراده او خوانده شده‌اند، همه چیزها برای خیریت ایشان درکارند (نه اینکه همه چیزها خود خیر و خوب هستند، بلکه در نهایت همه چیزهای خوب و بد با هم درکار خواهند بود تا خدا بوسیله آنها نیکویی و خیریت را ایجاد کند (به رومیان ۸: ۲۸ مراجعه کنید).
- ج - مشکل خاصی را در نظر بگیرید و راههای احتمالی را که باعث می‌شود این مشکل به نیکویی بینجامد، یادداشت کنید (این قسمت را با راهنمای دعای با ایمان ص ۱۶۶ مقایسه کنید).
- د - سؤال را طوری مطرح کنید که خطاب به خدا باشد و او مسئول پاسخ به آن باشد.
- ه - ببینید که آیا واقعاً در مسیح مانده‌اید؟ جهت درک اراده خدا، اراده شخصی و خواسته‌های خود را تا حد امکان کنار بگذارید. توجه کنید، مبادا خواسته‌های جسمانی شما مانعی در راه کشف اراده الهی باشند. چون مواردی از جمله موارد زیر می‌توانند تحت نفوذ خواسته‌های شما قرار گیرند. توجه کنید که هر یک از آنها دارای خاستگاهی هستند که در پراتز نوشته شده‌اند.
- حس‌ها پنجگانه (بدن)

- منطق (ذهن)

- احساسات (عواطف)

- آرزوها (اراده)

- غرایز و هوسها (جسم)

و - از خدا بطلبید که روح القدس جهت درک اراده الهی شما را پر کند و هدایت نماید.

ز - شاید لازم است که فهرستی از جنبه‌های منفی و مثبت یک تصمیم و یا یک مشکل را تهیه کنید.

۲- برای یافتن راه حل یک مشکل اول از همه نزد خدا بشتابید (مزمور ۱۳:۲۷-۱۴)

الف - خدا می‌خواهد که او را جستجو کنید. مشکل را اول از همه به خدا عرض کنید اینک اول به دیگران و بعد به خدا (غلاطیان ۱: ۱۵-۱۷).

ب - کلام خدا را بطور منظم مطالعه کنید و اجازه بدهید تا خدا از طریق متنی که در فکر شما قرار می‌دهد، با شما صحبت کند. مواظب باشید تا آیات کتابمقدس را با زیرکی خاص به نفع خواسته‌های شخصی خودتان، تفسیر نکنید.

ج - بدنبال اصول خاص و حقایقی باشید که به موقعیت شما مربوط می‌شوند.

د - معنی و مفهوم متن را با توجه به معنی و مفهومی که در زبان اصلی متن نهفته است، در نظر بگیرید.

ه - به نکات عملی که این متن در رابطه با زندگی روزمره شما ارائه می‌دهد توجه کنید. یک متفکر مسیحی در کتاب خود تحت عنوان «تفسیر کتابمقدس» (Mickelsen: Interpreting The Bible) می‌گوید: «در مطالعه شخصی کتابمقدس همواره دو عامل متغیر وجود دارد: ۱) محتوای متن مورد مطالعه، برای شخص، روز به روز تغییر می‌کند. ۲) نیازهای شخص مطالعه کننده روز به روز تغییر می‌کند. یک متن ممکن است، ده مرتبه در طول سال خوانده شود. اگر شخص مطالعه کننده در عرض سال، پر از روح القدس باشد و در مشارکت با خدا، با او راه رود، برحسب شرایطی که در آن قرار گرفته است، حقیقتی متناسب با موقعیت حال و متفاوت با موقعیت قبلی دریافت خواهد داشت. حتی موارد عملی که شخص تشویق به انجام آنها می‌شود، ممکن است متفاوت با آن چیزی باشد که خوانندگان زمان تدوین متن دریافت داشته‌اند. باید توجه داشت که موارد عملی که برای شخص ما تعیین می‌شود، بصورت اصولی مطرح می‌شود که هر شخص متعلق به خدا در موقعیتهای مشابه بایستی آنها را انجام دهد.»

و - طالب آن باشید که پیام خدا را با روحیه‌ای جستجوگر و منتظر دریافت دارید.

۳- شما بایستی به روح القدس اجازه دهید تا کلام خدا را برای شما روشن نماید و آن را با مسائل شخصی شما مرتبط سازد.

الف - به یوحنا ۱۶: ۱۳-۱۵ توجه کنید. مسیح سه بار وعده می‌دهد که «روح القدس به شما خبر خواهد داد».

ب - قرائت و مطالعه خود را ادامه دهید تا اینکه روح القدس شما را تحت تأثیر نفوذ قسمتی از کلام خدا قرار دهد.

ج - چگونه کلام خدا با موقعیت شخص شما ارتباط پیدا می‌کند؟ این مورد را در راهنمای «دعای با ایمان» یادداشت کنید.

د - با در نظر گرفتن سؤالات زیر ببینید که تفسیر و نتیجه‌گیری شما از کلام خدا صحیح بوده است یا خیر.

- آیا این موضوع با سایر حقایق مکشوف کلام خدا مطابقت دارد؟ (آیا به ضد آنها نیست؟)

- آیا این موضوع با صفات خدا مطابقت دارد؟

- آیا این موضوع با محتوای کلی کتابمقدس مطابقت دارد؟

- آیا این موضوع با معانی ریشه‌ای و اصلی کتابمقدس تناقض دارد؟

- آیا همچنانکه من بطور مداوم برای این مورد دعا می‌کنم روح القدس نیز بطور مداوم بر آن شهادت می‌دهد؟

شما ایمان خود را به خدا اعلان می‌کنید

۱- از خدا بخواهید که تقاضاهای شما را براساس کلام مکشوف خویش پاسخ بدهد (یوحنا ۱۴: ۱۳-۱۴).

الف - تقاضاهای خود را بصورت مشخص بنویسید. در این صورت می‌توانید بفهمید که آنها در چه زمانی مستجاب شده‌اند.

## ۲- کلام خدا را با ایمان بپذیرید (اول یوحنا ۱۴:۵-۱۵)

الف - تقاضاهایی را که خدا برای شما مستجاب نموده است، بیاد آورید. در شادی و اطمینانی که خدا توسط کلامش می‌بخشد، زندگی کنید. آیات کلام خدا را حفظ کنید. آنها را تکرار کنید. زمانی که شک به سوی شما حمله‌ور می‌شود، در کلام ثابت بمانید.

ب - بیش از آنکه به احساسات یا امیدهای خود توکل کنید، سعی کنید بر آنچه کلام خدا به شما گفته است اعتماد کنید. ایمان اعتماد بر چیزهای امید داشته شده است (عبرانیان ۱:۱۱).

## ۳- برحسب کلام خدا عمل کنید (مزمور ۵۷:۱۱۹ و ۵۹ و ۶۰).

الف - بیاد داشته باشید که مسیح اغلب قبل از اینکه درخواست افراد را مستجاب کند، از آنان می‌خواست تا ایمان خود را به نحوی نشان دهند (متی ۱۳:۸ و لوقا ۱۷:۱۴ و یوحنا ۷:۹).

ب - توجه داشته باشید همه قهرمانان ایمان که در عبرانیان ۱۱ از آنان یاد شده است، ایمان خود را در عمل نشان دادند. اگر چه عده‌ای از آنان هرگز شخصاً تحقق وعده‌ها را ندیدند، اما ایمان داشتند که خدا عهد خویش را با آنان نگاه خواهد داشت.

ج - اعمال خاصی را که قرار است در اطاعت از هدایتهای روح القدس انجام دهید، بنویسید و آنها را انجام دهید. شما زمانی ایمان کامل از خود نشان خواهید داد که براساس آنچه ایمان دارید و باور می‌کنید، عمل نمایید.

د - هر عملی را که خدا در جهت مستجاب کردن دعای شما انجام می‌دهد، بنویسید. خدا دوست دارد که دعای خادمین وفادار و با ایمان خود را مستجاب کند و از این امر شاد می‌گردد.

- چنانچه جواب دعا بصورتی واضح داده شده، آن را در راهنمای دعای با ایمان مرقوم نمایید.

- چنانچه جواب دعا مدت مدیدی به طول انجامیده است، در انجام و ارائه دعای با ایمان، امین باشید (رومیان ۴:۱۸-۲۱).

- چنانچه جواب دعای شما به آن روشی که انتظار داشتید مستجاب نشده است، راهنمای دعای با ایمان را مورد استفاده قرار دهید و با بکارگیری مجدد مراحل آن، راهنمایی و هدایت بیشتری کسب نمایید.

- زمانی که متقاعد شدید خدا دعای شما را بگونه‌ای متفاوت با خواست شما جواب داده است، آن را بپذیرید.

ه - فهرستی از مواردی که جواب دعای شما بوده‌اند، تهیه کنید. با یادآوری مجدد آنها، ایمان خود را در معرض رشد و ترقی قرار دهید.

## نتیجه

ممکن است که این ۶ قدم خیلی خشک و مکانیکی بنظر آیند، ولی باید توجه داشت که این موارد شما را کمک می‌کنند تا بفهمید خدا چه نوع مسئولیتی را در جواب دادن به دعای شما پذیرفته است. از طرف دیگر، این موارد یادآور مسئولیت شخصی شما مبنی بر اعتماد در دعا براساس کلام خدا نیز می‌باشند.

آیا شرایط محیطی، افراد و یا احساسات شخصی در یافتن اراده خدا دخیل هستند؟ البته آنها دخیل هستند. اما بایستی هشیار باشید که مبدا این موارد حقایقی را که خدا توسط کلام و روح القدس به شما مکشوف نموده، خنثی سازد. کلام خدا، بیشتر از هر چیز دیگر قابلیت هدایت کنندگی دارد. همیشه کلام خدا را به عنوان محکی برای امتحان موارد دیگری که اراده خدا را کشف کنند، بکار ببرید.

آماده باشید که خدا چیزهایی را بر شما آشکار سازد که درخواست نکرده بودید. چنین چیزی برای پولس نیز اتفاق افتاد (دوم قرتیان ۱۰:۷-۱۱). ما کامل نیستیم. بنابراین، اراده خدا را در جزئیات لحظه به لحظه زندگی مان درک نمی‌کنیم.

آیا در هر تصمیمی که اتخاذ می‌کنید، این شش قدم را رعایت می‌نمایید؟ مسلماً خیر، به دلیل اینکه هر انسانی بطور متوسط در روز ۴۰۰ بار تصمیم می‌گیرد. این تمرینها را در مسائل و تصمیمات اصلی و بزرگ خود بکار ببرید. ولی به خود عادت دهید تا هر روز در کلام خدا زیست کنید. هر روز در مسیح بمانید و هر روز دعای با ایمان را انجام دهید. اجرای هر روز این موارد شما را یاری خواهد بخشید تا بطور خودکار تصمیمات خود را با هدایت مستقیم روح القدس انجام دهید. توجه داشته باشید که هدایت مستقیم

روح القدس بوسیله یادآوری آیات و اصول کتابمقدس به ذهن ما صورت می‌گیرد. با بکار بردن ذهن تازه شده و تکیه به روح القدس، می‌توان رفتار در روح را آموخت. اما در مسائل و مشکلات مهم، لازم خواهد بود این فرایند را همزمان با طلب اراده خدا طی کنید.

نمایان کردن روح الهی

چنانچه آیه خاصی را در رابطه با یک مشکل یا نیاز خاص نیافتیم، چه باید بکنیم؟ معمولاً باید با قرائت کلام خدا ادامه داد و دائماً دعا کرد تا جواب برسد (متی ۷: ۷-۸). ولی گاهی اوقات مجبور می‌شویم قبل از دریافت جواب، بسرعت تصمیمی اتخاذ کنیم. در این صورت چه باید کرد؟ در این قبیل موارد، پیش از مراجعه به دلایل منطقی خود، اطمینان حاصل کنید که اتخاذ چنین تصمیمی با این سرعت، ضروری است (امثال ۳: ۵-۶). گاهی شرایط محیطی ما را آنطور تحت فشار قرار می‌دهند که مجبور می‌شویم قبل از دریافت پیام خاص از کتابمقدس، تصمیم‌گیری نماییم. در اینصورت خود را به اراده خدا تسلیم کنید و با توجه به کل کتابمقدس و هدایت روح القدس، تصمیم خود را بگیرید.

و الهی روح القدس را در قلب خود...

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «دعای با ایمان» قرار دهید.

Blank lines for writing answers to the first question.

آیا شما روح القدس را در قلب خود دارید؟

Blank lines for writing answers to the second question.

Blank lines for writing answers to the third question.

## راهنمای دعای با ایمان

خدا حقایق را بر شما آشکار می‌سازد

۱- من متوجه مشکلی هستم که خدا می‌خواهد و می‌تواند آن را برای خیریت من و جلال خویش بکار برد (رومیان ۲۸:۸).  
الف - این مشکل چیست؟

---

---

---

ب - خدا به چه نحوی این مشکل را بکار خواهد گرفت؟

به عنوان موضعی برای نشان دادن قدرت خویش

به عنوان برکتی الهی که تا بحال اصلاً درخواست نشده است

به عنوان فرصتی که خدا از آن جهت رشد دادن من در ایمان به محبت و صبر و سایر خصوصیات استفاده می‌کند

به عنوان فرصتی برای من برای تحکیم مبانی دعا در زندگی شخصی‌ام

ج - چگونه می‌توانم این مشکل را بصورت یک سؤال از خدا مطرح کنم؟

---

---

---

د - آیا من در مسیح می‌مانم و در زندگی خود تسلیم و سرسپرده اراده او می‌باشم؟

---

---

---

۲- من جهت یافتن راه حل برای مشکلاتم، اول از همه به خدا روی می‌آورم (مزمور ۱۳:۲۷-۱۴).

الف - آیا اول از همه مشکل خود را نزد خدا برده‌ام؟

ب - آیا من بطور منظم و مداوم در کلام خدا می‌مانم؟

ج - آیا می‌خواهم برای یافتن راه‌حلهای الهی از خود انتظار و صبر نشان دهم؟

---

---

---

۳- روح القدس واضحاً به آیه‌ای از کتابمقدس اشاره می‌کند و آن را به مشکل من مرتبط می‌سازد (یوحنا ۱۳:۱۶-۱۵).

الف - آیا من به روح القدس اجازه می‌دهم مرا پرسازد و بسوی آیاتی از کتابمقدس رهبری کند که در آنها جواب مشکل خود را

دریابم؟

ب - او به چه آیاتی از کتابمقدس اشاره کرده است؟

ج - چگونه این آیات کتابمقدس عملاً به مشکل من مربوط می‌شود؟

---

---

---

---

---

---

من ایمان خود را به خدا اعلان می‌کنم

۱- من از خدا می‌طلبم که درخواستهای مرا که منطبق بر کلامش می‌باشد، پاسخ دهد.  
الف - خواسته من بطور اخص عبارت است از:

۲- من کلام خدا را با ایمان می‌پذیرم (اول یوحنا ۵: ۱۴-۱۵).  
الف - من به انجام چه عملی از طرف خدا ایمان دارم؟

ب - آیا من وعده خدا را به عنوان اقدام قطعی خدا می‌پذیرم؟

۳- من مطابق کلام خدا که بر من مکشوف شده عمل خواهم نمود (مزمور ۵۷: ۱۱۹، ۵۹-۶۰).  
الف - براساس این کلام خاص خدا، چه کار یا کارهایی خواهم کرد؟

ب - خدا جهت پاسخ دادن به دعای با ایمان من چه اقدام یا اقداماتی را به مرحله عمل خواهد گذارد؟

ج - آیا موارد دیگری نیز هست که بایستی انجام دهم؟

تاریخ اتخاذ این تصمیم  
تاریخ پاسخ به دعا

بسم الله الرحمن الرحیم  
الحمد لله رب العالمین

## روش نوشتن شهادت شخصی

هدف این درس کمک به شماست تا با توجه به واقعیت‌های زندگی‌تان شهادتی واضح و در عین حال مختصر تهیه نمایید. ممکن است این سؤال را مطرح کنید که چرا باید شهادت خود را بنویسم؟ به دلایل ذیل توجه کنید.

- \* نوشتن شهادت به ما کمک می‌کند تا خودمان تجربه خود را بهتر درک کنیم.
- \* چون با نوشتن شهادت، رهبر گروه‌تان خواهد توانست آن را ارزیابی کند و در اصلاح آن شما را یاری دهد.
- \* چون لازم است شهادت استاندارد داشته باشیم تا در موقعیت‌های مختلف با اضافه کردن برخی موارد و یا حذف بعضی از جزئیات، آن را بکار ببریم.
- \* چنانکه نوشته‌ای از شهادت خود داشته باشیم، در بیان آن، تسلط بهتری کسب می‌کنیم و بدین ترتیب هر گاه احتیاج باشد، می‌توانیم آن را بکار ببریم.

۱- شهادت مختصر و یادداشتهایی را که هفته گذشته تهیه کرده‌اید، بعنوان پیش‌نویس بکار ببرید. پس از اینکه این پیش‌نویس مورد نقد و بررسی قرار گرفت، آن را اصلاح و بازنویسی کنید. بهتر است که این نوشته به زبان محاوره‌ای باشد و لازم نیست زبان ادبی را با رعایت همه اصول دستوری بکار ببرید، چرا که قرار است این شهادت را بصورت شفاهی مورد استفاده قرار دهید. توجه داشته باشید که در موقع شهادت دادن، حقایقی را در رابطه با خودتان با دیگران در میان می‌گذارید. شهادت دادن با موعظه کردن فرق دارد. بنابراین، لازم است که ضماین اول شخص مفرد (من) را بکار ببرید.

۲- در نوشتن شهادت خود یکی از روشهای زیر را بکار ببرید:

الف - روش «ترتیب زمانی»: بهتر است از این روش موقعی استفاده کنید که تجربیات مهمی قبل از تولد تازه شما اتفاق افتاده باشد و تمایز برجسته‌ای را میان زمان قبل از تولد تازه و بعد از آن نشان دهید. در ضمن این روش موقعی مناسب است که تجربه توبه شما بسیار جالب باشد.

ب - روش «موضوعی»: چنانکه شما در زمان کودکی زندگی خود را به مسیح سپرده‌اید و یا موارد مهمی در رابطه با زندگی قبل از تولد تازه خود بیاد ندارید، بهتر است در شهادت خود از این روش استفاده کنید. برای بکارگیری این روش بهتر است با تمرکز بر یک تجربه خاص یا یک مشکل یا یک مطلب و یا یک احساس خاص، شهادت خود را آغاز نمایید. اینها ممکن است شامل احساس ترس از مرگ، آرزوی موفقیت، یک نوع شکاف یا کمبود در شخصیت، جستجو برای یافتن هویت و یا یک بحران ناگهانی باشد. یا می‌توانید بگویید که همه چیز در زندگی‌تان خوب پیش می‌رفت تا اینکه مسائلی پیش آمد که به نجات شما انجامید.

می‌توانید در آغاز شهادت خود، توضیح مختصری از موقعیت کنونی خود بدهید. می‌توانید از موارد ذیل استفاده کنید:

- من حالا کشف کرده‌ام که چگونه نگران نباشم.
- من حالا برای زندگی خود هدفی یافته‌ام.
- من بر تنهایی و انزواطلبی غلبه یافته‌ام.
- من بر ترس از مرگ غلبه یافته‌ام.
- من حالا درک کرده‌ام که چگونه زندگی در هم ریخته خود را نظم و ترتیب بخشم و به سوی یک هدف واحد حرکت کنم.

- از زمانی که درک کرده‌ام که ایمان من، راز یک زندگی شاد است، بسیار خوشحال (پراز آرامش، آزاد) هستم.  
- سایر موارد.

پس ابتدا به موضوع اصلی شهادت خود پردازید و با رجوع به وقایع گذشته، برای شنونده توضیح دهید که چگونه مشکل خود را رفع نمودید. این روش یا این نوع شهادت می‌تواند جای شهادت شما درباره تجربه پیش از توبه‌تان را بگیرد. همچنین از این نوع شهادت می‌توانید در مواردی استفاده کنید که ترتیب وقوع وقایع مربوط به توبه خود را بیاد ندارید. بسیاری از افراد از نجات خود کاملاً اطمینان دارند اما نمی‌توانند تاریخ دقیق تولد تازه خود را بیاد آورند. اگر شما نیز با چنین مشکلی روبرو هستید، فقط کافی است این اطمینان را داشته باشید که در حال حاضر نجات یافته هستید. اگر نسبت به خود شک دارید، با شبان یا مشاور مسیحی خود صحبت کنید تا شما را در کسب اطمینان نجات یاری بخشد. باید توجه داشت که موضوع رابطه شخصی شما با مسیح به عنوان خداوند و نجات دهنده، خیلی مهم‌تر از تاریخ تولد تازه شماست.

با بکارگیری تکنیک رجوع به وقایع گذشته، می‌توانید به ذکر حقایق پردازید بدون اینکه به تاریخ وقوعشان اشاره کنید. وقتی موضوع شهادت خود را مطرح کردید، بگویید که چگونه به وضعیت کنونی رسیدید. حتی اگر در زمان تولد تازه از ۴ حقیقت مهم انجیل (گناه، جریمه گناه، پرداخت جریمه بوسیله مسیح، پذیرش مسیح) آگاهی نداشتید، می‌توانید با روش رجوع به وقایع گذشته، به آنها اشاره کنید زیرا بعدها از آنها آگاهی یافتید و اکنون نیز به آنها ایمان دارید.

۳- خود را بطرز جالبی معرفی کنید (این معرفی بایستی شامل طریق زندگی و نظرات شما قبل از پیروی از مسیح باشد). سعی کنید خود را طوری معرفی کنید که شخص شنونده با شما به عنوان یک شخصیت واقعی برخورد کند. کمی درباره دوران کودکی خود توضیح دهید. در این بخش نیز سعی کنید بر مواردی تأکید کنید که شخص شنونده با روبرویی با این حقایق، شما را فردی طبیعی ببیند. سعی کنید مثل افراد بالغ صحبت کنید و در قالب بچگی خود فرو نروید. مثال: «پدر من مرا به زانوان خود می‌نشاند و با من صحبت می‌کرد...» این جمله بهتر است به صورت دیگری گفته شود: «یک روز من و پدرم با هم صحبت می‌کردیم او به من می‌گفت...» سعی کنید از ذکر جزئیاتی که برای یک غریبه بی‌اهمیت هستند، خودداری کنید. همه چیز را مختصر توضیح دهید و از کلمات ملموس و سببها برای توصیف شرایط خود استفاده کنید.

۴- وقایع مهمی را که شما به تجربه تولد تازه هدایت نمود، ذکر کنید (بطور مثال چگونه و با استفاده از چه موقعیتهایی خدا با شما سخن گفت). سپس بطور خلاصه به شرح وقایعی پردازید که به شما کمک کرد تا درک کنید که به مسیح نیاز دارید. از ذکر نام کلیسای خود، سن خود و یا تاریخ تولد تازه خود خودداری کنید مگر اینکه شخص شنونده نیز دارای زمینه و سوابقی مشابه با زمینه‌های شما باشد. با در نظر گرفتن این موارد کلی، هر شخصی قادر خواهد بود که شناختی کلی از شما بدست آورد. توجه کنید که در شهادت خود از اصطلاحات مذهبی یا کلیسایی استفاده نکنید، چرا که افراد از زمینه‌های مذهبی مختلف و یا محدودی برخوردار هستند.

۵- در این مرحله بایستی حقیقت نجات خود را بطرز خلاصه بیان کنید (برای شنونده مشخص کنید که چگونه یک ایماندار مسیحی شدید)

الف - روش «ترتیب زمانی»: بگویید چگونه درک کردید که گناه و نفس بر زندگی شما حکومت می‌کردند. سپس احساس خود را در لحظه‌ای که فهمیدید گناه چه جریمه و مجازاتی دارد، تشریح کنید. بعد بگویید که چگونه فهمیدید که مسیح جریمه گناه شما را پرداخته است و سپس بطور خلاصه به توضیح چگونگی پذیرش مسیح پردازید. اطمینان حاصل کنید که به حد کافی بر توبه و ایمان به مسیح به عنوان راه نجات تأکید شده است یا نه.

ب - روش «موضوعی»: حتی اگر هر یک از مراحل بالا را دقیقاً بخاطر نمی‌آورید، باید به هنگام شهادت، ایمان خود را به آنها، بدون اشاره به زمان هر یک، اعلام نمایید. در هر حال، باید قادر باشید با اطمینان اعلام کنید که مسیح را در زندگی خود پذیرفته‌اید و از او به عنوان خداوند پیروی می‌کنید.

اگر از شهادت خود بعنوان مقدمه‌ای برای اعلام پیام انجیل استفاده می‌کنید، می‌توانید چهار حقیقت انجیل را به هنگام معرفی پیام

۶- نتایج پذیرش مسیح به عنوان خداوند و نجات دهنده را با دیگران در میان بگذارید (به شنونده مفهوم ایماندار بودن را تفهیم کنید)، در این قسمت بطور صریح، به تغییرات و اختلافاتی که مسیح در زندگی شما پدید آورده اشاره نمایید. سعی کنید به ذکر یک یا دو نمونه از موارد ملموسی که برای شنونده قابل فهم و درک باشد پردازید. در این نمونه‌ها موارد ذیل را رعایت کنید.

الف - سعی کنید در این مثالها به مبارزات و تلاشهایی اشاره کنید که برای ادامه این راه الزامی می‌باشند. بدین ترتیب، برای شنونده مشخص می‌شود که شما خود را شخص کاملی نمی‌پندارید. بنابراین، گاهی اوقات بهتر است خاطر نشان کنید که «این بدان معنی نیست که من حالا هیچ نوع زحمت و مشکلی ندارم ولی در حال حاضر مسیح در خلال این مشکلات مرا یاری می‌بخشد.»

ب - سعی کنید که زیاد برای این قسمت وقت صرف نکنید. بسیاری از ایمانداران تمایل دارند که بر آنچه که از زمان تولد تازه‌شان به بعد رخ داده تأکید زیاد کنند. باید به ذکر این موارد پردازید، اما نیاز شخص بی‌ایمان این است که بداند راه نجات چیست. او بایستی خود را در ارتباط با تجربیات اولیه تولد تازه ببیند و نه تجربه بعدی که برای هر شخص متفاوت است. شهادتی که اکنون می‌نویسید، قرار است در اختیار یک بی‌ایمان قرار بگیرد. بعدها، شهادتهایی در رابطه با هدیه دادن، شاگردی، کلیسا، دوستی مسیحی، دعا و غیره خواهید نوشت. پس شهادت خود را با هدف تمرکز به مسأله نجات اصلاح کنید.

۷- شهادت خود را طوری خاتمه دهید که منجر به آغاز صحبت پیرامون مسأله نجات گردد. برای نیل به این مقصود خوب است که در پایان شهادت خود سؤالات زیر را مطرح کنید:

الف - آیا اینچنین موردی برای شما نیز اتفاق افتاده است؟

ب - آیا این مورد برای شما معنی و مفهومی دارد؟

ج - آیا تابحال فکر کرده‌اید که ممکن است شما هم مایل باشید از اینچنین آرامشی برخوردار شوید؟ (به جای کلمه آرامش می‌توان کلمات دیگری از قبیل اطمینان، شادی، غیره ... بکار برد)

د - آیا تابحال این مطلب را درک کرده‌اید که مسیح نجات دهنده شخص شما است و لازم است باز درباره آن فکر کنید؟

ه - آیا شما در زندگی خود به این مرحله رسیده‌اید که بطور خاص درباره زندگی ابدی و زندگی پس از مرگ فکر کنید؟

۸- شهادت خود را با در نظر گرفتن معیارهای زیر ارزیابی کنید. پیش‌نویس خود را در صورت لزوم اصلاح کنید. پس از آنکه در بخش بعدی، شهادتتان مورد نقد و بررسی قرار گرفت، آن را بازنویسی خواهید کرد.

الف - آیا مطالب شهادت شما واضح، منسجم و مربوط به هم است؟

ب - آیا هر چهار مرحله شهادت بطور یکسان بسط داده شده‌اند؟

ج - آیا قسمت سوم شهادت شما شامل چهار اصل مهم انجیل می‌باشد؟

د - آیا شهادت شما خیلی خلاصه است؟ آیا خیلی طولانی است؟ آیا نیازی هست که چیزی به آن اضافه و یا از آن حذف کنید؟

ه - آیا در انتهای شهادت خود، جمله‌ای نهایی بکار برده‌اید که سرآغازی برای بحث درباره نجات گردد؟

و - آیا شهادت شما جنبه (مکالمه‌ای) و محاوره‌ای دارد و یا شدیداً ادبی و موعظه‌ای است؟

۹- جهت نوشتن شهادت خود به این نکات توجه کنید. ممکن است نوشتن شهادت نجات برای شما کار مشکلی باشد. طولانی بودن زمان نوشتن این شهادت، احتمالاً بستگی به پیچیدگی شهادت شما و یا تعداد دفعاتی دارد که تابحال شهادت داده‌اید. توجه کنید که این امر بهیچوجه با هوش و ذکاوت شما یا قدرت نفوذ شهادت شما مربوط نیست. گاهی اوقات ممکن است با فکر کردن درباره اتفاقات ناخوشایند زندگی خود، مأیوس و ناراحت شوید. برخی اوقات امکان دارد نیاز داشته باشید که از نجات خود اطمینان حاصل نمایید. مسلماً شیطان بهیچوجه نمی‌خواهد شما شهادتی تهیه کنید که باعث ایمان آوردن دیگران به مسیح گردد. از خدا درخواست کمک نمایید (اول پطرس ۳: ۱۵).

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «شهادت به دیگران» قرار دهید.



<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>موضوعات دعا مربوط است به صورت فهرست در آورید.</p>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<p>وقتی درگیر مشکلات خاصی هستید و یا آیات خاصی با شما صحبت می‌کنند، با استفاده از راهنمای «دعای با ایمان» ادامه دهید.</p>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<p>فهرستی از اشخاص و آشنایان بی‌ایمان خود در «دوایر هم مرکز نفوذ» تهیه و برای آنها دعا کنید</p>	<input type="checkbox"/>
		<p>مشارکت با ایماندار</p>	
	<input type="checkbox"/>	<p>شرکت در کار گروهی مربوط به شهادت شخصی بجای جلسات عادی.</p>	<input type="checkbox"/>
		<p>(اختیاری) سایر مواردی را که می‌توانید در شهادت خود برای مسیحیان بکار ببرید، یادداشت کنید. این موارد عبارتند از شهادت درباره چگونگی کشف اراده خدا، شاگردی و دعا.</p>	
		<p>شهادت به دیگران</p>	
	<input type="checkbox"/>	<p>شهادت خود را اصلاح نمایید. توصیه‌های رهبر گروه خود را که در آخرین جلسه آنها را به شما گوشزد نموده، در شهادت خود اعمال کنید. خود را برای شهادت دادن در محیط کار برای هفته آینده آماده کنید.</p>	<input type="checkbox"/>
		<p>خدمت به دیگران</p>	
	<input type="checkbox"/>	<p>جهت آمادگی در کار گروهی، در مورد شهادت دادن تمرین کنید. برای این منظور می‌توانید نقش افراد مختلف (افراد خودخواه، شکاک ...) را بازی کنید و به آنها شهادت دهید.</p>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<p>صادقانه بکوشید که محبت خدا را هر روز به یک نفر اعلام کنید.</p>	<input type="checkbox"/>

شاگردی فرایندی است که یک عمر بطول می‌انجامد

### راهنمای تعمق

تاریخ \_\_\_\_\_

آیه: \_\_\_\_\_

در دعا حکمت خدا را بطلیبید و خود را به روح القدس تسلیم کنید تا کلام خدا را بر شما زنده کند. مراحل زیر را در رابطه با آیه فوق بکار برید.

### مطالعه آیه در متن آن

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### آزاد نویسی

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### خردسازی

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ۱- تأکید بر کلمات بوسیله تغییر دادن نُت صدا.
- ۲- انتخاب یک یا دو کلمه کلیدی (در این بخش کلماتی را انتخاب کنید که پیش از کلمات دیگر مکشوف کننده پیام خدا برای شما هستند).
- ۳- طرح سؤالات بوسیله کلمات سؤالی چه ، چرا ، کی ، کجا ، چه کسی ، چگونه .

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

جنبه شخصی دادن

دعا بر حسب آیه

یافتن آیات مشابه  
محل آیات

خلاصه نظرات

معضلات

چگونه می توانم با این آیه به دیگران کمک کنم؟

پیگیری مطالعه (با استفاده از ایده‌ها، مطالب و غیره)

---



---



---



---



---



---



---



---

موضوع مطالعه

روش‌های پژوهش  
منابع

تاریخ مطالعه

نتیجه

آپدیت مشکل یا پژوهش و آن را در این بخش بنویسید

## زندگی من با خداوند در این هفته

برنامه جلسات تفکیک شده		تاریخ (های) شروع _____، _____	برنامه استاندارد
هفته دوم	هفته اول		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	صرف وقت با خداوند	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	هر روز وقتی را برای عبادت شخصی اختصاص دهید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	زندگی در کلام	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	کتاب مقدس را هر روز مطالعه کنید و محتوای آن را در راهنمای مشارکت با خداوند یادداشت کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	از یک درس مربوط به کانون شادی یادداشت برداری کنید و بدین منظور از فرم شنیدن کلام خدا استفاده کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	جاهای خالی مربوط به قسمت «اهمیت شاگردی» را پر کنید (ص ۱۷۹).	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	بر روی یکی از آیات فوق تعمق داشته باشید. بدین منظور راهنمای تعمق را مورد استفاده قرار دهید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	مزمور ۱: ۲-۳ را حفظ کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	در مورد این آیات فکر کنید و از راهنمای تعمق استفاده کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	برنامه‌ای برای مرور آیات حفظی مربوط به دروس مطالعه شده این کتاب تهیه کنید. سعی کنید این برنامه را حداقل هفته‌ای یک بار در زمان مطالعه جلد دوم این کتاب نیز پیاده کنید.	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	دعای با ایمان	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	اصول دعای با ایمان را بطور مداوم بکار گیرید. وقتی که درگیر مشکلی می‌شوید، از راهنمای «دعای با ایمان» استفاده نمایید.	<input type="checkbox"/>



## اهمیت شاگردی دوم تیموتاؤس باب دوم

متن فوق را مطالعه کنید و با استفاده از آیات اشاره شده، جملات زیر را کامل کنید.

۱- آیه ۱: یکی از اهداف شاگردی مسیح این است که شما

شوید.

۲- آیه ۲: بخشی از وظایف شاگردی مسیح عبارت است از

۳- آیه ۳: بخشی از تعهدات شاگردی مسیح عبارت است از

۴- آیه ۴: شاگردی مسیح بر

متمرکز شده است.

۵- آیه ۵: نظم و ترتیب شاگردی مسیح عبارت است از

۶- آیه ۷: در شاگردی مسیح معلم،

است.

۷- آیه ۸: پایه و اساس شاگردی مسیح

است.

۸- آیه ۹: قوت شاگردی مسیح

است.

۹- آیه ۱۰: ثمر و نتیجه نهایی شاگردی مسیح

است.

۱۰- آیه ۱۵: مبارزه و تلاش شاگردی مسیح شامل

است.

۱۱- آیات ۲۰-۲۱: سرنافع بودن انفرادی در شاگردی مسیح

است.

۱۲- آیه ۲۱: محصول نهایی شاگردی مسیح عبارت است از

۱۳- آیه ۲۴-۲۵: طبیعت ضروری برای شاگردی مسیح عبارت است از

۱۴- آیه ۲۶: بخشی از وظایف شاگردی عبارت است از

پس از مطالعه این درس، می‌توانید آن را در قسمت «خدمت به دیگران» قرار دهید.

## دامنه شهادت خود را گسترش دهید

شما باید به دوستان و آشنایان نزدیک خود شهادت دهید و به مرور زمان دامنه شهادت خود را گسترش دهید و بهیچوجه این عمل را متوقف نسازید. ممکن است تعداد افراد نزدیکی که در دواير هم‌مرکز یادداشت کرده باشید، بسیار محدود و بیشتر از ۲۵ نفر نباشد. این تعداد ممکن است برای عده‌ای فقط محدود به ۵ یا ۶ نفر باشد. شما نیز ممکن است جزو کسانی باشید که اکثر و یا همه دوستانشان در حال حاضر ایماندار باشند. بنابراین اگر شما شهادت دادن خود را تنها محدود به دوستان و نزدیکان خود بسازید، جداً آن را محدود ساخته‌اید.

این بدان معنی است که در بین دوستان یک شخص بی‌ایمان که تعداد آنها بالاتر یا پایین‌تر از ۲۵ نفر است، ایمانداری یافت نشده است که به او شهادت دهد. بدین ترتیب اگر قرار باشد که اینچنین شخصی پیام انجیل را از دوستان خود بشنود، هیچ وقت این پیام به گوش او نخواهد رسید.

شما بعنوان یک ایماندار مؤظفید تا «دواير هم‌مرکز نفوذ» بر شخص X را توسعه دهید. این شخص X می‌تواند شامل هر شخص یا گروهی از اشخاص باشد که بطریقی با شما درارتباط هستند. عیسی مسیح دائماً در حال افزودن این دواير بود. به این منظور او به میان مردم عامی و حتی گناهکاران می‌رفت. او سنتهای اجتماعی را می‌شکست تا افرادی از قبیل جذامیان، زنان بدکار، فریسیان و غیره را به دواير نفوذ خود اضافه کند. شما نیز می‌توانید با خدمت کردن، رسیدگی به احتیاجات و ایجاد دوستی بیشتر با افرادی که در حال حاضر جزو دوستان نزدیک شما نیستند، تعداد این دواير را افزایش دهید. اما حقیقتاً چگونه می‌توان در عمل، این دواير را افزایش داد؟ به این منظور باید روحیه‌ای را در خود پرورش دهید که دائماً در پی کشف احتیاجات دیگران باشد. اگر شما از صمیم قلب درباره دیگران فکر کنید و در جستجوی راهی برای خدمت به آنها باشید، بطور عادی دوستان زیادی خواهید یافت. با این عمل، با دوستان این افراد نیز که دارای احتیاجات مشابهی هستند، آشنا خواهید شد. این را بدانید که اوج شادی یک شاگرد، در پیروی از نمونه‌هایی است که استاد او در خدمت از خود بجای گذاشته است. بنابراین از همین حالا بدنبال فرصتی برای گسترش دامنه دواير هم‌مرکز نفوذ باشید، و به این منظور شخص معین X را در این دواير جای دهید.

عیسی مسیح نمونه خوبی از اصول شهادت را در ملاقات با زن سامری ارائه می‌دهد.

### خط مشی شخصی شما برای شهادت توسط زندگی

مکالمه عیسی مسیح با زن سامری دربرگیرنده یک الگوی بسیار عالی برای شهادت دادن است (انجیل یوحنا ۴). شما می‌توانید از این الگو برای تهیه خط مشی شخصی خود به منظور شهادت دادن توسط زندگی استفاده کنید.

ایجاد ارتباط با اشخاص بی‌ایمان و آماده کردن روابط برای شهادت (آیات ۳-۷)

عیسی مسیح برای ایجاد ارتباط با گناهکاران، لازم می‌دید که حتی راه و روش مرسوم را زیر پا بگذارد.

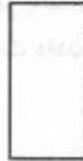
۱- از نظر جغرافیایی (آیه ۴): اگر چه یهودیان از رفتن به سامره خودداری می‌کردند، عیسی لازم دید که به این شهر مهم برود.

۲- از نظر اجتماعی (آیه ۷): در آن روزها، کاملاً بدیهی بود که بین یهودیان و سامریان هیچ‌گونه رابطه‌ای وجود ندارد و در بین آنان نفرت، سوظن و تعصب دو طرفه‌ای حاکم بود. اما مسیح خود را به آنچه در آن زمان حاکم بود، مقید نکرد و با زن سامری سخن گفت.

امروزه نیز کاملاً مشهود است که میان افراد کلیسا و افراد خارج کلیسا رابطه‌ای وجود ندارد. این امر باید خطری جدی تلقی شود.

آیا شما نیز جهت شهادت دادن به دیگران، حاضر هستید مسیرهای خود را تغییر دهید؟ شخصی تصمیم گرفته بود که هر گاه به بانک می‌رود، به متصدی خاصی مراجعه کرده، با او ایجاد ارتباط نماید. او در نظر داشت در محل خرید نیز با فروشنده مشخصی رابطه برقرار کند. بدین ترتیب، این افراد او را شناختند. چنانچه به شکل فوق دقت کنیم، متوجه می‌شویم که این شخص با افراد مشخصی واقع در مکانهای مذکور در این شکل، ایجاد ارتباط کرد. شما نیز به بررسی روابط اجتماعی خود بپردازید.

## افراد کلیسایی



## افراد غیر کلیسایی

مطالعات نشانگر این مطلب بوده‌اند که هر چقدر که از مدت عضویت یک فرد در کلیسا بگذرد، در محدوده تماسهای او، از تعداد افراد غیر کلیسایی کاسته می‌شود. آیا این مطلب در مورد شما نیز صدق می‌کند؟ افرادی را که در «دنیای خود» با آنها تماس دارید، مرور کنید. در تقویم خود روزها را طوری برنامه‌ریزی کنید که بتوانید با اطمینان خاطر با هر یک از این افراد وقت بیشتری صرف کنید و روابط خود را توسعه بخشید. از محیط خانه خود برای گسترش فرصتهای شهادت استفاده کنید. کتاب اعمال رسولان حاوی وقایع مختلفی است که نشان می‌دهد خانه و خانواده ما بایستی مرکز شهادت باشد. آنها برای فعالیتهای ذیل در خانه‌ها جمع می‌شدند: (۱) دعا (۱۲:۱۲)، (۲) مشارکت (۴۶:۲ و ۷-۶:۲۱)، (۳) شهادت (۲۲:۱۰-۲۴ و ۳۲:۱۶)، (۴) موعظه (۷:۲۰)، (۵) تعلیم (۲۶:۱۸).

بسیاری از ایمانداران از خانه‌های خود با استفاده از فرصتهای زیر، برای شهادت دادن استفاده می‌کنند:

۱- دعوت اشخاص برای شام

۲- ایجاد گروههای کوچک مشارکتی و ایجاد فرصت برای شهادت دادن و گفتگوهای انفرادی

۳- ایجاد فرصت برای مطالعه کتابمقدس

۴- ایجاد کلاسهای آموزشی از قبیل: خیاطی، آشپزی، پیانو، تغذیه، نظارت بر پول، هنر، کارهای دستی، ورزش تئاتر.

۵- ایجاد فرصت برای خواندن و بررسی کتب مفید (منجمله کتب مفید مسیحی)

۶- دعوت از اشخاص جدید در مشارکتها

۷- ایجاد فرصت برای مشورت

۸- دیدن فیلمهای مسیحی و بحث و تبادل افکار درباره آنها

## ایجاد رابطه با احتیاجات ملموس و مشخص افراد (آیه ۷)

زن سامری جهت کشیدن آب به سر چاه آمده بود. مسیح صحبت و پیام خود را با استفاده از نیاز زن به آب پایه گذاری کرد.

روانشناسان معتقدند که امروزه نیازهای اساسی افراد عبارتند از: (۱) محبت، (۲) پی بردن به ارزشهای خود، (۳) درک معنا و روابط موجود در اجزای تشکیل دهنده زندگی، (۴) احساس امنیت، (۵) اطمینان نسبت به زندگی پس از مرگ. وقتی که پای صحبت افراد مختلف می‌نشینید، معمولاً آثار این نیازها در گفتگوهای آنها مشهود است. بنابراین می‌توان این نیازها را نه تنها در راه خدمت افراد، بلکه در جهت انتقال پیام انجیل مورد استفاده قرار داد.

## یاری افراد برای درک نیازهای حقیقی شان

مسیح پس از صحبت درباره آب به عنوان یک نیاز جسمی، به آب روحانی اشاره کرد (آیات ۱۰ و ۱۳-۱۴). به عبارت دیگر او امکان وجود یک زندگی بهتر و والاتر را پیش روی زن قرار داد اما از آنجا که او هنوز به فکر آب جسمانی بود، منظور مسیح را کاملاً درک نکرد (آیه ۱۵). سپس مسیح از او خواست که شوهرش را صدا کند. مکالمات بعدی باعث شد که مسیح، زن سامری را کمک کند تا به زندگی خود فکر کند و به تجزیه و تحلیل آن بپردازد و درک کند که روابط شکست خورده او دلیل بر وجود یک نیاز روحانی در اوست.

ما نیز باید مردم را کمک کنیم تا درک کنند که به یک رابطه شخصی با مسیح احتیاج دارند. بسیاری از افراد تنها و دلشکسته هستند ولی هیچگاه متوجه نمی‌شوند که مسیح می‌تواند نیازهایشان را برآورده سازد. وقتی که رابطه عمیق تری با آنها ایجاد می‌کنیم، می‌توانیم این مطلب را با آنان در میان بگذاریم که مسیح اساسی‌ترین نیاز روحی ما را برطرف کرده است.

## داشتن روحیه پذیرا و محبت آمیز

ما می‌توانیم مطمئن باشیم که مسیح طریق زندگی زن سامری را تأیید نکرد ولی او را محبت نمود. وقتی که زن شروع به سخن گفتن در مورد خویش می‌کند، مسیح ۲ بار از عکس‌العمل او تعریف می‌کند. «نیکوگفتی که شوهر نداری» (آیه ۱۷). «این سخن را راست گفتم» (آیه ۱۸).

ما نیز نباید روش زندگی افراد را تأیید کنیم، ولی باید با روحیه‌ای محبت‌آمیز و دلسوز آنها را بپذیریم. اگر فکر می‌کنید که با دوری کردن از اینچنین افراد، خود را مقدس نگاه می‌دارید، کاملاً اشتباه می‌کنید. آیا بیاد دارید که مسیح در دعای خود برای ما چه طلبید؟ «خواهش نمی‌کنم که ایشان را از جهان ببری بلکه تا ایشان را از شریر برهانی». بیاد داشته باشید که مسیح دوست گناهکاران خوانده شد.

## هدایت افراد بسوی درک مفهوم پیام انجیل

اولاً، مسیح زن سامری را یاری کرد تا بفهمد که داشتن مذهب صحیح، چندان مهم نیست. مسیح به او فهماند که آنچه برای خدا مهم است، چگونگی پرستش خداست و نه مکان پرستش. شما به عنوان یک شهادت دهنده، باید همواره بر نیاز ارتباط شخصی افراد با مسیح تأکید کنید. در شهادت دادن، از بحث کردن درباره اینکه کدام دین از همه بهتر است، کاملاً خودداری کنید.

ثانیاً، مسیح با حوصله تمام زن سامری را از مرحله‌ای به مرحله دیگر هدایت کرد. او در وهله اول با لایقیدی گفت: «ای آقا آن آب را به من بده تا دیگر تشنه نگردم و به این جا به جهت آب کشیدن نیایم» (آیه ۱۵). ولی بعداً اعتراف کرد که «می‌دانم که مسیح یعنی کرسس می‌آید» (آیه ۲۵). با گفتن این سخن، مسیح فهمید که او آماده است. بنابراین به او گفت: «من که با تو سخن می‌گویم همانم» (آیه ۲۵).

ما نیز باید مانند مسیح اینچنین روحیهٔ پرحوصله داشته باشیم و آماده باشیم که از هر صحبت آنها فوراً استفاده کرده، آنان را به حقایق هدایت نماییم. بسیاری اوقات، وقتی برای اولین بار پیام انجیل به گوش افراد می‌رسد، آن را درک نمی‌کنند. ولی با وجود این، باید با حوصلهٔ تمام به باز کردن این حقایق ادامه دهیم تا روح القدس در قلبهای آنان کار کند. شخصی دربارهٔ یکی از دوستان خود چنین گفته است: «او پلی ساخت که یک سر آن به قلب من و سر دیگر آن نیز به قلب خودش متصل بود. و مسیح توانست از آن عبور کند.» این دقیقاً آن چیزی است که می‌تواند شهادت را تشریح کند.

پس از مطالعهٔ این درس، می‌توانید آن را در قسمت «شهادت به دیگران» قرار دهید.

## پایان آغاز خدمت

به شما تبریک می‌گوییم! شما به نقطه هیجان انگیزی در سفر شاگردی رسیده‌اید! برای مدت ۱۳ هفته، هدف اصلی شما این بود که مسیح را خداوند زندگی خود بسازید. حال نگاهی به پشت سر بیندازید و ببینید که چقدر پیشرفت کرده‌اید.

آیا حالا معنی انکار نفس، برداشتن روزانه صلیب و پیروی مسیح را بهتر درک نمی‌کنید؟ آیا مسیح اکنون بر قسمت‌هایی از زندگی شما که قبلاً تحت کنترل او نبود، سروری می‌کند؟ آیا کلام و دعا، دوستان شما برای ایجاد ارتباط با خداوند شده‌اند؟

تمام آنچه که در جلد اول «زندگی منضبط» انجام داده‌ایم، این بود که بتوانید با پولس بگویید: «بلکه همه چیز را نیز به سبب فضیلت معرف خداوند خود عیسای مسیح زیان می‌دانم... تا او را و قوت قیامت وی را و شراکت در رنج‌های وی را بشناسم و با موت او مشابه‌گردم، مگر به هر وجه به قیامت از مردگان برسم» (فیلیپیان ۸:۳ و ۱۰-۱۱).

شاید این زندگی برای رسیدن به این هدف کافی نباشد. پولس بار دیگر احساس ما را بیان می‌دارد: «ای برادران، گمان نمی‌برم که من به بدست آورده‌ام، لیکن یک چیز می‌کنم که آنچه در عقب است فراموش کرده، و بسوی آنچه که در پیش است، خویشتن را کشیده، در پی مقصد می‌کوشم، به جهت انعام دعوت بلند خدا که در مسیح عیسی است» (فیلیپیان ۱۳:۳-۱۴).

چه شادی بزرگی است که بتوان در مسیح رشد کرد و به جلو بسوی هدف خدا حرکت کرد! این همان کاری است که ما می‌کنیم. در جلد اول «زندگی منضبط» توجه بیشتر بر روی اصول درونی مربوط به ماندن در مسیح بود، نظیر ماندن در کلام و دعای با ایمان. در جلد دوم، توجه به اصول بیرونی ماندن در مسیح متمرکز خواهد بود یعنی مشارکت با ایمانداران، شهادت به دیگران و خدمت به دیگران. به این ترتیب زندگی باطنی شما رشد می‌کند و شاخه‌هایی که در مسیح می‌مانند، ثمر خواهند آورد.

رشد و بلوغ شما، این امکان را به ما خواهد داد که در جلد دوم «زندگی منضبط» روش‌های کنترل بیرونی را با انگیزش درونی جایگزین کنیم. تا اینجا، مسؤول گروه، تکالیف و اعضای گروه نقش مهمی را در کمک به شما برای اجرای اصول اساسی روحانی در زندگی‌تان ایفا کردند. اما از این پس باید این اصول و انضباط را خودتان پیاده کنید. البته مسؤول گروه برای کمک و حمایت شما آماده خواهد بود. اما هفته به هفته، با پیشرفت در «زندگی منضبط» آزادی بیشتری در تعیین تکالیف و ارزیابی آنها بوسیله خودتان خواهید داشت. مقدمه جلد دوم «زندگی منضبط» روش این کار را توضیح خواهد داد.

محبت، آن نیرویی است که ما را به یکدیگر پیوند می‌دهد و آن انگیزه‌ای است که ما را برای اجرای اراده خدا می‌فرستد. با محبت به خدا و به یکدیگر، می‌آموزیم که چگونه خود و دیگران را آنگونه که خدا آفریده، بپذیریم. محبت جو و فضای لازم را بوجود می‌آورد تا عطایای منحصر بفردی را که خدا به هر یک از ما داده است، شکوفا سازیم. دنباله «زندگی منضبط» ماجرای پرهیجانی خواهد بود که طی آن کشف خواهیم کرد که کیستیم و خدا چه خدمت مشخصی به ما عطا کرده است. این پایان آغاز خدمت است!