

## قدم چهارم - ده قدم اساسی بسوی رشد مسیحی

### شخص مسیحی و دعا

#### آشکار کردن اسرار دعای موفق

انتشارات حیات جدید

#### فهرست

معرفی .....
پیش گفتار .....
آنچه این مجموعه دروس برای شما انجام خواهد داد.....
روش استفاده از این کتاب.....
کشف اسرار دعای موفق.....

#### دروس

- ۱- مقصود و هدف دعا.....
- ۲- مخاطب ما در دعا کیست.....
- ۳- راهنمایی برای داشتن دعای موثر روزانه .....
- ۴- چگونه با قدرت دعا کنید.....
- ۵- وعده های خدا در مورد دعا.....
- ۶- برنامه ریزی اوقات عبادت روزانه.....
- ۷- مرور.....

## پیش گفتار

در زندگی خود این فرصت ممتاز را داشته ام که با تقریباً ۵۰۰۰ نفر کارمند تمام وقت و وقف شده، همکاران و داوطلبان آموزش دیده در همه کشورهای عمده جهان تقریباً ۹۸٪ جمعیت جهان را در بر می گیرند کار کنم. ما با میلیونها نفر مسیحی در سراسر جهان کار می کنیم و به چشم خود شاهد هستیم که دهها میلیون نفر، مسیح را به عنوان نجات دهنده و خداوند خود می پذیرند.

من امیدوارم و انتظار دارم روزی خداوند مرا به مسوولیتی بالاتر یعنی مسوولیت و خدمت دعای تمام وقت ارتقا دهد.

در زندگی یک ایماندار مطلقاً هیچ چیز مهم تر از دعا وجود ندارد. آیا تا کنون این فکر به ذهن شما خطور نموده است که خدا می تواند برای تغییر زندگی دیگر انسانها و ملل دنیا شما را به کار ببرد؟ اگر فقط مایل باشیم وعده های خدا را با ایمان بپذیریم و آنها را به خود اختصاص دهیم، او ذخایر عظیمی از قدرت، حکمت و فیض خود را در اختیار ما نهاده که می توانیم در دعا به آنها دسترسی پیدا کنیم.

بسیاری از متون عهد جدید نشان می دهند که دعا نقش عظیمی در بشارت و شاگردسازی کلیسای اولیه داشته است. این امر امروز نیز صادق است. برای مثال، یک بار پنج دانش آموز دبیرستانی به مسوولیت خود برای کمک به انجام حکم اعظم مسیح در دبیرستان خود پی بردند. هر یک از آنها سه نفر از دوستانش را در نظر گرفت تا برای مسیح صید کنند.

در هفته اول آنها هر روز برای دعا دور هم جمع شدند و دعا کردند تا دوستانشان نیاز به یک نجات دهنده را احساس کنند. در هفته دوم آنها دعا کردند تا ابزار و وسیله ای در دست خدا باشند. در هفته سوم آنها دعا کردند تا فرصتهایی برای صحبت با دوستانشان در مورد مسیح بیابند. در آن هفته همه آن ۱۵ نفری که برای ایشان دعا کرده بودند، مسیح را پذیرفتند.

دعا، اولین و مهمترین طریق تبدیل ما به شاهدان موثر و ثمربخش مسیح می باشد. اول با خدا در مورد انسانها صحبت کنید و سپس با انسانها در مورد خدا سخن بگویید، این ترتیب الهی است. شهادت دادن در واقع، درو کردن ثمرات یا نتایج دعا است.

بسیاری اهمیت دارد که از همان اوایل زندگی ایمانی خود ارزش و برکات دعای صمیمی و صادقانه را درک کنید. دعا، نه فقط باعث ثمردهی شما خواهد شد بلکه طریق اصلی داشتن مشارکت با پدر آسمانی خود می باشد. حقیقت شگفت انگیزی که در کلام خدا مکشوف شده است این است که خدا اشتیاق دارد با ما مشارکت داشته باشد. وقتی ما تصمیم می گیریم تا در دعا وقت صرف کنیم و با خدا مشارکت داشته باشیم او بسیار خشنود می شود.

آیا مایل هستید زندگی توأم با دعاهای پرشور و موثر داشته باشید؟ من این دروس را به همین منظور تهیه کرده ام. من به شما توصیه می کنم هر یک از درسها را با دقت و با دعا مطالعه کنید. دعای من این است در حالی که یاد می گیرید چگونه در دعا، جنگجو و مبارز قدرتمندی برای مسیح خداوند باشید، خدا شما را برکت دهد.

## آنچه این مجموعه دروس برای شما انجام خواهد داد

در طی سالها من مشاهده کرده ام که اکثر مسیحیان عادی نمی دانند چگونه باید دعا کنند. یکی از دوستان من که بیش از پانزده سال مسیح را پذیرفته بود، به من چنین گفت: "من هیچ وقت در جمع دعا نمی کنم و در مورد دعا و این که چگونه دعا کنم اطلاعات بسیار کمی دارم". چون بسیاری از نوایمانان و نیز مسیحیان قدیمی در مورد دعا بسیار کم می دانند، من می خواهم چند حقیقت ساده و اساسی را با شما در میان بگذارم و به برخی سوالات مهم و حیاتی در مورد دعا پاسخ دهم.

از این مجموعه دروس به چهار طریق بهره خواهید گرفت:

اول، مقصود واقعی دعا را خواهید آموخت. خدا با اشتیاق منتظر است تا شما در دعا به حضور او بیایید. در امثال ۱۵: ۸ می گوید: >... دعای راستان پسندیده او است. < طی این دروس خواهید فهمید که چرا دعا طریق تعیین شده خدا برای انجام کار او است.

دوم، نقش پدر، پسر و روح القدس در دعاها را درک خواهید کرد. بسیار مهم و دلگرم کننده است که بدانیم وقتی ما به درگاه پدر آسمانی دعا می کنیم، این دعا توسط عیسی مسیح پذیرفته می شود و روح القدس آن را برای خدای پدر تفسیر می کند. در این درس خواهید آموخت که چگونه هر کدام از شخصیت های تثلیث با هم همکاری می کنند تا دعای شما پاسخ داده شود.

سوم، روش داشتن دعای موثر را خواهید آموخت. خدا بیشتر به حالت قلبی ما در دعا توجه دارد تا به کلماتی که در دعا ادا می کنیم. با این وجود کتاب مقدس به ما رهنمودهای روشنی می دهد تا بدانیم چگونه به حضور خدا داخل شویم. مطالعه این دروس به شما کمک خواهد کرد تا این اصول را به کار بسته و دعاهای مستمر و موثری در زندگی خود داشته باشید.

چهارم، کشف خواهید کرد که چگونه از قدرت عظیمی که توسط دعا در دسترس قرار می گیرد، بهره برداری کنید. دعا نه فقط بزرگترین امتیاز زندگی مسیحی محسوب می شود بلکه دگرگون کننده ترین منبع قدرت شناخته شده برای بشر نیز می باشد. این دروس به شما نشان خواهد داد که چگونه وعده های خدا در رابطه با دعا را به خود اختصاص دهید و از قدرت دعا بهره مند گردید.

## زیر بنایی برای ایمان

قدم چهارم: شخص مسیحی و دعا بخشی از > ده قدم اساسی به سوی رشد مسیحی <، یعنی مجموعه دروسی می باشد که در طی زمان امتحان خود را پس داده و به منظور پایه ریزی اساسی محکم و مطمئن برای ایمان شما طراحی شده اند. در طی تقریباً چهل سال یعنی از زمان چاپ اولین نمونه این دوره درسی تاکنون میلیون ها نفر از مطالب آن بهره برده اند.

من شما را تشویق می نمایم پس از خاتمه قدم چهارم به مطالعه مابقی قدمها نیز ادامه دهید.

اگر نوایمان هستید، دوره ده قدم اساسی شما را با آموزه های اصلی ایمان مسیحی آشنا ساخته و با به کارگیری اصولی که فرا خواهید گرفت، از نظر روحانی رشد نموده و موفق به یافتن راه حل مشکلاتی که شما به عنوان نوایمان احتمالاً با آنها مواجه می گردید، خواهید شد.

اگر ایماندار بالغی هستید، از طریق این دوره درسی ابزاری را که برای کمک به دیگران نیاز دارید تا آنها مسیح را

بپذیرند و در ایمانشان رشد کنند، کشف خواهید نمود.

دوره ده قدم اساسی به یازده قسمت تقسیم شده است. هر قسمت دارای یک کتابچه مجزا برای مطالعه مقدماتی می باشد. این کتب راهنما با مطالب بسط یافته و امروزی شده < کتابی برای رشد مسیحی > و < کتب راهنمای معلمان ده قدم اساسی > در ارتباط می باشند.

هر کدام از این ده قدم، جنبه ای از حقیقت و زندگی مسیحی را آشکار می کنند، و شامل دورسی هستند که می توانید آنها را بطور انفرادی یا گروهی مطالعه نمایید.

من شما را تشویق می کنم تا مطالب قدم چهارم را با ذهنی مشتاق و باز دنبال کنید. در حالی که دروس را مطالعه می کنید دایما در دعا از خدا بطلبید شما را یاری نماید تا اصول آموخته شده را با وضعیت شخصی خود مربوط و منطبق سازید. هر روزه اصول این کتاب را به کارگیرد وسیله اسرار دعای نیرومند را در زندگی خود کشف خواهید نمود.

## روش استفاده از این کتاب

شما در صفحه ۱۳ این کتاب با مقاله مقدماتی تحت عنوان < کشف اسرار دعای موفق > مواجه می شوید. این مقاله دورنمای واضحی از این که چگونه می توانید قدرت دعا را در زندگی و خدمت خود آزاد سازید، در اختیار شما قرار خواهد داد. قبل از شروع درس اول این مقاله را بدقت بخوانید و در طی مطالعه دروس، مطالب این مقاله را با دعا مرور نمایید.

قدم چهارم شامل شش درس و یک جمع بندی یا مرور مطالب دروس قبلی می باشد. هر درس به دو قسمت تقسیم گشته است: بخش اول، مطالعه کتاب مقدس و بخش دوم، کاربرد عملی در زندگی. مطالعه خود را با ملاحظه

"هدف درس" که هدف اصلی مطالعه شما را بیان می کند، آغاز کنید. در حالی که دروس را دنبال می کنید هدف درس را مد نظر داشته باشید.

برای حفظ نمودن آیات حفظی وقت صرف کنید. هر آیه را روی یک کارت بنویسید تا بتوانید با خود حمل نمایید و آنها را یاد بگیرید. کارتها را می توانید از مغازه های لوازم تحریرفروشی بخرید یا با استفاده از کارتها بایگانی، شخصا برای خود کارت تهیه نمایید. هر روزه آیاتی را که حفظ کرده اید مرور نمایید.

خداوند ما به ما حکم کرده است تا کلام او را یاد بگیریم و آنها را در دل خود ذخیره نماییم. در امثال ۷: ۱-۳ خاطر نشان می سازد که :

> ای پسر من سخنان مرا نگاه دار، و اوامر مرا نزد خود ذخیره نما. او امر مرا نگاه دار تا زنده بمانی و تعلیم مرا مثل مردمک چشم خویش. آنها را بر انگشتهای خود ببند و آنها را بر لوح قلب خود مرقوم دار. <

با تفکر و تعمق درباره آیاتی که حفظ کرده اید و با مطالعه وعده های خدا، شما شادی، پیروزی و قدرتی را که کلام خدا به شما می دهد تجربه خواهید کرد تا بتوانید در ایمان خود پیش بروید. وقتی تمام این دوره را به پایان برسانید، قادر خواهید بود مطالعه شخصی خود از کتاب مقدس را بسط و توسعه داده و با روش منظم کلام خدا را حفظ نمایید.

## روش مطالعه دروس

خواندن سطحی و بی هدف کتاب مقدس تنها از حقایق سطحی مهم روحانی پرده بر می دارد. اما درک عمیق تر کلام خدا نیازمند مطالعه و بررسی کتاب مقدس می باشد. در نظر داشته باشید بیش خواندن و مطالعه تفاوتی هست. هر یک از دروس این دوره موضوعی را تحت پوشش قرار می دهد و به شما این امکان را می دهد تا پاسخهای خود را در مورد سوالات یادداشت نمایید. طوری برنامه ریزی کنید تا بتوانید هر روز حداقل نیم ساعت به مطالعه کتاب مقدس و تفکر و دعا (رازگهان) بپردازید و بهتر است این کار را در صبح انجام دهید. به خاطر داشته باشید که مهمترین هدف رازگهان (دعای در خلوت) و مطالعه کتاب مقدس، کسب معلومات و اندوختن اطلاعات کتاب مقدسی نیست، بلکه مهمترین هدف ملاقات شخصی با خدا در محیط و جوی مملو از محبت است.

توصیه های زیر می تواند به شما در مطالعه کمک کند:

- وقت و مکانی خاص برای مطالعه دروس این دوره انتخاب کنید. با خدا قرار ملاقات بگذارید و سر قرار خود بایستید.
- همراه خود یک قلم، مداد، کتاب مقدس و این کتابچه را داشته باشید.
- با دعا شروع کنید و حضور، برکت و حکمت خدا بطلبید.
- در مورد هدف درس تعمق کنید تا ببینید چگونه می توانید آن را با شرایط و اوضاع و احوالی که در آن زندگی می کنید، هماهنگ سازید.
- آیات حفظی را از بر کنید.
- به مطالعه کتاب مقدس ادامه دهید و به او تکیه کنید تا از طریق آن شما را تعلیم دهد. با دعا، او را انتظار بکشید. بدقت کار کنید و آیاتی را که در دروس پیشنهاد شده اند بخوانید و در مورد سوالات تفکر نمایید. پاسخ هر یک از سوالات را در حد امکان کامل بدهید.
- وقتی به بخش "کاربرد عملی در زندگی" می رسید، سوالات را صادقانه پاسخ دهید و آنها را در زندگی خود به کار ببندید.
- دوباره با دعا سراسر درس را بخوانید و پاسخهای خود به سوالات بخش "کاربرد عملی در زندگی" را دوباره ارزیابی کنید. آیا آنها نیاز به تغییر دارند؟ یا این که باید آنها را تعدیل و اصلاح کنید؟
- آیات حفظی را مرور نمایید.
- دوباره هدف درس را در نظر بگیرید و مشخص کنید آیا به این هدف رسیده اید یا خیر. اگر به هدف نرسیده اید نیاز به انجام چه کاری دارید تا به این هدف برسید؟
- مطالعه خود را با دعای شکرگزاری خاتمه دهید و از خدا بخواهید تا در زمینه هایی که بطور خاص به شما مکشوف ساخته است، به شما کمک کند تا از نظر روحانی رشد کنید.
- وقتی شش درس این قدم را به پایان رساندید، وقتی اضافی برای مطالعه قسمت جمع بندی اختصاص بدهید تا مطمئن شوید هر یک از درسها را کاملاً فهمیده اید.

• اگر احساس کردید نیاز به مطالعه بیشتر دارید، از خدا دوباره حکمت بطلبید و درسهایی را که نیاز به مرور دارند دوباره بخوانید. این روند را آن قدر تکرار کنید تا کل دروس را درک کرده و بتوانید حقایق آنها را در زندگی خود به کار ببندید.

این دروس به منظور ارائه کامل اعتقادات مسیحیت تهیه نشده است. با وجود این با کمک خدا و با مطالعه دقیق همه مطالب این درسها می توانید درکی کافی از چگونگی شناخت نقشه خدا و به کار بستن آن در زندگی خود داشته باشید. حقایق روحانی ارائه شده در این دروس به شما کمک خواهد کرد تا با خداوند عیسی مسیح ملاقاتی صمیمانه داشته باشید و راز زندگی پر و وافر را که خداوند وعده داده است کشف کنید ( یوحنا ۱۰ : ۱۰ ) در مطالعه دروس شتاب نکنید. به تفکر در مورد سوالات وقت کافی بدهید و در مورد آنها به تفکر و تعمق بپردازید. حقایق ارائه شده را جذب و به کار بستن آن را جز جدایی ناپذیر زندگی روزمره خود سازید. به خدا فرصت دهید تا با شما سخن گوید و به روح القدس اجازه دهید شما را تعلیم دهد. در صورتی که در دعا و مطالعه کتابمقدس، به خدا وقت بدهید و به او تکیه کرده از او اطاعت نمایید، شادی حیرت‌انگیز حضور خدا را تجربه خواهید نمود ( یوحنا ۱۴:۲۱ ).

### کشف اسرار دعای موفق

روایت شده که روزی مردی در یک صبح سرد زمستانی به شهری مسافرت کرد. وقتی او وارد هتل آن شهر شد، متوجه شد که کارمندان هتل و میهمانان همه پابرهنه هستند. در رستوران هتل، شخص جذابی را دید که پشت میزی در نزدیکی او نشسته بود. مرد از او سوال کرد چرا شما کفش نمی پوشید؟ آیا نمی دانید کفش چیست؟ او در پاسخ گفت: " البته که می دانم کفش چیست." آن مرد مسافر دوباره پرسید: " پس چرا کفش نمی پوشید؟" آن شخص در پاسخ گفت: " موضوع همین جا است که چرا من کفش نمی پوشم؟" بعد از صرف صبحانه، مرد مسافر از هتل خارج شد. برف همه جا را پوشانده بود. اما بیرون از هتل نیز همه پابرهنه بودند. مرد مسافر به کنجکاو از رهگذری پرسید: > چرا در این شهر کفش نمی پوشید؟ آیا هیچ کس نمی داند که کفش از پاها در مقابل سرما محافظت می کند؟< رهگذر پاسخ داد: > ما می دانیم کفش چیست. به آن ساختمان نگاه کن، آن ساختمان یک کارخانه کفش دوزی است. ما به داشتن این کارخانه افتخار می کنیم به همین خاطر هفته ای یک بار در آن جا دور هم جمع می شویم و به سخنرانی رئیس این کارخانه گوش می دهیم. او به ما می گوید که کفش چه چیز عالی ای است.< مسافر پرسید: > پس چرا کفش نمی پوشید؟< رهگذر پاسخ داد: > آه، موضوع همین جا است که چرا کفش نمی پوشیم؟< بسیاری از مسیحیان نیز در رابطه با دعا همچون ساکنان این شهر عمل می کنند. آنها در مورد دعا می دانند، به قدرت آن اعتقاد دارند، بارها موعظه هایی در مورد دعا می شنوند با وجود این، دعا بخش مهمی از زندگی آنها را تشکیل نمی دهد.

من از طریق مطالعه کلام خدا و مسافرتها‌یی که به نقاط مختلف دنیا کرده‌ام، به این یقین رسیده‌ام که هر جا اشخاص مطابق اصول کتاب مقدس دعا می‌کنند، خدا بطور ویژه‌ای در زندگی آنها و از طریق آنها در زندگی دیگران کار می‌کند. یک کلیسا یا یک سازمان مسیحی را به من نشان دهید که بر دعا تأکید می‌کند و من به شما نشان خواهم داد که چگونه از طریق خدمت این کلیسا یا سازمان، مردم برای عیسی برانگیخته می‌شوند و برای او شهادت می‌دهند. از طرف دیگر کلیسایی یا یک سازمان مسیحی را نشان دهید که تأکید اندکی بر دعا می‌کند و من به شما ایمانداران دنیوی را در آن کلیسا نشان خواهم داد که کمتر توجهی به سرنوشت جانهای گمشده نشان می‌دهند. زندگی آنها به بهترین وجهی در کلیسای افسس (مکاشفه ۲) و کلیسای لائودکیه (مکاشفه ۳) نشان داده شده.

حال که به راز دعای موفق می‌پردازیم، اجازه دهید که به شش مسأله حیاتی پاسخ گویم.

### دعا چیست؟

به زبانی ساده، دعا ایجاد ارتباط با خدا است. شما به عنوان فرزندان خدا خوانده شده اید تا با دلیری به تخت فیض او نزدیک شوید. پولس رسول می‌نویسد: > پس چون رئیس کهنه عظیمی داریم که از آسمانها در گذشته است یعنی عیسی، پسر خدا، پس با دلیری (اعتماد) نزدیک به تخت فیض بیایم تا رحمت بیایم و فیض را حاصل کنیم که در وقت ضرورت (احتیاج) ما را اعانت کند< (عبرانیان ۴: ۱۴ - ۱۶).

چون خدا شاه شاهان، رب الارباب و آفریننده آسمان و زمین است، ما باید با احترام به حضور او بیاییم. ولی از طرف دیگر او پدر مهربان و آسمانی ما نیز است که به فکر ما بوده و از داشتن مشارکت و دوستی با ما لذت می‌برد. در نتیجه با دانستن این واقعیت که او بیش از هر کس دیگری که ما را دوست داشته یا خواهد داشت ما را دوست دارد، می‌توانیم با احترام و با قلبی مملو از شادی به حضور او بیاییم.

بنا به گفته‌ای: > دعا هم مجرا و هم موجد و مولد عبادت می‌باشد. روح عبادت همان روح دعا است. همان طور که جسم و جان با هم پیوسته می‌باشند و همان طور که حیات و قلب ما به یکدیگر وابسته می‌باشند، دعا و عبادت نیز به هم وابسته اند. بدون عبادت، دعای واقعی وجود ندارد و بدون دعا، عبادت وجود ندارد.< دعای واقعی، ابراز سرسپردگی و عبودیت ما به پدر آسمانی است و دعوتی است برای این که چون ما با او سخن می‌گوییم، او نیز با ما سخن بگوید.

### چه کسی می‌تواند دعا کند؟

هر کسی می‌تواند دعا کند اما تنها کسانی که در ایمان به مسیح و اطاعت از سلوک می‌کنند، می‌توانند انتظار داشته باشند که جواب دعا‌های خود را بیابند. عیسی مسیح می‌گوید: > من راه و راستی و حیات هستم هیچ کس نزد پدر جز به وسیله من نمی‌آید< (یوحنا ۱۴: ۶). رابطه و مشارکت ما با خدا زمانی که ما مسیح را به عنوان نجات دهنده و خداوند خود می‌پذیریم، آغاز می‌گردد.

برای دعای موفق داشتن قلب پاک بسیار حائز اهمیت است امری حیاتی محسوب می‌شود. نویسنده مزامیر می‌گوید: > اگر بدی را دل خود منظور می‌داشتی، خداوند مرا نمی‌شنید< (مزمو ۶۶: ۱۸). در صورتی که گناه اعتراف نشده‌ای در زندگی ما وجود داشته باشد نمی‌توانیم از خدا انتظار داشته باشیم که به دعای ما جواب دهد.

اغلب، روحیه عدم بخشش در ما یکی از موانع اصلی دعای ما محسوب می گردد. عیسی می فرماید: "وقتی که به دعا بایستید، هر گاه کسی به شما خطا کرده باشد، او را ببخشید تا آن که پدر شما نیز که در آسمان است، خطایای شما را معاف دارد" (مرقس ۱۱ : ۲۵).

هیچ دعایی بجز دعای اعتراف، از قلبی که هنوز از اسارت عدم بخشش و تلخی آزاد نشده توسط پدر آسمانی شنیده نمی شود. من و شما اگر می خواهیم به قدرت دعا که جزئی از میراث مسیحی ما است دست یابیم، باید با قلبی بخشنده به حضور خدا بیاییم.

به علاوه، اگر انتظار داریم خدا به دعای ما پاسخ دهد باید با دلی پر از ایمان دعا کنیم. عیسی می فرماید: > و هر آنچه با ایمان به دعا طلب کنید، خواهید یافت< (متی ۲۱ : ۲۲) و > بر وفق ایمانتان به شما بشود< (متی ۹ : ۲۹). با این وجود تنها عده معدودی از ما این سخنان را جدی می گیریم و جرأت می کنیم که این وعده های سخاوتمندانه خدا را بپذیریم و به خدا اختصاص دهیم.

### چرا باید دعا کنیم؟

خدا به ما حکم می کند تا دعا کنیم. این حکم در بسیاری از آیات عهد جدید تکرار شده است که چند نمونه از آنها را مورد توجه قرار می دهیم. بیدار باشید و دعا کنید (لوقا ۲۱ : ۳۶، مرقس ۱۴ : ۳۸)، با شکرگزاری دعا کنید (فیلیپیان ۴ : ۶، کولسیان ۴ : ۲)، به روح دعا کنید (اول قرنتیان ۱۴ : ۱۵)، همیشه دعا کنید و از آن دست نکشید (لوقا ۱۸ : ۱).

در ضمن، ما دعا می کنیم تا با خدا مشارکت و مصاحبت داشته باشیم. دعا برای ما تنها یک در خروج اضطراری برای فرار از مشکلات، خشنود ساختن خود و نایل آمدن به اهداف خودخواهانه نیست. دعا، تلفن مستقیم بین ما و خدا است که توسط آن با خدا ارتباط و مشارکت برقرار می کنیم. در طی دعا، ما از نظر روحانی تغذیه شده، جهت یک زندگی پیروزمندانه تقویت می شویم و جرأت و دلیری لازم شهادت موثر برای مسیح را در خود حفظ می کنیم.

دعای خاص بر مبنای کتاب مقدس باعث ایجاد تغییر و تحول می گردد. این نوع دعا کسانی را که دعا می کنند چنان دگرگون می سازد که به خدا این فرصت و آزادی را می دهد که اراده خویش را به آنها مکشوف سازد. دعا، قدرت عظیم خدا را نیز برای تغییر مسیر و روند طبیعت، زندگی بشر و ملل، آزاد می سازد. دعاها و وفادارانه ایمانداران پر از روح که در تاریخ و کتاب مقدس به ثبت رسیده، مصداق این حقیقت است.

### به چه کسی باید دعا کرد؟

ما از طریق خدمت روح القدس و در نام عیسی مسیح خداوند، به خدای پدر دعا می کنیم. زمانی که ما به درگاه خدای پدر دعا می کنیم، دعای ما توسط عیسی مسیح پذیرفته می شود و روح القدس آن را برای خدای پدر تفسیر می کند.

اما چون خدا واحد است و خود را در سه شخصیت تثلیث اقدس نمایان کرده و هیچ حسادت نیز بین این سه شخصیت تثلیث وجود ندارد، در نتیجه دعا به عیسی مسیح و یا روح القدس نیز کاملاً قابل پذیرش است. زمانی که ما دعا می کنیم عیسی مسیح و روح القدس هر دو به نمایندگی از طرف ما شفاعت می کنند. پولس رسول در رومیان ۸ : ۳۴ چنین می نویسد: >.... آیا مسیح که مرد بلکه نیز برخاست، آن که به دست راست خدا هم هست



و ما را نیز شفاعت می کند؟ < اما پولس رسول قبلا در همین باب می فرماید: > و همچنین روح نیز ضعف ما را مدد می کند.... و او که تفحص کننده دلها است، فکر روح را می داند زیرا که او برای مقدسین بر حسب اراده خدا شفاعت می کند > (آیات ۲۶ و ۲۷).

### چه موقع باید دعا کنیم؟

کلام خدا به ما حکم می کند تا همیشه دعا کنیم (اول تسالونیکیان ۵ : ۱۷). > چارلز اسپرجان < ( Charles Spurgeon ) گفته است : > دعا، طناب ناقوسی را به طرف پایین می کشد و در آن بالا ناقوس بزرگ در گوشه های خدا به صدا در می آید. برخی خیلی کم این طناب را می کشند، چرا که آنها خیلی سست و ضعیف دعا می کنند، و دیگران فقط گهگاهی تکانی به طناب می دهند. اما کسی که با آسمان در ارتباط است، کسی است که با شجاعت به این طناب می چسبد و بطور مستمر و با تمام قدرت خود آن را می کشد.<

ما می توانیم در طی روز بطور مکرر در دعا باشیم و در حالی که وظایف روزانه خود را انجام می دهیم توسط دعا، وقف و سرسپردگی خود را به خدا نشان دهیم.

من دریافته ام که مهم است هر روز خود را با دعا شروع کنم. وقتی که از تخت خواب بر می خیزم به زانوهای خود می افتم تا او را پرستش کنم و به این طریق به او می گویم: > خداوندا، من در حضور تو سجده می کنم و تو را به عنوان استاد خودم می پذیرم.<

در طی روز من افکار خود را بر خداوند متمرکز می کنم و اغلب با او صحبت می کنم، او را تمجید می نمایم و به خاطر نیکویی، محبت و فیض او نسبت به خود از او تشکر می کنم. برای تصمیمات متعددی که هر روز باید بگیرم از او حکمت می طلبم.

من برای نجات دوستان و افراد ناشناس، برای شفای بیماران و برای احتیاجات روحانی و مادی خدمت خود و خدمتهای دیگر دعا می کنم. حتی من دعا می کنم که طرز لباس پوشیدن، صحبت کردن و اعمال من باعث جلال خدا گردد. من از او می خواهم که توسط ذهن من فکر کند، توسط دل من محبت کند و توسط لبهایم سخن بگوید. چون او آمد تا گمشده را بجوید و نجات بخشد، من هم از او می خواهم که از طریق من گمشدگان را بجوید و نجات بخشد.

در شب من چنین دعا می کنم: > خداوندا، آیا چیزی در من وجود دارد که تو را خشنود نمی سازد، چیزی که باید آن را اعتراف کنم؟ < اگر روح القدس گناه یا ضعفی را به من نشان می دهد آن را اعتراف می کنم و با ایمان، پیروزی خدا را برای زندگی خود تقاضا می کنم. پس از دعا من دوست دارم وقت خود را صرف مطالعه کلام خدا بنمایم و در آن به تعمق و تفکر بپردازم تا ذهن ناخود آگاه من در طول شب بر خداوند متمرکز باشد. ضرورت ندارد همیشه روی زانوهای یا حتی در یک اطاق خلوت دعا کنیم. خدا از ما می خواهد تا هر جا که هستیم بطور دایم با او در تماس باشیم. ما می توانیم در حین رانندگی، شستن ظرفها یا حتی وقتی که در خیابان قدم می زنیم دعا کنیم. هر چه بر دفعاتی که افکار و آرزوهای خود را با خدا در میان می گذاریم بیفزاییم، مشارکت و مصاحبت ما با خدا پر معناتر و رابطه ما با او نزدیکتر خواهد شد.

## دعای ما شامل چه چیزهایی باید باشد؟

گرچه نمی شود دعا را به صورت یک فرمول محدود نمود، اما عناصر اساسی خاصی را باید در رابطه ای که بین خدا و ما وجود دارد بگنجانیم، که عبارتند از: پرستش، اعتراف، شکرگزاری، التماس یا طلب نمودن.

پ - پرستش: پرستش خدا به معنای عبادت و تمجید خدا و به معنای احترام کردن و برافراشتن او در دل و فکر خود توسط لبهای خود می باشد.

کلام خدا به ما تعلیم می دهد که پدر آسمانی ما مشتاق است با فرزندان خود مشارکت و مصاحب داشته باشد و تمجید و پرستش بخشی اساسی از این مشارکت را تشکیل می دهد (یوحنا ۴: ۲۳ - ۲۴ و عبرانیان ۱۲: ۲۸). پرستش خدا بیانگر اعتماد و توکل کامل ما به او و منعکس کننده اعتماد و اطمینان ما به این واقعیت است که او دعای ما را می شنود. در ضمن، پرستش نشان دهنده احترام، ترس، محبت و قدردانی ما است.

ا - اعتراف: زمانی که دعای خود را با پرستش و تمجید خدا آغاز می کنیم، روح القدس فرصت می یابد تا همه گناهانی را که باید به آنها اعتراف کنیم بر ما مکشوف سازد. ما با دیدن پاکی، قدوسیت و محبت خدا به گناهکار بودن و ناشایست بودن خود پی می بریم و با اعتراف به گناهان خود و بهره مند شدن از بخشش و آمرزش او، رابطه خود را با خدا دوباره برقرار می کنیم و بدین ترتیب راه را برای خدا باز می کنیم تا دعای ما را بشنود و به آن پاسخ دهد (اول یوحنا ۱: ۷ - ۹).

ش - شکرگزاری: هیچ چیز بیشتر از ابراز دایمی ایمان ما، خدا را خشنود نمی سازد. چه راهی بهتر از شکرگزاری ایمان ما را به خدا نشان می دهد؟ کلام خدا به ما چنین حکم می کند: > در هر امری شاکر باشید که این است اراده خدا در حق شما در مسیح عیسی < (اول تسالونیکیان ۵: ۱۸). داشتن رویه و روحیه شکرگزاری ما را قادر می سازد تا ببینیم که خدا همه چیز را تحت کنترل و تسلط خود دارد و البته نه فقط برکات را بلکه مشکلات، ناملایمات و گرفتاریها را نیز. زمانی که با قلبی شکرگزار به حضور خدا می آییم، او به نفع ما وارد میدان می شود و بالعکس، روحیه عیب جوینه و عاری از ایمان باعث ناخشنودی خدا می گردد و مانع برکات او می شود و نمی گذارد خدا ما را غنی و بارور ساخته برای جلال خویش به کار گیرد.

ا - التماس یا طلب نمودن: التماس یا طلب نمودن از خدا برای احتیاجات خود ما و شفاعت کردن برای دیگران می شود. ما باید برای هر چیزی، آن هم بطور مشخص دعا کنیم.

در حالی که با خدا صحبت می کنید، بطور مثال از او بخواهید تا انسانیت باطنی شما تازه شود و همیشه نسبت به صدای روح القدس حساس باشید و توسط آن تقویت شوید. برای مشکلات

خود دعا کنید. برای مقابله با وسوسه ها از او حکمت هدایت و قوت بطلبید. در مواقع غم و غصه از او تسلی بطلبید و بطور خلاصه برای هر چیز دعا کنید ( فیلیپیان ۴ : ۶ ). سپس برای دیگران یعنی برای شریک زندگی خود، بچه های خود، والدین خود و برای همسایه ها و دوستان خود دعا کنید. برای شبان کلیسای خود و برای مبشران و دیگر مسیحیانی که خدا مسوولیت‌های ویژه ای به آنها سپرده است، دعا کنید. برای صاحب منصبان و کسانی که بر شما حکومت می کنند، دعا کنید ( اول تیموتاوس ۲ : ۱-۲ ) بطور خاص برای نجات جانهای گمشده دعا کنید. از خدا بخواهید هر روز فرصتهایی ایجاد کند تا مسیح و خدمت روح القدس را با دیگران در میان بگذارید تا حکم اعظم مسیح تحقق پیدا کند ( اول تیموتاوس ۲ : ۳-۴ ). از همانجایی که در آن زندگی می کنید کار را آغاز کنید. در جستجوی دوستان مسیحی دیگر باشید تا با آنها دعا کنید. برای آنها نیز دعا کنید ( متی ۱۸ : ۱۹ ).

این عناصر یعنی - پرستش، اعتراف، شکرگزاری، التماس یا طلب نمودن - به بسیاری از مسیحیان یاری نموده است تا دعا‌های بهتری داشته باشند.

## منبع قدرت ما

قدرت ما به پول، نبوغ، استعداد و اعمال وقف شده ما بستگی ندارد.  
> ای. ام. باندز < ( E.M. Bounds ) چنین نوشته است:

> کلیسا در جستجوی روشهای بهتر است لکن خدا در جستجوی انسانهای بهتر می باشد.... آنچه که امروز کلیسا بدان نیاز دارد تجهیزات بهتر، سازمان و تشکیلات جدید و روشهای نوین نیست بلکه کلیسا به زنان و مردانی احتیاج دارد که روح القدس بتواند آنها را به کار گیرد، زنان و مردانی که اهل دعا باشند. روح القدس از میان روشها جریان پیدا نمی کند بلکه از میان انسانها. او نه بر تجهیزات بلکه بر انسانها قرار می گیرد. او نه طرحها و نقشه ها را بلکه زنان و مردان دعا را مسح می کند.<

در سال ۱۹۵۴ > راجر بانیستر < ( Roger Bannister ) رکورد یک مایل در چهار دقیقه را شکست. کسی تا آن موقع این رکورد را شکسته بود ولی > بانیستر < باور داشت که می تواند این رکورد را شکست. او یک تصویر ذهنی از خود ایجاد کرد مبنی بر این که می تواند این رکورد را بشکند و بالاخره موفق هم شد. از سال ۱۹۵۴ تاکنون صدها ورزشکار دیگر این رکورد را شکسته اند و علت موفقیت آنها این بود که > راجر بانیستر < ثابت کرد که می شود این کار را انجام داد.

اگر یک فرد تنها با استفاده از منابع انسانی قادر است موفقیت‌های برجسته ای را کسب نماید چقدر بیشتر شما و من می توانیم با ایمان به خدای قادر مطلق و با استفاده از نیرو و منابع بی پایان مافوق طبیعی به موفقیت‌هایی نایل آییم. آرزوی صمیمانه من این است که در حین مطالعه دروس این کتاب، اهمیت دعا را درک کرده و بدون اتلاف وقت هر روز در خلوت با پدر آسمانی خود مشارکت داشته باشید.

## درس اول

### مقصود و هدف دعا

هدف درس : درک اهمیت دعا در زندگی مسیحی

قرائت : اعمال ۳ و ۴

آیه حفظی : اول یوحنا ۵ : ۱۴ - ۱۵

عیسی نمونه کامل اطاعت در دعا را به ما ارائه می دهد. مشغله ها و مسوولیت های مختلف از جمله تعلیم دادن مردم، شفای مریضان، ملاقاتهای خصوصی، مسافرت و آموزش شاگردان وقت روزانه او را تماما پر می ساخت اما دعا در زندگی او در اولویت قرار داشت. اگر عیسی تا این اندازه به مشارکت خصوصی با پدر خود در دعا متکی و وابسته بود، چقدر بیشتر من و شما نیاز به صرف وقت با خدای خود در خلوت داریم.

زندگی شاگردان مسیح و مسیحیانی که خدا در طی قرون و اعصار آنها را به طرز باشکوهی برای رساندن پیغام مسیح به دنیا به کار برده است حاکی از ضرورت دعا است. آنها نیز در زمینه اطاعت از فرمان خدا به جهت دعا نمونه هستند.

شخصی حکیمانه گفته است: "شیطان به زحماتی که ما می کشیم می خندد و حکمت ما را به باد تمسخر می گیرد، اما وقتی که ضعفترین ایماندار مقدس خدا را بر زانوهایش در دعا می بیند، به خود می لرزد." دعا، طریق تعیین شده خدا برای انجام کار او است.

این دروس به شما کمک خواهد نمود تا پی به دلیل اهمیت زیاد دعا در زندگی مسیحی ببرید. بدقت این درس را مطالعه نمایید و در مورد اصولی که یاد می گیرید به تعمق و تفکر بپردازید.

### مطالعه کتاب مقدس

#### چرا دعا مهم است؟

یوحنا ۱۴ : ۱۳ ، اول تسالونیکیان ۵ : ۱۷ ، اعمال ۴ : ۲۳ - ۳۳ ، متی ۹ : ۳۷ را بخوانید. حداقل سه دلیل برای دعا کردن ذکر نمایید.

#### انگیزه رسولان

اعمال باب ۴ را بخوانید.

۱- رسولان با چه مشکلی روبه رو شدند؟

۲- چرا آنها از خدا نخواستند تا به جفا و شکنجه خاتمه دهد؟

۳- الف ( آنها برای چه موضوعی دعا کردند؟ ) ( آیه ۲۹ )

ب ( چرا این موضوع اهمیت دارد ؟

۴- انگیزه واقعی آنها چه بود ؟ ( یوحنا ۱۴ : ۱۳ )

### انگیزه شما برای دعا کردن

براساس تجربه شخصی خود حداقل چهار دلیل را که نشان می دهد چرا شما دعا می کنید، نام ببرید؟

### خدا با چه انگیزه ای به ما در مورد دعا تعلیم می دهد؟

یوحنا ۳ : ۵ - ۸ , یوحنا ۴ : ۲۳ - ۲۴ را بخوانید.

۱- الف ( وجود خدا به چه صورت و در چه حالتی است؟ به بیانی دیگر ذات او چیست؟

ب ( برای این که بتوانیم با خدا مشارکت داشته باشیم نخست چه واقعه ای باید برای ما رخ دهد؟

ج) خدا به چه نوع پرستشی رغبت دارد؟

د) چه چیزی پسندیده خدا است؟ ( امثال ۱۵ : ۱۸ )

۲- در هر یک از آیات زیر چه مقصود و هدفی برای دعا ذکر شده است:

متی ۷ : ۷

متی ۲۶ : ۴۱

لوقا ۱۸ : ۱

۳- به نظر شما خدا از طریق این آیات چه چیزی را می خواهد در مورد خود به ما بگوید؟

**دعا احتیاجات قلبی یا درونی ما را رفع می نماید**

۱- الف) مطابق دوم قرنتیان ۳ : ۵ , منبع کفایت فرد مسیحی کجاست ؟

ب) شما چگونه از این منبع بهره برداری می کنید؟

۲- زمزمور ۶۳ را بخوانید. عناصر یا اجزا پرستشی را مورد توجه قرار دهید و کلمات و عبارتی را که نشان می دهند چگونه باید پرستش کنیم در جدول زیر بنویسید. در مقابل هر کلمه یا عبارت، آیه مربوطه را بنویسید ( مثال: جان من تشنه است- زمزمور ۶۳ : ۱ ).

چگونه باید خدا را پرستش کنیم	آیه مربوطه

### کاربرد عملی در زندگی

۱- حال که این درس را مطالعه کرده اید چه نتایجی می توانید در مورد رابطه و مشارکت خود با خدا در دعا بگیرید؟

۲- فهرست موضوعاتی را که می خواهید درباره آنها دعا کنید، تهیه نمایید.

تاریخ	درخواست	تاریخ دریافت جواب دعا

## درس دوم

### مخاطب ما در دعا کیست؟

هدف درس : درک نقش پدر، پسر و روح القدس در دعا

قرائت : اعمال ۵ و ۶



به دلیل این که پدر، پسر و روح القدس در اتحاد و هماهنگی کامل با هم کار می کنند، هر کدام در دعا نقش خاصی را ایفا می نمایند. نویسنده رساله عبرانیان چنین نوشته است: > پس با دلیری ( اطمینان ) نزدیک به تخت فیض بیاییم و فیضی را حاصل کنیم که در وقت ضرورت ما را اعانت کند < ( عبرانیان ۴ : ۱۶ ).  
اما ما چگونه به قدرتمندترین وجود عالم هستی نزدیک می شویم؟ آیا ما مستقیماً به او دعا می کنیم؟ آیا ما خطاب به عیسی مسیح دعا می کنیم و از او می خواهیم تا احتیاجات ما را به پدر عرضه کند؟ اصولاً ما چگونه می توانیم با دلیری و شجاعت به یک چنین خدای قدوسی نزدیک شویم؟  
در این درس خواهید آموخت که چرا هر سه شخصیت تثلیث در دعاهاى ما نقش فعالی را ایفا می کنند و چرا هر یک از آنها نقش مجزا ولی در عین حال وابسته به هم دارند.

### مطالعه کتاب مقدس

#### خطاب به چه کسی دعا می کنیم؟

۱- مطابق متی ۶ : ۶ به چه کسی باید دعا کنیم؟

۲- مطابق آیات زیر دلائل پاسخ خود را ذکر کنید:

اول تواریخ ۲۹ : ۱۱ - ۱۲

متی ۶ : ۹

یوحنا ۱۶ : ۲۳

۳- متن زیر از کتاب < چگونه باید دعا کرد > به قلم < توری > ( R.A.Torrey ) اقتباس شده است. در

مورد اصلی که در این متن آمده است به تعمق و تفکر پردازید:

> اما برخی خواهند گفت: " آیات همه دعاها به سوی خدا نمی روند؟ " پاسخ منفی است. بسیاری از به

اصطلاح دعاها، چه دعاهاى انفرادی و چه دعاهاى عمومی، به سوی خدا نمی رود. برای این که دعایی واقعا

به سوی خدا برود باید به گونه ای مشخص، مطمئن و آگاهانه در دعا به حضور خدا نزدیک شویم، ما باید بطور مشخص و واضح بدانیم زمانی که دعا می کنیم، توجه او به ما جلب شده و به دعاهاى ما گوش فرا مى دهد.

ما در اغلب دعاها، فکر خود را بر خداوند متمکز نمى سازیم. فکر یک خدای قدرتمند و یک پدر مهربان، کمتر ذهن ما را به خود مشغول مى سازد. نیاز دیگران و حتی خود کسانی که برای آنها دعا می کنیم فکر ما را پر نمى سازد، بلکه ذهن ما این جا و آن جا در دنیا سرگردان است. اما هنگامی که ما حقیقتاً به حضور خدا می آییم و در دعا با او روبه رو می شویم و آنچه می خواهیم واقعاً می طلبیم، آنگاه قدرت خدا ظاهر می گردد. < زمانی که شما دعا می کنید، چگونه به خدا نزدیک می شوید؟

چگونه می توانید فکر خود را بشتر بر او متمرکز سازید؟

در مورد یکی از مواردی که در حین دعا حضور خدا را بطور خاص احساس کرده اید، فکر کنید. چه چیزی این موعد دعا را از دیگر وقتها متمایز می ساخت؟ چرا؟

**به واسطه چه کسی دعا می کنیم؟**

یوحنا ۱۴ : ۶ و اول تیموتائوس ۲ : ۵ را بخوانید.

۱- الف ) بین خدا و انسان چند متوسط یا واسطه وجود دارد؟

ب ) آن متوسط یا واسطه کیست؟

۲- مطابق عبرانیان ۴ : ۱۴ - ۱۶ ، خصوصیات کاهن اعظم ما را شرح دهید.

۳- مطابق اول یوحنا ۳ : ۱۲ - ۲۳, شرایط ایجاد مشارکت در دعا چیست؟

۴- گناهان اعتراف نشده زندگی ما چه تأثیری در مشارکت ما با خدا در دعا می گذارند؟ ( مزمو ۶۶ : ۱۸ )

۵- کلام خدا در اول یوحنا ۱ : ۹ به ما وعده می دهد اگر به گناهان خود اعتراف کنیم او ما را خواهد آمرزید. واژه "اعتراف" به معنی " موافقت با " می باشد. اعتراف, مستلزم این است که گناهان خود را نزد خدا نام برده, و بپذیریم که او قبلا گناهان ما را توسط مرگ مسیح بر روی صلیب بخشیده است, و از گناهان خود توبه کنیم ( یعنی آنها را ترک کنیم یا رویه خود را نسبت به آنها عوض کنیم).

**برای اعتراف به گناهان خود مطابق قدمهای صفحه بعدی عمل نمایید:**

- از روح القدس بخواهید تا هر نوع گناه را در زندگی شما مکشوف سازد.
- گناهی را که روح القدس به شما نشان داده است, روی یک صفحه کاغذ بنویسید.
- آن گناه را به خدا اعتراف کنید و از خدا بخواهید شما را ببخشد.
- مطابق اول یوحنا ۱ : ۹ با ایمان بخشش خدا را دریافت کنید.
- این آیه را روی گناهی که نوشته اید, بنویسید.
- کاغذ را دور بیندازید.

۶- الف ( خدا کسانی را که واقعا و صمیمانه به اسم پسرش دعا می کنند, احترام می کند. در یوحنا ۱۵ : ۱۶ و ۱۶ : ۲۳ چه وعده ای داده شده است؟

ب ( مسیح در یوحنا ۱۴ : ۱۲ - ۱۴ چه وعده ای داد؟

۷- نام عیسی برای خدا به معنی همه چیز است. او عیسی را در جایهای آسمانی در بالاترین مرتبه قرار داد و نامی را که فوق از جمیع نامهای آسمانی و زمین است، بدو بخشید.  
مطابق آیات زیر مفهوم و جایگاه اسم عیسی را شرح دهید:  
یوحنا ۲۰ : ۳۱

اعمال ۲ : ۳۸

اعمال ۳ : ۶ و ۱۶ , ۴ : ۱۰ و ۳۰

اعمال ۱۹ : ۱۷

اعمال ۴ : ۱۲

مرقس ۹ : ۳۷

فیلیپیان ۲ : ۵ - ۱۱

۸- کاربرد نابجای نام عیسی هیچ حاصلی ندارد. برای بسیاری نام عیسی به یک ورد یا افسون فاقد قدرت تبدیل گشته و آنها را در رابطه با دعاها و بی جواب دچار شگفتی و سرگردانی نموده است.

مطابق آیات زیر، ما چگونه می توانیم اسم عیسی را به طرز صحیح به کار ببریم و جواب دعا‌های خود را از خدا بگیریم؟  
اول یوحنا ۵: ۱۳ - ۱۵

افسیان ۵: ۲۰

کولسیان ۳: ۱۷

یوحنا ۱۵: ۱۶

یعقوب ۴: ۳, یوحنا ۱۴: ۱۳

### به وساطت چه کسی دعا می کنیم؟

افسیان ۶: ۱۸ و یهودا ۲۰ را بخوانید.

> اندرو مورای < (Andrew Murray) نویسنده نامی و صاحب نظر در زمینه دعا، چنین نوشته است:

> ما همه جایگاه پدر و پسر را در دعا باز می شناسیم. ما خطاب به پدر دعا می کنیم و از او انتظار پاسخ داریم. لیاقت نام و زندگی پسری که در ما ساکن است ما در او، این اطمینان را به ما می بخشد که دعاهايمان اجابت می شود.

ولی آیا فهمیده ایم که در دعا هر سه شخصیت تثلیث اقدس جایگاه و مقام برابری دارند و ایمان به شفاعت روح القدس در دعا به اندازه ایمان به پدر و پسر، ضروری و واجب است؟ این مطلب به وضوح در کلام خدا این چنین آمده است: > زیرا که به وسیله او (عیسی مسیح) هر روز نزد پدر در یک روح دخول داریم < (افسیان ۲: ۱۸).

به همان اندازه که دعا باید خطاب به پدر و به وساطت پسر صورت گیرد، باید توسط روح نیز باشد. روح القدس به هیچ طریقی نمی تواند در ما دعا کند، مگر این که در ما زندگی نماید. تنها زمانی که خود را به روح قدوسی که در ما دعا و زیست می کند می سپاریم، می توانیم جلال خدایی را که دعا می شنود و شفاعت و میانجیگری مبارک و موثر پسر را بشناسیم و بدانیم که آنها داری چه قدرتی هستند!>

۱- الف ( مطابق رومیان ۸ : ۲۶ - ۲۷، چرا لازم است روح القدس ما را در دعا یاری کند؟

ب ( او چگونه به ما کمک می کند؟

ج ( چرا خدا به دعاهاى روح القدس پاسخ می دهد؟

۲- پس رابطه ما با روح القدس می باید چگونه باشد؟ ( افسسیان ۵ : ۱۸ )

۳- الف ( وقتی که ما دعا می کنیم خدا در رابطه با اندیشه های ما ( عواملی که باعث نگرانی و اضطراب ما می شوند ) چه کاری انجام می دهد؟ ( فیلیپیان ۴ : ۶ - ۷ )

ب ( مثالی را در این رابطه از زندگی خود بزنید.

۴- الف ( چرا باید اندیشه های خود را به خدا واگذاریم؟ ( اول پطرس ۵ : ۷ )

ب) به تفکر درباره یکی از مواردی که شما اینچنین کرده اید پردازید. او چگونه به دعای شما پاسخ داد؟

ج) این جواب دعا چه مفهومی برای شما داشت؟

### کاربرد عملی در زندگی

۱- الف) به تهیه فهرستی از آموخته های جدیدی که در رابطه با دعا در این درس فرا گرفته اید، پردازید.

ب) شرح بدهید چگونه با استفاده از این آموخته ها می توانید زندگی دعایی بهتری داشته باشید؟

۲- حداقل یک راه عملی جدید که می خواهید هم اکنون توسط آن دعا را در زندگی خود به کار ببرید، بنویسید.

## راهنمایی برای داشتن دعای موثر روزانه

هدف درس : به کار بردن یک راهنمای ساده برای دعای روزانه

قرائت : اعمال ۷ و ۸

آیه حفظی : اول قرنتیان ۱۴ : ۴۰

نمی توان برای دعای موثر یک فرمول جادویی ارئه نمود. خدا به این دلیل که ما با ترتیب تشریفاتی درستی دعا می کنیم، به دعای ما پاسخ نمی دهد. خدا بیشتر به حالت باطنی و قلبی ما توجه می کند تا به کلماتی که در دعا ادا می کنیم. < جان بنیان ( John Bunyan ) نویسنده کتاب " سیاحت مسیحی " گفته است : > به هنگام دعا اگر کلماتی نگوئیم ولی دل ما در کار باشد بهتر است از این که کلماتی را ادا کنیم ولی دل ما در دعا نباشد. < با وجود این کلام خدا مجموعه ای از عناصر یا اجزا اساسی خاصی را به ما ارئه می کند، که اگر آنها را در ارتباط خود با خدا بگنجانیم ما را قادر خواهند ساخت تا جواب دعاها را خود را بیابیم. در این درس راهنمای ساده ای را مورد توجه قرار خواهیم داد که می توانید در عبادت روزانه خود از آن استفاده کنید و آن عبارت است از:

- پرستش
- اعتراف
- شکرگزاری
- التماس یا طلب نمودن

شما می توانید حروف اول این کلمات را کنار هم قرار داده ( پاشا ) آن را در خاطر خود نگاه دارید و به این وسیله همیشه این فرمول را به یاد داشته باشید.

## مطالعه کتاب مقدس

### پرستش

۱- چرا باید خدا را تمجید و پرستش نماییم؟

ارمیا ۳۲ : ۱۷



اول یوحنا ۴ : ۱۰

فیلیپان ۱ : ۶

۲- الف ( بهترین راه برای ابراز حق شناسی, سپاسگزاری, ایمان و اعتماد به خدا در تمام اوضاع و احوال چیست؟ ) (فیلیپان ۴ : ۶)

ب ( خدا از ما چه توقعی دارد؟ ) (اول تسالونیکیان ۵ : ۱۶ - ۱۸)

ج ( اگر گاهی برای شما مشکل است خدا را تمجید نمایید, بعضی از مزامیر را بخوانید ( مخصوصا مزامیر ۱۴۶-۱۵۰ را ).

۳- شما پرستشها و تمجیدات خود را چگونه به خدا اظهار می کنید؟

## اعتراف

اشعیا ۵۹ : ۱ - ۲ را بخوانید.

۱- چه چیزی مانع مشارکت ما با خدا می شود؟

۲- مزمور ۵۱ دعای داود است, هنگامی که در مشارکت با خدا دچار لغزش و مشکل شده بود. به نظر داود خدا چه انتظاری از او داشت؟ ( مزمور ۵۱ : ۶ و ۱۶ - ۱۷ )

۳- مزمور ۳۲ : ۱ - ۷ را بخوانید.

الف ( نظر و تجربه داود در مورد اعتراف چه بود؟

ب ( تجربه داود در مورد عدم اعتراف چه بود؟ ( آیات ۳ - ۴ )

۴- الف ( زمانی که در می یابید رابطه و مشارکت شما با خدا مختل شده می باید چه کار کنید؟  
( اول یوحنا ۱ : ۹ )

ب ( چه گناهی در زندگی شما مانع مشارکت شما با خدا می شود؟

ج ( با این گناه چه برخوردی خواهید کرد؟

### شکرگزاری

بیایید هرگز مرتکب گناه ناسپاسی و ناشکری نسبت به خدا نشویم.  
۱- الف ( به چه میزان باید شکرگزار باشیم؟ ( عبرانیان ۱۳ : ۱۵ )

ب ( برای چه چیزهایی باید شکرگزاری نماییم؟ ( افسسیان ۵ : ۲۰ ) چرا؟ ( اول تسالونیکیان ۵ : ۱۸ )

۲- آیا در شرایطی که نامساعد و نامطلوب به نظر می رسند نیز باید شکرگزار باشیم؟ ( رومیان ۵ : ۳ - ۴ )

۳- الف ( هنگام دعا چگونه در عمل شکرگزاری می نمایید؟

ب) در زندگی روزانه خود چطور ؟

۴- الف ) فهرستی از مسائل، مشکلات، یأسها، دردها و رنجها، و عوامل نامطلوبی که شما را نگران میکنند، تهیه نمایید.

ب ) برای هر کدام از آنها شروع به شکرگزاری نمایید و به این وسیله اعتماد و توکل خود را به خدا نشان دهید.

### التماس یا طلب نمودن

۱ - شفاعت.

نمونه ای از شفاعت در کولسیان ۱ : ۳ آمده است. پولس رسول برای مسیحیان کولسی چه دعایی کرد؟

اکثر اوقات کوششهای ما برای راهنمایی و هدایت مردم به سوی مسیح بی ثمر می ماند چون که ما آمادگی لازم برای شهادت دادن را به فراموشی می سپاریم. قانون و ترتیب الهی این است که ما اول درباره مردم با خدا صحبت نماییم و سپس درباره خدا با مردم سخن بگوییم. اگر از این قاعده پیروی نماییم به نتیجه خواهیم رسید. دعا حقیقتاً آم جایی است که ما مردم را برای مسیح صید می کنیم و شهادت دادن صرفاً جمع آوری نتایج و ثمرات دعا است. در حالی که مطالب بالا را مورد تعمق و تفکر قرار می دهید، فهرستی از درخواستهایی که برای مسیحیان و غیر مسیحیان از خدا دارید، تهیه نمایید.

۲- درخواست.

چرا باید از خدا انتظار داشته باشیم تا به دعاها ما پاسخ دهد؟ ( متی ۷ : ۹ - ۱۱ ، رومیان ۸ : ۳۲ )

مطابق مزمور ۸۴: ۱۱-۱۲ خدا وعده انجام چه کاری را داده است؟

ایمان چه نقشی در دعاهاى ما دارد؟ (مرقس ۱۱: ۲۴, یعقوب ۱: ۶-۷)

به غیر از ایمان چه چیز دیگری به جهت اجابت دعا ضروری است؟ (متی ۶: ۹-۱۰, اول یوحنا ۵: ۱۴-۱۵)

خدا چرا به بعضی از دعاها پاسخ نمی دهد؟ (یعقوب ۴: ۳)

این موضوع چه ارتباطی با دعاهاى شما دارد؟

۳- دوم قرن‌های ۱۲: ۷-۱۰ را در پرتو رومیان ۸: ۲۸ توضیح دهید.

این قسمت در خصوص دعاهاى که ظاهراً بی جواب مانده اند, به ما چه می آموزد؟

## کاربرد عملی در زندگی

۱- به فهرستی که در آخر درس اول تهیه کردید, درخواستهای دیگری اضافه کنید.

۲- روش "پاشا" را در دعاهاى روزانه خود آغاز کنید و بعد از چند روز بنویسد دعاهاى شما چه تغییری کرده است؟

۳- فهرستی از موقعیتهای روزانه که در آن می توانید خدا را تمجید و شکرگزاری نمایید و به این وسیله عکس العمل خداپسندانه را نسبت به آن موقعیتهای در خود تقویت نمایید، تهیه نمایید.

پس از تهیه این فهرست در این موقعیتهای خدا را تمجید کنید و به شکرگزاری بپردازید.

## درس چهارم

### چگونه با قدرت دعا کنید؟

هدف درس : بیاموزید چگونه با ایمان، قدرتی را که در دعا نهفته است به دست بیاورید

قرائت : اعمال ۹ و ۱۰

آیه حفظی : یعقوب ۵ : ۱۶

> جاناتان گوفورت < ( Jonathan Goforth ) مرد دعاهاى قدرتمند بود. در مورد او گفته شده است , وقتی او در مورد اراده خدا در دعا اطمینان حاصل می کرد آنقدر با قدرت به دعاهاى خود ادامه می داد تا آن امر تحقق می یافت.

> اندرو موری < نیز یکی از بزرگترین مردان دعا بود. او در کتابی تحت عنوان < مسیحی اها دعا > ( The Praying Christian ) چنین نوشته است:

> این را همه می دانند که شخص مسیحی نیازمند قدرت است. این نیز حقیقت دارد که فرد مسیحی از خود هیچ قدرتی ندارد. از کجا می توان به این قدرت دست یافت ؟ به پاسخ این سوال توجه کنید : " خلاصه ای برادران من در خداوند و در توانایی قوت او زور آور شوید " ( افسسیان ۶ : ۱۰ ).

پولس رسول در باب نخست این رساله در مورد این قدرت یا قوت سخن به میان آورده بود (افسسیان ۱ : ۱۸ - ۲۰).

او برای آنها دعا کرده بود تا خدا، روح القدس را به آنها عطا کند تا آنها عظمت بینهایت قدرت او نسبت به مومنین را که بر حسب عمل توانایی قوت او در مسیح عمل کرد و او را از مردگان برخیزانید، بدانند. حقیقتی که در این جا گفته شده است، این است : عظمت بینهایت قوت او که مسیح را از مردگان برخیزانید در همه ایمانداران عمل می کند. بلی، خواننده عزیز این قدرت در من و تو عمل می کند. ما به سختی این حقیقت را باور می کنیم و حتی کمتر از آن نیز این قوت را تجربه می کنیم. برای همین است که پولس رسول دعا می کند و ما نیز باید با او دعا کنیم تا خدا توسط روح القدس به ما تعلیم دهد تا به قدرت مطلق او ایمان بیاوریم.

اکنون با تمام دل این طور دعا کنید : " پدر روح حکمت را به من عطا کن تا این قوت را در زندگی خود تجربه نمایم. "

دعا کنید تا روح خدا چشمان شما را روشن سازد. به قوت الهی که در وجود شما عمل می کند ایمان بیاورید. دعا کنید تا روح القدس این را برای شما مکشوف سازد تا شما وعده خدا را که قول داده است قدرت خویش را در دل شما نمایان سازد کسب نمایید، قدرتی که می تواند نیازهای شما را برآورده سازد. آیا اکنون متوجه شده اید که برای تجربه نمودن قوت خدا در وجودتان، نیازمند صرف وقت بسیاری در مشارکت با پدر و پسر می باشید؟<

## مطالعه کتاب مقدس

### قوت جهت جواب گرفتن در دعا

اعمال ۱۲ : ۵ - ۱۸ را بخوانید.

۱- الف ) همقطاران مسیحی پطرس در رابطه با مجبوس شدن وی چه عکس العملی نشان دادند؟ ( آیه ۵ )

ب ) پاسخ خدا به دعای آنها چه بود ؟ ( آیه ۶ - ۱۱ )

ج ) عکس العمل آنها نسبت به پاسخ خدا چه بود ؟ ( آیات ۱۳ - ۱۶ )

د ( چگونه مشاهده اجابت مقتدرانه دعاهاى خود از جانب خدا، احساسات شما را در مورد دعا تغییر می دهد؟

۲- مطابق آیات زیر برای این که فردی دعای قدرتمندی داشته باشد، خدا از او خواهان داشتن چه

خصوصیاتی است؟

عبرانیان ۱۱ : ۱ و ۶

رومیان ۱۲ : ۱ - ۲

مرقس ۱۱ : ۲۵

اول یوحنا ۳ : ۲۲

افسیان ۵ : ۱۸

### شرایط لازم برای کسب جواب دعا

۱- چرا لازم است مطابق اراده خدا دعا کنیم ؟ ( اول یوحنا ۵ : ۱۴ - ۱۵ )

۲- آیه یوحنا ۱۵ : ۷ را با کلمات خود بنویسید و بگویید این آیه در مورد شرایط اجابت دعا چه تعلیمی می دهد؟

۳- ارزش دعای دسته جمعی برای یک موضوع، در مقابل دعای انفرادی چیست؟ ( متی ۱۸ : ۱۹ )؟

## دعای مستمر، مصرانه و غالب

< جرج مولر > ( George Mueller ) در طول حیات خود بیش از ۵۰,۰۰۰ پاسخ دعا را به ثبت رساند. او بیش از ۶۰ سال برای دو نفر هر روز دعا کرد. یکی از این مردان اندکی پیش از فوت < مولر > به مسیح ایمان آورد و دیگری نیز یک سال بعد از درگذشت او. مانند < جرج مولر > ما همیشه پاسخ دعاها را خود را نمی بینیم و باید نتایج را به خدا واگذار نماییم. یکی از بزرگترین نیازهای عصر حاضر، وجود مردان و زنانی است که در مورد چیزهایی که از خداوند می خواهند شروع به دعا می نمایند و آن قدر مصرانه به دعا ادامه می دهند تا پاسخ دعای خود را بیابند.

۱- به نظر شما چه مدت باید برای چیزی یا کسی دعا کنیم؟ ( لوقا ۱۸ : ۱ - ۸ )

به نظر شما چرا خدا دعای مصرانه و مستمر را ارج می نهد؟

احساسات ما چه نقشی را در دعای مستمر و غالب ایفا می کنند؟

۲- مردان زیر به وسیله دعا چه کارهایی انجام دادند؟

موسی ( خروج ۱۵ : ۲۲ - ۲۵ )

شمشون ( داوران ۱۶ : ۲۸ - ۳۰ )

پطرس ( اعمال ۹ : ۳۶ - ۴۱ )

ایلیا ( یعقوب ۵ : ۱۷ - ۱۸ )



۳- این نمونه ها برای کسب اطمینان در دعا چه کمکی به شما می کنند؟

۴- مثالی در رابطه باکاری که خدا به خاطر دعای مستمر و مصرانه برای شما یا برای کسی که می شناسید کرده است، بنویسید.

### کاربرد عملی در زندگی

۱- زندگی دعایی خود را در پرتو شرایط اجابت دعا مورد بررسی قرار دهید. نیازمند چه شرایطی هستید تا یک ارتباط شفاف و آزاد با خدا داشته باشید؟

زمانی که دعا می کنید چه اندازه ایمان دارید و به خدا توکل و اعتماد می کنید؟

۲- در خواستی را که باید برای آن بطور مستمر و مصرانه دعا کنید، نام ببرید.

۳- در رابطه با این درخواست دو آیه مناسب ذکر کنید.

## درس پنجم

### وعده های خدا در مورد دعا

هدف درس : طلب نمودن وعده های خدا در مورد دعا

قرائت : اعمال ۱۱ و ۱۲

آیه حفظی : ارمیا ۳۳ : ۳

تخمیناً بیش از ۵,۰۰۰ وعده شخصی در کتاب مقدس یافت می شود. با این وجود، این وعده ها برای بسیاری از مسیحیان مفهوم آنچنانی ندارد یا حتی گاهی نیز نامفهوم است، چرا که آنها با ایمان اسن وعده ها را به خود اختصاص نیم دهند ( عبرانیان ۴ : ۲ ).

واژه ایمان بر عمل دلالت می کند. بطور مثال کیسه های سیمانی که در انبار ذخیره شده اند هرگز به صورت بتون در نیم آیند مگر این که با شن، ریگ و آب مخلوط گردند. به همین ترتیب وعده های خدا جامه عمل نیم پوشند مگر این که با ایمان و عمل توأم گردند. شما باید با ایمان و عمل آنها را به اختصاص دهید.

این درس برخی از شرایط و وعده های خدا در مورد دعا و تدارکاتی که خدا برای رفع نیازهای شکا فراهم نموده است را، به شما نشان خواهد داد.

### مطالعه کتاب مقدس

#### وعده هایی که خدا در مورد دعا داده است

آیات زیر را از کتاب مقدس یافته و شرط و وعده ای را که در هر کدام از این آیات آمده است مشخص کنید.

۱- ارمیا ۳۳ : ۳

شرط

وعده

۲- متی ۲۱: ۲۲

شرط

وعده

۳- اول یوحنا ۵: ۱۴ - ۱۵

شرط

وعده

۴- یوحنا ۱۴: ۱۴

شرط

وعده

۵- شما به کدامیک از این وعده ها بیشتر نیاز دارید، تا هم اکنون در دعای خود به کار ببندید؟ چرا؟

**آنچه خدا از طریق دعا فراهم خواهد نمود**

در آیات زیر وعده های خدا را در مورد مطالب زیر مشخص کنید:

۱- احتیاجات مادی

فیلیپیان ۴: ۱۹

مزمور ۸۴: ۱۱

۲- هدایت یا راهنمایی

امثال ۳: ۵ - ۶

مزمور ۳۲: ۸

۳- احتیاجات روحانی

افسیان ۱: ۳

فیلیپان ۴: ۱۳

### چرا خدا قابل اعتماد است؟

۱- به چه علت می توانیم مطمئن باشیم که خدا به وعده های خود عمل خواهد نمود؟ فهرستی از دلایل تهیه کنید.

مزمور ۹: ۱۰

مزمور ۱۱۵: ۱۱

اشعیا ۲۶: ۴

ناحوم ۱: ۷

دوم سموئیل ۷: ۲۸

۲- هم اکنون در کدام قسمت از زندگی خود نیاز دارید به خدا اعتماد و توکل بیشتر داشته باشید؟ چرا؟

این وعده های واقعی هستند، به آنها ایمان داشته باشید، آنها را به خود اختصاص دهید و توسط آنها زندگی کنید.

### کاربرد عملی در زندگی

در جدول زیر حداقل سه مورد که لازم است برای آنها دعا کنید، بنویسید. برای هر یک از وعده های خدا جهت تدارک نیاز خود آیه مناسبی ذکر نمایید.

احتیاج	وعده

درس ششم

برنامه ریزی اوقات عبادت روزانه

**هدف درس :** داشتن دعا‌های مستمر و موثر روزانه

**قرائت :** اعمال ۱ و ۲

**آیه حفظی :** اشعیا ۴۰ : ۳۱

در طی قرون و اعصار مردان و زنان خدا که کارهای عظیمی برای خدا انجام داده اند، به ضرورت داشتن اوقات عبادت شخصی شهادت داده اند.

< جان و سلی > که یک نهضت بزرگ روحانی را به وجود آورد و دنیا را برای خدا تکان داد و کلیسای متدیست را بنیان نهاد، یکی از این رهبران بزرگ روحانی است. او مقدم بر هر امر دیگری، دعا را اولین وظیفه خود می دانست. همانگونه که کودکی برای رشد جسمانی احتیاج به غذا دارد، ما نیز برای رشد روحانی به غذا نیاز داریم. ما می توانیم یک وعده غذا نخوریم و هیچ احساس ناراحتی نکنیم، اما اگر یک هفته غذا نخوریم، جسم بسیار ضعیف خواهیم شد. این موضوع در خصوص زندگی روحانی ما نیز صادق است. مطالعه کلام خدا و دعا برای رشد روحانی بسیار حائز اهمیت است. ممکن است یک روز توسط کلام خدا تغذیه نشویم و یا دعا نکنیم و ظاهراً آثار بد آن را در خود احساس نکنیم، اما اگر این وضع ادامه پیدا کند قدرت زندگی پیروزمندانه مسیحی را از دست خواهیم داد.

زندگی مسیحی را می توان به سربازی که در میدان جنگ است تشبیه نمود. او در حالی که در خط مقدم جبهه قرار دارد توسط بی سیم با فرمانده خود در تماس است. او با فرمانده خود تماس می گیرد و اوضاع جبهه و مشکلاتی را که با آن روبه رو است گزارش می کند. سپس فرمانده او که می تواند از موضع برتر خود، تمام اوضاع جبهه جنگ را مشاهده کند، دستورات لازم را به او می دهد. به همین نحو شخص مسیحی، شادیها و غمها، پیروزیها و شکستها، و احتیاجات خود را با خدا در میان می گذارد و خدا نیز با کلام خود او را تعلیم می دهد و هدایت می کند. این پدر آسمانی ما است که ما را در کشمکشهای زندگی هدایت و راهنمایی می کند. او از قدمهایی که باید برداریم آگاه است. ما باید برای طلب هدایت خدا، وقت صرف کنیم.

## مطالعه کتاب مقدس

### تعیین وقت مشخص

ما باید وقتی را برای عبادت روزانه تعیین کنیم تا در آن به پرستش شخصی، تفکر و تعمق بپردازیم و طالب مشارکت با عیسی مسیح خداوند باشیم. وقتی روز خود را این گونه آغاز کنید می توانید این مشارکت را در تمام مدت روز ادامه دهید (مزمور ۱۱۹ : ۹۷، اول تسالونیکیان ۵ : ۱۷).

۱- شاگردان پس از صعود مسیح، در اطاعت از فرمان او چه کردند؟ (اعمال ۱ : ۱۳ - ۱۴)

۲- اگر چه افراد گوناگون به طرق مختلف برنامه ریزی می کنند، با این وجود اکثر مردم ساعات صبحگاهی را به ساعتی که مسوولیت‌های روزانه آغاز می گردند ترجیح می دهند. داود به "مرد موافق دل خدا" ملقب گردیده است. او چه ساعتی را برای مشارکت با خدا تعیین کرده بود؟ (مزمور ۵: ۳)

دو ویژگی زندگی عبادی عیسی مسیح را نام ببرید (مرقس ۱: ۳۵).

۳- بهترین وقت شما برای دعا و عبادت چه موقعی است؟

هیچ کس نمی تواند بگوید برای دعا و مطالعه کلام خدا وقت ندارد. همه ما می توانیم برای کاری که واقعا می خواهیم انجام دهیم، وقت پیدا کنیم. وقتی را خواه مدت آن کوتاه یا بلند باشد تعیین کنید.

۴- از شتاب و عجله در وقت عبادت پرهیز نمایید. به فکر مسوولیت و وظیفه بعدی خود نباشید. فکر خود را بر مشارکت با خداوند متمرکز سازید. تعیین وقت مشخص برای دعا بسیار به شما کمک خواهید نمود. اگر وقت کوتاهی را به دعای اختصاص دهید و در آن بر خداوند متمرکز باشید بهتر است که وقت دعای شما طولانی باشد ولی فکر و حواستان متمرکز چیزهای بسیار دیگر گردد. روزانه چند دقیقه می توانید به خدا اختصاص دهید؟

### مکان مشخصی را تعیین کنید

به منظور اجتناب از پریشانی افکار، مکان آرام و خلوتی را برای پرستش در نظر بگیرید. اگر تنهایی و امکان پیدا نمودن مکانی خلوت و آرام برای شما نیست، یاد بگیرید که ذهن خود را متمرکز سازید. اگر نمی توانید در منزل یا اتاق خود وقت دعا و عبادت داشته باشید، ممکن است مکانهای زیر برای دعای شما مناسب باشند:

- عبادتگاهی نزدیک خانه تان
  - گوشه ای خلوت در کتابخانه مدرسه تان
  - دفتر کار شما در اداره (قبل یا بعد از ساعت کار)
- نام سه مکان دیگر که می توانید در آن جا به دعا و مطالعه کلام بپردازید، ذکر کنید.

## هدف و محتوای اوقات دعا و عبادت شما

۱- ما باید برای هر کاری که انجام می دهیم هدف و مقصودی داشته باشیم. " اگر هدفی نداشته باشیم به چیزی نخواهیم رسید. " هدف ما از دعا باید بر قرار مشارکت شخصی با خدا برای رفع نیازهای روحانی خودمان باشد.

یک ملاقات کوتاه با خدا در ساعت اولیه صبح و راه رفتن با خدا در اتحادی زنده و فعال در تمام روز و تمرین ماندن در حضور خدا به این ترتیب بسیار با ارزش تر از این است که یک ساعت بیشتر از آن را در حالتی شریعت گونه در دعا صرف کنید و حضور خدا را در بقیه ساعات روز به فراموشی بسپارید. در طی اوقات دعا و عبادت، ما باید به قصورات خود پی برده و دوباره خود را وقف مسوولیت و وظیفه ای که پیش روی ما گذاشته شده است بنماییم. ما باید از این اوقات استفاده نماییم و بعد از جنگی که در پشت سر گذاشتیم دوباره نیروهای خود را جمع کنیم و برای حمله روز بعد برنامه ریزی نماییم. امروز چه نیاز روحانی ویژه ای را احساس می کنید؟

دیروز چه جنگی را پشت سر گذاشتید؟

۲- اوقات عبادت شما باید شامل مطالعه کتاب مقدس، دعا، پرستش شخصی و تفکر و تعمق در سکوت باشد. تمام جنبه های وقت عبادت به قدری به هم وابسته هستند که در واقع شما می توانید در آن واحد مشغول انجام همه آنها باشید. مثلاً با خواندن یک مزمور شکرگزاری یا پرستشی، عبادت خود را آغاز کنید. در حالی که مشغول خواندن هستید دل شما عکس العمل نشان خواهد داد و شما با قلبی شکرگزار به تمجید و پرستش خدا ادامه خواهید داد.

حالا به قسمتی دیگر از کتاب مقدس مانند رومیان باب ۸ مراجعه کنید. در حالی که این باب را مطالعه می کنید، پس از مواجهه با هر حقیقتی که به زندگی شما مربوط است، مکث کنید و خدا را شکر کنید. یک مرتبه که این را شروع کردید با تعجب متوجه خواهید شد که چقدر می باید خدا را تمجید و شکر نمایید. پس از مدتی قرائت کلام خدا و دعا، سکوت کنید و به دستورات و تذکرات خدا گوش فرا دهید. افکاری که به ذهن شما خطور می کنند یادداشت و برای آنها دعا کنید. به عنوان یک فعالیت تکمیلی می توانید آیاتی از کلام خدا را حفظ کنید و یا به قرائت یک کتاب عبادت نامه یا سرودنامه بپردازید.



۳- متی ۶: ۹ - ۱۳ را مطالعه کنید. این دعا را به شیوه خود و با استفاده از کلماتی که برای شما قابل فهم هستند بنویسید.

## کاربرد عملی در زندگی

جملات زیر را کامل کنید:

- ۱- من برای عبادت روزانه خود ساعت ..... را تعیین کرده ام.
- ۲- من تصمیم گرفته ام، در ..... به عبادت پردازم ( مکان عبادت ).
- ۳- هدف و مقصود من از تعیین زمان و مکانی مشخص برای عبادت است از : .....
- ۴- من در عبادت شخصی خود موارد زیر را خواهم گنجانید:

## درس هفتم

### مرور ( جمع بندی )

دوباره بخوانید : اعمال ۱۳ و ۱۴

آیات حفظی را مرور نمایید

سوالات این درس به شما کمک خواهند کرد تا این قدم را مرور نمایید. در صورت لزوم درس یا دروس مربوطه را بخوانید.

۱- چرا دعا اهمیت دارد؟

۲- اکنون برای داشتن دعای موثر کدامیک از شرایط ارائه شده در درس ۴ و ۵ را بر آورده می سازید که در گذشته بر آورده نمی ساختید؟

۳- حروف زیر مخفف واژه هایی هستند که محتوای دعای ما را نشان می دهند. این واژه ها کدامند؟

( پ )

( ا )

( ش )

( ا )

### کاربرد عملی در زندگی

۱- آیا هم اکنون از روش " پاشا " در دعا استفاده می کنید؟ ( به خاطر داشته باشید که این روشها تنها یک راهنما است و اجباری نیست. )

۲- آیا درک و برداشت شما در مورد قدرت دعا و وعده هایی که در مورد دعا داده شده است وسیع تر شده است؟ چگونه ؟

۳- برای دعا و عبادت شخصی چه وقت و مکان مشخصی را تعیین کرده اید؟

زمان : .....

مکان : .....

برای داشتن دعای موثرتر چه تعدیلاتی باید در رابطه با زمان و مکان دعا انجام داد ( زمان بیشتر، دعا در مکانی دیگر و غیره )؟

۴- این گفته را به یاد بسپارید و همیشه به یاد بیاورید:

"دعای موثر، صرفاً درخواست از خدا است تا مطابق اراده خود عمل کند و سپس سپردن نتیجه به خود او است."

## یادداشت

### کشف بزرگترین قدرت دنیا

دعا قدرتمندترین نیروی انقلابی است که انسان تاکنون شناخته است. قدم چهارم از ده قدم اساسی به سوی رشد مسیحی به شما می آموزد که چگونه از این قدرت استفاده کنید. حقایقی که می آموزید روح شما را شعله ور خواهد ساخت. هنگامی که شما نزد پدر آسمانی دعا می کنید، دعاهاى شما توسط عیسی مسیح تصدیق شده و توسط روح القدس نزد خدای پدر بیان می گردد. این سه با هم کار می کنند تا جواب دعاهايتان داده شود.

در این درس می آموزید:

- ❖ هدف واقعی دعا چیست؟
- ❖ چگونه پدر، پسر و روح القدس کار می کنند تا دعای شما را پاسخ گویند؟
- ❖ چگونه برای دعا هایتان پاسخ بیابید؟
- ❖ چگونه از قدرت عظیم دعا بطور موثر استفاده کنید؟

قدم چهارم: "شخص مسیحی و دعا" قسمتی از ده قدم اساسی بسوی رشد مسیحی می باشد. این مجموعه دروس با یک پایه و اساس قطعی برای ایمان شما طراحی و تهیه شده است و به شما کمک می نماید تا ایمان خود را به مسرت با دیگران در میان بگذارید.

این مجموعه دروس پایه تقدیمی "کمپس کرویسد فر کرایست اینترنشنال"، به وسیله میلیونها نفر از مردم، دانش آموزان و شبانان در سراسر جهان مورد استفاده قرار گرفته است. این دروس تجدیدنظر و بسط داده شده اند و به جهت رشد در ایمان موثر می باشند.

یکی از موثرترین دروس کتاب مقدسی که باعث تغییر زندگی می گردد. فوق العاده جهت استفاده برای آموزش گروهی و انفرادی می باشد. کتاب راهنما در دسترس می باشد.

## انتشارات حیات جدید