

# من با تو هستم

## ۱. خوش آمدگویی و شهادت: ۱۵ دقیقه

- به یکدیگر خوش آمد بگویید:
- این هفته برای شما چگونه گذشت و چه احساساتی را تجربه کردید؟
- حضور کسی که به او اعتماد دارید چگونه وقتی می‌ترسید به شما کمک می‌کند؟
- شهادت دلگرم‌کننده‌ای از ایمانداران را می‌توانید از طریق این **لینک** مشاهده نمایید.
- چند دقیقه را باهم در دعا بگذرانید:
- یک یا دو نفر برای کار خدا در این روزها شکرگزاری کنید. همچنین یک نفر برای مشارکت امروز دعا کند.

## ۲. پرستش: ۱۰ دقیقه

- با **لینک پرستش** از طریق موبایل یا تلویزیون با یکدیگر خدا را با سرودها بستایید.

## ۳. کلام خدا: ۱۵ دقیقه

- چند نفر از اعضا، آیات زیر را بلند بخوانند.

**اشعیا ۷:۱۴ اشعیا ۴۳:۱-۲ متی ۲۸:۱۸-۲۰**

- این **پیام** را از طریق موبایل یا تلویزیون باهم مشاهده نمایید.

## ۴. بحث و گفتگو: ۲۰ دقیقه

- درباره پرسش‌های زیر با یکدیگر مشارکت کنید:
- در زندگی خود چه زمانی احساس کرده‌اید که از میان آب‌ها یا آتش عبور می‌کنید؟ در آن زمان حضور خدا را چگونه تجربه کردید؟
- به کسی فکر کنید که این روزها نیاز دارد به او یادآوری شود که خدا با اوست. اگر بخواهید تنها یک جمله از پیام امروز را با او در میان بگذارید، آن جمله چه خواهد بود؟

## ۵. دعا: ۲۰ دقیقه

- برای این موضوعات دعا کنید:
- تا قلب‌های ما عمیق‌تر ایمان بیاورند که خدا در هر شرایطی با ماست.
- تا ایمانداران در روزهای سخت با امید و قوت بایستند و حضور خدا را به‌طور واقعی تجربه کنند.
- تا مردم این سرزمین آرامش، محافظت و حضور قدرتمند خدا را تجربه نمایند.

## ۶. تمرین کاربردی هفته:

- در طول این هفته هر وقت احساس نگرانی، فشار یا ناامنی کردید، چند لحظه مکث کنید و با صدای آرام بگویید: خداوند، تو با من هستی. اجازه بدهید این جمله قلبتان را آرام کند.
- اگر فرزند دارید، می‌توانید همین جمله ساده را به آن‌ها هم یاد بدهید تا وقتی می‌ترسند یا نگران می‌شوند آن را تکرار کنند.
- همچنین این امید را با کسی در اطرافتان که نیاز به دلگرمی دارد در میان بگذارید؛ با یک پیام کوتاه یا تماس تلفنی، و به او یادآوری کنید که خدا با اوست. حتی می‌توانید همان جمله‌ای را که بیش از همه با قلب شما صحبت کرده است با او در میان بگذارید.



شما نیز می‌توانید شهادت‌ها و درخواست‌های دعایی خود را از طریق صفحه اینستاگرام یا بخش «چت کلمه» با ما در میان بگذارید.

[www.Kalameh.com/Chat](http://www.Kalameh.com/Chat)

[Instagram@Kalameh](https://www.instagram.com/Kalameh)