

به دنبال عینسی

| از یکدیگر می شنویم

۱. ترسیدین از نظر شما چه معنی داره؟
۲. به نظر شما چه عواملی باعث می شود که مردم نسبت به مسائل مختلف ترس و وحشت پیدا می کنند؟
۳. نقطه ی مقابل ترس چیست ؟

گفتگو |

چه نوع ترسی دارید؟
چه راهکار کتاب مقدسی برای مقابله با این ترس پیشنهاد میکنید؟

مثلا: ترس از مرگ
جواب: به خدا اعتماد کنم و بهتر و شادتر در مسیح زندگی کنم

آیه حفظی |

برای هیچ چیز نگران نباشید، بلکه در هر چیز با دعا و استغاثه،
همراه با شکرگزاری، درخواستهای خود را به خدا ابراز کنید.

فیلمپیان ۶:۴

| قدم عملی

هر کس به طور انفرادی پنج تا ده تا از بدترین ترسهایش را روی کاغذ بنویسد.

