

ایلا

اگر در من

بماند

درس سوم:

با عیسی در دعا

درس سوم: با عیسی در دعا

• خوش آمد گویی: ۳ دقیقه

با نوجوانان گرم و صمیمی همراه با لبخند روبرو شوید. اگر شخص جدیدی بعنوان نوایمان یا مهمان برای اولین بار در این جمع حضور دارد، خوش آمدگویی مخصوص در نظر گرفته شود. بطور مثال شخص جدید را به نام در جمع معرفی کنید و از نوجوانان نیز بخواهید تا خود را یک به یک معرفی کنند و یک نکته قابل توجه و جالب در مورد خودشان با سایرین در میان بگذارند.

• گپ و گفتگوی خودمانی: ۱۵-۲۰ دقیقه

از نوجوانان بپرسید در جمعشان چقدر باهم در ارتباط (صمیمی) هستند. آیا در طول روز، هفته یا ماه با هم وقت می گذارند؟ درمورد چه موضوعاتی بیشتر با هم صحبت می کنند؟ بطور مثال: صحبت کردن در مورد چالش های زندگی (مشکلات، سختی ها، روابط و)

• از یکدیگر می شنویم (پیش درآمدي بر تعليم): ۵-۱۰ دقیقه

با طرح چند سوال از نوجوانان آنها را برای تعليم آماده کنید. از آنها بخواهید به سوالات زیر جواب بدهند. بهتر است که همه در پاسخ به سوالات مشارکت داشته باشند.

۱- آیا تا به حال آرزو، خواسته یا نیازی داشته اید که آن را با شخصی مطرح کرده باشید، که نه تنها آن خواسته و یا نیاز برطرف نشده، بلکه عنوان کردن آن باعث شده باشد که مورد قضاوت واقع شوید؟ توضیح دهید.

۲- به نظر شما برای صحبت در مورد رازها، خواسته ها، اتفاقات و جزییات زندگیمان با چه کسی باید صحبت کنیم؟ و آن شخص چه ویژگی هایی باید داشته باشد؟

۳- تا به امروز در مکالمات و درد و دل هایتان با افراد، چقدر موفق و یا بلعکس چقدر ناموفق بوده اید؟ توضیح دهید.

جهت اطلاع مربی: به یاد داشته باشیم که جوی را در جلسه ایجاد کنیم تا نوجوانان بتوانند به راحتی صحبت کنند و حتی کسانی که صحبت نمی کنند را تشویق کنیم تا در این بحث و گفتگو شرکت کنند که صدای آنها هم شنیده شود. برای مثال اسم یکی از نوجوانان که صحبت نمی کند را ببرید و از او بخواهید تا در این مورد نظرش را بیان کند و در این مشارکت فعالیت داشته باشد.

• ویدئو: ۱۰ دقیقه

در این قسمت برای دریافت جواب سوالات بالا نوجوانان را به دیدن ویدئو زیر تشویق کنید.

• [ویدئو](#)

• تعليم: ۱۵-۲۰ دقیقه

همه ی ما انسان ها، احساسات و عواطف خود را با سخن گفتن بیان می کنیم و آنچه را که در دل داریم با حرف زدن بازگو می کنیم. حرف زدن در مورد احساسات و نیازهایمان باعث می شود احساس خوبی پیدا کنیم. و از راه گفتگو دوستان زیادی پیدا می کنیم که باعث می شود احساس رضایت از خویش داشته باشیم.

تصور کنید که دوست صمیمیتان مدت طولانی از شما بی‌خبر است، نه پیامی و نه تماسی از طرف او داشته‌اید. آیا در این شرایط احساس بی‌توجهی از جانب او نمی‌کنید؟؟؟ آیا از این رابطه دلسرد و دلگیر نمی‌شوید؟؟

در حقیقت اکثر ما همچنین تجربه‌ایی در رابطه با دوستانمان داشته‌ایم و این اتفاق خیلی طبیعی است، چون هر دوی ما انسان هستیم و در رابط اجتماعی‌مان گاهی از طرف دیگران مورد بی‌توجهی قرار گرفته و زخمی شده‌ایم و گاهی هم خودمان با بی‌توجهی کردن موجب زخمی شدن آن‌ها شده‌ایم. جالب است بدانید که در رابطه برقرار کردن با خدا داستان بسیار متفاوت است. رابطه با خدا به دلیل توجه بی‌حد و مرز او به ما به شکل دیگری است.

بیایید با هم مزمور ۱۳۹ آیات ۱ تا ۱۶ را بخوانیم.

در این مزمور به اهمیت و توجهی که خدا برای ما قائل است به خوبی اشاره شده است. او ما را قبل از اینکه در رحم مادرمان شکل بگیریم مورد توجه قرار داده است. این مزمور نشان‌دهنده عمق محبت و توجه خدا به ما است. در واقع دعا کردن از ما شروع نمی‌شود، بلکه سرآغاز دعا توجه خدا به ماست، نه توجه ما به خدا!!!!

دعا به گونه‌ایی واکنش ما به توجه بی‌حد و مرز خداست. در دعا، امید و آرزوهایمان را در خداوند جستجو می‌کنیم و این بهترین و مناسب‌ترین نوع ارتباط و مکالمه در دنیای پیرامونمان می‌باشد، چرا که همه‌ی پاسخ‌های خود را در او که خالق و قادر است می‌بینیم. دعا یکی از مهم‌ترین روش‌های وقت گذاشتن با عیسی است که در درس اول به آن اشاره کردیم.

نکته مهم در دعا کردن :

اغلب اوقات ما می‌خواهیم جواب و پاسخ خدا به دعایمان را مساوی کنیم با انتظاراتمان از او !!!

در حقیقت می‌خواهیم او به ما جوابی بدهد که ما توقع و انتظارش را داریم. اگر پاسخ خدا همان چیزی نباشد که مدنظر ماست، بسیار غمگین و دلسرد می‌شویم، ولی این طرز فکر در رابطه با خدا صحیح نیست. آیا می‌دانید چرا؟؟

گفتگو :

چرا ما نباید همیشه از خدا انتظار داشته باشیم که جواب دعای ما را به گونه‌ایی بدهد که باب میل و خواسته‌ی ما باشد؟

جواب : گاهی اوقات جواب دعای ما همان چیزی است که ما انتظار و توقع آن را داریم و خدا همان چیزهایی را به ما می‌دهد که به آنها نیاز داریم. ولی در رابطه با خدا همیشه اینگونه نیست. چون گاهی اوقات خداوند می‌خواهد پاسخ‌هایی عمیق‌تر و کامل‌تر از آنچه فکر می‌کنیم و به دنبال آن هستیم به ما بدهد.

بطور مثال یکی از مهم‌ترین پاسخ‌های عمیقی که خداوند به ما در دعا کردن می‌دهد این است که نه تنها نیاز ما را برآورده می‌کند، بلکه ما را در دعا احیا می‌کند، ما را از زخم‌هایمان شفا می‌دهد و شخصیت ما را شکل می‌دهد.

فرض کنید اتومبیلی در حال حرکت در جاده است و سنگی بسیار بزرگ در اثر ریزش کوه بر سر راهش قرار می‌گیرد که در اثر این اتفاق، هم راه اتومبیل بسته می‌شود و هم بدنه و قسمت‌های مختلف آن اتومبیل به شدت آسیب می‌بیند. آسیب به قدری زیاد است که حتی اگر آن سنگ بزرگ از سر راهش برداشته شود، اتومبیل قادر نخواهد بود خیلی زیاد به مسیرش ادامه دهد و حتی با مواجه شدن با دست‌اندازهای کوچک

بعدی جاده ممکن است آسیب بیشتری دیده و کلاً متوقف شود. ولی اگر ابتدا اتومبیل تعمیر و مانند قبل از ریزش کوه سرپا می‌شد، آنگاه می‌توانست به راحتی و قوی‌تر از گذشته به مسیر خودش ادامه دهد. او می‌توانست در مواجهه با دست‌اندازه‌های بعدی با قدرت بیشتری ادامه دهد.

حال تصور کنید که آن اتومبیل شما هستید. دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم پر است از سنگ‌هایی که به طور ناگهانی ریزش می‌کنند و در اثر این ریزش ما زخمی و آزرده می‌شویم. در مشکلات، خداوند هدفی عمیق‌تر برای ما دارد و آن این است که ما را احیا کند، تسلی دهد و نهایتاً ما را از آن مشکلات عبور دهد. **کلید طلایی : احیا شدن حقیقی ما، فقط و فقط در ارتباط با خدا صورت می‌گیرد. چون اوست که ما را آفریده و شناخت کامل نسبت به ما دارد.**

اتومبیل صدمه دیده را فقط تعمیرکار می‌تواند به حالت اول باز گرداند، چرا که او شناخت کافی نسبت به اتومبیل و قطعات آن دارد، نه هیچ کس دیگر.



حال که متوجه شدیم دعا چیست و چه تعریفی دارد ، می‌خواهیم با هم به بررسی اهمیت دعا کردن در زندگی‌مان به عنوان ایمان‌داران به مسیح، بپردازیم .

اهمیت رابطه در زندگی :

سوال : اهمیت رابطه در زندگی ما چیست؟ یا چرا ما باید با دیگران رابطه داشته باشیم؟

جواب : چون ما موجوداتی اجتماعی هستیم، داشتن رابطه شرط بقا برای ماست. ما در رابطه با دیگران، هم تاثیر می‌گذاریم و هم تاثیر می‌پذیریم و روابطمان زمانی تاثیرگذارتر می‌شود که با افرادی باشد که برای ما مهم و قابل توجه هستند. چرا که آن‌ها می‌توانند تاثیر ارتباطی بیشتری بر ما بگذارند. هرچقدر آن اشخاص برای ما مهم تر باشند ، تاثیری که بر ما می‌گذارند بیشتر خواهد بود.

سوال : حال اگر آن شخص مهم و تاثیرگذار خدا باشد، بنظر شما چه اتفاقی می‌افتد؟

جواب : اگر خدا در جایگاه شخص تاثیرگذار و مهم زندگی ما قرار بگیرد، ما به یک منبع امید، قدرت و اقتدار وصل می‌شویم که شخصیتی تغییرناپذیر و باثبات است.

پس اگر خدا را در روابطمان کنار بگذاریم یا افراد دیگری را جایگزین کنیم، ممکن است آسیب ببینیم و در رابطه با شکست مواجه شویم. چون افراد، رفتارها و استانداردهای متغیری دارند و گاهی نیازها و انتظاراتمان از جانب آنها برآورده نمی‌شود.

شعری زیبا از حافظ در این باره می‌گوید:

بنده پیر خراباتم که لطفش دایم است و نه لطف شیخ و زاهد گاه هست و گاه نیست

در همین راستا باید به این نکته بسیار مهم توجه داشت که خود خدا نیز دارای شخصیت است و او اشتیاق دارد که با ما رابطه داشته باشد.

وقتی می‌گوییم خداوند ما شخصیت دارد یعنی او کسی ایست که زنده است، می‌شنود، می‌بیند، صحبت می‌کند، شادی میکند، غمگین می‌شود و ... خداوند تنهایی را دوست ندارد چون در ذات خود نیز تنها نیست. آیات زیادی در مورد شخصیت خدا و اشتیاقش نسبت به ما در کتاب مقدس وجود دارد که به چند مورد از آن آیات اشاره می‌کنیم.

جهت اطلاع مربی :

((اشعیا ۵۹ : ۱ هان دستان خداوند کوتاه نیست که نجات ندهد، و نه گوش او سنگین تا نشنود. (خداوند می‌شنود)

مزمور ۳۳ : ۱۸ هان چشمان خداوند بر ترسندگان اوست، بر آنان که به محبت او امیدوارند. (خداوند می‌بیند)

صفنیا ۳ : ۱۷ او بر تو شادی بسیار خواهد کرد، او با سرودها بر تو شادی خواهد نمود. (خداوند بر ما شادی می‌کند)

افسسیان ۴ : ۳۰ روح قدوس خدا را که بدان برای روز رهایی مهر شده اید، غمگین مسازید. (خداوند غمگین می‌شود)

یعقوب ۴ : ۵ روحی که خدا در ما ساکن کرده به حد حسادت مشتاق ماست. (اشتیاق خدا)

غزل غزلها ۷ : ۱۰ من از آن دل‌لده ام هستم، و اشتیاق او بر من است.))

نتیجه رشد در دعا کردن :

زمانی که در دعا و برقراری ارتباط با خدا رشد کنیم، نتایج مهمی برای ما خواهد داشت که به دو مورد از آن اشاره می‌کنیم :

۱- به دلیل توجه و تاثیرگذاری بالایی که خدا بر ما دارد، نوعی استواری و پایداری در شخصیت ما شکل می‌گیرد. این باعث می‌شود زمانی که از دیگران تصدیق، توجه و محبتی دریافت نمی‌کنیم، شخصیت ما دچار فروپاشی نشده و خالی نمی‌شویم.

در دعا کردن، ما به بهترین و درست‌ترین تصویر از خودمان می‌رسیم و به ارزش و توجه بالایی که خداوند به عنوان فرزندش به ما دارد پی می‌بریم.

۲- با رشد کردن در دعا، دیگر هرگز احساس تنهایی نخواهیم کرد. چون با دعا کردن حضور خدا را در همه وقت و همه جا در کنارمان احساس خواهیم کرد و تنها اوست که بر طبق کلامش تا انقضای عالم با ما خواهد بود.

جالب است بدانید ، تمامی زندانیانی که در سلول انفرادی قرار میگیرند بعد از مدتی به دلیل تنهایی و عدم داشتن رابطه با دیگران ، از نظر روحی و روانی دچار اختلال میشوند. ولی برای زندانیان مسیحی اینگونه نیست و آنها تنها کسانی هستند که در صورت زندانی شدن در سلول انفرادی دچار اختلالات روحی و روانی نمیشوند چون آنها احساس تنهایی نمیکند چون آنها رابطه ای عمیق با خداوند دارند که در این ارتباط خداوند آنها را احیا میکند و استواری میبخشد.

برای درک بهتر از این موضوع، در صورت تمایل میتوانید کتاب(در زیر زمینی خدا نوشته و سر گذشت ریچارد وورمبراند) را به نوجوانان پیشنهاد بدهید.

سوال : حال که دعا کردن در زندگی یک ایماندار نقش اساسی و حیاتی دارد، چرا برخی از ما ایمانداران به دعا کردن اهمیت زیادی نمی‌دهیم و گاهی از دعا کردن و ارتباط با خدا خسته می‌شویم؟

جواب : زمانی دو شخص ارتباطی دائم و پایدار با هم دارند، که طرز فکر و دنیای آنها به هم نزدیک باشد. در صورتی که اینگونه نباشد، این رابطه پایدار نخواهد بود و بعد از مدتی کسل کننده خواهد شد.

پس می‌توان اینگونه نتیجه گرفت که شاید طرز فکر و نگاه ما نسبت به خودمان با نحوه نگرش خدا به ما فاصله دارد.

نگرش خدا به ما نگرشی است که ما در آن ارزشمندیم .

اما نگرش برخی از ما نسبت به خودمان، نگرشی است که در آن خود را برای خدا ارزشمند و کافی نمی‌دانیم و بر حسب عادت گذشته هنوز دعا را وسیله ای جهت رفع نیاز می‌دانیم. (یا به اصلاح حاجت روا شویم)

در حالی که در مسیح، دعا فقط جایگاهی برای دریافت نیازها و خواسته‌هایمان نیست. دعا نقطه‌ای است که خالق را به مخلوق وصل می‌کند ، که نتیجه‌ی آن تاثیرپذیری و هم‌شکل شدن با خالق است.

• تعمق در تعلیم و جمله طلایی : ۵ الی ۷ دقیقه

از نوجوانان بخواهید که در تعلیم امروز تعمق کنند و با توجه به آموخته‌های امروز تعریف تازه ای از دعا در قالب یک جمله با سایرین در میان بگذارند.

• آیه کلیدی برای حفظ کردن : ۲ دقیقه

کولسیان ۴: ۲

با هوشیاری و شکرگزاری خود را وقف دعا کنید.

• قدم عملی : ۱۰ دقیقه

۱- در این هفته با توجه به اهمیت و تاثیر دعا در زندگی شخصی و اطرافیانمان، تصمیم بگیریم با یک یا چند نفر از دوستان و یا از اعضای خانواده برای دعا وقت بگذاریم و حتی اگر شده به یک نفر زنگ بزنیم و یا حتی به صورت پیامک یا وویس برای او دعا کنیم.

۲- بر اساس اول پطرس باب ۴ آیه ۷، که کلام خدا ما را به انضباط در دعا تشویق می‌کند، هر روز برای موضوعی مشخص دعا کنید. برای مثال در تقویم موبایل‌تان جهت یادآوری موضوع دعا و ساعتی از روز که برای دعا انتخاب کرده‌اید، یک اعلان بسازید که به شما وقت دعا برای آن موضوع خاص را یادآوری کند.

۳- لوقا باب ۱۱ آیات ۱ تا ۱۳ را در این هفته با تعمق بخوانید و برکات خود را در جلسه بعد با سایرین در میان بگذارید.

• بازی: ۱۰-۱۵ دقیقه

داستان‌سازی یا داستان‌پردازی.

مهم نیست چند نفر هستید، اصل این بازی به این شکل است که هر شخصی به نوبت یک جمله می‌گوید و دیگری باید آن را ادامه دهد تا در نهایت یک داستان شکل بگیرد.

اما برای تنوع و هیجان‌انگیزتر کردن آن، می‌توانید برای هر شخصی یک دقیقه زمان در نظر بگیرید و آن فرد باید در زمان مشخص شده داستان را ادامه دهد، حالا یا یک جمله یا ده جمله. توصیه می‌شود که اگر تواناییش را دارید حتما داستان را بنویسید و دنبال کنید. از کجا معلوم شاید از دل این سرگرمی ساده یک داستان کوتاه جذاب بیرون آید.

• دعا و پرستش : ۸-۱۰ دقیقه

• [ای که تو از بهر دعا آمده ای](#)

• [مرا احیا میکنی](#)