

موج سوار

بر امواج احساسات

درس دوم

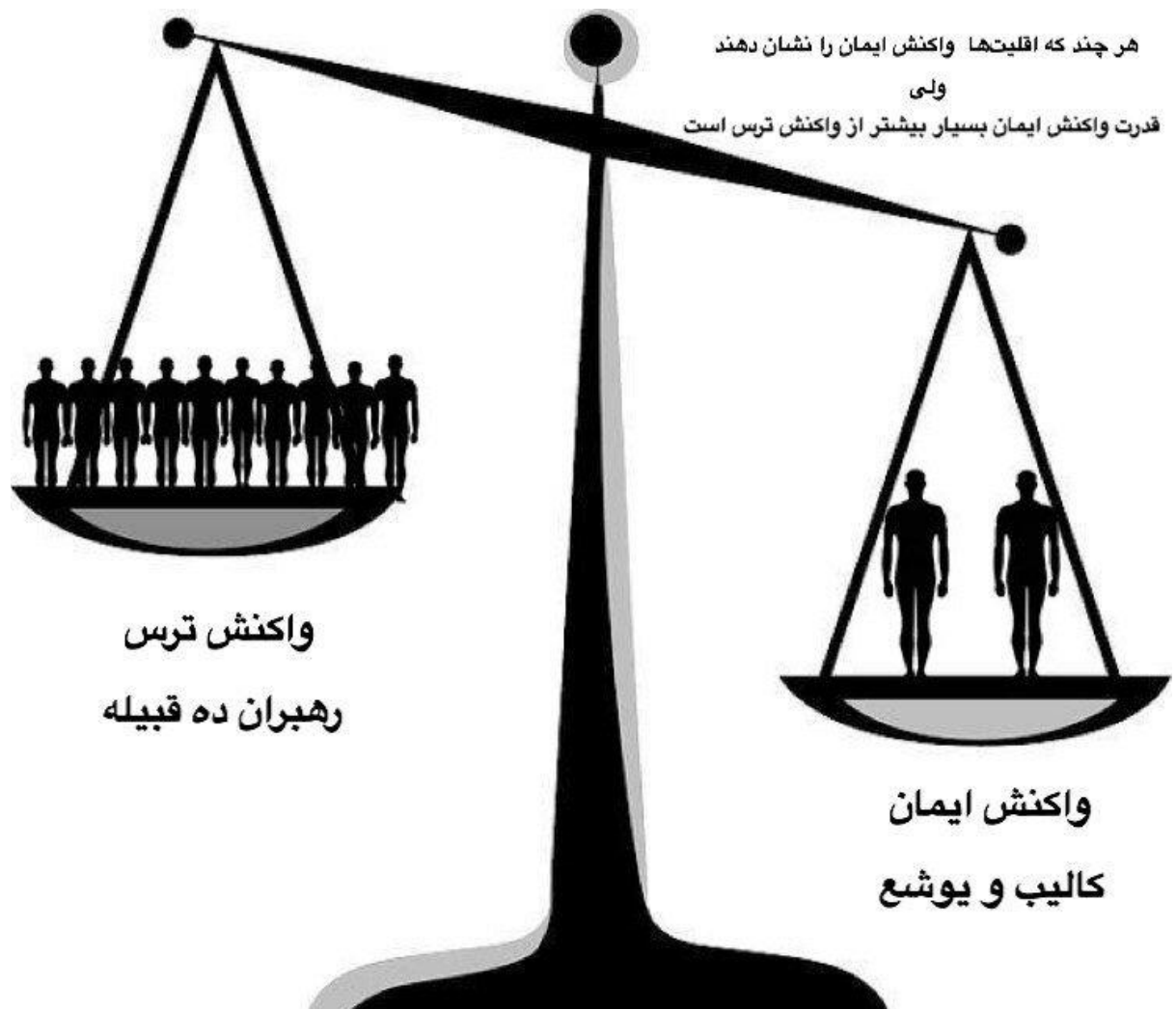


موج ترس

از یکدیگر می شنویم

- ۱ - آیا در زندگی شخصی شما موضوعی هست که باعث شده در دلتان احساس ترس کنید ؟
- ۲ - آیا در خانواده شما و جامعه ای که در آن زندگی میکنید، موردی وجود دارد که باعث ترس شما بشود ؟
- ۳ - آیا موضوعات مالی شما را ترسان می کند ؟
- ۴ - آیا در مورد وضعیت تحصیلی خود نگران هستید ؟





گفتگو

لطفا به سوالات زیر در یک برگه پاسخ دهید:

- ۱- غول پیکران زندگی شما چه چیزهایی هستند ؟
- ۲- باور شما نسبت به آن غول پیکران چیست؟
- ۳- واکنش شما در برابر آن باور، ایمان است یا ترس؟





تغییر زاویه دید

بیاییم دیدی مانند یوشع و کالیب داشته باشیم تا بتوانیم واکنش ایمان از خود نشان دهیم. نگاه و دید کالیب و یوشع این بود که با قوت خدا میتوانند بر غول پیکران غلبه کنند.

نتیجه گیری

- غول پیکران زندگیتان باور دارند که شما فرزندان خداوند هستید ، کافیست که خود شما هم به این باور برسید که غول پیکران زندگیتان از شما می ترسند و در برابر شما توانایی مقابله ندارند ، چرا که شما فرزندان شاه شاهان و شاهزاده هستید.
- کالیب و یوشع دونفر از بین دوازده نفر بودند که واکنش ایمان از خود نشان دادند، همیشه افرادی که واکنش درست از خود نشان می دهند در اقلیت هستند. قدرتی که واکنش ایمان دارد بسیار بیشتر از واکنش ترس است، پس در نهایت بخاطر واکنش ایمان کالیب و یوشع، آنها و نسل بعد توانستند سرزمین وعده را ببینند.
- بیاد بیاوریم که خدا با ماست و ترسان نباشیم. اعداد باب ۱۴ آیه ۹

آیه کلیدی برای حفظ کردن

«آیا تو را امر نکردم؟ قوی و دلیر باش.»

مترس و هراسان مباش،

زیرا هر جا که بروی، یهوه خدایت با تو خواهد بود.»

یوشع ۹:۱



قدم عملی

از روح القدس بخواهید که شما را کمک کند تا بر ترس هایتان غالب آیید. به یاد بیاورید که خداوند همیشه با شما هست و شما هرگز تنها نیستید، او عمانوئیل است. یوشع باب ۱ آیه ۹ را با صدای بلند بخوانید و بر زندگی خود اعلام کنید و حتی می توانید آن را بر روی یک کاغذ یادداشت کنید تا هر زمان که ترس به سراغ شما آمد، با خواندن آن آیه قوت بگیرید.

در نهایت می تونید این دعا را به خداوند اعلام کنید :

خداوند ایمان دارم که تو زنده هستی و تو با من هستی و تو عظیم تر و بزرگتر از هر ترسی در زندگی من هستی. خداوندا به تو ایمان دارم و از تو می خواهم که من را کمک کنی و قدرت ببخشی تا بر ترس هایم غلبه کنم و من را از همه ترسهایم رهایی ببخشی.

هم چنین هر زمان نیاز به دعا و مشورت داشتید با مربی خود تماس بگیرید و با ایشان صحبت کنید و از آنها مشورت بگیرید. ما تنها نیستیم و همه در کنار هم و با کمک هم می توانیم از شرایط سخت عبور کنیم .



متن کتاب مقدس را بخوانید

آنگاه به مکانی به نام جتسیمانی رفتند و در آنجا عیسی به شاگردان خود گفت: «در اینجا بنشینید، تا من دعا کنم.» سپس پطرس و یعقوب و یوحنا را با خود برد و پریشان و مضطرب شده، بدیشان گفت: «از فرط اندوه، به حال مرگ افتاده‌ام. در اینجا بمانید و بیدار باشید.» سپس قدری پیش رفته، بر خاک افتاد و دعا کرد که اگر ممکن باشد آن ساعت از او بگذرد. او چنین گفت: «آبَا، پدر، همه چیز برای تو ممکن است. این جام را از من دور کن، امّا نه به خواست من بلکه به اراده تو.» چون بازگشت، آنان را در خواب یافت. پس به پطرس گفت: «شمعون، خوابیده‌ای؟ آیا نمی‌توانستی ساعتی بیدار بمانی؟ بیدار باشید و دعا کنید تا در آزمایش نیفتید. روح مشتاق است امّا جسم ناتوان.» پس دیگر بار رفت و همان دعا را کرد. چون بازگشت، ایشان را همچنان در خواب یافت، زیرا چشمانشان بسیار سنگین شده بود. آنها نمی‌دانستند چه به او بگویند. آنگاه عیسی سوّمین بار نزد شاگردان آمد و بدیشان گفت: «آیا هنوز در خوابید و استراحت می‌کنید؟ دیگر بس است! ساعت مقرر فرا رسیده. اینک پسر انسان به دست گناهکاران تسلیم می‌شود. برخیزید، برویم. اینک تسلیم‌کننده من از راه می‌رسد.»

مرقس ۱۴: ۳۲-۴۲



کتاب مقدس چه می گوید

۲۳ زیرا من از خداوند یافتم، آنچه به شما نیز سپردم که عیسی خداوند در شبی که او را تسلیم کردند، نان را گرفت
 ۲۴ و شکر نموده، پاره کرد و گفت، بگیری بخورید این است بدن من که برای شما پاره می شود. این را به یادگاری من بجا آرید.
 ۲۵ و همچنین پیاله را نیز بعد از شام گرفت و گفت، این پیاله عهد جدید است در خون من. هرگاه این را بنوشید، به یادگاری من بکنید.
 ۲۶ زیرا هرگاه این نان را بخورید و این پیاله را بنوشید، موت خداوند را ظاهر می نماید تا هنگامی که بازآید.

اول قرنیتان ۱۱ : ۲۳-۲۶