



دعا

چگونه با خدا صحبت کنیم

نقطه‌ی شروع

بر روی پنج قدم اخیر تعمق کنید. کدامیک از آنها بیش از همه برای شما مفید بوده است؟ آیا می‌توانید مثالی بزنید که این قدم چگونه برای شما مفید واقع شد؟

بحث و گفتگو

دعا برای شما چه معنا و مفهومی دارد؟

تجربیات شما در دعا از زمانی که مسیحی شده‌اید، چه تغییری کرده است؟

آیا به نظر شما دعا کردن آسان است؟

چه چیزی در دعا کردن برای شما سخت و دشوار است؟

ایده اصلی

عیسی مسیح همیشه دعا می‌کرد. شاگردان می‌دیدند که او چطور از جمع فاصله گرفته و به دعای شخصی مشغول می‌شد. آنها همچنین می‌دیدند که عیسی چگونه در جمع دعا می‌کند و دعوت داشتند که شاهد برخی از صمیمانه‌ترین مکالمات وی با پدر آسمانی باشند. شاگردان زندگی دعایی تأثیرگذار مسیح را دیده بودند، بنابراین یک روز از او خواستند که دعا کردن را به آنها بیاموزد و بدین شکل فهمیدند که می‌توانند در توانایی خود برای دعا رشد کنند (لوقا ۱۱: ۱).

عیسی پاسخ داد و به آنها الگویی برای دعا کردن داد تا از آن پیروی کنند. ما این دعا را به عنوان "دعای ربانی" می‌شناسیم. اگرچه این دعا کوتاه است، اما پر از قوت خدا برای تمام روزهای زندگی ماست (لوقا ۱۱ و متی ۶).

در این درخواست به شاگردان بییونید. لحظاتی وقت بگذارید و از عیسی بخواهید تا دعا کردن را به شما بیاموزد.

بررسی کلام (قسمت اول)

متی ۶: ۹-۱۳ را بلند بخوانید.
چه عبارتی نظر شما را به خود جلب کرد؟ چرا؟

این دعا با دادن یک الگو به ما کمک می‌کند تا دعا کردن را یاد بگیریم. بیایید با بررسی قسمت‌های مختلف آن، ببینیم چگونه می‌توانیم دعا کنیم:

ای پدر ما که در آسمانی، نام تو مقدس باد.

- هنگام شروع دعا، لحظه‌ای مکث کرده و به خاطر بیاورید که پدر ما که در آسمان است، کیست. این بدان معناست که او نیکو، مقتدر و تواناست. زمانی را به پرستش اختصاص دهید.

پادشاهی تو بیاید، اراده تو چنان که در آسمان انجام می‌شود، بر زمین نیز به انجام رسد.

- قبل از آنکه نیازها و خواسته‌های خود را به حضور خدا بیاورید، خواست و اراده خود را با اراده نیکو و کامل خدا در یک راستا و جهت قرار دهید. برقراری پادشاهی او را بطلبید و از او بخواهید به دنیای پر هرج و مرج ما صلح و



سلامتی بیاورد.

نان روزانه ما را امروز به ما عطا فرما.

- نیازهایتان را به حضور پدر آسمانی ببرید. این نیازها می‌تواند جسمی، عاطفی و یا روحانی باشد. او به همه نیازهای ما اهمیت می‌دهد.

بررسی کلام (قسمت دوم)

قرض‌های ما را ببخش، چنان که ما نیز قرضداران خود را می‌بخشیم.

- اعتراف نمایید که کجا نسبت به خداوند گناه کرده و از او طلب بخشش کنید. روند بخشش دیگران را در قسمتهایی که به شما آسیب زده اند، شروع کنید.

ما را در آزمایش میاور، بلکه از آن شریر رهاییمان ده.

- حفاظت خداوند را در این دنیای تاریک بطلبید، هر قسمت خاصی در زندگیتان که شما را نگران کرده است به حضور او ببرید، مخصوصاً در مواردی که احساس می‌کنید مورد حمله قرار گرفته‌اید.

زیرا پادشاهی و قدرت و جلال، تا ابد از آن توست.

- با تمرکز بر پدر آسمانی و پرستش او دعای خود را از همان جایی که شروع کرده بودید، به پایان برسانید.

بحث و گفتگو

این الگو چه تفاوتی با نحوه دعاکردن فعلی شما دارد؟ کدام قسمت برایتان راحت‌تر است و زندگی دعایی فعلی شما را منعکس می‌کند؟ کدام قسمت‌ها را در دعای فعلی خود به طور معمول بکار نمی‌برید؟

چرا استفاده از تمامی قسمت‌های این دعا در زندگی دعایی ما اهمیت دارد؟ چه اتفاقی خواهد افتاد اگر ما به طور معمول فقط یک یا دو قسمت از این دعا را در دعای خود استفاده کنیم؟

ببینید و بحث کنید

این ویدیوی کوتاه را ببینید، چه چیزی در این ویدیو نظر شما را جلب می‌کند و چرا؟

هم اکنون با هم تمرین کنیم

هم اکنون با هم دعا کرده و از تمام قسمت‌های این دعای ربانی استفاده کنید

- پدر آسمانی را بپرستید
- بر طبق اراده خدا دعا کنید
- نیازهای خود را بطلبید
- ببخشید و بخشش خدا را بپذیرید
- حفاظت خدا را بطلبید
- پرستش کنید

به هم کمک کنید تا برای قسمتهایی که به طور معمول در دعا استفاده نمی‌کنید، کلمات مناسبی پیدا کنید.

تمرین روزانه خود را مرور کنید

- دعای ربانی را حفظ کنید.



- در دعای روزانه خود، به طور کامل از الگوی دعای ربانی استفاده کنید.
- به چگونگی رشد زندگی دعایی خود توجه نموده و آنچه را که آموخته‌اید با هم در میان بگذارید.