



## راه رفتن در نور

### نزدیک ماندن به خدا

از اینجا شروع کنید.

کدام چیزها باعث شکستگی در روابط میشود؟  
کدام چیز باعث میشود که روابط شکسته شده دوباره ترمیم شود؟

### بحث و گفتگو

همه ما اشتباه میکنیم. سخن را که نباید بگوئیم، میگوئیم. کاری را که نباید کنیم، آنرا میکنیم. به آنچه نباید فکر کنیم، فکر میکنیم. بعضی وقت هم آنچه را که باید انجام دهیم، انجام نمیدهیم! و با این کارها، نسبت به خدا و مردم گناه میکنیم.

- وقتیکه میدانید که در برابر کسی خطایی را انجام داده اید، چگونه با این مسئله برخورد میکنید؟
- وقتیکه میخواهید کار اشتباه آمیزتان را جبران کنید، مشکلترین قسمت این کار به شما چیست؟
- روش برخوردتان با آن رابطه شکسته، چطور بر رابطه شما با خدا تاثیر میگذارد؟

### کلمه را کاوش کنید.

اول یوحنا ۱: ۵ - ۱۰ را با هم بخوانید.

- خدا در این آیات چگونه توصیف شده است؟
- فایده قدم برداشتن در نور چیست؟
- اینکه ادعا کنیم هیچ گناه را مرتکب نشده ایم، چه پیامدها برای ما دارد؟ وقتی ادعا میکنیم که ما بی گناه هستیم، کی صدمه میبیند؟
- چگونه میتوانیم در مسیر نور باقی بمانیم و در تاریکی قدم نزنیم؟
- در آیت ۹ کدام وعده برای مایان داده شده است؟

### مفکوره اصلی

اگر به آن خطایکه انجام دادیم، توجه نه کنیم و به خاطر جبران آن اقدام نه کنیم، بدون شک به رابطه ما با خدا و دیگران تاثیر خواهد گذاشت.

خوشبختانه، وعده خدا این است که با صداقت اعتراف به خطا و توبه کردن میتوانیم در مشارکت نزدیک با او باقی بمانیم و این کار را نباید فقط یک بار انجام دهیم، بلکه این شیوه زندگی ما است که کوشش میکنیم با امتحان کردن مداوم قلب خود و اعتراف به خطایا ما در نور خدا و مشارکت با او باقی بمانیم.

### اکنون با هم تمرین کنید.

جهت ماندن در نور و حفظ رابطه و مشارکت نزدیک با خدا و دیگران، سه قدم ساده بردارید: از خدا بخواهید تا دلتان را امتحان کند. به گناهان خود اعتراف کنید و هویت خود را در مسیح به یاد آورید.

#### 1. از خدا بخواهید که قلب شما را تفتیش کند

زبور ۱۳۹: ۲۳ - ۲۴ میگوید: "خدایا من را آزمایش کن و قلبم را بشناس؛ مرا امتحان کن و تشویش هایم را بدان. ببین که آیا تاثیر و اندوه شامل حال من هست، من را به راه جاودان هدایت فرما."  
داوود از خدا خواست که او را تفتیش کند. یکی از دلایل که به ما روشن نیست که ایا گناهی از ما سر زده است یا نی. به همین خاطر خیلی مهم است که به پیروی از مثال داوود، قلب خود را در حضور خدا تفتیش کنیم. همین حالا با استفاده از این



آیت دعا کنید و از خدا بطلبید که آن بخش از زندگی شما را که با آن باید مقابله کنید، بر شما آشکار و نمایان سازد. آماده باشید تا موضوعات را که خدا به شما نشان میدهد، با یکدیگر در میان بگذارید.

### 1. به گناهان خود اعتراف کنید

اول یوحنا ۱: ۹ میگوید: "اگر به گناهان خود اقرار نماییم، میتوانیم به او اعتماد کنیم او که امین و عادل است گناهان ما را میآمرزد و ما را از همه خطاهای ما پاک میسازد." اگر متوجه میشوید که در زندگی شما گناه وجود دارد، با فروتنی به آن اقرار و اعتراف کنید و از آن توبه نمایید. یک مدت زمان را به این کار اختصاص دهید. به یاد داشته باشید که همه ما اشتباه میکنیم، پس اقرار و اعتراف شما به گناهان نزد خدا و دیگران خجیل و شرمنده نباشد. از خدا بخواهید به شما قدرت دهد تا به آن گناهان غلبه حاصل کنید. بخشش الهی را بپذیرید و اعلام کنید که از آن شماسست.

### 1. هویت خود را در مسیح به یاد آورید

رومیان ۸: ۱ میگوید: "پس اکنون برای آنان که در مسیح عیسی بسر میبرند، دیگر هیچ محکومیتی وجود ندارد." همیشه این واقعیت را به خاطر داشته باشید: خدا شما را نجات داده است و شما فرزند عزیز او هستید. وقتیکه خطا از ما سر میزند، پدر آسمانی ما، ما را محکوم نمیکند، بلکه وقتیکه در حضور او به خطای خود اعتراف میکنیم، آن گناه را از ما دور میکند و دوباره ما را پاک میسازد. در نور ماندن و لذت بردن از جایگاه خود به عنوان فرزند خدا، برای ما باعث خوشحالی، آرامش، برکت و امنیت میگردد.

### تمرین روزانه خود را مرور کنید.

1. قدم های فوق الذکر را هر روز تکرار کنید.
2. این آیات را بخوانید و در سکوت بر روی آنها دقت کنید.
  - امثال ۲۸: ۱۳
  - زبور ۳۲: ۵
3. برای یکدیگر یک پیام کوتاه روان کنید و باهم شریک سازید که چطور از این مراحل ها در طول هفته استفاده کردید، و خدا چگونه شما را در این راه کمک کرد.
4. از خدا بخواهید که شما را کمک کند، تا همیشه در نور راه بروید.