

درس هفتم تمرین پرستش



در بازدید از یک کارخانه، راهنما توضیحات خود در مورد اینکه کارگران ماهر کارخانه چه کارهایی انجام می‌دهند را تمام کرده بود که یکی از بازدیدکنندگان از او پرسید: «آیا شما می‌توانید این کارها را انجام دهید؟» راهنما لبخندی زده سرش را تکان داد و گفت: «باید صادقانه بگویم که من می‌دانم این کارها چطور انجام می‌شوند، اما هرگز هیچ‌یک از این کارها را انجام نداده‌ام».

همیشه دانستن اینکه یک کار چگونه انجام می‌شود با انجام دادن آن، یکی نیست. مهارت از طریق تمرین به دست می‌آید. هیچ‌کس بدون تمرین نمی‌تواند گیتار زدن را یاد بگیرد. همچنین هیچ‌کس بدون پرستش کردن نمی‌تواند آن را یاد بگیرد.

هدف این درس، آموزش روش پرستش به شما نیست. بلکه هدف، در میان گذاشتن چیزی است که سایر ایمانداران در مورد پرستش یاد گرفته‌اند. بعضی از این ایمانداران در زمان کتاب مقدس زندگی می‌کردند و بعضی امروزه در میان ما هستند. هم‌چنان‌که آنچه را یاد می‌گیرید تمرین می‌کنید، شما نیز به نوبه خود، به دیگران کمک خواهید کرد.

سرفصل‌ها

A. پرستش فردی

B. پرستش جمعی

اهداف این درس

۱. روش‌هایی برای بهبود وقت‌ها و پرستش‌های شخصی خود، معرفی کنید

۲. اصول و تمرینات لازم برای پرستش جمعی را بررسی کنید

A. پرستش فردی

هدف اول: روش‌هایی برای بهبود وقت‌ها و پرستش‌های شخصی خود، معرفی کنید

پرستندگان در کتاب مقدس، چه وقت‌هایی به دنبال خدا بودند؟ دانیال سه بار در روز دعا می‌کرد. داوود هر روز صبح و غروب در پی خداوند بود. خداوند در اول تواریخ ۱۱:۱۶ می‌فرماید: «خداوند و قوّت او را بطلبید، پیوسته جویای روی او باشید!» وقتی به خداوند متعهد باشیم، پیوسته در حال پرستش او خواهیم بود. با این حال، هر روزه نیاز داریم که زمانی خاص را به ارتباط نزدیک و شخصی با خداوند اختصاص دهیم.

برای بسیاری از افراد پیدا کردن زمان و مکان برای ارتباط شخصی با خدا در طول روز کار مشکلی است، اما به هر حال راهی پیدا می‌کنند. یک خانم خانه‌دار یک ساعت قبل از باقی اعضای خانواده از خواب بیدار می‌شود تا بتواند در خلوت با خداوند زمانی شخصی داشته باشد. یک

آقای کارمند در وقت استراحت و ناهار خود به پارک می‌رود تا بتواند در آنجا با خدا خلوت کند. شرایط شما هر چه که باشد، خداوند قادر است یاریتان کند تا زمانی برای ارتباط شخصی با او کنار بگذارید. در این وقت‌های شخصی شما به پرستش خواهید پرداخت، چرا که در این پرستش‌ها، شما خداوند را شخصاً خواهید شناخت.

دوستی یک برنامه برای وقت‌های شخصی با خداوند به من داد. برای مدتی بر طبق آن برنامه عمل کردم و بعد از مدتی بر اساس نیازهای خود آن را تغییر دادم. من نیز این برنامه را با شما در میان می‌گذارم و امیدوارم این برنامه به شما برای اختصاص وقت‌های خاص به خداوند، به صورت عملی کمک کند.

اختصاص مکانی که در آن بتوانید با صدای بلند خداوند را پرستش کنید، به شما لذت زیادی خواهد داد. حتی می‌توانید از سرودها و نغمه‌های در روح نیز کمک بگیرید. ممکن است در حضور خدا زاری کنید، یا اینکه با شادی بخندید. در ستایش و پرستش خدا می‌توانید کف بزنید، یا دست‌هایتان را به آسمان بلند کنید. می‌توانید زانو بزنید، بنشینید، بایستید و یا راه بروید. الگوی ثابتی برای همه وجود ندارد، به این دلیل که روح‌القدس، همچون باد، تنها در یک جهت حرکت نمی‌کند. او هریک از ما را به خوبی درک می‌کند و از احتیاجات ما کاملاً باخبر است. همچنین، دفتری برای این ساعت‌های شخصی در نظر بگیرید و در آن اندیشه‌ها و نکاتی که هر روزه یاد می‌گیرید را بنویسید. بعضی افراد مایلند از آیاتی در کتاب مقدس که با قلب آنها سخن گفته یادداشت بردارند و یا زیر این آیات را خط بکشند. اگر نام افراد یا موقعیت‌هایی که خداوند به یادتان می‌آورد را بنویسید، بعدها که به این یادداشت‌ها بازمی‌گردید شگفت‌زده خواهید شد که چگونه خدا پاسخ دعا‌های شما را در مورد این افراد و موقعیت‌ها داده است.

حال، قلمی برداشته به صفحه "وقت شخصی" در این کتاب مراجعه

کنید. کتاب مقدستان را همراه داشته باشید و این برنامه را به عنوان برنامه وقت شخصی خود با خدا، برای مدت یک هفته به صورت روزانه به کار ببرید و بعد از آن با توجه به نیازهای خود تغییرات لازم را در آن ایجاد کنید. مطمئن هستیم که بعد از گذشت چند ماه، این یک ساعت وقت شخصی با خداوند برای شما بسیار پرازش تر خواهد شد. چنانچه تجربیاتی در این دوران کسب کردید، می توانید با مسئول خود در میان بگذارید. پرستش قسمتی از زندگی ما نیز هست و ما نیز با شادی شما، شاد خواهیم شد.

وقت شخصی

وقت شخصی به زمانی گفته می شود که برای ارتباط فردی با خداوند اختصاص داده می شود؛ زمانی که با او سخن می گوئیم و از او می شنویم، زمانی برای ایجاد رابطه شخصی و صمیمی با خدای زنده. یعقوب تاکید می کند: «به خدا نزدیک شوید که او نیز به شما نزدیک خواهد شد» (یعقوب ۸:۴).

برنامه زمان بندی شده برای وقت های شخصی

آمادگی (۵ دقیقه)

- (a) از خود بپرسید: آیا قلب و وجدان من پاک و شفاف است؟
(مزمور ۲۴:۳-۶، مزمور ۱۳۹:۲۳-۲۴، مزمور ۵۱).
- (b) اطاعت: به خداوند اعلام کنید که آماده هستید از هرآنچه به شما امر فرماید، اطاعت کنید (یوحنا ۱۴:۲۱).
- (c) از روح القدس بخواهید شما را هدایت کند (یوحنا ۱۴:۲۶، رومیان ۸:۲۶).

ستایش و پرستش (۱۰ دقیقه)

به زبان خود شروع به پرستش کنید. در روح پرستش کنید. در ذات خدا و در اینکه خدا کیست تأمل و تعمق کنید. خدا را برای آنکه هست ستایش کنید. چنانچه در پرستش کلمات مناسب را برای ستایش خدا پیدا نکردید، یکی از مزامیر پرستشی را با صدای بلند بخوانید.

مطالعه کلام خدا (۲۵ دقیقه)

یکی از کتاب‌های موجود در کلام خدا را انتخاب کرده، هر روز یک یا دو فصل از آن را مطالعه کنید. برای بار دوم آن باب‌ها را مطالعه کرده، زیر آیات کلیدی خط بکشید. در آن آیات و کاربرد آنها در زندگی امروزتان تعمق کنید. آن چه از آن آیات درک کرده‌اید را بنویسید و یکی از آنها را حفظ کنید.

دعا (۲۰ دقیقه)

آماده شنیدن صدای خداوند باشید. از او بخواهید تا افکار، خواسته‌ها و تخیلات شما را تحت کنترل خود بگیرد (اشعیا ۸:۵۵). به دشمن فرمان دهید که سکوت کند (يعقوب ۷:۴). با ایمان از خداوند برای آنچه که قرار است از او دریافت کنید، شکرگزاری کنید.

در سکوت بمانید. افکاری که به ذهنتان می‌آیند را بنویسید. در آنها تعمق کرده، درستی آنها را با کلام خدا مطابقت دهید. برای این افکار و موقعیت‌هایی که خداوند به ذهنتان می‌آورد، دعا کنید.

برای چند لحظه بر نیازهای شخصی خود تمرکز کنید و آنها را به حضور خدا ببرید.

شکرگزاری کنید. این وقت شخصی را با شکرگزاری از پدر آسمانی بی‌نظیر، برای تمام نیکویی‌ها و پاسخ‌هایش، به پایان برسانید.

پرستش‌های کاربردی

۱. کدام گزینه زیر درست می‌باشند؟

- (a) تنها اجازه داریم در مکانی مقدس دعا کنیم.
- (b) همان‌طور که پرستش می‌کنیم، روش درست پرستش کردن را بیشتر یاد می‌گیریم.
- (c) خداوند مایل به برقراری ارتباط با همه ایمانداران است.
- (d) سکوت و تعمق در پرستش مسیحی چندان اهمیتی ندارند.

۲. عبارات زیر را به دقت بخوانید. در مقابل گزینه‌هایی که در مورد شما

صدق می‌کند، حرف "ب" به معنای بله بنویسید.

- (a) من هر روز ساعات مشخصی را برای پرستش شخصی خود در نظر می‌گیرم.
- (b) در طول پرستش شخصی خود، خدا را ستایش می‌کنم.
- (c) حتی وقتی شرایط مناسب نباشد، باز هم خداوند را ستایش می‌کنم.
- (d) هر روز کلام خدا را مطالعه می‌کنم.
- (e) به خداوند اجازه می‌دهم با من سخن بگوید.
- (f) وقتی پرستش می‌کنم، تمرکز را از خود و اطرافیانم برداشته و تنها به خدا فکر می‌کنم.
- (g) هر روز در روح دعا می‌کنم.

حال در مقابل عباراتی که حرف "ب" را ننوشته‌اید، حرف "ن" (نیاز به

بهبود بیشتر) را یادداشت نمایید. از خداوند بخواهید در این موارد شما را یاری کند.

B. پرستش جمعی

هدف دوم: اصول و تمرینات لازم برای پرستش جمعی را بررسی کنید

پولس رسول به خاطر بشارت انجیل در زندان بود. احتمالاً در این شرایط بود که بیش از هر وقت دیگری به اهمیت جمع شدن ایمانداران و پرستش خداوند به صورت گروهی پی برد. او به ایمانداران در شهر کولسی یادآور شد که همگی فراخوانده شده‌اند تا چون اعضای یک بدن در صلح باشند (کولسیان ۳: ۱۵)؛ «و از گرد آمدن با یکدیگر دست نکشیم، چنانکه بعضی را عادت شده است، بلکه یکدیگر را بیشتر تقویت کنیم؛ به خصوص اکنون که شاهد نزدیک تر شدن آن روز هستید» (عبرانیان ۱۰: ۲۵).

امروزه نیز جمع شدن ایمانداران برای پرستش گروهی به همان اندازه اهمیت دارد، چرا که هرگاه افراد به نام عیسی دور هم جمع شوند، خداوند در بین آنها خواهد بود. عیسی گفت: «زیرا جایی که دو یا سه نفر به نام جمع شوند، من آنجا در میان ایشان حاضرم» (متی ۱۸: ۲۰). در اتحاد، قدرت است. جامعه ۱۲: ۴ می‌نویسد: «هر چند کسی ممکن است بر یک تن چیره شود، دو در برابرش خواهند ایستاد. ریسمان سه‌لا به آسانی پاره نمی‌شود.» قدرت اتحاد در مورد مسایل روحانی نیز صدق می‌کند. در روز پنتیکاست، همه ایمانداران در یک جا جمع بودند که روح القدس بر آنها نازل شد (اعمال رسولان ۱: ۲). خدا به یکدلی و هم‌رأیی آنها اهمیت داد.

ما در دنیایی گناه‌آلود زندگی می‌کنیم و به یکدیگر احتیاج داریم. اگر با ناراحتی و سردی وارد کلیسا شوم و دیگران را ببینم که خدا را ستایش می‌کنند، من نیز تشویق شده، مشکلاتم را فراموش می‌کنم و به ستایش خدا خواهم پرداخت. کسی ممکن است شهادت کاری که خداوند برای او انجام داده را بیان کند و این همان چیزی باشد که من نیاز دارم بشنوم.

روزی دیگر نوبت من خواهد بود تا دیگران را خدمت کنم. جای تعجب نیست که کلام خدا ما را تشویق به جمع شدن با سایر ایمانداران و مشارکت با آنها می‌کند.

هرگاه دور هم جمع می‌شویم باید به قصد پرستش خدا باشد. سرودها و مطالعات ما در کتاب مقدس باید همگی با هدف پرستش خدا باشد و در نتیجه باید ذهنمان از خودمان جدا شده، به خدا معطوف شود. وقتی متوجه محبت عظیم خدا نسبت به خودمان می‌شویم، دغدغه‌های دنیوی بسیار کوچک به نظر می‌آیند. محبت خدا آماده است تا همه احتیاجات دنیوی ما را برآورده کند.

ما قادر به برنامه‌ریزی برای زمان‌های پرستشی خود نیستیم، زیرا روح القدس در زمان‌های مختلف به شیوه‌های متفاوت ما را هدایت می‌کند. با این حال، چند پیشنهاد ارائه خواهیم داد. جلسات شما باید این فرصت را برای دیگران ممکن سازد تا تجربیات خود در ارتباط با خداوند را با دیگران در میان بگذارند و قسمت‌هایی از کلام که برای آنها برکات خاصی داشته را با دیگران به اشتراک بگذارند. گاهی، در گروه‌های کوچک، هر شخص می‌تواند یک آیه پرستشی انتخاب کرده آن را با صدای بلند بخواند. زمان پرستش باید صمیمی و گرم باشد، طوری که اعضا با اشتیاق و نه با اجبار در آن شرکت کنند.

در یکی از گروه‌هایی که می‌شناسم، هر یک از اعضا، جمله‌ای به‌عنوان پرستش به خداوند تقدیم می‌کنند. مثلاً یکی از اعضا ممکن است بگوید: «خداوند! تو را برای وفاداریات پرستش می‌کنم.» دیگری ممکن است بگوید: «تو را به خاطر محبتت شکر می‌کنم.» و این به هر شخص فرصت می‌دهد تا خداوند را بپرستد. نوایمانان و یا ایمانداران خجالتی به طور خاص تشویق می‌شوند تا در این کار شرکت کنند. زمان دعا‌های شخصی و بیان احتیاجاتمان می‌تواند بعد از پرستش صورت بگیرد.

پس از دعاهای شخصی، گروه می‌تواند به طرز متفاوتی به پرستش ادامه دهد. رهبر گروه می‌بایست همواره با هدایت روح‌القدس، مسیر پرستش را تغییر دهد. شکل زیبایی دیگری از پرستش، دعای دسته‌جمعی است. احتمالاً از آنجا که صدای همه اعضا با هم به گوش می‌رسد، نغمه‌ای زیبا همه اتاق را در بر خواهد گرفت؛ همچون نهری روان از محبت که جاری است به سمت خدا. گاهی نیز صداها بلند می‌شوند که به چشمه‌ای جوشان به سمت آسمان می‌ماند. این پرستش‌ها چقدر در نظر خداوند زیبا خواهند بود!

یوحنا رسول می‌فرماید که دعاهای ما همچون بخوری در جام‌های زرین است که در مقابل تخت پادشاهی خدا نگه داشته می‌شوند (مکاشفه ۸:۵ را مطالعه نمایید). در طول دعاهای متحد، اغلب روح‌القدس در بین جماعت پرستنده حرکت کرده، آنها را تشویق می‌کند تا به زبان‌ها دعا کنند یا در روح سرود بخوانند و این ترکیب صداها یادآور پرستش فرشتگان در آسمان است که شب و روز به ستایش خدا مشغولند.

در مقابل، ممکن است ناگهان سکوتی مقدس همه را در بر بگیرد. نباید از این شرایط بترسیم. در این سکوت‌ها، خداوند از طریق افکاری که به ما می‌دهد، می‌تواند با ما سخن بگوید. گاهی این سکوت وقتی شکسته می‌شود که روح‌القدس با یکی از ایمانداران از طریق یک نبوت یا پیغامی به زبان‌های آسمانی و تفسیر آن، سخن می‌گوید. پس اگر در حین پرستش سکوتی حکمفرما شد، مانع آن نشوید. سکوت نیز در پرستش خدا مهم است.

پرستش ما به عنوان اعضای بدن مسیح، باید با نظم همراه باشد. در غیر این صورت غیر ایمانداران ممکن است گمراه شده، از مسیح رویگردان شوند. پرستش‌ها نباید سرد و رسمی باشد، چرا که در این صورت مورد توجه پدر آسمانی مهربان و صمیمی ما قرار نخواهد گرفت. اما چنانچه پرستش‌های ما تحت هدایت روح باشد، افراد متوجه کشش

ملایم روح القدس خواهند شد. غیریامانداران نجات خواهند یافت و ایمانداران از روح القدس پر خواهند شد. در هر حال خدا جلال خواهد یافت.

پرستش‌های کاربردی

۳. کدام گزینه، عبارت زیر را کامل می‌کند؟ پرستش دسته‌جمعی در گروه مهم است، زیرا

- (a) وقتی در نام عیسی جمع می‌شویم، او آنجاست.
- (b) زمانی که در سختی یا افسردگی هستیم، روحیه ما را بهتر می‌کند.
- (c) تنها راه پرستش همین است.

۴. عبارات زیر را کامل کنید.

- (a) عبرانیان ۲۵:۱۰ می‌فرماید: نباید عادت را ترک کنیم.
- (b) به دو نوع دعا نیاز داریم: دعای فردی و دعای
.....
- (c) چنانچه پرستش‌های ما گرم و باشد،
قلب افراد به سمت خداوند لمس خواهد شد.

۵. سه روش پرستش خداوند به صورت جمعی را نام ببرید.

.....

.....

.....

.....

پاسخ پرسش‌های کاربردی

۱. گزینه‌های (b) و (c) درست هستند.
۴. (a) مشارکت با یکدیگر
(b) جمعی
(c) با هدایت روح
۲. پاسخ شما
۵. پاسخ شما. می‌توانید به این موارد اشاره کنید: مطالعه کلام خدا، دعای فردی، خواندن سرود در روح، ستایش دسته‌جمعی و یا سایر روش‌هایی که در این درس ذکر شد.
۳. (a) وقتی در نام عیسی جمع می‌شویم، او آنجاست.
(b) زمانی که در سختی یا افسردگی هستیم، روحیه ما را بهتر می‌کند.