

۱ دعا

سرگروه: دعا کنید و گروه خود و این دوره شاگردسازی را به حضور خداوند بیاورید.

۲ پرستش(۲۰دقیقه)

خدا ماورای درک ما است

موضوع: خدا ماورای درک ماست - بخش دوم. (دستورعمل شاگردسازی - کتاب اول را ملاحظه کنید).

تعلیم دهید: پرستش چیست؟

«پرستش» داشتن رویکرد احترام، تمجید، تسلیم و وقف به خداست که می‌توان آن را با انواع متفاوت دعا و شیوه زندگی هر روزه ما بیان کرد.

برای پرستش خدا باید بدانیم خدا کیست. در هر یک از اوقات پرستش با یکی از خصوصیات خدا آشنا می‌شویم.

(**سرگروه:** تعلیم مربوط به خدا ماورای درک است را بخوانید.)

۱ - <u>خدا محدود به زمان نیست، ولی با این وجود خودش را در چارچوب زمان آشکار می‌کند.</u>

بخوانید: مزمور ۹۰: ۴ «زمانی» که برای خلقت کل هستی مورد نیاز بود مربوط به ذات الهی است و با واژه‌های مربوط به نظام زمانی بشر قابل بیان نیست، زیرا همانطور که ما انسانها هم می‌دانیم زمان چیزی است که خدا در روز چهارم خلقت به وجود آورد؛ یعنی وقتی که روز ۲۴ ساعته و سال ۳۶۵ روزه را خلق

نمود (پیدایش ۱: ۱۴). خدا هستی و تمام اجرام آن و زمین را در «ابتدا» خلق کرد (پیدایش ۱: ۱) یعنی قبل از اینکه دستور «خلقت شش روزه الهی» خود را بدهد و قبل از اینکه روز «۲۴ ساعته» را به وجود آورد. مدت زمان «هر روز الهی خلقت» را نمی‌توان با واژه‌های مربوط به نظام زمانی بشر بیان کرد (پیدایش ۱: ۵). گرچه مدت زمان یک روز معمولی که توسط خدا خلق شد محدود به ۲۴ ساعت و یک سال معمولی محدود به ۳۶۵ روز است. خدا محدود به خلقت خود نیست، پس او محدود به «زمان» خلقت خود نمی‌شود. او محدود به «چارچوب زمانی» مربوط به گذشته، حال و آینده نمی‌شود. او در محدوده‌های تاریخی بشر نیز نمی‌گنجد. خدا می‌تواند همانند گذشته، زمان را با شتاب به جلو برده یا به تعویق اندازد. همانند قبل، به گذشته برگردد و یا به فراتر از زمان یعنی به زمان آینده به پیش رود.

در تاریخ بشر، خدا بالاتر از نظام زمانی بشر ایستاده است. او وقایع تاریخ بشر را می‌داند و آنها را با قدرت مقتدرانه و کامل خود تحت تسلط دارد. نظام زمانی بشر مخلوق خداوند است و اگرچه او بالاتر از این نظام است،اما خود را در این چارچوب زمانی آشکار می‌سازد. با از طریق دربرگرفتن ذات بشری در کنار ذات الهی، خدا وارد چارچوب زمانی و تاریخ بشر می‌شود. این تنها راهی بود که خدا می‌توانست از طریق آن خودش را کاملا بر بشر آشکار سازد
(غلاطیان ۴: ۴ ؛ اول یوحنا ۱: ۱).

۲- <u>افکار خدا ماورای درک ماست. با این وجود مردم می‌توانند آنچه خدا فکر می‌کند و می‌گوید درک کنند.</u>

بخوانید: اشعیا ۵۵: ۸ – ۹، تثنیه ۲۹: ۲۹

خدا دارای افکار و برنامه‌های بسیاری است که بر بشر آشکار نکرده است. برای مثال می‌توان از افکار خدا در رابطه با نحوه خلقت هستی توسط او، افکار او در ارتباط با منشأ شریر، افکار او دررابطه با اینکه چرا به بشر اجازه داد تا در گناه سقوط کند و بسیاری از افکار دیگر او در مورد نجات و داوری مردم که بر بشر آشکار نکرده است، نام برد. افکار خدا به جنبه‌های خاصی از خودش مربوط می‌شوند. طبیعت الهی و نقشه نجات او در تاریخ بشر هم بر انسان مکشوف نشده بود. نقشه‌های خدا برای زندگی شخصی ما و طریق‌هایی که وی برای اقدام کردن در زندگی ما برمی‌گزیند، بر انسان آشکار نیست. همه فکرهایی از این قبیل به «چیزهای یا رازهای مخفی خدا» (در ترجمه NIV: چیزهای محرمانه خدا) تعلق دارند؛ یعنی متعلق به حکم و قضای ازلی خدا می‌باشند و انسان هرگز نمی‌تواند به عمق آنها پی ببرد یا از آن سر در بیاورد.

چیزها یا رازهای مخفی تنها از آن خدا هستند. برای مثال می‌توان از اینکه چرا افراد خاصی را به عنوان والدین ما انتخاب می‌کند و یا زمانی را که برای تولد و زندگی ما در نظر گرفته است، محل تولد و زندگی ما بر روی زمین، علت اینکه چرا ویژگی‌های جسمی، روانی و عقلی خاصی را به ما داده است و غیره نام برد. به هر حال، همه این چیزهایی که بر ما آشکار نشده است کاملا با برنامه کامل، مقتدرانه و ابدی او برای زندگی ما متناسب است. بسیاری برنامه‌ها وجود دارد که او در ارتباط با خودش، ذات الهی و نقشه نجاتش در تاریخ بشر برای بشر آشـــکار نکرده اســـت. همه این چیزها به «چیزهای مخفی یا اسرار خـــدا» متعلق هستند. همه این چیزهای مخفی یا اسرار، فقط متعلق به خداست، اما چیزهای بسیاری هم هست که خدا آنها را بر بشر آشکار کرده است. خدا در ارتباط با ذات و شخصیت خود، طبیعت سقوط کرده انسان و نقشه نجاتش در تاریخ بشر، چیزهایی بسیاری را آشکار کرده است. همه این موضوعات در زمره برنامه‌هایی است که بر بشر آشکار شده‌اند. موضوعاتی که آشکار شده‌اند متعلق به ما و فرزندان ما هستند. می‌توانیم و بایستی آنها را درک کنیم.

۳ - قدرت خدا نامحدود است.

بخوانید: ارمیا ۳۲: ۱۷، ۲۷

خدا با قدرت عظیم و مقتدارانه خود تمام هستی را به وجود آورده است. هیچ چیز برای خدا مشکل نیست. مشکلات و ناتوانایی‌های بشر (جسمی، عقلی، روانی، اجتماعی و غیره)، موانع یا بد اقبالی‌های بشر هرگز برای برنامه‌های خدا مانع به شمار نمی‌آیند و هیچگاه اهداف خدا را محدود نمی‌کنند و یا مانع آن نمی‌شوند. ممکن است اینها برای ما معضل به شمار آیند، ولی هرگز برای خدا مشکل به حساب نمی‌آیند. هیچ چیز برای خدا غیرممکن نیست (لوقا ۱: ۳۷). خدا در سرتاسر هستی قادر مطلق است. او آنچه می‌خواهـــد انجام می‌دهد و افکار و نقشه‌هایش را به صورت صد درصد به انجام می‌رساند (اشعیا ۱۴: ۲۴، ۲۷). پس بـــایستی ایمان بیاوریم که هر آنچه برای فرزندان او پیش می‌آید با اجازه الهی او اتفاق میفتد.

۴ - دانش خدا نامحدود است.

بخوانید: مزمور ۱۳۹: ۱- ۴

خدا همه چیز را می‌بیند و می‌داند. او چیزهای مرئی و نامرئی را می‌بیند. او چیزهای درونی و ظاهری را می‌بیند. او حقایق جسمی، عقلی، روانی و روحانی را می‌بیند. در خلقت هیچ چیز از دید خدا مخفی نیست. در مقابل چشمان او، یعنی شخصیتی که روزی بـــه او جواب پس خواهیم داد، هـــمه چیز علنی و

آشکـــار است (عبرانیان ۴: ۱۳). خدا هر آنچه که در تخیلات ماست، به آن فکر می‌کنیم، احساس و بیان می‌کنیم و انجام می‌دهیم را می‌داند. همه انگیزه‌ها و نگرش‌های ما را می‌داند. پس بایستی شفاف و بدون ترس زندگی کنیم.

۵ - حضور خدا نامحدود است.

بخوانید: مزمور ۱۳۹ :۷ - ۱۲

خدا روح است. او محدود به جسم انسانی و هیچ مکانی بر روی زمین نیست. او در همه جای هستی و بالاتر از آن حضور دارد. هیچ کس نمی‌تواند از حضور خدا مخفی شود. هیچ کس نمی‌تواند به جایی برود که خدا آنجا حاضر نباشد.

نتیجه: گرچه هیچ انسانی نمی‌تواند ذات و شخصیت خدا، صفات کامل و حضور او برنامه و انگیزه‌هایش را درک کند، ولی می‌توانیم تا اندازه‌ای افکار، کلام و اعمال او را درک کنیم که خودش در کتاب مقدس و از طریق عیسای مسیح بر ما آشکار کرده است.

سرگروه: خدا را با این عنوان که ماورای درک ماست در گروه‌های کوچک سه نفره پرستش کنید.

۳ در میان گذاشتن برکات(۲۰دقیقه)
پیدایش

به نوبت و به طور خلاصه برکات یکی از رازگاهان خود را از قسمت مشخص شده (پیدایش ۱:۱- ۲۶:۴) با دیگران **در میان بگذارید** (یا از روی یادداشت‌های رازگاهان آن روز **بخوانید**).

به کسی که برکاتش را بازگو می‌کند گوش دهید. به حرف‌هایش اهمیت دهید و او را بپذیرید، درمورد آنچه در میان می‌گذارد بحث نکنید.

۴ تعلیم(۷۰دقیقه)
رازگاهان به روش طرح پرسش

مقدمه: زمانی که هر روز با عیسای مسیح مشارکت داشته باشید، برکت فوق‌العاده‌ای را تجربه خواهید کرد که خدا آن را برای شما برنامه‌ریزی کرده است. رازگاهان روزانه، مهمترین بخش نظارت روحانی روزمره است. در راهنمای ۱، درس ۱، یکی از روش‌های رازگاهان را یاد داده‌ایم؛ یعنی رازگاهان به روش حقیقت محبوب. در این درس روش دیگری را برای رازگاهان فرا خواهیم گرفت. هر روشی را که مناسب‌تر یافتید، برای خود انتخاب کنید.

الف - انگیزه‌ای برای داشتن فرصتی روزانه، برای مشارکت با عیسای مسیح (خدا)

۱ - <u>آغاز مشارکت با عیسای مسیح</u>



بخوانید: یوحنا ۶: ۲۷- ۲۹، یوحنا ۸: ۲۴

تعلیم دهید: مشارکت با عیسای مسیح با ایمان به او آغاز می‌شود. بدون ایمان هیچ کس نجات نخواهد یافت. بدون ایمان کسی نمی‌تواند با عیسای مسیح مشارکت داشته باشد. پس مشارکت با مسیح، به علاوه داشتن رازگاهان، فقط زمانی آغاز می‌شود که عیسای مسیح را در قلب و زندگی خود به عنوان نجات‌دهنده و خداوند پذیرفته باشید.

۲ - دلایلی برای مشارکت با عیسای مسیح

کشف و گفتگو کنید: در هر بخش از کتاب مقدس، چرا رازگاهان با عیسای مسیح برای یک مسیحی ضروری است؟

الف- مشارکت با مسیح ضروری است، چون فیض و راستی خدا را تجربه می‌کنیم.

بخوانید: یوحنا ۱: ۱۶- ۱۷

مشارکت با عیسای مسیح فیض و راستی را به دنبال دارد. این واقعیت ندارد که مسیحیان بایستی برای خوشنود ساختن خدا، صدها قانون و احکام (بکنید و نکنیدها) را نگه دارند. چنین مسیحیتی طاقت‌فرسا و غیرممکن است. با مرگ و قیام عیسی، فیض قابل دسترس گردید. فیض، گناهان را می‌بخشد و اطاعت از خدا را ممکن می‌کند. همچنین واقعیت خدا، انسان، گناه، نجات و نحوه زندگی در دسترس ما قرار می‌گیرد. پس مشارکت روزانه با عیسای مسیح باعث می‌شد که ما این برکت یعنی دریافت متوالی فیض را تجربه کنیم، درست مثل برخورد امواج دریا با ساحل. شما نمی‌خواهید فیض خدا را هر روز از دست بدهید، اینطور نیست؟



ب- مشارکت با مسیح ضروری است، چون خودمان را می‌شناسیم.

بخوانید: یوحنا ۲: ۲۵

ممکن است تصور کنیم که خودمان را مـی‌شناسیم، اما این واقعیت ندارد، فقط عیسای مسیح ما را کاملا می‌شناسد. مشارکت با مسیح ما را به سوی شناخت آنچه که واقعا هستیم هدایت می‌کند. عیسای مسیح همه چیز را درمورد ما، ضعف‌ها و قابلیت‌های ما می‌داند، پس در حالی که با او مشارکت می‌کنیم، هویت و شخصیت ما را رشد می‌دهد.

پ- مشارکت با مسیح ضروری است، چون نیاز پذیرفته شدن را تجربه می‌کنیم.

بخوانید: یوحنا ۶: ۳۷



مشارکت با عیسای مسیح نیاز پذیرش ما را رفع می‌کند. هر انسانی دارای سه نیاز روانی است؛ یعنی پذیرش، امنیت و ارزش. اولین نیاز روانی هر انسان این است که بداند مورد پذیرش قرار گرفته و این احساس را داشته باشد. ما نیاز داریم همینطور که هستیم؛ یعنی با تمام ضعف‌ها و ویژگی‌های غیرعادی، مورد پذیرش قرار گیریم. مشارکت روزانه با عیسای مسیح، تجربه مورد نیاز بودن، پذیرفته شدن و محبت شدن را برای ما به ارمغان می‌آورد.

ت- مشارکت با مسیح ضروری است، چون از خدا هدایت می‌شویم.

بخوانید: یوحنا ۸: ۱۲

در مشارکت با عیسای مسیح به صورت واضح برای زندگی‌مان هدایت می‌شویم. وقتی در نور مسیح سلوک می‌کنیم، می‌توانیم ویژگی‌های واقعی خدا را ببینیم، در راهی قدم بزنیم که خدا می‌خواهد و تصمیماتی بگیریم که او از ما انتظار دارد. وقتی در نور عیسای مسیح سلوک می‌کنیم، کشف اراده خدا مشکل نیست. پس مشارکت روزانه با عیسای مسیح موجب هدایت به سوی اراده خدا می‌شود. اینکه او از ما انتظار دارد چه کسی باشیم و چه کاری را انجام دهیم برای ما قابل درک می‌شود.

ث- مشارکت با مسیح ضروری است، چون آزادی حقیقی را تجربه می‌کنیم.

بخوانید: یوحنا ۸: ۳۱- ۳۲

مشارکت با عیسای مسیح آزادی را به همراه می‌آورد. مشارکت با عیسای مسیح آزادی کل بشر را موجب می‌شود. آزادی از نادانی و تعالیم غلط را سبب می‌گردد. همچنین آزادی از افکار و نگرش‌ها، عادت‌ها و روابط شیطانی را موجب می‌شود. پس مشارکت با عیسای مسیح هر روزه، باعث آزادی ما از چیزهایی می‌شود که ما را بسته اند.

ج- مشارکت با مسیح ضروری است، چون امنیت را تجربه می‌کنیم.

بخوانید: یوحنا ۱۰: ۲۷ - ۲۸

مشارکت با عیسای مسیح امنیت را به ارمغان می‌آورد. نیاز روانی دوم انسان، امنیت داشتن است. هیچ وضعیت و هیچ شخصی نمی‌تواند ما را از دست خدا برباید. پس مشارکت با عیسای مسیح هر روزه به ما این اطمینان را می‌بخشد که هر آنچه در آن روز اتفاق می‌افتد با اجازه مقتدرانه الهی رخ می‌دهد و قادر نیست که ما را از خدا و محبت او جدا سازد (رومیان ۸: ۳۷ - ۳۹).

چ- مشارکت با مسیح ضروری است، چون محبت و حضور خدا را تجربه می‌کنیم.

بخوانید: یوحنا ۱۴: ۲۱، ۲۳

در مشارکت با عیسای مسیح، محبت و حضور خدا را تجربه می‌کنیم. با مشارکـــت روزانه با عیسای مسیح هر روزه حلم، مهربانی و اعتماد را تجربه می‌کنیم. او ما را تشویق می‌کند و باعث می‌شود تا ما حضورش را در زندگی‌مان و در شرایط مختلف زندگی تجربه کنیم.

ح- مشارکت با مسیح ضروری است، چون با ارزش بودن را تجربه می‌کنیم.

بخوانید: یوحنا ۱۵: ۵

مشارکت با عیسای مسیح ثمرات بسیار زیادی به بار می‌آورد. نیاز روانی سوم هر انسانی، ارزش داشتن است. ما دوست داریم که زندگی هدفمندی داشته باشیم که در آن به ما نیاز داشته باشند و سهمی در زندگی داشته باشیم. اگر با عیسای مسیح مشارکت نداشته باشیم نمی‌توانیم کاری انجام دهیم که دارای ارزش ابدی باشد. اگر با عیسای مسیح مشارکت داشته باشیم، می‌توانیم میوه بسیار با ارزشی ابدی به ثمر برسانیم.

مشارکت روزانه با عیسای مسیح، هر روزه به زندگی ما ارزش می‌بخشد. می‌توانیم این را تجربه کنیم که عیسای مسیح از ما استفاده می‌کند تا هر روزه بر مردم و اتفاقات آن تأثیر بگذاریم.

خ- مشارکت با مسیح ضروری است، چون دوستی واقعی را تجربه می‌کنیم.

بخوانید: یوحنا ۱۵: ۱۴- ۱۵

مشارکت با عیسای مسیح موجب دوستی با او می‌شود. به عنوان دوست ما، مسیح اولویت را به این می‌دهد که در جستجوی مصاحبت با ما باشد و حاضر به دادن هر قربانی در راه ماست. او همیشه ما را بالا می‌کشد تا بهترین باشیم. هیچ وقت ما را به پایین نمی‌کشاند تا کارهای اشتباه انجام دهیم. او صمیمانه‌ترین افکارش را با ما در میان می‌گذارد. مشارکت روزانه با عیسای مسیح، دوستی هر روزه او را با ما به ارمغان می‌آورد.

خلاصه: مشارکت روزانه با عیسای مسیح، به علاوه یک وقت رازگاهان روزانه، موجب می‌شود تا ما هر روز برکات فوق‌العاده خدا را تجربه کنیم، برکاتی که خدا طراحی کرده است تا مسیحیان از آنها برخوردار شوند (افسسیان ۱: ۳).

ب- روش: چگونه فرصتی روزانه برای مشارکت با عیسای مسیح (خدا) داشته باشیم؟

تعلیم: وقت خاصی را برای مشارکت با خدا که «رازگاهان» نامیده می‌شود، کنار بگذارید. قبلا رازگاهان به روش «حقیقت محبوب» را فرا گرفتید (راهنمای ۱، پیوست ۱ را ملاحظه کنید). امروز رازگاهان به شیوه «طرح پرسش» را یاد خواهید گرفت. این روش نیز ۵ قدم دارد :

۱ - نزد خدا دعا کنید.

دعایی کوتاه کمک می‌کند تا افکار شما متوجه خدا شود. برای مثال می‌توانید اینطور دعا کنید: «خداوندا بر من آشکار کن که چه کسی هستی، مرا تعلیم ده تا اراده تو را بجا آوردم. طریقی را که بر آن بروم، به من بیاموز» (مزمور ۱۴۳: ۸، ۱۰) یا اینکه «خداوندا، اجازه بده تا امروز صدای تو را بشنوم» (عبرانیان ۳: ۱۵). یا «چشمان مرا بگشا تا از شریعت تو چیزهای عجیب بینم» (مزمور ۱۱۹:۱۸).

۲ - کتاب مقدس را بخوانید.

یک قسمت و یا کل یک فصل از کتاب مقدس را بخوانید.

الف- یـــــک «**برنامه خواندن کتاب مقدس**» (راهنمای ۱، پیوست ۲ را ملاحظه کنید) به شما کمک می‌کند تا تمام کتاب مقدس را به صورت منظم بخوانید.

ب- یک «**شیوه علامتگذاری کتاب مقدس**» (دستورعمل شاگردسازی- کتاب اول، پیوست ۳ را ملاحظه کنید) به شما کمک می‌کند تا در حین خواندن فکر کنید.

پ- یک **گروه کوچک از مسیحیان** می‌توانند هر روز با هم جمع شوند و به صورت گروهی با خدا وقت مشارکت داشته باشند. این کمک می‌کند تا هر یک به طور روزانه با عیسی مشارکت داشته باشند. در بعضی کشورها، مسیحیان هر روز صبح بسیار زود، با یکدیگر در گروه‌های کوچک جمع می‌شوند تا رازگاهان داشته باشند، با هم کتاب مقدس بخوانند و با یکدیگر دعا کنند.

۳ - پرسش‌ها را طرح کنید.

از بین موضوعات، درمورد آنچه که می‌خواهید بیشتر بدانید، یک یا چند سؤال انتخاب کنید؟

از یک یا چند سؤال زیر استفاده کنید:

سؤال ۱- خدا: در مورد خدا، یا مسیح یا روح‌القدس از کتاب مقدس چه چیزی یاد می‌گیرم؟ یا درمورد مسیح یا روح‌القدس؟

او به چه چیز شباهت دارد؟ چه چیز می‌گوید؟ چه کاری می‌کند؟ درحال حاضر به من چه می‌گوید؟ در حال حاضر در زندگی من چه کاری را انجام می‌دهد؟

برای مثال، دو سؤال پولس در اعمال رسولان ۲۲: ۸، ۱۰

۱- «خداوندا تو کیستی؟» ۲- «خداوندا، چه کنم؟»

سؤال ۲- مردم: از کتاب مقدس، درمورد مردم چه چیزی را یاد می‌گیریم؟ مردم به چه چیز شباهت دارند؟ آنها چه می‌گویند؟ چه می‌کنند؟ چه انگیزه‌ها، نگرش‌ها، خواهش‌ها، موقعیت‌ها و اشتباهاتی دارند؟

سؤال ۳- من: از کتاب مقدس درمورد خودم چه چیزی را یاد می‌گیرم؟ از کجا آمده‌ام؟ چه کسی هستم؟ چرا اینجا هستم؟ به کجا می‌روم؟ به چه فکر می‌کنم و ایمان دارم؟ چه کاری را انجام می‌دهم یا

در انجامش غفلت می‌کنم؟ می‌توانستم درآینده چه کسی بشوم؟

سؤال ۴- تغییر: خدا قصد دارد که من چه چیز را بدانم و یا به چه چیز ایمان آورم؟ خدا در نظر دارد که چه کسی باشم یا چه کاری را انجام دهم؟ از سوی من لازم است چه پاسخی به خدا یا کلام خدا داده شود؟

می‌توانید پرسشهای خود را طرح کنید، برای مثال:

سؤال ۵- ارزیابی: در ارتباط با عیسای مسیح کجا قرار دارم؟ و دوست دارم که در ارتباط با او در کجا قرار بگیرم؟

سؤال ۶- درک: چه چیز را درک نکردم و دوست دارم که در گروه خود آن را بپرسم؟

سؤال ۷- احساسات: درمورد آنچه خواندم چه احساسی دارم؟ آیا مرا می‌ترساند یا به من امید می‌بخشد؟ آیا مرا مضطرب یا تشویق می‌کند؟

سؤال ۸- خدمت: عیسی چگونه با مردم ارتباط برقرار می‌کند؟ عیسی چگونه مردم را خدمت می‌کند؟ عیسی چگونه مردم را تعلیم و آموزش می‌دهد؟ عیسی چگونه به طرح پرسش مردم پاسخ می‌دهد؟ عیسی نسبت به مخالفت‌ها و مشکلات چه عکس‌العملی نشان می‌داد؟

سؤال ۹- ارتباطات: بایستی چگونه با سایر مسیحیان و دیگر کلیساها ارتباط برقرار کنم؟ بایستی با انبیای کاذب چه ارتباطی داشته باشم؟ چگونه بایستی با آدم‌های شریر ارتباط داشته باشم؟ چگونه بایستی با فقرا، مظلومین و معلولین ارتباط داشته باشم؟

سؤال ۱۰- ویژگی: چه ویژگی خوبی را بایستی رشد دهم؟

۴ - برکشفیات خود تعمق کنید.

بر آنچه کشف کردید تعمق کنید. تعمق کنید، چون می‌خواهید حقیقت را درک کنید، از آن قدرت تازه‌ای بگیرید و آن را به کار ببندید.
تعمق مسیحی با تعمق در سایر مذاهب متفاوت است. تعمق مسیحی دارای چهار قسمت زیر است:
فکر کردن، دعا کردن، به کار بستن و نوشتن.

الف- فکر کنید. تعمق می‌کنید، چون می‌خواهید درک کنید. پس درمورد معنی کلمات مهم فکر می‌کنید.
ب- دعا کنید. مـــی‌خواهید آنچه خدا به شما می‌گوید بدانید. پس آهسته در قلبتان دعا می‌کنید و از خدا می‌پرسید که او قصد دارد چه چیز به شما بگوید. از او بخواهید حقیقت را برای شما توضیح دهد و به شما نشان دهد که آن حقیقت بایستی چگونه در زندگی شما عمل کند. با دعا حقایق را با خدا مورد گفتگو قرار دهید. انتظار داشته باشید که صدای خدا را در روح خود بشنوید.
پ- ارتباط دهید. می‌خواهید حقیقت را تمرین کنید. پس آن حقیقت را با زندگی شخصی خود و جهانی که در آن زندگی می‌کنید ارتباط دهید. از خود سؤالاتی بپرسید مثل «در نور این حقیقت نیاز من چیست؟»، «کدام حقیقت مرا تازه می‌کند و قوت می‌بخشد؟»، «خدا از من می‌خواهد چه کاری را انجام دهم؟»، «به طور خلاصه چه پاسخی باید به خدا بدهم؟»
ت- بنویسید. می‌خواهید حقیقت را به خاطر بسپارید و منتقل کنید. پس مهمترین افکار تعمق خود را در یک دفترچه یادداشت بنویسید.

۵- درمورد پاسخ‌های خود فکر کنید.

درمورد مهمترین افکار تعمق خود دعا کنید. به خاطر بسپارید که دعا پاسخی است به آنچه خدا به شما گفته است.

پ- پیشنهادهای عملی برای زمان مشارکت روزانه با عیسای مسیح (خدا)

۱ - یک عادت روزانه

تعلیم دهید: با خدا وقت مشارکت روزانه داشته باشید.

الف- به تنهایی یا با دیگران وقت مشارکت با خدا داشته باشید.

ب- از روش حقیقت محبوب یا روش طرح پرسش استفاده کنید.

پ- همچنین از برنامه خواندن کتاب مقدس و شیوه علامتگذاری کتاب مقدس استفاده کنید.

۲ - دفترچه یادداشت رازگاهان

تعلیم دهید: یک دفترچه یادداشت داشته باشید.

عادت کنید موارد زیر را یادداشت کنید: تاریخ، محل قسمتی از کتاب مقدس که در وقت مشارکت خود با خدا خوانده‌اید، سؤال یا سؤالاتی که دارید و تمام کشفیات و تفکرات مهم حاصل از تعمقتان. ثبت و منظم کردن افکارتان به شما کمک خواهد کرد تا حقایق خدا را واضح کنید، به خاطر بسپارید و منتقل کنید. دفترچه یادداشت رازگاهانتان به شما کمک می‌کند تا وقت مشارکتی که با خدا داشته‌اید را با سایرین در میان بگذارید. همچنین به شما کمک می‌کند تا بعدها آنچه خدا در گذشته به شما گفته است به خاطر بیاورید. وقتی بعدها این یادداشت‌ها را می‌خوانید به شما نشان خواهند داد که خدا چطور شما را هدایت کرده است.



۳ - گروهی

تعلیم دهید: وقت مشارکت گروهی با خدا داشته باشید.

از روش طرح پرسش استفاده کنید و تصمیم بگیرید که در مورد چه سؤالاتی می‌خواهید گفتگو کنید. کشفیات و کاربردهای خود را در میان بگذارید. باهم دعا کنید.



۴ - در میان گذاشتن برکات رازگاهان

تعلیم دهید: هر هفته برکات رازگاهان خود را در میان بگذارید.

اگر گروه شما هفتگی جمع می‌شوند، قسمتی از وقت را به در میان گذاشتن برکات اختصاص دهید. هر شخص یکی از اوقات مشارکتی را که در طی هفته قبل با خدا داشته است با همه گروه در میان می‌گذارد.

۵ دعا(۸دقیقه)

دعای در پاسخ به کلام

به نوبت در تمام گروه یا در حالی که به گروه‌های دو یا سه نفری تقسیم شده‌اید با دعاهای کوتاه، حقایقی را که امروز یاد گرفته‌اید به حضور خدا بیاورید.

۶ تکلیف منزل(۲دقیقه) برای درس بعد

سرگروه: (رونوشت این تکلیف را بین اعضای گروه پخش کنید و یا آن را بخوانید تا همه آن را در دفتر یادداشت خود بنویسند.)

۱ ـ تعهد- متعهد باشید به اینکه شاگردان بسازید. تمرین در گروه: قسمتی از کتاب مقدس را انتخاب کنید برای مثال مزمور ۳۴ یا متی ۸ . با استفاده از روش «طرح پرسش» وقت مشارکت گروهی با خدا داشته باشید. تعلیم: وقت مشارکت با خدا به روش طرح پرسش را برای یکدیگر، برای شخصی دیگر یا برای گروهی از مردم موعظه کنید، تعلیم دهید یا بررسی کنید.

۲ ـ رازگاهان- هر روز نیمی از یک فصل را از قسمت پیدایش ۶ - ۹ بخوانید. از روش «طرح پرسش» استفاده کنید و یادداشت بردارید.

۳ ـ بررسی کتاب مقدس- درس بعدی بررسی کتاب مقدس: پیدایش ۱: ۲۴ - ۲: ۲۵ – موضوع: وظیفه فرهنگی کلیسا) را در خانه آماده کنید. از روش ۵ قدم بررسی کتاب مقدس استفاده کنید و یادداشت بردارید.

۴ ـ دعا- در این هفته برای یک شخص یا موضوعی خاص دعا کنید و شاهد کار خدا در آن مورد باشید. (مزمور ۵: ۳)

۵ ـ آموخته‌های جدید درمورد شاگردسازی را وارد دفتر (یا پوشه) خود کنید. از تمام یادداشت‌های خود درمورد پرستش، رازگاهان، یادداشت‌های تعلیمی و این تکلیف منزل یک دفتر (یا پوشه) درست کنید.