

دو تا ۹۴	دعا ۱۹
یک شاگرد نسبت به جنبه فیزیکی دعا حساس است (قسمت ۱)	
S = معلم ۲ (تعلیم توسط معلم ۲)	

(T) به برنامه " دوره شاگردسازی از رادیو " خوش آمدید. به کمک این مجموعه آموزشی یاد خواهید گرفت تا شاگرد عیسی مسیح باشید. یک معلم از کتاب مقدس تعلیم خواهد داد که شاگرد عیسی مسیح دعا می کند. در حالیکه به این برنامه گوش می کنید در دفترچه یادداشت خود یادداشت بردارید یا آن را ضبط کنید. عیسی می گوید، " سؤال کنید که به شما داده خواهد شد " (متی ۷: ۷). پولس می گوید، " همیشه دعا کنید " (اول تسالونیکیان ۵: ۱۷) و یعقوب می گوید، " دعای مرد عادل در عمل قوت بسیار دارد " (یعقوب ۵: ۱۶). کتاب مقدس در مورد دعا تعالیم بسیار دارد. چهارمین مجموعه هشت قسمتی ما در مورد " تمرین دعا " است. چهار عنوان آن عبارتند از: " یک شاگرد انگیزه پیدا می کند تا دعا کند " ، " یک شاگرد نسبت به جنبه جسمی و فیزیکی دعا حساس است " ، " یک شاگرد در دعا اصرار می کند " و " یک شاگرد به تأثیرات دعا اعتقاد دارد " . هر عنوان در دو بخش ارائه خواهد شد امروز در این مورد یاد خواهیم گرفت، یک شاگرد نسبت به جنبه جسمی و فیزیکی دعا حساس است - قسمت ۱.

(S) در قسمت ۱ به " وضعیت دعا " ، " مکان دعا " و زمان و طول دعا " خواهیم پرداخت. مسیحیان معمولاً در مورد دعا سؤالات زیر را می پرسند: در حین دعا چه وضعیتی درست است؟ هنگام دعا باید بایستم یا زانو بزنم؟ چه مکانی برای دعا کردن مناسب است؟ در کلیسا و یا در مکانی خلوت؟ به چه فواصلی و در چه مدت زمانی باید دعا کنم؟ به قسمتهای مختلفی از کتاب مقدس که در مورد این سؤالات است نگاه خواهیم کرد. جای آیات را یادداشت کنید تا بعداً بتوانید دوباره آنها را بخوانید.

نکته ۱. وضعیت مناسب در حین دعا

هیچ جای کتاب مقدس فقط یک وضعیت را برای دعا کردن توصیه نمی کند. وقتی کتاب مقدس را می خوانیم می بینیم که در حین دعا بازوان، دستها و کل بدن می توانند در وضعیتهای متفاوتی قرار گیرند. تمام این وضعیتهای امکان پذیر هستند به شرط اینکه سمبلی باشد از حالت محترمانه ای که پرستش کننده در حین پرستش دارد. اغلب وضعیتهای موجود در کتاب مقدس عبارتند از:

اولین وضعیت دعا: ایستاده. در پیدایش ۱۸: ۲۲ ابراهیم در حین دعا در حضور خدا ایستاده بود.

دومین وضعیت دعا: دستان برافراشته و یا به سوی آسمان. در اشعیا ۱: ۱۵ خدا رو به نامطیعان و انسانهای فاسد سخن می گوید، " هر گاه دستهایتان را بسوی آسمان دراز کنید ، روی خود را از شما بر خواهم گرداند و چون دعا بسیار کنید ، اجابت نخواهم نمود زیرا دستهای شما به خون آلوده است . " در اول تیموتائوس ۲: ۸ نوشته شده، " بنابراین ، می خواهم که مردان در هر جا ، آزاد از گناه و خشم و نفرت ، دستهای پاک خود را بلند کرده ، به درگاه خدا دعا کنند. " در عهد عتیق قوم خدا در این موارد دستهای خود را به سوی تخت خدا بلند می کردند، در مواقع درخواست کمک از خدا (خروج ۱۷: ۱۶ و مزمور ۲۸: ۲ ، ۱۴۱: ۲) ، وقتی برای قوم او برکت می طلبیدند (لاویان ۹: ۲۲ ، لوقا ۲۴: ۵۰) ، وقتی که آنها دل پر از غصه خود را به حضور خدا می ریختند (مراثی ۲: ۱۹) ، وقتی گناهانشان را به خدا اعتراف می کردند (مراثی ۳: ۴۱-۴۲) ، زمانیکه خدا را می پرستیدند (مزمور ۶۳: ۴ ، ۱۳۴: ۲) و وقتی با آمین! آمین پاسخ می دادند (نحمیا ۸: ۶) ، پس بلند کردن دستها به طرف آسمان روشی رایج برای دعا کردن مردان یهودی بود. چون در کلیسای اولیه هنوز هم ایمانداران یهودی نژاد وجود داشتند. نظم و ترتیب پرستش در نخستین کلیساهای مسیحی همان سنن موجود در کلیسه های یهودی را دنبال می کرد.

سومین وضعیت دعا: خم کردن سر. در متن اصلی دوم تواریخ ۲۹: ۳۰ نوشته شده، " پس از آن حزقیای پادشاه و بزرگان قوم به لاویان دستور دادند که با مزمورهای داود و آساف نبی در وصف خداوند بسرایند . لاویان با شادی سرود خوانند و زانو زده خداوند را پرستش کردند. "

چهارمین وضعیت دعا: با چشمان به سوی آسمان نگاه کردن . در مزمور ۱۲۳: ۱-۲ نوشته شده است : " بسوی تو چشمان خود را برمی افرازم ، ای خدایی که در آسمانها نشسته و حکمرانی می کنی. چنانکه غلامان و کنیزان از اربابان خود رحمت و کمک انتظار دارند چشمان ما نیز ای خداوند بسوی تو است تا بر ما رحمت فرمایی . " پس از شام آخر عیسی با شاگردانش ، عیسی به سوی آسمان نگاه کرد و برای شاگردانش دعا کرد .

پنجمین وضعیت دعا: زانو زدن . در لوقا ۲۲: ۲۴ می خوانیم که عیسی در باغ جستیمانی زانو زده و دعا کرد. در اعمال ۹: ۴۰ در اطافی زانو زد و دعا کرد. در اعمال ۲۰: ۳۶ پولس و کشیشان کلیسا زانو زده و دعا کردند و اعمال ۲۱: ۵ شاگردان به اتفاق زنان و بچه هایشان کنار دریا زانو زده دعا کردند. از افسسیان ۳: ۱۴ این برداشت می شود که پولس معمولاً زانو زده و دعا می کرد.

ششمین وضعیت دعا: به روی در افتادن. در تثنیه ۹: ۲۵-۲۶ موسی در حضور خداوند به روی در افتاد و دعا کرد که خدا اسرائیل را به خاطر ساختن بت نابود نسازد. حزقیال نبی وقتی در رویایی جلال خدا و همینطور در رویایی دیگر قدرت تخریب کننده داوری خدا را دید به روی در افتاد و ترسید (حزقیال ۱: ۲۸) در متی ۲۶: ۳۹ می خوانیم که وقتی

عیسی برای دومین بار در باغ جستیمانی دعا کرد به روی در افتاد و در مکاشفه ۱۱: ۱۶ بیست و چهار پیر به روی در افتاده و خدا را پرستیدند.

هفتم. سایر وضعیتهای دعا. در اول پادشاهان ۱۸: ۴۲ ایلیای نبی به قله کوه کرمل بالا رفته به روی زمین خم شده و صورتش را بین زانویش قرار داد و دعا کرد و در لوقا ۱۸: ۱۳ باجگیر دور ایستاده و جرأت نکرد به آسمان نگاه کند و موقع دعا به سینه خود می‌کوبید.

تمام این وضعیتهای دعا بعضی اوقات با هم اتفاق می‌افتاد. در لوقا ۱۸: ۱۳ باجگیر ایستاد و به سینه می‌زد. در اول پادشاهان ۸: ۲۲ سلیمان پادشاه ایستاد و دستانش را به سوی آسمان دراز کرد. در یوحنا ۱۱: ۳۸، ۴۱ عیسی ایستاد و به آسمان نگاه کرد. در دوم تواریخ ۶: ۱۳ سلیمان پادشاه زانو زد و دستانش را به سوی آسمان باز کرد. در اعداد ۲۲: ۳۱ نبی کاذب بلعام خم شد و به روی در افتاد. شیوه محبوب به روی افتادن در شرق معمولاً به این صورت بود که شخص زانو زده و بدن خود و سر خود را طوری خم می‌کرد که سرش به زمین می‌رسید. در نحما ۸: ۶ تمامی قوم دستهای خود را برافراشته سپس رکوع و سجده کردند.

تمام این وضعیتها صحیح است. وضعیت ایستاده حاکی از احترام است. بلند کردن دستها وابستگی به خدا را نشان می‌دهد. باز کردن دستها با بازوانی باز و کف دست که به طرف بالا باشد نشان دهنده انتظار دریافت چیزی از سوی خدا است. خم کردن سر نشان دهنده پرستش خداست. چشم دوختن به آسمان نشانه اطاعت از خدا می‌باشد. زانو زدن نشانه فروتنی و احترام است. به روی در افتادن نشانه ترس از حضور خداست. به سینه زدن نشان دهنده احساس بی‌ارزش بودن است. ریشه سنت فعلی یعنی بستن چشمها و بستن دستها نامشخص است اما اگر به منظور تمرکز بر دعا انجام شود درست است.

نتیجه. هیچ جای کتاب مقدس فقط یک وضعیت برای دعا کردن توصیه نمی‌شود. همه وضعیتهای دعا در کتاب مقدس درست هستند اگر انگیزه و حالت دعا کننده درست باشد. هر وضعیتی حالت متفاوتی را نشان می‌دهد مثل احترام، وابستگی، انتظار، پرستش، اطاعت، فروتنی و احترام، ترس و بی‌ارزش بودن، تصمیم‌گیری در مورد اینکه کدام وضعیت دعا در کلیسای شما درست است باید در یکدلی و محبت انجام شود. بر طبق رومیان ۱۴ و ۱۵ شما بایستی ملاحظه آنانی که در ایمان ضعیف هستند را بکنید.

نکته ۲. مکانهای دعا

مسیحیان کجا باید دعا کنند؟

اول. در عهد عتیق، مکان مشخص دعا معبد بود. در اشعیا ۵۶: ۷ نوشته شده، "ایشان را نیز به کوه مقدس خود خواهیم آورد و در خانه عبادتم ایشان را شاد خواهم ساخت و قربانی‌ها و هدایای ایشان را قبول خواهم کرد. خانه من «خانه عبادت همه قومها» نامیده خواهد شد." این ثابت می‌کند که در زمان عهد عتیق خدا می‌خواست که تمام امتها به او پیوندند و او را پرستند (اشعیا ۵۶: ۷). البته در زمان عهد عتیق داخل خانه هایشان (مزمور ۵۹)، خارج از خانه در میدان جنگ (مزمور ۶۰) و در بیابان (مزمور ۶۳) و کوهستان (اول پادشاهان ۱۸) هم دعا می‌کردند. در عهد جدید تعالیم واضح‌تر می‌شود.

دوم. در عهد جدید دعا هم در ملاء عام و هم خصوصی است. در متی ۶: ۵-۶ عیسی تعلیم می‌دهد، "و اما در باره دعا، هر گاه دعا می‌کنی، مانند ریاکاران نباش که دوست دارند در عبادتگاه‌ها یا در گوشه و کنار خیابانها نماز بخوانند تا توجه مردم را به خود جلب کنند و خود را مومن نشان دهند. مطمئن باش اجری را که باید از خدا بگیرند، همین جا از مردم گرفته‌اند. اما تو هر گاه دعا می‌کنی، در تنهایی و در خلوت دل، پدر آسمانی را عبادت نما؛ و او که در خلوت دل، پدر آسمانی را عبادت نما و او که کارهای نهان تو را می‌بیند، به تو پاداش خواهد داد." دعای سلیمان پادشاه در ملاء عام برای وقف هیکل در دوم تواریخ ۶، اعتراف علنی اسرائیل به گناه در نحما ۹ و دعای علنی مسیحیان در اعمال ۴ نشان می‌دهند که کتاب مقدس دعا را محکوم نمی‌کند. هم عیسی و هم پولس رسول در حضور سایر مسیحیان دعا می‌کردند. آنچه عیسی در متی ۶ محکوم می‌کند نمایش دعا است. در لوقا ۱۸ فریسی در مقابل معبد و در مقابل تمام حضار با آنچه مثلاً دعا خصوصی بود دعا می‌کرد! ریاکاران دیگر در ساعات دعا در گوشه‌های خیابانهای شلوغ می‌ایستادند و دعا می‌کردند. عیسی آنانی را محکوم کرد که می‌خواستند توسط سایر مردم دیده بشوند و مورد احترام آنها قرار گیرند. عیسی تعلیم داد که دعای شخصی شما در اطاقی خصوصی انجام شود یعنی جائیکه بتوانید تنها باشید و در را ببندید و بدون مزاحمت دعا کنید. سعی نکنید در معرض دید باشید. البته تأکید عیسی بر مرموز بودن نبود بلکه بر صداقت، تأکید او بر مکان دعا نبود بلکه بر انگیزه فکر و حالت قلب.

سوم. مکانهای مختلف دعا. سایر مکانهای دعا در عهد جدید کوهستان (لوقا ۶: ۱۲)، مکانی خلوت (مرقس ۵: ۱۶)، خارج از دروازه شهر کنار رودخانه (اعمال ۱۶: ۱۳) و در کلیسای خانگی (اعمال ۱۲: ۱۲) هستند.

چهارم. مکان دعا مهم نیست بلکه انگیزه و حالت دعا مهم است. در یوحنا ۴: ۲۱-۲۴ عیسی به زن سامری تعلیم می‌دهد که زمانی خواهد رسید که مردم نه در کوه سامره و نه در معبد اورشلیم عبادت نخواهند کرد. او تعلیم می‌دهد که با مرگ و قیام او زمانی می‌آید که مردم در "روح و راستی" خدا را پرستند. مکان دعا مهم نیست آنچه اهمیت دارد این است که به چه کسی دعا می‌کنیم و چگونه دعا می‌کنیم! دعا فقط بایستی به سوی خدای پدر باشد که خود را در کتاب

مقدس و در عیسی مسیح آشکار کرده است و مسیحیان بایستی مطابق با حقیقت کتاب مقدس و تحت کنترل روح القدس دعا کنند. و باز هم اینکه انگیزه و حالت دعا مهم است و نه مکان آن.

نتیجه: هیچ جای کتاب مقدس مکان خاصی را برای دعا توصیه نکرده است. آنچه مهم است مکان دعا نیست بلکه انگیزه و حالت دعا کننده.

نکته ۳. زمان و طول دعا

مسیحیان بایستی کی دعا کنند؟

اول: یهودیان در ساعات خاصی از روز دعا می کردند. در عهد عتیق بین یهودیان ساعات خاصی برای عبادت یهودیان مذهبی وجود داشت که بر طبق مزمو ۵۵: ۱۷ (و اعمال ۳: ۱) صبح، بعد از ظهر و شبانگاه بوده است. دانیال نبی نسبت به عبادت خود در این ساعات وفادار بود در دانیال ۶: ۱۰ می خوانیم، "وقتی دانیال از صدور فرمان پادشاه آگاهی یافت رهسپار خانه اش شد. هنگامی که به خانه رسید به بالا خانه رفت و پنجره ها را که رو به اورشلیم بود، باز کرد و زانو زده دعا نمود. او مطابق معمول روزی سه بار نزد خدای خود دعا می کرد و او را پرستش می نمود." در عهد جدید در مورد زمان مشخص دعا تعالیم واضح تری وجود ندارد.

دوم: عیسی در ساعات خاصی از روز دعا می کرد. عیسی با دعا در ساعات و شرایط مختلف روز برای مسیحیان از خود نمونه ای به جا گذاشت. در مرقس ۱: ۳۵ می خوانیم، "هر که خواست خدا را بجا آورد، برادرو خواهر و مادر من است." دعا کردن در محل های دور افتاده عادت همیشگی عیسی بود. عادت مهم دیگر عیسی این بود که در هنگام کار روزانه، زمانی را به دعا کردن می داد. در لوقا ۵: ۱۵-۱۶ می خوانیم، "کارهای عیسی روز بروز بیشتر زبازد مردم می شد و همه دسته دسته می آمدند تا پیغام او را بشنوند و از امراض خود شفا یابند. ولی عیسی بیشتر اوقات برای دعا به نقاط دور افتاده، در خارج شهر می رفت." عیسی قبل از غذا دعا می کرد (متی ۱۴: ۱۹) و بعضی مواقع قبل از اینکه تصمیم مهمی بگیرد تمام شب را دعا می کرد (لوقا ۶: ۱۲).

سوم: مسیحیان بایستی چقدر از وقت خود را به دعا اختصاص دهند؟ در متی ۶: ۷-۸ عیسی تعلیم می دهد، "وقتی دعا می کنید، مانند کسانی که خدای حقیقی را نمی شناسند، وردهای بی معنی تکرار نکنید. ایشان گمان می کنند که با تکرار زیاد، دعایشان مستجاب می شود. اما شما این را بیاد داشته باشید که پدرتان، قبل از اینکه از او چیزی بخواهید، کاملاً از نیازهای شما آگاه است." غیر مسیحیان بارها دعای خود را تکرار می کنند چون تصور آنها این است که هر چقدر بلندتر و طولانی تر دعا کنند میزان کسب موفقیت آنها در رسیدن به خواسته هایشان بیشتر می شود. این همان کاری است که کاهنین بعل در اول پادشاهان ۱۸ انجام دادند. آنها از صبح تا ظهر دعا کردند و فریاد می زدند. سه زمان مشخص دعای یهودیان در طور روز خدا را تحت تأثیر قرار نمی داد چون یهودیان در گناه زندگی می کردند (اشعیا ۱: ۱۵). چرخهای دعای بودایی ها تلاش می کند رشته ای از دعای مداوم را تقدیم خدایان کند. دانه های تسبیح در چندین مذهب برای شمردن تعداد دعاهایی که باید گفته شود استفاده می شود. اما عیسی فرمان داد، "مثل آنها نباشید." خدا نیازهای ما را می داند و مشتاق است تا ما برای طلب کمک بنزد او برویم و او همان دفعه اول که چیزی را به او می گوئیم آنرا می شنود. ما نباید در یک دعا یک درخواست را بارها تکرار کنیم.

چهارم: در دعا، طولانی بودن مهم نیست بلکه امانت اهمیت دارد. این بسیار نکته ای مهم است که مؤثرترین و با حرارت ترین دعاها در کتاب مقدس دعا های بسیار کوتاه است! موسی نبی دعا کرد، "تمنای منم گناه آنها را ببخش و گرنه اسم مرا از دفتر محو کن" (خروج ۳۲: ۳۱-۳۲). سلیمان پادشاه دعا کرد، "به من حکمت عطا کن تا بتوانم نیک و بد را تشخیص بدهم و با عدالت بر مردم حکومت کنم" (اول پادشاهان ۳: ۶-۹). ایلای نبی اینطور دعا کرد، "ای خداوند خدای ابراهیم و اسحاق و یعقوب امروز آشکار کن که تو خدای اسرائیل هستی و من خدمتگزار تو می باشم ثابت کن که همه این کارها را به فرمان تو انجام داده ام" (اول پادشاهان ۱۸: ۳۶-۳۷). یعیص دعا کرد، "ای خدا مرا برکت ده و سرزمین مرا وسیع گردان با من باش و مرا از مصیبت ها دور نگه دار تا رنج نکشم" (اول تواریخ ۴: ۱۰). نحمای حاکم نمونه خوبی از دعایی کوتاه قبل از انجام امری مهم برای ما بیادگار می گذارد (نحمیا ۲: ۴-۵) باج گیر دعا کرد، "خدایا بر من گنهکار ترحم فرما" (لوقا ۱۸: ۱۳). یک دزد در حال مرگ دعا کرد، "عیسی مرا در ملکوت خود بیاد آور" (لوقا ۲۳: ۴۲). استیفان شهید دعا کرد، "خدایا این گناه را برایشان محسوب نکن" (اعمال ۶: ۶۰). پولس رسول چند دعا کوتاه در افسسیان می کند (افسسیان ۳: ۱۴-۱۹) همینطور در فیلیپیان ۱: ۹-۱۱ و کولسیان ۱: ۹-۱۲. کتاب مقدس دعای طولانی را محکوم نمی کند. موسی برای چهل روز و شب در حضور خدا می ماند و در آن مدت اغلب در حال دعا بود (تثنیه ۹: ۲۵-۲۶). افراد قوم اسرائیل یک چهارم زمان روزی که روزه بودند را به اعتراف و پرستش خدا سپری می کردند (نحمیا ۹: ۳). عیسی تمام شب را در دعا گذراند قبل از آنکه تصمیم بسیار مهمی بگیرد. روز بعد او گروه شاگردانش را انتخاب کرد (لوقا ۶: ۱۲). آنچه عیسی محکوم می کند انجام یک دعای طولانی برای نمایش است. آنانیکه برای جلب توجه دعای طولانی می کنند بشدت مجازات خواهند شد (مرقس ۱۲: ۴۰). پولس تأکید می کند دعای با امانت مهم تر از دعای طولانی است. پولس در رومیان ۱۲: ۱۲ فرمان می دهد، "همیشه دعا کنید." مرتباً دعا کنید، قبل از تصمیم گرفتن دعا کنید، قبل از ملاقات مردم دعا کنید، برای همه ایمانداران دعا کنید و غیره. همچنین در اول تسالونیکیان ۵: ۱۷ پولس می گوید، "دائماً دعا کنید." منظور پولس چیست؟ منظور او این است که در

بین وقایع زندگی ما نباید دعا فروکش کند و این یعنی خدا را در همه چیز در نظر داشتن و سپردن همه چیز به خدا (امثال ۳: ۶، ۱۶: ۳).

نتیجه گیری. درس مهم این است که مهم این نیست که چقدر دعای شما طولانی است بلکه چقدر شما در دعای خود امین هستید. برای تمام اتفاقات زندگی خود دعا کنید. قبل از صحبت و انجام کاری دعا کنید و دائماً برای دیگران دعا نمایید.

تکلیف برای هفته آینده

اول. انگیزه ها و رفتار خود را در رابطه با دعا ارزیابی کنید. آیا هنوز با شکل، مکان و زمان دعای خود می خواهید دیگران را تحت تأثیر قرار دهید؟ در اینصورت انگیزه ها و رفتار خود را تغییر دهید. در دعای خود امین باشید. از نمونه عیسی پیروی کنید و صبح ها دعا نمایید. قبل از گرفتن تصمیمات و قبل از ملاقات مردم دعا کنید. به دعای کوتاه، بخصوص در بین کار خود وقت بدهید.

دوم. کتابهای دستور عمل " بروید و شاگردان بسازید" را ملاحظه کنید و به آدرس اینترنتی www.dota.net مراجعه کنید. این آدرس را به حروف تکرار میکنم

سوم. هر شنبه تا چهارشنبه به برنامه " دوره شاگردسازی از رادیو " گوش کنید .