

تقدیم به مردم خوب استانهای آذربایجان غربی و ارومیه



درس شانزدهم

راز رسیدن به آرامش روحانی

به غفلت عمر شد جانا بیا با ما بمیخانه که سنگولان سرمستت بیاموزند کاری خوش

چند سال قبل بعضی ها پیشگوئی میکردند که در آینده نزدیک فراغت بیشتری نسبت به سالهای قبل خواهیم داشت. دلایل خوب ومحکمی هم برای آن پیشبینی ها داشتند. شهرها بوسیله کامپیوتر تسخیر شد. و روباتها مشاغل فرساینده را در صنایع عظیم بدست گرفتند. ولی در زمانی که کامپیوترها با شتاب همه چیز را بطور خودکارمیگرداندند دریافتیم که بیش از قبل از نفس افتاده ایم.

مردم اینروزها دیگر وقت سر خاراندن ندارند. و بیش از هر چیز خانواده ها دیگر زمانی برای همنشینی با هم ندارند. والدین بسختی میتوانند برای کودکانشان وقت بگذارند. و همینطور کمتر با دیگران. مطالعه بر روی یک اجتماع کوچک نشان داد که بطور متوسط پدران تنها ۳۷ ثانیه در روز با پسران خردسال خود وقت میگذارند. چطور میتوانیم برای ارتباط با یکدیگر وقت بگذاریم؟

علاج و چاره برای تنش‌های زندگی

عیسی مشکلات خانواده‌ها را که استرس و بحران دارند درک میکند و او از ما میخواهد که آرامش روحی را که جزئی از یک زندگی مطلوب است بیابیم: متی ۲۹:۲۸، ۱۱ "ای تمامی کسانی که زیر یوغ سنگین زحمت میکشید نزد من آئید و من بشما آرامش خواهم داد. یوغ مرا بدوش بکشید و بگذارید من شما را تعلیم دهم چون من مهربان و فروتن هستم و به جانهای شما راحتی خواهم بخشید. زیرا باری که من بر دوش شما میگذارم سبک است." کتاب مقدس تجربه این نوع آرامش را به دو طریق بما معرفی میکند: آمدن بسوی مسیح بطور روزانه و هفتگی.

ميثاق روزانه با مسیح

انبوه جمعیت بطور دائمی نظر عیسی را بخود جلب میکرد. و عیسی با کمال آرامش روحی با همگان سخن میراند. چگونه؟ او زمانی را برای مکالمه با پدر آسمانی اختصاص داده بود. او بطور مداوم با پدر آسمانی در ارتباط بود. یوحنا ۱۷:۶ "من به قدرت پدرم خدا زندگی میکنم همان که مرا به این دنیا فرستاد. شخصی نیز که در من است به قدرت من زندگی میکند." ما باید با متانت و ثبات زندگی کنیم آنطور که او زندگی میکرد. ما بایستی بطور پیوسته به او توکل کنیم و بگذاریم تا کلام و روح ما را پر نموده و خلاءهای وجود ما را پر سازد. بهترین راه برای مواجهه با نیروهایی که در تلاش هستند خانواده ما را از هم بپاشند گذاشتن زمان مناسب و مطلوب با مسیح است. او بما میگوید: یوحنا ۱۵:۴، ۵ "شما در من بمانید و در من زندگی کنید و بگذارید من هم در شما بمانم و زندگی کنم. زیرا وقتی شاخه از درخت جدا شود دیگر نمیتواند میوه بدهد. شما نیز جدا از من نمیتوانید بارور شوید. بلی. من تاک هستم شما نیز شاخه‌های من. هر که در من زندگی کند و من نیز در او زندگی کنم میوه فراوان میدهد چون جدا از من هیچ کاری از شما ساخته نیست." ما روز بروز میتوانیم با ارتباط با مسیح به سرچشمه روحانی زندگی نزدیکتر شویم. نکته مهمی را که بایستی در مورد مسیح تاکید کنیم آن کاری است که بر روی صلیب تمام کرد. آرامش حقیقی، مصونیت و آسایش خاطر واقعی فقط بخاطر آن فضیلت و کمالی است که او در هنگام مرگ بر روی صلیب با اتمام رساند. او قبل از موت گریست و گفت: تمام شد. (یوحنا ۱۹:۳۰). در کلامی دیگر کار او برای رهائی و رستگاری ما کامل شد. عبرانیان ۹:۲۶ "اگر چنین چیزی لازم میبود مسیح مجبور می شد از ابتدای جهان تا حال دائما جان خود را فدا کند. اما چنین نیست. مسیح یکبار و برای همیشه در آخر زمان آمد تا جان خود را در راه ما فدا کند و تا ابد قدرت گناه را ریشه کن سازد." وقتی عیسی مرد گناه را زدود. و به این خاطر است که میگوئیم ایمان‌داری که به گناهایش اعتراف نماید میتواند در کاری که مسیح به آخر رساند استراحت و آرامش داشته باشد. ما در حضور او پذیرفته شده ایم. امروزه تقصیرمانند آتش در بین

خاکسترو در میان شعله های خشم در زندگی ما نهفته است. ولی عیسی مشکل گناه را برای همیشه با صلیب خود برداشت. فریاد و گریه عیسی بر روی صلیب که گفت " اینک تمام شد " وعده او را مهر نمود که فرمود من شما را آرامی خواهم بخشید. و آن واقعیت را ثابت نمود. عیسی کار رستگاری را برای ما به اتمام رساند. (تیطوس ۲: ۱۴) و او در امتداد روز سبت در آرامگاه استراحت نمود و در بامداد روز یکشنبه با پیروزی و ظفر بر گناه و مرگ از قبر قیام فرمود. *عبرانیان ۱۰: ۲۲، ۲۳* "بیائید با دلی پاک مستقیماً" *حضور خدا برویم و یقین کامل داشته باشیم که او ما را می پذیرد زیرا خون مسیح بر ما پاشیده شده و ما را پاک ساخته بدنهایمان نیز با آب پاک شسته شده است. اکنون می توانیم منتظر نجاتی باشیم که خدا وعده داده است و می توانیم بدون هیچ تردیدی به همه بگوئیم که نجات یافته ایم زیرا خدا به همه وعده های خود عمل خواهد فرمود".*

زیرا او آنکسیکه بما وعده داد نسبت بما وفادار است، پس ما میتوانیم وارد آرامش توام با رستگاری که عیسی وعده آنرا داد بشویم. پایداری و ثبات و صلح و آرامشی که میتوانیم هر روزه در عیسی تجربه کنیم نتیجه کاری نیست که ما برای خود کرده ایم بلکه آن کاری است که او برای ما در روی صلیب انجام داد.

ما میتوانیم در مسیح آرامش و استراحت داشته باشیم زیرا رستگاری ما بواسطه او تضمین شده است. آن اطمینان بما انگیزه می دهد که هر روزه برای مسیح وقت بگذاریم و از کلام او تغذیه میکنیم و در فضای ملکوتی دعا نفس بکشیم. میعادگاه (راز گاهان یا وقتهای مغالزه بین عاشق و معشوق) با عیسی بما کمک میکند تا که زندگی پر از بحران و فشارما به یک زندگی آرام و هدفدار تبدیل شود.

۳

تجدید میثاق هفتگی با مسیح

پس از اینکه خداوند جهان را در شش روز آفرید (کولسیان ۱: ۱۶، ۱۷). او روز استراحت " سبت " را تدارک دید. این یک فرصت هفتگی برای ماست تا با او تجدید میعاد کنیم.

پیدایش ۱: ۳ و پیدایش ۲: ۱-۳ " آنگاه خدا به آنچه آفریده بود نظر کرد و کار آفرینش را از هر لحاظ عالی دید . شب گذشت و صبح شد . این روز ششم بود. به این ترتیب آسمانها و زمین و هر چه در آنها بود تکمیل گردید . با فرا رسیدن روز هفتم خدا کار آفرینش را تمام کرده دست از کار کشید. خدا روز هفتم را برکت داده آنرا مقدس اعلام فرمود زیرا روزی بود که خدا پس از پایان کار آفرینش آرام گرفت".

عیسی در روز سبت با آدم و حوا به استراحت پرداخت و آنرا برکت داده و روزی مقدس خواند. خداوند گردش هفت روز هفته را پایه گزاری نمود نه بخاطر منفعت خودش بلکه برای آدم و حوا و همچنین برای ما در حال حاضر. بخاطر اینکه او بیش از حد برای ما دلسوز است و مراقب ماست او برنامه ای تنظیم کرد تا در طول هفت روز، یک روز را برای عبادت در حضور او وقف کنیم. هر سبت آنچه که او نام نهاد روز استراحت جسم و تازه شدن روح بود. ورود گناه به جهان نیاز به وجود استراحت سبت را

بیش از هر بحران دیگری ملزم مینمود. همان منجی که وعده آرامش را به آدم و حوا ابلاغ نمود در حدود ۲۰۰۰ سال بعد ده فرمان را در کوه سینا به موسی اعلام نمود (اول قرنیتیان ۱۰: ۱-۴). عیسی روزاستراحت سبت را در قلب ده فرمان قرار داد. فرمان چهارم را میخوانیم: خروج ۲۰: ۱-۱۱ "روز سبت را به یاد داشته باش و آن را مقدس بدار. در هفته شش روز را کار کن ولی در روز هفتم که سبت خداوند است هیچ کار نکن نه خودت نه پسرت نه دخترت نه غلامت نه کنیزت نه مهمانانت و نه چهارپایانت. چون خداوند در شش روز آسمان و زمین و دریا و هر چه را که در آنهاست آفرید و روز هفتم دست از کار کشید. پس او روز سبت را مبارک خواند و آن را روز استراحت تعیین نمود". خداوند روز سبت را بنیان گذارد بعنوان یادآوری روزی که پروردگار زمین و آسمانها را آفرید. آرامش سبت هر هفته ما را به خالق پیوند میدهد که آنروز را مبارک خواند و از روزهای دیگر جدا ساخت. زمانی که عیسی بر روی زمین زندگی میکرد از هر فرصتی استفاده نمود تا اتحادش را با پدر مستحکم کند. لوقا ۴: ۱۶ "وقتی به ناصره شهری که در آن بزرگ شده بود آمد طبق عادت همیشگی اش روز شنبه به عبادتگاه شهر رفت. در حین مراسم او برخاست تا قسمتی از کلام خدا را برای جماعت بخواند". اگر عیسی آن بشر ربانی در حضور پدرش نیاز به استراحت در روز سبت داشت همچنین ما نیز بطور حتم نیاز داریم که سبت را نگاه داریم. وقتی عیسی شرع محدود کننده (قانون انسانی) یهودیان را که در روز سبت قاتل شده بودند بکنار زد (متی ۱۲: ۱-۱۲) اوبه این نکته اشاره نمود که خداوند سبت را برای سود و فایده مردم ایجاد نمود: مرقس ۲: ۲۷، ۲۸ "سپس افزود: روز شنبه برای استراحت انسان بوجود آمد نه انسان برای روز شنبه. من صاحب اختیار روز شنبه هستم و اختیار دارم بگویم مردم در روزهای شنبه چه باید بکنند و چه نباید بکنند". عیسی اهمیت سبت را حتی در مرگ خویش روشن نمود. او در روز جمعه مرد، روز تدارک برای سبت و سبت در شرف آغاز بود (لوقا ۲۳: ۵۴). در آن موقع عیسی اعلان نمود "اینک تمام شد" کار او؛ مرگ او در عوض ما به اتمام رسید. (یوحنا ۱۹: ۳۰؛ ۴: ۵؛ ۳۰). سپس برای جشن اتمام ماموریت و رسالتش عیسی در آرامگاهش در روز سبت آرام گرفت. زمانی که مسیح کار آفرینش را در روز ششم تمام کرد و بعد در روز هفتم استراحت نمود پس در مرگش بر روی صلیب او کار رهائی را در روز ششم کامل نمود و سپس در روز هفتم استراحت نمود. در روز یکشنبه صبح عیسی از قبر با ظفر بیرون آمد (لوقا ۲۴: ۷-۱). او از حواریون خود خواست تا همچنان پس از قیامش سبت را نگاه دارند. او در مورد تخریب اورشلیم گفت که این امر چهل سال بعد از وفاتش بوقوع خواهد پیوست: متی ۲۴: ۲۰ "دعا کنید که فرار شما در زمستان یا در روز شنبه که دروازه های شهر بسته است نباشد". منجی ما خواسته است تا شاگردان و پیروان او آنچه را که تعلیم داده است عمل کنند. (یوحنا ۱۵: ۱۵، ۱۶). او خواسته است تا همه تجربه آرامش رستگاری و آرامش سبت را داشته باشند. حواریون او را نا امید نساختند. حواریون رعایت روز سبت را پس از مرگ مسیح ادامه دادند. (لوقا ۲۳: ۵۴-۵۶؛ اعمال رسولان ۱۳: ۱۴؛ ۱۶: ۱۳؛ ۱۷: ۲؛ ۱۸: ۱-۴).

یوحنا آن حواری محبوب ارتباط خود با مسیح را هر هفته در روز سبت ادامه داد. در سالهای بعد او نوشت: در روز خداوند من پر از روح بودم. (مکاشفه ۱: ۱۰). بر اساس گفته عیسی روز خداوند روز سبت است (متی ۸: ۱۲). در روز سبت ما دو فضیلت و کمال عظیم را جشن میگیریم: آفریده شدنمان و رستگاری شدنمان. این تجربه سبت در آسمان نیز ادامه خواهد یافت: اشعیا ۶۶:

۲۲، ۲۳ "همانگونه که آسمانها و زمین جدیدی که من میسازم در حضور من پایدار میماند همچنان نسل شما و نام شما نیز پایدار خواهند ماند. همه مردم ماه به ماه و هفته به هفته به اورشلیم خواهند آمد تا مرا پرستش کنند".

۴

فواید استراحت سبت

مردم در زندگی از هم گسیخته خود یکدیگر را پایمال میکنند. افراد ضایع میشوند. خانواده ها تحت فشار و سختی از هم می پاشند. ولی خداوند سبت را برای بهتر شدن کیفیت زندگی پیشکش میکند. بیایید به بعضی از فوائد خاص آرامش سبت نگاه کنیم:

۱- سبت یادبود خلقت است و با مقدس نگاه داشتن آن ما یادبودی را برای خداوند بر می افرازیم.

ساعتهای مقدس آن فرصتی شگفت انگیز است برای پی بردن به ریشه خودمان در خلقتی که خداوند بانی آن است. آیا آخرین باری را که به عمق زیبایی جنگل یا رودخانه نیلگون رفته اید بخاطر دارید؟ سبت بما وقت کافی میدهد که به آنچه‌هایی را که عیسی بما داده تفکر کنیم.

۲- در سبت لذت نیایش و رفاقت با دیگر مسیحیان را تجربه میکنیم.

منفعتی در پرستش خداوند در گروه وجود دارد. سبت زمان ویژه ای بما میدهد تا همگی بعنوان یک بدن کلیسا گرد هم آئیم و باطری های روحانی خود را شارژ کنیم.

۳- سبت یک موقعیت را برای اعمال متفکرانه و ایجاد محبت بین دیگران بوجود می آورد.

آیا در طول هفته فرصتی داشته اید که به همسایه بیمار خود سری بزنید. آیا دوستی را از همدردی بخاطر فوت همسرش محروم ساخته اید؟ عیسی ما را پند میدهد: حلال و مشروع و مجاز خواهد بود که در روز سبت کار خوبی انجام دهید. (متی ۱۲: ۱-۲).

۴- سبت موجب تحکیم وحدت خانواده است.

وقتی مسیح فرمان داد در روز سبت کاری انجام ندهید (خروج ۲۰: ۱۰) او نمیتوانست نسخه بهتری به پدری بدهد که همیشه غرق کار است و همچنین مادری که از فشارهای روحی در حد انفجار. سبت یک علامت ایست بزرگ برای آن خانواده هاست. ما باید آن چیزهایی که ما را از ضرورترین اعمال وامیدارد را متوقف کنیم. و به مهم ترین ها بپردازیم. سبت یک روز است و در این روز با عبادت میتوانیم فشارها را برطرف سازیم. استراحت سبت به همراه کل خانواده ما را به مسیح پیوند داده و ما را از انرژی روحانی او بهره مند میسازد.

۵- سبت وقتی است که عیسی بما نزدیکتر میشود.

هر رابطه ای زمان مطلوبی را میطلبد و رابطه ما با مسیح نیز مستثنا نیست. نیایش تمام روز در هر هفته یکی از بزرگترین راهپهائی است که دوستی ما را با او تازه و پرشور نگاه میدارد. سبت زمان اضافی بما میدهد تا کتاب مقدس را مطالعه کنیم و زمانی اضافی برای سپردن با مسیح و گوش دادن به او. عیسی روز هفتم را برکت داد و آنرا مقدس ساخت. (پیدایش ۲:۳). میتوانی درک کنی که چرا رعایت سبت مهم است روز هفتم هفته بعنوان سبت، زیرا عیسی آنرا از زمان آفرینش برای ارتباط با ما جدا ساخت. سبت دقیقا "آن چیزی است که ما در محیط پر استرس و فشار نیازمندیم. روزی که واقعا" از هر چیز دیگری بطور کامل معاف میشویم. یک روز برای پرستش خداوند- حس نمودن دوباره خلقت و تمرکز بر روی ارتباط و خویشاوندی در عوض چیزهای دیگر.

۵

طعم آرامش آسمانی

ما میتوانیم فوائد پیوند با عیسی را بطور روزانه و هفتگی در مواجهه با واژه استراحت (آرامش) جمع بندی کنیم. کلمه سبت از زبان عبری به معنی استراحت می آید پس این تعجب آور نیست که چرا کلام مقدس روز هفتم را آرامش سبت میخواند. (لاویان ۲۳:۳).

عبرانیان ۴:۱۱-۴ " خداوند در باره روز هفتم با این کلام سخن گفته است: و در روز هفتم خداوند از تمامی کارهایش استراحت نمود... برای آنهایی که باقی ماندند آرامش سبت برای قوم خدا خواهد بود... پس بیائید تا ما نیز نهایت تلاش و کوشش خود را بکنیم تا وارد آن محل و مکان آرامش خدا گردیم..."

تجربه آرامش سبت یک مزه هفتگی از خوشی را میدهد که در آرامش کامل آسمانی میتوانیم تجربه کنیم. این استراحت؛ رخوت و عدم فعالیت نیست بلکه آنرا ارجاع میدهد به حس اطمینان و آسایش خاطر، صلح و سلامتی که در ریشه حقیقی یک زندگی وارسته نهفته است. این نوع استراحت روحانی تنها با تجربه ارزش داده خواهد شد.

اگر شما با یک ارتباط روزانه و هفتگی وارد آرامش عیسی بشوید عظیم ترین خوشی را در زندگی کشف خواهید کرد. آیا مایلید که از عیسی بخاطر هدیه آرامش سپاسگزاری کنید؟ آیا دوست دارید که از نجاتی که او برایتان مهیا کرده تشکر کنید؟ آیا دوست دارید به او بگوئید که مایلید هر هفته روز سبت را نگاه دارید؟ آیا میخواهید بگوئید بلی ای خداوند آرزو دارم که حظ و بهره کافی را از روزی که بنیان نهادی ببرم؟ چرا که نه پس همین حالا این قرار و پیمان را با او ببندید.

شاید تعجب کرده باشید که چه کسی روز سبت را از سبت به یکشنبه تغییر داده است... از روز هفتم به روز یکم! چه زمانی این تغییر بوجود آمد؟ این سوالات در درس ۲۱ پاسخ داده خواهد شد.

Family name

نام خانوادگی -----

Name

نام -----

Student Number ----- شماره دانشجویی

Address ----- آدرس

POSTAL CODE ----- کد پستی

Email address ----- آدرس ای میل

لطفاً یکبار دیگر درس را مرور کنید.

حال عبارت صحیح را علامت بزنید.

صحیح

یا غلط

با توکل به عیسی هر روزه میتوان بر استرسها و فشارهای روحی فائق آمد.

عیسی با توکل به پدر آسمانی بر فشارهای روحی روزانه غلبه نمود.

سبت در ابتدا بوسیله مسیح بنیان گزارده شد در آغاز آفرینش برای آرامش و برکت و منفعت ما.

سبت در ابتدا بوسیله مسیح بنیان گزارده شد در کوه سینا وقتی که موسی ده فرمان را دریافت نمود.

بنابر کتاب عهد جدید آرامش هفتگی سبت زمان مناسبی را برای ارتباط با خالق ایجاد میکند.

بنابر کتاب عهد جدید این رسم و سنت عیسی بود که در روز سبت عبادت نماید.

بنابر کتاب عهد جدید عیسی تعلیم داد که سبت برای نفع ما پایه گزاری شد.

بنابر کتاب عهد جدید پس از مرگ وی عیسی درروز سبت در آرامگاه استراحت یافت.

بنابر کتاب عهد جدید عیسی از پیروان خود انتظار داشت تا سبت را نگاه دارند.

بنابر کتاب عهد جدید یوحنا رسول در روز خداوند عبادت نمود که بگفته عیسی روز سبت میباشد.

نگاهداری سبت فرصتی است برای زمان گذاشتن برای عیسی خالق که سبت را بنیان نهاد.

نگاهداری سبت فرصتی است برای تجربه شادی با یاران و عبادت با دیگران.

نگاهداری سبت فرصتی است برای ملاقات دوستان نیازمند.

نگاهداری سبت فرصتی است برای تحکیم وحدت خانواده با پرداختن زمان مطلوب با یکدیگر.

آیا اولین بار است که در مورد روز سبت میشنوید؟-----

آیا کسی را میشناسید که روز سبت را نگاه میدارد؟-----

آیا تا کنون به این فکر بوده اید که نگاهداری سبت برایتان مفید فایده است؟-----

آیا ضرب المثل یا شعری بزبان فارسی در باره این درس به خاطر دارید؟ برای ما ارسال کنید. متشکریم