

Πώς να μελετάμε τη Βίβλο

Ανακαλύπτοντας τα βασικά βήματα και τις μεθόδους για τη μελέτη της Βίβλου



Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς

Πώς να μελετάμε τη Βίβλο

του David Batty

Εγχειρίδιο Μαθητών

Έκδοση 5



Πώς να μελετάμε τη Βίβλο

Εγχειρίδιο Μαθητών

5η έκδοση

του David Batty

Σημείωση: Τα εδάφια της Βίβλου όπου αυτά αναφέρονται, είναι από τη νεοελληνική μετάφραση της Παλαιάς και Καινής Διαθήκης, από τα πρωτότυπα κείμενα, της Ελληνικής Βιβλικής Εταιρίας. Περιστασιακά αναφέρονται και εδάφια από τη Μετάφραση του Αρχιμανδρ. Νεόφυτου Βάμβα, καθώς και από το Αρχαίο Ελληνικό Κείμενο (Καινή Διαθήκη).

Copyright © 2016, Teen Challenge USA.

Αυτό το Μάθημα εκδόθηκε αρχικά στην αγγλική γλώσσα με τίτλο: *How to Study the Bible*, 5th edition.

Τα Εγχειρίδια Δασκάλου και όλο το διδακτικό υλικό των μαθητών που σχετίζονται με τη Σειρά Μαθημάτων *Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς* είναι υλικό δεσμευμένο με πνευματικά δικαιώματα (copyright). Ειδικές συμφωνίες έχουν γίνει προκειμένου για τη μετάφραση του υλικού αυτού στην ελληνική γλώσσα. Το υλικό μπορεί να αναπαραχθεί και να διανεμηθεί για χρήση από το Teen Challenge σε παρόμοια προγράμματα, τοπικές εκκλησίες, σχολεία, και άλλους οργανισμούς και ιδιώτες. Το υλικό αυτό μπορεί επίσης να ληφθεί από την ιστοσελίδα: www.iTeenChallenge.org Δεν επιτρέπεται να πωληθεί, μόνον να διατεθεί δωρεάν. Όσοι επιθυμούν να το δημοσιεύσουν και να το πουλήσουν, πρέπει να κατέχουν γραπτή άδεια από το «Global Teen Challenge».

Αυτό το μάθημα είναι μέρος της σειράς *Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς*, μαθήματα φτιαγμένα να χρησιμοποιηθούν σε εκκλησίες, σχολεία, Διακονίες φυλακής, Προγράμματα διακονίας Πρόκληση στα Νιάτα, καθώς και σε παρόμοιες διακονίες για καινούργιους πιστούς. Σ' αυτή τη σειρά Μελέτης είναι διαθέσιμα: Εγχειρίδιο Δασκάλου, Εγχειρίδιο Μαθητών, Οδηγός Μελέτης, Διαγώνισμα Αξιολόγησης, και Βεβαίωση ολοκλήρωσης των μαθημάτων. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με αυτές τις σειρές μαθημάτων, επικοινωνήστε με:

Global Teen Challenge
PO Box 511
Columbus, GA, 31902 USA
Email: gtc@globaltc.org
Web: www.globaltc.org
www.iTeenChallenge.org



Περιεχόμενα

Κεφάλαιο 1. Αρχίζοντας με τα βασικά για τη μελέτη της Βίβλου	4
A. Γιατί είναι σημαντική η μελέτη της Βίβλου;	4
B. Προετοιμάζοντας τον εαυτό σου για Βιβλική μελέτη	8
Κεφάλαιο 2. Κάνοντας τη μελέτη της Βίβλου ένα αναπόσπαστο μέρος της ζωής μου ...	13
A. Τρία βασικά βήματα για τη μελέτη της Βίβλου	13
B. Σχέδιο Βιβλικής Μελέτης: Ο Πρακτικός Τρόπος ζωής	17
Κεφάλαιο 3. Προσωπική και ομαδική Βιβλική μελέτη	19
A. Προσωπική Ώρα προσευχής	19
B. Ομαδική Βιβλική μελέτη και οικογενειακή προσευχή	21
Κεφάλαιο 4. Μέθοδοι Βιβλικής μελέτης	23
A. Μέθοδος ΣΕΠΕ	24
B. Αποστηθίζοντας εδάφια.....	26
Γ. Στοχασμός πάνω στο Λόγου του Θεού	31
2 Κορινθίους 8:11	35
Τα σημάδια του στόχου μας Καλής Προσωπικής Εφαρμογής.....	36

Κεφάλαιο 1

Αρχίζοντας με τα βασικά για τη μελέτη της Βίβλου

Όταν λέμε «μελετάμε τη Βίβλο», χρησιμοποιούμε τη λέξη «μελέτη» μ' έναν πολύ γενικό τρόπο. Μιλάμε για οποιοδήποτε χρόνο διαβάζεις, αποστηθίζεις, συλλογίζεσαι ή κάνεις μια έρευνα πάνω σε οποιοδήποτε τμήμα της Βίβλου. Αυτό μπορεί να σημαίνει ότι αφιερώνεις ένα λεπτό ή 5 ώρες διαβάζοντας τη Βίβλο.

A. Γιατί είναι σημαντική η μελέτη της Βίβλου;

Ένα από τα κλειδιά για μια πετυχημένη Χριστιανική ζωή είναι να αναπτύξουμε προσωπικές συνήθειες που μας ελκύουν πιο κοντά στον Θεό. Οι περισσότεροι Χριστιανοί που είναι νέοι στην πίστη, πριν γίνουν Χριστιανοί, δεν μελετούσαν τη Βίβλο σε καθημερινή βάση. Οπότε αυτή θα είναι μια νέα δραστηριότητα για πολλούς.

Αν είσαι Χριστιανός ή σκοπεύεις να γίνεις είναι πολύ σημαντικό για σένα να μελετάς τη Βίβλο.

1. Ποιοί είναι οι λόγοι για τους οποίους οι άνθρωποι μελετούν τη Βίβλο;

Εδώ είναι κάποιοι λόγοι που μερικοί νέοι Χριστιανοί στην πίστη έδωσαν σαν απάντηση σ' αυτή την ερώτηση.

- α. Για να πάρω απαντήσεις στις ερωτήσεις που έχω.
- β. Για να γνωρίσω καλύτερα τον Θεό.
- γ. Γιατί είμαι περίεργος να δω τι λέει η Βίβλος.
- δ. Για να ανακαλύψω τι περιμένει ο Θεός από μένα να κάνω στη ζωή μου.
- ε. Για έμπνευση και ευχαρίστηση (σε κάποιους αρέσει το διάβασμα).
- ζ. Να μάθω πώς να γίνω καλύτερος Χριστιανός.

2. Γιατί πρέπει να μελετώ τη Βίβλο;

Ποιοι είναι οι λόγοι που πρέπει να μελετάς τη Βίβλο; Αφιέρωσε ένα λεπτό να γράψεις 2 ή 3 ουσιώδεις αιτίες γιατί θέλεις να μελετήσεις τη Βίβλο.

- α. _____
- β. _____
- γ. _____

3. Ποια είναι τα οφέλη από τη μελέτη της Βίβλου;

Η μελέτη της Βίβλου μπορεί να φέρει μια μεγάλη αλλαγή στην καθημερινή σου ζωή. Εδώ είναι κάποια εδάφια που περιέχουν μερικά από τα οφέλη της μελέτης της Βίβλου.

Ψαλμός 119:9, 11, 105
Ιωάννης 16:12-15

Ιωάννης 17:17
Β' Τιμοθέου 3:16,17

Πολλές φορές αυτά τα αποτελέσματα δεν έρχονται αυτομάτως. Ωστόσο καθώς η Βιβλική μελέτη γίνεται ένα τακτικό μέρος των καθημερινών δραστηριοτήτων σου, θ' αρχίσεις να βλέπεις το πόσο σε βοηθάει. Ένας άλλος τρόπος για να αποκτήσεις περισσότερες πρακτικές ιδέες για τα οφέλη της Βιβλικής μελέτης είναι να μιλάς με άλλους Χριστιανούς και να τους ρωτάς πώς η μελέτη της Βίβλου βοηθάει εκείνους.

Πρότυπο Χριστιανικής Αύξης

Στη σελίδα 7 βλέπεις τον πίνακα «Πρότυπο Χριστιανικής Αύξης». Πριν αρχίσουμε να εξετάζουμε τις διάφορες μεθόδους Βιβλικής μελέτης, ας ρίξουμε μια ματιά στην ολοκληρωμένη εικόνα, όσον αφορά το τι επιθυμεί ο Θεός για μας, την προσωπική μας αύξηση. Ακόμη και ο Ιησούς βίωσε την αύξηση και χρειάζεται ν' ακολουθούμε το παράδειγμα Του.

Λουκάς 2:52

Ο Ιησούς μεγάλωνε και πρόκοβε στη σοφία και η χάρη που είχε, ευαρεστούσε το Θεό και τους ανθρώπους

Εδώ είναι μια σύντομη επεξήγηση του πίνακα. Ο δάσκαλος/α σου θα τα συζητήσει αυτά στην τάξη, οπότε αν έχεις ερωτήσεις, σχετικά μ' αυτά γράψε τες για το επόμενο μάθημα.

Σημείο A: Εκεί που είσαι σήμερα

Κάτω από τον πίνακα βλέπεις το Σημείο A, «Εκεί που είσαι σήμερα». Καθώς κοιτάξεις τη ζωή σου σήμερα και την πρόοδο σου στο να ακολουθήσεις τον Ιησού, πώς τα πας; Σε ποιους τομείς τα πας καλά; Σε ποιες περιοχές υπάρχει πολύ χώρος για αύξηση; Αφιέρωσε ένα λεπτό και γράψε μερικές από τις προκλήσεις που αντιμετωπίζεις σήμερα στη ζωή σου.

Σημείο Β: Εκεί που σε θέλει ο Θεός να είσαι

Το Σημείο Β διευκρινίζει το «Εκεί που σε θέλει ο Θεός να είσαι». Καθώς κοιτάς τη ζωή σου, πώς θα περιέγραφες τον εαυτό σου, αν ήσουν ακριβώς αυτό που ο Θεός σε θέλει να είσαι;

Πιθανόν υπάρχει μεγάλη διαφορά ανάμεσα σ' αυτό που θα γράψεις στο Σημείο Α και στο Σημείο Β. Οπότε, πώς από εκεί που βρίσκεσαι σήμερα μπορείς να φτάσεις εκεί που ο Θεός σε θέλει να είσαι; Δεν μπορείς να φτάσεις εκεί κάνοντας ένα μαγικό βήμα. Είναι μια διαδικασία και θα χρειαστεί κάποιο χρόνο αλλά σίγουρα ο Θεός θα σε βοηθήσει.

Τα Σημεία Γ, Δ και Ε στον πίνακα δίνουν μια ολοκληρωμένη εικόνα από μερικά απ' τα βήματα που χρειάζονται να κάνεις για να γίνεις το άτομο που θέλει ο Θεός να είσαι. Εν συντομία ας κοιτάξουμε το κάθε βήμα.

Σημείο Γ: Μακροπρόθεσμοι στόχοι

Τρεις μακροπρόθεσμοι στόχοι βρίσκονται κάτω από το Σημείο Γ, που περιγράφουν τρεις μεγάλους τομείς όπου ο Θεός θέλει να δεις αύξηση. Θα μπορούσες να προσθέσεις περισσότερους μακροπρόθεσμους στόχους, αλλά μ' αυτούς κάνουμε ένα καλό ξεκίνημα.

Σημείο Δ: Εργαλεία που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την αύξηση

Το Σημείο Δ στον πίνακα παρέχει έναν χώρο για να γράψουμε τα εργαλεία που μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε (καλύτερα που ο Θεός μας θέλει να χρησιμοποιήσουμε) για να έχουμε πρόοδο καθημερινά στην επίτευξη αυτών των στόχων. Αν δυσκολεύεσαι να σκεφτείς τι πρέπει να γράψεις εδώ, είναι καλό να μιλήσεις με άλλους Χριστιανούς και ν' ακούσεις τις ιδέες τους. Τι χρησιμοποίησε ο Θεός για να αυξηθούν αυτοί;

Ένα απ' αυτά τα εργαλεία που θα είναι και το επίκεντρο αυτής της σειράς, είναι η Βιβλική μελέτη, αυτό είναι ένα από τα βασικά εργαλεία που θέλει ο Θεός να χρησιμοποιήσει για να σε βοηθήσει να αυξηθείς. Ένα άλλο εργαλείο που θέλει ο Θεός να χρησιμοποιήσει είναι οι ηγέτες σου, ιδιαίτερα οι πνευματικοί ηγέτες.

Σημείο Ε: Καθημερινές καταστάσεις της ζωής

Το Σημείο Ε του πίνακα δίνει χώρο για να γράψεις τις καθημερινές καταστάσεις που αντιμετωπίζεις τώρα. Ο Θεός θέλει να χρησιμοποιήσει τις καταστάσεις που αντιμετωπίζεις κάθε μέρα σαν ένα υπόβαθρο μάθησης, μαθαίνοντάς σου πως να ανταποκρίνεσαι με τον τρόπο που Αυτός θέλει να ανταποκρίνεσαι. Η κάθε μια απ' αυτές τις καταστάσεις είναι μια ευκαιρία για να εφαρμόσεις τις βιβλικές διδαχές. Κι έτσι γίνεσαι όλο και πιο πολύ το άτομο που ο Θεός σε θέλει να είσαι.

Πρότυπο Χριστιανικής Αύξησης

Γ. Μακροπρόθεσμοι στόχοι

1. Να έρθω πιο κοντά στον Θεό
(Να ζήσω μια Χριστοκεντρική ζωή)
2. Να βοηθήσω τους άλλους (Χριστιανική Υπηρεσία, Διακονία)
3. Να νικήσω τα προβλήματα που ελέγχουν τη ζωή μου



Δ. Εργαλεία που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την αύξηση

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Β. Εκεί που σε θέλει ο Θεός να είσαι

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Ε. Καθημερινές καταστάσεις της ζωής

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Α. Εκεί που είσαι σήμερα

Αυτός ο πίνακας σχεδιάστηκε για να βάλει τη μελέτη της Βίβλου σαν προοπτική μιας πλήρους ζωής για τον Χριστιανό. Η Βιβλική μελέτη (είτε προσωπική ή ομαδική) είναι ένα εργαλείο που μας βοηθά να έρθουμε πιο κοντά στον Θεό.

Στην πορεία αυτής της σειράς θα γυρίσουμε και πάλι σ' αυτόν τον πίνακα για να δούμε στην μεγάλη εικόνα με ποιο τρόπο η Βιβλική μελέτη μπορεί να σε βοηθήσει να γίνεις το άτομο που θέλει ο Θεός να είσαι, δηλαδή ώριμος, να ζεις ελεύθερα κάνοντας το θέλημα του Θεού.

B. Προετοιμάζοντας τον εαυτό σου για Βιβλική μελέτη

Ένας λόγος που κάποιοι άνθρωποι δεν παίρνουν τίποτα απ' τη μελέτη της Βίβλου, είναι γιατί δεν κάνουν την κατάλληλη προετοιμασία. Πώς μπορώ να προετοιμαστώ σωστά;

1. Πότε πρέπει να μελετώ τη Βίβλο;

Ποιό είναι το πιο σημαντικό πράγμα μέσα στη μέρα σου; Το να βρίσκεις χρόνο να μελετάς τη Βίβλο σου θα πρέπει να γίνει η σημαντικότερη προτεραιότητα των καθημερινών σου δραστηριοτήτων. Είμαι σίγουρος ότι βρίσκεις χρόνο για να φας κάθε μέρα. Αν το «ξεχάσεις» και παραλείψεις ένα γεύμα, σε μερικές ώρες το σώμα σου, συνήθως, σου στέλνει δυνατά μηνύματα.

Αυτή δεν είναι μια πρόσκληση για νομικισμό, όπου κινητοποιείσαι από ενοχές να διαβάσεις τη Βίβλο σου καθημερινά. Αν όμως αγαπάς κάποιον, ψάχνεις για ευκαιρίες να μιλήσεις μ' αυτό το άτομο. Μελετώντας τη Βίβλο είναι ένας σημαντικός τρόπος να επιτρέπεις στον Θεό να σου μιλήσει.

Είναι λυπηρό ότι μερικοί νέοι Χριστιανοί στην πίστη ξανακυλούν πίσω στην παλιά τους ζωή μέσα στην αμαρτία. Αυτοί που το κάνουν αυτό συνήθως έχουν εγκαταλείψει την καθημερινή μελέτη του Λόγου του Θεού καθώς επίσης και την καθημερινή προσευχή.

α. Μελέτησε τη Βίβλο κάθε μέρα

Η μελέτη της Βίβλου σε καθημερινή βάση, μπορεί να μην είναι και η πιο συναρπαστική δραστηριότητα μέσα στη μέρα σου, αλλά το να παίρνεις πνευματική τροφή κάθε μέρα είναι τόσο σπουδαίο όσο είναι να τρως το φυσικό φαγητό ώστε να διατηρήσεις την φυσική σου κατάσταση.

Προσπάθησε να διαλέξεις έναν τακτικό χρόνο (τον ίδιο χρόνο κάθε μέρα, αν είναι εφικτό) για τη μελέτη της Βίβλου. Ακόμη και αν μπορείς να προγραμματίσεις έστω 5 λεπτά της μέρας, ΚΑΝΕ ΤΟ!

β. Επέλεξε χρόνο που δεν νυστάζεις

Για κάποιους ανθρώπους, η καλύτερη ώρα είναι νωρίς το πρωί. Κάποιοι άλλοι είναι πιο αργοί να το κάνουν το πρωί, αλλά είναι άνθρωποι της «νύχτας», είναι πιο έτοιμοι για δράση τη νύχτα. Τον Θεό δεν τον νοιάζει αν διαβάζεις τη Βίβλο σου το πρωί, το απόγευμα, ή το βράδυ, αρκεί να αφιερώσεις ποιοτικό χρόνο μαζί Του. Μείνε μακριά από μέρη που μπορείς εύκολα να αισθανθείς νύστα, για παράδειγμα, το κρεβάτι.

γ. Προσπάθησε να αφιερώσεις περισσότερο χρόνο την Κυριακή

Θυμήσου, η Κυριακή είναι η μέρα του Κυρίου. Μπορούμε τόσο εύκολα να γεμίσουμε τις Κυριακές μας, με όλων των ειδών τις απολαύσεις, με ψυχαγωγικές δραστηριότητες, που σπάνια σκεφτόμαστε τον Θεό πέρα από το λίγο χρόνο που είμαστε στην εκκλησία. Σχεδίασε να αφιερώσεις περισσότερο χρόνο, διαβάζοντας τη Βίβλο. Μια άλλη δυνατότητα είναι να επισκεφτείς κάποιον φίλο, πιθανόν κάποιον σ' ένα γηροκομείο και διάβασε του τη Βίβλο.

δ. Συμμερίσου με κάποιον αυτά που έχεις μάθει

Προσπάθησε να βρίσκεσαι μ' έναν φίλο σου τουλάχιστον μία ή δύο φορές τη βδομάδα. Αυτό ας γίνει ένα τακτικό μέρος των εβδομαδιαίων δραστηριοτήτων σου. Συμμερίσου τα πράγματα που έχεις μάθει από την προσωπική σου μελέτη της Βίβλου, και πες του με ποιο τρόπο μπόρεσες να εφαρμόσεις αυτά τα εδάφια στη δική σου ζωή.

2. Πώς πρέπει να μελετώ τη Βίβλο;

Να μάθουμε πώς να μελετάμε τη Βίβλο είναι μια μεγάλη πρόκληση για πολλούς νέους Χριστιανούς στη πίστη. Μην εκπλαγείς αν αντιμετωπίσεις κάποια προβλήματα κάνοντας αυτό ένα μέρος της ζωής σου που θα σε βοηθήσει. Να λες συνέχεια στον εαυτό σου ότι η μελέτη της Βίβλου είναι το κλειδί για την προσωπική και την πνευματική σου ανάπτυξη και ότι ο Θεός θα σε βοηθήσει.

α. Να έχεις ένα ανοικτό μυαλό

Οι νέοι Χριστιανοί στην πίστη συχνά έχουν μια συμπεριφορά που στηρίζεται σε προηγούμενες πνευματικές εμπειρίες τους, που μπορεί να φέρει σύγχυση όσον αφορά τη μελέτη της Βίβλου ή το πώς να ακούνε τον Θεό. Όποιες κι αν ήταν οι προηγούμενες εμπειρίες σου, ο Θεός σε θέλει να μάθεις πώς να μελετάς τη Βίβλο και να το μάθεις από Εκείνον. “Θεέ, τι θέλεις να μάθω σήμερα; Θεέ, η καρδιά μου είναι ανοικτή σε Σένα. Δίδαξε με!”

Πάρε τη Βίβλο κάθε μέρα προσμένοντας να σου μιλήσει ο Θεός. Να έχεις τη θέληση να μάθεις και άνοιξε τον εαυτό σου στη διακονία του Αγίου Πνεύματος. Άφησε Τον να σε καθοδηγήσει σε όλη την αλήθεια.

Ιωάννης 16:13

Όταν όμως θα έρθει εκείνος, το Πνεύμα της Αλήθειας, θα σας οδηγήσει σε όλη την αλήθεια. Γιατί δε θα μιλήσει από μόνος του, αλλά θα πει όσα θα ακούσει, και θα σας αναγγείλει αυτά που μέλλουν να συμβούν.

β. Με προσευχή

Η Βιβλική σου μελέτη μπορεί να γίνει πολύ καλύτερη αν αρχίσεις με προσευχή, και κάνε την προσευχή ένα σημαντικό μέρος της μελέτης σου. Καθώς διαβάζεις τα εδάφια, σταμάτα και ζήτα από τον Θεό να σου δείξει πώς να σχετίσεις αυτά τα εδάφια με αυτό που συμβαίνει στη ζωή σου σήμερα. Αφού έχεις τελειώσει τη μελέτη της Βίβλου, προσευχήσου και ζήτα από τον Θεό να σε βοηθήσει να βάλεις σε πρακτική αυτά που μελέτησες.

γ. Με στάση υπακοής

Αν η μελέτη της Βίβλου δεν σου φέρνει αλλαγή, τότε χάνεις αυτό που έχει ο Θεός για σένα. Αν θέλεις να σου μιλήσει ο Θεός, τότε διάβασε και μελέτησε το λόγο Του—τη Βίβλο. Περίμενε από τον Θεό να σου δώσει μια βαθιά γνώση που θα σε βοηθήσει στις προκλήσεις που αντιμετωπίζεις στη ζωή σου.

Αν αυτή η μελέτη είναι να σε ωφελήσει πραγματικά, είναι σημαντικό να προσεγγίσεις αυτή τη δραστηριότητα με μια συγκεκριμένη στάση δηλαδή να έχεις τη θέληση να υπακούσεις. Μπορεί να μην το καταφέρνεις πάντοτε, αλλά θέλεις να υπακούσεις; Θέλεις ν' αυξηθείς; Θέλεις ν' αλλάξεις; Θέλεις να γίνεις το άτομο που σε θέλει ο Θεός να είσαι; Έχεις πάθος να δεις αύξηση στη ζωή σου;

Ο Θεός ψάχνει για μια καρδιά γεμάτη θέληση. Αν θέλεις να υπακούσεις, Αυτός το βλέπει αυτό και ας μην το βλέπει κανείς άλλος γύρω σου.

3. Τι ύλη χρειαζόμαστε για τη Βιβλική μελέτη;

Χρειαζόμαστε δύο πολύ σημαντικά πράγματα για να κάνεις τη Βιβλική σου μελέτη με επιτυχία.

α. Τη Βίβλο

Προσπάθησε να βρεις διάφορες μεταφράσεις και χρησιμοποίησε τες, για να σε βοηθήσουν να καταλάβεις καλύτερα τη Βίβλο. Σιγουρέψου ότι η μετάφραση που χρησιμοποιείς, είναι εύκολη να την καταλάβεις. Θα σε βοηθούσε αν διαβάσεις το ίδιο εδάφιο από περισσότερες από μια μετάφραση.

Κάποιοι Χριστιανοί μπορεί να σου πουν να μην χρησιμοποιήσεις κάποιες μεταφράσεις της Βίβλου. Πιθανόν θα προσπαθήσουν να σε κάνουν να χρησιμοποιήσεις μόνο την δική τους αγαπημένη μετάφραση. Πρόσεχε αυτού του είδους τις συμβουλές. Για να είμαστε ειλικρινείς μερικοί Χριστιανοί είναι προκατειλημμένοι για το ποια είναι η «σωστή» μετάφραση που πρέπει να χρησιμοποιείς.

Απλά επειδή μια μετάφραση είναι η «αγαπημένη» ενός ατόμου δεν σημαίνει ότι πρέπει να είναι και δική σου. Σκέψου λίγο το αγαπημένο φαγητό αυτού του ατόμου. Πιθανόν του αρέσει το Κινέζικο, αλλά εσένα να μην σου αρέσει. Αυτό είναι εντάξει. Θα πας στον ουρανό κι ας μην σου αρέσει το Κινέζικο.

Υπάρχουν πολλά προγράμματα και ιστότοποι στον υπολογιστή που έχουν διάφορες μεταφράσεις της Βίβλου διαθέσιμες. Δύο δωρεάν ιστότοποι είναι www.biblegateway.com

Όπως είπαμε πιο πάνω τη μετάφραση που θα χρησιμοποιήσεις να είναι μια που είναι εύκολη να την καταλάβεις. Ωστόσο η καλύτερη Βίβλος που μπορείς να χρησιμοποιήσεις είναι αυτή που εφαρμόζεις στην καθημερινή ζωή σου.

β. Χρησιμοποίησε ένα σημειωματάριο για να κρατάς σημειώσεις

Θα μάθεις και θα θυμάσαι πολύ περισσότερα από τη Βιβλική σου μελέτη αν κρατάς σημειώσεις. Οργάνωσε τες και κράτα τες σε ένα σημειωματάριο. Μερικοί το περιγράφουν αυτό σαν να κρατούν ημερολόγιο (καταγραφής). Γράψε τις ουσιώδεις διδασκαλίες των εδαφίων που διαβάζεις. Γράψε τις απαντήσεις στα προσωπικά προβλήματα που αντιμετωπίζεις. Τι λέει ο Θεός σε σένα μέσα απ' αυτό το εδάφιο;

4. Άλλα εργαλεία για την Βιβλική μελέτη

Παρακάτω υπάρχουν τρία ακόμη εργαλεία που μπορείς να χρησιμοποιήσεις και που μπορούν να σε βοηθήσουν στη μελέτη της Βίβλου. Αυτά είναι διαθέσιμα σε δύο τύπους, σε υπολογιστή ή σε βιβλίο.

Τα προγράμματα στον υπολογιστή για Βιβλική μελέτη διαθέτουν μια ποικιλία επιλογών—από ένα απλό ευρετήριο της Αγίας σε Γραφής μέχρι και εκτεταμένες βιβλιοθήκες ερμηνευτικών σημειώσεων μιας Βιβλικής μελέτης. Πιθανόν αυτές τις επιλογές θα ήθελες να τις συζητήσεις με το δάσκαλο σου ή τον ποιμένα σου, για να σου δώσουν κάποιες συστάσεις για το τι θα ήταν πιο βοηθητικό για σένα. Ένας δωρεάν ιστότοπος με εργαλεία για Βιβλική μελέτη είναι www.biblegateway.com

Εδώ είναι μια περιληπτική περιγραφή των τριών από τις πιο κοινές πηγές Βιβλικής μελέτης: ένα ευρετήριο της Βίβλου, ένας Βιβλικός άτλας και ένα Βιβλικό λεξικό.

α. Ευρετήριο (Αγίας Γραφής)

Ένα ευρετήριο περιέχει όλες τις λέξεις της Βίβλου και καταγράφει σε ποιο μέρος χρησιμοποιείται η κάθε λέξη μέσα στη Βίβλο. Αν θέλεις να βρεις όλα τα μέρη όπου αναφέρεται η λέξη «αγάπη» μέσα στη Βίβλο, το ευρετήριο θα σου δώσει όλες τις περικοπές των εδαφίων.

Υπάρχουν διαθέσιμα ευρετήρια για διάφορες μεταφράσεις της Βίβλου—και στον υπολογιστή και σε βιβλία. Μερικές Αγίες Γραφές έχουν ένα περιορισμένο ευρετήριο στο τέλος της Βίβλου.

Τα περισσότερα ευρετήρια γράφουν την περικοπή της Βίβλου και ένα μέρος του εδαφίου που υπάρχει σε μορφή βιβλίου. Τα ευρετήρια που βρίσκεις στον υπολογιστή γενικά δείχνουν ολόκληρο το εδάφιο και απλά σου επιτρέπουν με το πάτημα ενός πλήκτρου να έχεις ένα επεκτεινόμενο τμήμα, ακόμη και το κεφάλαιο ολόκληρο. Αυτό είναι βοηθητικό αν έχεις μια γενική ιδέα του τι λέει το εδάφιο αλλά δεν γνωρίζεις που βρίσκεται μέσα στη Βίβλο.

Μερικά ευρετήρια σου δίνουν επίσης και την Εβραϊκή λέξη από την οποία έχει μεταφραστεί η λέξη που ψάχνεις. Για παράδειγμα η λέξη «αγάπη» μεταφράζεται από δύο διαφορετικές Ελληνικές λέξεις. Στην Ελληνική γλώσσα, η κάθε λέξη έχει μια ιδιαίτερη έννοια η οποία χάνεται σε άλλες μεταφράσεις. Το ευρετήριο μπορεί να σε βοηθήσει να υπολογίσεις ποια Ελληνική λέξη χρησιμοποιήθηκε στο κάθε εδάφιο.

β. Βιβλικός άτλας

Πολλές από τις χώρες και τις πόλεις που περιγράφονται στη Βίβλο δεν υπάρχουν πλέον σήμερα, συνεπώς δεν μπορούν να εντοπισθούν πάνω σε σύγχρονους χάρτες. Ένας Βιβλικός άτλας περιέχει χάρτες των τόπων που αναφέρονται στη Βίβλο. Οι χάρτες δείχνουν την τοποθεσία των πόλεων και των χωρών στις διαφορετικές χρονικές περιόδους της Παλαιάς Διαθήκης καθώς και της Καινής Διαθήκης.

Όταν διαβάζεις για τον Ιησού που ταξίδευε στις διάφορες πόλεις, μπορείς ν' ακολουθήσεις το ταξίδι Του στους χάρτες του Βιβλικού άτλα.

γ. Λεξικό της Βίβλου

Ένα λεξικό της Βίβλου είναι παρόμοιο με ένα κανονικό λεξικό. Ωστόσο οι ορισμοί που δίνονται σ' ένα λεξικό της Βίβλου μας λένε τι σήμαινε αυτή η λέξη τους καιρούς της Βίβλου. Κάποιες λέξεις στην καθομιλουμένη έχει αλλάξει η έννοιά τους από τον καιρό που γράφτηκε η Βίβλος.

Κεφάλαιο 2

Κάνοντας τη μελέτη της Βίβλου ένα αναπόσπαστο μέρος της ζωής μου

Αν θέλεις να είσαι το πετυχημένο άτομο που ο Θεός έχει σχεδιάσει για σένα να είσαι, τότε είναι πολύ σημαντικό για σένα να δεις πώς μπορείς να κάνεις τη μελέτη της Βίβλου αναπόσπαστο μέρος της ζωής σου, σήμερα, όχι αύριο, όχι σε πέντε χρόνια από τώρα. Ο στόχος σου πρέπει να είναι η προσωπική εφαρμογή αν η μελέτη της Βίβλου θέλεις να γίνει ένα αναπόσπαστο μέρος της ζωής σου.

Δεν κάνουμε Βιβλική μελέτη απλά για να αποκτήσουμε καλές πληροφορίες μέσα στο κεφάλι μας. Η μελέτη της Βίβλου χρειάζεται για να μας εφοδιάσει για δράση. Χρειάζεται να βάλουμε το Λόγο του Θεού μέσα στις καρδιές μας και να πούμε, «Θέλω να υπακούσω στον Θεό, θέλω να χρησιμοποιήσω τις αλήθειες του Θεού στη ζωή μου σήμερα.»

A. Τρία βασικά βήματα για τη μελέτη της Βίβλου

Αν η μελέτη της Βίβλου γίνει ένα αναπόσπαστο μέρος της ζωής σου χρειάζεται να καταλάβεις μια πολύ απλή διαδικασία με τρία βήματα.

Αυτά τα τρία βήματα είναι η καρδιά της Βιβλικής μελέτης. Αυτά τα τρία βήματα χρειάζεται να τα ακολουθήσεις με οποιαδήποτε μέθοδο Βιβλικής μελέτης χρησιμοποιείς. Αν χρησιμοποιείς αυτά τα τρία βήματα όταν μελετάς τη Βίβλο, να είσαι σίγουρος ότι θα μάθεις πώς να ζεις μια επιτυχημένη Χριστιανική ζωή.

Τρία βασικά βήματα για τη μελέτη της Βίβλου

1. **Να γνωρίζεις την αλήθεια** (Τι λέει;) Παρατήρηση
2. **Πιάσε το νόημα** (Τι σημαίνει;) Ερμηνεία
3. **Εφάρμοσέ το στη ζωή σου** (Πώς μπορώ να το χρησιμοποιήσω αυτό στην καθημερινότητα μου;) Προσωπική Εφαρμογή

Μερικές απλές εργασίες είναι γραμμένες μετά από το κάθε ένα απ' τα τρία βασικά βήματα της Βιβλικής μελέτης. Δεν είναι ανάγκη να συμπληρώνεις όλες αυτές τις εργασίες κάθε φορά που μελετάς τη Βίβλο σου. Τα κεφάλαια 3 και 4 αυτής της σειράς μας μιλούν για τις διάφορες μεθόδους της Βιβλικής μελέτης και πώς μπορείς να εφαρμόσεις αυτά τα τρία βασικά βήματα όταν μελετάς τη Βίβλο.

1. Να γνωρίζεις την αλήθεια (Τι λέει;) Παρατήρηση

Στις Παροιμίες 23:23 λέει «την αλήθεια αγόραζε την και μην την πουλάς». Το πρώτο βήμα για τη μελέτη της Βίβλου είναι να είσαι ενήμερος των γεγονότων (να έχεις όλη την αλήθεια). Ανακάλυψε τι λέει η Βίβλος, και τι έχει πει ο Θεός.

Για να γνωρίζεις την αλήθεια, πρέπει να βρεις τις απαντήσεις σ' αυτές τις βασικές 6 ερωτήσεις:

1. Ποιοι εμπλέκονται;
2. Τι συμβαίνει;
3. Πού λαμβάνουν χώρα τα γεγονότα;
4. Πότε συμβαίνουν αυτά;
5. Γιατί συμβαίνουν αυτά;
6. Πώς συμβαίνουν αυτά;

Εργασίες

1. Διάβασε τα εδάφια στα γρήγορα για να έχεις μια γενική ιδέα του τι γίνεται.
2. Έλεγε τα συμφραζόμενα (εδάφια και παραγράφους που προηγούνται και ακολουθούν το εδάφιο που μελετάς).
3. Διάβασε τα εδάφια από μια άλλη μετάφραση. Κράτα σημειώσεις για τυχόν διαφορές μεταξύ των.
4. Γράψε το κύριο νόημα των εδαφίων.
5. Κράτα σημειώσεις με τυχόν ερωτήσεις ή προβλήματα που μπορεί να έχεις μετά τη μελέτη.
6. Κάνε ένα περίγραμμα με τα πιο σημαντικά πράγματα για τα οποία μιλούν τα εδάφια.

2. Πιάσε το νόημα (Τι σημαίνει;) Ερμηνεία

Το βήμα ένα, “Να γνωρίζεις την αλήθεια,” σε οδηγεί κατευθείαν στο Βήμα δύο, “Πιάσε το νόημα.”

Ο σκοπός αυτού του βήματος είναι να έχεις μια ξεκάθαρη κατανόηση του τι σημαίνει το εδάφιο. Είναι πολύ σημαντικό να καταλάβεις αυτό το εδάφιο από τη σκοπιά των ανθρώπων για τους οποίους γράφτηκε. Βάλε τον εαυτό σου σ’ εκείνη την κατάσταση. Ανακάλυψε πώς αυτό το εδάφιο σχετίζεται με άλλα εδάφια που μιλούν για το ίδιο πράγμα.

Ο σκοπός αυτού του βήματος επίσης είναι ν’ ανακαλύψεις τι σημαίνει το εδάφιο σε σχέση με τη δική σου ζωή. Ρώτα τον εαυτό σου, «Πώς αυτό το εδάφιο σχετίζεται με την καθημερινή ζωή μου;» Χρειάζεσαι τη βοήθεια του Αγίου Πνεύματος για να αντιληφθείς την πλήρη έννοια του κάθε εδαφίου.

Εργασίες

1. Να έχεις τον σαφή ορισμό της κάθε λέξης.
 - α. Έλεγξε και άλλες μεταφράσεις της Βίβλου.
 - β. Ψάξε τη λέξη σε Ελληνικό λεξικό.
 - γ. Ψάξε τη λέξη σε λεξικό της Βίβλου.
2. Κάνε μια λίστα με το καθετί που λέει το εδάφιο.
3. Κοίτα πώς σχετίζεται αυτό το εδάφιο με τα άλλα εδάφια του κεφαλαίου στη Βίβλο που μελετάς.
4. Έλεγξε κι άλλα εδάφια στη Βίβλο που μιλούν για το ίδιο θέμα. Χρησιμοποίησε το ευρετήριο ή τις περικοπές στο πλάι της Βίβλου να σε βοηθήσουν μ’ αυτό.
5. Εξατομίκευσε τα εδάφια.
 - α. Γράψε τα εδάφια με δικά σου λόγια. Γράψε τη δική σου μετάφραση.
 - β. Γράψε τα εδάφια προς τον εαυτό σου, χρησιμοποιώντας τις λέξεις «Εγώ, εμένα, μου».
6. Ξαναζήσε το εδάφιο, βάζοντας τον εαυτό σου στη θέση του κάθε ατόμου που αναφέρεται στο εδάφιο. Ρώτα τον εαυτό σου:
 - α. Τι αισθανόταν;
 - β. Τι είδε;
 - γ. Τι έμαθε;
 - δ. Τι θα είχα κάνει αν ήμουν εκείνο το άτομο;
7. Πώς συνδέεται αυτό το εδάφιο με την καθημερινότητα μου;
 - α. Πώς αυτό το εδάφιο σχετίζεται με τα προβλήματα που αντιμετωπίζω σήμερα;
 - β. Αυτό το εδάφιο με βοηθάει να προσδιορίσω τα προβλήματα στη ζωή μου; Ποια είναι αυτά;
 - γ. Πώς θα με βοηθήσει αυτό το εδάφιο να αναπτύξω θεϊκά στοιχεία στον χαρακτήρα μου;
 - δ. Αν το βάλω αυτό σε πράξη στη ζωή μου, πώς θ’ αλλάξουν οι σκέψεις και η συμπεριφορά μου;

3. Εφαρμοσέ το στη ζωή σου (Πώς μπορώ να το χρησιμοποιήσω αυτό στην καθημερινότητα μου;) Προσωπική Εφαρμογή

Δεν μπορείς να εφαρμόσεις ακριβώς τις διδασκαλίες ενός εδαφίου στη δική σου ζωή αν δεν γνωρίζεις την αλήθεια και να έχεις πλήρη αντίληψη αυτής.

Στις Παροιμίες 18:13 λέει «Εκείνος που αποκρίνεται χωρίς ν' ακούσει πρώτα, κάνει μια πράξη ανόητη κι εξευτελιστική.»

Ο σκοπός του τρίτου βήματος είναι να εφαρμόσεις τις διδαχές του εδαφίου στην καθημερινότητα σου. Πώς μπορείς να πάρεις τις διδαχές αυτών των εδαφίων και να τις κάνεις μέρος των σκέψεων και των πράξεων σου; Η δική σου ευθύνη σαν Χριστιανός είναι να εφαρμόσεις σωστά όλο το Λόγο του Θεού σε κάθε τομέα της ζωής σου. Βάλε στόχους και πες πώς θα εφαρμόσεις το κάθε εδάφιο που μελετάς. Κοίτα το Ιακώβου 1:21-27.

Πρέπει να το συνεχίσεις αυτό το βήμα, αν θέλεις να σε βοηθήσει η μελέτη της Βίβλου. Αν αποτύχεις να εφαρμόσεις αυτά που διαβάζεις και μελετάς, θα ανακαλύψεις ότι η μελέτη της Βίβλου θα είναι πολύ ανιαρή και χωρίς κανένα ενδιαφέρον.

Εργασίες

1. Ζήτησε από το Άγιο Πνεύμα να σε βοηθήσει. Ζήτησέ Του να σου δείξει τις ανάγκες σου, τις αδυναμίες σου, τις απογοητεύσεις (πικρίες) και προβλήματα. Ζήτησέ Του να σε βοηθήσει να αντιμετωπίσεις τα προβλήματα που έχεις και να σε βοηθήσει να βρεις λύσεις σ' αυτά καθώς μελετάς τη Βίβλο.
2. Ψάξε για τρόπους να εφαρμόσεις αυτά που μελετάς. Ψάξε για πιθανές λύσεις στα προβλήματα που έχεις στη ζωή σου. Πώς μπορείς να εφαρμόσεις αυτά που έμαθες σε καταστάσεις που αντιμετωπίζεις στις σχέσεις σου μ' αυτούς τους ανθρώπους;

α. Ο Θεός	ζ. Οι δάσκαλοί σου
β. Ο εαυτός σου	η. Οι παλιοί φίλοι σου
γ. Η οικογένεια σου	θ. Αυτοί από διαφορετική φυλή και προέλευση
δ. Ο συγκάτοικος σου	
ε. Οι ηγέτες σου	

Μια πολύ καλή δραστηριότητα είναι να αφιερώσεις χρόνο να συζητήσετε με κάποιο άλλο άτομο για το πώς μπορείτε να εφαρμόσετε αυτό το εδάφιο στη ζωή σας. Η συζήτηση μπορεί να εγείρει καινούριες ιδέες που δεν είχες ξανασκεφτεί. Είναι και ένας καλός τρόπος να μάθεις πώς να συζητάς με κάποιον Χριστιανό και σύντομα θα ανακαλύψεις πως διαφέρει από την σχέση που είχες με τους φίλους σου.

3. Πάρε μια απόφαση να εφαρμόσεις αυτά που έμαθες.
4. Βάλε στόχους. Γράψε τους. Να είναι απλοί και ξεκάθαροι για να μπορείς να τους αξιολογήσεις αργότερα, για να δεις αν έχεις πετύχει τους στόχους σου. Κοίταξε στη σελίδα 36 για βοήθεια στο πώς να βάζεις στόχους.

5. Δοκίμασε τους στόχους σου. Δες πόσο καλά οι Βιβλικές αρχές αποφέρουν τα επιδιωκόμενα αποτελέσματα για σένα.
6. Αξιολόγησε τα αποτελέσματα μέσα στη ζωή σου. Κοίτα πόσο καλά τα κατάφερες. Πιθανόν ίσως χρειαστεί να αναθεωρήσεις τους στόχους σου.
7. Συμμερίσου το πώς εφαρμόσες το εδάφιο στη δική σου ζωή. Ενθάρρυνε τους άλλους και δείξε τους τον τρόπο ώστε να κάνουν το ίδιο κι αυτοί.

Καθώς αρχίζεις να βάζεις τη μελέτη της Βίβλου στη ζωή σου, θυμήσου αυτά τα τρία βασικά βήματα και χρησιμοποίησέ τα. Η μελέτη της Βίβλου δεν θα σε βοηθήσει πολύ αν απλά διαβάζεις τη Βίβλο. Πρέπει να πας πέρα απ' αυτό και να το σχετίσεις με τη δική σου ζωή, να το βάλεις στην πράξη. Όσο περισσότερο το κάνεις αυτό τόση αύξηση θα δεις στη ζωή σου.

Μάρκος 4:24

Προσέχετε αυτό που ακούτε. Με όποιο μέτρο ενδιαφέροντος ακούτε, με το ίδιο μέτρο θα σας δώσει ο Θεός να καταλάβετε, και μάλιστα με μεγαλύτερο.

Η ύψιστη προτεραιότητά μας χρειάζεται να είναι η προσωπική εφαρμογή του Λόγου του Θεού. Πολλά από τα εδάφια είναι δύσκολα στην εφαρμογή τους—απλά δεν έχουμε τη δύναμη να κάνουμε επί καθημερινής βάσεως αυτά που μας λέει ο Θεός. Οπότε, τι κάνουμε; Τα παρατάμε; Ποτέ.

Ο Θεός υποσχέθηκε να μας δώσει τη δύναμη που χρειαζόμαστε όταν είμαστε αδύναμοι. Εδώ είναι που η πίστη από τον Θεό μπαίνει σε εφαρμογή στη ζωή μας. Η πίστη του Θεού, η δύναμη του Θεού θα σε βοηθήσει να ανταποκριθείς μ' έναν νέο τρόπο. Ο Θεός δεν θα σου δώσει τη δύναμη να σκαρφαλώσεις αυτό το βουνό, με ένα τεράστιο βήμα, αλλά να είσαι σίγουρος ότι θα σου δώσει τη δύναμη να κάνεις ένα μικρό βήμα τη φορά, μαθαίνοντάς σου πώς να αυξάνεσαι και να είσαι προσεκτικός στο να βάζεις το Λόγο Του στην πράξη κάθε μέρα της ζωής σου.

B. Σχέδιο Βιβλικής μελέτης: Ο Πρακτικός τρόπος ζωής

Ένας άλλος πρακτικός τρόπος για να κάνεις τη μελέτη της Βίβλου ένα αναπόσπαστο μέρος της ζωής σου είναι να αρχίσεις με τις προκλήσεις που αντιμετωπίζεις κάθε μέρα. Το Σχέδιο Βιβλικής Μελέτης: Ο Πρακτικός Τρόπος ζωής στη σελίδα 18 σου δίνει ένα παράδειγμα για το πώς να προσδιορίσεις τις καταστάσεις της ζωής σου, που θα σε βοηθήσουν να κάνεις τη μελέτη της Βίβλου πιο βοηθητική.

Αυτό το πρότυπο αρχίζει με τη ζωή σου, μετά πηγαίνεις στη μελέτη της Βίβλου, στη συνέχεια επιστρέφεις και πάλι στη ζωή σου με καινούριες ιδέες από τον Λόγο του Θεού και προσπαθείς να τα εφαρμόσεις στην προσωπική σου ζωή.

Σχέδιο Βιβλικής Μελέτης: Ο Πρακτικός Τρόπος Ζωής

1. Να γράψω τις καταστάσεις άγχους
—καταστάσεις όπου μου είναι εύκολο να νευριάσω, να συγχυστώ, να θυμώσω, να εκνευριστώ, να απογοητευτώ ή όταν αισθάνομαι πίεση.
2. Να ρωτήσω τον Θεό:
—«Θεέ, τι θέλεις να με διδάξεις να **κάνω σήμερα;**»
3. Να βρω έναν τομέα της ζωής μου όπου **θέλω να αυξηθώ**.
—να χρησιμοποιήσω την 1 Κορινθίους 13:4-8 για να προσδιορίσω τους πιθανούς τομείς της ζωής μου όπου χρειάζεται να αυξηθώ.
4. Να το **συσχετίσω** με τη **Βιβλική μου μελέτη**
—τι λέει η Βίβλος για αυτόν τον τομέα της ζωής μου όπου θέλω να αυξηθώ;
5. Να γράψω τα πράγματα που μπορώ να τελειώσω σήμερα.
—μ' άλλα λόγια, να βάλω στόχους
—να επιλέξω ένα στόχο και να τον κάνω σήμερα
6. Να αξιολογήσω τα αποτελέσματα
—Αργότερα μέσα στη μέρα ή την επόμενη μέρα, να ανακεφαλαιώσω τι έγινε όταν προσπάθησα να φτάσω τον στόχο που έβαλα.

Καθώς αρχίζεις να χρησιμοποιείς διάφορες μεθόδους μελέτης της Βίβλου, ζήτησε από τον Θεό να σε βοηθήσει να δεις πώς να εφαρμόσεις το Λόγο Του στην καθημερινή σου ζωή. Υπάρχουν πολλές και διάφορες μέθοδοι Βιβλικής μελέτης που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στο Βήμα 4 αυτού του Σχεδίου Βιβλικής Μελέτης: Ο Πρακτικός Τρόπος Ζωής.

Πιθανόν θα ήθελες να αγοράσεις ένα βιβλίο που λέγεται «Οι Υποσχέσεις του Θεού για τους Άνδρες» ή το «Οι Υποσχέσεις του Θεού για τις Γυναίκες,» από τον J.C. Countryman (Nelson Publ. Εκδόσεις), που σε βοηθούν να βρεις εδάφια που αναφέρονται σε συγκεκριμένα θέματα που αντιμετωπίζεις.

Χρειάζεται να γίνουμε σοβαροί και στέρεοι μαθητές του Λόγου του Θεού. Πάντα θα υπάρχουν καινούριες ευκαιρίες για να εφαρμόσουμε το Λόγο του Θεού στη ζωή μας, άσχετα με την ηλικία μας. Καθώς κάνεις την προσωπική εφαρμογή του Λόγου του Θεού, κορυφαία προτεραιότητα μέσα στη ζωή σου, θα ανακαλύψεις ότι η μελέτη της Βίβλου είναι πολύ σχετική και πρακτική για σένα.

Κεφάλαιο 3

Προσωπική και ομαδική Βιβλική μελέτη

A. Προσωπική Ώρα προσευχής (Προσωπική μελέτη της Βίβλου)

1. Τι είναι η προσωπική προσευχή;

Η προσωπική προσευχή είναι ο χρόνος ησυχίας που αφιερώνεις για να περάσεις με τον Θεό, διαβάζοντας τη Βίβλο και προσευχόμενος. Είναι «προσωπική» επειδή είσαι εσύ μόνος σου με τον Θεό. Η λέξη «προσευχή» (σημαίνει, να δώσεις χρόνο ή τιμή σε κάποιο άλλο πρόσωπο) χρησιμοποιείται επειδή δίνεις απ' το χρόνο σου στον Θεό για να διαβάσεις και να προσευχηθείς.

2. Σχεδιάζοντας την Προσωπική σου προσευχή

α. Επέλεξε χρόνο και τόπο

Προσπάθησε να βρεις τουλάχιστον 10 λεπτά τη μέρα για την προσωπική σου προσευχή. Επέλεξε ένα χρόνο που θα είσαι ξύπνιος και σε ετοιμότητα. Προσπάθησε να επιλέξεις έναν τόπο όπου μπορείς να βρίσκεσαι κάθε μέρα – έναν τόπο που δεν θα σε διακόπτουν. Προσπάθησε να βρεις ένα δωμάτιο ήσυχο και χωρίς περισπασμούς.

β. Διάβασε τη Βίβλο και κράτησε σημειώσεις

Ένα απ' τα κυριότερα μέρη της προσωπικής προσευχής είναι το διάβασμα της Βίβλου. Ένας τρόπος να επωφεληθείς όσο το δυνατόν περισσότερο απ' τη Βίβλο σου είναι να κρατάς σημειώσεις καθώς διαβάζεις.

Είναι πολύ εύκολο η προσωπική προσευχή να μετατραπεί σε τυπολατρία, ανιαρή και άνευ σημασίας. Αυτό μπορεί να προκαλείται από έλλειψη ποικιλίας σ' αυτό που διαβάζεις ή πιθανόν επειδή διαβάζεις απλά μερικά εδάφια και μετά τα ξεχνάς. Μη πέφτεις στη ρουτίνα να κάνεις πάντα το ίδιο πράγμα.

Χρησιμοποίησε τα τρία βασικά βήματα για τη μελέτη της Βίβλου, όταν διαβάζεις τη Βίβλο. Κοίταξε το Κεφάλαιο 2 για περισσότερες λεπτομέρειες πάνω σ' αυτά τα τρία βήματα. Αν θέλεις να σε βοηθήσει η μελέτη της Βίβλου, ψάξε για τρόπους να εφαρμόσεις αυτά που διαβάζεις. Γράψε κάποιους απλούς στόχους και παρακολούθησε τις εξελίξεις, για να δεις τι θα συμβεί.

γ. Προσευχήςου

Καθώς διαβάζεις τη Βίβλο, προσευχήσου και ζήτησε από το Άγιο Πνεύμα να σε βοηθήσει να καταλάβεις τι θέλει ο Θεός να μάθεις από τη Βίβλο. Προσευχήσου να δεις πώς η Βίβλος σχετίζεται μ' αυτά που βιώνεις στην κάθε σου μέρα. Προσευχήσου να σε βοηθήσει ο Θεός να δεις ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος για να εφαρμόσεις αυτές τις διδαχές μέσα στη ζωή σου.

Κάνε αυτό το χρόνο της προσευχής ένα χρόνο που θα συμμαρτυρείς τα προσωπικά σου ζητήματα με τον Θεό. Μίλησέ Του όπως μιλάς στον καλύτερο σου φίλο. Οι προσευχές σου να είναι συγκεκριμένες. Γράψε τα θέματα για τα οποία προσεύχεσαι και αργότερα γράψε πώς ο Θεός απάντησε τις προσευχές σου.

3. Στόχοι της προσωπικής σου προσευχής

α. Κάτι πρέπει να παίρνει και ο Θεός

Η προσωπική σου προσευχή δεν είναι χρόνος κατά τον οποίο *παίρνεις* πράγματα από τον Θεό. Είναι μια ευκαιρία για σένα να δώσεις στον Θεό πολλά πράγματα που έχουν προσωπική αξία για σένα. Εδώ είναι μερικά πράγματα που μπορείς να δώσεις στο Θεό: (1) Την αγάπη σου, (2) Την προσοχή σου, (3) Τον έπαινο σου, (4) Τη λατρεία σου.

β. Πρέπει να παίρνεις δύναμη και βοήθεια απ' αυτήν

Όταν αφιερώνεις χρόνο στην προσευχή και στο διάβασμα της Βίβλου, να περιμένεις ο Θεός να σου μιλήσει. Πώς μας μιλάει σήμερα ο Θεός; Μην περιμένεις ν' ακούσεις μια δυνατή βαρύτονη φωνή από τον ουρανό καθώς μελετάς τη Βίβλο. Να περιμένεις όμως τον Θεό να μιλήσει στην καρδιά σου. Τα εδάφια θα ζωντανέψουν μέσα σου.

Να έχεις μια στάση προσμονής από τον Θεό να σου δείξει αυτό που Αυτός θέλει να μάθεις καθώς μελετάς τη Βίβλο και να περιμένεις να γίνει ξεκάθαρος ο σκοπός του Θεού για τη ζωή σου. Ο Θεός σπάνια αποκαλύπτει το θέλημα Του για τα επόμενα 50 χρόνια της ζωής μας. Μπορούμε όμως να περιμένουμε τον Θεό να μας βοηθήσει να δούμε αυτό που θέλει Αυτός να κάνουμε σήμερα. Ο Θεός μπορεί να βάλει μια επιθυμία ή ένα βάρος στην καρδιά σου να κάνεις κάποιο είδος διακονίας και ή κάποιο έργο.

Την προσωπική μας προσευχή πρέπει να την αντιμετωπίζουμε με τον ίδιο τρόπο που προσεγγίζουμε την καθημερινή μας τροφή. Οι πιο πολλοί από μας τρώμε τουλάχιστον τρεις φορές τη μέρα, αναγνωρίζοντας ότι το χθεσινό γεύμα δεν σταματά την πείνα μας σήμερα. Με παρόμοιο τρόπο πρέπει να δούμε την προσωπική μας προσευχή σαν στιγμή που παίρνουμε πνευματική τροφή από τον Θεό και τη Βίβλο.

Αν δεν ωφελείσαι καθόλου από την προσωπική σου προσευχή – ΣΤΑΜΑΤΑ!

Ανακάλυψε το γιατί. Μπορεί να μην παίρνεις τίποτα γιατί δεν δίνεις τίποτα. Καθώς δίνεις στον Θεό πράγματα κάποιας αξίας, θα σου δώσει τη βοήθεια που χρειάζεσαι. Βλέπε 1 Κορινθίους 10:13.

Ωστόσο, πρέπει να καταλάβεις ότι η προσωπική σου προσευχή θα σε ωφελήσει αν εφαρμόσεις το Λόγο του Θεού στην καθημερινότητα σου. Αυτό μπορεί να είναι πολύ δύσκολο. Χρειάζεται σκληρή δουλειά για να ωφεληθείς όσο το δυνατόν περισσότερο. Αν όμως επενδύσεις χρόνο και προσπάθεια, θα σε βοηθήσει ν' αυξηθείς και να ωριμάσεις στα μάτια του Θεού.

B. Ομαδική Βιβλική μελέτη και οικογενειακή προσευχή

1. Τι είναι η οικογενειακή προσευχή και η ομαδική Βιβλική μελέτη;

α. Οικογενειακή προσευχή

Η οικογενειακή προσευχή είναι παρόμοια με την προσωπική προσευχή. Εδώ, ολόκληρη η οικογένεια μαζεύεται και μαζί διαβάζουν τη Βίβλο, συζητούν και προσεύχονται.

β. Ομαδική Βιβλική μελέτη

Η ομαδική Βιβλική μελέτη είναι μια ομάδα ανθρώπων που μαζεύονται τακτικά για να διαβάσουν τη Βίβλο, να συζητήσουν και να προσευχηθούν.

2. Σχεδιάζοντας το χρόνο για την οικογενειακή προσευχή

α. Επέλεξε ένα χρόνο που ολόκληρη η οικογένεια είναι μαζί

Να γίνει μια μόνιμη και τακτική πράξη κάθε μέρα. Για παράδειγμα, μετά από κάποιο γεύμα όταν όλη η οικογένεια είναι παρούσα. Διάλεξε έναν τόπο χωρίς περισπασμούς. Σβήσε την τηλεόραση, το ραδιόφωνο, το κινητό και τα βίντεο παιχνίδια.

β. Διάβασε τη Βίβλο

Θα ήταν καλό να ζητήσεις κάποιον να διαβάσει τα εδάφια, ή διάλεξε κάποια εδάφια και ζήτησε από διάφορα άτομα να διαβάσουν από ένα εδάφιο ο καθένας.

Υπάρχουν πολλά και διάφορα βιβλιάρια (Βιβλικά ημερολόγια) που είναι ιδανικά να χρησιμοποιηθούν στην οικογενειακή προσευχή και σε Ομαδικές Βιβλικές μελέτες. Πολλά απ' αυτά τα βιβλιάρια ξεκινούν μ' ένα εδάφιο για κάθε μέρα. Σιγουρέψου ότι χρησιμοποιείς μια μετάφραση της Βίβλου που είναι κατανοητή από όλους στην οικογένεια.

γ. Συζήτηση

Αφιέρωσε χρόνο να συζητήσεις τα εδάφια που διαβάσατε. Είναι σημαντικό να καταλάβει ο καθένας τι λένε τα εδάφια. Μπορείς επίσης να συζητήσεις για το πώς να εφαρμόσουμε αυτή τη Βιβλική αλήθεια στη ζωή μας. Μπορείς να συζητήσεις πώς έχεις εφαρμόσει κι άλλα εδάφια.

Θα ήταν καλή στιγμή να συζητήσετε για τυχόν προβλήματα που μπορεί να έχει η οικογένεια. Είναι σημαντικό για την οικογένεια σου να μάθει πώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί η Βίβλος για να βοηθήσει στην επίλυση των οικογενειακών προβλημάτων.

δ. Προσευχήςου

Αφιέρωσε χρόνο να προσεύχεστε μαζί. Υπάρχει ένα ρητό κατάλληλο με την περίπτωση: «Η οικογένεια που προσεύχεται μαζί, μένει μαζί.» Μπορείς να εκμεταλλευτείς την ευκαιρία να διδάξεις τα παιδιά σου να προσεύχονται, (1) ακούγοντας εσένα να προσεύχεσαι, και (2) επιτρέποντας σ' αυτά να προσευχηθούν.

3. Στόχοι οικογενειακής προσευχής (ομαδικής βιβλικής μελέτης)

Υπάρχουν πολλοί σημαντικοί στόχοι που μπορείς να βάλεις και να δουλέψεις γι' αυτούς μέσα στην οικογενειακή προσευχή (ή στην ομαδική Βιβλική μελέτη). Εδώ είναι μόνο μερικοί στόχοι που μπορεί να έχεις.

- 1) Ο Θεός πρέπει να παίρνει τη δόξα, τη λατρεία και την αγάπη σου.
- 2) Δίδαξε τα παιδιά σου πώς να διαβάζουν τη Βίβλο και να την εφαρμόζουν στη ζωή τους.
- 3) Δίδαξε τα παιδιά σου πώς να προσεύχονται.
- 4) Βοηθήστε ο ένας τον άλλο να εφαρμόσετε τα εδάφια στην καθημερινότητα σας.
- 5) Προσπάθησε να γνωρίσεις τους άλλους ανθρώπους καλύτερα (από την ομάδα Βιβλικής μελέτης).
- 6) Να είστε υπόλογοι ο ένας στον άλλο στο να ζείτε σύμφωνα με την αλήθεια του Θεού.

Κεφάλαιο 4

Μέθοδοι Βιβλικής μελέτης

Σήμερα το εκπαιδευτικό μας σύστημα έχει πολλές μεθόδους διδασκαλίας. Είναι εμφανές ότι ένα άτομο μπορεί να μάθει και με άλλους τρόπους πέρα από τη μελέτη ενός βιβλίου. Όταν μιλάμε για την καθημερινή μας μελέτη της Βίβλου, έχουμε περιορίσει τους εαυτούς μας μόνο σε μια μέθοδο – να διαβάζουμε τη Βίβλο. Σήμερα χρειάζεται όσο ποτέ άλλοτε, να ανακαλύψουμε δημιουργικές και ενδιαφέρουσες μεθόδους μελέτης του Λόγου του Θεού.

Θα συζητήσουμε για κάποιες μεθόδους μελέτης της Βίβλου. Μερικές απ' αυτές μπορούν να ολοκληρωθούν σε 10-15 λεπτά. Κάποιες παίρνουν πάνω από μια ώρα.

Σημείωση: Στις περισσότερες περιπτώσεις εδώ στο Κεφάλαιο 4, η κάθε μέθοδος επεξηγείται πρώτα. Μετά δίνεται ένα δείγμα που δείχνει πώς λειτουργεί η μέθοδος όταν χρησιμοποιείται με κάποια εδάφια.

Μέθοδοι Βιβλικής Μελέτης

Μέθοδος ΣΕΠΕ	Επεξήγηση Δείγμα	σελίδα 24 σελίδα 25
Αποστηθίζοντας εδάφια		σελίδα 26
Στοχασμός πάνω στον Λόγο του Θεού		σελίδα 31

A. Μέθοδος ΣΕΠΕ (Βλέπε το δείγμα στις σελίδες 25-26)

Η μέθοδος ΣΕΠΕ της Βιβλικής μελέτης είναι μια απλή μέθοδος που μπορεί να γίνει σε λίγα μόλις λεπτά. Μπορείς με αυτή τη μέθοδο, να αφιερώσεις μία με δύο ώρες σε κάποια εδάφια, εξαρτάται από το πόσο λεπτομερείς θα είναι οι απαντήσεις σου.

Τα τρία μέρη της μεθόδου ΣΕΠΕ είναι παρόμοια με τα Τρία βασικά βήματα για τη μελέτη της Βίβλου. (Βλέπε Κεφάλαιο 2 σ' αυτό το Εγχειρίδιο Μαθητή)

Παραθέτουμε το πώς λειτουργεί η μέθοδος ΣΕΠΕ.

1. Συνοψίζοντας (Σ)

- α. Κράτησε σημειώσεις για το εδάφιο. Γράψε με δικά σου λόγια τι λέει το κάθε εδάφιο. Κάνε το αυτό με κάθε εδάφιο ξεχωριστά.
- β. Γράψε τις δικές σου απόψεις για τα εδάφια.

2. Ερωτήσεις (Ε)

Γράψε τις ερωτήσεις που μπορεί να έχεις όσον αφορά αυτά τα εδάφια. Άφησε ένα διάστημα ανάμεσα στην κάθε ερώτηση για να επιστρέψεις αργότερα και να συμπληρώσεις τις απαντήσεις. Πιθανόν θα ήθελες να προσθέσεις και μερικές ερωτήσεις για τον τρόπο που θα μπορούσες να εφαρμόσεις τις διδαχές αυτών των εδαφίων, για το πώς αισθανόταν το άτομο στα εδάφια όταν συνέβη αυτό, ή κάποιες ερωτήσεις που ξεκινούν με το «Γιατί».

3. Προσωπική Εφαρμογή (ΠΕ)

Ο πρωταρχικός σκοπός αυτού του μέρους της Βιβλικής μελέτης είναι να γράψεις όλες τις πιθανές ιδέες που έχεις που σου δείχνουν πώς να εφαρμόσεις προσωπικά αυτές τις αλήθειες. Μην το βλέπεις απλά σαν κάποιους στόχους που θα εφαρμόσεις. Σκέψου τον τρόπο που θα μπορέσεις να βάλεις αυτό το εδάφιο σε εφαρμογή στη ζωή σου. Αφού έχεις εξετάσει όλες τις δυνατότητες για προσωπική εφαρμογή, τότε επέλεξε αυτή που θέλεις να βάλεις σε πράξη μέσα στις επόμενες δύο μέρες.

- α. Γράψε τους τρόπους εφαρμογής αυτών που έμαθες από τη μελέτη του εδαφίου.
- β. Επέλεξε τουλάχιστον ένα πράγμα που μπορείς να εφαρμόσεις την ίδια μέρα (ή εβδομάδα), και σχεδίασε το πώς, πότε, πού και με ποιον θα το εφαρμόσεις. Αργότερα έλεγξε να δεις πώς τα πήγες.

Δείγμα: Μέθοδος ΣΕΠΕ – Λουκάς 5:12-16

1. Συνοψίζοντας

- εδ. 12 (1) Ένας λεπρός έρχεται στον Ιησού και του λέει, «Κύριε, αν θέλεις, μπορείς να με καθαρίσεις.» Αυτό δείχνει ότι ο άνθρωπος κατάλαβε την σημασία και την αξία της θεραπείας. Όχι για εγωιστικούς λόγους, αλλά αν θέλει ο Θεός, μπορεί να με θεραπεύσει.
- εδ. 12 (2) Δεν απαιτήσε από τον Θεό να τον θεραπεύσει.
- εδ. 13 (3) Ο Ιησούς τον άγγιξε και είπε, «Θέλω να καθαριστείς, είσαι θεραπευμένος.» Ήταν το θέλημα του Θεού να θεραπευτεί.
- εδ. 13 (4) Η πράξη που ακολούθησε τα λόγια του Ιησού ήταν άμεση. «Η λέπρα έφυγε αμέσως».
- εδ. 14 (5) Ο Ιησούς δεν ήθελε να μεγαλοποιήσει το θαύμα. Λέει στο θεραπευμένο λεπρό να πάει στον ιερέα, να τηρήσει τον Εβραϊκό νόμο και να αναγνωριστεί νόμιμα θεραπευμένος (καθαρός). Για ποιο λόγο; «Σαν ομολογία σ' αυτούς». Υπάρχει συγκεκριμένος λόγος που πας στο γιατρό για να επιβεβαιώσει μια θεραπεία. Είναι μια ομολογία για τους γιατρούς και όσους εργάζονται μαζί τους.
- εδ. 15 (6) Η φήμη του Ιησού εξαπλώνεται πολύ γρήγορα, πολλά πλήθη έρχονται να τον ακούσουν και φέρνουν τους αρρώστους τους για θεραπεία.
- εδ. 16 (7) Ο Ιησούς όμως συχνά απομονωνόταν σε ήσυχους και απόμερους τόπους στην έρημο για να προσευχηθεί.
- εδ. 16 (8) Ο Ιησούς δείχνει τη σημασία του να μείνεις μόνος σου για να είσαι σε επαφή με τον Θεό.

2. Ερωτήσεις

- εδ. 12 (1) Πόσο καιρό ήταν ο άνθρωπος λεπρός;
 (2) Πόσο συχνά απαιτώ από τον Θεό να κάνει κάτι για μένα;
 (3) Είναι ο Θεός δυνατός να καλύψει όλες τις ανάγκες μου όταν Του το ζητώ;
 (4) Πώς μπορώ να ξέρω ότι ο Θεός είναι έτοιμος να καλύψει τις ανάγκες μου;
- εδ. 13 (5) Τι αίσθημα βίωσε ο Ιησούς όταν θεραπεύτηκε ο λεπρός;
 (6) Πώς ξέρω ότι ο Ιησούς θέλει να θεραπεύσει κάποιον άρρωστο;
- εδ. 14 (7) Γιατί έστειλε ο Ιησούς τον λεπρό στον ιερέα;
 (8) Τι έκανε ο ιερέας όταν ο θεραπευμένος λεπρός ήρθε σ' αυτόν;

3. Προσωπική Εφαρμογή

- εδ. 12 (1) Πρέπει να περιμένω τον Θεό να είναι πρόθυμος να κάνει πράγματα για μένα.
 εδ. 13 (2) Πρέπει να είμαι αισιόδοξος (να πιστεύω) όταν προσεύχομαι.
 εδ. 12 (3) Δεν πρέπει να απαιτώ πράγματα από τον Θεό.
 (4) Πρέπει πρώτα ν' ανακαλύψω αν ο Θεός θέλει να το κάνει.

- εδ. 14 (5) Όταν προσεύχομαι, πρέπει να είμαι πρόθυμος να κάνω αυτό που θέλει ο Θεός να κάνω. Πρέπει να Τον υπακούσω.
 (6) Πρέπει να υπακούσω στους ηγέτες και στους νόμους της χώρας.
 (7) Αν είμαι άρρωστος και με θεραπεύσει ο Θεός, δεν πρέπει να φοβάμαι να πάω στο γιατρό να με εξετάσει.
- εδ. 16 (8) Πρέπει ν' αφιερώσω χρόνο μόνος μου στην προσευχή, άσχετα με το πόσο απασχολημένος είμαι.

Προσωπικός Στόχος: Κάθε μέρα αυτή τη βδομάδα θα συμμερίζομαι ένα εδάφιο μέσα από το οποίο ο Θεός μίλησε στην καρδιά μου, με τους ανθρώπους γύρω μου.

Προσωπικός Στόχος: Θα ρωτήσω τους άλλους πώς ο Θεός τους άγγιξε και θα γράψω τις απαντήσεις τους.

B. Αποστηθίζοντας εδάφια

1. Τι σημαίνει να αποστηθίζω εδάφια;

Η αποστήθιση είναι απλά να μάθεις τις λέξεις-εδάφια και να μπορείς να τις επαναλάβεις απ' έξω. Έχεις τα λόγια στο μυαλό σου και μπορείς να τα θυμάσαι (επαναλαμβάνεις) οποιαδήποτε στιγμή.

2. Γιατί πρέπει ν' αποστηθίζεις εδάφια;

Η αποστήθιση εδαφίων μπορεί να σε βοηθήσει με πολλούς τρόπους. Σας παραθέτουμε μερικά από τα οφέλη.

- α. Χρησιμοποίησέ το για να αντισταθείς στον πειρασμό.
- β. Χρησιμοποίησέ το να σε βοηθήσει να λύσεις τα προβλήματα σου.
- γ. Σε βοηθάει να έχεις καλές σκέψεις.
- δ. Σε προετοιμάζει να στοχάζεσαι το Λόγο του Θεού.
- ε. Χρησιμοποίησέ το όταν βρεθείς με άτομα και θέλεις να ομολογήσεις το ευαγγέλιο.
- ζ. Σε βοηθάει να μάθεις να σκέφτεσαι με τον τρόπο που σκέφτεται ο Θεός. Στους Ρωμαίους 12:1-2, μας δίνει εντολή να ανανεώνουμε το νου μας—να μάθουμε να σκεφτόμαστε με τον τρόπο που Αυτός μας θέλει να σκεφτόμαστε.

3. Πώς μπορώ να αποστηθίζω εδάφια;

Δεν υπάρχει κάτι μαγικό στην αποστήθιση εδαφίων. Χρειάζεται χρόνο, δουλειά και πάνω απ' όλα θέληση. Στην πραγματικότητα, το πιο σημαντικό πράγμα για την αποστήθιση εδαφίων είναι το ενδιαφέρον και όχι οι ικανότητες σου στην ανάγνωση. Θέλεις αλήθεια να αποστηθίσεις εκείνο το εδάφιο;

Αν δεν έχεις αποστηθίσει πολύ τελευταία, μπορεί να σου είναι δύσκολο ν' αρχίσεις—ιδιαίτερα αν είσαι χρήστης ναρκωτικών ουσιών. Μια από τις πιο κοινές παρενέργειες των

χρηστών είναι η βραχυπρόθεσμη απώλεια μνήμης. Μια μαθήτρια της Πρόκλησης στα Νιάτα (Κέντρο απεξάρτησης) είπε ότι χρειάστηκε έξι εβδομάδες να αποστηθίσει το πρώτο της εδάφιο από τη Βίβλο. Επέμενε να δουλεύει πάνω σ' αυτό και σύντομα άρχισε να καλυτερεύει η μνήμη της.

Η αποστήθιση εδαφίων, για πολλούς ανθρώπους είναι καλύτερα να αφιερώνουν 10 λεπτά τη μέρα για τέσσερις μέρες αντί για 40 λεπτά σε μια μέρα. Δουλεύοντας σε ένα εδάφιο για κάποιες μέρες εντυπώνεται πιο βαθιά στη μνήμη σου, και θα θυμάσαι το εδάφιο για περισσότερο χρόνο.

Σου δίνουμε μερικές ιδέες που μπορεί να σε βοηθήσουν με την αποστήθιση εδαφίων.

α. Διάλεξε τα εδάφια προσεκτικά

Μερικοί άνθρωποι αποστηθίζουν ένα εδάφιο τη φορά και παραλείπουν σελίδες στη Βίβλο ψάχνοντας να αποστηθίσουν μοναχικά εδάφια. Αυτό είναι εντάξει, αλλά είναι καλύτερα (και ευκολότερα) να αποστηθίσεις παραγράφους ή κεφάλαια. Έτσι παίρνεις όσο πιο πολύ μπορείς από αυτά που λέει το κείμενο και έχεις μια πλήρη εικόνα των εδαφίων.

Ποια μετάφραση πρέπει να χρησιμοποιήσεις; Δεν υπάρχει καμιά τέλεια μετάφραση για να αποστηθίσεις εδάφια. Ωστόσο, πρόσεξε σε ποιους θα τα απευθύνεις αυτά τα εδάφια, κάποια στιγμή αργότερα. Αν ο πρωταρχικός σκοπός είναι να τα χρησιμοποιήσεις για ευαγγελισμό, να συμμεριστείς τον Ιησού με ανθρώπους που δεν Τον γνωρίζουν, τότε επέλεξε μια που θα είναι εύκολη να την κατανοήσουν.

β. Γράψε το εδάφιο σε μια κάρτα

Γράψε το εδάφιο σε μια μικρή κάρτα και κουβάλα την στην τσέπη σου. Στον ελεύθερο σου χρόνο, κάνε εξάσκηση.

Δείγμα: Πλευρά 1

Πλευρά 2

Τώρα, ολοκληρώστε αυτό το έργο, ώστε, όπως υπήρχε η πρόθυμη βούλησή σας, έτσι να πραγματοποιηθεί και η εκτέλεση του ανάλογα με τις δυνατότητές σας.

2 Κορινθίους 8:11

Γ. Αποστηθίσε το εδάφιο με 3 ή 4 λέξεις τη φορά

Αφού αποστηθίσεις τις πρώτες 3 ή 4 λέξεις, προχώρα με τις επόμενες 3-4 λέξεις. Συνέχισε προσθέτοντας 3 ή 4 ακόμη και σύντομα θα έχεις μάθει ολόκληρο το εδάφιο. Γράψε το εδάφιο για να ελέγξεις πόσο καλά τα πήγες.

Δείγμα: 2 Κορινθίους 8:11

Τώρα, ολοκληρώστε αυτό το έργο, /ώστε, όπως υπήρχε/
η πρόθυμη βούληση σας,/
έτσι να πραγματοποιηθεί /και η εκτέλεση του /
ανάλογα με τις / δυνατότητες σας.

δ. Φτιάξε στο μυαλό σου μια εικόνα αυτού του εδαφίου (ή σ' ένα κομμάτι χαρτί)

Αν μπορείς να δεις τον εαυτό σου να κάνει αυτό που λέει το εδάφιο, μπορεί να σε βοηθήσει να το αποστηθίσεις και να θυμάσαι τι λέει. Είναι πολύ πιο εύκολο να θυμάσαι μια εικόνα από το να θυμάσαι απλά λέξεις.

Προσωποποίησε τις φωτογραφίες σου για να δείξεις πώς θα έκανες αυτό που λέει το εδάφιο. Εδώ είναι ένα δείγμα από την 2 Κορινθίους 8:11.



Τώρα



Ολοκληρώστε αυτό το έργο



Ώστε, όπως υπήρχε η πρόθυμη βούλησή σας, έτσι να πραγματοποιηθεί και η εκτέλεσή του



Ανάλογα με τις δυνατότητές σας

ε. Αποστήθισε εδάφια με άλλα άτομα

Ένας να διαβάζει το εδάφιο και στη συνέχεια όλοι να το επαναλαμβάνουν. Άλλη μια επιλογή είναι να ζητάς από διάφορα άτομα στην ομάδα να λένε από μια λέξη του εδαφίου.

ζ. Συνέχισε την επανάληψη

Συνέχισε να επαναλαμβάνεις τα εδάφια που έχεις αποστηθίσει. Αυτό θα σε βοηθήσει να μην ξεχάσεις τα εδάφια σε μερικές μέρες. Ένας καλός τρόπος να ελέγχεις τον εαυτό σου είναι να γράφεις το εδάφιο σε ένα κομμάτι χαρτί.

4. Πώς μπορεί η αποστήθιση των εδαφίων να με βοηθήσει περισσότερο στη ζωή μου;

α. Ψάξε για τρόπους να συσχετίσεις αυτό το εδάφιο με τις καθημερινές σου εμπειρίες

Όταν συζητήσαμε για το Σχέδιο Βιβλικής μελέτης: Ο Πρακτικός Τρόπος ζωής στη σελίδα 19 αυτού του Εγχειριδίου, μιλήσαμε για την αξία του να αρχίσουμε με τις καταστάσεις που μας προκαλούν άγχος στη ζωή μας ώστε να μας βοηθήσουν να βρούμε πρακτικά θέματα στη Βιβλική μας μελέτη.

Αν ήδη έχεις κάνει μια λίστα με τις καταστάσεις που σε αγχώνουν, κοίτα πώς το εδάφιο που αποστήθισες σχετίζεται μ' αυτά τα θέματα. Ψάξε και άλλες περιοχές της ζωής σου που ταιριάζουν μ' αυτό. Όσο περισσότερο βλέπεις αυτές τις διασυνδέσεις μέσα στη ζωή σου τόσο πιο σημαντικό θα είναι το εδάφιο για σένα.

β. Εφάρμοσέ το στη ζωή σου!

Ο πιο σημαντικός λόγος για τον οποίο αποστηθίζεις εδάφια είναι για να τα βάλεις σε εφαρμογή στη ζωή σου. Να τα λες απλά απέξω δεν έχει μεγάλη σημασία, αλλά να τα βάζεις στην πράξη έχουν απέραντη αξία. Όταν έχεις αποστηθίσει το εδάφιο, είναι πιο εύκολο να το ανακαλέσεις στη μνήμη σου, όταν αντιμετωπίζεις μια κατάσταση όπου μπορείς να εφαρμόσεις αυτή την πρακτική αλήθεια από το Λόγο του Θεού.

Ζήτησε από τον Θεό να σε βοηθήσει να βρεις περισσότερες πρακτικές εφαρμογές για το κάθε εδάφιο που αποστηθίζεις.

γ. Ζήτησε από τον Θεό ένα ιδιαίτερο εδάφιο για τη ζωή σου

Πολλοί απόφοιτοι του Προγράμματος Πρόκληση στα Νιάτα και πολλοί άλλοι που υπηρετούν τον Θεό για χρόνια, συχνά έχουν τουλάχιστον ένα εδάφιο από τη Βίβλο που έχει γίνει πολύ ιδιαίτερο «εδάφιο ζωής» γι' αυτούς. Είναι μια μεγάλη βοήθεια στο περπάτημα τους με τον Θεό.

Πιθανόν να ήθελες να ζητήσεις από τον Θεό να σε οδηγήσει σ' ένα τέτοιο ιδιαίτερο εδάφιο για τον εαυτό σου. Μην περιμένεις μια βαρύτερη φωνή από τον ουρανό, αλλά κοίταξε για εδάφια που σε βοηθούν όλο και περισσότερο.

δ. Αποστήθισε τμήματα του Λόγου του Θεού

Πολλοί νέοι στην πίστη Χριστιανοί αρχίζουν αποστηθίζοντας μεμονωμένα εδάφια από διάφορα μέρη της Βίβλου, και αυτό είναι καλό. Είναι καλό όμως να προχωρήσουμε σε μια μεγαλύτερη πρόκληση, αποστήθισης τμημάτων της Βίβλου. Μπορεί να είναι μια παράγραφος με μερικά εδάφια, όπως Εφεσίους 6:10-18, ή 2 Πέτρου 1:3-9, ή Φιλιππησίους 2:1-11.

Μετά μπορείς ν' αρχίσεις τη αποστήθιση ολόκληρων κεφαλαίων. Σας δίνουμε μερικά πολύ καλά κεφάλαια να τα έχετε υπόψη σας.

Ματθαίος 5, 6, 7

1 Θεσσαλονικείς 4

1 Κορινθίους 13

Κολοσσαείς 3

Ιακώβου 1

Εβραίους 12

Ψαλμός 23

1 Ιωάννου 1

Αν θέλεις να γίνεις και ακραίος, τότε αποστήθισε ολόκληρα βιβλία της Βίβλου. Ναι, μπορεί να γίνει. Άλλοι σαν και σένα το έχουν ήδη κάνει. Μερικοί ήταν χρήστες για χρόνια πριν αρχίσουν να το κάνουν. Κάποια από τα βιβλία που θα μπορούσες ν' αρχίσεις είναι: Επιστολή Ιακώβου, Επιστολή προς Κολοσσαείς, Επιστολή προς Εφεσίους, και το ευαγγέλιο του Μάρκου.

Ο συγγραφέας των Ψαλμών μάς λέει πόσο δυνατός είναι ο Λόγος του Θεού να μας βοηθήσει.

Ψαλμός 119:9, 11

Πώς θα κρατήσει τη ζωή του ο νέος καθαρής; Ζώντας με το δικό σου λόγο, Κύριε.

¹¹ Μες την καρδιά μου διατηρώ τα λόγια σου για να μην αμαρτήσω απέναντί σου.

Καθώς αποστηθίζουμε το Λόγο του Θεού και τον βάζουμε στις καρδιές μας, θα μας βοηθήσει να είμαστε δυνατοί, να αντιστεκόμαστε στους πειρασμούς και να μας διδάξει πώς να ζήσουμε για τον Ιησού.

ε. Η αποστήθιση εδαφίων σε βοηθάει να ανανεώνεις το νου σου

Στην Επιστολή προς Ρωμαίους 12:2 ο Θεός μάς δίνει την εντολή να αλλάξουμε τον τρόπο της σκέψης μας. Όλοι μας χρειαζόμαστε δουλειά πάνω σ' αυτόν τον τομέα.

Ρωμαίους 12:2

Μην προσαρμόζεστε στη νοοτροπία αυτού του κόσμου, αλλά να μεταμορφώνεστε συνεχώς προς το καλό, αποκτώντας το νέο φρόνημα του πιστού. Έτσι θα μπορείτε να διακρίνετε ποιο είναι το θέλημα του Θεού, το καλό και αρεστό στο Θεό και τέλειο.

Ο Θεός δεν θα αγγίξει αυτομάτως το νου σου και θα τον ανανεώσει. Εσύ πρέπει να το κάνεις. Κοίταξε ξανά αυτό το εδάφιο. Δεν λέει, «Προσευχήσου και ζήτα από τον Θεό να ανανεώσει το νου σου.» Δικός σου είναι ο νους. Ο Θεός σου ζητάει να τον ανανεώσεις. Αυτός θα σε βοηθήσει αλλά εσύ πρέπει να κάνεις τη δουλειά.

Ένας δυναμικός τρόπος να κρατήσεις τον νου σου καθαρό από αμαρτωλές σκέψεις, είναι να τις αντικαταστήσεις με τα εδάφια που έχεις αποστηθίσει. Κάθε φορά που ξεπηδά μια αμαρτωλή σκέψη στον νου σου ανταποκρίσου λέγοντας εδάφια που αποστήθισες.

ζ. Συλλογίσου τα εδάφια που έχεις αποστηθίσει

Στο επόμενο τμήμα αυτού του Εγχειριδίου Μαθητή θα δούμε κάποια πρακτικά βήματα που μπορείς να κάνεις, για να στοχάζεσαι τον Λόγο το Θεού. Όσο περισσότερο στοχάζεσαι τα εδάφια που έχεις αποστηθίσει, τόσο περισσότερο θα μαθαίνεις από τον Θεό.

Γ. Στοχασμός πάνω στον Λόγο του Θεού

1. Τι είναι ο στοχασμός;

Το λεξικό λέει στοχασμός είναι «η πράξη ή η διαδικασία της μελέτης σε βάθος». Στοχασμός σημαίνει «σκέφτομαι κάτι, ή συλλογίζομαι, θεωρώ, καλοσκέφτομαι, μελετώ». Ο στοχασμός δεν είναι να επικεντρώνεσαι δεν είναι ο σκληρός τρόπος σκέψης.

Σε κάμποσα μέρη μέσα στη Βίβλο λέει ότι πρέπει να στοχαζόμαστε τον Λόγο του Θεού. Να στοχάζεσαι τον Λόγο του Θεού σημαίνει να βάζεις τα εδάφια μέσα στη σκέψη σου, στα συναισθήματα σου, στη θέληση σου, και να αφήσεις τον Λόγο Του να γίνει μέρος της ζωής σου. Άφησε τις αλήθειες του Θεού να γίνουν μέρος των σκέψεων, της συμπεριφοράς, των συναισθημάτων και των πράξεων σου.

Μια εικόνα στοχασμού είναι το πώς η αγελάδα τρώει την τροφή της. Πρώτα, στα γρήγορα μασάει το σανό ή το χόρτο και το καταπίνει. Μετά κάθεται κάτω και ξαναφέρει την τροφή πίσω (τι ωραία!) και μετά «το ξανασκέφτεται, το αναλογίζεται». Καθώς αναμασάει την τροφή της, η αγελάδα παίρνει τις θρεπτικές ουσίες αυτής της τροφής, που τη βοηθάει να αναπτυχθεί. Έτσι έπλασε ο Θεός την αγελάδα. Χαίρεσαι που ο Θεός μας έδωσε ένα διαφορετικό τρόπο με τον οποίο τρώμε;

Η πνευματική μας τροφή δουλεύει λίγο σαν τον τρόπο που τρώει η αγελάδα. Καθώς βάζουμε Τον Λόγο του Θεού μέσα στο νου μας, μετά μπορούμε να τον ξαναφέρνουμε εκεί και να το επαναλαμβάνουμε ξανά και ξανά για να μάθουμε όλα αυτά που θέλει ο Θεός να μάθουμε από εκείνο το εδάφιο. Μετά πάει βαθιά στην καρδιά μας και έτσι έχει μεγαλύτερο αντίκτυπο στη ζωή μας, ειδικά όταν αρχίζουμε να εφαρμόζουμε τις διδαχές αυτές στις καθημερινές μας δραστηριότητες.

2. Ποια είναι η διαφορά ανάμεσα στην αποστήθιση και στον στοχασμό;

Έτσι επεξηγούν μερικοί Χριστιανοί τη διαφορά ανάμεσα στην αποστήθιση και στο στοχασμό.

- α. Η αποστήθιση είναι η γνώση αυτού που αποστηθίζεις.
Ο στοχασμός είναι να το κάνεις μέρος της ζωής σου.
- β. Η αποστήθιση είναι να το ξέρεις απέξω, αυτομάτως.
Ο στοχασμός του επιτρέπει να εμβαθύνει μέσα στο νου σου, να γίνει μέρος των σκέψεων σου.
- γ. Η αποστήθιση είναι να είσαι σε θέση να πεις τα εδάφια.
Ο στοχασμός είναι να τα σκέφτεσαι αυτά για να τα κατανοήσεις.

Ο στοχασμός υπερβαίνει την αποστήθιση. Μπορείς να αποστηθίσεις ένα εδάφιο και να έχεις λίγες περισσότερες γνώσεις στο κεφάλι σου. Αλλά όταν στοχάζεσαι τα εδάφια σημαίνει ότι επιτρέπεις στον Λόγο του Θεού να ενεργοποιηθεί στη ζωή σου και να σε αλλάξει.

3. Γιατί πρέπει να στοχάζομαι τον Λόγο του Θεού; (Ποια είναι τα οφέλη;)

Ο Θεός δεν υπόσχεται ότι θα δώσει μια ιδιαίτερη ευλογία σ' αυτούς που αποστηθίζουν τον Λόγο Του. Ο Θεός όμως δίνει θαυμαστές υποσχέσεις σ' αυτόν που θα στοχαστεί τις αλήθειες της Βίβλου σαν ένα μόνιμο μέρος της ζωής τους.

- α. Θα έχεις επιτυχία. Ιησούς του Ναυή 1:8
- β. Οτιδήποτε κάνεις θα ευοδώνεται. Ψαλμός 1:2-3
- γ. Θα αυξηθεί η σοφία και η γνώση στη ζωή σου. Ψαλμός 119:97, 100
- δ. Θα έχεις δύναμη πάνω στην αμαρτία και στον πειρασμό. Ψαλμός 119:9, 11
- ε. Θα μοιάσεις όλο και περισσότερο με τον Θεό στο πως σκέφτεσαι, αισθάνεσαι και πράττεις.

4. Πώς μπορώ να στοχάζομαι τον Λόγο του Θεού; (Μέθοδοι)

Ο Δαβίδ, που ήταν βασιλιάς του Ισραήλ για περίπου 40 χρόνια αναφέρει στην Παλαιά Διαθήκη, πως αυτός προσωπικά στοχάζόταν το Λόγο του Θεού, μέρα και νύκτα. Βλέπε Ψαλμός 1:2-3. Αν ένας πολυσχολος βασιλιάς μπορούσε να βρει χρόνο να στοχάζεται το Λόγο του Θεού, βεβαίως και μπορείς να βρεις λίγο χρόνο για αυτήν τη σημαντική δραστηριότητα.

Σου παραθέτουμε μερικές προτάσεις για να σε βοηθήσουμε να αρχίσεις να στοχάζεσαι το Λόγο του Θεού.

α. Αποστήθισε τα εδάφια

Βλέπε τις σημειώσεις στις σελίδες 26 - 31 σ' αυτό το Εγχειρίδιο Μαθητή σαν μια επεξήγηση στο πώς να αποστηθίζεις εδάφια.

Δείγμα: Επιστολή Ιακώβου 1:2
Αδελφοί μου, να χαίρεστε όταν δοκιμάζεστε από πολλούς και διαφόρους πειρασμούς.

β. Καθάρισε τα μυαλό σου από σκέψεις

Σβήσε την τηλεόραση, το ραδιόφωνο, το CD player, το κινητό και τα video games. Σταμάτα να σκέφτεσαι τα προβλήματα και τις δραστηριότητες της μέρας.

γ. Εστίασε την προσοχή σου σ' ένα μικρό μέρος του εδαφίου

Δείγμα: «. . . να χαίρεστε. . .» Ιάκωβος 1:2

δ. Δούλεψέ το στο μυαλό σου

Δείγμα: Τι σημαίνει «να χαίρεστε;»

ε. Δούλεψέ το στα συναισθήματα σου

Δείγμα: Πώς μπορώ να δείξω με τα συναισθήματα μου ότι «χαίρομαι;»
Υπάρχουν φορές που μπορώ να είμαι χαρούμενος χωρίς να αισθάνομαι χαρούμενος; Αν ναι, πότε; Με ποιο τρόπο;

ζ. Δούλεψέ το στη θέληση σου

Δείγμα: Θέλω να είμαι χαρούμενος όταν περνάω μέσα από δοκιμασίες;
Πώς μπορώ να δείξω ότι είμαι χαρούμενος;
Πότε πρέπει να είμαι χαρούμενος; (Το υπόλοιπο μέρος του εδαφίου απαντάει αυτή την ερώτηση: «όταν δοκιμάζεστε από πολλούς και διαφόρους πειρασμούς.»)

Απαντώντας την τρίτη ερώτηση, μπορεί να σε οδηγήσει να κάνεις ξανά αυτά τα βήματα, και τώρα ας προχωρήσουμε με το υπόλοιπο εδάφιο «. . . όταν δοκιμάζεστε από πολλούς και διαφόρους πειρασμούς.»

Δείγμα: Δούλεψέ το στο μυαλό σου.
Τι σημαίνει από «πολλούς και διαφόρους πειρασμούς;»
Ποιοί είναι οι πειρασμοί που περνάω;
Τι σημαίνει να είμαι χαρούμενος όταν δοκιμάζομαι με πολλούς και διαφόρους πειρασμούς;

η. Ανάμιξε το στοχασμό με την προσευχή

Προσευχίσου και ζήτησε από το Άγιο Πνεύμα να σου δείξει τις βαθύτερες αλήθειες των εδαφίων που στοχάζεσαι. Ζήτησε από το Άγιο Πνεύμα να σου δώσει ιδέες στο πώς να εφαρμόσεις το Λόγο Του μέσα στις σκέψεις σου, στη συμπεριφορά σου, στα αισθήματα σου και στις πράξεις σου.

θ. Η αξία της επανάληψης

Ο στοχασμός είναι μια δραστηριότητα που μπορεί να χρησιμοποιηθεί πολλές φορές με το ίδιο εδάφιο. Μπορείς να προσπαθήσεις να στοχάζεσαι το ίδιο εδάφιο τουλάχιστον μια φορά τη μέρα για μια ολόκληρη εβδομάδα. Θα εκπλαγείς να δεις τα καινούρια πράγματα που σε διδάσκει ο Θεός ακόμη και αφού έχεις στοχαστεί το ίδιο εδάφιο. Στην πραγματικότητα, θα ανακαλύψεις ότι μετά το στοχασμό του ίδιου εδαφίου για πάνω από 20 φορές σε μια περίοδο των 6 μηνών ανακαλύπτεις καινούριες βαθιές γνώσεις. Ο Λόγος του Θεού έχει βάθος!

ι. Χρησιμοποίησε το στοχασμό μαζί με τις μεθόδους που χρησιμοποιείς για τη μελέτη της Βίβλου

Σ' αυτή τη σειρά έχουμε συζητήσει για διάφορες μεθόδους που χρησιμοποιούμε για τη μελέτη της Βίβλου. Μόλις ολοκληρώσεις τη μελέτη της Βίβλου, αφιέρωσε λίγο χρόνο να στοχαστείς αυτά που μελέτησες. Αυτό θα σε βοηθήσει να αποκτήσεις βαθύτερη γνώση του Λόγου του Θεού και να μπει βαθιά στην καρδιά σου.

Οι τελευταίες οδηγίες για το πώς να μελετάς τη Βίβλο

Ο σκοπός της Βιβλικής μελέτης είναι, αυτά που μελετάς να εφαρμοστούν προσωπικά στη ζωή σου. Είναι για να μάθεις τον Λόγο του Θεού, να μπορείς να τον χρησιμοποιείς στη ζωή σου και να γίνεις ο πετυχημένος άνδρας ή γυναίκα που θέλει ο Θεός να είσαι.

Στο Εφεσίους 2:10 μας λέει, «Είμαστε δημιούργημα του Θεού, ο οποίος διά του Ιησού Χριστού μας έκανε καινούριους ανθρώπους, για να μπορούμε να κάνουμε καλά έργα, που τα προετοίμασε ο Θεός, για να είναι μ' αυτά γεμάτη η ζωή μας.» Καθώς μελετάμε τη Βίβλο μαθαίνουμε τι είναι αυτά τα «καλά έργα» που θέλει ο Θεός να κάνουμε τώρα.

Σιγουρέψου ότι μαζί με τη μελέτη της Βίβλου αφιερώνεις πολύ χρόνο στην προσευχή. Ένας τρόπος για να υπάρχει ποικιλία και βάθος στην προσευχή σου είναι να προσεύχεσαι στον Θεό λέγοντάς Του τα εδάφια που μόλις μελέτησες. Καθώς στρέφεις τα μάτια σου στον Ιησού, θα μάθεις όλο και περισσότερο πώς να γίνεις το άτομο που Αυτός θέλει να είσαι.

2 Κορινθίους 8:11

Καθώς διαβάζεις αυτό το εδάφιο από διαφορετικές μεταφράσεις, παίρνεις μια εικόνα πώς μπορούν διάφορες μεταφράσεις να σε βοηθήσουν να έχεις μια πιο ξεκάθαρη αντίληψη για το τι λέει το εδάφιο.

Νεοελληνική της Βιβλικής Εταιρείας

Τώρα, ολοκληρώστε αυτό το έργο, όπως υπήρχε η πρόθυμη βούληση σας, έτσι να πραγματοποιηθεί και η εκτέλεση του ανάλογα με τις δυνατότητες σας.

Του Παν. Ν Τρεμπέλα

Τώρα δε συντελέσατε και αποτελειώσατε το έργο της συνεισφοράς, ώστε καθώς υπήρχεν η προθυμία του να θέλετε, έτσι να τελειώση και να έλθη εις επιτυχές πέρας και η συνεισφορά, αναλόγως με όσα έχετε.

Του Αρχιμανδρίτη Βάμβα

Τώρα δε τελειώσατε και το να κάμητε, ώστε καθώς υπήρξεν η προθυμία του θέλαιν, ούτω να υπάρξει και το τελειώσαι αφ' όσα έχετε.

Τα σημάδια του στόχου μιας Καλής Προσωπικής Εφαρμογής*

1. **Είναι απλός.** Δεν έχεις καμιά αμφιβολία ως προς το τι επιθυμείς να πετύχεις.
2. **Είναι συγκεκριμένος.** Μας το λέει ξεκάθαρα. Πολλές φορές οι στόχοι μας είναι πολύ γενικοί. Παράδειγμα, ο στόχος «θα έρθω πιο κοντά στον Θεό,» είναι πολύ γενικός. Θα ήταν σοφό, να αποφασίσεις κάτι που θα μπορούσες να κάνεις και που ξέρεις ότι θα σε φέρει πιο κοντά στον Θεό. Βάλε αυτό σαν πρώτο σου στόχο. Όταν τον φτάσεις, βάλε κι άλλο ένα στόχο που θα ενισχύσει τον πρώτο καθώς πας ένα βήμα παραπέρα τη σχέση σου με τον Θεό. Να είσαι ευθύς και συγκεκριμένος στη διατύπωση του κάθε στόχου. Κράτα τον απλό περιορίζοντάς τον σε μόνο μια πράξη.
3. **Είναι σημαντικός.** Σχετίζεται με τη σημερινή ζωή σου. Ο στόχος, «Αν γίνω πλούσιος, θα θυμάμαι να δίνω 50 € στην εκκλησία μου κάθε Κυριακή,» δεν έχει νόημα, γιατί δεν μπορείς να κάνεις κάτι τώρα. Όταν γίνεις πλούσιος, τότε βάλε στόχους που θα σχετίζονται με τα πλούτη σου. Ο στόχος σου πρέπει να πηγάζει από αυτό που ξέρεις ότι είναι εφικτό στη ζωή σου σήμερα. Επίσης, πρέπει να σε οδηγήσει σε μια αλλαγή που θέλεις πολύ να δεις.
4. **Είναι πρακτικός.** Μπορείς να τον πετύχεις σήμερα; Ο στόχος, «Κάθε φορά που αισθάνομαι πειρασμό, θα συνειδητοποιώ ότι είναι ο Σατανάς που με πειράζει,» ακούγεται καλός, αλλά είναι πρακτικός; Έχεις τη δυνατότητα να πεις στον εαυτό σου ότι ο Σατανάς σε πειράζει ακριβώς τη στιγμή που αρχίζει ο πειρασμός; Αυτός ο στόχος φαίνεται πνευματικός, αλλά μπορεί να είναι πολύ μεγάλος για τον νέο Χριστιανό στην πίστη που παλεύει να νικήσει τον πειρασμό.

Αρχισε με απλούς και μικρούς στόχους που μπορείς να πετύχεις σε μία μέρα. Για παράδειγμα, «Σήμερα θα κάνω μια λίστα για την κάθε φορά που αισθάνομαι ότι μπαίνω στον πειρασμό να αμαρτήσω». Μπορείς να τον κάνεις ακόμη πιο συγκεκριμένο γράφοντας μόνο ένα είδος πειρασμού. Για παράδειγμα «...όταν αισθάνομαι ότι μπαίνω στον πειρασμό να βλασφημήσω.»

5. **Μπορεί να εκτιμηθεί (με κριτήρια).** Μπορείς να εκτιμήσεις αυτό το στόχο: «Σήμερα θα έρθω πιο κοντά στο Θεό»; Ο στόχος δεν είναι γραμμένος με τρόπο που να είναι εύκολος να εκτιμηθεί. Αν θέλεις να είσαι σίγουρος ότι κάνεις πρόοδο, χρειάζεται να γράψεις το στόχο σου με τέτοιο τρόπο που να μπορείς εύκολα να εκτιμήσεις την πρόοδο σου. Ο στόχος, «Σήμερα θα κάνω μια λίστα με τις φορές που μπαίνω στον πειρασμό να αμαρτήσω,» μπορεί να εκτιμηθεί. Όταν κάνεις τη λίστα, ολοκληρώνεις τη δραστηριότητα που μπορεί να εκτιμηθεί.

Εδώ έχουμε τέσσερις ερωτήσεις για σένα καθώς γράφεις το στόχο σου:

- Τι πρόκειται να εκτιμηθεί;
- Τι εργαλείο θα χρησιμοποιηθεί για τη εκτίμηση;
- Πώς μπορώ να το κάνω πιο εύκολο στην εκτίμηση;
- Πώς μπορεί να εκτιμηθεί η πρόοδος μου από κάποιον άλλον;

6. **Σε βοηθάει.** Ο βασικός σκοπός των στόχων της προσωπικής εφαρμογής είναι να σε βοηθήσουν να έρθεις πιο κοντά στον Θεό. Σκέψου εκ των προτέρων. Καθώς γράφεις το στόχο σου, ρώτα τον εαυτό σου, «Πώς μπορεί αυτός ο στόχος να με βοηθήσει να αυξηθώ;» Καθώς εργάζεσαι προς την εκπλήρωση των στόχων σου, μπορείς να δεις ότι σε βοηθάει να γίνεις καλύτερος Χριστιανός;

*Ανατυπώθηκε από το Εγχειρίδιο Μαθητή για το *Μάθημα Απομνημόνευσης Αγίας Γραφής*, από την ύλη της σειράς *Προσωπικές Μελέτες για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς*. Χρησιμοποιήθηκε κατόπιν αδειας