

۲۰۲۶

روزه سه‌روزه

خوش آمدید

ما بسیار خوشحالیم که این منبع را برای کمک به خود در دعا انتخاب کرده‌اید! در این صفحات، ایده‌ها و پیشنهادهای زیادی برای دعا خواهید یافت؛ اما در جریان این زمان‌ها، همچنان به این توجه داشته باشید که **روح‌القدس چگونه شما را هدایت و رهبری می‌کند**

ما شما را تشویق می‌کنیم که در پرستش و عبادت خدا منتظر او باشید. برای این‌که فقط هرچه زودتر به بخش شفاعت برسید، از وقت پرستش با عجله عبور نکنید. **روی او را بطلبید. در زیبایی او تأمل کنید. به قلب او نزدیک شوید و با دلیری به حضور او داخل شوید.** بگذارید قلب شما **مجدوب قلب او شود**. و هنگامی که در حضور او تأمل می‌کنید، اجازه دهید قلب او شفاعت شما را شکل دهد و استوار نگه دارد

همچنان در سراسر این راهنما آیات بسیاری از کتاب مقدس خواهید یافت. زمانی را اختصاص دهید تا در این آیات تأمل کنید و اجازه دهید آنها دعاهای شما را شکل دهند و جهت بدهند. بگذارید کلام او بنیاد و زبان شفاعت شما باشد

این راهنما همچنین برای این طراحی شده است که ایده‌هایی برای **برگزاری و رهبری جلسات دعای خودتان** در کنار دیگران در اختیار شما قرار دهد؛ بخش‌هایی را که با شما ارتباط بیشتری برقرار می‌کند، انتخاب کنید

در آخر، بیایید **دعوت خداوند** را به یاد داشته باشیم؛ هنگامی که با **ایمان** و **انتظار** به حضور او می‌آییم

از من درخواست کن و من همه اقوام جهان را به تو می‌بخشم و اختیار تمام جهان را به دست تو می‌دهم

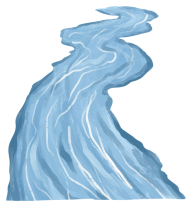
مزمور ۸:۲

محتوای راهنمای دعا

پرستش



موضوع



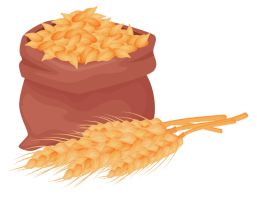
افغانستان



جوامع مهاجر



افزایش



Worship



ایده‌هایی برای پرستش و عبادت

صفات و شخصیت او را اعلام کنید
در زیبایی او تأمل کنید و به آن بنگرید
در سکوت، با هیبت و شگفتی در حضور او بنشینید
خلق کنید

برای او سرودهای تازه بسرایید و بخوانید
موسیقی بنوازید
در حضور او برقصید

در نظر بگیرید که در هر زمان دعا، روش
متفاوتی را برای عبادت انتخاب کنید

یکی از آیات زیر را انتخاب کنید، در آن تأمل نمایید و به همین شیوه وارد عبادت شوید

خداوند پادشاه است، پس ملتها بلرزند. وقتی بر تخت خود بالای کروییان، یعنی فرشتگان مقرب، می نشیند، زمین به لرزه می آید. ۲ خداوند در سهیون عظیم است و بر جمیع ملتها متعال. ۳ اسم عظیم و مهیب تو را ستایش کنند، زیرا او قدوس است. ۴ قوّت پادشاه، انصاف را دوست می دارد. تو راستی را برقرار کرده و انصاف و عدالت را در یعقوب به عمل آورده ای. ۵ خداوند، خدای ما را ستایش کنید و در برابر قدم های او زانو بزنید، زیرا او قدوس است
مزمور ۹۹: ۱-۵

سرود تازه ای در وصف خداوند بسرائید! ای تمامی زمین، خداوند را بسرائید! ۲ خداوند را بسرائید و نام او را متبارک خوانید! مژده نجات او را روز به روز بیان کنید
مزمور ۹۶: ۱-۲

خداوند را با آهنگ چنگ ستایش کنید و با رباب سرود حمد او را بنوازید. ۳ با سرودهای نو او را تمجید نمائید و با مهارت و آواز بلند بسرائید
مزمور ۳۳: ۲-۳

یک چیز از خداوند می خواهم و آنرا می طلبم، که تمام ایام عمرم در خانه خداوند ساکن باشم تا از دیدار جمال او همیشه برخوردار باشم و در ۴ عبادتگاه او تفکر نمایم
مزمور ۲۷: ۴

نام او را با رقص ستایش نموده و با نوای چنگ و رباب او را پرستش کنند
مزمور ۱۴۹: ۳

داوود در حالی که تنها یک لباس کاهنی پوشیده بود با تمام قدرت پیشاپیش صندوق خداوند می رقصید
دوم سموئیل ۶: ۱۴

آرام باشید و بدانید که من خدا هستم، در میان امت ها متعال و در جهان متعال می باشم. ۱۱ خداوند قادر مطلق با ماست و خدای یعقوب ۱۰ پناهگاه ما
مزمور ۴۶: ۱۰

ای تمام اقوام جهان کف بزنید و سرود خوشی را با آواز بلند به حضور خداوند بسرائید
مزمور ۴۷: ۱

اما خداوند در جایگاه مقدس خود است، پس تمام روی زمین باید در حضور او خاموش باشند
حقوق ۲: ۲۰

خداوند داور عادل است و خشم او بر شریران هر روزه آشکار می گردد ۱۱
مزمور ۷: ۱۱

بیائید عبادت و سجده نمائیم و بحضور آفریننده خود، خداوند زانو زنیم
مزمور ۹۵: ۶

با ستایش و شکرگزاری در دل های خود، برای خدا مزامیر و سرودهای روحانی بخوانید. ۱۷ هر چه می کنید، چه در گفتار و چه در کردار، همه را به نام عیسای مسیح انجام دهید و از طریق او، خدای پدر را سپاس گوئید
کولسیان ۳: ۱۶-۱۷



در صفات و شخصیت او تأمل کنید و برای آنچه او هست، از او شکرگزاری کنید

در اینجا چند مورد از صفات خداوند همراه با آیاتی آمده است که می‌توانید آنها را بخوانید و در موردشان تأمل کنید

رحمت و فیض (مزمور ۱۰۳: ۸؛ مراثی ۳: ۲۲-۲۳؛ افسسیان ۲: ۸-۹؛ عبرانیان ۴: ۱۶؛ افسسیان ۱: ۷-۸)

عدالت و راستی (تثنیه ۳۲: ۴؛ رومیان ۳: ۲۵-۲۶)

جلال (اول تواریخ ۱۶: ۲۸-۲۹؛ اشعیا ۶: ۳؛ مکاشفه ۵: ۱۲-۱۳؛ خروج ۳۳: ۱۸-۲۲)

قدرت (ارمیا ۳۲: ۱۷-۲۰؛ مزمور ۶۸: ۳۵؛ افسسیان ۱: ۱۹-۲۱)

زیبایی و شکوه (مزمور ۱۰۴: ۱؛ ۹۶: ۶)

محبت (اول یوحنا ۴: ۸؛ مزمور ۱۰۷: ۱؛ رومیان ۵: ۸؛ اول یوحنا ۴: ۹-۱۰؛ رومیان ۸: ۳۸-۳۹)

سخاوت (متی ۵: ۴۵؛ افسسیان ۲: ۷؛ مزمور ۱۴۵: ۱۵-۱۶؛ یعقوب ۱: ۵)

شفقت، تسلی و مهربانی (مزمور ۱۰۳: ۱۳؛ اشعیا ۴۰: ۱۱؛ متی ۱۱: ۲۸-۲۹؛ غلاطیان ۵: ۲۲-۲۳؛ دوم قرنتیان ۱: ۳-۴)



فهرست سرودهای عبادت (برای ایده گرفتن!)



[Pray4Afghans 3 Day Fast 2026](#) (on Spotify)



اینجا کمی صبر کنید... نیازی نیست عجله کنید و به بخش بعدی بروید. خداوند شایسته وقت ما، توجه ما و ستایش ماست

تمرکز برای سال ۲۰۲۶

تشنگی روحانی و جاری شدن آب حیات او

در این روزه، احساس می‌کنیم که خداوند ما را دعوت می‌کند تا با یکدیگر متحد شویم و از او بخواهیم که تشنگی روحانی در میان مردم افغانستان پدید آید و روح القدس، آب حیات که از عیسی جاری می‌شود، بر آنان جاری گردد

ایده‌هایی برای فعالیت‌های دعا

نام هر ولایت افغانستان را در حضور خداوند بیاورید و از او بخواهید که رودهای آب حیاتش به هر روستا جاری شود، از هر دره بگذرد و هر شهر را فرا گیرد

از خداوند بخواهید تصویری به شما نشان دهد و آن را به‌عنوان یک اعلامیهٔ نبوتی بر سرزمین و مردم افغانستان خلق کنید

از خداوند بخواهید که در دل هر افغان **تشنگی روحانی را بیدار سازد**. می‌توانید از نام‌های زیر استفاده کنید؛ این‌ها از نام‌های رایج در میان افغان‌ها هستند: بی‌بی، فاطمه، زهرا، مریم، امینه، محمد، عبدال، سید، غلام، احمد... (و هر نام دیگری که به ذهن‌تان می‌رسد!)



vecteezy.com

اشعیا ۵۵ را آیه‌به‌آیه بخوانید و پس از هر آیه مکث کنید؛ تأمل نمایید، گوش فرا دهید و در پاسخ، برای مردم افغانستان دعا کنید

از خداوند بخواهید یک **قوم، منطقه یا محل زندگی افغان‌های مهاجر** را برای شما مشخص کند تا این آیات را بر آن اعلام کرده و برای آن دعا کنید

آیات کتاب مقدس برای دعا

در آخرین روز که مهمترین روز عید بود، عیسی ایستاد و با صدای بلند گفت: «اگر کسی تشنه است، بگذارید که نزد من بیاید و بنوشد. ۳۸ آن کس که به من ایمان آورد، چنان که نوشته‌های پیامبران می‌گوید: نهرهای آب حیات بخش از درون او جاری خواهد شد.» ۳۹ عیسی این سخن را دربارهٔ روح مقدس گفت که به ایمانداران او داده خواهد شد و چون او هنوز جلال نیافته بود، روح مقدس عطا نشده بود
یوحنا ۷: ۳۷-۳۹

خوشا به حال کسانی که گرسنه و تشنهٔ عدالت هستند

زیرا ایشان سیر خواهند شد

متی ۵: ۶

این مکاشفه ای است که خدا به عیسی مسیح داد تا آنچه را که باید به زودی واقع شود، به پیروانش نشان دهد و عیسی مسیح با فرستادن فرشتهٔ خود بر خدمتگارش یوحنا آن را آشکار ساخت

روح مقدس و عروس می‌گویند: «بیا!» هر آن کسی که می‌شنود، نیز باید بگوید: «بیا!» هر کسی که تشنه است بیاید! و هر آن کسی که می‌خواهد آب حیات را دریافت کند باید بیاید، زیرا که این بخشش رایگان است

مکاشفه ۲۲: ۱، ۱۷

دعوت و
وعدهٔ
عیسی
مسیح

ای خدا، تو خدای من هستی. در سحر تو را می جویم. در زمین خشک و تشنه و بی آب، جان من تشنهٔ تو است و تمام وجودم مشتاق تو

مزمور ۶۳: ۱

جان من سیر می شود، چنانچه از غذای چرب و لذیذ و زبانه با خوشی تو را ستایش می کند

مزمور ۶۳: ۵

دستهای خود را بسوی تو دراز می کنم. جان من مثل زمین خشک، تشنهٔ تو است

مزمور ۱۴۳: ۶

چنانکه آهو برای نهرهای آب شدت اشتیاق دارد، همچنان ای خدا جان من هم اشتیاق شدید برای تو دارد. ۲جان من تشنهٔ خداست، تشنهٔ خدای زنده. که کی بیایم و به حضور خدا حاضر شوم

مزمور ۴۲: ۱-۲

پاسخ مردم

گذشته را فراموش کنید و به آن نیندیشید، ۱۹ازیرا من چیز تازه ای بوجود می آورم که همین حالا به ظهور» می رسد و شما آنرا می بینید. در بیابان راهی باز می کنم و نهرهایی را در آن جاری می سازم. ۲۰حیوانات وحشی، شغالان و شترمرغها کارهای مرا تمجید می کنند. در بیابان چشمه ها را جاری ساخته آنرا سیراب می کنم و به قوم برگزیدهٔ خود، ۲۱یعنی قومی را که برای خود آفریده ام، آب می دهم تا مرا ستایش کنند

اشعیا ۴۳: ۱۸-۲۱

من خالق تو هستم و ترا در رجم مادر پرورش دادم و کمک کردم. ای بندهٔ من یعقوب، تو قوم عزیز و برگزیدهٔ من هستی، ترس را به دلت راه مده، ۳ازیرا من زمین تشنه را سیراب می کنم و در کشتزارهای خشک نهرهای آب را جاری می سازم. روح خود را بر اولاده ات می ریزم و فرزندان را از برکت خود برخوردار می کنم. ۴آن ها مانند سبزه های آبیاری شده و درختان بید کنار دریا سبز می شوند و نمو می کنند

اشعیا ۴۴: ۲-۴

خداوند، نجات دهندهٔ شما و خدا قدوس اسرائیل این چنین می فرماید: «من خداوند، خدای شما هستم هر چیزی که به شما تعلیم می دهم، به مفاد شما است و شما را به راهی که باید بروید، راهنمایی می کنم. ۱۱۸ای کاش شما به احکام من توجه می کردید، آنوقت سعادت و کامرانی مثل دریا و موفقیت مانند امواج بحر به شما می رسید

اشعیا ۴۸: ۱۷-۱۸

پاسخ خداوند

افغانستان

گروه های قومی

با استفاده از منابع اضافی با عنوان «**گروه های قومی افغانستان**»، هر یک از این اقوام را در حضور خداوند بیاورید. **از او بخواهید که** پادشاهی خدا در میان هر یک از این اقوام **جاری و فراگیر شود**. در درخواست خود دریغ نکنید. **با دلیری** و به واسطهٔ خون عیسی، برای این

اقوام وارد شفاعت شوید. (مز مور ۲: ۸؛ عبرانیان ۱۰: ۱۹)

با دقت گوش فرا دهید. خداوند می‌خواهد چه چیزی را آشکار سازد؟ کدام قلعه‌های خاص را می‌خواهد شما ویران کنید و شما را به کاشتن چه چیزی دعوت می‌کند؟ (ارمیا ۱: ۱۰)

برای مثال: حقیقت – کلام زنده‌ی خدا؛ شادی – در شناختن و تجربه‌کردن محبت عیسی؛ بخشش – دریافت‌کردن و بخشیدن؛ فروتنی و توبه؛ گرسنگی – برای عیسی؛ آزادی – از اسارت و ظلم

بدان که امروز اختیار ملتها و سلطنت‌ها را به‌دست تو دادم تا آنها را ریشه کن کنی و با خاک یکسان سازی، ویران نموده و نابود سازی، بنا نمایی و کشت کنی
ارمیا ۱: ۱۰

توبه و نوسازی ملت

نزد خداوند با **فریاد و زاری دعا کنید و برای توبه بطلبید؛ تا دل‌ها به سوی او بازگردند**، نام او را بخوانند و در راه‌های او گام بردارند

«عیسی می‌گفت: «وقت مناسب فرا رسیده و پادشاهی خدا نزدیک است، پس توبه کنید و به این خبر خوش ایمان آورید

مرقس ۱: ۱۵

تا که خدا به شما نزدیک است و به او دسترسی دارید، طالب او باشید. ۷ گاهکاران از شرارت و افکار بد خود دست بردارند و بسوی خدا بازگردند، زیرا خداوند ما بخشنده و رحمت او بی‌پایان است

اشعیا ۵۵: ۶-۷

برای برخاستن **عبادت در روح و راستی** در میان مردم دعا کنید

خدا روح است و هر که او را می‌پرستد، باید در روح و راستی او را عبادت نماید

یوحنا ۴: ۲۴

برای **برداشته‌شدن یوغ ظلم و ستم** دعا کنید و **دژهای فرهنگی‌ای را که با راه و خواست پادشاهی تو همسو نیستند، درهم بشکنید**

کسانی را که ناحق به بند کشیده شده‌اند آزاد کنید؛ بار کسانی را که برای شما کار می‌کنند سبک سازید. بگذارید ستم‌دیدگان آزاد شوند و...»
زنجرهایی را که مردم را بسته‌اند، باز کنید... یوغ سنگین ظلم و ستم را بردارید. از متهم‌کردن دیگران و پخش شایعات بدخواهانه دست بردارید!
... آنگاه نور شما از میان تاریکی خواهد درخشید و تاریکی اطراف شما مانند نیمروز روشن خواهد شد

اشعیا ۵۸: ۶-۱۰

برای این دعا کنید که خداوند افرادی را **برخیزاند تا ملت را از نو آباد کنند**

خرابه‌های قدیمی تان آباد می‌گردند، اساس آن‌ها دوباره بنا می‌شود و شما بخاطریکه شهرها و جاده‌های تان را ترمیم می‌کنید شهرت زیادی می‌یابید ۱۲

اشعیا ۵۸: ۱۲

از خداوند بخواهید که **زندگی و حیات را دوباره به این سرزمین بازگرداند**، تا جلال خداوند آشکار شود

در زمین تان بجای خار و خس، درختان صنوبر و بوته‌های خوشبو می‌رویند و این یادگاری است جاودانی تا همه بدانند که من، خداوند این کار را انج

اشعیا ۵۵: ۱۳

افغان‌های مهاجر

مکان‌هایی که جمعیت قابل‌توجهی از افغان‌ها در خارج از افغانستان در آن زندگی می‌کنند

آسیای مرکزی (پاکستان، ایران، تاجیکستان)	ایالات متحده آمریکا	انگلستان
هند	اروپا آلمان، سوئیس، اتریش، فرانسه، (هالند، ناروی، فنلند)	شرق مدیترانه (یونان و ترکیه)
کانادا	جنوب شرق آسیا (مالیزیا و اندونیزیا)	استرالایا (استرالایا و نیوزیلند)

تیم‌ها

دعا کنید تیم‌های بیشتری در سراسر **جوامع افغان‌های مهاجر** شکل بگیرند که بر **تکثیر شاگردان** در میان افغان‌ها تمرکز داشته باشند

دعا کنید این تیم‌ها سبک و روال ثابتی از **دعای پرشور، عبادت و روزه** داشته باشند و در هر شرایطی متعهد به شنیدن و پیروی از **هدایت روح‌القدس** باشند

دعا کنید اعضای این تیم‌ها نسبت به یکدیگر **در محبت وفادار و متعهد** باشند و با **محبت واقعی نسبت به گمشدگان** شناخته شوند

برای **تمرکز و بینش متحد** دعا کنید و برای رشد و شکوفایی هر یک از اعضای تیم‌ها دعا کنید

دعا کنید کارکنان و خادمان افغان و غیرافغان با **همکاری و هم‌خدمتی**، در تفاهم، تعلیم‌پذیری، فروتنی و محبت با یکدیگر کار کنند تا برای پیشرفت پادشاهی خدا، **کار یکدیگر را تقویت و استوار سازند**

قدرت خداوند

برای پاسخ‌یافتن دعاها، شفاها، اعمال قدرت، خواب‌ها و رؤیایها دعا کنید

دعا کنید این **آیات و عجایب**، پیامی را که دربارهٔ مسیح با مردم در میان گذاشته می‌شود تأیید کنند، و مردم چشم‌های روحانی برای دیدن داشته باشند و تمام جلال را به عیسی بدهند

گروه‌های اکتشافی

دعا کنید **مطالعات اکتشافی کتاب مقدس** که در سراسر این کشورها برگزار می‌شوند، به ادامهٔ جلسات خود ادامه دهند و در میان اعضا پیوندهای محبت و اعتماد شکل بگیرد

دعا کنید هنگام خواندن کلام، **مکاشفه‌هایی که روح‌القدس آشکار می‌کند** صورت گیرد و حقیقت خدا **دل‌ها، زندگی‌ها، خانواده‌ها و جوامع** آنان را دگرگون سازد

دعا کنید هر یک از اعضای این گروه‌ها با **عیسی ملاقات و تجربه‌ای شخصی داشته باشند**

برای **تکثیر گروه‌های سالم اکتشافی** دعا کنید، زیرا مردم این تجربه‌ها را در میان شبکه‌های ارتباطی و روابط خود با دیگران در میان می‌گذارند

دعا کنید خانواده‌ها و گروه‌های اکتشافی، گام **تعمید** را با یکدیگر بردارند و همچنان با هم رشد کرده و به بلوغ برسند؛ به‌عنوان **جامعه‌ای** که به کلام خدا و دعا متعهد است

خدمات دسترسی

برای خدمات و سازمان‌های مختلفی که در این کشورها به **جوامع افغان** خدمت می‌کنند دعا کنید؛ برای حکمت، ایجاد همکاری‌های کلیدی با افغان‌ها، بازشدن درهای خانه‌ها، شکل‌گیری روابط مبتنی بر اعتماد، و فرصت‌هایی برای صحبت‌کردن درباره پادشاهی خدا دعا کنید

دعا کنید هر خدمت واقعاً باعث **برکت مردم** شود و مهارت‌های مورد نیاز، شفا، جامعه و حمایت لازم را برای آنان فراهم کند

برای **ابتکارها و برنامه‌های جدیدی** که از دل دعا و هدایت روح‌القدس متولد می‌شوند دعا کنید؛ تا به جوامع جدید دسترسی پیدا کنند و نیازهای واقعی و قابل مشاهده مردم را به نام عیسی برآورده سازند

دعا کنید این خدمات، شاگردان را هدایت کنند تا **افراد صلح** را پیدا کنند؛ کسانی که خدا از پیش در زندگی‌شان کار کرده است و پادشاهی خدا را به دیگران نیز منتقل خواهند کرد

برای شکل‌گیری **گروه‌های اکتشافی کتاب‌مقدس** از طریق این خدمات دعا کنید

افزایش به سرعت

ما مشتاقیم ببینیم که پادشاهی خدا در میان افغان‌ها به‌سرعت گسترش می‌یابد؛ و شاهد حرکت روح خدا باشیم که به جنبشی از شاگردانی که **شاگرد می‌سازند** منجر شود

با در نظر داشتن رؤیای خدا برای اینکه همه ملت‌ها، از جمله **تمام اقوام افغان**، به جمع قوم او بپیوندند

بیاید برای یک افزایش به سرعت و فزاینده در **دعا** برای برداشت محصول، **شاگردانی** که از عیسی پیروی می‌کنند، و **کلیساهایی** که تکثیر می‌شوند دعا کنیم

افزایش به سرعت در... دعا

دعای فردی و جمعی برای پیشرفت و گسترش پادشاهی خدا

مرقس ۱: ۳۵ - اعمال ۱۲: ۱۲ - لوقا ۱۱: ۱۱ - ۱۳

افزایش به سرعت در... شاگردان

محبت به خدا، محبت به مردم و شاگرد ساختن

متی ۲۲: ۳۷-۳۹ - متی ۲۸: ۱۸-۲۰

افزایش به سرعت در... کلیساها

جوامع ساده‌ای که شاگردان را تکثیر می‌کنند و گرد هم می‌آیند تا نان را با یکدیگر تقسیم کنند، کلام خدا را بخوانند، عبادت کنند و دعا نمایند؛ جوامعی که یکدیگر را در اطاعت از کلام و به اشتراک گذاشتن آن پاسخگو نگه می‌دارند، نیازهای اعضای جامعه خود را برآورده می‌سازند و به اطرافیان خود خدمت می‌کنند

اعمال ۲: ۴۲-۴۷



از این‌که همراه ما دعا می‌کنید، تشکر می‌کنیم

Pray4Afghans.net