

رایحه خوش

رایحه خوش در همه جا و همه وقت



هفته اول :

رایحه خوش در تنهایی

ا وقتی برای خوش آمدگویی و احوال پرسی: ۳ دقیقه

با نوجوانان ، با برخوردی گرم و صمیمی همراه با لبخند روبرو شوید. اگر شخص جدیدی به عنوان نوایمان یا مهمان برای اولین بار در جمع شما حضور دارد ، برای ایشان خوش آمدی مخصوص در نظر گرفته شود. به طور مثال شخص جدید را به نام در جمع معرفی کنید و از نوجوانان نیز بخواهید تا خود را یک به یک معرفی کنند و یک نکته ی خاص و جالب که معرف آنهاست را در مورد خودشان با سایرین در میان بگذارند.

ا آنچه گذشت

مهربان عزیز! شما میتوانید در ابتدای هر جلسه از نوجوانان بخواهید تا خلاصه ای از آنچه در مشارکت یا جلسات قبلی در رابطه با آن صحبت شده را به صورت کوتاه و مفید با سایرین در میان بگذارند، این کار فرصتی است برای مرور بر آنچه ایشان یاد گرفته اند و خلاصه ای برای نوجوانانی که شرکت نداشتند تا ایشان نیز با مسیر مشارکت همراه شوند. در این بخش شما می توانید قدم عملی هفته ی گذشته و آیه حفظی را از نوجوانان بپرسید و با هدیه، آنها را تشویق کنید.

ا او را بپرستیم: ۸-۱۰ دقیقه

در این بخش با پرستش (به صورت یوتیوب / در صورت امکان پرستش لایو) نوجوانان را دعوت و تشویق کنید که با شکرگزاری و پرستش ، مشارکت را آغاز کرده و با انتظار و اشتیاق از کلام خدا بشنوند. همچنین می توانید بر اساس سرودها یا موضوع درس و مشارکت، یک سرود دیگر را برای اتمام مشارکت به کار ببرید.

سرود ادلی طاهر

سرود ۲ تقدیم نمایم قلبم را

ا هدف مجموعه و انتظار تو

مربی عزیز! شما میتوانید در این قسمت، درباره ی موضوع کلی مجموعه ی جدید و اهداف اصلی که این درس به همراه دارد با نوجوانان صحبت کنید و با این کار آن ها را برای سوالات قبل از تعلیم و خود تعلیم آماده کرده و در ذهن شان انتظاراتی را ایجاد کنید، سپس آن ها را تشویق کنید تا این انتظارات را در دفترچه ای یادداشت کنند.

هدف مجموعه: نوجوانان در این درس با وسوسه های شخصی که در زمان تنهایی و به دور از چشم دیگران به سراغشان می آید آشنا می شوند و همچنین متوجه می شوند که خداوند ما عیسی مسیح در هر زمانی کنارشان است و با کمک او میتوانند این وسوسه ها را رد کنند و در حضور مسیح حتی، در وقت تنهایی شان نیز مقدس زندگی کنند.



۱۰ دقیقه: نظر تو چیست؟

با پرسیدن چند سوال از نوجوانان ذهن ایشان را به موضوع تعلیم جلب کنید و از آنها بخواهید به سوالات زیر جواب دهند. بهتر است که همه ی نوجوانان در پاسخ دادن به سوالات فعال بوده و مشارکت داشته باشند:

۱. وقتی در وسوسه افتادی بعد از انجام آن کار چه حسی داشتی؟

۲. آیا به نظر شما وسوسه گناه است؟

نکته ای برای مربی: به خاطر داشته باشیم که تلاش کنیم جوّی را در مشارکت به وجود بیاوریم که در آن همه ی نوجوانان بتوانند به راحتی صحبت کرده و نظرشان را بیان کنند و البته می توانیم کسانی را که فعال نیستند به طور خاص به بحث و گفتگو دعوت کرده تا صدای آنها هم شنیده شود، برای مثال: (اسم یکی از نوجوانانی را که صحبت نمی کند را صدا زده و از او نیز بخواهید تا در این مورد نظرش را بیان کند).

۲۰ دقیقه: لقمه روحانی

مربی عزیز! شما در زمان تعلیم می توانید نوجوانان را تشویق کنید که از نکاتی که برایشان جالب است یادداشت بردارند و برای هفته ی آینده در قسمت "آنچه گذشت" با بقیه ی دوستانشان در میان بگذارند. در شرایط گوناگون زندگی، همه ی ما به شکل های مختلف، وسوسه را تجربه کرده ایم. گاهی اوقات به این وسوسه ها نه و گاهی بله گفته ایم.

اما تعریف درست و اصلی وسوسه چیست؟ وسوسه، تجربه ای است درونی برای انجام دادن مجموعه کارهایی که باعث خشنودی خداوند نمی شود

این موضوع امری آگاهانه است و در واقع میل و هوس شدیدی که مقابله با آن دشوار است.

اما "وسوسه" به خودی خود گناه نیست بلکه انجام دادن آن کار وسوسه انگیز "گناه" محسوب می شود.

همانطور که در کلام خدا خوانده ایم خداوند ما عیسی مسیح هم دچار وسوسه شد و البته نه "یک بار بلکه" سه بار اما بر آن وسوسه ها پیروز گشت.

عبرانیان باب ۴ آیات ۱۴-۱۵ به این موضوع اشاره میکنند و البته که این باعث دلگرمی ما است که خداوند نیز وسوسه را تجربه کرد اما هرگز در گناه نیفتاد.

همانطور که میدانیم ما از آن خداوند هستیم و شایسته است که به عنوان فرزندان او، در جامعه و در جمع دوستان خود رایحه خوش باشیم و در تنهایی نیز میتوانیم عطر خوشبویی برای خداوند باشیم و این مسئله بسیار برای خداوند ما مهم است چرا که او از ما خواسته مقدس باشیم زیرا که خود، قدوس است. در درس گذشته تعریفی را از قدوسیت آموختیم اما باید بدانیم که این موضوع برای شیطان اصلاً خوشایند نیست پس او می کوشد تا با وسوسه های مختلف ما ایمانداران را به سمت گناه سوق دهد.

همگی ما در برابر دیگران و زمان هایی که در معرض دید هستیم تلاش داریم که به شایسته ترین حالت رفتار کرده و به عبارتی بی عیب جلوه کنیم اما باز هم در خلوت و تنهایی ممکن است دچار وسوسه شده و حتی به این وسوسه ها بله هم بگوییم



با هم به زندگی یوسف نگاهی بیندازیم:

در کتاب پیدایش باب ۳۹ میبینیم که خداوند یوسف را به چه جایگاهی می‌رساند و به خاطر وجود او فوتیفار را هم برکت می‌دهد. با اینکه فوتیفار به یوسف اعتماد کامل داشت و همه چیز خود را به او سپرده بود باز هم یوسف ایستادگی کرد و به همسر فوتیفار به عنوان یک وسوسه نه گفت و فرار کرد. حتما شما هم در زمان تنهایی وسوسه شده‌اید و گاهی احساس عذاب وجدان را تجربه کرده‌اید که چرا از وسوسه فرار نکردم اما این را بدانید که هنوز دیر نشده است.

کولسیان باب ۳ آیات ۵ تا ۸ را با هم بخوانیم، در این آیات خداوند مستقیماً میگوید که امیال زمینی را از بین ببرید چون باعث غضب خداوند خواهد شد.

پس، هرآنچه را در وجود شما زمینی است، بگشید، یعنی بی‌عفتی، ناپاکی، هوی و هوس، امیال زشت و شهوت‌پرستی را که همان بت‌پرستی است. به سبب همین است که غضب خدا بر سرکشان نازل می‌شود. شما نیز در زندگی گذشته خود به این راهها می‌رفتید. اما اکنون باید همه اینها را، یعنی خشم، عصبانیت، بدخواهی، ناسزاگویی و سخنان زشت را از دهان خود.

فکر میکنید در تنهایی، وقتی در صفحات مجازی و دیدن تصاویر مختلف بودید خداوند از شما خشنود بوده یا خیر؟

آیا تا به حال در خلوت، در حین بازی‌های کامپیوتری دچار خشمی شده‌اید که نتوانسته‌اید آن را کنترل کنید و در ادامه از الفاظ بد استفاده کنید؟

خداوند، از ما می‌خواهد که در تنهایی هم عطر خوشبوی او باشیم اما اگر تا این زمان اینطور نبوده‌اید می‌توانید به دعوت خداوند که از همین لحظه شنیده‌اید پاسخ مثبت دهید.

ما در مسیح‌حیاتی تازه یافته ایم و با کمک روح القدس که در درون ما ساکن است، می‌توانیم بر تمامی این امیال و وسوسه‌ها غالب آییم در آیه ۹ خداوند به زیبایی میگوید که انسان کهنه و قدیمی را با کارهایش از تن به درآورید.

این را هم بدانید که خداوند در زمان‌هایی که در وسوسه هستیم به یاریمان می‌آید. راهکارهای مختلفی است که شما با استفاده از آن می‌توانید از انجام آن گناهی که نسبت به آن وسوسه می‌شوید دوری و اجتناب کنید که در ادامه به چند مورد از آن اشاره می‌کنیم:

راهکار اول: می‌توانید در همان لحظه از وسوسه‌ها فوراً فرار کنید. سعی کنید خودتان را از آن محیط خارج کنید و دقیقاً مانند کاری که یوسف انجام داد شما هم فرار کنید! از نظر علم پزشکی فعالیت‌های ورزشی در زمان دست و پنجه نرم کردن با وسوسه‌ها کمک می‌کند تا فکر شما آزاد شود حتی می‌توانید ابزار وسوسه را از خود دور کنید.

راهکار دوم: می‌توانید به حضور خدا بروید و با او دعا و صحبت کرده و کلام او را مطالعه کنید. وقتی خداوند ما عیسی مسیح با وسوسه روبه‌رو شد کلام خداوند را اعلام کرد پس شما هم با دعا و مطالعه کلام او می‌توانید از وسوسه‌ها دور شوید و صدای خداوند را که کلمه‌ی زنده است بشنوید.

راهکار سوم: می‌توانید در آن لحظه با گفتن: «نه من این کار را نمیکنم» فکرتان را از وسوسه پرت کنید. وسوسه در ذهن ما اتفاق می‌افتد اما وقتی با استفاده از کلام آن را رد میکنیم در واقع قدرت و تسلط بیشتری بر آن پیدا میکنیم چرا که در کلام فرزندان خدا قدرت است، درست همانطور که در پیدایش خداوند گفت و شد.



راهکار چهارم: میتوانید از روح خدا پر شویم . ما ایمان داریم روحی که در درون ما است قدرتمند تر است از آن آنچه در این دنیاست پس به واسطه روح قدوس خداوند به شما توان و قدرت ایستادگی داده می شود تا در گناه نیفتید.

| وقتی برای گفتگو: ۱۰ دقیقه

در این بخش میتوانید نوجوانان را به گروه های چند نفره تقسیم کنید تا آنها به سوالات زیر پاسخ داده و در انتها یک شخص، به عنوان نماینده، نظرات کلی تیم را با سایرین به اشتراک بگذارد.

۱. تا به حال برای فرار از وسوسه چه کارهایی انجام داده اید؟

۲. از این پس چقدر برای شما مهم است که در تنهایی نیز رایحه ی خوش مسیح باشید؟

| بخاطر بسپاریم (آیه حفظی) : ۵ دقیقه

از نوجوانان بخواهید که آیه ی زیر را به مدت ۵ دقیقه به صورت انفرادی خوانده و حفظ کنند. سپس به صورت داوطلبانه با صدای بلند از حفظ تکرار کنند. شما میتوانید در قسمت آیه ی حفظی از روش های خلاقانه استفاده کنید و با ایده های متفاوت مثل (اجرای یک نمایش ،خواندن آیه به صورت شعر، نقاشی، والپیپر گوشی) نوجوانان را مشتاق به حفظ آیات کنید.

پس، هرآنچه را در وجود شما زمینی است، بگشاید، یعنی بی عفتی، ناپاکی، هوی و هوس، امیال زشت و شهوت پرستی را که همان بت پرستی است.

کولسیان ۳ آیه ۵

| قدم عملی :

پیشنهاد می شود که نوجوانان دختر و پسر را به دو گروه جداگانه تقسیم کنید تا بتوانند در محیط راحت تری صحبت کنند.

در این قسمت از شما مربیان عزیز درخواست می شود که تعدادی برچسب ساده تهیه کرده و ۶ عدد برچسب را در اختیار هر کدامشان قرار دهید . شما می بایست این برچسب ها را روی نوک انگشت دست، پا، پلک، لب و پیشانی هر نوجوان بچسبانید.

به نوجوانان توضیح دهید که هر کدام از این برچسب ها نشانی از چشمان عیسی مسیح است یعنی به عنوان نوجوانان مسیحی شما هر آنچه از دهانتان خارج می شود یا هر عملی که با دست تان انجام میدهید هر آنچه نگاه میکنید و بر زبان می آورید ، عیسی همان لحظه شما را میبیند و شما تنها نیستید. در ادامه برگه ای را به نوجوانان بدهید تا بر روی آن هر وسوسه ای که در تنهایی به آن گرفتار می شوند را بنویسند و با هم دعا کنید تا در این وسوسه ها پیروز شوند.



ا بازی: ۱۵ دقیقه

از نوجوانان بخواهید تا دو به دو رو به رو هم بایستند و فاصله ی هر نوجوان با شخص رو به روی خود به صورتی باشد که زمانی که دست هایشان را به جلو ببرند و به هم برخورد نکنند و در میان آن ها یک بطری آب قرار دهید بازی به این صورت است که شما اسم اعضای بدن را نام میبرید برای مثال (سر، چشم، زانو، کمر و ...) و نوجوانان باید سریعاً دستشان را روی همان عضو قرار دهند و زمانی که شما بگویید: «بطری!» باید سعی کنند که اولین نفری باشند که بطری را زودتر از نفر روبه رویی برمیدارند.

