

عبور از رنج

در دنیایی که در شریب خوابیده است، مسئله رنج موضوع تازه‌ای نیست.

سازمان ایلام
کلیه حقوق محفوظ می باشد © ۲۰۲۳

ایلام

- شما را تشویق می‌کنیم که جلسه را با سرود های پرستشی شروع کنید، برای این جلسه یک سرود پرستشی را پیشنهاد میکنیم که از طریق لینک زیر قابل دسترس خواهد بود :

جلال دهم نامت را عیسی

| خوش آمدگویی: ۲۰ دقیقه

برگزاری جلسات حضوری :

به شما پیشنهاد می‌کنیم که حداقل ۱۵ دقیقه قبل از بقیه افراد در جلسه حضور داشته باشید و دیگران را تشویق کنید که قبل از شروع جلسه با همدیگر مشارکت داشته باشند تا بیشتر با هم آشنا شوند.

بانوان را به گرمی و همراه با لبخند خوش آمد بگویید و اگر عزیزی برای اولین بار در این جمع حضور پیدا می‌کند (تازه وارد، نو ایمان یا مهمان)، او را به صورت ویژه خوش آمد بگویید. و اجازه دهید بانوان هر کدام شخصا در چند جمله کوتاه خودشان را معرفی کنند و در مورد خودشان یک نکته مثبت بگویند. سپس از مهمان بخواهید در معرفی خودش یک نکته مثبت بگوید و آن را به یاد داشته باشید (شاید در جلسات بعد لازمتان شود).

پیشنهاد ما در برگزاری جلسات حضوری این است که در بدو ورود از بانوان با چای یا نوشیدنی پذیرایی کنید.

| بازی: ۱۵ دقیقه

بازی ویژه جلسه حضوری:

بازی توپ داغ

از شرکت کنندگان بخواهید تا به شکل دایره در کنار هم بایستند. شیئی کوچک مثل یک توپ یا یک جعبه در اختیار نفر اول قرار دهید. یک آهنگ پخش کنید. با شروع آهنگ شرکت کنندگان باید توپ را دست به دست کنند. هنگامی که آهنگ به پایان می‌رسد، کسی که توپ در دست اوست، بازنده خواهد بود و از دایره خارج می‌شود. برنده کسی است که تا انتها در دایره بماند.

بازی ویژه جلسه غیرحضوری:

بازی حدس بزن کیه

برگزارکننده در چت شخصی اسم یکی از بانوان را می‌فرستد و از او می‌خواهد تا شخص مورد نظر را بدون بردن نام و اشاره مستقیم، توصیف کند. و بقیه باید با توجه به توضیحات او، شخص مورد نظر را شناسایی کنند. این بازی را می‌توانید به صورت تیمی نیز انجام دهید.

جلسه خود را با دعا برای بانوان شروع کنید.

| شهادت و برکات: ۱۰ دقیقه

از یکی از بانوان که داوطلب است بخواهید تا شهادت و برکتی تازه از کار خداوند را با جمع به اشتراک بگذارد. و بخواهید که اگر عزیزی آیه کلیدی جلسه گذشته را به خاطر دارد، آن را بیان کند و می‌توانید برای تشویق کسانی که آیه را حفظ کرده‌اند جایزه در نظر بگیرید.

پیشنهاد می‌کنیم خودتان هم شهادتی آماده داشته باشید که اگر کسی آماده نبود شما شهادت خود را در میان بگذارید.

و می‌توانید از یکی دیگر از بانوان درخواست کنید تا برای شخصی که شهادت داده است دعا کند.

بازکردن موضوع درس: ۷ دقیقه

• مریم زن خانه‌داری بود که دو فرزند داشت، فرزند بزرگتر او ۸ ساله و فرزند دومش ۳ ساله بود، و برای درس خواندن و کنجکاوی‌های فرزندانش مدام از کوره در می‌رفت و برای خودش دلسوزی می‌کرد، که چرا زندگی من سراسر رنج و عذاب است و باید از صبح تا شب با فرزندانم کلنجار بروم.

• سارا که یک ماه از مرگ برادرش می‌گذشت، روزی که خسته و با غم و اندوه در محل کارش مشغول به کار بود، با تماسی ناگهانی غم و رنج او چند برابر شد، تلفن سارا زنگ خورد و خبری ناراحت‌کننده به گوشش رسید که پدرش را در یک صانحه دلخراش از دست داده است. با این خبر شوک دیگری به او وارد شد و فشار درد و رنج بر سارا بیشتر شد.

• ۳ سال از زندگی مشترک ندا و پیام که با عشق شروع کرده بودند می‌گذشت، به خاطر مشکلات و مسائل مالی تصمیم به مهاجرت گرفتند و در این مسیر با افرادی مواجه شدند که با دادن وعده‌هایی فریبنده در مورد آینده آنها را همراه کردند و تمام سرمایه‌شان را از دست دادند و کم‌کم رابطه بین ندا و پیام تیره و تار شد و کمبود محبت از طرف یکدیگر را در جایی دیگر و در بین افراد دیگر جستجو می‌کردند.

در سه داستانی که شنیدیم مریم، سارا، ندا و پیام خود را در رنج می‌بینند، ولی رنج‌های آنها با یکدیگر متفاوت بود. شاید الان که ما این داستان‌ها را شنیدیم، رنج در زندگی هرکدام از این اشخاص را دسته‌بندی و یا رتبه‌بندی کرده‌ایم. شاید امروز هرکدام از ما در رنج‌هایی باشیم، میزان رنج خودتان را چقدر می‌بینید و چه سوال‌هایی فکرتان را مشغول کرده است؟ (شرکت‌کنندگان در بحث دخیل باشند).
ولی حقیقت امر این است که رنج‌ها در زندگی ما بزرگ و کوچک ندارد بلکه آستانه تحمل هرکدام از ما با دیگری متفاوت است.
برای درک بیشتر مفهوم رنج نیاز داریم به کلام خدا نگاهی بیاندازیم.

(بیابید باهم به تعلیم امروز گوش دهیم و از نکات کلیدی آن استفاده کنیم.)

ویدیو: ۱۰ دقیقه

عزیزان را دعوت کنید تا این ویدیو را با دقت تماشا کنند و نت برداری کنند.

عبور از رنج - قسمت ۱

کارگروهی: ۱۵ دقیقه

مسئول جلسه: بانوان شرکت‌کننده را به ۴ گروه تقسیم کند و به هر گروه یکی از آیات زیر را بدهد تا در مورد آنها بحث و گفتگو کنند و موضوع رنج را در داستانها بررسی کنند:

- ایوب: کتاب ایوب باب ۱ و باب ۲
- زن شونمی: کتاب دوم پادشاهان باب ۴ آیه ۸ تا ۳۷
- حنا: کتاب اول سموئیل باب ۱ آیه ۱ تا ۲۰
- یوسف: کتاب پیدایش باب ۳۷ آیه ۱۲ تا ۳۶ و باب ۳۹

جمع بندی ۱۵ دقیقه

همانطور که در ویدیو هم دیدیم در ابتدای خلقت درد و رنجی وجود نداشت و پیدایش درد و رنج نتیجه گناه بشر بود و چون ما در دنیایی زندگی می‌کنیم که توأم با گناه و تاریکی هست، پس ما هم از مقوله رنج مستثنی نیستیم. و شنیدیم که رنج، حالتی ناخوشایند و آزاردهنده است که در از دست دادن و یا در به دست آوردن چیزی ایجاد می‌شود، و در هر دو حالت بازخوردی روانی دارد و در این بازخورد یا پیشرفت حاصل می‌شود و یا پسرفت.

- در داستان ایوب در باب ۱ مردی بی‌عیب و خداترس را می‌بینیم که خدا او را از لحاظ خانوادگی و مال و ثروت برکت داده بود و به نظر می‌رسد که همه چیز بروفق مراد است. ولی به ناگاه در پی از دست دادن گله و رمه، خدمتکاران، فرزندان و تمامی دارایی‌اش رنجی عظیم وارد زندگی او شد و شدت این درد و رنج با به وجود آمدن دمل‌های دردناک در سرتاسر بدنش بیشتر شد.

- در داستان زن شونمی، زنی را می‌بینیم که سرشناس به نیکویی، مهمان‌نواز و خداترس بود و رنجی که در زندگی او وجود داشت نداشتن فرزند بود که حتی امیدی برای به وقوع پیوستن این آرزو نداشت، چون شوهرش پیر و سالخورده بود ولی خدا برحسب فیض عظیمش به او فرزندی بخشید. و زمانیکه هزاران امید و آرزو برای فرزندش داشت، او را به‌طور ناگهانی از دست داد و دوباره در مسیر درد و رنج افتاد.

- در داستان حنا، او زنی بود که خدا را دوست می‌داشت و او را پرستش می‌کرد ولی زندگی او با درد و رنج همراه بود چون او زنی نازا بود و در عین حال هوویی داشت که صاحب فرزندان بود و مدام حنا را به‌خاطر این موضوع مورد تمسخر قرار می‌داد و آزرده خاطر می‌کرد.

- در داستان یوسف، پسری را می‌بینیم که مورد لطف پدرش بود که او را بیشتر از باقی برادرانش دوست می‌داشت. و همین موضوع باعث شده بود که برادران یوسف نسبت به او حسادت کنند و برعلیه او دسیسه‌چینی کنند. در نتیجه داستان درد و رنج در زندگی یوسف شروع شد.

در این داستان‌ها دیدیم که درد و رنج در زندگی افراد متفاوت است و کتاب مقدس به ما این اجازه را نمی‌دهد که یک قالب مشخص برای درد و رنج داشته باشیم. درد و رنج موضوع پیچیده‌ای است که درک هر شخص از آن با توجه به تجربیات زندگی و شخصیت هر فرد متفاوت است.

پس اگر ما هم مانند ایوب در موقعیتی خوب و یا مثل زن شونمی و حنا زنی خداترس و یا همچون یوسف جدا شده برای کار خدا هستیم، نباید این انتظار را داشته باشیم که زندگی ما از درد و رنج جدا باشد، چون هدف و مقصود خدا فراتر از درک ما انسان‌ها است پس خیلی خوب خواهد شد به جای مشغول کردن ذهن و فکرمان به سوالات متداول برای پیدا کردن دلیل و چرایی بودن ما در این درد و رنج، به هدف و مقصود خدا که برای خیریت ما در کار است، متمرکز باشیم و از کلام خدا و روح القدس بخواهیم تا در این مسیر ما را یاری کنند، چون او مددکار، حامی و پشتیبان ما است و اوست که ما را قوت می‌بخشد تا از مسیرهای سخت زندگی عبور کنیم.

سرود پرستشی برای انتهای جلسه

مرا احیا می‌کنی

معرفی منابع مفید برای مطالعه بیشتر:

در این قسمت حتما عزیزان را تشویق کنید که منابع بیشتر را تهیه و مطالعه کنند.
مقاله:

ایوب: واکنش در قبال درد و رنج

فعالیت در طول هفته

- در زندگی هرکدام از ما رنج‌هایی وجود داشته، که به دلیل این رنج‌ها بر قلب و جان ما زخم‌هایی وارد می‌شود ولی خدای ما قادر هست تا تمام زخم‌های ما را شفا دهد.
- رنج‌هایی که زخمی به شما وارد کرده‌اند را به یاد بیاورید.
 - در نامه‌هایی از رنج‌ها و زخم‌ها و حتی سوالاتتان برای پدر آسمانی بنویسید.
 - نامه‌هایی که نوشته‌اید را در جلسه بعدی بانوان به همراه داشته باشید.
 - بدون باز کردن و یا خواندن نامه‌ها برای دیگران، در اتحاد برای شفا و احیای یکدیگر دعا کنید.

آیه کلیدی

بانوان را تشویق کنید که در طول هفته سعی کنند آیه زیر را به خاطر بسپارند:

"خداوند می‌فرماید: «افکار من افکار شما نیست، و نه راه‌های من، راه‌های شما. زیرا چنانکه آسمان از زمین بلندتر است، راه‌های من نیز از راه‌های شما و افکار من از افکار شما بلندتر است.»

إشعیا ۵۵: ۸-۹