

خدا می گوید



در گفتارت صادق باش!

ا زمانی برای خوش آمدگویی و احوال پرسی: ۵ 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. اگر نوجوان جدید به جمع شما اضافه می شود، خیلی بهتر است که شما با او وقت قبلی داشته و آشنایی کمی ایجاد کنید تا در روز مشارکت بتوانید او را به جمع معرفی کنید و با ایجاد حس صمیمیت بیشتر، به نوجوان کمک کنید تا راحت تر بتواند وارد مشارکت شده و در ادامه تعامل بیشتری داشته باشد. 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 خاص و جالب که معرفشان است را در مورد خودشان با سایرین در میان بگذارند. یک نکته خلاقانه: مربیان عزیز شما می توانید هر هفته با خلاقیت و ایده های جدید به نوجوانان خوش آمد بگویید، به طور مثال با یک شکلات یا دادن یک آیه به هر شخص می توانید جلسه خود را متفاوت شروع کنید.

ا ارزیابی و نگاهی به هفته گذشته: ۵-۱۰ دقیقه

مربی عزیز، شما در این قسمت می توانید از نوجوانانی که در مشارکت هفته پیش شرکت داشتند، دعوت کنید تا آنچه که در هفته ی گذشته برایشان مفید بوده را اعلام کنند. تشویق می کنم از همه دعوت کنید در این قسمت سهیم باشند.

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 قسمت (به صورت یوتیوب / در صورت امکان پرستش لایو) نوجوانان را دعوت و تشویق کنید که با شکرگزاری و پرستش خداوند، 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. توضیح: برای هدایت پرستش و دادن پیغام کوتاه پرستشی در صورت امکان می توانید از خود نوجوانان استفاده کنید.

دیگر اسیر ترس هایم نیستم، من فرزند خدا هستم.

به من هر روزه می گویی که من فرزند تو هستم.

ا نظر تو چیست؟: ۱۰ دقیقه

با پرسیدن چند سؤال از نوجوانان ذهن ایشان را به موضوع تعلیم جلب کنید و از آنها بخواهید تا به سؤالات زیر جواب دهند. بهتر است که همه ی نوجوانان در پاسخ دادن به سؤالات فعال بوده و مشارکت داشته باشند: در این قسمت با پرسیدن دو تا سه سؤال می توانید ذهن نوجوانان را متمرکز موضوع کرده و آنها را برای دریافت راه حل، نتیجه و راهکارهای کاربردی آماده کنید.

یک نکته‌ی خلاقانه: مربی عزیز می‌توانید در برخی موارد از نوجوانان بخواهید در این قسمت سؤالات ذهنی خود را نسبت به موضوع جلسه بپرسند و یا یادداشت کنند تا آخر جلسه به آن‌ها پاسخ داده شود.

۱- چرا ما گاهی وقت‌ها قسم می‌خوریم؟

۲- آیا قسم خوردن در مسیحیت تأیید می‌شود؟

نکته‌ای برای مربی: به خاطر داشته باشیم جوّی را در مشارکت به وجود بیاوریم که در آن همه‌ی نوجوانان بتوانند به راحتی صحبت کرده و نظرشان را بیان کنند. البته می‌توانیم کسانی را که فعال نیستند، به طور خاص به بحث و گفتگو دعوت کرده تا صحبت‌های آنها هم شنیده شود. برای مثال: (اسم یکی از نوجوانانی را که صحبت نمی‌کند، صدا زده و از او نیز بخواهید تا در این مورد نظرش را بیان کند).

۱ | لقمه‌ی روحانی: ۲۵ دقیقه

مقدمه:

روزی مردی در دیاری زندگی می‌کرد و در آن سرزمین کارهای زیادی انجام می‌داد، مردم را محبت می‌کرد، بیماران را شفا می‌داد، به حرف‌ها و دردهای مردم گوش می‌داد، معجزه‌ها را رقم می‌زد. در هر جایی که حضور داشت، شادی و شفا را اعلام می‌کرد. هیچ کس در آن سرزمین از او بدی ندیده بود. روزی او را به محاکمه کشاندند، اما کسانی که در مسند داوری بودند، هیچ چیزی در او نیافتند تا برای او جرمی در نظر بگیرند، پس به دنبال این بودند تا جرمی دروغین برای او در نظر بگیرند و شاهدانی پیدا کنند تا شهادت دروغ بدهند. اما همه می‌دانستند که در آن شخص چیزی نیست که او را محاکمه کنند، چون او همیشه کار درست را انجام می‌داد. او در بود از محبت و راستی. او را به محاکمه بردند، اما باز هم در راستی ایستاد.

کتاب متی باب ۲۷ آیات ۱۱ تا ۱۴.

بله، او عیسی مسیح است، خدای زنده. شاید در ذهنتان بگویید: «ای بابا، او خداست، ما انسانیم»، اما می‌دانیم که او صد در صد انسان هم بود.

باز مثال دیگری هست در کلام خدا. با هم نگاهی می‌کنیم. در کتاب دانیال:

دانیال یکی از آن افرادی بود که همیشه کار درست را انجام می‌داد، حقیقت را می‌گفت و همیشه روی حقیقت و صداقت پیش می‌رفت. زمانی که با رئیس خواجه‌سرایان روبرو شد، روی حقیقت ایستاد و با صداقت خواسته‌ی خود را بیان کرد. زمانی که خواب پادشاه را تعبیر کرد، با صداقت حقیقت را بیان کرد و در سال‌های خدمت خود برای پادشاه وفاداری خود را نشان داد. زمانی رسید که پادشاه تصمیم گرفت برای مملکت خود کسانی را انتخاب کند که به امور رسیدگی کنند و بر این ۱۲۰ نفر، سه نفر دیگر مدیریت و رسیدگی کنند که دانیال جز این سه نفر بود. اما این موضوع برای کسانی که با دانیال همکار بودند، خیلی خوشایند نبود و به این فکر افتادند تا برای دانیال نقشه‌ای بکشند تا او را سر راه خود بردارند، اما آنها هیچ چیزی از او نیافتند.

دانیال باب ۶ آیه ۵

شاید این موقعیت برای خیلی از ما اتفاق افتاده باشد. در شرایطی قرار گرفته‌ایم که قلبمان شکست، به ما تهمت زده شد، تحقیر شده‌ایم، شهادت‌های دروغ را تجربه کردیم، اما در راستی ایستادیم، بدون قسم خوردن و ثابت کردن خودمان. این موضوع خیلی سخت است، اما روح‌القدس می‌تواند ما را به جلو ببرد و کمک کند در راستی و صداقت زندگی کنیم.

با هم بریم ببینیم معنای قسم خوردن چیست و چرا همه‌ی ما گاهی قسم می‌خوریم:

قسم خوردن یا همان سوگند خوردن یعنی اسم یک چیز و یا شخصی را به میان آوردن و حاکمیت آن را اعلام کردن و آن را شاهد قرار دادن است و تأیید گذاشتن روی حرفی که گفته می‌شود تا حرفمان را ثابت کنیم و بدانند که ما راست می‌گوییم.

در کتاب مقدس در عهد عتیق آیات بسیاری هست که افراد برای ادای یک نذر به نام خدا قسم می‌خورند و فرزندان خود را نذر می‌کردند.

تثنیه باب ۶ آیه ۱۳: «از یهوه خدای خود بترس و تنها به نام او قسم بخور.»

اما می‌بینیم که قسم خوردن در عهد عتیق یک شرط مهم داشت که در لاویان باب ۱۹ آیه ۱۲ توضیح می‌دهد: «به نام من به دروغ قسم مخورید.»

این آیات نشان می‌دهد که اگر هم قسم می‌خورند، شرط آن راستی و صداقت آن موضوع بود و بسیار مهم. و اما در عهد جدید:

عیسی موضوع قسم خوردن در عهد عتیق را یادآوری می‌کند و می‌گوید: قبلاً گفته شده قسم نخورید، اگر قسم می‌خورید وفا کنید.

هر جایی عیسی از کلمه‌ی «اما» استفاده می‌کند، تأکید روی یک موضوع مهم دارد و در این موضوع عیسی می‌گوید: هرگز قسم نخورید، نه به آسمان، نه به زمین، نه به سر خود، نه به اورشلیم، و یک اصل را برای ما به تصویر می‌کشد که نه ما، نه «باشد»، آری ما «آری». چون بیشتر از این از شیطان است.

متی باب ۵ آیات ۳۳ تا ۳۷

چند لحظه چشمان خود را ببندیم و فکر کنیم که در طول روز چقدر قسم می‌خوریم.

با خودمان صادق باشیم. خیلی وقت‌ها این قسم خوردن‌ها از عادت‌های ما می‌آید، شاید در خانواده‌ی بزرگ شده‌ایم که پدر یا مادر یا عزیزان ما برای هر چیز ساده قسم‌های زیادی می‌خورند. یا زمانی که احساس ترس، دیده نشدن، نگفتن حقیقت، یا برای پنهان کردن حقیقت‌ها مجبور به قسم خوردن می‌شویم.

یا گاهی اوقات فکر می‌کنیم اگر قسم نخوریم، دیگران به اهمیت آن موضوع پی نخواهند برد. و خیلی دلایل دیگر.

شخصی را می‌شناسم که سال‌های عمرش را در بازار تهران کار می‌کرد و بسیار مرد محترم و با اخلاقی بود، اما همیشه برای کوچک‌ترین چیزها قسم می‌خورد. وقتی ایشان به عیسی مسیح ایمان آورد، یکی از چیزهایی که خیلی برایش دعا و روزه گرفت و خودش را در یک انضباط روحانی قرار داد، همین قسم نخوردن بود و خدا را شکر، امروز خیلی در این قسمت آزادی برای او آماده است.

حالا چطور می‌توانیم خودمان را در یک انضباط روحانی بیاوریم و خودمان را اصلاح کنیم؟

ما سه راهکار را به شما می‌دهیم:

اولین راهکار:

به حضور خدا برویم، اعتراف کنیم و از روح‌القدس کمک بخواهیم.

خداوند، من نمی‌توانم این عادت قسم خوردن را به تنهایی ترک کنم، من نیاز به شفا دارم تا در صداقت و راستگویی جلو بروم بدون آنکه قسم بخورم. خدا می‌تواند زبان ما را شفا دهد.

نه من، نه «باشد» و بله من، بله.

دومین راهکار:

پاسخگو باشیم:

پاسخگویی در هر موضوعی ما را زودتر به نتیجه می‌رساند. سعی کنیم فردی امین و با تجربه را انتخاب کنیم. اگر نمی‌توانیم این عادت را ترک کنیم، خیلی خوب است که هر روز در مورد این موضوع با این عزیزان، بدون هیچ رودربایستی، صحبت کنیم که دلیل این قسم خوردن ما چه چیزهایی است. برای مثال با پدر یا مادر، شبانان، مربیان صددرصد قلبمان را باز کنیم.

سومین راهکار:

خودمان را ارزیابی کنیم:

ارزیابی خود در هر موضوعی باعث می‌شود ما عملکرد درست و بهتری داشته باشیم. ارزیابی به ما نشان می‌دهد که با چه چالشی روبرو هستیم. من اگر دیروز ۱۰ بار قسم خوردم، امروز با ارزیابی خودم، با کمک روح‌القدس و افراد امین، امروز کمتر از روز قبل برای هر چیزی قسم خورده‌ام و این را در دفتر یادداشت خودم می‌نویسم و این خیلی می‌تواند به رفتار و صحبت و عملکرد من کمک کند.

نتیجه‌گیری:

پس با توجه به این تعلیم متوجه می‌شویم که خداوند از ما می‌خواهد در صداقت و راستی زندگی کنیم و بدون نیاز به ثابت کردن خودمان به دیگران و قسم و آیه آوردن برای اثبات سخنانمان بتوانیم در مسیر زندگی جلو برویم. این همه نیاز به تمرین روزانه برای ما است که شاید تا به آخر عمر ما ادامه داشته باشد، خسته و ناامید نشویم.

وقتی برای گفتگو: ۱۰ دقیقه

در این بخش می‌توانید نوجوانان را به گروه‌های چندنفره تقسیم کنید تا به سؤالات زیر پاسخ داده و در انتها یک شخص، به عنوان نماینده، نظرات کلی تیم را با سایرین به اشتراک بگذارد.

۱- کدام یک از راهکارهای گفته‌شده را قبلاً امتحان کرده‌اید؟

۲- آیا شما راهکار دیگری می‌دانید؟

بخاطر بسپاریم (آیه حفظی): ۵ دقیقه

از نوجوانان بخواهید که آیه‌ی 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 آیه‌ی حفظی از روش‌های خلاقانه استفاده کنید و با ایده‌های متفاوت مثل (اجرای یک نمایش، خواندن آیه به صورت شعر، نقاشی، والپیپرگوشی) نوجوانان را مشتاق به حفظ آیات کنید.

انجیل متی باب ۵ آیه‌ی ۳۷:

«پس 'بله' شما همان 'بله' باشد و 'نه' شما 'نه'، زیرا افزون بر این، شیطانی است.»

| قدم عملی:

تابلو یادآوری:

از بچه‌ها بخواهیم که برای خود تابلویی در نظر بگیرند. می‌توانیم این تابلو را در جایی قرار دهیم که در دسترس ما باشد تا هم به ما یادآوری کند که قسم نخوریم و هم می‌توانیم قسمتی از این تابلو را برای جریمه در نظر بگیریم، ولی خود شخص مشخص کند هر بار یا هر سه بار می‌خواهد خود را جریمه کند. مثلاً من اگر سه بار قسم بخورم، یک روز از گوشی استفاده نمی‌کنم.

| منابع:

- کتاب شخصیت روحانی
- کتاب مهار فکر، شفای زبان
- کتاب انضباط روحانی

| بازی: ۱۵ دقیقه

در این بخش با نوجوانان بازی کنید و برنده‌ی بازی را با صلاح دید خود تشویق نمایید.

بازی حضوری:

یاد گرفتن تفاوت بین راستی گفتن و احساس نیاز به قسم خوردن و تمرین اینکه "نه من، نه باشد و بله من، بله".

وسایل لازم:

- چند کارت یا کاغذ کوچک
- خودکار یا ماژیک
- یک ظرف برای انداختن کارت‌ها

آماده‌سازی:

- روی هر کارت یکی از موقعیت‌های روزمره بنویسید، مثلاً:
- «به دوستت گفתי تکلیف را انجام دادی در حالی که نکردی.»
- «مادرت پرسید چی شد و گفתי قسم می‌خورم، من نبودم!»
- «در کلاس گفתי من انجام دادم، ولی از ترس نمره گفתי قسم!»
- «کسی ازت پرسید فلان چیز را دیدی، و تو راست گفתי بدون قسم.»
- تعدادی هم موقعیت مثبت بنویسید که کسی راست می‌گوید بدون قسم خوردن.

روش بازی:

بچه‌ها به صورت دایره بنشینند.

یکی از آن‌ها یک کارت برمی‌دارد و موقعیت روی آن را با احساس بازی می‌کند یا با صدای بلند می‌خواند. بقیه باید تصمیم بگیرند آیا در آن موقعیت شخص راست گفت یا قسم خورد. اگر قسم خورده باشد، بگویند چرا احساس کرد باید قسم بخورد. بعد همه با هم تمرین می‌کنند که اگر در آن موقعیت بودند، چطور می‌توانستند راست بگویند بدون قسم خوردن.

نکته ویژه:

در پایان بازی، هرکسی که توانست سه بار موقعیت را با راستی پاسخ دهد بدون قسم خوردن، یک برچسب یا نشان با عنوان «من در راستی می ایستم» می گیرد.

نکته برای معلم:

می توانی بازی را با طنز و خنده اجرا کنی تا فضا خشک نباشد.
حتی می شود بخش دوم را اضافه کرد:
اگر کسی اشتباهی گفت "قسم می خورم!"، همه با لبخند بگویند:
«نه من، نه باشد، بله من، بله!»