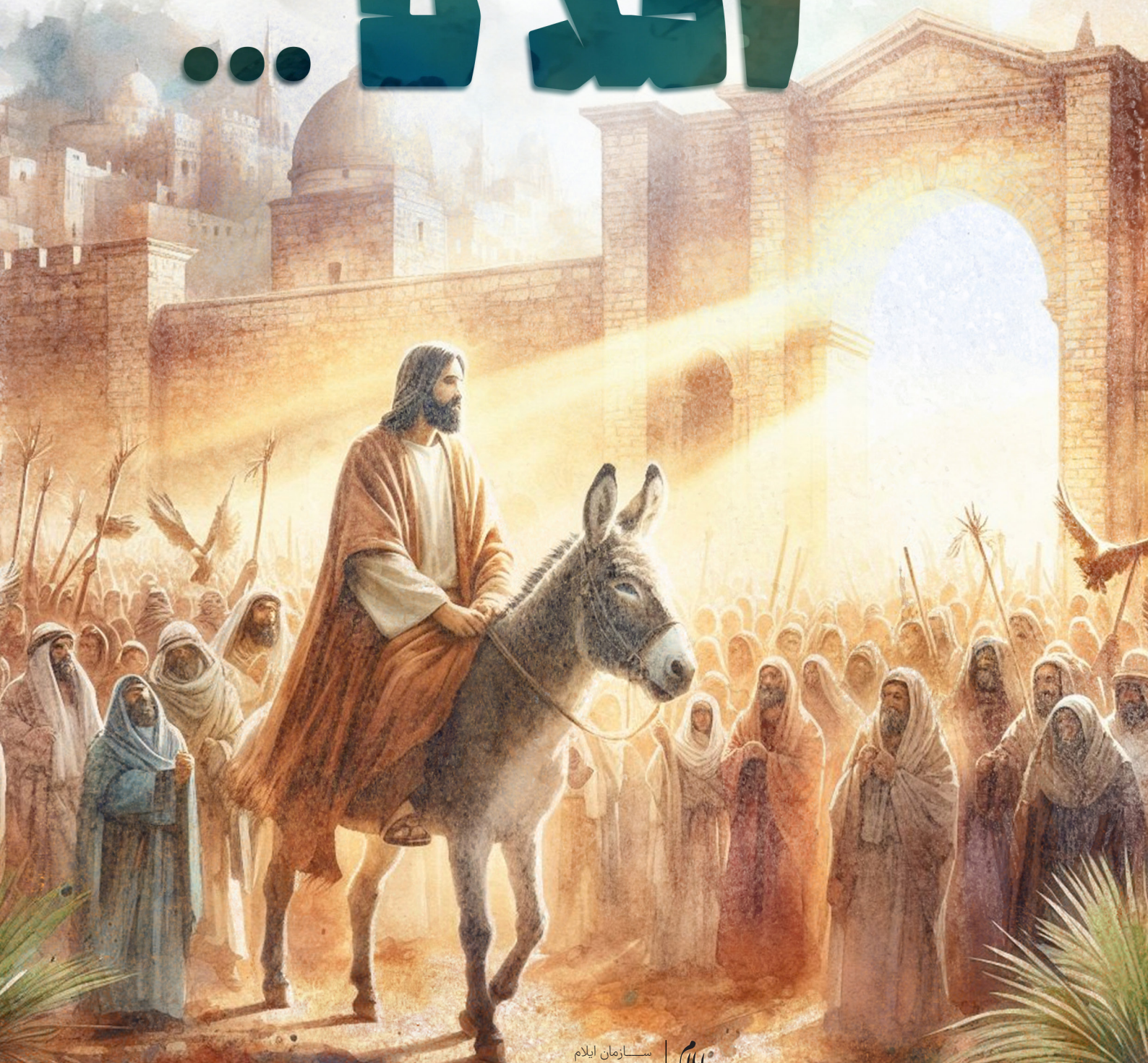


تجدید ... آید



هفته دوم:

دلشکستگان را التیام بخشد!

| وقتی برای خوش آمدگویی و احوال‌پرسی: 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 نکته‌ی خاص و جالب که معرفشان است را در مورد خودشان با سایرین در میان بگذارند.

| آنچه گذشت

مربیان عزیز! شما میتوانید در ابتدای هر جلسه از نوجوانان بخواهید تا خلاصه‌ای از آنچه در مشارکت یا جلسات قبلی آموخته‌اند را به صورت کوتاه و مفید با سایرین در میان بگذارند، این کار فرصتی است برای مرور بر آنچه ایشان یاد گرفته‌اند و خلاصه‌ای از موضوع گذشته برای نوجوانانی که در جلسه شرکت نداشتند تا آنها نیز با مسیر مشارکت همراه شوند. در این بخش شما می‌توانید قدم عملی هفته‌ی گذشته و آیه‌ی حفظی را از نوجوانان بپرسید و با هدیه، آنها را تشویق کنید.

| 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 می‌توانید بر اساس سرودها یا موضوع درس و مشارکت، یک سرود دیگر را برای اتمام مشارکت به کار ببرید.

سرود پرستشی مسیحی به زخم‌هایش شفا بخشید

روغن شفا

| هدف مجموعه و انتظار تو

مربی عزیز! شما میتوانید در این قسمت، درباره‌ی موضوع کلی مجموعه‌ی جدید و اهداف اصلی که این درس به همراه دارد با نوجوانان صحبت کنید و با این کار آن‌ها را برای سوالات قبل از تعلیم و خود تعلیم آماده کرده و در ذهنشان انتظاراتی را ایجاد کنید، سپس آن‌ها را تشویق کنید تا این انتظارات را در دفترچه‌ی یادداشت کنند.

| هدف درس:

نوجوانان می آموزند که مسیح قادر است دل شکستگی آنها را التیام ببخشد و سهم آنها این است که به او اعتماد کرده و نیاز خود را به عیسی بیان کنند.

| نظر تو چیست؟: ۱۰ دقیقه

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

۱. دلشکستگی به چه معناست؟

۲. چطور بفهمیم دلشکسته هستیم یا نه؟

نکته ای برای مربی: به خاطر داشته باشیم، 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 صحبت های آنها هم شنیده شود، برای مثال: (اسم یکی از نوجوانانی را که صحبت نمی کند صدا زده و از او نیز بخواهید تا در این مورد نظرش را بیان کند)

| لقمه روحانی: ۲۰ دقیقه

دلشکستگی چیست؟ از کجا بدانم دلشکسته ام یا نه؟ اگر زمانی که آرام و در حال استراحت هستید و سرتان شلوغ نیست در ذهن خود در حال دعوا با کسی هستید یا خاطره ای دائما در ذهن شما تکرار می شود و انرژی شما را میگیرد، احتمالا دل شما از کسی شکسته است

در دنیایی زندگی می کنیم که کلمات تاثیر عمیقی دارند. می توان با کلامی یک نفر را احیا کرد، تشویق کرد و قوتی تازه بخشید و در عین حال می توانیم از کلمات برای تحقیر و تخریب دیگران استفاده کنیم. حقیقت این است که کلمات می توانند باعث دلشکستگی شوند و اگر مراقب کلام خود باشیم کلمات ما می توانند مانند خنجر به دل شخصی دیگر فرو رود و او را دلشکسته و زخمی کند. آیا زمانی را به یاد می آورید که یک نفر با یک کلمه دل شما را شکسته و شخصیت شما را خرد کرده است؟

شاید انتظاری از یک دوست که برآورده نشده یا حرف نابیه جایی از یک نفر، باعث دلشکستگی ما شود و این می تواند هر روزه در اجتماعی که در آن زندگی می کنیم به وقوع پیوندد. پس چاره چیست؟ آیا خداوند منتظر است تا ما به آسمان برسیم و آنگاه هراشک و غمی را بردارد یا اینکه دلشکستگی های ما در همین زندگی هم برای او مهم هستند و او برای آن راه حلی دارد؟

| بگذارید با مثالی به شرح این موضوع بپردازیم:

فرض کنید که شما در حین بازی با دوستان خود زمین می خورید و دست شما زخمی می شود و خونریزی شدید دارد. آیا آنرا به همان حال رها می کنید و فکر میکنید که خونریزی خودش تمام می شود، یا اینکه خود را به بیمارستان می رسانید و اجازه می دهید دکتر دست شما را پانسمان کند تا خوب شود. اگر زمانی که جسم ما زخمی میشود نیاز هست که به آن رسیدگی شود تا زخم آن خوب شود، چقدر بیشتر روان و احساسات و قلب ما نیز نیاز دارد برای شفای زخم ها و دلشکستگی ها نزد طیب اعظم برود. حال

اگر دست زخمی خود را به دکتر نشان ندهید و به او اجازه ندهید دست شما را پانسمان کند با اینکه دکتر آنجا هست و حاضر است تا به شما کمک کند ولی شما همچنان در حال خونریزی هستید ، چرا که به دکتر این اجازه را ندادید تا مداخله کند. به همین شکل ما هم باید خود را کاملا در اختیار خداوند عیسی ، طبیب اعظم ما قرار دهیم تا او بتواند دلشکستگی های ما را شفا بخشد

شاید بپرسید چگونه خودم را در اختیار طبیب اعظم قرار دهم؟ من امروز متوجه شدم در دلم دلشکستگی هست حالا چه کنم؟ برای جواب این سوال بگذارید به زندگی شخصی نگاه کنیم که دلشکسته بود اما شفا یافت!

در کتاب اول سموئیل باب یک می خوانیم که حنا نازا بود و هوویش او را دائم می رنجاند . حنا دلشکستگی خود را با دعا به حضور خداوند آورد و مسالت دل خود را که داشتن یک پسر بود از خداوند خواست. زمانیکه با تمامی دل دعا کرد خداوند او را شنید و سموئیل را به او بخشید. (کتاب اول سموئیل باب ۱ آیات ۹ تا ۲۰)

پس دیدیم که حنا مسالت دل خود را به خداوند گفت و برای او از تمام دغدغه ها و آزردهای هایش سخن گفت و اجازه داد خداوند دل او را شفا بخشد و به نیکویی خداوند اعتماد کرد که خواهش دلش را به او خواهد بخشید پس دیگر غمگین نبود و می توانست با تمامی دل خداوند را پرستش کند. شاید این دو قدم امروز برای شما نیز باشد که

۱. دل خود را به حضور خداوند بریزید و برای خداوند آنچه که دل شما را شکسته با جزییات تعریف کنید.
۲. اجازه دهید او زخم ها را مرهم نهد و دلشکستگی شما را التیام بخشد تا بتوانید با تمامی قلب خود در شادی و قوتی که او می بخشد، پرستش کنید.

همچنین کلام خداوند در کتاب مزامیر باب ۳۴ آیه ۱۸ می فرماید : " خداوند نزدیک دلشکستگان است و کوفته شدگان در روح را نجات می بخشد." اگر امروز دل شکسته هستید خداوند به شما نزدیک است تا شما را شفا بخشد تنها کافیست در دعا به او اجازه دهید تا قلب شکسته شما را التیام بخشد زیرا سلامت روان ما نیز به اندازه سلامت جسمانی ما برای خداوند مهم است. همچنین در انجیل متی باب ۱۱ آیه ۲۸ می فرماید : "بیایید نزد من ای تمامی زحمتکشان و گرانباران که من به شما آسایش خواهم بخشید." خداوند به ما حق انتخاب میدهد که آیا برای شفای خود نزد او می رویم یا نه. اما او به ما نزدیک است تا ما را دوباره و دوباره شفا بخشد بر زخم های ما مرهم نهد و دوباره به جان ما آسایش بخشد او چنین طبیب شگفت انگیز است که در هر بعدی ما را شفا می بخشد. هلولیاه

| وقتی برای گفتگو: ۱۰ دقیقه

- در این بخش میتوانید نوجوانان را به گروه های چند نفره تقسیم کنید تا به سوالات زیر پاسخ داده و در انتها یک شخص، به عنوان نماینده ، نظرات کلی تیم را با سایرین به اشتراک بگذارد
۱. به چه چیزهای دیگری برای شفای خود ممکن است متوسل شویم؟
 ۲. آیا امروز به شفای قلب و جان نیاز داریم؟

| 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، والپیپرگوشی) نوجوانان را مشتاق به حفظ آیات کنید
"خداوند نزدیک دلشکستگان است و کوفته شدگان در روح را نجات می بخشد"
مزمور ۳۴: ۱۸

ا قدم عملی

زمانی را در حضور روح خدا بگذرانید و اجازه دهید خداوند دل شما را شفا بخشد شاید نیاز است دلشکستگی خود را در یک نامه برای خداوند شرح دهید دست خود را بر آن نامه بگذارید و اجازه دهید خداوند نیز دست خود را بروی دست شما بگذارد و دل شما را مرهم نهد. هیچ غیرممکنی برای خداوند وجود ندارد تنها کافیتست دل خود را در اختیار او قرار دهید تا آنرا شفا بخشد. شاید شما نیز دل کسی را شکسته اید و خداوند در حین این تعلیم آنرا به یاد شما آورد. فروتن شوید و عذرخواهی کنید تا شفا بر روابط شما نیز قرار گیرد پس از آن شادی خداوند دوباره قلب شما را پر میسازد

ا بازی: ۱۵ دقیقه

حدس زدن ایموجی