

شاه جهان محمد اکبر



حکمت در سختکوشی (الماس پنجم)

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 نو ایمان 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 شان است 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 آموخته اند 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 از موضوع گذشته برای نوجوانانی که در جلسه شرکت نداشتند تا آنها 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 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 .

روح القدس به ما قوت عطا فرما

تو را می پرستیم

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.

ا هدف مجموعه :

نوجوانان در این درس می آموزند که چگونه از زمان خود به بهترین شکل استفاده کرده و با سختکوشی به اهداف خود برسند.

| 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. آیا تنبلی گناه است؟ اگر نه، پس چیست؟

۲. تاثیر سختکوشی در زندگی شما چه بوده است؟

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

همه شما کریستیانو رونالدو را میشناسید، فردی که در دوران کودکی و نوجوانی شرایط بسیار سختی را از نظر مالی و خانوادگی تجربه کرده بود. اما این ها باعث نشد تا رونالدو از هدف های خود دست بکشد و دلیل موفقیت او تمرین مداوم و تمرکز روی اهداف خود با سختکوشی بود. پس همه ما در هر شرایطی که هستیم میتوانیم با تمرکز روی اهدافمان و دوری از تنبلی به نتیجه درست و هدفمان برسیم ولی ما مسیحیان با تکیه بر روح القدس و کلام خداوند، میتوانیم مسیر درست را انتخاب کرده و از هر آنچه که ما را از هدفمان دور می کند و به تنبلی نزدیک می کند، دوری کنیم.

همانطور که در هفته های گذشته درباره ی تاج حکمت با هم صحبت کردیم، و اشاره کردیم به کتاب امثال سلیمان، امروز هم با هم الماس پنجم را برای کامل کردن این تاج بررسی می کنیم، یعنی سختکوشی. نگاهی به کلام خدا بیاندازیم.

امثال سلیمان باب ۱۳ آیه ۴: کاهل حسرت غذا را می خورد و چیزی به دست نمی آورد، اما شخص سخت کوش فرجه خواهد شد.

شما به عنوان نوجوانان، در سن طلایی زندگی خود به سر می برید و موفقیت شما به میزان سختکوشیتان بستگی دارد. در آیه ای که با هم خواندیم که کاهل چیزی بدست نمی آورد. آیا شما کسی را میشناسید که با تنبلی به موفقیت رسیده باشد؟

یکی از موانعی که در سر راه ما انسان ها قرار دارد، خوابیدن زیاد است که میتواند وقت ما را هدر بدهد و ما رو از مسیر موفقیت دور کند. برای یک نوجوان میزان خواب مفید ۷ ساعت در شب است، پس بدن شما به خواب بیشتر نیاز ندارد مگر در شرایط خاص. و نیاز هست که ما برای حتی خواب و استراحت خودمان برنامه ریزی داشته. شما چند ساعت می خوابید؟

امثال سلیمان باب ۲۰ آیه ۱۳: خواب را دوست مدار، مبادا فقیر شوی؛ چشمانت بگشا تا از نان سیر شوی.

چقدر سلیمان حکیمانه هشدار میدهد، و حتی دیر جنبیدن برای رسیدن به اهدافمان نیز خطرناک است. یک موضوع بسیار مهم این است که مغز انسان در سنین پایین تر، راحت تر داده ها را دریافت میکند و

یادگیری بسیار سریع تر است. شما فکر کنید در سن ۴۰ سالگی یک شخص بخواهد پیانو زدن را یاد بگیرد و یکی در سن نوجوانی، قطعاً به عنوان نوجوان یادگیری و بازدهی بهتر است. و در آینده شما قطعاً تاثیرگذار خواهد بود. شما نوجوانان اگر به این موضوع توجه کنید که در بهترین سن و سلامت جسمی هستید و به این موضوع اهمیت بدین در رسیدن به موفقیت و اهداف با سختکوشی قطعاً تاثیر مثبت در آینده و زندگی خود خواهید گذاشت

امثال سلیمان باب ۲۰ آیه ۴: کاهل زمین را در فصلش شخم نمی‌زند؛ پس در موسم درو گدایی می‌کند و چیزی نمی‌یابد.

پس خیلی مهم هست که به عنوان نوجوان که در سن طلایی زندگی خود هستید با مدیریت هر روزه زمان خود، برنامه ریزی برای اهدافتان و دوری از تنبلی، موفقیت های آینده خودتان را گارانتی کنید، و یا وقت گذاشتن در فضای مجازی یا بازی های کامپیوتری وقتتان را هدر ندهید. چرا که سخت کوشی و تلاش الان شما برایتان آینده ای که آرزویش را داشته اید می سازد اما کاهلی و تنبلی چیزی جز پشیمانی آینده برای شما ندارد.

شاید در اطراف، دوستان یا آشنایان شما کسانی هستن که موفق هستند در زندگی و جامعه و شاید بالعکس با حکمتی که ما از کلام خدا میگیریم و همینطور مشاهده اطرافیان خود، ما می‌توانیم با دید بهتر و تلاش بیشتر که همان سختکوشی هست مسیر خود را طی کرده .

امثال سلیمان باب ۱۲ آیه ۲۴ : دستان سخت‌کوش حُکم خواهد راند، اما کاهل، بندگان خواهد کرد.

زمانی که شما تصمیم میگیرید موارد گفته شده در این درس را جدی بگیرید و با حکمت قدم بر میدارید و تلاش میکنید یا کار می‌کنید (و به قول معروف نان بازو خودت رو میخوری و روی پا خودت می ایستی) در این مسیر مطمئناً خدا و روح قدوس او حامی و پشتیبان شماست و شما را برکت میدهد، تلاش و سخت کوشی شما کمک میکند به جایگاه های بالا تری برسید و رشد کنید، البته که سخت کوشی شما باید با حکمت باشد و در جهت رشد خودتان، نه صرفاً برای جلو زدن از دیگران. بعنوان فرزند خدا، اراده پدر برای فرزندانش نیکوست و او برکت دهنده است. پس برای فردایی بهتر با حکمتی از آسمان تلاش کن و زندگی ات را بساز.

۱۰ دقیقه وقت برای گفتگو: 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. از امروز به بعد چه قدم مثبتی بر میدارید تا به اهدافتان نزدیک شوید؟

۲. چه چیزی در زندگی شما مانع سختکوشی شما می شود؟

| 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
امثال سلیمان باب ۲۰ آیه ۱۳: خواب را دوست مدار، مبادا فقیر شوی؛ چشمانت بگشا تا از نان سیر شوی.

| قدم عملی

آیات زیر را به نوجوانان بدهید و از آن ها بخواهید که به خودشان به عنوان جوان ۳۰ ساله یک نامه به سن الان خود بنویسند. این نامه را صادقانه برای بهتر شدن امروز خودشان بنویسند و این نامه را به دیوار اتاق خود بچسبانند تا به یاد بیاورند که برای آینده بهتر باید سختکوش باشند.

امثال سلیمان باب ۶ آیه ۱۰

امثال سلیمان باب ۲۴ آیه ۳۳

امثال سلیمان باب ۲۶ آیه ۱۳

| بازی : ۱۵ دقیقه

حدس کلمه

نوجوانان را گرد بچینید و روی پیشونی یک نفر کاغذی بچسبانید و کلمه ای را روی آن بنویسید و نوجوان با پرسیدن سوالاتی که جوابش به یا خیر است از دیگران، سعی میکند کلمات را حدس بزند.