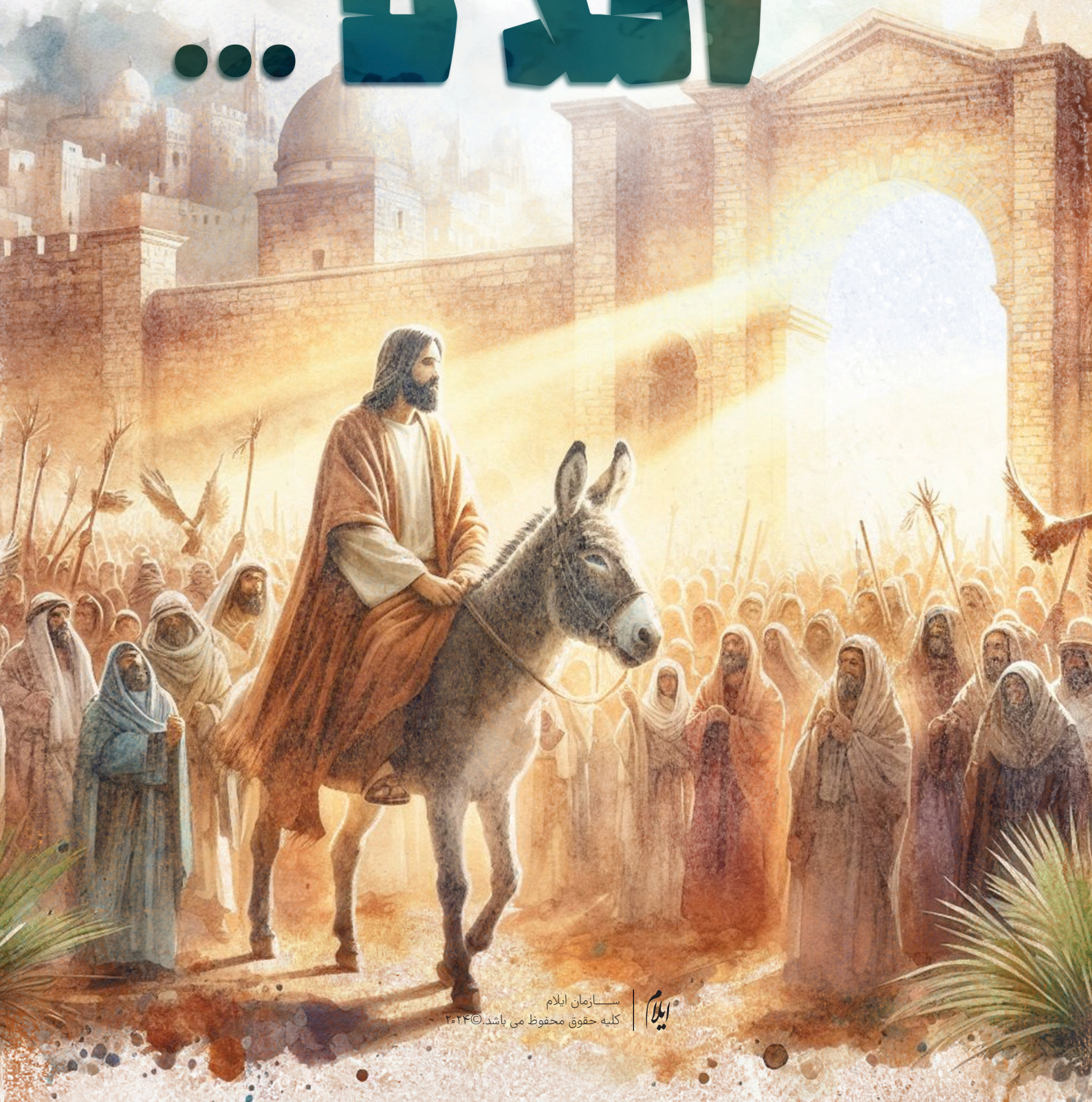


تجدید ... آید



هفته ششم:

عیسی آمد تا ردای ستایش بجای ناامیدی 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 نکته ی خاص و جالب که معرف شان است را در مورد خودشان با سایرین در میان بگذارند.

| آنچه گذشت

مربیان 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

| 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

در سرمای پاییز زندگی

تنها امید جانم عیسی

| 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 درس: نوجوانان می آموزند که مسیح آمد تا روح ناامیدی و افسردگی را از ما بردارد و بتوانیم در شرایط سخت هم خدا را ستایش کنیم

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. در حال حاضر در زندگی خودتون با چه سختی و مشکلی دست و پنجه نرم میکنید؟

۲. آیا این مشکلات و سختی ها در حالت روحی شما تاثیر گذاشته یا خیر؟

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

مشکلات، سختی، درد، بیماری همه و همه در این دنیا وجود دارد که میتواند چه مستقیم و چه غیر مستقیم بر روی زندگی تک تک ما تاثیر بگذارد. این موارد میتواند بر روی فکر، ذهن، رفتار و خلاصه تر تمام زندگی ما تاثیر بگذارد، همانطور که اتفاقات خوب و خبر های خوش روی روان ما تاثیر مثبتی دارد و باعث خوشحالی ما میشوند بالعکس خبر های بد و اتفاقات ناخوشایند میتواند در زندگی ما تاثیرات منفی و مخربی داشته باشد؛ برای مثال خبر مرگ شخص عزیزی و یا از دست دادن مال یا هر چیز دیگه ای چه بزرگ و چه کوچک میتواند باعث این شود که ما در روان ما ترمایی ایجاد شود که سالها ما را با احساس افسردگی درگیر کند و این احساس افسردگی شاید در ظاهر آشکار برای همه نباشد ولی در افکار شخص به شدت تاثیر میگذارد.

پس امروز همگی چه مربی چه نوجوان خود را تفتیش کنیم نگاهی دیگر به قلب خود بی اندازیم و قلب خود را بررسی کنیم و زخم های خود را بازرسی کنیم در این جلسه، زخم هایی که شاید سالهاست با خود داریم و باعث شده در زندگی و افکار ما اختلال ایجاد کنه و باعث غمی بشه که شاید سالهاست با شماست اینهارو امروز به حضور خداوند بیاوریم. میدونیم که شمشون یکی از داوران و یکی از افراد بسیار برجسته در کتاب مقدس هست، شاید خوشنام ترین فرد در کتاب مقدس نباشد ولی در داستان خود برکت های بسیاری را دارد؛ در داستان شمشون میبینیم که با تمام گناهان و اشتباهات خود باز هم وقتی ضعف ها خود را به خداوند اعتراف کرد و با خداوند در میان گذاشت خداوند به کمک او آمد. ماهم به مانند شمشون هرچوری که هستیم با هر درد و زخمی که داریم باید به حضور خداوند برویم و ضعف ها و درد ها و حتی مشکلات خودمون را به او بگوییم و منتظر او باشیم. مزمور ۱۳ را باهم مطالعه کنیم؛ در این مزمور در آیات اول میبینیم که مزمور نویس آنچنان با خوشحالی با خداوند سخن نمیکه بلکه با درد و شکایت به حضور خدا میره، وجود داشتن این باب و باب های دیگر در کتاب مقدس نشان دهنده این است که خداوند ما به دل ما نگاه میکند و از ما میخواهد همانطوری که هستیم به حضور او برویم، اگر ناراحت و گریان هستیم با گریه، اگر عصبانی هستیم با آن عصبانیت و همانطور که هستیم و با احساسات واقعی خود به حضور آرامی بخش او برویم.

مزمور ۱۳ با عصبانیت و شکایت شروع شده و با شادی تمام میشود، بسیار جالب است بعد از شکایت های

بسیاری که مزمور نویس به خداوند کرد در آیه ۵ و ۶ لحن او تغییر کرده و با گفتن "اما من" جهت عصبانیت و حتی ناراحتی و غم و افسردگی خود را به پرستش و اعتماد به او تغییر میدهد. خداوند مانند پدری مهربان و نگران ما منتظر شنیدن درد و دل کردن با ماست، حتی در زندگی خود روزهایی خواهیم داشت که از خداوند ناراحتی داریم و او را مقصر همه چیز میدانیم و به این فکر میکنیم که او ما را ترک کرده هست، اشعیا باب ۵۴ آیه ۶ و ۷ را مطالعه کنید؛ بلکه خداوند هم ممکنه روزی ما را تنها بگذارد ولی در همان آیه گفته میشود فقط برای لحظه ای کوتاه ممکن است ما را ترک کنید ولی بعد با شفقتی عظیم ما را در آغوش خود بگیرد. پس اگه حتی از خداوند عصبانی هستین و فکر میکنید حتی او شمارا ترک کرده بدانید او همیشه منتظر در آغوش کشیدن ماست پس یک بار دیگه زخم های قدیمی که فقط فراموش شده و هیچ وقت به خوبی درمان نشده اند را به حضورش ببرین، زخم هایی که وقتی به یاد ما می آیند احساسات ما را درگیر و احساس افسردگی به ما میدهند؛ آن زخم هارا با احساس واقعی خود به تخت جلال او ببریم و از او طلب شفای احساسات کنیم.

دلیل به زمین آمدن عیسی بسیار است، ولی میتوانیم از دیدی دیگر به این موضوع نگاه کنیم، شاید یکی از دلایل به زمین آمدن عیسی به روی زمین این باشد که ما را از این مورد آگاه سازد که تمام احساسات بشریت را درک کرده و توان درک کردن ما را به دلیل داشتن جسم دارد؛ ایلویی ایلویی لما سبقتی، جمله ای آشنا برای تمام مسیحیان بر روی زمین که مسیح را می شناسند، او حتی احساس تنهایی را درک کرد پس تنها او میتواند احساسات تورا درک کند پس به او ایمان داشته باشیم و حتی در سختی ها نام او را با شادی بستنیم چون او تمام این مشکلات را درک کرده و میتواند به ما کمک کند. رومیان باب ۱۲ آیه ۱۲ را مطالعه کنیم؛ امیدی که او به ما داده و وعده های او در کتاب او بسیار است پس مطالعه کتاب مقدس میتواند امید بخش و یادآور کارهای او و وعده های او برای ما باشد. صبر در سختی ها باعث نمایان شدن کار و نقشه خداوند در زندگی ما میشوند و دعا آرامی بخش فوق العاده ای است که میتواند تک تک افسردگی های ما را به شادی تبدیل کند

عیسی با خون پر بهایش ما را خریداری کرد تا امروز در او و برای او شاد باشیم و خون و زخم های او شفا در زندگی و احساسات ما باشد. پس به این خدا اعتماد کنیم مشکلاتی که برای آنها ناراحت و نگرانیم و برای آن مشکلات دیگر نمیتوانیم کاری انجام بدیم و از دست ما خارج است با فروتنی به خداوند اعلام کنیم که دیگر کار از دست ما خارج شده و با فروتنی نیاز خود را به کمک او اعلام نماییم و متمعن باشیم که او فوراً در سختی های ما یافت خواهد شد.

۱ | 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. وعده خداوند چه در عهد عتیق و چه در عهد جدید وجود دارد که برای امروز ماست پیدا کنیم.
۲. اولین دومین و سومین شخصی که در کتاب مقدس نیاز خود را در قالب دعا به حضور خداوند برده و جواب گرفته است را پیدا و بررسی کنیم و بررسی دقیقی و الگوی خاصی در دعای این افراد پیدا کنیم.

ا | بخاطر بسیاریم (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
رومیان باب ۱۲ آیه ۱۲

ا | قدم عملی

در جلسه سرود هایی که در اول درس خوانده شد را اینبار با احساسات واقعی به حضور خداوند بیاوریم و زخم های قدیمی که خوب نشده اند را به او اعتراف کنیم و طلب شفا برای آن زخم ها کنیم . مشکلاتی را که از دست ما خارج شده و دیگرکاری از دست ما بر نمی آید را نوشته و در هفته آینده با دعا هر روز در یک ساعت خاص به حضور خدا ببریم .

ا | بازی : ۱۵ دقیقه

بازی صداشو در بیار :

این بازی هم به صورت حضوری و هم در جلسات آنلاین قابل اجراست. چند کلمه را از قبل انتخاب کرده و روی کاغذ بنویسید و درون ظرفی قرار دهید و نوجوانان به ترتیب یک کاغذ را بردارند و صدای آن کلمه را بدون حرکت دست در بیاورند و باقی نوجوانان آن را حدس بزنند

کلمات پیشنهادی ما :

صدای کشیده شدن ناخن روی تخته ، ترکیدن پاپ کورن ، شکستن تخمه ، آب هویج گیری ، استارت ماشین ، پنچر شدن لاستیک ، ترکیدن بادکنک، خوردن گوجه سبز ، شیرگرسنه ، بچه میمون ، خمپاره و