

دوستی که «تا» ندارد

درس اول : تسلی دهنده در روزهای سخت



درس اول : تسلی دهنده در روزهای سخت

خوش آمدگویی ۳ دقیقه

با نوجوانان ، گرم و صمیمی همراه با لبخند روبرو شوید. اگر شخص جدیدی بعنوان نو ایمان یا مهمان برای اولین بار در این جمع حضور داشت، خوشامد مخصوص در نظر گرفته شود. بطور 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 قابل توجه و جالب در مورد خودشان با سایرین در میان بگذارند.

گپ و گفتگوی خودمانی ۱۰ دقیقه

در این مرحله می توان اینطور سوال کرد که در هفته گذشته چه چیزی در زندگی شما اتفاق افتاد که مطرح کردنش در جمع باعث برکت میشود. اگر شهادت یا برکتی دارید با ما در میان بگذارید.

حدس زدن موضوع تعلیم امروز:

از انیمیشن زیر می توانید برای حدس زدن موضوع تعلیم استفاده کنید :

• <https://youtu.be/sGt3figvnfU>

از یکدیگر می شنویم ۱۰-۵ دقیقه

دوست کیست؟

به نظر شما مشخصات یک دوستی واقعی چیست؟

چطور می توانیم در شرایط سخت در محبت و وفاداری کنار دوستانمان باشیم؟

شرایطی را توصیف کنید که دوستان شما در روزهای سخت بجای کمک و مشورت درست، با سخنانشان شما را آزار داده اند و عبور از شرایط را برایتان سخت تر کرده اند؟ یا بالعکس

تعلیم ۱۰-۵ دقیقه

رابطه چیست؟

همه چیز با یک کلمه آغاز می شود و ادامه پیدا می کند.

فکر می کنید این کلمه چه می تواند باشد؟

از وقتی خودمان را شناختیم این کلمه را مرتب شنیده ایم، از پدر و مادر، فامیل ها و این کلمه را می شنویم.

کلمه ای که به زندگی ما و به برخورد ما با بقیه شکل و رنگ و بوی خاصی می بخشد.

کلمه ای که حتی در مورد خدا هم به کار می رود.

حدس بزنید این کلمه چیست؟

رابطه

همیشه در مورد این کلمه زیاد شنیده ایم و همه هم در مورد آن صحبت می کنند، وقتی به این کلمه خوب فکر می کنیم هیچ معنای ساده یا توصیف مختصر در مورد آن نمی یابیم.

روزی در یک کتاب بالاخره معنای زیبایی برای آن یافتیم که امروز شما را در این معنای زیبا شریک می کنم.

معنایی که مطمئنم به خیلی از قسمتهای زندگی ما، شکل تازه و نویی می بخشد و طرز فکر ما تغییر میدهد.

معنای این کلمه از دو قسمت فوق العاده مهم تشکیل شده است؛

قسمت اول بیان احساس درونی به طرف مقابل آنطور که در درونمان وجود دارد و ما تمایل داریم بیان کنیم.

قسمت دوم سهیم کردن طرف مقابل در تمام آنچه که داریم.

وقتی این معنا را در مورد کلمه رابطه فهمیدیم نگاه من نسبت به انسان ها، انتخاب دوست و نوع رفتار و برخورد با آنها تغییر کرد.

معنای زیبای این کلمه نشان داد که زمانیکه با یک نفر رابطه دوستی را شروع می کنیم در اصل تمام احساسات درونی قلبمان (شکستها و پیروزیها و...) را که کسی از آنها به جز خودمان آگاهی ندارد، با دوستان در میان می گذاریم و به او ابراز می کنیم.

و مهم تر از آن دوستان را در تمام بخشهای زندگی شریک و سهیم می کنیم.

پس چنان که می بینیم انتخاب دوست بسیار موضوع مهم و حیاتی بشمار میرود و چقدر نحوه انتخاب دوست می تواند روی شخصیت، زندگی و آینده ما اثر بگذارد.

بهتر است ببینیم که؛

معنای دوست چیست؟

ما چه کسانی را دوست خود می دانیم؟

نگاه کتاب مقدس در این مورد چیست؟

نمونه ای از دوستی را در کتاب مقدس ببینیم.

دوست؛

ظاهرا در اصل (دوس) بوده که به معنای چسبیده و یا پیوستن به چیزی است.

محب، یکدل، یک رنگ، خیرخواه، یار، رفیق، مقابل دشمن، آنکه نیک اندیشد و نیک خواهد.

دوستی؛

هم دلی و هم دمی بین دو نفر بدون وجود رابطه خویشاوندی سببی یا نسبی.

رابطه ایی است کامل تر و برتر از معاشرت ساده و هم زیستی معمولی.

رابطه ایی است از عمق دل و جان، که انسان ها را به هم پیوند داده، دلسوز و همدم و همراه یکدیگر می سازد و در غم و شادی ها شریک و دم ساز می گرداند.

یک ضرب المثل انگلیسی اینطور می گوید؛

دوستی در آن لحظه متولد می شود که یک نفر به دیگری می گوید: «چه! تو هم همینطور؟ من فکر کردم من تنها بودم.

من دوست ندارم دوستی داشته باشم که وقتی تغییر می کنم تغییر کند، سر تکان می دهد سر تکان دهد سایه من این کارها را خیلی بهتر انجام می دهد.

رالف والدو امرسون

آشکار است که خداوند صلاح ندیده است، که ما همه ثروتمند، قدرتمند یا بزرگ باشیم ولی او اراده کرده است که همگی دوست یکدیگر باشیم.

انواع و عوامل دوستی؛

همدمی

هم گروهی

خویشاوندی و پیوندهای دیگری از این جنس

آنچه پدیدآورنده دوستی است نیکی کردن است، به شرط آنکه آن را بی آنکه از شما بخواهند و بی آنکه آن را آشکار کنید، به جای آورید، زیرا انگیزه این نوع نیکی کردن، نگاه داشتن خود دوست است نه چیزی دیگر.

هر یک از ما آرزو داریم که با عمق بیشتری با دوستانمان ارتباط برقرار کنیم و این به این دلیل است که خداوند ما را برای دوستی واقعی قرار داده است.

کتاب مقدس در مورد دوستی چه می گوید؟ موضوع دوستی در تمام کتاب مقدس دیده میشود و در صلیب عیسی مسیح اوج می گیرد و در آینده ای ابدی، این دوستی واقعی، ادامه می یابد. همچنین به ما حکمت عملی لازم را می بخشد تا بتوانیم مقوله دوستی را در خود به خوبی پرورش دهیم.

دوستی هدف انجیل است

عیسی به همه کسانی که به او اعتماد دارند این امتیاز را می دهد که دوستانش باشند.

(یوحنا ۱۵: ۱۴، ۱۵) دوستان من شما را اگر آنچه به شما حکم می کنم، انجام دهید. دیگر شما را بنده نمی خوانم، زیرا بنده از کارهای اربابش آگاهی ندارد. بلکه شما را دوست خود می خوانم، زیرا هرآنچه از پدر شنیده ام، شما را از آن آگاه ساخته ام.

صلیب قهرمانانه ترین عمل دوستی در تاریخ است

عیسی یک نمونه کامل از دوستی را بر روی صلیب به ما نشان داد.

عیسی مسیح بی آنکه سخنی بگوید جانش را برای دوستانش بر صلیب فدا کرد، صلیب یاد آور دوستی مسیح با ماست تا در هر شرایطی بخاطر داشته باشیم که دوستی داریم که جانش را برای ما دریغ نکرد. او بر صلیب جان داد تا گناهان ما بخشوده شود.

(یوحنا ۱۵: ۱۳) محبتی بزرگتر از این وجود ندارد که کسی جان خود را در راه دوستانش فدا کند.

دوستی واقعی، یک قرارداد نیست بلکه به یک عهد شباهت دارد

ما معمولاً در روابط به افراد به عنوان کالا نگاه می‌کنیم:

مانند یک قرارداد به خاطر مزایایی که می‌گیریم با افراد دوست هستیم، وقتی در رابطه، ما به منافع مورد نظرمان نمی‌رسیم، به آن رابطه پایان می‌دهیم.

کتاب مقدس به ما نشان می‌دهد که دوستی واقعی عهد است نه قرارداد.

آیات کلام خدا در این مورد به ما چیزهای زیادی می‌آموزند:

این آیه در مورد کیفیت دوستی به ما می‌آموزد؛

(امثال ۲۴:۱۸) چه بسا دوستان که یکدیگر را به نابودی می‌کشند، اما دوستی هم هست که از برادر چسبیده‌تر است.

این آیه در مورد دوستی به ما هشدار می‌دهد؛

(امثال ۱۰:۲۷) دوست خود و دوست پدر خود را ترک مکن.

این آیه به لغزش دوستان در شرایط خاص اشاره می‌کند؛

(امثال ۴:۱۹) ثروت بر دوستانِ شخص بسی می‌افزاید، اما دوست مرد بینوا او را رها می‌کند.

مواردی در کتاب مقدس وجود دارد که به ما یادآوری می‌کند، چگونه در شرایط خاص، کنار دوستانمان بایستیم و با آنها رفتار کنیم.

در کلام خدا داستان ایوب و دوستانش، یک نمونه‌ای عالی برای ما هستند.

ایوب و سه تن از دوستانش

ایوب بی‌آنکه قصوری ورزیده باشد، رنج می‌برد. دوستان ایوب می‌کوشند او را مجاب کنند که رنج و مشقت او پیامد گناه اوست. اما در صحنه ماجرا، علاوه بر خدا و شخص رنج‌دیده، شخص سوم نیز وجود دارد که در وقایع در رنج ایوب دخیل است، او شیطان است، آن مدعی. وقتی ایوب و دوستانش دیگر چیزی برای گفتن ندارند، خدا وارد صحنه می‌شود و سخن می‌گوید. اما گفتار خدا پرده از اسرار پنهان در پس معمای رنج بشر برمی‌دارد. خدا فقط از ایوب و دوستانش می‌خواهد که در برابر این راز سر تسلیم فرود آورند. با این حال، پارسایی ایوب برای خدا ارزشمند است؛ از همین رو، سعادت را به زندگی او بازمی‌گرداند.

(ایوب ۲: ۱۱-۱۳) چون سه دوست ایوب، یعنی ایلیفاز تیمانی، بلداد شوحی و صوفر نعماتی از این همه بلا که بر سر او آمده بود آگاهی یافتند، هر یک از مکان خویش روانه شده، با یکدیگر ملاقات کردند تا رفته با او ماتم کنند و تسلیش دهند. ۱۲ چون از دور او را دیدند، نشناختند. پس آواز خود را بلند کرده، گریستند و ردای خویش چاک زدند و خاک به هوا افشاندند، بر سر خود ریختند. ۱۳ آنگاه هفت شبانه روز همراه وی بر زمین نشستند، و هیچ‌یک به او سخنی نگفتند، زیرا دیدند که درد او بسیار عظیم است.

با توجه به داستان ایوب ۲ : ۱۱-۱۳ در زمان سختی، دوستان ایوب سه عمل درست انجام دادند:

زمانی که ایوب در رنج بود به ملاقات او آمدند.

دوستانش با او گریستند و همدلی کردند. (آیه ۱۲)

دوستان ایوب در زمان سختی با او وقت گذراندند. (آیه ۱۳)

وقتی ایوب با سخت‌ترین شرایط خود روبرو شد، دوستانش بلافاصله به کنار او آمدند. هفت شبانه روز را با او سپری کردند و گریستند. در زمان سختی دوستانش اصلاً با او صحبت نکردند و فقط به صحبت‌های او گوش دادند. با او همدردی کردند و به او نشان دادند که احساسات او را درک می‌کنند. به او نشان دادند که درد او را می‌فهمند.

بسیاری از اوقات یک دوست فقط با حاضر شدن کنار دوستش می تواند باعث تسلی و تقویت او بشود بدون آنکه حتی کلمه ای بر زبان آورد.

اشتباه دوستان ایوب

سکوت سه دوست ایوب بعد از اندک زمانی شکست و آنان درباره اینکه چرا خداوند اجازه می دهد برخی از افراد رنج بکشند، برای ایوب سخنرانی های طولانی کردند. آنها بر این باور بودند که ایوب برای کارهای اشتباهی که انجام داده رنج میکشد. پس آنها ایوب را تشویق کردند تا خطاها و گناهان خود را بپذیرد و توبه کند تا خداوند مجدداً برکت را به زندگی او بازگرداند.

اما خداوند به وضوح در باب ۴۲ آیه ۷ از خشم خود نسبت به سه دوست با الیفار سخن میگوید.

هنگامی که خداوند صحبت خود را با ایوب تمام کرد، به الیفاز تیمانی فرمود:

از تو و از دو رفیقت خشمگین هستم، زیرا سخنان شما درباره من مانند سخنان بندهام ایوب، درست نبوده است.

پس از آن که دوستان ایوب آنچه را که خداوند از آنان خواسته بود انجام دادند یعنی نزد ایوب رفته قربانی تمام سوز برای خویشتن تقدیم کردند ایوب برای آنان دعا کرد و خداوند دعای او را اجابت کرد. (۴۲: ۸-۹)

تمام رنج و سختی ایوب تنها بدلیل آزمایش او بود و در نهایت خداوند برای تمام رنج و سختی که ایوب متحمل شد دو چندان او را برکت داد. (۴۲: ۱۰)

گفتگو

اگر دوست شما در شرایطی همانند ایوب قرار بگیرد عکس العمل شما چگونه است؟

اگر شما در شرایطی همانند ایوب باشید، دوست دارید دوستان شما چگونه با شما برخورد کنند؟

مهارت شنونده بودن را در خودمان تقویت کنیم. تمرین کنیم تا در روابط دوستانه خود شنوندگانی صبور باشیم.

تصمیم بگیریم از قضاوت های عجولانه درباره دوستانمان اجتناب کنیم.

یاد بگیریم که چطور در یک رابطه دوستانه حقیقی، کلمات ما تسلی دهنده و بنا کننده باشد.

آیه کلیدی برای حفظ کردن

۲ دقیقه

امثال ۱۸ : ۲۴

چه بسا دوستان که یکدیگر را به نابودی می کشند، اما دوستی هم هست که از برادر چسبنده تر است.

۱۰ دقیقه قدم عملی

۱- تشویقتان می کنیم در هفته پیش رو با دوستانتان تماس بگیرید و اگر آنها نیاز به کمک داشتند به آنها کمک کنید و اگر برای موضوع خاصی نیاز به دعا داشتند با آنها هم دعا شده و آنها را برکت دهید. اگر در شرایط سختی هستید سعی کنید در کنارشان باشید و با آنها همدردی کنید و باعث تسلی و تقویتشان باشید و به آنها بگویید که درکشان می کنید و بیشتر از آنها عیسی درکشان خواهد کرد و دوستشان دارد و به فکر آنهاست.

۲- اگر دوستی دارید که در شرایط سخت قرار گرفته و نیاز به همدردی دارد در سکوت کنار او بایستیم و فقط به درد دل او گوش کنیم.

۳- تکلیف عملی: یوحنا باب ۱۱ آیات ۱۷ تا ۴۴ را در هفته آینده مطالعه کنید و چند خصوصیت دوست خوب را مطابق با این آیات از دوستی عیسی با مریم و مارتا یادداشت کنید و هفته آینده با سایرین در میان بگذارید. می توانید در زمان مطالعات خود از کتاب مقدس عکس گرفته و آیات مورد نظر را هایلایت کنید و برای چند نفر از دوستانتان ارسال کنید.

۱۰ دقیقه تعمقی در تعلیم و جمله طلایی

مسئول جلسه از نوجوانان بخواهد چند دقیقه ای بر روی تعلیم داده شده تعمق و فکر کنند و یک قسمت یا یک آیه که برای آنها از همه قسمتها پررنگتر بوده، در قالب یک جمله طلایی به همدیگر بگویند. بهترین جمله طلایی انتخاب شود و در صورت امکان برای تشویق، آن جمله در اینستاگرام مربی و نوجوانان استوری شود. اینگونه باعث برکت برای دوستان هم، خواهد بود.

۶ دقیقه دعا و پرستش

نوجوانان را تشویق کنید تا با خواندن یک سرود پرستشی خداوند را پرستش کنند و در راستای تعلیم دعا کرده یا برای هم دعا کنند. اگر کسی نیاز به دعا یا تشویق دارد برای او نیز دعا کرده و او را تشویق نمایید.

سرود ۱: کلامت می گوید

سرود ۲: روح القدس بهترین دوست من

۱۰-۱۵ دقیقه بازی

تفاوت را شناسایی کن

بازی حضوری:

نوجوانان را به گروههای دو نفره تقسیم کنید و آنها را رو به روی هم ایستاده قرار دهید. در مرحله اول از نوجوانان بخواهید به خوبی همدیگر را نگاه کنند و بعد پشت به هم بایستند.

۳۰ ثانیه به آنها زمان دهید تا تغییر نامحسوسی در ظاهرشان ایجاد کنند و سپس برگشته و هر کدام تغییر شخص مقابل خود را حدس بزنند. این بازی تا جایی ادامه پیدا کند که یک نفر حدس بزند و یک نفر نتواند حدس بزند.

سپس برنده گروه ها مجدد بازی را ادامه دهند تا جاییکه برنده نهایی مشخص شود و حتما هدیه ای به برنده برای تشویق داده شود.

بازی غیر حضوری:

همین بازی را به همین صورت با برنامه زوم هم می توان انجام داد.

نوجوانان برای شروع بازی باید بایستند و دوربین گوشی هایشان طوری تنظیم شود که همدیگر را کاملا ببیند و بعد ۳۰ ثانیه پشت به دوربین کنند و بازی را به صورت بالا که گفته شد ادامه دهند تا در نهایت برنده مشخص شود. (نوجوانان به هیچ عنوان در حین بازی نباید دوربینهایشان را خاموش کنند) تغییر در پیش زمینه تصاویر قابل قبول است.

نوجوانان را به انجام قدم عملی ذکر شده تشویق کنید و یک نفر را از میان ایشان انتخاب نمایید که مطالب گفته شده در این جلسه را در حد ۵ دقیقه خلاصه کند و در ابتدای جلسه بعدی برای نوجوانان، مانند یک معلم توضیح دهد.