

خدا می گوید



دشمنانت را محبت کن

ا زمانی برای خوش آمدگویی و احوال‌پرسی: ۵ دقیقه

با نوجوانان با برخوردی گرم و صمیمی، همراه با لبخند روبه‌رو شوید. اگر شخص جدیدی به‌عنوان نوایمان یا مهمان برای اولین بار در جمع شما حضور دارد، برای ایشان خوش‌آمدگویی مخصوص در نظر گرفته شود. اگر نوجوان جدید به جمع شما اضافه می‌شود، بسیار بهتر است که شما قبلاً با او وقت گذاشته و آشنایی کمی ایجاد کنید تا در روز مشارکت بتوانید او را به جمع معرفی کنید و با ایجاد حس صمیمیت بیشتر به او کمک کنید تا راحت‌تر وارد مشارکت شده و تعامل بیشتری داشته باشد. به‌عنوان مثال، شخص جدید را با نام، در جمع معرفی کنید و از نوجوانان نیز بخواهید تا خود را یک به یک معرفی کرده و یک نکته خاص و جالب که معرف آن‌هاست را با سایرین در میان بگذارند. یک نکته خلاقانه: مربیان عزیز، شما می‌توانید هر هفته با خلاقیت و ایده‌های جدید به نوجوانان خوش‌آمد بگویید. مثلاً با یک شکلات یا دادن یک آیه به هر شخص می‌توانید جلسه خود را متفاوت شروع کنید.

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

مربی عزیز، شما در این قسمت می‌توانید از نوجوانانی که در مشارکت هفته گذشته شرکت داشتند دعوت کنید تا آنچه که در هفته گذشته برایشان مفید بوده را اعلام کنند. تشویق‌شان کنید که همه در این قسمت سهیم باشند. در این بخش شما می‌توانید قدم عملی هفته گذشته و آیه حفظی را از نوجوانان بپرسید و با هدیه آن‌ها را تشویق کنید.

ا او را بپرستیم: ۸ تا ۱۰ دقیقه

در این قسمت (به‌صورت یوتیوب / یا 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 پایان جلسه به کار ببرید. نکته ای برای مربی: برای هدایت پرستش و گفتن پیغام کوتاه پرستشی، در صورت امکان می‌توانید از خود نوجوانان استفاده کنید.

[سرود ۱:](#)

[سرود ۲:](#)

ا نظر تو چیست؟ - ۱۰ دقیقه

با پرسیدن چند سؤال از نوجوانان، ذهن آن‌ها را به موضوع تعلیم جلب کنید و از آن‌ها بخواهید به سؤالات زیر پاسخ دهند. بهتر است همه نوجوانان در پاسخ‌دادن فعال بوده و مشارکت داشته باشند. در این قسمت با پرسیدن دو تا سه سؤال، می‌توانید ذهن نوجوانان را روی موضوع متمرکز کرده و آن‌ها را برای دریافت نتیجه و راهکارهای کاربردی آماده کنید. یک نکته خلاقانه: در برخی موارد می‌توانید از نوجوانان بخواهید سؤالات ذهنی خود نسبت به موضوع جلسه را بیان

کنند یا یادداشت کنند تا در پایان جلسه به آن‌ها پاسخ داده شود.

۱. تا حالا کسی به شما بدی کرده؟ توضیح دهید.

۲. در این مواقع چه احساسی داشتید؟ به فکر انتقام بوده‌اید یا بخشیده‌اید؟

نکته‌ای برای مربی:

جوّی ایجاد کنید که همه نوجوانان بتوانند راحت صحبت کنند و نظرشان را بیان کنند. همچنین کسانی را که فعال نیستند، به صورت خاص به گفتگو دعوت کنید؛ مثلاً نام یک نوجوان کم‌حرف را صدا بزنید و از او بخواهید نظرش را بیان کند.

| لقمه روحانی: ۲۵ دقیقه

در این چند وقت گذشته در آمریکا، یک جوان مسیحی که همسر و پدر دو فرزند بود به نام «چارلی کرک»، به خاطر ایمان و بشارت کلام خدا جانش را از دست داد. همه انتظار داشتند خانواده‌اش پر از خشم و نفرت نسبت به قاتل او باشند؛ اما وقتی همسرش در جمع بزرگی از ایمانداران مسیحی حاضر شد - که درصد زیادی از آن‌ها را جوانان و نوجوانان تشکیل می‌دادند - با شجاعت اعلام کرد:

«من قاتل همسر را بخشیدم.»

این حرف او همه را شوکه کرد؛ چون بخشیدن دشمن چیزی نیست که در این دنیا یاد گرفته باشیم. این فقط از قلبی می‌آید که با محبت مسیح پر شده باشد.

بخشش از همسر چارلی نبود، بلکه از روح خدا بود.

انتقام شاید اولین انتخاب کسی باشد که مورد ظلم قرار گرفته و با این کار تلاش می‌کند ضرر یا رنجی که دیده را جبران کند؛ اما این باعث می‌شود در دل او نفرت و کینه جای بگیرد.

به متی باب ۵ آیات ۳۸ تا ۴۸ نگاه کنید و آن را در جلسه بلند بخوانید.

همان‌طور که نوجوانان هم در پاسخ به سؤالات قبل گفتند، همه ما از سوی دیگران مورد آزار قرار گرفته‌ایم.

در زمان عیسی قانونی وجود داشت که می‌گفت: «چشم در برابر چشم، دندان در برابر دندان».

این قانون برای برقراری عدالت بود، نه برای انتقام گرفتن انسان‌ها.

اما عیسی یک قدم جلوتر رفت:

گفت انتقام نگیر!

حتی محبت کن... ببخش... چون خدای پدر، همه ما را بخشیده است.

الگوی ما در بخشش، عیسی مسیح است و سعی می‌کنیم شبیه او رفتار کنیم.

طبق کلام خدا که می‌گوید: «همان طرز فکری را داشته باشید که مسیح عیسی داشت.»

عیسی نه تنها این تعلیم را داد، بلکه خودش آن را زندگی کرد. درست روی صلیب، در لوقا باب ۲۳ آیه ۳۴ می‌گوید:

«ای پدر، اینان را ببخش زیرا نمی‌دانند چه می‌کنند.»

تعریف بخشش

بخشش یعنی چشم‌پوشی کامل از خطایی که شخصی نسبت به ما انجام داده است. وقتی کسی را می‌بخشیم، درواقع خودمان آزاد می‌شویم. نکته مهم: بخشش انکار عدالت نیست؛ بلکه ایمان به عدالت خداست. نکته مهم: فراموش کردن ممکن است نتیجه‌ای از بخشیدن باشد، اما خود بخشش نیست. اگر گذشته را بیرون می‌کشیم و علیه دیگران استفاده می‌کنیم یعنی نبخشیده‌ایم. طبق عبرانیان باب ۱۰ آیه ۱۷ خدا نیز گناهان ما را فراموش می‌کند؛ خدایی که عالم مطلق است اما با فیض خود تصمیم می‌گیرد گناهان ما را فراموش کند.

اما چرا عیسی از ما می‌خواهد کسانی را که به ما بدی کرده‌اند ببخشیم؟

۱. باید ببخشیم تا پدر آسمانی نیز ما را ببخشد - متی باب ۶ آیه ۱۵
 ۲. بخشش قلب ما را از تلخی‌ها آزاد می‌کند - عبرانیان باب ۱۲ آیه ۱۵
- امروزه شما به عنوان افراد مسیحی در این دنیا زندگی می‌کنید. اگر بخواهید مثل این دنیا رفتار کنید و در عدم بخشش زندگی خواهید کرد، انتقام خواهید گرفت، به افرادی که به شما بدی کرده اند ، بدی خواهید کرد و ... اما قبل از هر برخورد، یک سؤال پرسید: اگر عیسی بود، چه می‌کرد؟ در همان لحظه از روح خدا قوت بطلبید تا با محبت مسیح نسبت به دیگران برخورد کنید. وقتی به گناهان گذشته خود نگاه می‌کنیم و می‌بینیم خدا چطور با محبت آگاه ما را بخشیده، بخشیدن دیگران ساده‌تر می‌شود. بخشش کار آسانی نیست؛ اما با روح خدا و کلام خدا توانایی پیدا می‌کنیم نه تنها دشمنان خود را ببخشیم، بلکه به آن‌ها محبت هم بکنیم.

۱. وقتی برای گفتگو: ۱۰ دقیقه

- نوجوانان را به گروه‌های چند نفره تقسیم کنید تا به سؤالات زیر پاسخ دهند و در پایان یک نماینده، نظرات گروه را با دیگران به اشتراک بگذارد:
۱. تعریف شما از بخشش قبل و بعد از شنیدن این تعلیم چه تفاوتی می‌کند؟
 ۲. آیا تجربه انتقام داشته‌اید؟ چه عواقبی داشت؟

۱. به‌خاطر بسپاریم (آیه حفظی): ۵ دقیقه

از نوجوانان بخواهید آیه زیر را ۵ دقیقه به صورت انفرادی بخوانند و حفظ کنند. سپس داوطلبانه از حفظ تکرار کنند. در حفظ آیه می‌توانید از روش‌های خلاقانه مثل نمایش، شعر، نقاشی یا والپیپرگوشی استفاده کنید.

کولسیان باب ۳ آیه ۱۳:

«نسبت به یکدیگر بردبار باشید و چنانچه کسی نسبت به دیگری کدورتی دارد، او را ببخشاید. چنانکه خداوند شما را بخشوده، شما نیز یکدیگر را ببخشاید.»

ا قدم عملی

از نوجوانان بخواهید قدم‌های زیر را در هفته آینده انجام دهند و نتیجه را با جمع در میان بگذارند. مربیان عزیز، از نوجوانان بخواهید در طی هفته برای شخصی که از او رنجیده‌اند و هنوز نبخشیده‌اند دعا کنند و اجازه دهند خدا بخشش را در قلب آن‌ها بیاورد. همچنین اگر خدا در زمان دعا شخص دیگری را به یادشان آورد که هنوز نبخشیده‌اند، او را نیز به حضور خدا بیاورند.

ا بازی: ۱۵ دقیقه

در این بخش با نوجوانان بازی کنید و برنده را تشویق کنید.

اسم بازی: بخشش شیرین

دو ظرف شیشه‌ای بردارید:

یکی را با اسمارتیز پر کنید

و دیگری را با تکه‌کاغذهایی که روی آن‌ها نوشته شده:

۱. یکی از دوستان را انتخاب کن و شکلات را ببخش.

۲. شکلات را به نفر سمت راست ببخش.

۳. شکلات را به کسی بده که فکر می‌کنی امروز ناراحت است.

۴. شکلات را همراه یک جمله محبت‌آمیز به یکی از دوستان ببخش.

۵. شکلات را برای خودت نگه دار، اما قول بده دفعه بعد ببخشی.

۶. دو شکلات بردار: یکی برای خودت، یکی برای بخشیدن.

۷. شکلات را به کسی بده که کمتر با او در ارتباط هستی.