

خدا می گوید



خدا می‌گوید: دعاکن و نگران نباش!

ا زمانی برای خوش‌آمدگویی و احوال‌پرسی: ۵ دقیقه

با نوجوانان با برخوردی گرم و صمیمی و همراه با لبخند روبرو شوید. اگر شخص جدیدی به عنوان نوایمان یا مهمان برای اولین بار در جمع شما حضور دارد، برای او خوش‌آمدی مخصوص در نظر گرفته شود. اگر نوجوان جدید به جمع شما اضافه می‌شود، بهتر است پیش از جلسه با او کمی وقت بگذرانید و آشنایی ایجاد کنید تا در روز مشارکت بتوانید او را به جمع معرفی کنید و با ایجاد حس صمیمیت، کمک کنید راحت‌تر وارد مشارکت شود و تعامل بیشتری داشته باشد. به طور مثال، شخص جدید را به نام در جمع معرفی کنید و از نوجوانان بخواهید تا خود را یک به یک معرفی کنند و یک نکته‌ی خاص و جالب که معرفشان است درباره خودشان با دیگران در میان بگذارند. نکته خلاقانه: مربیان عزیز می‌توانند هر هفته با خلاقیت و ایده‌های جدید به نوجوانان خوش‌آمد بگویند، مثلاً با یک شکلات یا دادن یک آیه به هر شخص، جلسه را متفاوت آغاز کنند.

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

مربی عزیز، در این بخش می‌توانید از نوجوانانی که در مشارکت هفته گذشته شرکت داشتند دعوت کنید تا آنچه در هفته گذشته برایشان مفید بوده است را بیان کنند. از همه بخواهید در این بخش مشارکت داشته باشند. همچنین می‌توانید قدم عملی هفته گذشته و آیه حفظی را از نوجوانان بپرسید و با هدیه آن‌ها را تشویق کنید.

ا او را بیروستیم: ۸-۱۰ دقیقه

در این بخش (به صورت یوتیوب یا در صورت امکان پرستش لایو) نوجوانان را دعوت و تشویق کنید که با شکرگزاری و پرستش خداوند، مشارکت را آغاز کنند و با انتظار و اشتیاق از کلام خدا بشنوند. همچنین می‌توانید بر اساس سرودها یا موضوع درس، یک سرود دیگر برای پایان مشارکت به کار ببرید. نکته ای برای مربی: برای هدایت پرستش و دادن پیام 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، ذهن نوجوانان را به موضوع تعلیم جلب کنید و از آن‌ها بخواهید به سؤالات زیر پاسخ دهند. بهتر است همه نوجوانان فعال باشند و مشارکت کنند. سؤالات:

۱. نگرانی‌های شما در زندگی امروزتان چیست؟

(مربیان از نوجوانان بخواهند نگرانی‌هایی را بیان کنند که تکراری نباشد؛ مثلاً همه مشکل پناهندگی را ذکر نکنند و به نگرانی‌های دیگر اشاره کنند؛ هر نوجوان حداقل دو مورد را عنوان کرده و توضیح دهد.)

۲. راهکار شما در مواجهه با نگرانی‌هایتان چیست؟

نکته برای مربی:

جوی ایجاد کنید که همه نوجوانان بتوانند به راحتی صحبت کنند و نظرشان را بیان کنند. کسانی که فعال نیستند را به طور خاص دعوت کنید تا صحبت‌هایشان شنیده شود، مثلاً اسم یکی از نوجوانانی که صحبت نمی‌کند را صدا زده و از او بخواهید نظرش را بیان کند.

| لقمه روحانی: ۲۵ دقیقه

در جلسات قبل دیدیم که عیسی خداوند برای مردم در سخنرانی‌های خود آموخته‌هایی دارد که برای زندگی ما کمک‌کننده است. عیسی چیزهایی را بیان می‌کند که خدا از ما فرزندان می‌خواهد انجام دهیم. یکی از مواردی که عیسی در این موعظه به آن اشاره می‌کند، دعا کردن است.

تعریف دعا:

دعا یکی از راه‌های ارتباطی ما با خداست؛ یعنی صحبت کردن با خدا، صحبتی پر از محبت و صمیمیت. در دعا می‌توانیم با زبان مادری خود از نگرانی‌ها، چالش‌ها، ترس‌ها، نیازها و احساساتمان صحبت کنیم و درد دل کنیم و مطمئن باشیم که او امین و قابل اعتماد است و ما را سرزنش نمی‌کند، زیرا او پدر است. دعا صرفاً یک صحبت یک‌طرفه نیست؛ خدا نیز با ما صحبت می‌کند و ما می‌توانیم صدای خدا را بشنویم. همچنین در دعا می‌توانیم شکرگزاری کنیم و او را بپرستیم. مثال‌ها برای درک بهتر:

- زمانی که با دوست صمیمی خود در موبایل چت می‌کنید، دعا نیز یک گفتگو صمیمی است، اما خدا همیشه آنلاین، در دسترس و منتظر شماست.
- زمانی که به چیزی نیاز دارید و بدون ترس آن را به پدر و مادر خود می‌گویید، همانند آن می‌توانید نیازهای خود را به پدر آسمانی بگویید.

اما دعا چه چیزهایی نیست؟

- معامله با خدا: گفتن «خدایا اگر این کار را انجام بدهی، من هم انجام می‌دهم».
- جادو: فکر کردن که فقط با دعا همه چیز فوراً طبق خواسته ما تغییر می‌کند و اراده خدا را نادیده گرفتن.
- حفظ کردن کلمات یا تکرار آن‌ها (متی ۶ : ۷)
- فرار از مسئولیت: تلاش نکردن و انتظار داشتن که خدا همه چیز را انجام دهد.
- نمایش برای دیگران: دعا کردن برای نشان دادن مهارت خود یا توهین به دیگران.

چرا باید دعا کنیم؟

انسان‌ها در ابتدای خلقت رابطه صمیمی با خدا داشتند، اما بعد از گناه این رابطه شکسته شد. محبت خدا همیشه ادامه داشته است، تا با قربانی شدن یگانه پسرش دوباره رابطه صمیمی برقرار شود. عیسی مسیح، الگوی ما، هر روز با خدا گفتگو داشت تا او را جلال دهد، هدایت بگیرد و نیازهایش را بیان کند. ما نیز به گفتگو و دعا با خدا نیاز داریم.

مطالعه آیات:

- متی ۷: ۱۲-۷ (ضرورت دعا و اعتماد به پدر آسمانی)
- متی ۶: ۵-۱۴ (دعای ربانی)

دعای ربانی:

- ای پدر ما که در آسمانی
- نام تو مقدس باد
- پادشاهی تو بیاید
- اراده تو چنانکه در آسمان انجام می‌شود، بر زمین نیز به انجام رسد
- نان روزانه ما را امروز به ما عطا فرما
- قرض‌های ما را ببخش، چنانکه ما نیز قرض‌داران خود را می‌بخشیم
- ما را در آزمایش آور، بلکه از آن شریر رهاییمان ده
- زیرا پادشاهی و قدرت و جلال تا ابد از آن توست

| نتیجه‌گیری:

با فهم درست دعا، می‌توانیم هر روز با پدر آسمانی گفتگو کنیم، همانند گفتگو با خانواده و دوستان.

| وقتی برای گفتگو: ۱۰ دقیقه

- نوجوانان را به گروه‌های چند نفره تقسیم کنید و به سؤالات زیر پاسخ دهند. در انتها یک نفر نماینده نظرات کلی تیم را با دیگران به اشتراک بگذارد:
۱. موانعی که جلوی دعا کردن شما را گرفته بود، چه چیزهایی بود؟
 ۲. بعد از شنیدن این تعلیم، دعای شما چه تغییری کرده است؟

| به‌خاطر بسپاریم (آیه حفظی): ۵ دقیقه

- از نوجوانان بخواهید آیه زیر را به مدت ۵ دقیقه به صورت انفرادی خوانده و حفظ کنند، سپس داوطلبانه با صدای بلند از حفظ تکرار کنند.
- نکته خلاقانه: می‌توان از روش‌های متفاوت استفاده کرد: نمایش، شعر، نقاشی، والپیپر گوشی.
- دعای ربانی را به صورت والپیپر گوشی درآورده و هر شخص آن را روی صفحه گوشی خود به مدت ۱ ماه قرار دهد.
 - دعای ربانی را به ۳ قسمت تقسیم کرده و با اجرای پانتومیم انجام دهند.

| قدم عملی

- نوجوانان قدم‌های عملی زیر را طی هفته آینده انجام دهند و نتیجه آن را با سایر نوجوانان در میان بگذارند:
۱. یک دفترچه تهیه کرده و در آن موضوعات دعایی خود را یادداشت کنند یا به خدا نامه‌ای بنویسند.

۲. در کلیسا، جمع نوجوانان یا خانواده، یک یار دعایی انتخاب کنند تا در هفته با هم وقت‌های دعایی داشته باشند.

ا بازی: ۱۵ دقیقه

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

روش بازی:

۱. مربی عزیز از روز قبل ۲ دسته ۸ تایی کاغذ مربعی (۱۰×۱۰ سانت) تهیه کرده و روی هر کدام ۸ نگرانی جامع زندگی نوجوانان بنویسد (مثلاً: آینده شغلی، سلامت جسمی، روند پرونده پناهندگی، نیاز مالی و ...). هر نگرانی روی دو برگه تکرار شود.

۲. برگه‌ها را روی میز کنار هم بچینید و از دو نوجوان بخواهید مقابل برگه‌ها بایستند.

۳. مربی هر نوشته را اعلام می‌کند و نوجوانان باید تلاش کنند دستشان را روی برگه‌ای غیر از برگه اعلام‌شده بگذارند.

۴. این کار ادامه می‌یابد تا یکی از آن‌ها دستش را روی برگه اعلام‌شده بگذارد.

۵. از نوجوانانی که بازی را باخته‌اند بخواهید تا برای آن موضوع دعا کند.