

سبک و سیاق زندگی جوان مسیحی

سری : راه جوانی



درود به شما مربیان عزیز جوانان قوت و مسخ خداوند بر تک تک شما عزیزان باشد . هدف ما برای شما برگزارکننده های جلسات جوانان عزیز این است که این فرمول اجرایی قدم به قدم جلسات جوانان به شما کمک کند تا جلساتی را با صمیمیت بیشتر و برکات بیشتر تجربه کنید. پس خواست ما از شما مربیان عزیز این است که جلسات جوانان خود را در زمان های مشخص شده و قدم به قدمی که در اینجا برای شما نوشته شده است انجام دهید و نکاتی را حذف نکنید تا جلسات پر ثمرتری را به فیض خداوند با جوانان عزیز داشته باشید.

خوش آمد گویی : ۵ دقیقه

با روی باز و با لبخندی دلگرم کننده سلام و احوال پرسی با جوانان ، اگر جلسه ی اول است معرفی تک تک جوانان و خودتان ، اگر جوان جدیدی به تیم اضافه شده معرفی فرد جدید به جمع و خوش آمد گویی صمیمانه به جوان جدیدی که اضافه شده.

زمان دعا برای شروع جلسه : ۳ دقیقه

اگر شخصی داوطلب است خیلی کوتاه برای شروع جلسه دعا کند و اگر کسی داوطلب نشد خودتان یک دعای کوتاه و پر قوت داشته باشید و بعد جوانان را برای جلسات بعدی تشویق کنید که در تایم دعا هر جلسه شخصی داوطلبانه دعا کند.

برای صمیمیت بیشتر و مشارکت جوانان سوالاتی از این قبیل بپرسید : (۱۰ دقیقه)

لازم نیست تمامی این سوالات پرسیده شود به دلخواه خود یک یا دو سوال بر اساس تایم مورد نظر بپرسید تا زمان زیادی گرفته نشود . و یک به یک از جوانان پاسخ را بدهند.

* هفته ی پیش را چطور گذراندید؟

* آیا شهادتی دارید که بخواهید در جمع به اشتراک بگذارید ؟

* از تعلیم جلسه ی پیش برکتی یا شهادتی یا تجربه ی شخصی دارید و یا در طول هفته به آن فکر کردید ؟

* چه کسی تعلیم گذشته را به خاطر دارد داوطلبانه خیلی کوتاه بگوید ؟

* با چه انتظاری به جلسه ی امروز آمدید از جلسه ی امروز چه انتظاری دارید ؟

برگزار کننده ی عزیز لطفا این را در نظر داشته باشید برای رابطه ی صمیمی بیشتر و حس راحتی بیشتر در پاسخ دادن به سوالات و مشارکت جوانان گاهی لازم است خودمان هم در پاسخ دادن با آنها شریک شویم وقتی خودمان پاسخ سوال را میدهیم و میگوییم مثلا اگر خودم بخوام جواب این سوال را بدهم برای من اینگونه بود به آنها کمک میکنیم که چطور آنچه که در ذهنشان است را بیان کنند و همینطور پاسخ شما کمک میکند آنها شما را بیشتر بشناسند و رابطه ی صمیمانه تری با شما داشته باشند و احساس شرم و خجالت ذره ذره برداشته میشود پس گاهی لازمه ما هم خود را آسیب پذیر کنیم و گاهی اشتیاق خودمان برای برکت گرفتن از جلسه را حتی برای خودمان به آنها بازگو کنیم . و این موضوع کمک میکند احساس راحتی کنند و در صحبت کردن ، همه مشارکت کنند.

زمان بازی : (۱۰ دقیقه)

بازی آنلاین :

این بازی بسیار جذاب است دو نفر را انتخاب کنید و به یک نفر یک کلمه بگویید (از طریق چت) و بعد آن شخص درمورد کلمه توضیحاتی را میدهد که شخص دوم باید حدس بزند که این کلمه چیست و یک دقیقه زمان برای آنها در نظر بگیرید برای جواب دادن

به طور مثال کلمه هایی به این صورت انتخاب کنید

نجار ، مهندس ،شهر شیراز ، دریا ، خاویار ،در بسته ،کتاب قرمز ، وغیره

زمان پرستش : (۱۰ دقیقه)

در اینجا بعد از بازی شرایط را محیا و آماده کنید برای پرستیدن خدا و آنها را به پرستیدن خدا در ابتدای جلسه دعوت کنید.

اگر جلسه ی اول است به عنوان نمونه و الگو خودتان رهبری پرستش را انجام دهید و از آنها بخواهید که در جلسات آینده اگر مشتاق هستند هر جلسه یک جوان رهبری پرستش را انجام دهد و بگویند از قبل به رهبر پرستش سرود پرستشی مورد نظر اعلام میشود تا چند روز برای رهبری کردن پرستش زمان دعا و فکر کردن داشته باشد.

تشویق به مشارکت جوانان در زمان های مختلف به آنها کمک میکند که هر ترس و خجالت را ذره ذره با کمک خداوند کنار بگذارند و بستر جلسات جوانان برای آنها شرایطی را محیا میکند که در کنار تعلیم گرفتن خودشان هم عامل برکت دادن به دیگران شوند و برای تقویت آنها در این مسیر عامل برکت بودن تمرینی خواهد بود.

سرود پرستشی

<https://youtu.be/nsuHqDY3wqM?si=rynrWTPrZlai9WAI>

https://youtu.be/OnCc-QQjzKA?si=y_Vg1nCRbBL2niOW

زمان تعلیم : (۲۰ دقیقه)

عنوان تعلیم : سبک و سیاق زندگی جوان مسیحی

هدف مجموعه و انتظار تو

مربی عزیز در این قسمت خیلی مهم هست که شما قبل از شروع تعلیم در ذهن جوانان انتظار و زمینه ای برای تعلیم ایجاد کنید. پس شما می توانید با اشاره کردن به هدف هر درس نجوانان را آماده ی تعلیم کنید.

شما میتوانید درباره ی موضوع کلی مجموعه ی جدید و اهداف اصلی که این درس به همراه دارد با جوانان 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:

جوانان در این درس به اهمیت سبک و سیاق یا لایف استایل جوان مسیحی پی خواهند برد

نظر تو چیست؟: ۱۰ دقیقه

با پرسیدن چند سوال از جوانان 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:

در این قسمت با پرسیدن دو تا سه سوال شما میتوانید ذهن جوانان را متمرکز موضوع کرده و آن ها را برای دریافت راه حل، نتیجه و راهکار های کاربردی آماده کنید.

یک نکته ی خلاقانه: مربی عزیزی شما میتوانید در برخی موارد از جوانان بخواهید در این قسمت سوالات ذهنی خود را نسبت به موضوع جلسه بپرسند و یا یادداشت کرده تا آخر جلسه به آن ها پاسخ دهند.

۱- به نظر شما سبک و سیاق زندگی یا لایف استایل یعنی چه ؟

۲- شما چه سبک یا لایف استایلی دارید و یا چه سبکی را میپسندید؟

نکته ای برای مربی : به خاطر داشته باشیم ، جوی را در مشارکت به وجود بیاوریم که در آن همه ی جوانان 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 جوانانی را که صحبت نمی کند صدا زده و از او نیز بخواهید تا در این مورد نظرش را بیان کند).

لقمه روحانی: ۲۰ دقیقه

پخش کردن ویدئو تعلیم

سبک و سیاق زندگی جوان مسیحی

سبک و سیاق یا لایف استایل یعنی: نوع پوشش، علایق، نظرات و گفتارها و جهتگیری های رفتاری که در نهایت منجر به شکل گیری، انتخاب ها و نحوه و سبک زندگی انسان می شود.

تمامی اتفاقات درونی که به صورت یک سبک در زندگی ما دیده می شود بعنوان لایف استایل یا (سبک و سیاق زندگی) تعرف خواهد شد.

سبک و سیاق زندگی ما مهم است زیرا به نسلهای آینده انتقال پیدا می کند.

من به عنوان یک شخص مسیحی وقتی به گذشته نگاه می کنم می بینم از زمانی که عیسی مسیحی را شناختم خیلی چیزها در من تغییر کرد. نوع تفریحاتم، موضوعات بحث مهمانی هایم، نوع فیلم ها و کتاب هایی که میبینم و مطالعه میکنم. در حال حاضر به خودم میگویم که ای کاش در جوانی عیسی را میشناختم و وقت خود را با کارهای بی هدف هدر نمیدادم. شما جوانان اکنون در شرایط سنی خوبی هستید برای اینکه بتوانید یک سبک زندگی را در خود پرورش دهید. سبک و سیاق زندگی شما می تواند برای کوچکترها و بزرگترهای خودتان الگو باشد.

قطعا شما از یک سبک و سیاق یا استایلی پیروی میکنید. این الگو می تواند از خانواده از جامعه و دوستان و شرایط اطراف به شما رسیده باشد.

رومیان باب 12 آیه 2 به ما میگوید:

و دیگر همشکل این عصر مشوید، بلکه با نو شدن ذهن خود دگرگون شوید. آنگاه قادر به تشخیص اراده خدا خواهید بود، اراده نیکو، پسندیده و کامل او.

این تازه شدن میتواند دو معنی داشته باشد:

یک: به این معنی که سبک و سیاق زندگی ما بعد از ایمان به مسیح با نو شدن ذهن و رشد در مسیح، تقویت شده و از طریق آن میتوانیم تاثیرگذار باشیم

توضیح: (ما می توانیم سبک و سیاق زندگی قبل از ایمان خود را داشته باشیم ولی با نو شدن فکر ماست که می توانیم از همان سبک زندگی استفاده کرده و خداوند را خدمت کنیم).

دو: به این معنی که قسمتی از سبک زندگی ما مثل خصوصیات رفتاری، پوشش و گفتار باید در مسیح تبدیل شود.

(به این منظور که خصوصیات رفتاری، پوشش و گفتار ما طبق کلام خدا باید تبدیل شود و هم شکل این دنیا نباشد.)

به طور مثال: من یک شخص آرام بودم و ساده لباس میپوشیدم و بعد از ایمان به مسیح در این آرامی و ساده پوش بودن در حال رشد هستم و همان سبک را با مسیح ادامه می دهم.

قبلا دوست نداشتم به غیر از دوستان نزدیکم و فامیل با کسی مشارکت کنم ولی با مسیح یاد گرفتم که با مشارکت با دیگران میتوانم آنها را بشناسم و خدمت و محبتشان کنم، قبلا دروغ میگفتم ولی الان تمام تلاشم را میکنم که دروغ نگویم.

در کتاب مقدس نمونه هایی هستند که می توانیم از آنها الگو بگیریم:

بطور مثال میتوانیم به باتویی بنام لیدیه در اعمال رسولان باب 16 آیات 11 به بعد اشاره کنیم که سبک و استایل خاص خودش را داشت.

لیدیه زن مجردی بود که شغل او فروش یک نوع پارچه ی ارغوانی گران قیمت بود و مشتری های خاص خودش را داشت. لیدیه بعد از ملاقات با پولس به مسیح ایمان آورد و از طریق مهمان نوازی و تعهدی که نسبت به ایمانداران داشته مورد توجه پولس قرار گرفت. او زنی ثروتمند بود و رابطه اجتماعی موفق داشت. در ادامه می بینیم که این شخص کسی است که در خانه او همیشه بر روی ایمانداران باز بود و خانه او خانه ی مشارکت ایمانداران شد و به ایمانداران با هر نژادی و با هر قشری خدمت کرد.

سبک و سیاق زندگی لیدیه قبل از ایمان و بعد از ایمانش یکی بود اما،

نو شدن فکر برای لیدیه این بود که فهمید سبک زندگی خود را تقویت کند و برای خدمت به ایمانداران بکار گیرد

امروز فکر میکنید کدام قسمت از سبک و سیاق زندگی شما مثل لیدیه نیاز به تقویت دارد و چطور میتوانید با سبک زندگی خود تاثیرگذار باشید؟

شخص دیگری که می خواهیم در مورد او صحبت کنیم متی می باشد :

وقتی به زندگی متی نگاه می کنیم ، می بینیم که ثروت و قدرت را دوست داشت . اگر فیلم برگزیده را دیده باشید متی یک پسر خوشتیپ است و یک کیف پول به کمر دارد و دارای پست و مقام است که این سبک زندگی متی را بیان میکند زمانی که عیسی را میبیند محو اقتدار عیسی میشود.

عیسی به او میگوید : از پی من بیا بی درنگ به دنبال عیسی میروید و همه چیز را ترک میکند . سبک زندگی که داشته باعث میشود به عیسی نزدیک شود ، چون در عیسی این اقتدار را میبیند . در متی باب 9 آیه 10 به بعد میخوانیم متی به افتخار عیسی مهماتی میدهد که خراجگیران و گناهکاران در آن مهماتی بودند و فریسیان وقتی این را میبینند به عیسی میگویند که چرا با خراجگیران و گناهکاران غذا میخورد عیسی میگوید: این افراد هستند که نیاز به طبیب دارند. درست است که سبک زندگی خراجگیران اشتباه است ولی من کسی هستم که برای این اشخاص آمده ام. نکته مهم این است که ما هر سبک زندگی که داریم عیسی بابت آن ما را داوری و قضاوت نمی کند عیسی از ما می خواهد که به کمک خودش آن را تغییر دهیم.

سبک زندگی متی با عیسی تغییر میکند متی یکی از شاگردان وفادار عیسی میشود و جز 12 شاگرد عیسی بود و به خاطر سبک زندگی که داشت انجیل متی را از دید پادشاهی و اقتدار عیسی مینویسد .

شما فکر میکنید چه سبک زندگی یا لایف استایلی دارید که مانند متی باید در مسیح تبدیل شود ؟

نتیجه :

پس امروز تعریف و معنی سبک و سیاق زندگی رو فهمیدیم

اهمیت آن را درک کردیم که می تواند به نسل بعدی مانتقال پیدا کند

همه ی ما دارای یه سبک زندگی هستیم و طبق رومیان باب 12 آیه 2 به دو نمونه اشاره کردیم.

نمونه اول لیدیه : با سبک زندگی که داشت بعد از ایمانش به مسیح و نو شدن ذهن، توانست تقویت شود و ایمانداران را خدمت کند.

نمونه دوم متی : که بعد از ایمانش به مسیح و نو شدن ذهن ، سبک زندگی او به طور کامل در مسیح تغییر کرد.

وقتی برای گفتگو: ۱۰ دقیقه

در این بخش میتوانید جوانان 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.

طبق این تعلیم :

1- با شنیدن این تعلیم فکر می کنید که سبک زندگی شما چگونه است؟

الف : مثل لیدیه نیاز به تقویت دارید؟

ب : مثل متی نیاز به تبدیل دارید؟

بخاطر بسپاریم (آیه حفظی) : ۵ دقیقه

رومیان باب 12 آیه 2

و دیگر همشکل این عصر مشوید، بلکه با نو شدن ذهن خود دگرگون شوید. آنگاه قادر به تشخیص اراده خدا خواهید بود؛ اراده نیکو، پسندیده و کامل او.

از جوانان 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، والپپیر گوشی) جوانان را مشتاق به حفظ آیات کنید .

قدم عملی

قدم های عملی زیر را برای جوانان در گروه خود به اشتراک بگذارید و از آنها بخواهید در طول هفته به آنها عمل کنند

1- در این هفته به نوع گفتار،نوع پوشش و غیره ، خودتان دقت کنید و ببینید چه سبک زندگی دارید ؟

2- اگر در مسیر درست هستید از خدا بخواهید که به شما کمک کند تا بتوانید به بهترین نحو برای خود و دیگران تاثیر گذار باشید.

3- در صورت مشاهده نکاتی که نیاز به تغییر دارد می توانید با یک شخص امن که در این مسیر تجربه دارد و می تواند به شما راه کارهایی بدهد مشورت کنید .

4- دعا کنید خداوند به شما قدرت تغییر خواهد داد.

توجه : بعضی ار موارد به زمان نیاز دارد و طول می کشد ناامید نشوید و ادامه دهید خداوند زنده است و ما را قوت میبخشد

زمان پرسش و پاسخ : (۷ دقیقه)

* چه برکتی از این تعلیم گرفتیم ؟

* آیا تجربه ای شخصی در زندگی درمورد این تعلیم داشتیم ؟

* امروز خداوند از طریق این تعلیم به من چه گفت ؟

مربی عزیز خیلی خوب است همه مشارکت کنند اما گاهی تعالیم خداوند به ما چیز هایی را نشان میدهد که شاید بازگو کردن آنها در جمع برای ما کار دشواری باشد پس بهتر است اگر چنین اشخاصی را تشخیص دادید با کمک روح القدس در تایم های شخصی تری از آنها بخواهید با شما صحبت کنند البته اگر تمایل داشتند یا تشویق کنید بگویید اگر خداوند چیزهایی را به شما نشان داده که نمیتوانید در جمع صحبت کنید بهتر است با شخص امینی خودتان یا شبان کلیسا تایم شخصی صحبت کنید.

زمان دعای آخر : (۳ دقیقه)

بهتر است هم ابتدا و هم انتهای جلسه با دعا شروع شود و با دعا تمام شود ، آنچه که در راستای تعلیم و مشارکت ها ، خداوند هدایتتان کرد برای جوانان دعا کنید.

در انتها جوانان را تشویق کنید تا جلسات آینده در مورد تعلیم فکر و تعمق کنند.

زمان استراحت و مشارکت پایان : ۲۰ دقیقه

از آنها با هر چیزی که تدارک دیدی پذیرایی کنید و تایم شاد و مشارکت آزاد داشته باشید.

زمان کل جلسه : ۸۸ دقیقه یا ۱:۲۸ دقیقه