



اشق حلالین

سازمان ایلام
کلیه حقوق محفوظ می باشد. © ۲۰۲۴

ایلام

درس دوم:

شخص امن ما رو به دیگران نزدیک میکند

| خوش آمدگویی: ۱۰ دقیقه

بانوان را به گرمی و همراه با لبخند خوش آمد بگویید و اگر عزیزی برای اولین بار در این جمع حضور پیدا می کند تازه وارد، نو ایمن یا مهمان، او را به صورت ویژه خوش آمد بگویید و از او بخواهید تا خود را معرفی کند

| پرستش برای ابتدای جلسه: ۵ دقیقه

باهم گرد آییم همه ایمانداران

کیست امید من تاج فخر من

| بازی ۱۰ الی ۱۵ دقیقه

بادکنک و تکیه

بازی به این صورت است که به هر نفر یک بادکنک باد شده و یک سوزن داده میشود و مجری اعلام می کند که هر کسی که بادکنکش سالم بماند برنده هست و دو دقیقه زمان و پخش یک موزیک هیجانی و معمولا به این صورت پیش میرود که افراد شروع میکنند با سوزن بادکنکهای همدیگر را ترکاندن و از بادکنک خودشان محافظت کردن و کسی که بادکنکش سالم بماند برنده است اما نتیجه این هست که همگی میتوانند برنده بازی باشن چون مجری اعلام نکرد که بادکنک همدیگر را بترکوندند فقط گفت هر کسی بادکنکش سالم بماند و اگر بجای ترکاندن با سوزن، هر کسی از بادکنک خودش مراقبت میکرد بعد از دو دقیقه همه برنده بودند.

| یادآوری هفته گذشته ۱۰ دقیقه

بانوان می توانند برکات و یا شهادت های هفته خود را در جمع بیان کنند و باعث برکت بانوان دیگری شوند.

| بازکردن موضوع درس ۱۰ دقیقه

شخص امن ما را به خدا نزدیک میکند.

اما آیا فقط ما باید به خدا نزدیک باشیم و به همدیگر نیاز نداریم؟ بزرگترین حکم خداوند در کتاب مقدس این است که خداوند خدای خود را محبت کن و همسایه ات را همچون خویشتن محبت نما.

سوالات زیر را از بانوان بیسید:

تا حالا شده که در جمعی باشید مثل دوستان، همکاران، خانواده و حس کنید که شما تمام خودتان را گذاشته اید ولی آن محبت مورد نیازتان را از دیگران دریافت نکرده اید؟

تا حالا شده آنقدر به افرادی اعتماد کرده باشید و به قدری شکست خورده اید که تصمیم گرفته باشید که با هیچ کس در رابطه نباشید؟

همونطور که همگی ما شنیدیم پس تجربیات مختلفی داریم ممکن است بعضی از ما در این وضعیت باشیم و ممکن است قبلا آن را تجربه کرده باشیم. یکی از دلایل بارز که باعث فاصله ما با دیگران میشود دل شکستگی هست همونطور که بدن ما نیاز به غذا دارد و اگر نیاز آن تامین نشود دچار بیماری میشود، قلب ما نیز وقتی محبت را از خدا و دیگران دریافت نکند دچار دلشکستگی میشود.

قلب ما خیلی قلب قوی ای نیست خدا ما را با احساسات و نیازها و محدودیت های خاصی آفریده است که این باعث میشود ما به خدا و دیگران نیاز داشته باشیم اما از طرفی دیگر تجربیات تلخ ما وجود دارند که مدام در این جنگ قرار میگیریم که تنها بمونیم و ما به انسانها نیاز نداریم. اما حقیقت چیز دیگریست حقیقت این است که در هر شرایطی کنارمان خدایی را داریم که ما را از هر وضعیتی عبور میدهد. مزمور ۳۴ آیه ۱۸

قلب شکسته چه نشانه هایی دارد:

بعضی مواقع ما از سمت افرادی که برایمان مهم هستند کنار گذاشته می شویم و وقتی برای حفظ رابطه ای تلاش میکنیم ولی درست نمیشود بعد از مدتی احساس ناامیدی میکنیم و احساس نیاز به محبت را از دست میدهیم. در نتیجه دچار دلشکستگی میشویم که ناشی از ترک کردن هست.

مزمور ۶۹ آیه ۲۰

دومین نوع از دلشکستگی در روابط می تواند رابطه ای باشد که در آن اطمینان وجود ندارد و رابطه ای غیر قابل پیش بینی هست، روابطی که در آن شخص هر لحظه منتظر هست تا محبتی که بهش میشود پس گرفته شود کاملا بر عکس محبت خدا به ما.

و آخرین نوع دلشکستگی در روابط زمانی اتفاق می افتد که ما برای نیاز به محبت با افرادی رو برو می شویم که به ما حمله میکنند، نیاز ما را زیر سوال می برند و یا خود محور هستند و ما را بخاطر نیازمان مدام تحقیر می کنند.

در کل دلشکستگیها از هر نوعی که باشند ما را به سمتی به حرکت در می آورند که ترجیح بدهیم در غار تنهایی خودمان بمانیم و وقتی دیگران از ما می پرسند که چرا در کنار آنها نیستیم با پاسخهایی مثل من تنهایی را دوست دارم

من روی پای خودم هستم

من به کمک کسی نیاز ندارم

من واقعا سالم خوب هستم

خودمان را و نیازمان را منکر بشویم و به مرحله خود کفایی میرسیم که از همه کسی بی نیاز هستیم و این بر خلاف کلام خدا هست. دوم قرنتیان باب ۱۲ آیه ۲۱

پس میخواهیم تشویقتان کنیم اگر دلشکسته هستید و یا دچار انزوا شده اید همین لحظه در قلبتان اینرا به خدا اعلام کنیم و اعتراف کنید و با این دعای ساده که خداوند قلب من را شفا بده و به من کمک کن تا اشخاص امین را شناسایی کنم و خودم هم فرد امین باشم در را برای فصل تازه باز کن و خبر خوش اینجاست که خداوند در مزمور ۱۴۷ آیه ۳ میفرماید:

"دلشکستگان را التیام میبخشد، و زخمهایشان را میبندد."

(بیابید باهم به تعلیم امروز گوش دهیم و از نکات کلیدی آن را یادداشت کنیم.)

اشخاص امین - قسمت ۲

مامتوجه شدیم که به هم نیاز داریم و اینکه شخص امن چطور ما را به دیگران نزدیک می کند و چطور ما می توانیم شخص امنی برای دیگران باشیم

پس متوجه شدیم که ما به رابطه باهم نیاز داریم و به اشخاص امنی که ما را به دیگران نزدیکتر میکنند و ما را در روابطمان کمک می کند تا تبدیل به اشخاص امن بشیم . همچنین مشخصات یک شخص امن را باهم نگاه کردیم و این به ما کمک می کند که روابط سالمتری در بین ما شکل بگیرد. همچنین روابط ما هم نام خدا را جلال بدهد و ثمرات نیکو مانند یکدلی و اتحاد و محبت داشته باشد و بتوانیم وجود خانواده الهی را در کنار هم تجربه کنیم با همه تفاوتهایی که داریم .

بازی اول جلسه یادتان هست

خیلی مهم هست که ما در عین حال که همگی با هم هستیم و به رابطه با همدیگر نیاز داریم ولی هیچکدام کامل نیستیم و به همدیگر آسیب هایی میزنیم که خیلی از ما در اثر آسیبهای تصمیم میگیریم توی تنهایی خودمان برویم ولی این روش خوبی نیست و بهترین راهکار این هست که هرکسی همیشه روی خودش کار کنه و از دل و افکار و قلب خودش محافظت کند

ما نمیتونیم همه اطرافیانمان را از زندگیمان حذف کنیم اما میتوانیم با کار کردن روی خودمان عامل تغییر و محافظت باشیم ما به اطرافیان و دیگران نیاز داریم و شخص امن ما را به دیگران نزدیک می کند.

دعا: ۵ دقیقه |

لحظاتی باهم دعا کنیم و یا دو به دو خانومها برای همدیگر دعا کنند .
دعا برای دیوارها و حصارهایی که در اثر ضربه هایی که خوردیم بر اثر اعتماد به افراد ناامن دور تا دور خودمان کشیدیم و ما را به سمت تنهایی برده اند
پس دعا کنیم که خداوند این زخمها را شفا بده و این حصارها ریخته بشوند.

چقدر عالی میشود که به نشان اتحاد دستهای همدیگر را بگیریم و همگی ما دعا کنیم که خداوند از روابط ما محافظت کند و بتوانیم تبدیل به اشخاص امن بشویم .

فعالیت در طول هفته: |

خوب میشود این هفته هرکدام از ما اگر کسی را میشناسیم که مدتهاست تنهایی را انتخاب کرده به سراغش برویم و یا احوالی از او بپرسیم.

و یا اگر خودمون اشخاصی هستیم که تنهایی را انتخاب کردیم می توانیم شخصی را به خانه یمان دعوت کنیم و تمرین کنیم و به یاد بیاوریم که ما به روابط با همدیگر در بدن مسیح نیاز داریم

| پرستش انتها

خدا دلگرمی

| آیه کلیدی:

"پارسا راهنمای خوب برای همسایه خویش است، اما راه شریران به گمراهی می انجامد."

امثال ۱۲:۲۶