



# پادشاهی خدا به کودکان هم تعلق دارد

(برنامه شاگردسازی کودکان)

درس ۴

قائن در مقابل برادرش هابیل: نتایج خودخواهی



## درس ۴: قائل در مقابل برادرش هابیل: نتایج خودخواهی

### پیشگفتار

خودخواهی رفتاری رایج است و به‌طور طبیعی، در طول زندگی با آن سروکار داریم. فقط کافی است به رفتار یک کودک نگاه کنید تا آن را ببینید. آنها از اولین ماه‌های زندگی، وقتی پاسخ فوری ما را دریافت نمی‌کنند، دیوانه‌وار گریه می‌کنند. گاهی اوقات حتی وقتی بلافاصله به آنها پاسخ می‌دهیم هم دیوانه‌وار گریه می‌کنند. آنها می‌خواهند هرچه را که می‌خواهند و در هر زمانی که خودشان می‌خواهند، دریافت کنند. آنها فقط به نیازهای خودشان فکر می‌کنند. در حقیقت، غیر از این هم نمی‌توانند عمل کنند.

بنابراین، وقتی بزرگ شده و کودکی نوپا می‌شوند، فکر می‌کنند که همه چیز به آنها تعلق دارد. کلام مورد علاقه آنها، «مال من» است. آنها اهمیتی نمی‌دهند که وقتی اسباب‌بازی بچه دیگری را می‌گیرند، او ناراحت می‌شود. اهمیتی نمی‌دهند که دیگری هم گرسنه است و بیشتر از او به آن بیسکویت نیاز دارد. اهمیتی نمی‌دهند که وقتی در مکان‌های عمومی فریاد می‌زنند، شما را شرمند می‌کنند. آنها، مانند نوزادان، فکر می‌کنند که دنیا حول محور آنها می‌چرخد و خواسته‌ها و نیازهای آنها از اولویت بیشتری برخوردار است.

اما آنها این چیزها را چگونه یاد می‌گیرند؟ آیا همه ما به شباهت خدا آفریده نشده‌ایم؟ بله، به شباهت او آفریده شده‌ایم، اما در گناه نیز متولد شده‌ایم. وقتی آدم و حوا آن میوه را از درخت دانش نیک و بد کردند و خوردند، گناه وارد قلبشان شد و آن را به ما منتقل کردند. اکنون همه ما، همین‌طور فرزندانمان، در این دنیا با گناه متولد می‌شویم. انسان‌هایی با شباهتی که شکسته شده است. انسان‌هایی که بیشتر متمایل به رفتارهای گناه‌آلود هستند تا رفتارهای عادلانه.



سخت است که درباره نوزادان و کودکان نوپای خود چنین تصویری را داشته باشیم. حتی به سختی می‌توانیم به این شکل درباره خودمان فکر کنیم. ما احساس نمی‌کنیم که بیش از حد بد یا گناهکاریم. بنابراین، قطعاً کودکان ما هم نمی‌توانند این‌گونه باشند؛ چون برای ما بسیار دوست‌داشتنی و ارزشمندند. با این حال ما گناهکاریم! آنها نیز گناهکارند. پس در این مورد چه باید بکنیم؟ کتاب مقدس به ما می‌گوید که کودک را در راهی که باید برود، تربیت کنیم. یعنی باید درست و غلط را به آنها بیاموزیم. باید به آنها بیاموزیم که چگونه با کارهای بدی که قصد انجامش را دارند بچنگند و در عوض، انجام کارهای درست را انتخاب کنند. این تکلیف ماست. ما به این شکل آنها را تجهیز می‌کنیم تا با ماهیت گناه‌آلود خود بچنگند. به این ترتیب، از خودخواهی آنها کاسته شده، یاد می‌گیرند که دیگران را بر خود مقدم بدانند. به این ترتیب، بیشتر شبیه عیسی می‌شوند.

بیا بید درباره کشمکش قائل به آنها یاد بدهیم. زمانی که او خود را در اولویت قرار داد، خدا را آزوده کرد و به برادر عزیزش هابیل آسیب رساند. با چنین داستان‌هایی می‌توانیم به کودکانمان یاد بدهیم که وقتی خواسته‌های شیطان را دنبال می‌کنند، چه اتفاقی می‌افتد. مهم‌تر از همه اینکه می‌توانیم به آنها یاد بدهیم که چگونه جلوی این موارد بایستند. بیا بید به آنها کمک کنیم تا با قلعه‌های خودخواهی بچنگند و با آگاهی از اینکه می‌توانند کار درست را انجام دهند، به آنها قدرت ببخشیم. آنها می‌توانند دیگران را بر خود مقدم بدانند. آنها می‌توانند بر خواسته‌های خود مسلط شده و در راه‌های پدری که در آسمان است، گام بردارند. بدون این رویارویی، آنها به راه‌های گناه‌آلود خودخواهانه ادامه خواهند داد. بیا بید به آنها کمک کنیم تا بر آن غلبه کنند!



نگاهی به کتاب مقدس:

پیدایش ۴: ۱۲-۱

آیه کلیدی:

فیلیپیان ۳: ۲ «هیچ کاری را از سرِ جاه طلبی [بلند پروازی] یا تکبر نکنید، بلکه با فروتنی دیگران را از خود بهتر بدانید.»



مفهوم کلیدی:

خودخواهی دلیل انتخاب‌های نادرست است و نتیجه آن؛ زندگی در خشم، حسادت، درد و آوارگی است. خدا می‌خواهد که ما درست انتخاب کنیم و دیگران را بر خود مقدم بدانیم تا این نتایج را تجربه نکنیم.




اهداف درس (دانستن، احساس کردن، انجام دادن)

- ۱- بدانند قائل خودخواه بود و با ندادن قربانی قابل قبول، خدا را آزرده کرد. او هشدار خدا را نادیده گرفت و به برادرش هابیل نیز آسیب رساند. خدا خوشحال نبود و او را بیرون کرد تا در آوارگی بر زمین پرسه بزند و به‌طور طاقت‌فرسا کار کند.
- ۲- احساس کنند خودخواهی رفتار بدی است. خودخواهی عواقب وحشتناکی برای زندگی دارد. خدا می‌خواهد که ما درست انتخاب کنیم و دیگران را بر خود مقدم بدانیم.
- ۳- تشخیص دادن شرایطی که در آن با خودخواهی عمل می‌کنند. راه‌هایی را تشخیص دهند که در آن می‌توانند خودخواه‌نبودن را تمرین کنند و در این راه از خداوند کمک بخواهند.



## وسایل مورد نیاز:

- کتاب مقدس
- کیسه / سبد هدایا
- سرودهای پرستشی کودکان
- خوراکی
- کارت‌های تصویری داستان قائن و هابیل
- دو ورق کاغذ برای نوشتن رفتارهای خودخواهانه و غیرخودخواهانه
- وایت بُرد (تخته سفید) یا کاغذ، ماژیک، خط‌کش، مداد رنگی، پاک‌کن
- فهرست شرایط تصمیم‌گیری بر اساس رفتارهای خودخواهانه و غیرخودخواهانه که شاگردان بتوانند از آن استفاده کرده، یک نمایش کوتاه تهیه کنند.
- برگه شرایط رفتارهای خودخواهانه و غیرخودخواهانه. منگنه یا چیزی که کتابچه را به یکدیگر متصل کند.



## خوشامدگویی:

- سرود خوشامدگویی
- خوراکی: خوراکی‌هایی را به بچه‌ها بدهید که نیاز به تمیزکاری بعد از خوردن نداشته باشند.
- مانند آب‌میوه و بیسکویت. زمانی را برای خوردن خوراکی‌ها تعیین کنید: مثلاً ۱۰ دقیقه.
- زمان گفت‌وگو: با بچه‌ها درباره هفته‌ای که داشتند صحبت کنید. از آنها بپرسید چه کارهایی کردند، چه احساسی داشتند و... نشان دهید که به آنها اهمیت می‌دهید.
- در مورد درس هفته گذشته از آنها سؤال کنید.



## پرستش و هدیه:

- سرودهایی درباره خودخواهی، مقدم‌دانستن دیگران، خوشحال‌ساختن خدا
- جمع‌آوری هدیه بچه‌ها (به یک سبد یا کیسه برای جمع‌آوری هدایا نیاز دارید. به آنها بگویید که این هدایا را به‌عنوان پرستشی برای خدا جمع‌آوری و از آن برای کمک به دیگران استفاده می‌کنید).



## هابیل و قائن

آدم و حوا دو پسر داشتند  
شغل هابیل بود چوپون گله  
یه روزی اونها هدیه آوردند  
هدیه هابیل واسه خداوند  
قائن آورد از محصول زمین  
هدیه هابیل رو پسندید خدا  
قائن خودپسند بود و خودخواه  
خودخواهی قائن آورد حسادت  
خودپسندی دشمن جونه  
مراقب باشیم خودخواهی ما  
هابیل و قائن! دوستشون داشتند!  
قائن کشت می‌کرد توی مزرعه  
واسه خدا از هر چی که داشتند  
یه بره‌ای بود تپل و قشنگ  
گندم و غله میوه شیرین  
هدیه قائن رو دوست نداشت خدا  
نشد فروتن در نزد خدا (۲بار)  
خشم و تنفر عصبانیت  
ما رو به هدف نمی‌رسونه  
به بار نیاره تصمیم اشتباه



## دعا برای درس:

درس را با دعا شروع کنید. خدا را شکر کنید که این توانایی را به آنها داده تا به سرعت عکس‌العمل نشان دهند و این باعث شد که آنها خط‌کش را بگیرند و با دوستان خود تفریح کنند. از خدا بخواهید که به آنها کمک کند که عکس‌العمل‌های فوری خود را در برابر دیگران کنترل کنند تا باعث ناراحت‌کردن یا آزاررساندن به کسی نشوند. از خدا بخواهید که به آنها کمک کند تا پیش از آنکه کاری انجام دهند، به آن فکر کنند تا بتوانند آسان‌تر دیگران را بر خود مقدم بدانند.



## قلاب (جلب توجه آنها)

بگویید: «امروز می‌خوایم یه بازی جالب داشته باشیم و برای این بازی فقط یه چیز لازم داریم! این خط‌کشی که اینجاست (خط‌کش را نشان بدهید). به‌نظرتون جالب نیست؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) نه؟ حُب، بیاید این بازی رو امتحان کنیم تا ببینیم که چقدر جالبه. من یه داوطلب لازم دارم. کی دوست داره بیاد و به من کمک کنه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) باشه. عالی‌ه. بیا اینجا (به داوطلب این را بگویید). حالا من اینجا می‌ایستم و این خط‌کش رو مستقیم روی زمین می‌اندازم. می‌خوام سعی کنی که وقتی این خط‌کش داره می‌افته، اون رو با انگشت‌هات، یعنی شست و چهار تا انگشت دیگه بگیری و نه با دستت (اگر لازم است آن را نشان بدهید).»

«می‌خوایم ببینیم که چقدر سرعت عمل دارین. شما باید این خط‌کش رو قبل از اینکه به زمین برخورد کنه بگیریدین. آماده‌این؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) به‌نظرتون رو زمین می‌افته؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) می‌بینیم (خط‌کش را به‌طور عمودی بیندازید و ببینید که شخص داوطلب با چه سرعتی آن را می‌گیرد. به شاگردان دیگه هم فرصت بدهید که امتحان کنند.) خط‌کش خیلی سریع روی زمین افتاد، مگه نه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) بعضی از شما تونستین بگیری‌دش و عکس‌العمل‌هاتون به موقع بود! ظاهراً بدون اینکه فکر کنین، این کار رو انجام دادین. فوری عکس‌العمل نشون دادین!»

«این عکس‌العمل فوری یا انجام کاری بدون اینکه واقعاً بهش فکر کنین، می‌تونه تو برخورد ما با آدم‌ها هم اتفاق بیفته. مگه نه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) شاید یه نفر چیزی بگه که ما دوست نداریم یا کاری انجام بده که ما رو اذیت کنه و ما بدون اینکه فکر کنیم، عکس‌العمل نشون می‌دیم و با این کارمون اونا رو ناراحت می‌کنیم. آیا شما تا حالا این کارو کردین؟ یا دیدید که کسی این کارو بکنه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند و نمونه‌های مربوطه را بیان کنند.) انجام این کار خیلی آسونه، مگه نه؟»

«حُب، امروز می‌خوایم درباره‌ی یه برادر به اسم قائل چیزهایی بدونیم. قائل همیشه خیلی فوری عکس‌العمل نشون می‌داد و آدمای زیادی رو ناراحت می‌کرد. آماده‌ی شنیدن هستین؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) باشه، بیاید ببینیم که چه اتفاقی افتاد...»



## کتاب (بر اساس درسی از کتاب مقدس)

بگویید: «اولین مرد و زنی که روی زمین زندگی می‌کردن رو یادتون هست؟ همون اولین مرد و زنی که خدا آفرید؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). بله، آدم و حوا. یادتون میاد که داستان‌شون توی کدوم قسمت از کتاب مقدس بود؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). و کدوم کتاب از کتاب مقدس؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). بله، عهد قدیم و کتاب پیدایش.»

«حُب، داستان امروز ما هم توی قسمت عهد قدیم کتاب مقدس و توی کتاب پیدایشه. در مورد زندگی آدم و حوا هم هست. به خاطر اینکه آدم و حوا بچه‌دار شدند و اسم اولین بچه‌هاشون رو قائن و هابیل گذاشتند (تصویر آدم و حوا را با دو بچه نشان بدهید). اونا هر دو پسر بودن. پس قائن و هابیل اولین برادرهای روی زمین بودن.»

«خیلی از ما برادر و خواهر داریم و خیلی‌هامون هم نداریم. هر دوتاش خوبه، اما چیزی که هست اینه که ما هیچ‌وقت دقیقاً مثل خواهر و برادرمون نیستیم، مگه نه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند) راستش، ما معمولاً با همدیگه فرق داریم. می‌تونید چند تا مثال بزنین؟ (اجازه دهید پاسخ دهند).»

«حُب، این دوتا برادر هم خیلی با هم فرق داشتن (تصویر قائن و هابیل را که مرد شده‌اند، نشان بدهید). قائن، که بزرگ‌تر بود، روی زمین کار می‌کرد. یعنی کشاورز بود و میوه و سبزی می‌کاشت که بیشترشون روی خاک رشد می‌کردن. کارش خیلی خوب بود و میوه‌ها و سبزی‌هایی که پرورش می‌داد، خوشمزه بودن. قائن کارشو خیلی دوست داشت.»

«برادر کوچیک‌تر، اسمش هابیل بود. هابیل دامدار بود، یعنی دوست داشت که از حیوونا مراقبت کنه، مثل: گوسفندها، بزها، خرها و حیوونای دیگه. هابیل هم از کارش خوشحال و راضی بود، به اطرافیانش اعتماد داشت و با پاکی و صداقت به حضور خدا می‌رفت.»

«قائن و هابیل، هر دو می‌دونستن که خدا دوست داره از قومش هدایا بگیره. می‌دونین هدیه به خدا چیه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). هدیه یعنی اولین و بهترین چیزی رو که داریم به خدا برگردونیم و از





خدا تشکر کنیم و نشون بدیم که چقدر بهش وفاداریم. اون زمان‌ها، اونا این چیزها رو روی یه مذبح می‌داشتن و آتیش اونا رو می‌سوزوند. اما این روزها، ما اونا رو روی مذبح نمی‌سوزونیم، فقط اونا رو به خدا برمی‌گردونیم. مثلاً پولمون رو به کلیسا یا به دیگران می‌دیم، یا وقتمون رو صرف کمک به دیگران می‌کنیم یا با خدا وقت می‌ذاریم. این نشون می‌ده که خدا خیلی توی زندگی ما مهمه و ما شکرگزار برکاتش هستیم.»

«یه روز، قائن و هابیل رفتن که یه هدیه مناسب برای خدا تهیه کنن (تصویر قائن و هابیل را در حال آماده‌سازی هدیه‌هایشان نشان بدهید). به نظرتون قائن چی آماده کرد؟ می‌تونین بعضی از چیزهایی که قائن آماده کرده بود رو بگین؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). بله، میوه و سبزی. قائن اونا رو روی مذبح گذاشت. به نظرتون هابیل چی آماده کرد؟ می‌تونین بعضی از چیزهایی که هابیل آماده کرده بود رو بگین؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). بله، حیواناتش بودن. پس هابیل بعضی از بهترین حیواناتش رو برداشت و به‌عنوان هدیه به خدا روی مذبح گذاشت تا نشون بده که چقدر خدا رو دوست داره.»

«حُب، خدا هر دو هدیه رو دید (هدایای آنها را بر روی مذبح نشان بدهید). او از هدیه هابیل خیلی خوشحال شد، اما از هدیه قائن نه. به نظرتون چرا؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). ما می‌دونیم که خدا همه چیز رو می‌دونه. او می‌دونه که ما چه احساسی داریم، چطور فکر می‌کنیم و حتی به چی فکر می‌کنیم. خدا می‌دونست که رفتار قائن درست نبود. ما می‌دونیم که خدا از قائن و هدیه او خوشحال نبود. پس هدیه‌شو قبول نکرد.»

«وقتی قائن فهمید که خدا از هدیه‌اش خوشحال نشده، خیلی عصبانی شد (تصویر قائن عصبانی را نشان بدهید). فکر کرد: "چطور خدا می‌تونه هدیه هابیل رو قبول کنه، اما هدیه منو قبول نکنه؟" پس خدا تصمیم گرفت که با قائن صحبت کنه: "چرا غمگین و ناراحتی؟ اگه کار درست رو انجام می‌دادی، هدیه تو رو هم قبول می‌کردم. اما اگه کار درست رو انجام ندی، گناه، تو رو شکست می‌ده و پیروز می‌شه." به نظرتون معنی این حرفا چی بود؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). ظاهراً یه هشدار بود.»

«حالا به نظرتون قائن باید چی کار کنه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). باید چی کار کنه که بتونه کار درست



رو انجام بده؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) قائن می‌تونست یک هدیه دیگه برای خدا آماده کنه. هدیه‌ای که خدا رو خوشحال کنه. هدیه‌ای که با قلب درست، رفتار درست و در اطاعت؛ برای خدا تهیه شده باشه. اما این کار رو نکرد. در عوض می‌دونین چی کار کرد؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) او به جای توجه به هشدار خدا و تغییر رفتارش، مراقب رفتارهای برادرش بود. برادری که خدا رو با هدیه‌اش خوشحال کرد (تصویر قائن را درحالی که به برادرش هابیل نگاه می‌کند، نشان بدهید). کسی که خدا ازش خوشحال بود.»

«تا حالا شده که با برادر یا خواهر یا حتی دوستتون، یه کاری رو انجام بدید و بعدش، یک نفر دیگه کار اونا رو بیشتر از کار شما دوست داشته باشه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) شاید به اونا توجه بیشتری کردن تا به شما (اجازه دهید پاسخ دهند). یادتون میاد وقتی که این اتفاق افتاد، چه احساسی داشتید؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) خُب، این همون احساسی بود که قائن داشت. قائن حسودی کرد.»

«قائن به سراغ برادرش هابیل رفت و ازش خواست که باهاش به مزرعه بره. هابیل قبول کرد و با هم به مزرعه رفتن. وقتی اونجا بودن، خشم و حسادت و نفرت قائن نسبت به برادرش بیشتر شد. حتی فکر کرد که هابیل رو بکُشه! خدا چطور می‌تونست هدیه هابیل رو قبول کنه ولی هدیه او رو قبول نکنه؟ خدا چطور می‌تونست از هابیل خوشحال باشه، اما از او نباشه؟ قائن نمی‌تونست این رو درک کنه و هر چی بیشتر بهش فکر می‌کرد، بیشتر ناراحت می‌شد.»

«بالاخره قائن نتونست خودش رو کنترل کنه. پس بلند شد و به طرف برادرش رفت و... هابیل رو کُشت (تصویر قائن را در حال آسیب‌رساندن به برادرش نشان بدهید). می‌تونید تصور کنید؟ خیلی وحشتناکه! (اجازه دهید پاسخ دهند.) قائن دیگه برادری نداشت! چون برادرش مُرده بود! قائن یهویی صدایی رو شنید. خدا بود که بهش گفت: "قائن، برادرت هابیل کجاست؟" قائن جواب داد: "من نمی‌دونم. مگه من باید از برادرم مراقبت کنم؟ من که مسئول برادرم نیستم!" (تصویر قائن را درحالی که به عقب نگاه می‌کند، نشان بدهید.) قائن به خدا دروغ گفت! طوری رفتار کرد که انگار هیچ کار بدی نکرده!»

«خدا دوباره به قائن گفت: "چی کار کردی؟ من فریاد برادرت رو که داشت می‌مُرد، شنیدم. چطور تونستی این کار رو بکنی؟" (تصویر قائن را در حال گوش‌دادن به نور نشان بدهید.) به نظرتون خدا از کجا



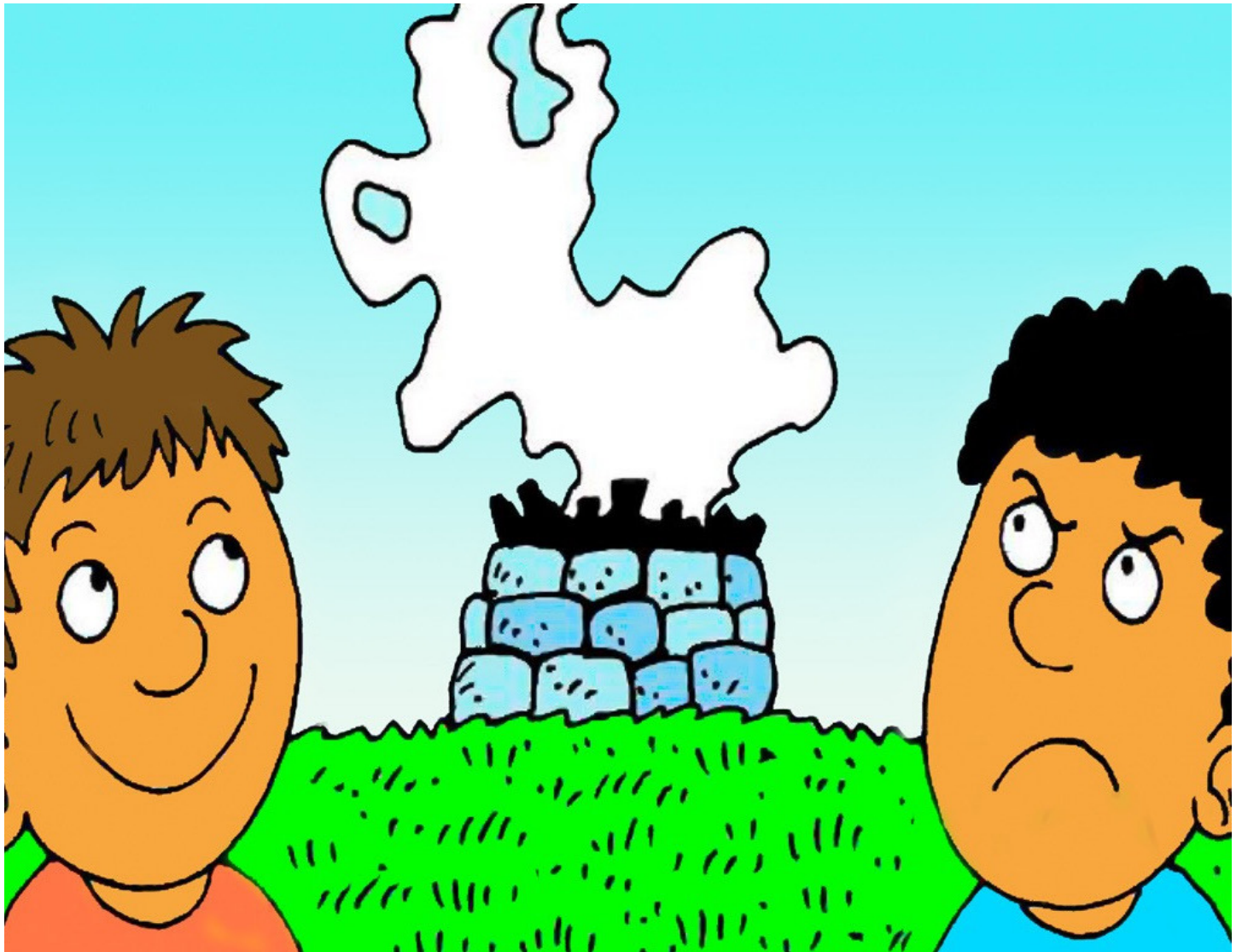
می‌دونست که قائن برادرش رو گُشته؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) درسته، خدا همه چیز رو می‌دونه و می‌بینه. ما نمی‌تونیم چیزی رو از خدا پنهان کنیم. او دوست نداره که ما به دیگران آسیب برسونیم.»

«خدا می‌دونست که قائن چقدر خودخواهه. می‌دونست که قائن به خاطر اینکه فقط به خودش فکر می‌کرد، یه هدیه دیگه نداد. خدا می‌دونست که قائن به خاطر خودخواهی عصبانی شد، چون خدا به جای قائن، از هابیل خوشحال بود. خدا می‌دونست که قائن، هابیل رو گُشت که دیگه مجبور نباشه دوباره هابیل رو ببینه یا به حرفش گوش بده. قائن فقط به فکر خودش بود. می‌خواست که خدا فقط به اون نگاه کنه و نه به هیچ کس دیگه‌ای. به خاطر همین بود که ناراحت شد. به خاطر همین بود که عصبانی شد. به خاطر همین بود که حسودی کرد و هیچ کدوم از اینا خدا رو اصلاً خوشحال نکرد.»

«پس خدا، به خاطر این کار، قائن رو تنبیه کرد (تصویر قائن را روی زانوهایش نشان بدهید). خدا به قائن گفت که از این به بعد، از خاکی که ازش مراقبت می‌کرد و کاری که خیلی دوست داشت، دور می‌شه. از حالا به بعد نمی‌تونه میوه و سبزی پرورش بده؛ چون اونا دیگه براش رشد نمی‌کنن. بدتر از همه اینکه، باید روی زمین آواره بشه (تصویر قائن که آواره شده را نشان بدهید)، این وَر و اون وَر بره، این وَر و اون وَر بره تا وقتی که خیلی خیلی پیر بشه. چه زندگی وحشتناکی! همه این چیزا برای این بود که او خیلی خودخواه بود و به خدا و برادر عزیزش هابیل فکر نکرد.»















## بین (تفکر درباره کاربرد آن)

بگویید: «به نظرتون خودخواهی یعنی چی؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) یعنی اینکه بیشتر به فکر خودمون باشیم و به دیگران کمتر فکر کنیم. وقتی بیشتر به خودمون فکر می‌کنیم، معمولاً چه رفتاری داریم؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) کارهایی رو می‌کنیم که دیگران رو ناراحت می‌کنه. بیاید کلمه «خودخواهی» رو روی این کاغذ و روی یه کاغذ دیگه، کلمه «خودخواه‌نبودن» رو بنویسیم.»

«حالا بیاین به کارها و رفتارهایی فکر کنیم که به خدا و دیگران نشون می‌ده ما خودخواهیم. یعنی وقتی فقط به خودمون فکر می‌کنیم، چه کارهایی انجام می‌دیم. می‌تونین بعضی از این کارها رو به من بگین؟ (اجازه دهید پاسخ دهند و آنها را زیر کلمه خودخواهی بنویسید. پاسخ‌های احتمالی: قُلدری می‌کنیم، فریاد می‌زنیم، دیگران را نادیده می‌گیریم، می‌زنیم، چیزی را با دیگران قسمت نمی‌کنیم، سعی می‌کنیم که اول باشیم.) اینها جواب‌های خیلی خوبی هستن. به نظرتون وقتی خودخواه هستیم، چه نوع احساساتی داریم؟ (پاسخ‌های احتمالی: احساس عصبانیت، حسادت، آزدگی، بی‌صبری.)»

حالا، بیاین به کارها و رفتارهایی فکر کنیم که نشون میدن ما خودخواه نیستیم. می‌تونین بعضیاشون رو به من بگین؟ (اجازه دهید پاسخ دهند و آنها را در زیر کلمه خودخواه‌نبودن بنویسید. پاسخ‌های احتمالی: اجازه بدهیم که دیگران اول باشند، چیزهایی که داریم را با دیگران قسمت کنیم، اجازه بدهیم که دیگران انتخاب کنند، دیگران را تشویق کنیم، به آنها بگوییم که چقدر از انجام این کارشان خوشحال هستیم و به دیگران کمک کنیم.) اینها هم جوابای خیلی خوبی هستن. به نظرتون وقتی خودخواه نیستیم، چه نوع احساساتی داریم؟ (اجازه دهید پاسخ دهند. پاسخ‌های احتمالی: احساس شادی، مراقبت کردن، دوست داشتن، پذیرفتن، آرامش.) کاملاً درسته!»

«حُب، همون طور که توی داستان قائن و هابیل شنیدین، نتیجه خودخواهی ما چیه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند. پاسخ‌های احتمالی: مردم نمی‌خواهند که با ما باشند، ما تنها می‌شویم، دیگران آسیب می‌بینند.) آیا وقتی خودخواهیم، خدا از ما خوشحال می‌شه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) نه، نمی‌شه. او به ما می‌گه که اول به دیگران فکر کنیم و وقتی این کار رو می‌کنیم، می‌تونیم خوشحال باشیم و آرامش داشته باشیم؛ چون خدا از ما خوشحاله، دیگران از ما خوشحالند و حتی ما می‌تونیم از رفتار خودمون خوشحال



باشیم. وقتی خودخواه نیستیم، کارای خوب انجام می‌دیم و این شادی میاره.»

«اگه قائن با برادرش مهربون و بامحبت بود، هر دوتاشون از داشتن یه زندگی شاد و آروم لذت می‌بردن، بچه‌هاشون با هم بازی می‌کردن و همچنان از میوه‌ها، سبزی‌ها و حیوونای زیادی که به‌خوبی مراقبت می‌کردن، لذت می‌بردن. اما به‌جای اینها، به‌خاطر خودخواهی قائن، هابیل مُرد و قائن تنها موند و روی زمین آواره شد.»

« فکر می‌کنین کدوم بهتره؟ خودخواه باشیم یا دیگران رو در اولویت بذاریم و خودخواه نباشیم؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) بیاین این رفتارها رو تمرین کنیم و ببینیم که راجع بهشون چطور فکر می‌کنیم (فهرست شرایط را به آنها بدهید و بخواهید که با یک نمایش، عکس‌العمل‌های خودخواهانه و غیرخودخواهانه را نشان دهند). به‌نظرتون کدوم بهتره؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) بله، خیلی بهتره که خودخواه نباشیم.»

« وقتی که فقط به خودمون فکر می‌کنیم، تنها کسی که خوشحال می‌شه شیطان! اما خدا می‌خواد که ما خودخواه نباشیم. خدا از ما می‌خواد که به فکر دیگران باشیم. همه ما می‌تونیم این کار رو انجام بدیم! خدا به ما کمک می‌کنه که موفق بشیم و دیگران رو در اولویت قرار بدیم. آیا این هفته خودخواه‌نبودن رو تمرین می‌کنین؟ (اجازه دهید پاسخ دهند.) می‌دونم که می‌تونین این کار رو بکنین و تشویقتون می‌کنم که وقتی به خونه برمی‌گردین، این کار رو انجام بدین و با خانواده و دوستانتون وقت بذارین. بیاین با نشون دادن محبت خدا به دیگران، به خدا نشون بدیم که دوستش داریم. بیاین کسایی رو که دوست داریم، در اولویت بذاریم و خدا رو خوشحال کنیم!»



### دعا برای نیازهای کودکان:

از بچه‌ها بپرسید که چه نگرانی‌هایی دارند و از بچه‌های دیگر بخواهید که برای آنها دعا کنند. نباید هیچ فشار و اجباری وجود داشته باشد. فقط بپرسید که چه کسی داوطلب این کار می‌شود. اگر هیچ داوطلبی نبود، معلم خودش برای آنها دعا کند. هیچ نیازی بیش از اندازه کوچک نیست و هیچ کس نباید به خاطر نیازها یا درخواست‌هایش مورد انتقاد یا تمسخر قرار گیرد. وقتی بچه‌ها حرف‌های دلشان را در کلاس مطرح می‌کنند، اطمینان حاصل کنید که رفتار محترمانه و مورد اهمیت واقع شدن وجود داشته باشد. این کلاس باید مکانی امن برای بیان حرف‌های کودکان باشد. همچنین، از آنها بخواهید چیزهایی را که می‌خواهند به خاطر آن از خدا تشکر یا او را ستایش کنند، مطرح کنند. شاید این هفته اتفاق خوبی برای آنها افتاده که به نوعی می‌توانند عمل خدا را در زندگی‌شان ببینند. خیلی خوب است بچه‌ها را تشویق کنید که از سنین کم «برکات» خود را شمرده و خدا را به خاطرشان شکر کنند. بدین وسیله، سپاسگزار خدا، که شایسته آن است، هستند و خدا را با شکرگزاری پرستش می‌کنند.



### آیه حفظی:

اکنون زمان خوبی برای یادگرفتن یک آیه است. آنها را تشویق کنید که آن را به خاطر بسپارند. (آیه حفظی، همان آیه کتاب مقدس است که در بالا عنوان شد).



## ببر (آن را در عمل به کار ببرید)

### کاردستی «من خودخواه نیستم»

برای این کاردستی به کاغذهای رنگی نیاز دارید که بالای هر یک از آنها شرایط گوناگون را از روی فهرست شرایط نوشته یا پرینت کرده‌اید، (کاغذ را به صورت افقی گذاشته و آن را با یک خط؛ از وسط به دو قسمت تقسیم کنید). این کتابچه را با منگنه یا چیزی به یکدیگر متصل کنید.

بگویید: «امروز یه کتابچه درست می‌کنیم. اما قبل از شروع، می‌خوام توضیح بدم که چطوری این کتابچه رو می‌سازیم. اینجا چند تا کاغذ دارم و بالای اون شرایطی نوشته شده که ما هر روز در برخورد با آدم‌ها مواجه می‌شیم. وسط هر کاغذ، یه خطی داره که کاغذ رو به دو قسمت تقسیم کنید (یکی از برگه‌ها را به آنها نشان بدهید).»

«ازتون می‌خوام که یه طرف کاغذ و زیر هر کدوم از شرایط، نقاشی کنین یا بنویسین که توی این شرایط، اگه خودخواه باشین چه عکس‌العملی نشون می‌دین. تمرین آسونیه! مگه نه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). من هم همین فکر رو می‌کنم. اون طرف دیگه کاغذ، نقاشی کنین یا بنویسین که اگه بدون خودخواهی عمل کنین، چی کار می‌کنین. توی این قسمت، شما مراقبت رفتارتون هستین و با محبت عمل می‌کنین، درسته؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). درسته. من می‌دونم که شما به خوبی این کار رو انجام می‌دین، مگه نه؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). باشه، بیاین شروع کنیم!»

نزدیک تمام کردن کارشان، به آنها بگویید: «حُب، امروز کارتون خیلی عالی بود. حالا، می‌خوام روی قسمتی که رفتارهای خودخواهانه رو نشون دادین، یه □ بزنین. این یادتون میاره که این رفتارها نه تنها خدا رو خوشحال نمی‌کنه، بلکه ما و دیگران رو هم ناراحت می‌کنه. می‌تونین این کار رو برای من انجام بدین؟ (اجازه دهید پاسخ دهند). عالیه! (به آنها وقت بدهید).»

«امروز واقعاً بهتون افتخار کردم. شما سخت تلاش کردین تا بفهمین که چطور خدا رو خوشحال کنین



و بدون خودخواهی به دیگران کمک کنین. امروز وقتی به خونه می‌رین، می‌تونین از کتابتون استفاده کنین و به خودتون یادآوری کنین که چطور به دیگران نشون بدین که خودخواه نیستین. می‌تونین چیزی رو که امروز توی کلاس یاد گرفتین، تمرین کنین. می‌دونم که به‌خوبی از پس این تمرین برمیاین. وقتی به کمک بیشتر نیاز دارین، یادتون باشه که از خدا کمک بخواین. او حتماً بهتون کمک می‌کنه! خدا می‌خواد که شما خودخواه نباشین و به دیگران اهمیت بدید! پس ازش بخواین به شما کمک کنه تا رفتارا و کارای جدیدی رو برای خودخواه‌نبودن در برابر دیگران یاد بگیرین. توی این مسیر، خدا شما رو با فکرهای خوبش غافلگیر می‌کنه.»



## فعالیت‌های اضافه:

- تصاویر کتاب داستان، به جای نقاشی کردن داستان
- سرودهایی که با آن بتوانید حرکات مخصوص بسازید. مثلاً در جایی دست بزنید، پای بکوبید، با تغییر حالت صورت احساسی را نمایش دهید و... .
- عروسک نمایشی قائن و هابیل با استفاده از لوله کاغذی دستمال توال
- مسیر مارپیچ قربانی هابیل
- مسیر مارپیچ قائن و هابیل
- احساسات مختلفی را که همه تجربه می‌کنند، به آنها معرفی کنید. بگویید هیچ اشکالی ندارد که این احساسات را داشته باشند، اما شاید روش برخورد ما با این احساسات اشتباه باشد. روش ابراز احساسات مان، می‌تواند خودمان و دیگران را ناراحت کند. درباره این صحبت کنید که چه رفتارهای نادرستی می‌توانند در مقابل این احساسات از خود نشان دهند (ابراز احساسات به روشی که دیگران را ناراحت می‌کند)، و چه رفتارهای درستی می‌توانند در مقابل این احساسات از خود نشان دهند (ابراز احساسات به روشی که دیگران را ناراحت نمی‌کند).
- از برگه احساسات برای گفت‌وگوی بیشتر درباره احساسات منفی و مثبت و تأثیر آنها استفاده کنید.

## راهنمایی‌هایی برای تنظیم فعالیت‌ها بر اساس سنین پایین‌تر یا بالاتر:

### برای زیر ۴ سال:

- تصاویر رفتارهای خودخواهانه و غیرخودخواهانه را به همراه داشته باشید تا بتوانند این تصاویر را استفاده کرده و کتابچه خود را درست کنند.
- به جای خط‌کش، از وسایلی استفاده کنید که گرفتن آن آسان‌تر باشد؛ چون عکس‌العمل آنها کندتر است و به این ترتیب دست‌پاچه نمی‌شوند.

### برای بالای ۱۱ سال:

- آنها را به چالش بکشید. این هفته به دیگران نشان بدهند که خودخواه نیستند، بلکه به دیگران اهمیت داده و به فکر آنها هستند. آنها می‌توانند هفته آینده پنج راه مختلفی که برای انجام این کار در طول هفته به کار برده‌اند را به شما بگویند. به آنها جایزه بدهید.



## ارزیابی درس: خودآزمایی

- ۱- آیا بچه‌ها توانستند بعد از کلاس این داستان را با کلمات خود تعریف کنند؟
- ۲- آیا بچه‌ها فهمیدند که قائل خودخواه بود، نخواست هدیهٔ بهتری به خدا بدهد و به برادرش هابیل آسیب رساند؟
- ۳- آیا بچه‌ها تفاوت بین خودخواه‌بودن و خودخواه‌نیودن را فهمیدند و به عواقب این دو رفتار پی بردند؟
- ۴- آیا بچه‌ها احساس کردند که خودخواهی، برای خدا و دیگران، رفتار ناخوشایندی است؟
- ۵- آیا بچه‌ها به موضوع توجه داشتند و توانستند فعالیت‌ها را با علاقه و بدون کلافگی یا کمبود وقت انجام دهند؟
- ۵- آیا توانستند کاردستی را خودشان بدون دخالت معلم تکمیل کنند؟ (کمک کنید، اما دخالت نکنید.)
- ۶- آیا بچه‌ها بعد از این فعالیت‌ها دلگرم و تشویق شدند، یا احساس شرمساری کردند؟ (در اینجا لازم است که آنها را تشویق کنید.)



## تکلیف در منزل برای کودکان

- تمرین کنند که دیگران را بر خود مقدم بدانند و وقتی دچار کشمکش می‌شوند، از خدا کمک بخواهند به آنها آگاهی بیشتری بدهد تا بدانند که چطور می‌توانند خودخواه نباشند.
- آیهٔ حفظی را به‌خاطر بسپارند (در این قسمت، جایزه آنها را تشویق می‌کند).



## خداحافظی:

سرود خداحافظی



### تو چه کار می‌کنی؟

۱. دوست‌تان با اسباب‌بازی موردعلاقه شما بازی می‌کند، اما شما آن را می‌خواهید.
۲. شما در یک جشن هستید و فقط یک تکه کیک شکلاتی باقیمانده است. شما آن را می‌خواهید، اما شاید دیگران هم آن را بخواهند.
۳. مادرتان به شما گفته است که وقتی از مدرسه به خانه برمی‌گردید، ژاکت خود را سر جایش بگذارید. اما شما امروز خسته هستید.
۴. شما با سه نفر از دوستان خود بیرون هستید و فقط سه تا آبنبات دارید.
۵. شما می‌خواهید بعد از مدرسه به پارک بروید، اما مادرتان اجازه نمی‌دهد.
۶. معلم شما با بهترین دوست شما خیلی صحبت می‌کند و ظاهراً او را بیشتر از شما دوست دارد.
۷. شما یک دختر کوچک (یا حتی یک خاتم مسن) را در خیابان می‌بینید. او نیاز دارد که چیزی بخورد.
۷. شما یک خانم مسن را می‌بینید که نمی‌تواند کیسه خرید خود را به خانه‌اش ببرد.
۹. مادرتان خسته است و ظرف‌های زیادی در ظرفشویی است.
۱۰. شما در حال تماشای کارتون هستید، اما برادرتان می‌خواهد برنامه دیگری را تماشا کند.





اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

# من خودخواه نیستم



اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

دوست شما با اسباب بازی مورد علاقه شما بازی می کند و شما آنرا می خواهید.



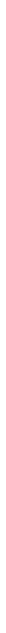


اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

شما در یک جشن هستید و فقط یک تکه کیک شکلاتی باقیمانده است.  
شما آنرا می خواهید، اما شاید دیگران هم آنرا بخواهند.



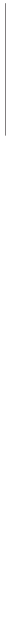


اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

مادرتان به شما گفته است که وقتی از مدرسه به خانه برمی گردید،  
ژاکت خود را سر جایش بگذارید، اما شما امروز خسته هستید.





اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

شما با سه نفر از دوستان خود در بیرون هستید فقط سه تا آبنبات دارید.





اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

شما می خواهید بعد از مدرسه به پارک بروید، اما مادرتان اجازه نمی دهد.





اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

معلم شما با بهترین دوست شما خیلی صحبت می کند و ظاهراً او را بیشتر از شما دوست دارد.





اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

شما یک دختر کوچک (یا حتی یک خانم مسن) را در خیابان می بینید و او نیاز دارد که چیزی بخورد.







اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

شما یک خانم مسن را می بینید که نمی تواند کیسه خرید خود را به خانه اش ببرد.





اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

اینجا منگنه کنید

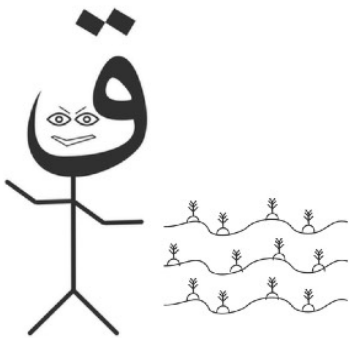
دوست شما با اسباب بازی مورد علاقه شما بازی می کند و شما آنرا می خواهید.





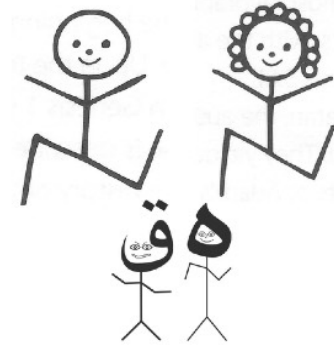
طراحی داستان

قائن را در کنار مزرعه هویج بکشید. با خطوط موجدار، زمین را بکشید و با استفاده از C و V هویجها را بکشید.



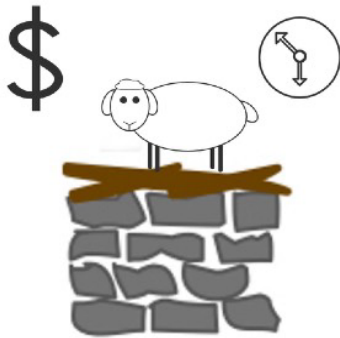
۲

آدم و حوا را با قائن و هابیل بکشید. از ق و ه برای سر قائن و هابیل استفاده کنید.



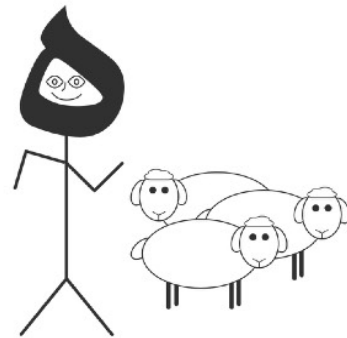
۱

یک منبج بکشید که یک گوسفند بر روی آن است. یک علامت \$ و یک ساعت اضافه کنید.



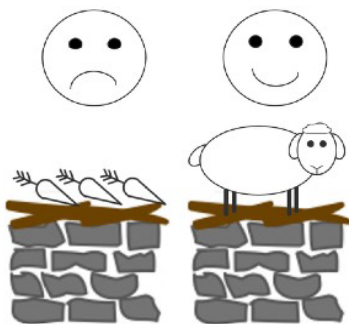
۴

هابیل را در کنار گوسفندان بکشید. با استفاده از بیضی، سر و بدن و گوش و دم بکشید. با استفاده از Y دهان بکشید و با O چشم و با استفاده از خطوط، یاها را بکشید.



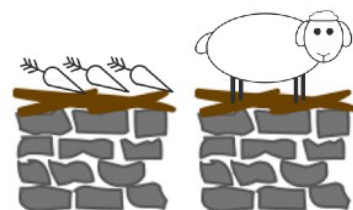
۳

بر بالای منبجی که هویج دارد، یک چهره غمگین بکشید. بر بالای منبجی که گوسفند دارد، یک چهره شاد بکشید.



۶

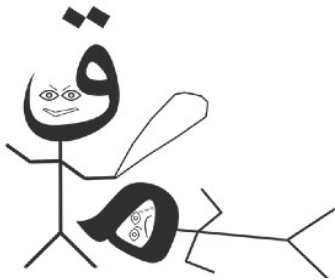
دو منبج بکشید. بر روی یکی از آنها یک گوسفند است و بر روی دیگری هویج.



۵

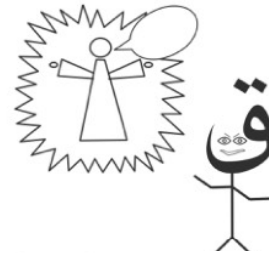


قائن را با یک تکه چوب و هابیل را درحالی‌که  
بر روی زمین افتاده، بکشید.



۸

با استفاده از چند مثلث و دایره، خدا را بکشید و با استفاده از خطوط  
زیگ‌زاگ، نور را نشان بدهید. قائن را بکشید. یک صفحه گفتگو برای  
خدا بکشید که نشان بدهد که او در حال صحبت است.



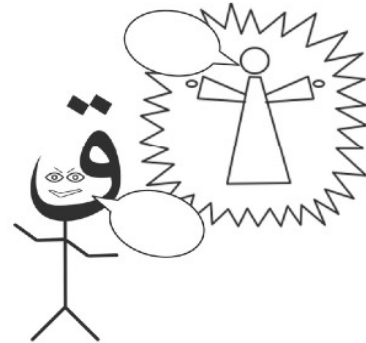
۷

قائن را با یک چمدان بکشید.

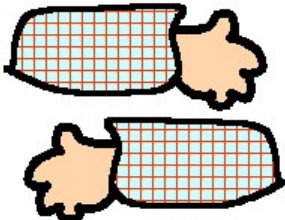
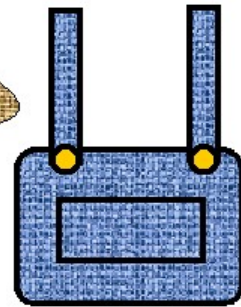
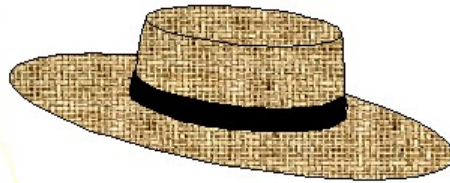
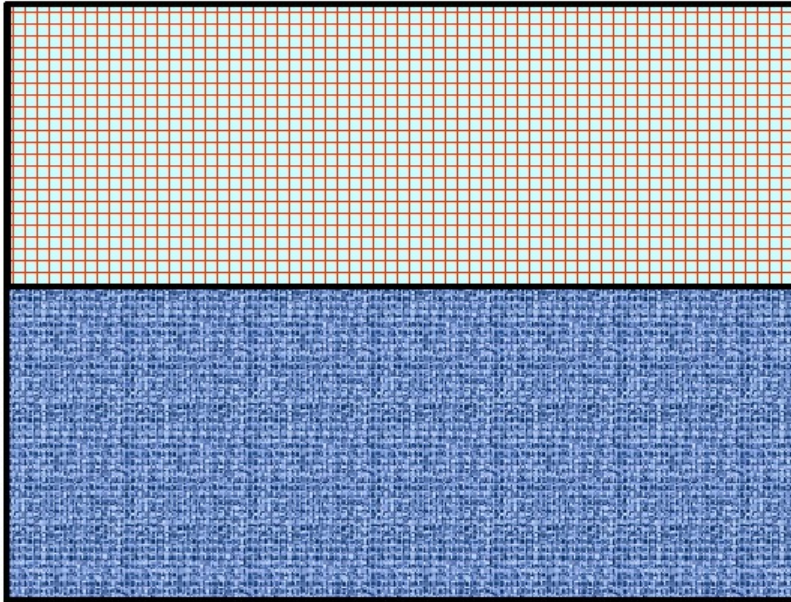


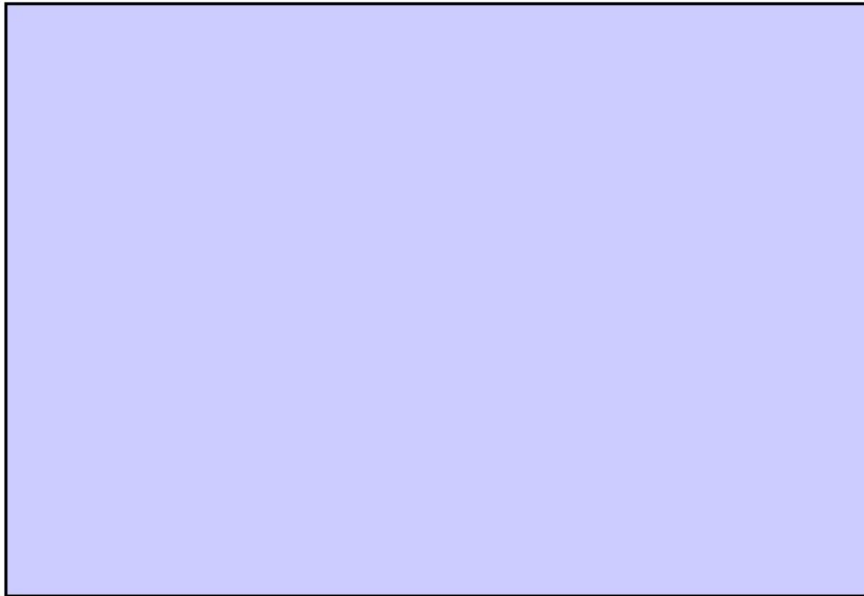
۱۰

خدا و قائن را بکشید. یک صفحه گفتگو در کنار خدا بکشید که نشان  
می‌دهد که با قائن صحبت می‌کند و یک صفحه گفتگو در کنار قائن  
بکشید که نشان می‌دهد که او با خدا صحبت می‌کند.

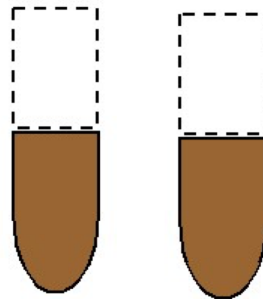


۹





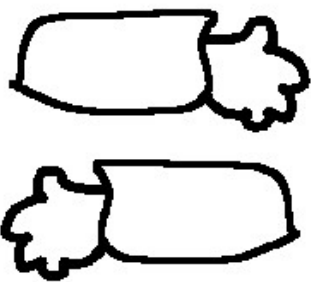
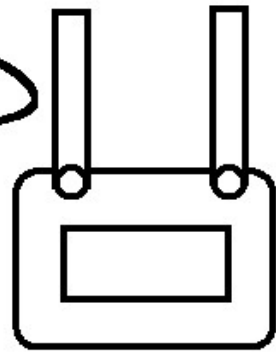
کمر بند

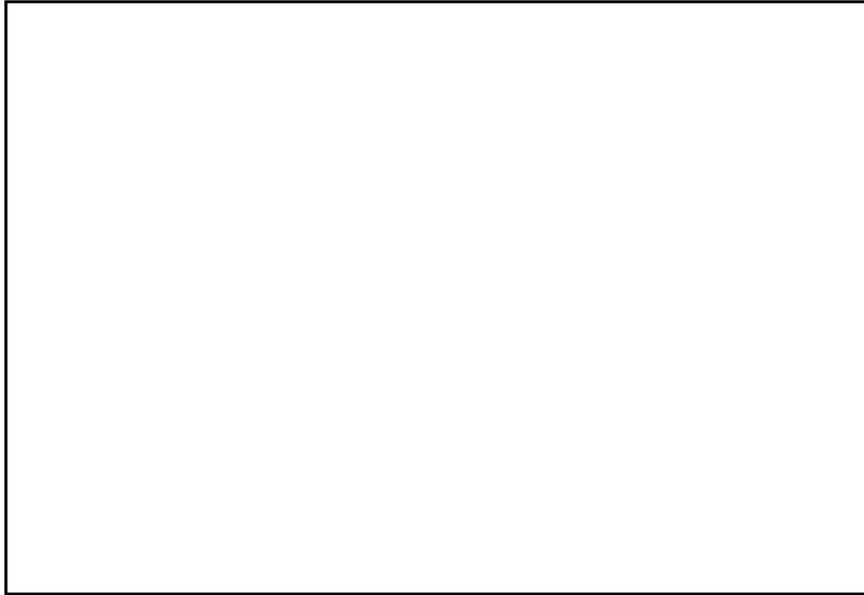


برگه را تا کنید و  
به عنوان پاها،  
زیر لوله دستمال  
توالت بچسبانید

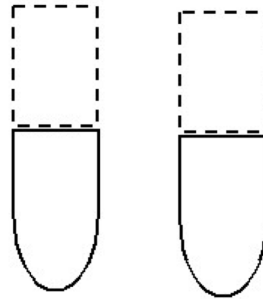


در کنار پاها یا  
دستها بچسبانید





کمر بند



برگه را تا کنید و  
به عنوان پاها،  
زیر لوله دستمال  
توالت بچسبانید

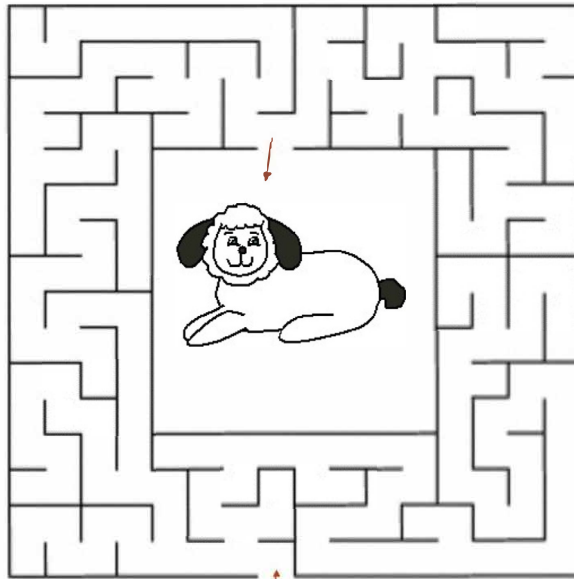


در کنار پاها یا  
دستها بچسبانید





## مسیر ماریچ (قربانی هابیل)



کمک کنید که هابیل قربانی کامل را پیدا کند





## پازل کانون شادی بچه ها- احساسات درهم و برهم

### احساسات درهم و برهم

(کلمات درهم و برهم) بچه ها به کلمات نظم بخشیده و برای شناسایی احساساتی که ممکن است در طول هفته داشته باشند، از چهره های شاد و غمگین استفاده می کنند.

**موضوع:**  
احساسات

### وسایل:

پازل کلمات برای هر یک از بچه ها  
مداد یا ماژیک

### مدت زمان:

تقریباً ۱۰ دقیقه

### چه کار کنید:

به هر بچه یک مداد یا ماژیک و یک کپی از پازل کلمات درهم و برهم را بدهید. درباره این صحبت کنید که چگونه راحتی احساسات ما به هم می ریزد و شاید همیشه عمل مناسبی نداشته باشیم. اما با کمک خدا، بیشتر وقتها به درستی عمل خواهیم کرد. توضیح بدهید که این پازل شامل کلمات درهم و برهم است که احساسات مختلف را توصیف می کند، احساساتی که شاید در طول هفته با آن مواجه شوند. بعد از نظم بخشیدن به هر کلمه، باید دور چهره شاد یا غمگین دایره بکشند و نشان بدهند که آیا این احساس، یک احساس شاد است یا غمگین.

### سوالاتی برای گفتگو: (اختیاری)

۱. چند احساس منفی وجود داشت؟ کدام احساسات هستند؟ (شش: نفرت، خشم، ترس، احساس گناه و شک)
۲. چند احساس مثبت وجود داشت؟ کدام احساسات هستند؟ (پنج: شادی، خوشی، رحم، تعجب و محبت)
۳. چرا احساسات، بخش مهمی از زندگی هستند؟ (اجازه بدهید که پاسخ بدهند)

### اختیاری:

برای اینکه این پازل را برای بچه های بزرگتر، دشوارتر کنید، می توانید قسمت راهنمایی را از انتهای صفحه حذف کنید.

© Kids Sunday School Place, Inc. All Rights Reserved.

<https://www.kidssundayschool.com/gradeschool/puzzles/mixed-up-emotions>



## احساسات درهم و برهم

کلمات زیر درهم و برهم است. این کلمات را منظم کرده و احساسات مختلفی را که ممکن است در طول یک هفته عادی داشته باشیم، پیدا کنید. اگر این یک احساس مثبت است، دور چهره شاد دایره بکشید یا اگر یک احساس منفی است، دور چهره آخمو دایره بکشید.

ن ت ر ف -----

م غ -----

م ش خ -----

ر ت س -----

س ا س ا ح ن ا گ ه -----

ی ا ش د -----

ی ش و خ -----

ک ش -----

ح ر م -----

ج ب ع ت -----

ح ب م ت -----

راهنمایی: خشم، رَحْم، شک، ترس، احساس گناه، شادی، نفرت، خوشی، محبت، غم، تعجب









## منابع

تصاویر داستان و زمینه پازلها

The Gigantic Book of Bible Stories, Copyright 2013 by Tyndale House Publishers Inc.,  
Carol Stream Illinois, USA, 60188

راهنمای طراحی داستان

Kids Time Curriculum God's Big Picture Leaders Guide, Copyright 1999 by Gospel Light,  
Ventura CA, USA,

دستور خمیر بازی

<https://livingwellmom.com/easyrecipe-print/9533-0/>





## منابع

راهنمای طراحی داستان با کمک

Kids Time Curriculum God's Big Picture Leaders Guide, Copyright 1999 by Gospel Light, Ventura CA, USA, 93006. (نباید برای تبلیغات بازرگانی، آگهی یا فروش یک محصول یا خدمات بکار رود.)

مجاز به استفاده برای خدمت می، Sweet Publishing/freebibleimages.org | استناد صحیح بر باشد.

مسیر ماریچ قائن و هابیل، برگرفته از

<http://www.dltk-bible.com/t.asp?t=http://www.dltk-bible.com/mazes/c-maze-rothers.gif>

مسیر ماریچ قربانی هابیل، برگرفته از

<http://www.dltk-bible.com/t.asp?t=http://www.dltk-bible.com/mazes/c-maze-abel.gif>

توصیف فعالیت احساسات درهم و برهم، برگرفته از

[www.kidssundayschool.com](http://www.kidssundayschool.com)

منظم ساختن احساسات درهم و برهم، برگرفته از

[www.kidssundayschool.com](http://www.kidssundayschool.com)

الگوی کاردستی عروسک نمایشی هابیل با استفاده از لوله کاغذی دستمال توال، برگرفته از

<http://www.dltk-bible.com/mabel.htm>

الگوی کاردستی عروسک نمایشی قائن با استفاده از لوله کاغذی دستمال توال، برگرفته از

<http://www.dltk-bible.com/mcain.htm>

برخی از تصاویر خودخواهی و عدم خودخواهی، خریداری شده از

[www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

برخی از تصاویر خودخواهی و عدم خودخواهی، برگرفته از

[Dreamstime.com](http://Dreamstime.com)

