



RISING  ABOVE
MINISTRIES

اتصل بنا

الموقع الإلكتروني
risingaboveministries.org

الهاتف والبريد الإلكتروني
931.526.7473
info@risingaboveministries.org

انستغرام وفيسبوك
@risingaboveministries



كيف يُستخدم هذا المورد؟

يمكن البحث في هذا المورد كموضوع دراسة ضمن مجموعة صغيرة أو كموضوع تأمل ودراسة منفردة.

إذا كنت تدرسين هذا المنهج ضمن مجموعة صغيرة، يمكنك تحميل وطباعة نسخة فردية لكل شخص من المجموعة. إنَّ القسم الأول بعنوان "اليوم، أنا ممتنة..." مخصص لبدء كل جلسة بالإمتنان.

بعد ذلك يمكن لقائدة المجموعة أن تتناول أسئلة المناقشة واحدة تلو الأخرى ويتمّ تحديد مدى وقت المجموعة نسبةً للمحادثات القائمة.

إنَّ "الخطوة التالية" هي وسيلة مناسبة لك للتعمق في الموضوع أكثر. يمكنك العمل على الخطوة التالية كـ"واجب منزلي" بعيداً عن المجموعة أو يمكن الإستمرار بمناقشتها خلال وقت المجموعة الصغيرة.

نودّ أن نسمع تعليقاتك. تواصلنا معنا عبر البريد الإلكتروني info@risingaboveministries.org.

شكراً لكنّ ونأمل أن تنتج عن مجموعاتك الصغيرة تعمق في علاقاتك مع بعضك البعض ومع أبنائنا السماوي.

وَلَكِنْ مُبَارَكُ الرَّجُلِ الَّذِي يَتَّكِلُ عَلَى
الرَّبِّ، وَيَتَّخِذُهُ مُعْتَمِداً لَهُ،

فَيَكُونُ كَشَجَرَةٍ مَغْرُوسَةٍ عِنْدَ
المِيَاهِ، تَمُدُّ جُذُورَهَا إِلَى
الجَدُولِ،

وَلَا تَخْشَى اشْتِدَادَ الْحَرِّ الْمُقْبِلِ، إِذْ
تَظَلُّ أَوْراقُهَا خَضِرَاءَ، وَلَا يُفْزَعُهَا
القَحْطُ لِأَنَّهَا لَا تَكْفُ عَنِ الإِثْمَارِ.

إرميا ١٧: ٧-٨

RISING ABOVE
MINISTRIES



هذه دراسة مصاحبة للكتاب المقدس ومصممة لمرافقة محتوى الفيديو الذي صوّر في الخلوّة المنظّمة تحت شعار "صامدة" خلال حدث *By the Brook 2020* الافتراضي.

المحتويات

الجلسة الأولى - المقدّمة

الجلسة الثانية - الأمّهات الصّامدات جذورهن عميقة

الجلسة الثالثة - الأمّهات الصّامدات يعلمن كيف يعدن تحديد ظروفهنّ

الجلسة الرابعة - الأمّهات الصّامدات يَحْتَضِنُ النّضال

الجلسة الخامسة - ماذا يقول الكتاب المقدّس عن الصّمود؟





الجلسة الأولى المقدمة

"اليوم، أنا ممتنة لـ..."

قبل ان تبدئي...

خذي بضعة دقائق للبحث في التعريفات المختلفة لكلمة صامد.

١- كيف تصفين شخصاً صامداً؟

٢- من هو الشخص الذي تعتبرينه صامداً؟ ما هي الصفات المحددة التي تميز هذا الشخص عن شخص آخر يجد صعوبة في الإرتداد من المحن؟

٣- إقرئي إرميا ١٧:٥-٦. ما نوع الأشخاص المذكورة في الآية ٥؟ وكيف توصفهم الآية ٦؟ كيف تُنسب هذه الآيات إلى حياتنا كوالدين لأولاد من ذوي الإحتياجات الخاصة؟

٤- في الآية ٥، يشارك إرميا تحذير الله بشأن الثقة في "البشر". نحن كأولياء أمور ذوي الإحتياجات الخاصة، من هم "البشر" الذين ننجذب إلى وضع ثقتنا فيهم؟

٥- يميل العديد من أهل ذوي الإحتياجات الخاصة إلى الإعتماد على قوتهم الخاصة. ما هي غالباً النتيجة؟

٦- نفضّل دائماً أن نضع أملنا وثقتنا في الأشياء الملموسة. ما هي كلمات التحذير التي تقدّمها سفر الأمثال ٣:٥؟

٧- إقرئي إرميا ١٧:٧-٨. بناءً على هذه الآيات، من أين يأتي الصمود الحقيقي؟



الخطوة التالية

هل هناك مجالات محدّدة في حياتك تكافحين فيها من أجل الثقة بالرّب؟ صلّي وادعي الرّب إلى تلك الأمور. إطلبني منه شفاء تلك الآلام ومساعدتك في الإتكاء عليه والثقة به حتّى لو كان ذلك صعباً.



الجلسة الثانية الأمّهات الصّامدات... جذورهن عميقة

"اليوم، أنا ممتنة لـ..."

أسئلة للمناقشة ...

إقرئي إرميا ١٧: ٧-٨ قبل أن تبدئي

١- الأمّهات الصّامدات يتواصلن، كلّ يوم وباستمرار، مع الرّب بإعتباره مصدرهنّ الأساسيّ لكلّ ما يحتجنه. ما هي بعض الإحتياجات التي لديك أو لدى عائلتك حالياً؟ هل تثقين في الرّب لتلبية تلك الإحتياجات أم أنّك تعتمدين أكثر على قوّتك الشخصيّة أم أنّك تثقين في "البشر"؟

٢- ما هي ردّة فعلك النّموجيّة الأولى أمام العواصف والتّجارب التي تواجهك؟

٣- صفي جذور الأشجار في الآية ٨. كيف تؤثر جذورها على ظروفها؟

٤- إن لم تكن جذورنا عميقة، ماذا يحدث عندما تعترض التّجارب طريقنا؟

٥- ما هي الطّرق العمليّة المحدّدة التي تتواصلين بها يوميّاً مع الرّب؟ هل توجد تطبيقات أو دراسات وجدتتها مفيدة لك؟



٦- في الكثير من الأحيان، تقع أمّهات ذوي الإحتياجات الخاصّة في فخ محاولة السيطرة على مواقف أو أشخاص معيّنين. ما هي نتيجة هذه السيطرة؟ كيف يمكن للسعي بجهد إلى السيطرة أن يمنع جذورنا من التّعمّق؟

٧- كيف يمكن أن تساعدنا الثّقة في الرّب على التّخلي عن السيطرة في المواقف والظروف التي ليس مطلوباً منّا السيطرة عليها؟

٨- كيف أثرت الصّلاة على مسيرتك كأم لذوي الإحتياجات الخاصّة؟

الخطوة التّالية

يجب علينا القيام كلّ يوم بأعمال لمساعدة جذورنا على النّموّ عميقاً في الرّب. اذا لم يكن لديك حالياً خطة يوميّة ثابتة لطلب الرّب، ضعي خطة تناسبك والتزمي بمتابعتها خلال التّلاثين يوماً القادمة. على أمل أن تصبح هذه الخطة نمطاً يوميّاً تحببينه وتتطلّعين إليه. ربّما حتّى ستستمرّين بهذا الرّوتين بعد التّلاثين يوماً الأولى.



الجلسة الثالثة الأمّهات الصّامدات... يعلمن كيف يعدن تحديد ظروفهنّ

"اليوم، أنا ممتنة لـ..."

أسئلة للمناقشة ...

- ١- هل أنّ العقبات أو العوائق تحثك إلى المضي قدماً إلى الأمام، أم أنّك تجدين طرقاً لتفاديها؟
- ٢- ما هي بعض الصّفات التي تلاحظينها في الأشخاص القادرين على تجاوز العوائق؟
- ٣- عندما تواجهين محنة، هل تجدين نفسك عالقة في الـ "لماذا؟" (لماذا حدث هذا؟ ولماذا حدث لعائلتنا؟) هل تطلبين من الله الإرشاد حول كيفية المضي قدماً؟
- ٤- ما هي الأشياء المحدّدة التي يمكننا القيام بها لمساعدتنا على تجاوز الـ "لماذا؟"
- ٥- أنّ إدخال الإمتنان إلى قلبنا هو إحدى الطّرق التي نعيد بها تحديد ظروفنا. كيف يبدو ذلك في حياتك؟ كيف يمكننا أن نجعل الإمتنان جزءاً من حياتنا اليوميّة؟
- ٦- شاركي وقتاً استجاب فيه الله لصلاة معيّنة في حياتك. كيف يمكن أن يساعدنا تذكّر هذه الصّلوات المستجابة في الأوقات التي نشعر بها بأننا فقدنا السيطرة على ظروفنا؟



الخطوة التّالية

هناك طريقة أخرى لإعادة تحديد ظروفنا وهي البحث عن إيجابيات هذه الظروف حتى ولو بدا وكأنه لا يوجد فيها أيّ أمر إيجابي. نحن لا ندعي أنّ هذا سيكون سهلاً ولكنّه سيحدث فرقاً. اصنعي قائمة تدوين فيها ثلاثة تحديات تواجهك وتواجه عائلتك وطفلك من ذوي الاحتياجات الخاصّة. الآن، ضعي على القائمة، إجابيّة واحدة على الأقل، مقابل كل تحدي مدرّج في اللائحة.



الجلسة الرابعة الأمّهات الصّامدات... يَحْتَضِنُ النَّضال

"اليوم، أنا ممتنة لـ..."

أسئلة للمناقشة ...



١- ما هي بعض الصّراعات التي تواجهها عائلتك حالياً؟

٢- كيف تكون ردّة فعلك عادةً عند حدوث أزمة ما؟

٣- ماذا يعني "إحتضان النّضال"؟

٤- كيف يمكن أن يساعدنا إحتضان النّضال لكي نكون صامدات عندما نواجه الزّواجع في حياتنا؟

٥- شاركنا مثلاً عن وقت واجهت فيه صراعاً. ماذا تعلّمت من تلك التّجربة؟ كيف ساعدتك على التّمو؟

٦- ماذا يحصل عندما لا يتقبّل الوالدان حياتهم كعائلة ذات إحتياجات خاصّة، ما هي النّتيجة؟ ماذا تقولين لوليّ أمر يناضل من أجل تقبّل حياته؟

الخطوة التّالية

في أوائل الثّمانينيات، كانت هناك تجربة أجريت في الصّحراء لمحاولة إنشاء بيئة معيشيّة مثاليّة للإنسان والنباتات والحيوانات. أطلق عليها اسم "بيودوم". شيّد العلماء قبة زجاجيّة كبيرة، وملأوا داخلها بضوء مفلتر، وهواء نقيّ وماء - كلّ ما قد يحتاجه أي نبات أو كائن حي للبقاء على قيد الحياة. عاش البشر والنباتات في البيودوم لعدة أشهر على التّوالي ونما كل شيء بشكل مثالي... ما عدا الأشجار. دُهِش العلماء عندما رأوا أنّ الأشجار كانت بكل بساطة تنقلب وتقع أرضاً كلّما تصلّ إلى إرتفاع معيّن. كان العلماء حائرين من هذا الأمر إلى أن أدركوا يوماً ما أنّ هناك عنصراً طبيعياً واحداً مفقوداً في البيودوم وهو... الرّيح. في الواقع تعتبر الرّيح عنصراً مهمّاً جدّاً لنمو الأشجار. عندما تهبّ الرّيح باتجاه الشّجرة، يتعمّق نظام جذورها في التّربة، ممّا يؤدّي إلى دعم أفضل للشّجرة أثناء نموّها لتصبح أكثر إرتفاعاً. كيف يمكن أن تتغيّر وجهة نظرك حول الصّراعات التي تواجهها عائلتك إذا اعتبرت أنّها "رياحاً" تجعل جذورك تنمو وتعمّق أكثر. كيف يمكن لهذه الصّراعات أن تساعد عائلتك على الوقوف أقوى معاً؟



الجلسة الخامسة

ماذا يقول الكتاب المقدس عن الصمود؟

"اليوم، أنا ممتنة لـ..."

أسئلة للمناقشة ...

تجددين أدناه أمثلة من آيات الكتاب المقدس التي تتعلق بالصمود. إقرئي وناقشي كل آية على حدة مع مجموعتك.



كورنثوس الثانية ٤: ٨-٩

مزمور ٣٧: ٢٣-٢٤

فيلبي ٣: ١٣-١٤

رومية ١٢: ٢١

يعقوب ١: ١٢

أمثال ٢٤: ١٦

يشوع ١: ٩

غلاطية ٦: ٩

رومية ٥: ١-٥

الخطوة التالية

ابحثي عن آيات أخرى في الكتاب المقدس تتحدث عن البقاء صامدة. إختاري البعض منها التي تعتبرينها معبرة أكثر بالنسبة إليك واحفظيها حتى تتمكني من تذكّرها بسهولة في اللحظات التي تحتاجين فيها إلى تذكّر الحقيقة. يمكنك وضع آية أو اثنتين من آياتك المفضّلة في أرجاء المنزل حيث يمكنك رؤيتها طوال اليوم.



شكراً على إستخدام موارد ! Rising Above Ministries

هناك العديد من الطرق للتواصل مع **Rising Above**!



اعثر علينا على risingaboveministries.org للمزيد من الموارد المشابهة!



قم بتنزيل تطبيقنا Rising Above من أي متجر تطبيقات للبقاء على إئصال دائم
وللاطلاع على جميع الأحداث والموارد الجديدة المتاحة!
المزيد من المعلومات على <https://subsplash.com/risingaboveministries/app>



تابعنا على وسائل التواصل الإجتماعي @risingaboveministries



استمع إلى البودكاست الموجود على معظم المنصات! المزيد من المعلومات على
risingaboveministries.org/podcast