

yksin vaan ei yksinäinen



avaintekstit

1. Moos. 3:8; Sananl. 18:24; Matt. 14:23; 19:13-15; 26:36; Mark. 1:35; 6:45-48; 14:6, 32; Luuk. 4:42; Joh. 8:29.



tavoitteet

Nuori:

1. ymmärtää yksin olemisen ja yksinäisyyden välisen eron.
2. ymmärtää, että hän voi auttaa, kun joku on yksinäinen.
3. etsii Kristuksen ja Isän välisestä suhteesta vinkkejä siitä, miten voi voittaa yksinäisyyden.



materiaalit

ei tarvikkeita.



johtajalle

Jumala ei luonut ihmisiä olemaan yksin. Meidät on luotu sosiaalisiksi olennoiksi, jotka kaipaavat olla vuorovaikutuksessa toistensa ja Jumalan kanssa. Heti alussa Jumala oli läheisessä yhteydessä luotuihinsa. Hän ei halunnut heidän olevan yksinäisiä (vaikka heitä olikin kaksi), joten hän kävi tapaamassa heitä "iltapäivän viiletessä" (1. Moos. 3:8).

Jumala pyrkii vielä nykyäänkin henkilökohtaiseen suhteeseen ihmisten kanssa – suhteeseen, joka täyttää yksinäisyyden synnyttämän aukon ihmissydessä. Yksin oleminen on kuitenkin myös arvokasta, koska voimme silloin paremmin keskittyä vuorovaikutukseen Jumalan kanssa.



lämmittely

A. Soita oppilaiden saapuessa rauhallista taustamusiikkia (nauhalla tai liveinä). Pidä tila himmeästi valaistuna ja luo rauhallinen ilmapiiri sytyttämällä tuoksu-kynttilä. Oppilaiden tullessa huoneeseen, jaa heille kirjekuoret, joissa on seuraavat ohjeet: "Vietä hetki (10-15 minuuttia) itsekseksi hiljaisuudessa. Älä puhu kenellekään. Etsi itsellesi rauhallinen paikka ja käy istumaan. Voit lukea

hiljaa Raamattua (esim. Matt. 14:23; Mark. 6:45-48; Joh. 8:29.)"

Kun mainittu aika on kulunut, keskustelkaa yhdessä ajatuksista, joita oppilailla oli tai asioista, joita he ehkä oppivat hiljaisuuden aikana. Keskustelkaa yksinolon ja yksinäisyyden välisestä erosta sekä siitä, että Jeesus käytti yksinoloa elämässään voimanlähteenä.

B. Pyydä oppilaita asettumaan riviin seinän luo. Oppilaiden tulisi olla yhdessä rivissä olkapää olkapäätä vasten. Esitä seuraavat kuvaukset. Jos kuvaus pätee oppilaaseen, hänen tulee astua askel eteenpäin. Jos ei, hän joutuu pois pelistä ja jää loppupelin ajaksi paikalleen (vaikka joku myöhemmistä kuvauksista pitäisikin paikkansa hänen kohdallaan). Aloita nostamalla joku kuvauksista hatusta ja lukemalla se ääneen. Jatka, kunnes joku "voittaa" (jää viimeiseksi jäljelle) tai, kunnes "voittajat" pääsevät vastakkaiselle seinälle.

Esimerkkejä kuvauksiksi:

- Kengissäsi on nauhat.
 - Sinulla ei ole päällä sukkaa eikä sukahousuja.
 - Toit Raamatun mukanasi.
 - Sukunimessäsi on vähintään kolme tavua.
 - Sinulla on kampa tai harja mukanasi.
 - Asut alle 3 kilometrin päässä täältä.
 - Molemmat vanhempasi ovat kotona juuri nyt.
 - Puhelinnumerosi viiden viimeisen numeron summa on enemmän kuin 20.
- Keskustelkaa jälkeensä lyhyesti, millä tuntui joutua pelistä pois. Olivatko kuvaukset tasapuolisia kaikkia kohtaan? Millä tuntui jäädä pois pelistä syistä, joihin ei pysty itse vaikuttamaan? Millä tavalla harjoitus muistuttaa tosielämää?

C. Kokoa etukäteen yksinäisyyteen liittyvää materiaalia – laulujen sanoja, trefisivuja netistä, lehtien neuvontapalstoille tulleita kirjeitä, teini-ikäisten itsemurha- tai päihdetilastoja ym.

Kysy oppilailta, miksi on olemassa yksinäisyyttä, mistä se syntyy ja mistä yksinäisten tulisi hakea apua. Miettikää tapoja, joilla ihmiset pyrkivät pääsemään eroon yksinäisyydestä: sokkotreffit, henkilökohtaista-palstat, sinkubaarit, klubit, kirjeenvaihtopalstat jne. Pyydä oppilaita arvioimaan seuraavien väitteiden totuudenperäisyyttä.

- "Ihmisen yksinäisyys ei ole muuta kuin hänen elämänpelkoaan." (Eugene O'Neill)
- "Yksinäisyys on hengelle sama kuin dieetti ruumiille - tarpeellinen mutta kuolettava, jos se jatkuu liian pitkään." (Vauvenargues)
- "Mikä yksinäisyys olisi epäluottamusta yksinäisempää?" (George Eliot) ...
- "Yksikään ihminen ei ole yksinäinen syödessään spagettia – se vaatii niin paljon huomiota." (Christopher Morley)
- "Yksinäisyyttä on kestää sellaisen henkilön seuraa, joka ei ymmärrä." (Elbert Hubbard)



SANAAN UPPOUTUMINEN

A. Selitä oppilaille, että yksinäisyydellä ja yksinololla on eroa. Jeesus haki voimaa yksinolosta (Mark. 14:32). Hän hakeutui yksinäisyyteen puhuakseen Isänsä kanssa (Mark. 1:35) ja selvittääkseen ajatuksiaan.

Pyydä vapaaehtoisia lukemaan ääneen Matt. 26:36-56 ja Mark. 14:35-52. Keskustelkaa:

- Kaipaanko joskus yksinoloa? Milloin ja missä?
 - Onko yksinäisyys paha asia? Miksi tai miksi ei?
 - Mitä teet, kun tunnet olosi yksinäiseksi?
- Pyydä vapaaehtoisia lukemaan ääneen Joh. 16:32 ja 8:16.

Keskustelkaa:

- Mitä voimme oppia Jeesuksen yhteydestä Jumalaan?
- Miten voi käyttää yksinoloa aseena yksinäisyyttä vastaan?

B. Kertomus Martan ja Lasaruksen sisikosta Mariasta on hieno esimerkki siitä, ettei Jeesus halunnut jättää ketään yksin. Pyydä vapaaehtoisia lukemaan Raamatusta kertomus siitä, kun Maria voiteli Jeesuksen jalat kalliilla öljyllä (Mark. 14:3-9).

Pyydä vapaaehtoisia lukemaan ääneen Matt. 19:13-15.

Keskustelkaa:

- Mitä teksti kertoo yksinäisyydestä ja yksinolosta?
- Oletko joskus onnistunut voittamaan yksinäisyyden tunteet?
- Mitä avaimia Raamattu antaa yksinäisyyden voittamiseksi?



keskustele lukusymyksiä

1. Miten voit muuttaa omia yksinäisyyden tunteitasi?
2. Miten Jeesus taisteli yksinäisyyttä vastaan?
3. Onko jonkun toisen yksinäisyys sinun vastuullasi? Perustelee.
4. Missä vaiheessa viikkoa sinulla on mahdollisuus viettää aikaa itseksesi?
5. Missä tilanteissa annat Jumalalla mahdollisuuden puhua elämässäsi?
6. Ketä voisit auttaa juuri nyt voittamaan yksinäisyyden?



Iopetus

Pyydä oppilaita muodostamaan piiri. Ottakaa toisianne kädestä. Selitä oppilaille, että olemme yhteydessä toisimme ja vastuussa toisistamme. Olemme kaikki Jumalan perhettä eikä perheessä kukaan ole ulkopuolinen. Rukoile, että saisitte mahdollisuuksia vähentää ihmisten yksinäisyyttä. Pyydä Jumalaa avaamaan oppilaiden silmät ja sydämet huomaamaan ihmiset, joita he voivat auttaa. Rukoile lopuksi, että löytäisitte kaikki samanlaisen läheisyyden Jumalaan, joka Jeesuksella oli.

Timothy Gillespie