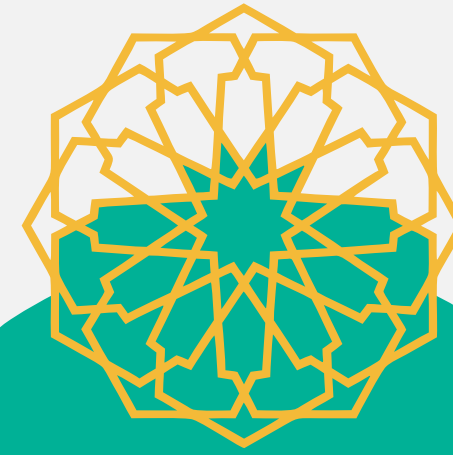


اعتكاف نوجوانان





سوره بقره،
آیه ۱۲۵

وَعَهْدُنَا إِلَىٰ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ أَن طَهِّرَا بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ
وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ ﴿١٢٥﴾

و ما به ابراهیم و اسماعیل فرمان دادیم که خانه‌ام را برای طواف‌کنندگان، معتکفان، و رکوع‌کنندگان و سجده‌کنندگان پاکیزه سازید.

 **رسول خدا** صلی الله علیه وآله

الاعتكافُ هو لزومُ المسجدِ لطاعةِ الله، واعتزالُ المعاصي، واشتغالُ بالطاعات
اعتكاف، ماندن در مسجد برای اطاعت خدا، دوری از گناهان، و مشغول شدن
به عبادت‌هاست

وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۴۰۳



رهبر انقلاب معظم انقلاب مدظله العالی

خطبه‌های نماز جمعه تهران، ۱۳۸۴/۵/۲۸



پدیده اعتکاف یکی از رویش‌های انقلابی است. ما اول انقلاب این چیزها را نداشتیم؛ این پدیده عمومی، این که ده‌ها هزار نفر در مراسم اعتکاف شرکت کنند آن هم اغلب جوان، جزو **رویش‌های انقلاب** است.



مرحله پیش از برنامه

تبلیغات و ثبت نام
آماده سازی مسجد

گام
صفر



تبلیغات و ثبت نام

اطلاع‌رسانی عمومی در سطح مسجد،
محله و مدرسه



تبلیغ در فضای مجازی



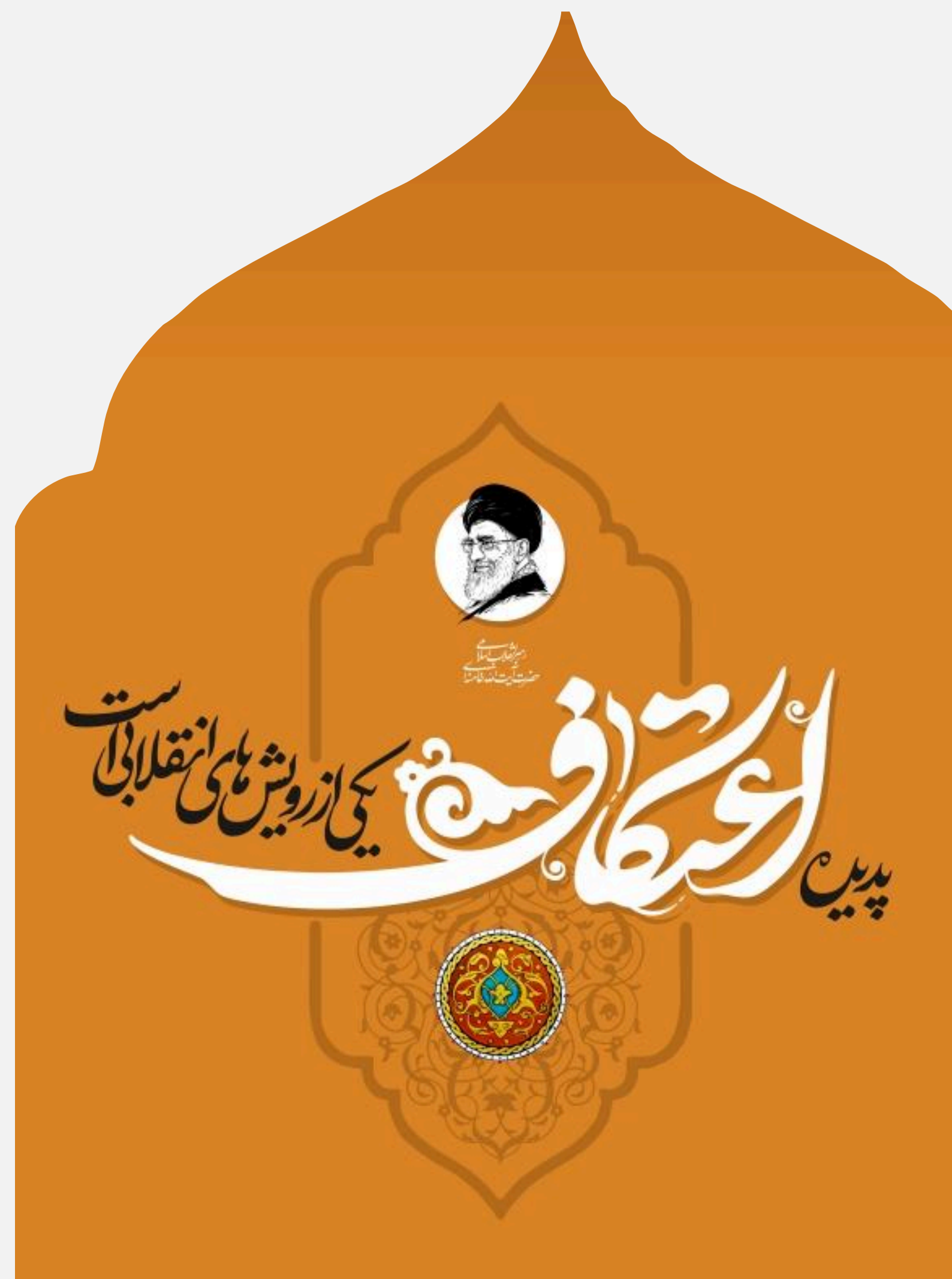
ثبت نام حضوری و آنلاین



جمع‌آوری اطلاعات پایه شرکت‌کنندگان



آماده سازی پلتفرم برای ارائه محتوا و
تعامل با نوجوانان



آماده سازی مسجد

فضاسازی داخلی

با پوسترها و بنرهایی با موضوع خودسازی در اعتکاف،
دستاوردهای انقلاب و شهدای جنگ ۱۲ روزه



تدارکات برنامه



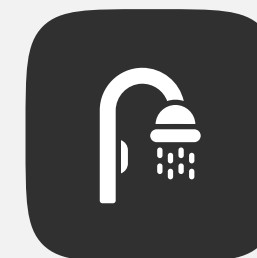
اعلان برنامه ی اعتکاف و ملاحظات آن به نمازگزاران



مشخص کردن مکان های استقرار، استراحت ،
سفره و عبادت معتکفین



فراهم کردن شرایط استحمام و نظافت



وظایف راهبر در اعتکاف نوجوانان

ارتباط صمیمی و امن

حضور مداوم کنار نوجوانان

مراقبت از رفتارهای پرخطر

رسیدگی به نیازهای خاص

پاسخ‌گویی به پرسش‌های تربیتی

نظارت بر برنامه‌ها و نماز

استفاده تربیتی از خروجی اعتکاف

آگاهی اعتقادی کافی

مدیریت حضور مهمانان

الگو بودن در اخلاق

مقابله با روحيات منفی

مدیریت استفاده از موبایل

نکات تکمیلی

- دستورالعمل برنامه ها به پیوست در اختیار راهبران قرار خواهد گرفت.
- جهت انجام بهتر برنامه ها و انتقال پیام آنها، نیاز است که راهبران برنامه به محتوا و شیوهی اجرای برنامه‌ها مسلط باشند.

گام اول

اقدامات شب قبل از اعتکاف

گام
اول





پذیرش ورود

بازه ورود: بعد نماز عشاء تا ساعت ۹ شب
فرصت آرام ورود به فضای معنوی مسجد
آغاز برنامه افتتاحیه: نیم تا یک ساعت پس از پایان بازه ورود



استقبال

خوشامدگویی به نوجوانان برای ورود به خانه خدا
اهدای بسته‌های ورودی (برنامه، کتابچه، هدایا)
ایجاد حس تعلق و یادگاری معنوی از مراسم



افتتاحیه

معرفی مکان‌ها و امکانات مسجد و محل استراحت
بیان قوانین و نظم برنامه (خواب، بیداری، ویژه‌برنامه‌ها)
توضیح احکام کاربردی اعتکاف برای نوجوانان



گَعدِهی اولیه با معلمان و مربیان

- حضور مربیان و معلمان در جمع نوجوانان برای ایجاد ارتباط صمیمانه
- آشنایی با مسئولین و تقسیم وظایف اعتکاف بین نوجوانان
- همراهی با یک بازی گروهی (مثل گل یا پوچ تیمی) برای ایجاد نشاط



خواب و استراحت

- تنظیم ساعت خواب برای تأمین حداقل خواب لازم
- برنامه‌ریزی مسئولان برای جلوگیری از کمبود خواب
- اهمیت بیداری برای عبادت سحر

برنامه‌های روز اول

گام
دوم

برنامه سحر

۱ بیدارباش یک ساعت پیش از اذان صبح با مناجات حضرت امیر (ع)

۲ نماز شب

۳ سفره ی سحری

۴ دعای بعد از غذا

۵ اقامه نماز صبح

۶ طرح بحث در مدار علی

۷ قرائت دعای عهد و قرآن

۸ زمان خاموشی و استراحت



پیام محوری:

- حقیقت نسبی نیست.
- با وجود روایت‌های مختلف، تنها یک تبیین کامل و سازگار درست است.
- حقیقت از دل شواهد و استدلال قابل کشف است.

برنامه:

دادگاه «قفل سوم»

(پرونده‌ی سرقت فلش مموری)

قالب:

بوردگیم تحلیلی،

بررسی پرونده شبه‌واقعی در قالب گروهی

مراحل اجرا



جمع‌بندی
راهبر



نقد رأی و
گفت‌وگوی جمعی



رأی‌نمایشی
قاضی



تحلیل گروهی و
ارائه نتایج



دریافت و
بررسی مدارک



ورود به دادگاه

آموزش احکام - وضو

با نمایش دو وضو صحیح و غلط

شبیه داستان امام حسن (ع) و امام حسین (ع) و پیرمرد

● تقسیم دانش آموزان به گروه‌ها با مقدار مشخص آب

● هدف: وضوی کامل با کمترین مصرف آب

● گروه برنده: ذخیره بیشترین آب

● آموزش عملی وضوی صحیح + تمرین صرفه جویی

● ایجاد هیجان، نشاط و یادگیری عملی



نماز جماعت؛

محور عبادی اعتکاف نوجوانان

- همه برنامه‌ها باید نیم ساعت قبل از اذان پایان یابند
- نوجوانان در این زمان لباس رسمی بپوشند ← آمادگی برای

میهمانی الهی

- درخواست از خادم مسجد برای واگذاری مسئولیت به

نوجوانان به عنوان خادم نماز



برنامه «تاریخ‌شناسی»

هدف برنامه

آشنایی نوجوانان با نگاه قرآن به ظلم و مظلوم - تمرین مسئولیت‌پذیری اجتماعی و دینی - توجه به مسائل جهان اسلام



مرحله سوم:
نگارش نامه



مرحله دوم:
تشکیل کابینه اسلامی برای حمایت از فلسطین



مرحله اول:
جست‌وجوی آیات قرآن

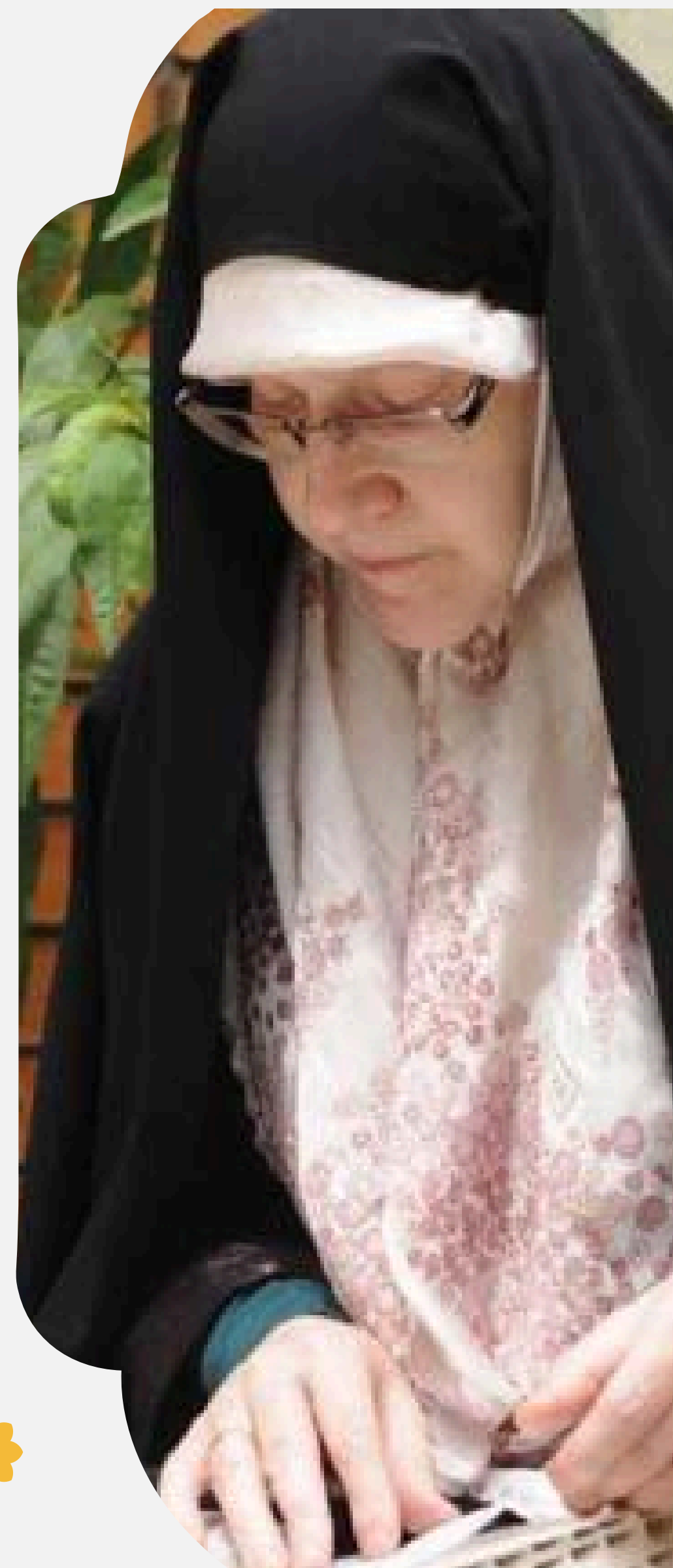
برنامه قرائت قرآن جمعی

- سوره ی فتح به عنوان سوره ی مرتبط با موضوع، به صورت جمعی قرائت شود.
- از قاریان نوجوان، و قاریان خوش صوت و لحن مسجد استفاده شود.
- حتی الامکان فضا سازی مناسبی با انداختن سفره ی سبز، چیدن رحل و قرآن، عبا روی دوش قاری و غیره انجام بگیرد.
- حفظ آیات موضوعی پس از قرائت قرآن



کلیپ «رهیافتگان به اسلام»

- پخش قبل از نماز مغرب
- روایت‌هایی از گرایش انسان‌ها در سراسر دنیا به ایمان و توحید
- نشان‌دهنده جهانی بودن پیام اسلام و جاذبه معنویت
- پیوند با مباحث ایمان، یقین و توحید



برنامه نماز مغرب و عشاء

آماده‌سازی قبل اذان

وسایل معتکفین (رختخواب، کیف، کتاب‌ها) باید به بخش
مشخص و جدا منتقل شود تا مزاحم نمازگزاران عادی نشود

۱

متناسب با فضا و مسائل مالی مسجد، برنامه‌ی افطار تدارک شود.

۲





نوع افطار

- مشترک با مردم: همبستگی / شلوغی
- جداگانه: سریع‌تر / نیاز به فضای اختصاصی



ترتیب افطار و نماز

- افطار قبل نماز: انرژی بهتر / احتمال تأخیر نماز
- نماز قبل افطار: نظم بهتر / نیاز به صبر نوجوانان



مراسم بعد نماز

- هیئت عمومی: فضای معنوی / نیاز به هماهنگی
- جلسه اختصاصی: تمرکز تربیتی / بدون حضور مردم



سبک افطار

- افطار سبک: سریع و کم‌هزینه / نیاز به شام جدا
- افطار همراه شام: کامل / زمان بر

سناریوهای افطار و نماز

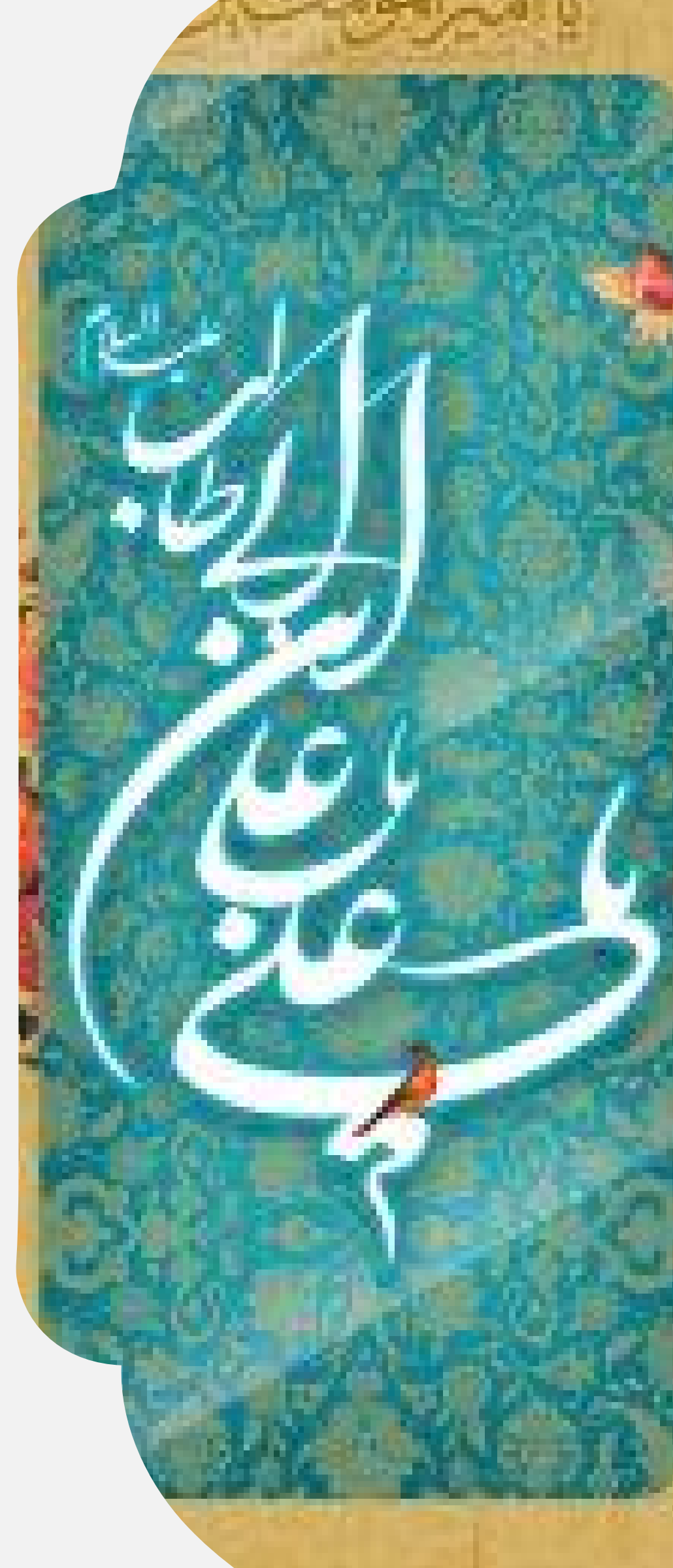
مراسم جشن ولادت امام علی (ع)

بعد نماز و افطار

سخنرانی کوتاه: بیان فضائل امام علی (ع) و پیوند با موضوع
توحید و ایمان

مولودی خوانی: توسط مداح یا گروه نوجوانان برای ایجاد فضای
شاد و معنوی.

جشن و برنامه ویژه معتکفین

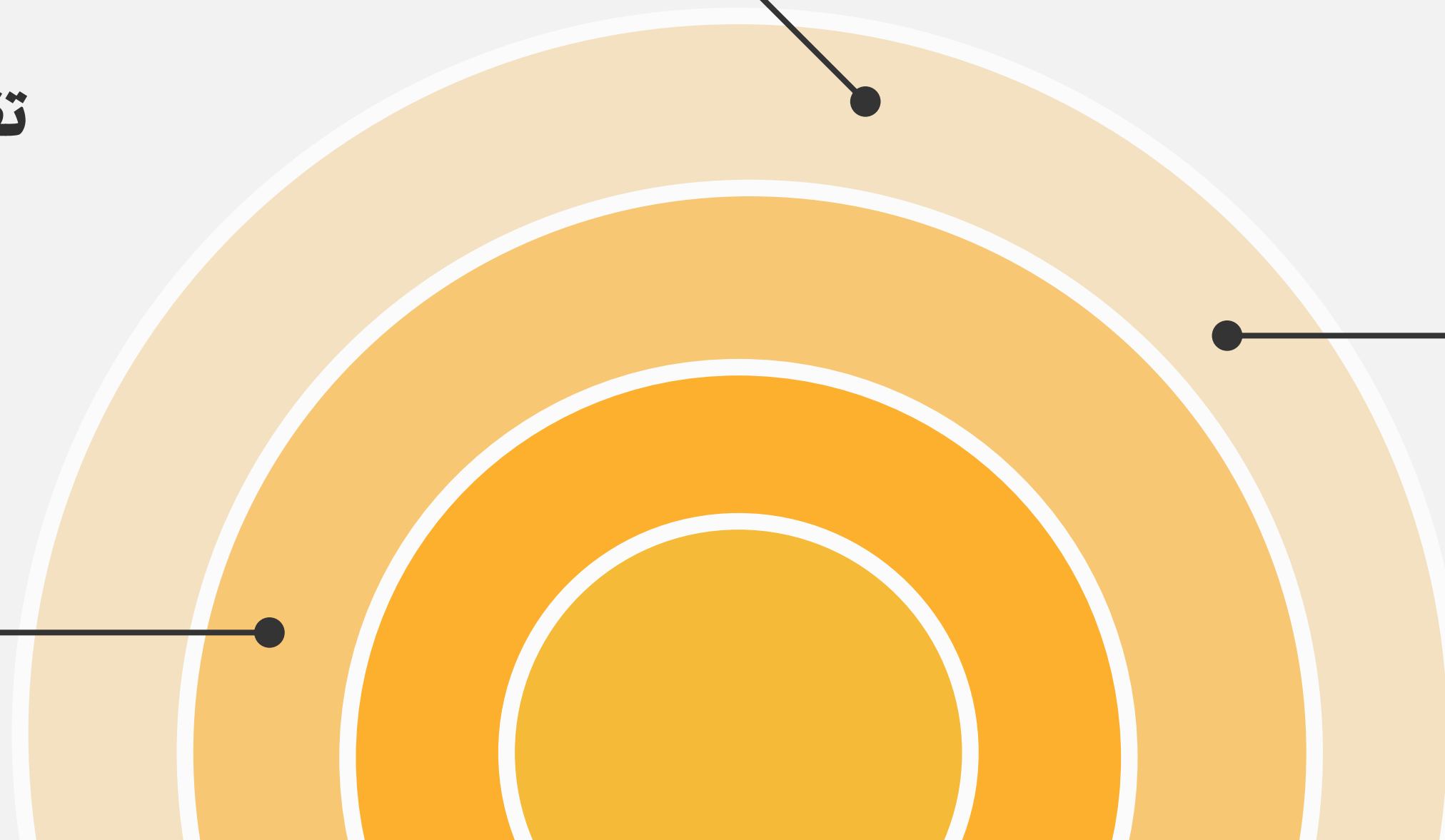


بازی‌های گروهی و هیجانی

فراهم کردن تجربه‌ی سرگرمی
سالم در فضای مسجد

ایجاد نشاط و انرژی پس از
برنامه‌های عبادی و معرفتی

تقویت رفاقت، همکاری و روحیه
جمعی نوجوانان



نمونه بازی‌ها

گل یا پوچ تیمی: ایجاد تمرکز و هیجان با
حدس زدن جای شیء مخفی.

پانتومیم رقابتی: نمایش مفاهیم یا شخصیت‌ها
با حرکت، حدس توسط گروه مقابل.

طناب‌کشی: رقابت پرانرژی بین دو گروه،
تقویت همکاری و قدرت بدنی.

صندلی بازی: همراه با موسیقی یا مولودی
کوتاه، رقابت پرهیجان و خنده‌دار.



گَعدِهی صمیمی آخرشب

- مرور و تثبیت پیام‌های تربیتی روز
- ایجاد فضای آرام و دوستانه برای نوجوانان
- فرصت برای بیان تجربه‌ها و احساسات شخصی
- آماده‌سازی ذهنی برای روز بعد اعتکاف
- قرائت سوره واقعه

استراحت شبانه:

- پس از پایان گعده‌ی صمیمی آخر شب، حدود نیم ساعت برای آماده‌سازی خواب اختصاص داده شود.
- مسئولان باید قبل از خاموشی عمومی، فضای خواب را آماده کنند تا نوجوانان بدون بی‌نظمی استراحت کنند.
- چراغ‌ها نیمه خاموش یا نور ملایم برای ایجاد آرامش.
- قرائت یک دعا یا ذکر کوتاه قبل از خواب (مثلاً آیه‌الکرسی یا دعای فرج)
- تأکید بر سکوت و آرامش پس از خاموشی.



برنامه‌های روز دوم

گام
سوم

پیام محوری:

- بهترین برنامه‌ی زندگی از جانب خداست
- اطاعت از غیر خدا انسان را به مقصد حقیقی نمی‌رساند

برنامه:

تنها مسیر

ایده کلی:

نوجوانان در قالب یک بازی میدانی سه نقشه دریافت می‌کنند، یکی را انتخاب می‌کنند و در مسیر چالش‌ها حرکت می‌کنند. در پایان فقط نقشه‌ی درست به «صندوقچه پیام اصلی» می‌رسد.

مراحل اجرا



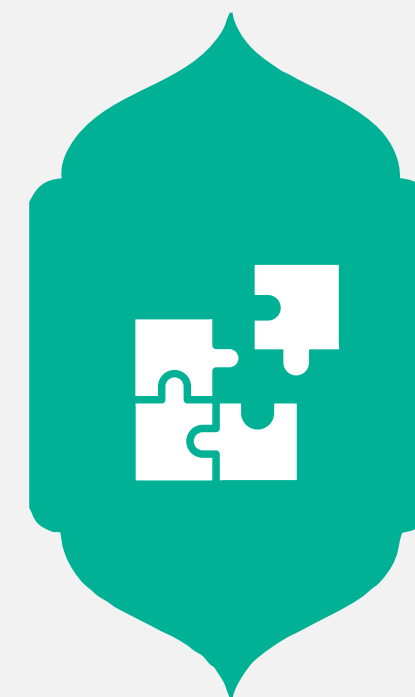
جمع‌بندی راهبر



کشف صندوقچه



چالش‌ها



انتخاب نقشه



طرح مسئله

میدان آیات

ایده کلی:

نوجوانان در قالب یک رقابت گروهی، از حل جدول رمزدار تا کشف آیات قرآن پیش می‌روند، داستان نصرت الهی را استخراج می‌کنند و در پایان یافته‌های خود را خلاقانه ارائه می‌دهند.

پیام محوری

آشنایی با امدادهای غیبی

حل جدول رمزدار



مطالعه قرآن و استخراج داستان



ارائه‌ی گروهی



داوری و انتخاب برنده



جمع‌بندی نهایی



قرائت قرآن جمعی، به تناسب موضوع، سوره انفال به صورت جمعی قرائت خواهد شد و حفظ آیات موضوعی پس از قرائت قرآن انجام خواهد شد.

برنامه عصر و شب طبق روال روز قبل

- پخش فیلمی از ره یافتگان
- نماز جماعت مغرب و عشاء و افطار
- مراسم وفات حضرت زینب (س)
- منبر و مداحی و پذیرایی

آموزش احکام نماز

با نمایش گروه‌های نمایشی نوجوانان و
پخش کلیپ آموزشی



برنامه روز سوم

سحر، نماز صبح مانند روز قبل

گام
چهارم

پیام محوری:

- جهان نظامی هماهنگ و حکیمانه دارد
- هر فرد در جایگاه خود معنا دارد
- با تلاش و همکاری، تصویر کامل زندگی ساخته می‌شود

برنامه:

پازل

ایده کلی:

نوجوانان در قالب یک بازی گروهی، قطعات پازل بزرگ را از مسیرهای پرچالش عبور می‌دهند و در جای درست می‌نشانند. در پایان، تصویر کامل ساخته می‌شود و پیام اصلی روشن می‌گردد: هر فرد جایگاه یکتای خود را دارد و کنار هم تصویر زندگی کامل می‌شود.

مراحل اجرا



تکمیل پازل



چالش سرعتی



چالش پرسشی



چالش گروهی



چالش بدنی

آموزش احکام اتصال نماز جماعت بانمایش

با استفاده از چند نفر از نوجوانان، نماز جماعت
آموزش داده خواهد شد.



اعمال ام داوود

- توضیح اعمال ام داوود
- با توجه به توان و روحیه ی نوجوانان، برنامه ریزی شود
- حتی الامکان، والدین نوجوانان پو مردم عادی نیز در مراسم حضور داشته باشند.
- مناجات و مداحی انتهای اعمال، پایان بخش معنوی اعتکاف خواهد بود.
- با فضا سازی، سکوت، قرائت نوجوانان، پخش صوت و غیره، فضای انجام اعمال را ممکن کنید.
- پیش از شروع مناجات حداقل قرائت بخش سوره انشقاق تا انتها را به صورت جمعی داشته باشید

رعزم داوود

اختتامیه اعتکاف بعد نماز مغرب

با حضور خانواده‌ها و پخش کلیپ بانشاط و معنوی از اعتکاف

- جمع بندی پیام ها و مسائل سه روزه در اعتکاف
- لزوم استمرار سبک زندگی تجربه شده در اعتکاف
- اعلام برنامه های بعدی مسجد و ویژه برنامه احیای نیمه شعبان
- تقدیر از عوامل نوجوان در اعتکاف، خادمین، قاریان، مداحان و بهترین های اعتکاف
- عهد و قرار با خدا



ارزیابی پیامکی

- پایان هر روز، یک فرم ارزیابی برنامه برای نوجوانان ارسال خواهد شد تا با تکمیل آن، سطح تاثیر برنامه ها ارزیابی شود.
- تبلیغات نیمه شعبان نیز از همین طریق انجام خواهد شد.

استمرار ارتباط با نوجوان

- ویژه برنامه ی احیای نیمه شعبان را به عنوان برنامه ی بعدی معرفی کنید و برای آن برنامه ریزی داشته باشید.
- ارتباط راهبر با نوجوانان در یک ماه آینده ادامه داشته باشد.

پایان

پاییز ۱۴۰۴