

SPARK™

JOURNEY OF TRANSFORMATION
رحلة التغير

الوحدة الأولى: الهوية
الحقيقة الأولى: الله قد صنعك
القيمة ٢: احترام الجسد



الفئة العمرية
حتى ١٢ سنة



Powered by:
together Network
www.togethernetwork.net

مغامرة جديدة
كل يوم



الوحدة الأولى: الهوية الحقيقة الأولى: الله قد صنعك القيمة ٢: احترام الجسد



@SparkJourney

www.sparkyouthclub.com



القيمة ٢ : احترام الجسد

الآية:

«أَمْ لَسْتُمْ تَعْلَمُونَ أَنَّ جَسَدَكُمْ هُوَ هَيْكَلٌ لِلرُّوحِ
الْقُدُسِ الَّذِي فِيكُمْ، الَّذِي لَكُمْ مِنَ اللَّهِ، وَأَنْتُمْ
لَسْتُمْ لَأَنْفُسِكُمْ؟» (١ كو ٦: ١٩).



ماذا يعني احترام الجسد؟

- آكل كويس
- أنام كويس
- معملش حاجات تضرني في جسمي أو صحتي

عندما لا أحترم جسدي

- بتعب وممكن أمرض (وأحياناً أمرض لسبب آخر لا أعرفه ولكن ربنا معايا وقتها برضه)
- مش هقدر أعمل حاجات كتير بحبها زي الرياضة



عندما أحترم جسدي

- أبقى قوي بدانياً
- أكون نشيط

قصة كتابية: دانيال (دا ١)

دانيال كان شاب في بيئة مليانة ضغط...

ثقافة مختلفة، نظام مختلف،

وكل حاجة حواليه بتدفعه يسبب مبادئه بتاعه ربنا.

الملك قرر يديهم أكل وخمر من عنده،

وده كان ممكن يكون «طبيعي» لأي حد... لكن مش لدانيال.

دانيال طلب إنه يجرب نظام مختلف في الأكل يتفق مع مبادئه.

وده مهم: احترام الجسد مش تهور... لكنه وعي وحكمة.

والنتيجة: وجدوا أنهم أحسن وأفضل من كل الشباب الثانية.

أسئلة

• إيه حاجات ممكن تضر جسمك؟

• إزاي تحافظ على جسمك؟



التطبيق العملي

اهتم بأكلك ونومك

أنا هاهتم ب.....

قف قدام المرايا وقول بصوت عالي.

«جسمي هيكل الروح القدس»

لحظة مع الله

يا رب...

ساعدني أحافظ على جسمي.

