

# SPARK™

JOURNEY OF TRANSFORMATION  
رحلة التغيير

الوحدة الأولى: الهوية  
الحقيقة الأولى: الله قد صنعك  
القيمة ٤: قبول النفس



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 ٤: قبول النفس



@SparkJourney

www.sparkyouthclub.com



# القيمة ٤ : قبول النفس

الآية:

وَلَكِنَّ اللَّهَ يَبَيِّنُ مَحَبَّتَهُ لَنَا،  
لَأَنَّهُ وَنَحْنُ بَعْدُ خُطَاةٌ مَاتَ الْمَسِيحُ لَأَجْلِنَا.  
(رو 0:٨).

## ماذا يعني قبول النفس؟

- مكرهش نفسي
- أقبل أي حاجة عندي صعب أغيرها
- متمناش أبقى حد ثاني



## عندما لا أقبل نفسي

- هكون زعلان باستمرار
- هففر من اللي حواليا
- هضايق من نفسي كثير

## عندما أقبل نفسي

- أرتاح من المقارنة
- أفرح بعمل ربنا فيا
- أعيش بسعادة لأنني مخلوق مميز على صورة الله

## قصة كتابية: موسى (خر ٣)

موسى كان شخص عنده أزمة حقيقية مع نفسه.  
لما ربنا دعاه، أول رد كان: أنا مين علشان أروح لفرعون؟  
موسى كان شايف نفسه: مش كفاية .. مش مؤهل .. مش مناسب  
لكن رد ربنا كان مهم جدًا:  
**أنا اللي خلقتك... وعارفك كويس جدًا.**  
وبعدين قاله: **روح وأنا هكون معاك.**  
قبول النفس هنا مش معناه إن موسى بقى كامل...  
لكن إنه وافق يمشي مع ربنا رغم ضعفه.  
وفي الآخر؟ **موسى بقى قائد عظيم... وربنا استخدمه بقوة.**

## أسئلة

- إيه الحاجة اللي مش عاجباك في نفسك؟ وليه؟
- هل عارف إن ربنا بيحبك حتى بالرغم من خطيتك؟

## التطبيق العملي

متقولش لنفسك أي كلمات سلبية.  
أكتب إيه الحاجات الجميلة اللي فيك تحب تشكر ربنا عليها

.....  
.....

## لحظة مع الله

يا رب...

ساعدني أقبل نفسي...لأنك حبتني زي ما أنا.

