



JOURNEY OF TRANSFORMATION
رحلة التغيير

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



الفئة العمرية
من ١٣-١٧ سنة

Powered by:

together Network

www.togethernetwork.net



@SparkJourney

www.sparkyouthclub.com





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، وَأَنْكُمْ
لَسْتُمْ لَأَنْفُسِكُمْ؟» (١ كو ٦: ١٩).

أفكار أعمق

- اللي بيحتقر جسده... غالبًا مش فاهم قيمته
- قراراتك النهارده بتأثر على مستقبلك

ماذا يعني احترام الجسد؟

- بحط حدود لطاقتي
- بختار الصح والمفيد لجسمي وصحتي
- مش بأذي جسمي وصحتي بأي حاجة تبان مُغرية

عندما لا أحترم جسدي

- بتعب وممكن أمرض
- مش هقدر أعمل حاجات كتير بحبها زي الرياضة

عندما أحترم جسدي

- أبقى قوي بدنيًا
- أكون نشيط



قصة كتابية: دانيال

دانيال كان شاب في بيئة مليانة ضغط...
ثقافة مختلفة، نظام مختلف، وكل حاجة حواليه بتدفعه يسيب مبادئه.
الملك قرر يديهم أكل وخمر من عنده (دا ١: ٥)
وده كان ممكن يكون «طبيعي» لأي حد... لكن مش لدانيال.

الآية المفتاحية:

«أَمَّا دَانِيَالُ فَجَعَلَ فِي قَلْبِهِ أَنَّهُ لَا يَتَنَجَّسُ بِأَطْيَابِ الْمَلِكِ وَلَا بِخَمْرِ مَشْرُوبِهِ،
فَطَلَبَ مِنْ رَئِيسِ الْخُصْيَانِ أَنْ لَا يَتَنَجَّسَ. (دا ١: ٨)
قبل ما يكون في تصرف... كان في قرار داخلي.
دانيال متمردش... لكن تصرف بحكمة:
طلب إنه يجرب نظام مختلف (دا ١: ١٢)
وده مهم: احترام الجسد مش تهور... لكنه وعي وحكمة.

والنتيجة:

وَعِنْدَ نِهَايَةِ الْعَشْرِهٖ الْأَيَّامِ ظَهَرَتْ مَنَاطِرُهُمْ أَحْسَنَ وَأَسْمَنَ لَحْمًا مِنْ كُلِّ الْفِتْيَانِ
الْآكِلِينَ مِنْ أَطْيَابِ الْمَلِكِ. (دا ١: ١٥)

وبعدها:

أَمَّا هَؤُلَاءِ الْفِتْيَانُ الْأَرْبَعَةُ فَأَعْطَاهُمُ اللَّهُ مَعْرِفَةً وَعَقْلًا فِي كُلِّ كِتَابَةٍ وَحِكْمَةً،
وَكَانَ دَانِيَالُ فَوْهِيًّا بِكُلِّ الرُّؤْيَى وَالْأَحْلَامِ. (دا ١: ١٧)

الدرس العميق:

اللي بيحترم جسده وبيعيش بنقاوة... مش بس بيكسب جسديًا،
لكن كمان روحيًا وعقليًا.

أسئلة

- إياه حاجات ممكن تضر جسمك؟
- إزاي تحافظ على جسمك؟

التطبيق العملي

- اهتم بأكلك ونومك

أنا من النهاردة هبطل اعمل:

.....

.....



لحظة مع الله

يا رب...

ساعدني أحافظ على جسمي.
وأخلي جسدي مقدس ليك.