



JOURNEY OF TRANSFORMATION
رحلة التغيير

الوحدة الرابعة: الرسالة الحقيقة العاشرة: أنت غير مضطر للخوف القيمة ٢: الهدوء الداخلي



الفئة العمرية
من ١٣-١٧ سنة

Powered by:
together Network
www.togethernetwork.net

Instagram Facebook YouTube Twitter Snapchat
@SparkJourney
www.sparkyouthclub.com



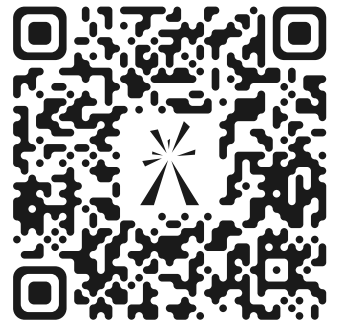


الوحدة الرابعة: الرسالة الحقيقة العاشرة: أنت غير مضطر للخوف القيمة ٢: الهدوء الداخلي



@SparkJourney

www.sparkyouthclub.com



القيمة ٢ : الهدوء الداخلي

الآية:

سَلَامًا أَتْرُكُ لَكُمْ. سَلَامِي أُعْطِيكُمْ. (يو ١٤: ٢٧)

أفكار أعمق

- كثير من القلق سببه محاولة السيطرة على كل شيء
- الإنسان المطمئن ليس لأنه يضمن المستقبل... بل لأنه يثق في الله
- الهدوء الداخلي قوة وليس ضعفًا

ماذا يعني الهدوء الداخلي؟

- لا أنهار بسهولة
- أهدأ وقت الضغط
- أتعامل بحكمة مع القلق

عندما أعيش بقلق دائم

- أتعب نفسي
- أفكر بشكل سلبي
- أتوتر في علاقاتي وقراراتي



عندما أعيش بسلام

- أفكر بوضوح
- أرتاح نفسيًا
- أواجه الحياة بثبات

قصة كتابية: بولس وسيلا في السجن

بولس وسيلا كانا في السجن، مقيدين بعد الضرب والإهانة. (أع ١٦)
ومع ذلك، في منتصف الليل:
«كَانَا يُصَلِّيَانِ وَيُسَبِّحَانِ اللَّهَ.» (أع ١٦: ٢٥)
كيف يحدث هذا وسط الألم؟
لأن السلام الداخلي لا يعتمد على الظروف... بل على الثقة في الله.
وبعدها حدثت معجزة وفتح الله أبواب السجن.

أسئلة

- بتعمل إيه لما بتقلق؟
- هل بتحس بسلام ربنا؟ ولماذا؟

التطبيق العملي

• سَلِّمَ لله الشيء الذي يقلقك يوميًا

أنا بقلق من ولكن هسلمه لربنا.



لحظة مع الله

يا رب...

املا قلبي بسلامك

وسط كل الضغوط.