



JOURNEY OF TRANSFORMATION
رحلة التغيير

الوحدة الرابعة: الرسالة الحقيقة العاشرة: أنت غير مضطر للخوف القيمة ٣: مواجهة الأفكار السلبية



مدرسين
الفئة العمرية
من ١٣-١٧ سنة

Powered by:

together Network

www.togethernetwork.net



@SparkJourney

www.sparkyouthclub.com



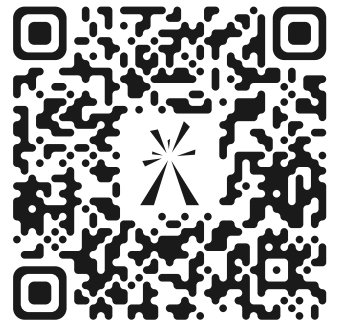


الوحدة الرابعة: الرسالة الحقيقة العاشرة: أنت غير مضطر للخوف القيمة ٣: مواجهة الأفكار السلبية



@SparkJourney

www.sparkyouthclub.com



القيمة ٣ : مواجهة الأفكار السلبية

الهدف

تعليم المراهق أن لا يصدق كل ما يفكر فيه.

نقطة مهمة

المراهق في هذه المرحلة يعيش:

- حوار داخلي قوي
- نقد ذاتي
- أفكار مقارنة
- وشكوك في النفس

وضع لهم أن:

ليست كل فكرة تمر في العقل هي حقيقة.

هناك أفكار:

- من الخوف
- من التجربة
- من الآخرين
- أو حتى من العدو الروحي

لعبة

الادوات:

- كوب بلاستيك.
- كرة ورق صغيرة.

الطريقة:

ضع الكوب على بعد مترين أو ثلاثة.

اختر أول شاب وقل له:

“قبل ما ترمي، عايز أقولك حاجة... محدش قدر يدخل الكورة في الكوب النهارده. غالبًا أنت كمان مش هتعرف.”
خليه يرمي.

ثم اختر شابًا ثانيًا وقل له:

“أنا شايف إن عندك فرصة كبيرة. ركز وخذ وقتك، وأنت تقدر.”
خليه يرمي أيضًا.

كرّر مع ٤ أو ٥ شباب، مرة بكلمات محبطة، ومرة بكلمات مشجعة.
(المهم إن الجميع يأخذون نفس الفرصة، لكن تختلف الكلمات التي يسمعونها قبل المحاولة.)

ثم اسألهم

- مين حس إنه اتوتر بعد الكلام؟
 - مين حس إنه اتحمس؟
 - هل الكلام غيّر قدرتك... ولا غيّر تفكيرك؟
- سيقولون:** غيّر تفكيري.

الرسالة:

قل لهم:

دي هي قوة الأفكار.

الفكرة نفسها لا تغيّر الحقيقة، لكنها تغيّر طريقة تصرفك.

لو صدقت:

- “أنا فاشل.”

• "ربنا مش هيستخدمني."

• "مفيش فايدة."

هتتصرف وكأنها حقيقة، حتى لو كانت كذبة.

ثم اقرأ: **"مُسْتَأْسِرِينَ كُلِّ فِكْرٍ إِلَى طَاعَةِ الْمَسِيحِ."** (٢ كو. ١: ٥)

وقل: ربنا ما قالش: صدق كل فكرة تيجي في دماغك.

قال: امسك الفكرة، واختبرها.

هل هي من الله؟

هل هي حقيقة؟

هل توافق كلامه؟

اربطها بآساف

قل: آساف بدأ يكرر لنفسه: "حقًا قد زكيت قلبي باطلاً."

ولما صدق الفكرة، اتعب.

لكن لما دخل محضر الله، اكتشف إن المشكلة لم تكن في الله... بل في الطريقة التي كان ينظر بها للأمور

النهاية:

امسك ورقة نقدية (أي فئة).

اسأل:

لو كررتها وعملت فيها كده... (اكسرهما أو اثنها أو كرمشها)، هل فقدت قيمتها؟

سيقولون: لا.

ثم قل: وأنت أيضًا...

ممکن تكون سمعت:

• "أنت فاشل."

- "مش هتتغير."
 - "مالكش قيمة."
- لكن تكرار الكلام لا يغيّر قيمتك عند الله.
قيمتك يحددها الذي خلقك، وليس الأفكار التي تهاجمك.

شرح القصة

آساف كان مؤمناً... لكن داخله كان مضطرباً.
رأى الظلم والنجاح الظاهري للأشرار، فبدأ يشك.

لكن التغيير حدث عندما:

دخل إلى محضر الله.

ركز على الفكرة:

التفكير لا يُشفى بالمعلومات...

بل بالحضور مع الله.

الله لم يغير الواقع فوراً...

لكن غير نظرة آساف للواقع.

الرسالة النهائية:

«لا أصدق كل فكرة في رأسي... بل
أختبرها في نور كلمة الله.»