

النمو بشكل أعمق - الأسبوع الثالث
المسيح يحب الناس بعمق

family.fit fast

7 دقائق لمساعدتك في تنمية عائلتك، لياقتك، إيمانك، ومتعتك



www.family.fit

إنه سهل جداً

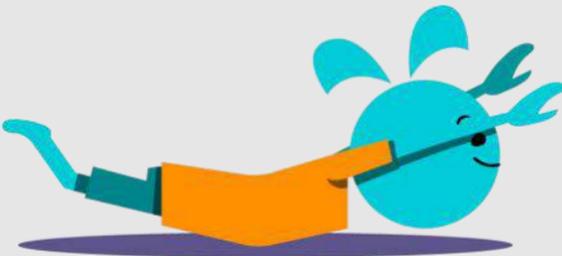
اجمع العائلة لمدة 7 دقائق:

 <p>ارتاحوا وتحديثوا لـ 3 دقائق</p>	 <p>تنشطوا لـ 4 دقائق</p>	
قراءة ومناقشة مرقس 1: 40-41	سباق التقاط الأشياء	اليوم الأول
قراءة ومناقشة مرقس 1: 41-42	تحدي الثنائيات	اليوم الثاني
قراءة ومناقشة مرقس 1: 43-45	نقف معاً	اليوم الثالث

هذا المقطع هو جزء من الرحلة عبر قصة مرقس ونحن نستكشف
«من هو هذا الرجل يسوع؟». موجودة في الكتاب المقدس في
مرقس 1: 40-45.

إنه سهل! لا حاجة الى معدات خاصة مجرد متعة وانفتاح!

يوجد المزيد من المعلومات في نهاية الكتيب يرجى قراءة الشروط
والأحكام.



اليوم الأول

تنشطوا



سباق التقاط الأشياء

انقسموا إلى فريقين وقفوا في مكانين مقابلين في الغرفة أو المساحة المخصصة للعب. ضع 21 شيء في المنتصف على الأرض. ليركض كل فريق ويجمع الأشياء واحدة تلو الأخرى كسباق تنافسي. احسب أي فريق جمع أشياء أكثر. ارتاحوا قليلاً ثم العبوا مجدداً



https://youtu.be/leP_stRqkBw

ارتاحوا وتحدثوا



يسوع يريدنا كاملين

- تحدث عن بعض الإصابات التي حدثت معك كم استغرقهم ليشفوا؟
اقرأ مرقس 1: 40-41.
- متى شعرت بالغضب عندما ظلم شخص آخر؟
كان يسوع مستاء أن المصاب بالجذام كان يفقد متعة الحياة والمجتمع. محبة يسوع له جعلته غاضباً

التكلم مع الله: نأتي اليك يا رب مكسورين. من فضلك أصلحنا
وعافينا أنت فقط من يمكنه أن يجعلنا كاملين

اليوم الثاني

تنشطوا



تحدي الثنائيات

يقوم احد الشريكين بتمرين سوبرمان مع تثبيت الذراعين والساقين فوق الأرض في حين يقوم الآخر بخمس عدّات من تمرين البيربيز. ثم بادلوا الأماكن وكرروا اللعبة. قوموا بعمل ثلاث جولات،



ارتاحوا وتحدثوا



يسوع يلمس المنبوذين

• ما الأشياء ذو الملمس البشع؟

اقرأ مرقس 1: 41-42.

• كيف سيكون شعورك إذا تجنبك الناس دائماً؟

• كيف شعر بإعتقادك المصاب بالجذام عندما وصل يسوع ولمسه؟

بالنسبة للمسيح، كانت محبة الرجل ومساعدته أكثر أهمية من أي شيء آخر.

التكلم مع الله: يا الرب فتح أعيننا لرؤية أولئك الناس من حولنا الذين يتم تجنبهم من قبل الآخرين. وأرنا كيف يمكننا أن نحبهم وأعطينا الشجاعة اللازمة لنحبهم.

اليوم الثالث

تنشطوا



نقف معاً

اجلس مع شريكك على الأرض ظهراً لظهر واربطوا اذرعكم معاً. الآن حاولوا الوقوف وحافظوا على ظهوركم على بعضها وذراعيكم مربوطين .

لجعلها أكثر تحدياً حاولوا التقاط الأشياء في أنحاء المنزل بينما انتم ممسكين بعضكم البعض!



<https://youtu.be/55n6wHOVKOY>

ارتاحوا وتحدثوا



يسوع "مُعدي" أكثر من المرض

• من هو قدوتك؟ ما الذي كنت تقّدي به؟

اقرأ مرقس 1: 43-45.

كان المعروف في تلك الفترة أن الجذام معدي للغاية.

• ماذا كان «ينشر» الرجل قبل أن يقابل يسوع؟

• ماذا كان «ينشر» بعد أن قابل يسوع؟

التكلم مع الله: فكر في الناس الذين تعرفهم الذين لا يعرفون الكثير عن يسوع. اسأل الله أن يساعدهم ليسمعوا ويتعلموا عن يسوع الذي يحب الناس أكثر من أي شيء.

كلمات الأسبوع

يمكنك العثور على هذه الكلمات في الكتاب المقدس المجاني على الإنترنت هنا في [مرقس 1: 40-45](#)

النص الكتابي المقدس — مرقس 1: 40-45

40 فَأَتَى إِلَيْهِ أَبْرَصٌ يَطْلُبُ إِلَيْهِ جَانِبًا وَقَائِلًا لَهُ: «إِنْ أَرَدْتَ تَقْدِرْ أَنْ تُطَهِّرَنِي»

41 فَتَحَنَّنَ يَسُوعُ وَمَدَّ يَدَهُ وَلَمَسَهُ وَقَالَ لَهُ: «أُرِيدُ، فَاطْهُرْ!». 42 فَلِلْوَقْتِ وَهُوَ يَتَكَلَّمُ ذَهَبَ عَنْهُ الْأَبْرَصُ وَطَهَّرَ.

43 فَاثْتَهَرَهُ وَأَرْسَلَهُ لِلْوَقْتِ، 44 وَقَالَ لَهُ: «انظُرْ، لَا تَقُلْ لِأَحَدٍ شَيْئًا، بَلْ اذْهَبْ أَرِ نَفْسَكَ لِلكَاهِنِ وَقَدِّمْ عَنْ تَطْهِيرِكَ مَا أَمَرَ بِهِ مُوسَى، شَهَادَةً لَهُمْ». 45 وَأَمَّا هُوَ فَخَرَجَ وَابْتَدَأَ يُنَادِي كَثِيرًا وَيُذِيعُ الْخَبَرَ، حَتَّى لَمْ يَعُدْ يَقْدِرُ أَنْ يَدْخُلَ مَدِينَةً ظَاهِرًا، بَلْ كَانَ خَارِجًا فِي مَوَاضِعَ خَالِيَةٍ، وَكَانُوا يَأْتُونَ إِلَيْهِ مِنْ كُلِّ نَاحِيَةٍ.

نصيحة صحية

احصل على قسطٍ كافٍ من النوم كل يوم.

المزيد من المعلومات

نأمل أن تكون قد استمتعت بالنسخة السريعة من الـ *family fit*. وقد تم تجميعها من قبل متطوعين من جميع أنحاء العالم. إنه مجاني سوف تجد جلسات كاملة من الـ *family fit* على الموقع <https://family.fit>. شاركها مع الآخرين.

لمزيد من الفيديوهات للـ "family fit" يمكنك ايجادنا على اليوتيوب على القناة التالية [@family.fit YouTube](https://www.youtube.com/@family.fit)

تجدنا على وسائل التواصل الاجتماعي هنا:



إذا ترجمت هذا إلى لغة مختلفة، يرجى مراسلتنا عبر البريد الإلكتروني info@family.fit حتى يمكننا مشاركته مع الآخرين.

شكرا لك.

فريق الـ "family.fit"



الشروط والأحكام

اتفاق هام قبل استخدام هذا المصدر

باستخدام هذا المصدر فإنك توافق على الشروط والبنود الموجودة في <https://family.fit/terms-and-conditions> كما هو مفصل بالكامل على موقعنا. هذه الشروط تحكم استخدامك الشخصي واستخدام كل الذين يتدربون معك لهذا المصدر يُرجى التأكد من موافقتك وجميع من يتدربون معك على هذه الشروط والبنود بالكامل. إذا كنت لا توافق على هذه الشروط والبنود أو أي جزء منها، يجب عدم استخدام هذا المصدر.



family.ft

