



Ziua 1: Anxietate vs. Pace

Pregătire:

Fiecare membru al familiei trebuie să aducă ceva din natură: o frunză, un fir de iarbă sau o floare. Dacă nu puteți ieși din locuință sau nu aveți de unde să luați ceva din natură, atunci căutați pe internet o poză cu natura.

Discutați:

Cineva să citească cu voce tare următorul text: „Lumea este un loc ciudat în acest moment. Răspândirea virusului Covid-19 a adus mult stres și supărare. Noi putem alege cum să răspundem la ceea ce se întâmplă și Dumnezeu vrea să ne ajute la aceasta. Astăzi ne vom uita la două alegeri pe care le putem face: să fim neliniștiți sau să fim umpluți cu pacea lui Dumnezeu”.

Discutați împreună:

- ◆ Ce ne face să fim neliniștiți?
- ◆ Este normal să ne simțim neliniștiți?
- ◆ Vorbiți împreună despre diferența dintre îngrijorare și neliniște. Este normal să fim preocupați ca cei dragi să nu se îmbolnăvească. Dar nu este bine dacă acea preocupare preia controlul asupra minții noastre și devine neliniște.
- ◆ Dezinformarea cauzează neliniște. Aveți grijă să fiți informați pe cei dragi de miturile apărute despre acest virus și explicați-le situația reală.

Explorați:

Ce are Dumnezeu de spus ?

Alegeți pe cineva din familie care să citească Matei 6:25-34. Alegeți o traducere ușor de înțeles. Dacă vreți, puteți citi fiecare câteva versete.

Gândiți:

Uitați-vă la lucrurile din natură pe care le-ați strâns. Puneți următoarea întrebare și lăsați un minut de liniște înainte să discutați:

De ce credeți că Isus le-a spus să se uite la iarbă, flori și păsări?

Lăsați pe fiecare membru al familiei să își spună părerea.

Discutați despre modul în care Dumnezeu iubește lumea pe care a creat-o, chiar și firele de iarbă și păsările cerului. Cu cât mai mult ne iubește pe noi! Lui Dumnezeu îi pasă de natură și lui Dumnezeu îi pasă de noi.



Cineva să citească cu voce tare:

Opusul neliniștii este pacea. Pacea nu este absența crizei. Nu înseamnă că pandemia va dispărea. Dar înseamnă că putem să oprim neliniștea din a ne controla viețile. Putem fi siguri că Dumnezeu ne iubește și îi pasă de noi. Suntem importanți pentru El. Când suntem tentați să ne îngrijorăm, putem să ne oprim, să respirăm adânc și să ne amintim aceste lucruri. Putem să-i spunem lui Dumnezeu ce ne întristează, și putem fi siguri că El ne ascultă. Când facem aceste lucruri experimentăm pacea lui Dumnezeu.

Acționați:

Alegeți una sau mai multe opțiuni:

- Fiecare membru al familie să ridice obiectul pe care l-a adus din natură. Spuneți-le să îl țină în mână și să îi mulțumească lui Dumnezeu că are mai mare grijă de noi decât de flori sau păsări.
- Mergeți afară și culegeți flori și plante verzi. Puneți-le într-un borcan cu apă. Acesta poate fi un mod de a vă aminti că Dumnezeu iubește natura și ne iubește și pe noi.
- Printați sau scrieți pe o foaie câteva versete de încurajare (Psalmii 46:1-3, Filipeni 4:6-7, Proverbele 3:24-26, Daniel 10:12). Puneți foaia undeva pe perete unde se poate vedea.

Rugăciune:

Rugați-vă la final cu cuvintele din Numeri 6:24-26.

‘Domnul să te binecuvânteze
și să te păzească!

Domnul să facă să lumineze fața Sa peste tine
și să se îndure de tine!

Domnul să-Și înalțe fața peste tine
și să-ți dea pacea!’