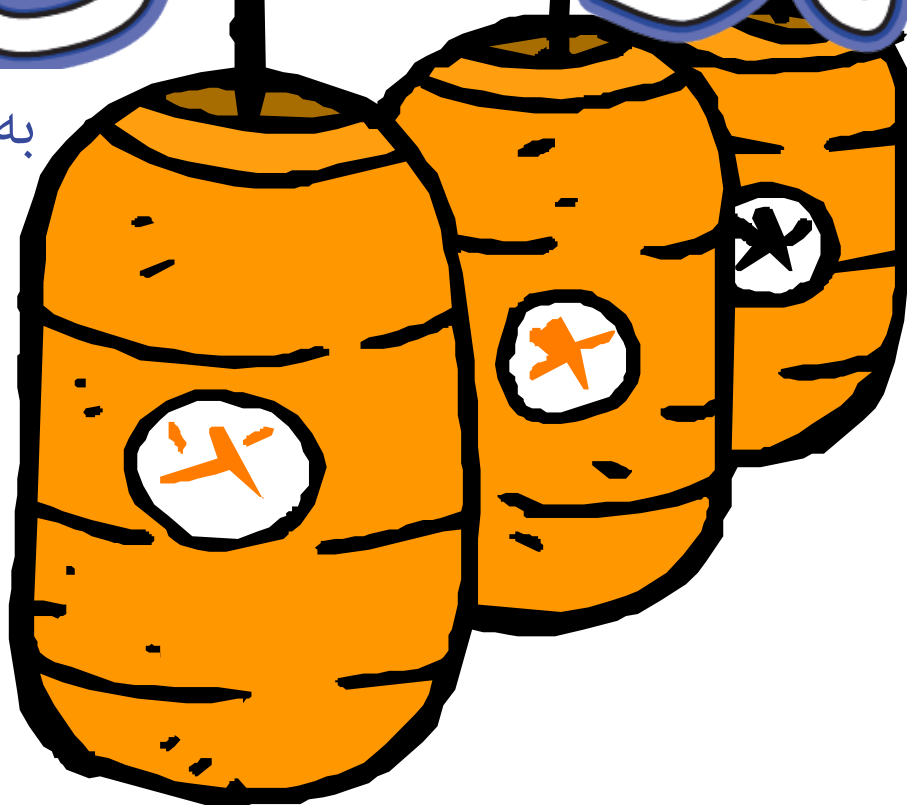


فصل 2

# فصل مالتان

به ثمره روح



تخصص

سخت

کتاب دانش آموز



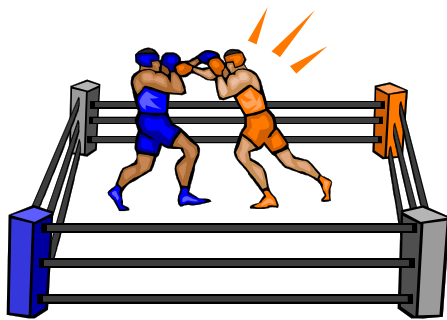
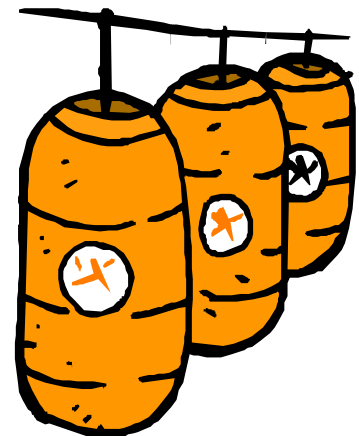


## برای قهرمان شدن...

من و شما باید یاد بگیریم که با ثمره روح زندگی کنیم و هر روز با گناه خود مبارزه کنیم. این تمرین آسان نیست و به زمان، عرق، تمرین و تلاش نیاز دارد.

با این حال، برای برنده شدن، به یک مربی نیاز دارید.

هر هفته برای تمرین و تمرین به این کلاس بیایید و به صحبت های مربی خود گوش دهید. آیه حافظه را بیاموزید، داستان کتاب مقدس را بشنوید، و در مورد چگونگی از بین بردن گناهی که در قلب شما می جنگد کمک بگیرید.

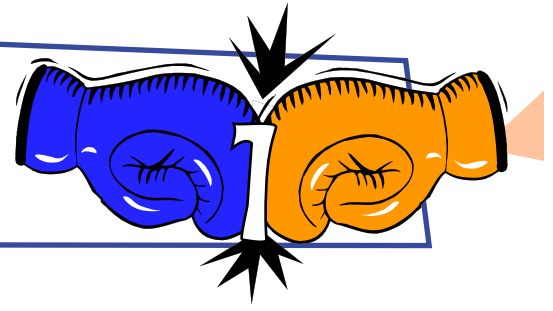


سپس در طول هفته، همانطور که هر درس را در زندگی واقعی خود تمرین می کنید، وارد رینگ شوید. هر بار که تکلیف خانه را با عنوان "در حلقه" انجام می دهید، مشت بزرگی به گناه می اندازید!

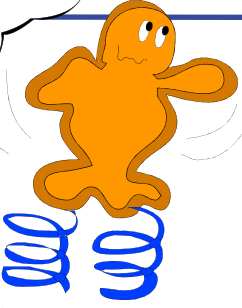
به مبارزه ادامه دهید و می توانید در مسابقات پیروز شوید و قهرمان شوید!

## صبر در مقابل بی صبری

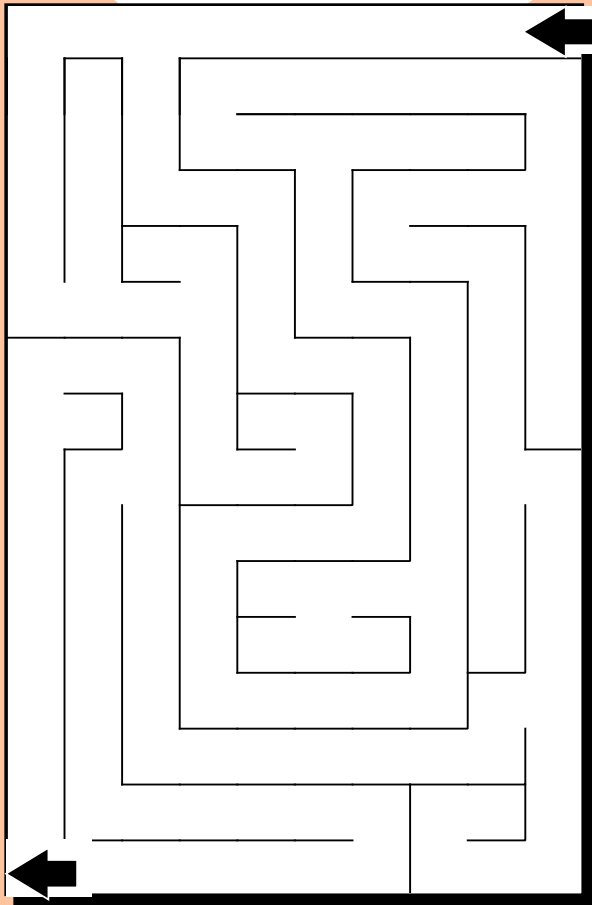
داستان کتاب مقدس: گوساله طلایی  
یهودیان 32



فکر می  
کنم با اینها  
سریعتر  
به آنجا  
برسم.



ک	ع	ا	ه	ی	ل	ی	ئ	ا	ر	س	ا
ی	ن	ا	م	ر	ف	ا	ن	ن	ا	م	ز
ر	ا	ب	ع	ی	ط	خ	د	ا	و	ن	د
ا	ت	د	ج	ظ	ا	س	ض	ر	ت	ه	ن
د	س	ی	ز	ت	ع	ف	خ	ب	ک	ر	ک
ه	ه	ت	ه	ظ	و	ع	ح	ص	ر	ی	ر
د	و	س	ه	ا	ن	و	ب	ه	ب	خ	ب
ر	ک	ت	ا	ف	ط	ر	و	ف	ا	ذ	ص
ب	م	ن	د	ح	ض	ر	ت	م	و	س	ی



زمان	حفاظت	صبر
ابدیت	حضرت موسی	اسرائیلی ها
خداوند	کوهستان	ذخیره
برکت	نافرمانی	طاعون
معجزه ها	صبر کن	برده داری

آیه خاطره :

"و همچنین دعا می‌کنم که خدا بر  
حسب قدرت پرشکوهش و با تمام  
نیروی خود شما را تقویت کند تا  
با شادی و صبر هر چیز را تحمل  
کنید." کولسیان 11:1

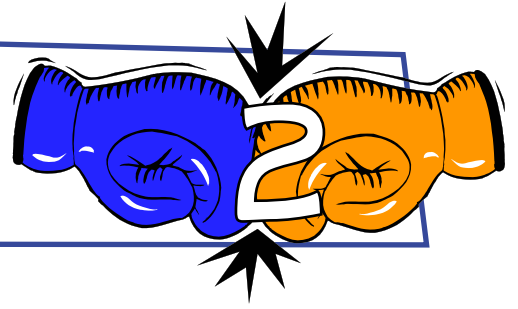
## در رینگ

چیزی را در خاک بنویسید که خدا در گذشته برای شما انجام داده است، سپس آن نقطه را با سنگ مشخص کنید. یکی را در کلیسا انجام دهید، هر دانش آموز مکان خاص خود را بسازد، و دیگری را در خانه در طول هفته انجام دهید. بعد از اینکه نقطه خود را با سنگ مشخص کردید، کاری را که خدا انجام داد با شخص دیگری در میان بگذارید.

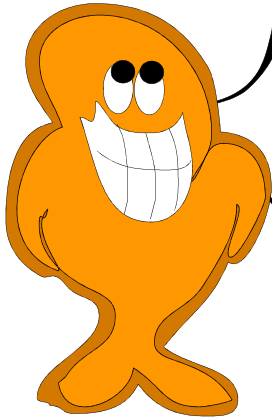


## صبر در برابر اندوه

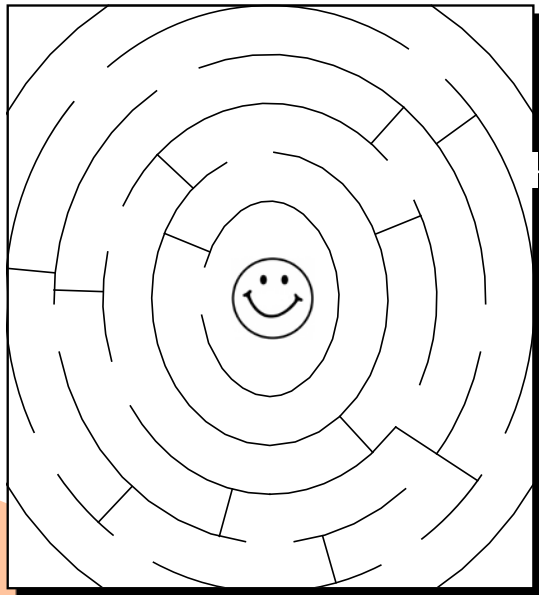
داستان کتاب مقدس: ایوب با شکیبایی رنج می برد  
شغل 1-2



گاهی از درون  
دلم میخواهد  
گریه کنم، اما  
هنوز هم  
میتوانم این  
لیخند را  
بزنم.



د	ص	ب	ر	ن	ج	ک	ش	ی	د	ن	ا
ر	ح	م	غ	م	و	ا	ن	د	و	ه	س
ک	س	ه	ل	س	ص	ق	د	ر	د	ق	ت
ه	گ	ا	ش	ی	د	و	س	ت	ا	ن	ق
ل	ف	ن	ر	ح	ج	ق	ک	ا	ر	ج	ا
م	د	گ	ت	ی	ق	م	ب	ا	ر	ک	م
ح	ب	س	غ	ب	ر	ا	ش	ف	ق	ص	ت
د	م	ک	ی	ک	ق	ی	ب	ا	ل	غ	ک
غ	ر	ا	س	ر	ز	ن	ش	ک	ر	د	ن



فشار	مبارک	صبر
دوستان	کار	غم و اندوه
بالغ	حمله کرد	درد
مسیحی	سرزنش کردن	رنج کشیدن
	گناه	استقامت کن

آیه خاطره :  
حتی در هنگام سختی، آرامش داشتم،  
زیرا وعده تو به من زندگی میبخشد.  
مزامیر 50:119

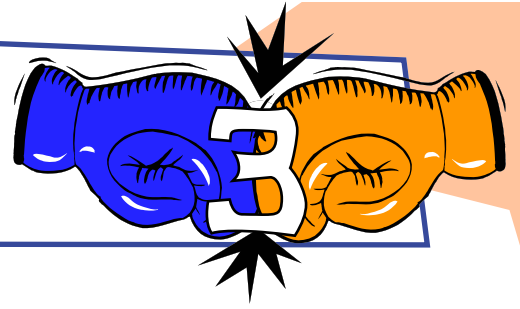
## در رینگ

برای چیزی که در آن عذاب کشیدید، از خدا تشکر کنید. سعی کنید همانطور که ایوب گفت: "خداوند داد و خداوند برداشت. نام خداوند ستوده شود." اگر می توانید شهادت خود را با دیگران در کلاس به اشتراک بگذارید.



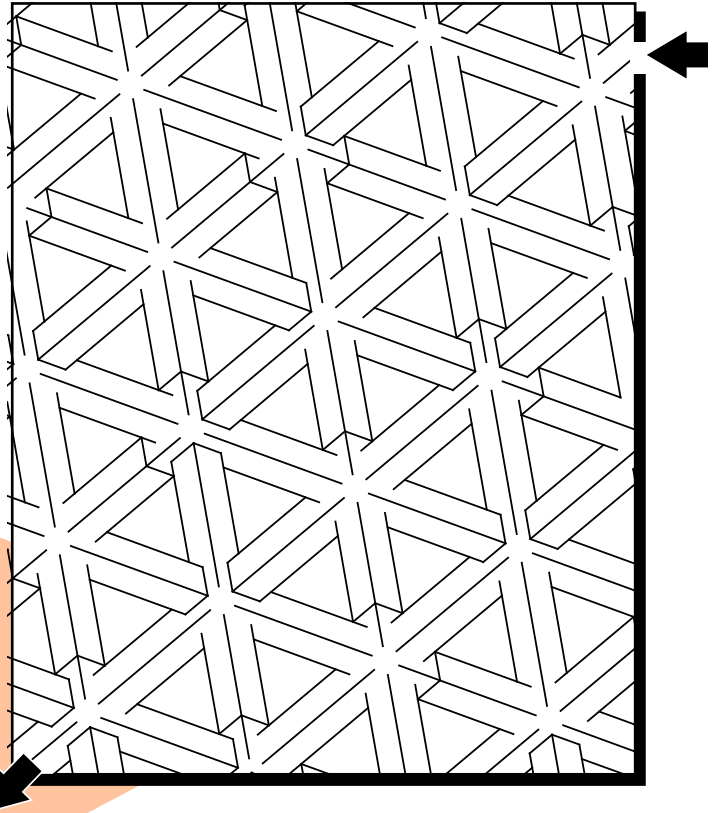
## صبر در مقابل غرور

داستان کتاب مقدس: پادشاه نبوکدنصر  
دانیال 4



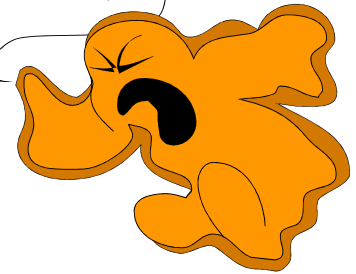
آیه خاطره:

"انتهای کار از شروع آن بهتر است و صبر و شکیبایی از غرور نیکوتر می‌باشد." جامعه 8:7



ن	خ	ر	ص	و	ع	د	ه	ه	ا
ک	ه	د	ب	خ	ر	ف	ه	ر	ا
ر	و	ا	ص	ب	ع	ه	ا	و	ش
ب	ص	و	و	پ	س	ش	ن	ر	د
ص	ف	ن	س	ر	ب	پ	گ	غ	ا
ن	ب	د	ش	ه	ش	س	ش	ص	پ
ا	ه	ع	ب	ش	ف	ر	و	ت	ن
ع	ن	ف	س	ه	س	ت	ا	ی	ش
ذ	ف	خ	ص	ا	ع	ت	ب	ا	ر
ا	ب	ر	آ	و	ر	د	ه	ش	و

من نمی‌خواهم خودم را تواضع کنم! آیا واقعا مجبورم؟



برآورده شود	شهر	غرور
وعده‌ها	خداوند	گناه
اذعان	فروتن	از بین رفتن
ستایش	صبر	پادشاه
اعتبار	صبر کن	نفس

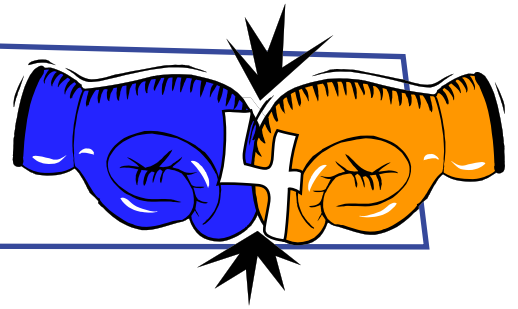
## در رینگ

برخی فعالیت‌ها را برای فروتنی انجام دهید. می‌توانید جای خود را در صف به کسی بدهید، از تماشای یک برنامه تلویزیونی که شخصیت‌های آن پر از غرور هستند اجتناب کنید، جایگاه خود را روی صحنه یا در مقابل دیگران رها کنید، یا اجازه دهید دیگران درست رفتار کنند.



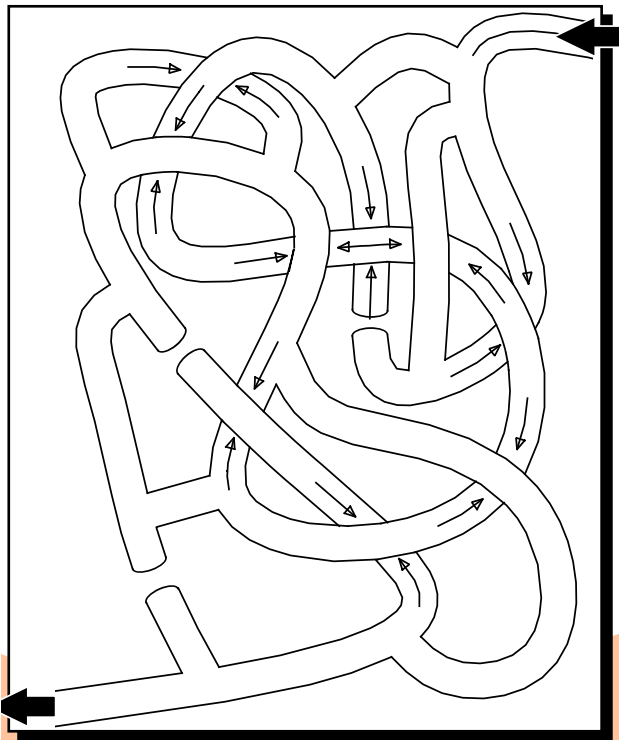
## صبر در مقابل خشم

داستان کتاب مقدس: داوود، نابال و ایگیل  
1 سموئیل 25



ا	ب	ی	گ	ی	ل	ی	ه	ن	س	ف	ر	ک	ر	د	ه
ن	ت	س	ر	د	ذ	ق	ط	ل	ت	س	د	ب	ف	ش	ی
ت	ه	د	ر	پ	گ	ل	ج	ا	غ	م	ب	د	پ	ت	ج
ق	ر	ط	خ	ف	ب	ج	ق	ب	ق	ش	د	ی	ت	ظ	ا
ا	ش	ت	ب	ا	ه	ت	غ	ن	ج	خ	ل	و	س	ا	ن
م	ب	ا	ر	ک	ش	پ	ب	د	گ	ف	ت	ی	ق	ف	ی
و	ع	د	ه	غ	ذ	ا	ی	ی	ط	ذ	ی	د	ه	ح	ن

آیه خاطره:  
"اگر عصبانی شدید، نگذارید خشمتان  
شما را به گناه بکشاند و یا تا غروب  
آفتاب باقی بماند." افسسیان 26:4



- خشم
- هیجانی
- پرده
- اشتباه
- دیوید
- نبال
- ایگیل
- انتقام
- خطر
- وعده غذایی
- سفرکرده
- حفاظت
- درست
- مبارک



نگاه نکن! من  
نمی خواهم  
گرفتار شوم!  
(چون این من را واقعا  
عصبانی می کند).

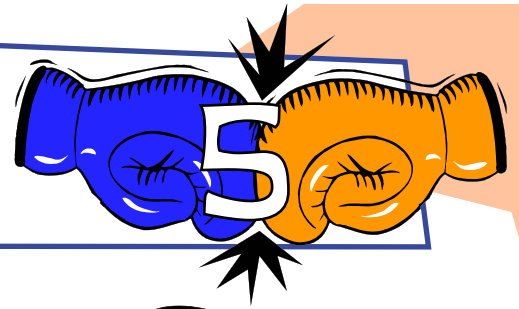
## در رینگ

چند مورد کوچک بخرید تا به عنوان هدیه هدیه دهید. هر زمان که عصبانی شدید، یک وسیله به کسی که با او عصبانی هستید بدهید. سعی کنید با دادن هدایای کوچک به مردم خشم خود را از بین ببرید و شاهد رشد صبر خود باشید.



## صبر در مقابل استحقاق

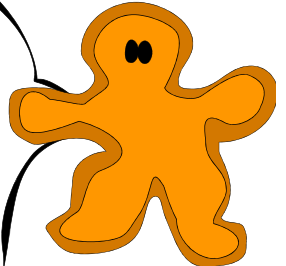
داستان کتاب مقدس: مانا و بلدرچین  
خروج 18-1:16



آیه خاطره :

"شما نیز باید با امید صبر کنید و قویدل باشید زیرا آمدن خداوند نزدیک است.  
ای برادران من، پشت سر دیگران از آنها شکایت نکنید، مبدا خود شما محکوم شوید، چون داور عادل آمادهٔ داوری است." یعقوب 8:5-9

من معتقدم  
که من  
لیاقت همه  
چیز را دارم،  
به اندازه  
ای که این  
بازوهای لکه  
ای می توانند  
حمل کنند!



م	ز	ا	ل	ت	م	ا	س	ک	ر	د	ن
ع	ا	س	خ	گ	ط	س	ز	ا	و	ا	ر
ت	ی	ت	ا	و	ا	س	ب	د	ب	ص	د
ق	ت	ح	ه	غ	ل	م	ل	ن	ص	غ	ر
د	م	ق	ه	م	ب	غ	د	و	ب	ص	ک
ا	ا	ا	ز	ا	ه	ر	ر	ا	ه	خ	ر
س	ه	ق	ج	ن	گ	و	چ	د	و	ش	غ
ت	ت	ص	ع	ن	ر	ر	ی	خ	غ	ب	ر
ا	ع	ت	م	ا	د	ک	ن	ی	د	ق	غ

بلدرچین

معجزه ها

غرغر کرد

خداوند

صبور

اعتماد کنید

ماننا

امتیاز

مغرور

مطالبه گر

التماس کردن

استحقاق

شخص

معتقد است

سزاوار

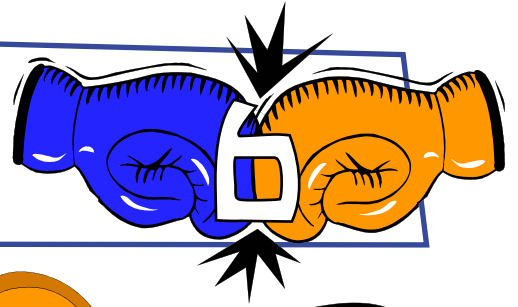
## در رینگ

این هفته از کسی چیزی مدیون نیستی. هر بار که می خواهید چیزی بخواهید، جلوی خودتان را بگیرید. هر بار که با موفقیت خود را از درخواست غذا، لطف، وقت یا کمک باز می دارید. شما در برابر این گناه پیروز هستید



## مهربانی در مقابل مقایسه

داستان کتاب مقدس: شاه شائول و داوود  
اول سموئیل 16:5-18

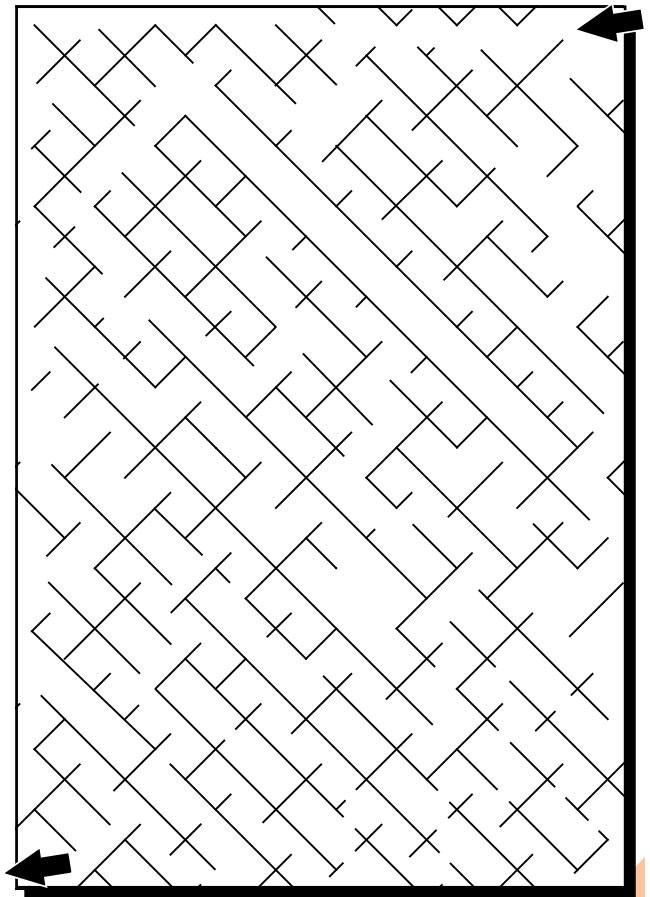


مجله من  
بهتر از مجله  
شماست. من  
آن را می  
دانم!

آیه خاطره:

"هرکس باید رفتار خود را بیازماید و اگر رفتارش پسندیده بود، می‌تواند به خود ببالد و لزومی ندارد که خود را با دیگران مقایسه کند،" غلاطیان 4:6

ا	ه	ه	س	ی	ا	ق	م	ی	ت	د
ه	ب	ا	ش	م	ئ	د	ح	ن	د	ز
م	ن	ت	س	ر	ق	ل	س	ئ	ا	د
ا	ن	ب	ح	د	ه	د	و	ب	س	ا
ا	ه	و	ق	م	ت	ئ	د	د	ح	ی
خ	م	ل	و	ئ	ا	س	ق	ی	ت	ر
ل	س	د	ی	و	ی	د	و	گ	د	ف
و	ا	گ	ن	ی	ن	ا	ب	ر	ه	م
پ	ن	ا	ه	ی	ی	ا	ن	ا	و	ت



- |           |          |            |
|-----------|----------|------------|
| حسادت     | حسود     | مهربانی    |
| مقایسه‌ها | دیوید    | دیگر       |
| ناهمسان   | شائول    | مردم       |
| مشابه     | خانم‌ها  | توانایی‌ها |
|           | فریاد زد | پول        |

## در رینگ

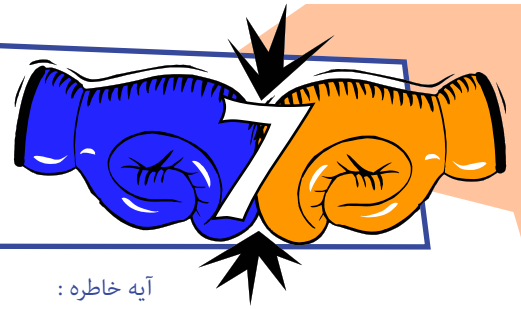
در ابتدای هفته 20 توپ کوچک به خود بدهید. هر بار که متوجه شدید که خود را با دیگران مقایسه می‌کنید، یکی از توپ‌ها را بردارید. این شامل فیس بوک یا سایر برنامه‌های آنلاین است که اغلب خودمان را با دیگران مقایسه می‌کنیم. اگر نیاز دارید، تمام هفته را از فیس بوک خارج کنید.





## مهربانی در مقابل فریب

داستان کتاب مقدس: پیتر مسیح را انکار می کند  
متی 26:31-35, 69-75

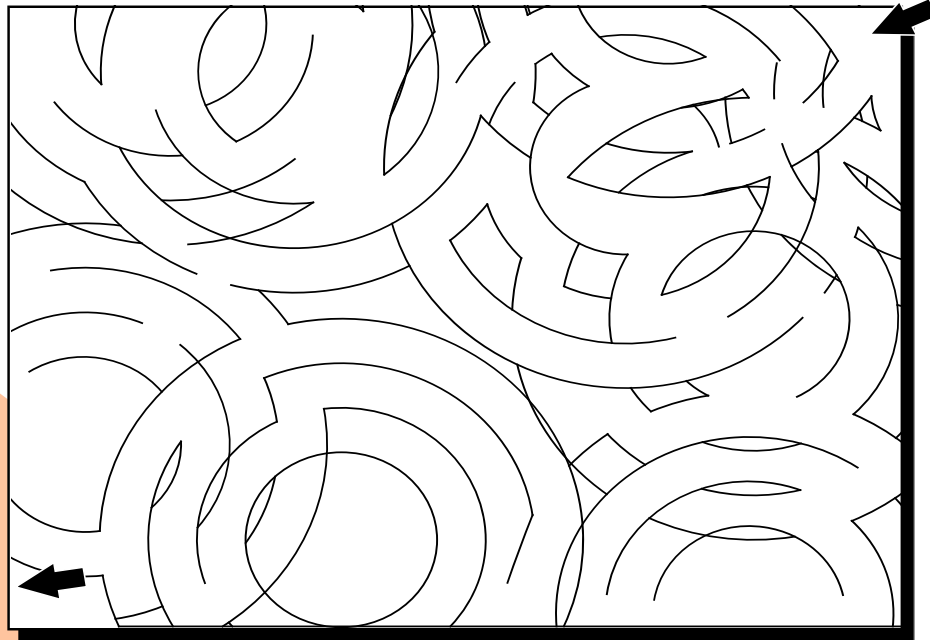
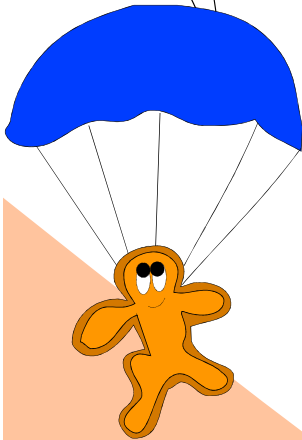


آیه خاطره:

"با اشخاص بد، همنشین نیستم

و با مردم ریاکار معاشرت ندارم." مزامیر 4:26

من را بررسی کنید!  
من به تنهایی پرواز  
می کنم!



- مبارزه کردن
- گناه
- فریب
- پنهان شدن
- حقیقت
- تمامیت
- منافقین
- واعظ
- زنده
- آموزه ها
- پیتر
- طرد شد
- عیسی
- بخشش
- توبه کردن

م	ت	م	ا	م	ی	ت	و	ب	ه	ک	ر	د	ن
ن	د	ش	ن	ا	ه	ن	پ	ظ	ب	ر	ر	د	ت
ا	ه	ه	ز	و	م	آ	ن	ع	ی	ت	س	ش	ق
ف	ظ	و	گ	ن	ا	ه	گ	ا	ر	ی	ی	د	ی
ق	ا	خ	ه	د	ن	ز	ت	و	ف	پ	ع	ر	ق
ی	ش	د	ق	ب	ظ	ت	ق	ی	آ	ظ	ه	ط	ح
ن	د	ر	ک	ه	ز	ر	ا	ب	م	ب	خ	ش	ش

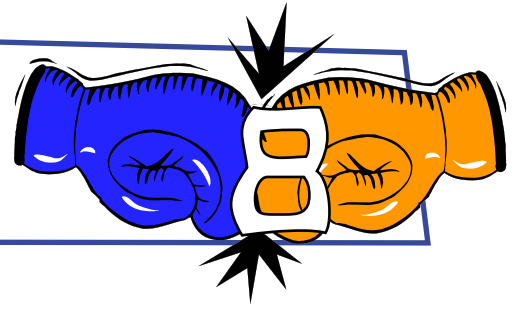
## در رینگ

این هفته پیش کسی که به او دروغ گفته اید بروید و حقیقت را به او بگویید. بابت دروغ عذرخواهی کنید و از آنها بخواهید که شما را ببخشند. هر بار که برگردید و حقیقت را بگویید، یک پیروزی بزرگ دیگر در برابر این گناه خواهد بود.



## مهربانی در مقابل جدایی

داستان کتاب مقدس: روت و نائومی  
روت 1:8-22



آیه خاطره :

"هرگاه که از دست برمی آید، از احسان کردن به محتاجان  
کوتاهی مکن." امثال 3:27

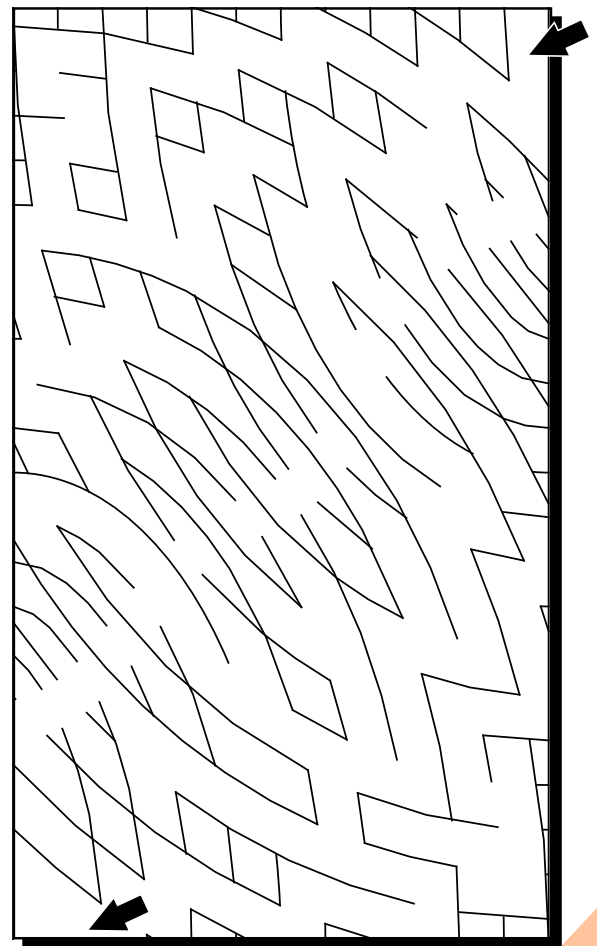
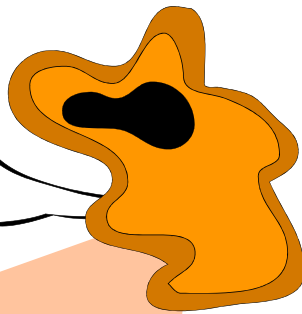
چ	ه	ک	س	ی	ر	ی	گ	ه	ر	ا	ن	ک
ی	م	و	ئ	ا	ن	ا	ر	گ	ی	د	ه	م
ش	ر	گ	ن	ئ	ت	س	ک	ش	غ	ن	ک	ک
ه	ش	ر	ق	ت	م	ا	ه	ق	ت	و	ر	ل
د	ش	ت	گ	ه	ل	ئ	س	م	ا	ن	ا	ا
ک	ه	و	ق	غ	ر	ی	ز	ه	ش	ا	ت	ص
ی	ن	ر	ئ	ش	ق	ا	م	ق	ئ	ق	م	ت
م	ا	ر	ت	ح	ا	و	ر	ا	خ	ت	ا	ا

افتخار و احترام  
غریزه  
قانون  
روت  
نائومی

چه کسی  
مسئله  
کمک  
دیگران  
کد

کناره گیری  
نگرش  
متارکه  
شکست  
اتصال

من نیازی به  
کمک به کسی  
ندارم، زیرا نگاه  
کن! من حتی یک  
شکل واقعی ندارم!  
من فقط یک لکه  
هستم!

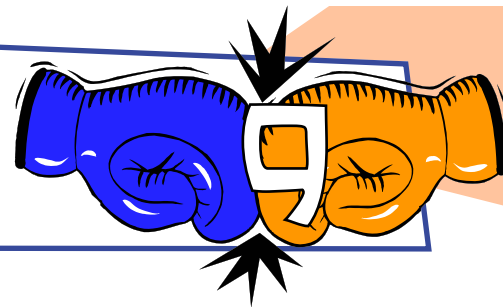


## در رینگ

شخصی را برای کمک پیدا کنید، به خصوص اگر "مشکل شما نیست". به یک بی خانمان در خیابان بدهید، یا شاید یک کودک در مدرسه به یک مداد یا پاک کن جدید نیاز داشته باشد. مطمئن شوید که آنها با شما مرتبط نیستند و هیچ مسئولیتی ندارید یا نیازی به کمک به آنها ندارید.

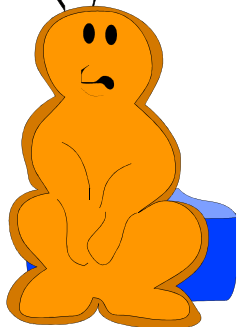


## مهربانی در مقابل بدخواهی



داستان کتاب مقدس: استر مردم خود را نجات می دهد  
استر 3-5

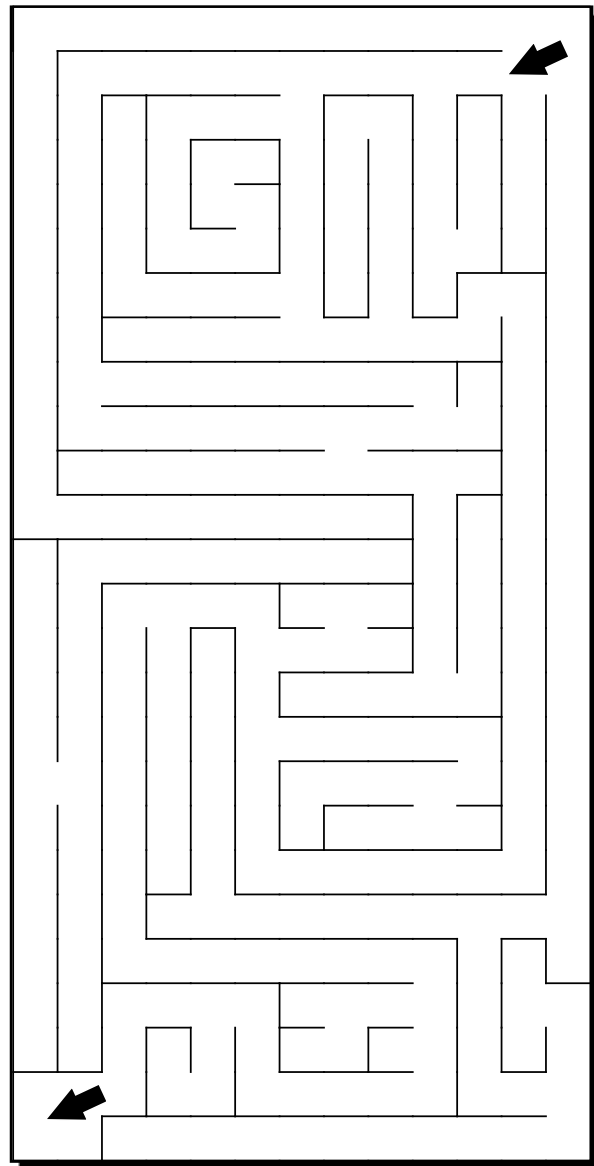
آخ! وقتی دیگران نسبت به من بد می شوند، دردناک است.



آیه خاطره :

" ای برادران من، خود من در مورد شما خاطر جمع هستم که سرشار از نیکی و کمال معرفت بوده و قادر به تعلیم یکدیگر هستید." رومیان 14:15

ک	ی	ن	ه	ج	و	ی	ا	ن	ه
ج	ر	ا	ح	ت	ی	د	ه	ا	ی
ی	ه	ب	ک	ش	ه	ن	ه	ی	ک
ن	ا	ر	س	ت	ا	ک	ئ	د	ی
ا	م	ت	ص	ف	و	د	ط	و	د
ب	و	س	د	ا	خ	ا	و	ه	ی
ر	ن	ا	م	ی	د	ج	ت	ی	گ
ه	ظ	ت	ه	ض	ب	ی	ض	ب	ر
م	ن	ظ	و	ر	د	ا	ش	ت	ن



مهربانی  
بدخواهی  
ایجاد کند  
جراحت  
صدمه  
یکی دیگر  
هامون

توطئه ها  
بکش  
یهودیان  
منظور داشتن  
کینه جوینان  
استر  
ضیافت

## در رینگ

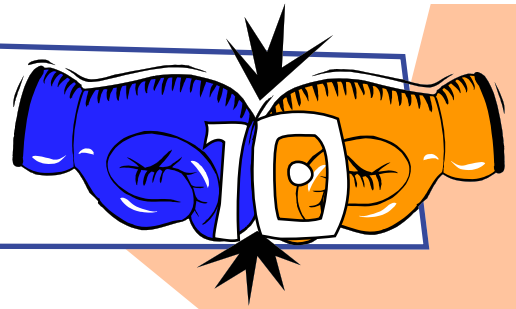


این هفته از کسی در برابر کسی که بی دلیل با او بد رفتار می کند محافظت کنید. همانطور که از شخص دیگری محافظت می کنیم، در قلب خود نیز با این گناه مبارزه خواهیم کرد. برای محافظت از شخص دیگری، شهرت خود را به خطر بیندازید.

## خوبی در مقابل بی تفاوتی

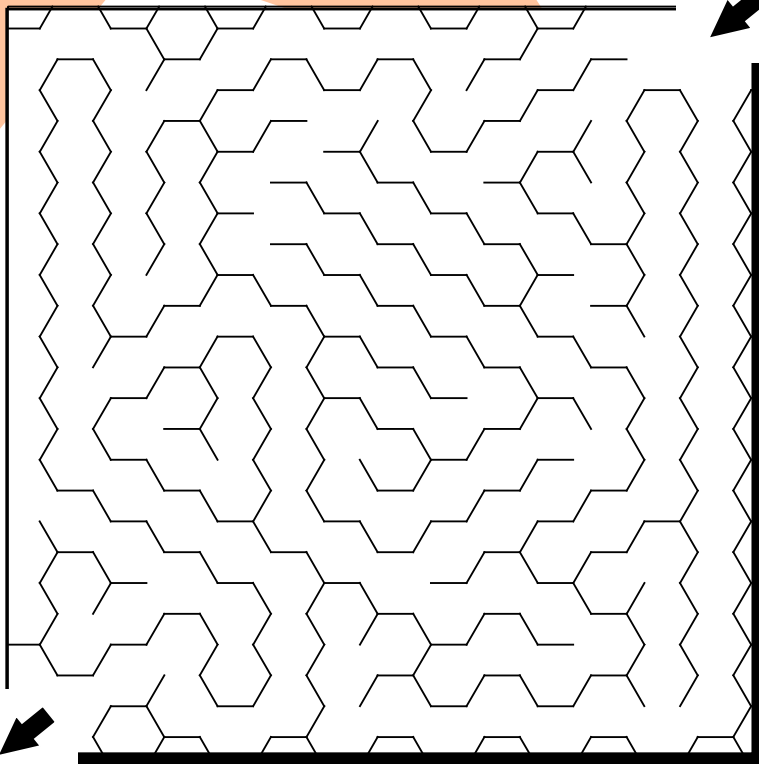
داستان کتاب مقدس: سدوم و عمورا

پیدایش 16:18-33



چرا باید نگران شخص دیگری باشم؟ من ددرسهای خودم را در این سوراخ دارم!

خوبی  
نگرانی  
دیگران  
بی تفاوتی  
عدم  
شور  
هیچان  
خداوند  
ابراهیم  
فرشتگان  
از بین رفتن  
شهرها  
رحم و شفقت دلسوزی  
قلب



ی	م	ی	ه	ا	ر	ب	ا	ز	ب	ی	ن	ر	ف	ف	ت	ن
ن	ا	گ	ت	ش	ر	ف	خ	ب	ی	ت	ف	ا	و	ت	ی	ی
ا	ر	ن	ه	ف	ق	د	ی	گ	ر	ا	ن	ه	ف	ش	ه	ه
ر	و	د	خ	د	ا	و	ن	د	ت	ش	ی	گ	ش	ه	ی	ی
گ	ش	ب	ا	ش	ر	ح	ش	ی	ب	و	خ	ا	و	ر	ج	ج
ن	ش	ع	ق	ل	ب	ل	ه	گ	ع	د	م	س	ن	ه	ا	ا
ر	ح	م	و	ش	ف	ق	ت	د	ل	س	و	ز	ی	ا	ن	ن

آیه خاطره :

"کسی که به دوست خود رحم و شفقت ندارد،

در واقع از قادر مطلق نمی ترسد."

ایوب 14:6

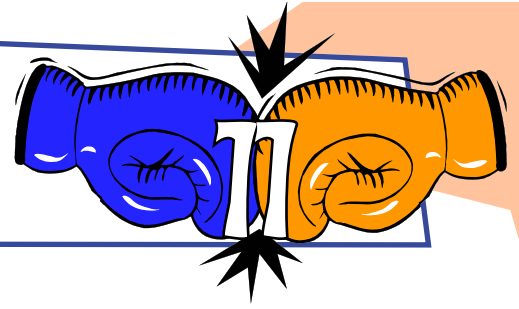
## در رینگ

دعا کنید و از خدا بخواهید که در این هفته شور و شوق را در دل شما بیفزاید. به دنبال کاری باشید که بتوانید برای دیگران انجام دهید تا اشتیاق خود را برای دیگران افزایش دهید. به یک وزارتخانه مراجعه کنید و در مورد کارهایی که آنها انجام می دهند بیاموزید، در پناهگاهی که به دیگران غذا می دهد کمک کنید، یا ویدیوهایی را درباره نیازها در سراسر جهان تماشا کنید. هر جا که می توانید شرکت کنید.

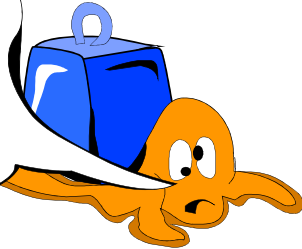


## خوبی در مقابل شر

داستان کتاب مقدس: هیرودیس و یحیی باپتیست  
لوقا 3:18-20، متی 14:1-12



می‌دانستم مردم  
می‌توانند این قدر بدجنس  
باشند. شاید کمی طول  
بکشد تا از زیر این وزن  
خارج شوم.

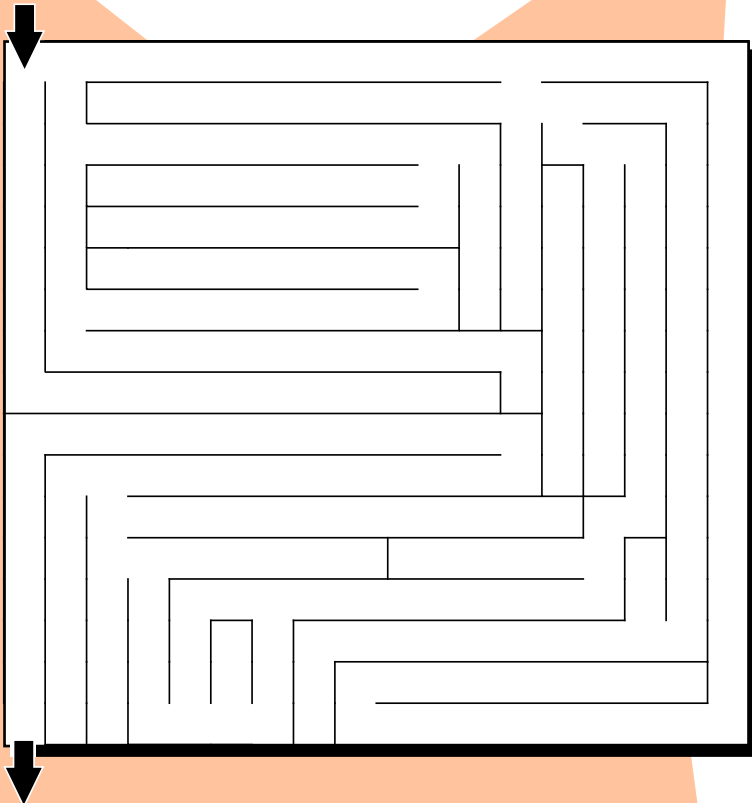


ج	ا	ن	ت	س	س	ی	ت	پ	ا	ب
ه	ی	ر	و	د	د	ی	س	ج	ش	ر
ن	و	ه	ن	د	د	ن	و	ا	د	خ
م	خ	د	ا	و	ن	د	د	ق	ب	و
ب	ه	ش	ت	م	ر	د	ا	ن	ب	ب
ق	ل	ب	ی	ع	د	ا	ل	ت	ی	ی
ش	آ	م	ا	د	ه	ک	ر	د	ن	ن
ا	ع	ت	م	ا	د	ک	ن	ی	د	د

خوبی  
شر  
قلب  
مردان  
اعتماد کنید  
خداوند  
هیرودیس

جان  
باپتیست  
آماده کردن  
خداوند  
بهشت  
جهنم  
عدالت

آیه خاطره:  
"از شرارت دست بردارید و کارهای  
نیک انجام دهید  
صلح و صفا را جسته و آن را  
دنبال نمایید."  
مزامیر 14:34



## در رینگ

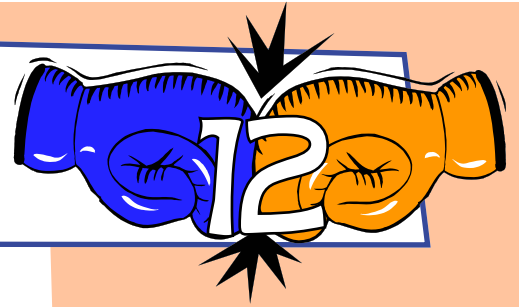
به اطراف خود برای حضور شر نگاه کنید، جایی که شخصی بدون دلیل ظاهراً به دیگری صدمه می زند. راهی برای  
مداخله در این هفته برای محافظت از فرد بی گناه پیدا کنید. شاید به آنها کمک کنید تا مسیری متفاوت از مدرسه به  
خانه بروند، یک نهار تهیه کنید یا یک گروه 4 نفره به شما بپیوندید تا با آنها قدم بزنید.



## نیکی در مقابل جاه طلبی خودخواه

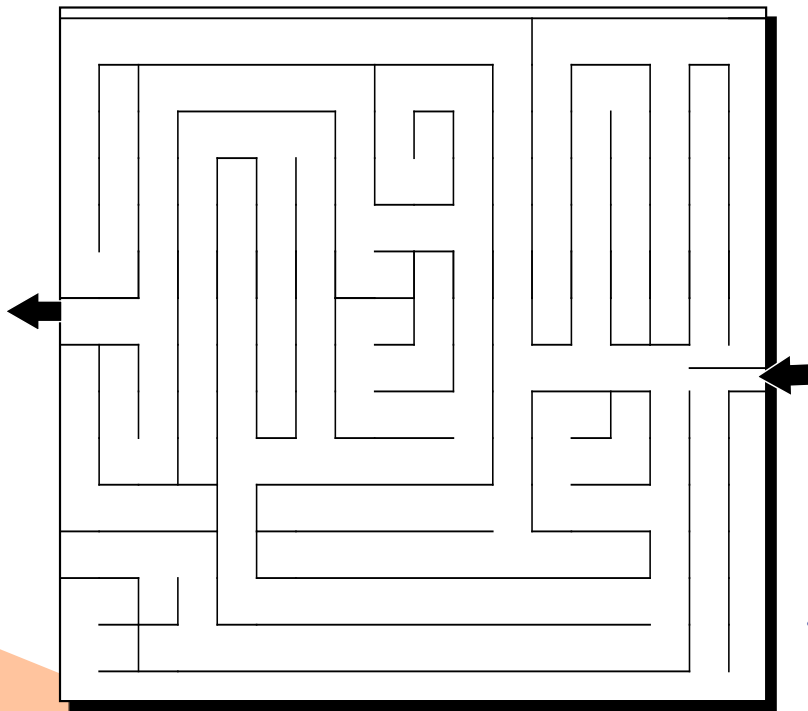
داستان کتاب مقدس: برج بابل

پیدایش 9-1:11



آ	ا	ف	ت	خ	ا	ر	و	ا	ح	ت	ر	ا	م
ن	د	ر	و	آ	ت	س	د	ه	ب	ت	و	ر	ث
ت	ل	ا	ش	ک	ن	ت	ر	ه	ش	ب	ا	ب	ل
و	ز	ر	آ	ف	د	ه	ا	و	خ	د	و	خ	ق
ر	ج	ر	ب	د	ی	ش	ا	ب	ب	ق	ا	ر	م
ف	ر	ق	ت	م	ز	ی	ت	ش	خ	ص	ی	ش	ر
آ	ی	ب	و	خ	آ	ص	ت	ش	ق	ر	و	ت	ی

- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| شهرت         | خوبی            |
| تلاش کن      | خود خواه        |
| به دست آوردن | هدف آرزو        |
| مراقب باشید  | قدرت            |
| برج          | افتخار و احترام |
| بابل         | ثروت            |
| فروتن        | فرق تمیز تشخیص  |

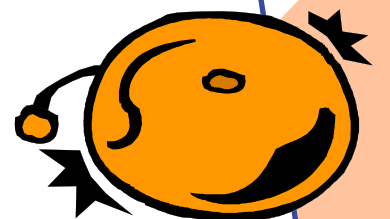


من خیلی عالی هستم! وقتی چیزی را می خواهم دنبالش می روم!

آیه خاطره :  
"هیچ عملی را از روی هم چشمی و خودخواهی انجام ندهید، بلکه با فروتنی، دیگران را از خود بهتر بدانید." فیلیپیان 3:2

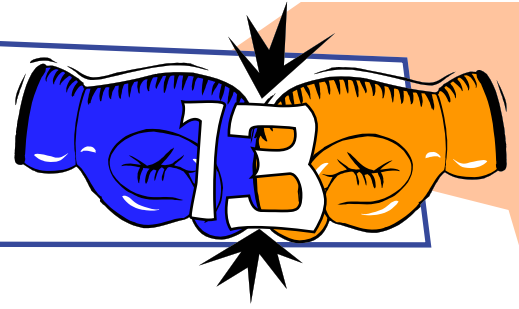
## در رینگ

این هفته هیچ کاری برای افزایش شهرت یا محبوبیت خود انجام ندهید. هر بار که فرصتی پیش آمد، آن را رد کنید. همانطور که این کار را انجام می دهید، این گناه بسیار یواشکی را از بین خواهید برد.

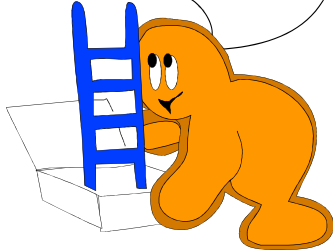


## خوبی در مقابل ناپاکی

داستان کتاب مقدس: یوسف و پوتیفار  
پیدایش 21-1:39

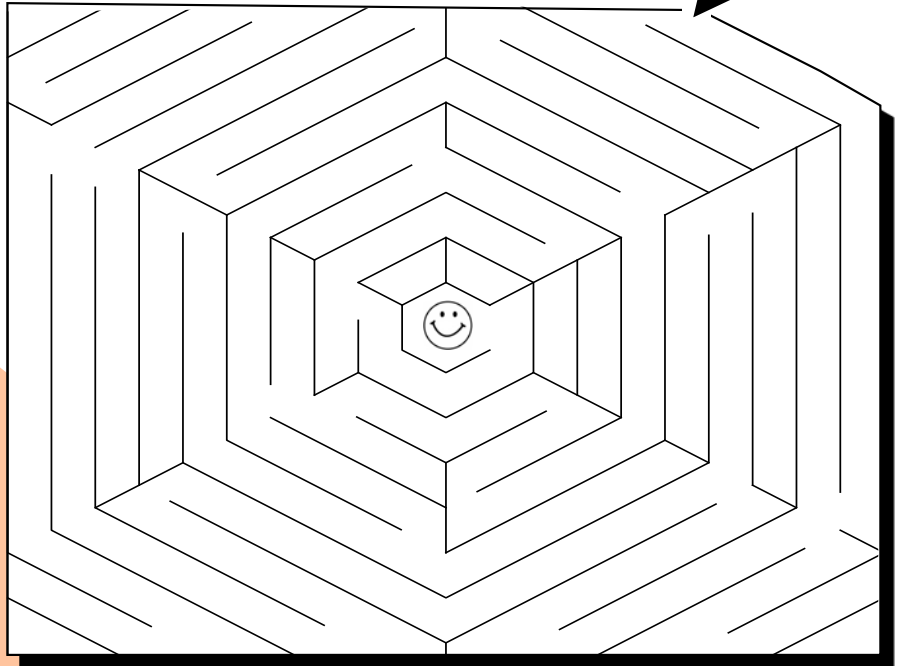


آیا می توانم با بالا رفتن از این نردبان از این وضعیت فرار کنم؟



آیه خاطره :

"به این سبب است که ما همیشه برای شما دعا می کنیم که خدای ما، شما را شایسته دعوت خود گرداند و همه آرزوهای نیکوی شما را برآورد و فعالیت های شما را که از ایمان سرچشمه می گیرد، با قدرت خود به کمال رساند"  
دوم تسالونیکیان 11:1



ا	ق	د	ا	م	ا	ت	پ	و	ت	ی	ف	ا	ر
ب	ر	د	ه	د	ا	ر	ی	ق	ج	ب	ص	ل	ه
ی	خ	ا	ل	ص	ج	آ	ل	و	د	ه	ر	خ	م
ت	م	ا	ن	د	ن	ص	ق	ل	ب	ه	ا	ا	س
ص	ه	ب	ت	ق	خ	ه	ج	و	ز	ف	ن	د	ر
ن	ش	ا	ن	د	ا	د	ن	ا	خ	ا	ل	ص	ی

ناخالصی  
آلوده  
اقدامات  
نشان دادن  
قلبها  
جوزف  
برده داری  
پوتیفار  
همسر  
ماندن  
خالص  
داخل

## در رینگ

این هفته مراقب قلب خود باشید. اگر کاری علیه شما انجام شده است، به یاد داشته باشید که آنها هستند که گناه کرده اند، نه شما. هر روز در دعا بگو: «خدایا من در پیشگاه تو پاکم». اگر در حق دیگری کاری کرده اید، از آن شخص و از خدا عذرخواهی کنید. سپس می توانید به دعا ادامه دهید: «خدایا من در پیشگاه تو پاک هستم.»



# بر گناهان غلبه کن...



...تا می  
توانی!

"اما خدا محبت خود را نسبت به ما کاملاً ثابت کرده است. زیرا در آن هنگام که ما هنوز گناهکار بودیم، مسیح به خاطر ما مرد." رومیان 8:5  
"ما اگر ما به گناهان خود اعتراف نماییم، می‌توانیم به او اعتماد کنیم؛ زیرا او به حق عمل می‌کند. او  
گناهان ما را می‌آمرزد و ما را از همه خطاهایمان پاک می‌سازد." اول یوحنا 9:1  
"من از روزی که به دنیا آمدم گناهکار بودم، از همان لحظه‌ای که نطفه‌ام در رحم مادرم بسته شد، به گناه آلوده بودم." مزامیر 5:51

