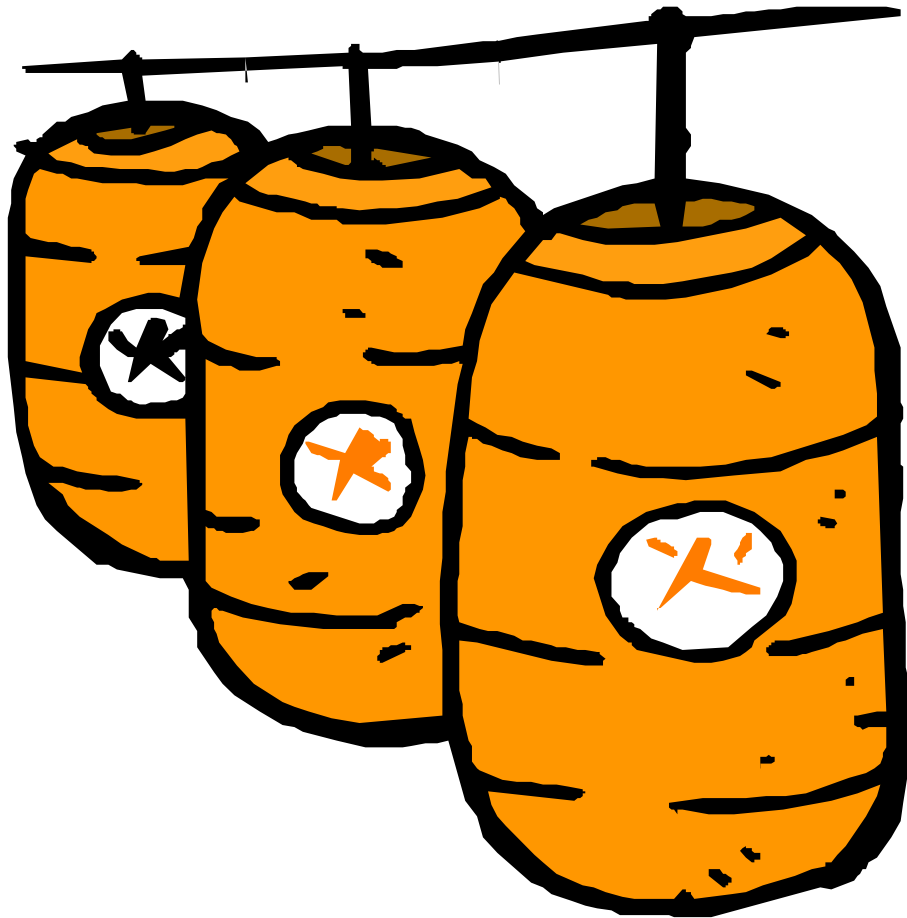


ਯੂਨਿਟ 2

ਚੈਂਪੀਅਨ

ਆਤਮਾ
ਦੇ ਫਲ
ਦੁਆਰਾ



ਐੱਖਾ



ਐੱਖਾ

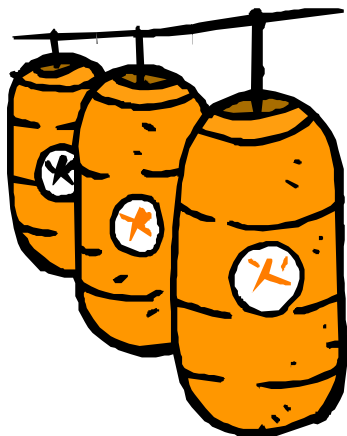
ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਕਿਤਾਬਾਂ

ਚੈਂਪੀਅਨ ਬਣਨ ਲਈ...

... ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਆਤਮਾ ਦੇ ਫਲ ਦੁਆਰਾ ਜੀਉਣਾ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਆਪਣੇ ਪਾਪਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਇਹ ਕੋਈ ਸੌਖੀ ਕਸਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਮਾਂ, ਪਸੀਨਾ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਮੰਗਦੀ ਹੈ।

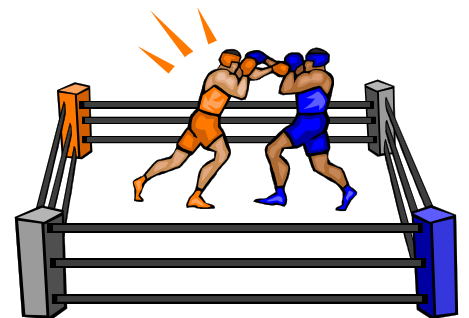


ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਤੂ ਹੋਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕੋਚ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ

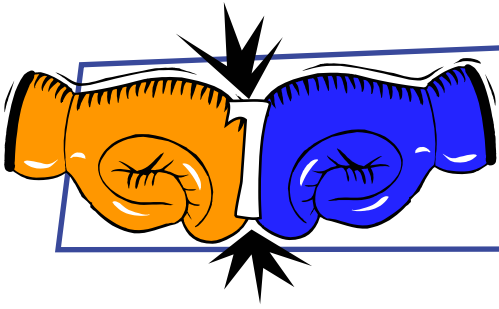


ਆਪਣੀ ਕਸਰਤ, ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਅਤੇ ਕੋਚ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ ਲਈ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਇਸ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਆਓ। ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਿੱਖੋ, ਬਾਈਬਲ ਕਹਾਣੀ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਸਿੱਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਾਪ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਲੜਨਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਲੜ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਫਿਰ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਚਲਦੇ ਹੋਏ, ਰਿੰਗ ਵਿਚ ਆਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਸਲ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸਬਕ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ। ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ "ਇਨ ਰਿੰਗ" ਵਿਚ ਹੋਮਵਰਕ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਪਾਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਮੁੱਕਾ ਮਾਰ ਰਹੇ ਹੋ!



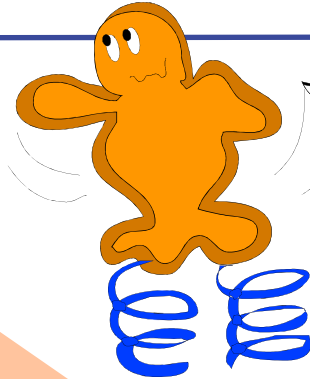
ਲੜਾਈ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਮੁਕਾਬਲੇ ਜਿੱਤੋਗੇ ਅਤੇ ਚੈਂਪੀਅਨ ਬਣ ਜਾਓਗੇ!



ਸਬਰ ਤੇ ਬੇਸਬਰੀ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਸੁਨਿਹਰੀ ਵੱਛਾ
ਐਕਸਡਸ 32

ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਉਥੇ ਛੇਤੀ ਪਹੁੰਚ ਜਾਵਾਂਗਾ।

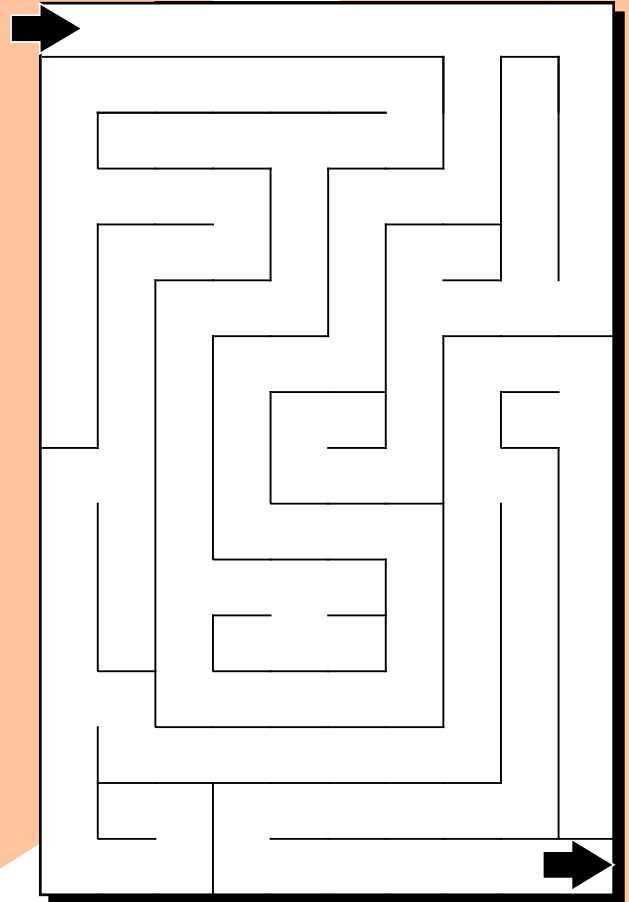


ਚ	ਮ	ਤ	ਕਾ	ਰ	ਈ	ਪ	ਲੇ	ਗ	ਇ	ਬ	ਸ
ਬ	ਸ	ਆ	ਇ	ਗੁ	ਸ	ਅ	ਲਾ	ਉ	ਬ	ਇ	ਰ
ਉ	ਲਾ	ਬ	ਗਿ	ਵੀ	ਚਾ	ਮੇ	ਸ	ਵੀ	ਚਾ	ਚਾ	ਕ
ਚਾ	ਵੀ	ਰ	ਰ	ਵੱ	ਵੀ	ਕ	ਮਾਂ	ਗੁ	ਇ	ਲਾ	ਦ
ੜੀ	ਚਾ	ੜੀ	ਗੁ	ਚਾ	ਅ	ਚਾ	ਆ	ਤ	ਆ	ਵਾ	ਵਾ
ਹਾ	ਗੁ	ਜ	ਤ	ਉ	ਡੀ	ਕ	ਇ	ਵਾ	ਰ	ਚਾ	ਵੀ
ਪ	ਮੇ	ਮਾ	ਸੇ	ਵਾ	ਲਾ	ਚਾ	ਪ੍ਰ	ਸ਼ੀ	ਸ	ਤ	ਉ
ਅ	ਮੀ	ਤ	ਲੀ	ਮੇ	ਚਾ	ਜ	ਆ	ਗੁ	ਸ	ਦੀ	ਵੀ
ਆ	ਲਾ	ਮਾ	ਲਾ	ਵੀ	ਮੀ	ਲੀ	ਈ	ਰਾ	ਜ	ਇ	ਲਾ
ਲਾ	ਗੁ	ਪ੍ਰ	ਚਾ	ਤ	ਵੀ	ਬ	ਚਾ	ਅ	ਸ	ਮੇ	ਚਾ

ਸਬਰ
ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ
ਬਚਾਇਆ
ਪਲੇਗ
ਗੁਲਾਮੀ

ਬਚਾਅ
ਮੇਸੇਜ਼
ਪਹਾੜੀ
ਅਵੱਗਿਆ
ਉਡੀਕ

ਸਮਾਂ
ਸਦੀਵੀ
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ
ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ
ਚਮਤਕਾਰ

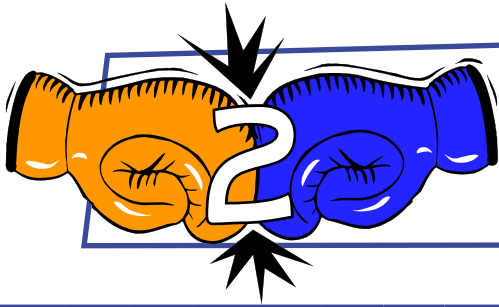


ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਤੁਕ :
"ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਦੀ
ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੀ
ਸਮਰੱਥਾ ਨਾਲ ਸਮਰਥ ਹੋ
ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਅਨੰਦ ਨਾਲ
ਪੂਰਾ ਸਹਾਰਾ ਅਤੇ ਧੀਰਜ ਕਰੋ."
ਕੁਲੁੱਸੀਆਂ ਨੂੰ 1:11



ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਜੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੁਝ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ, ਤੇ ਕੋਈ ਪੱਥਰ ਲੈਕੇ ਉਥੇ ਰੱਖੋ, ਇਸ ਨਾਲ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗੀ। ਹਫਤੇ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਚਰਚ 'ਚ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜਾ ਘਰੇਕਰਨਾ ਹੈ, ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੋਵੇਗੀ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪੱਥਰ ਧਰਤਾ, ਤਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਦੱਸੋ ਕਿ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ।



ਸਬਰ ਜਾਂ ਦੁੱਖ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਜੈਬ ਸਬਰ ਰੱਖਕੇ ਦੁੱਖ ਸਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜੈਬ 1-2

ਸ	ਹਿ	ਸ਼	ਆ	ਣਾ	ਦ	ਰ	ਦ	ਦੇ	ਜੈ	ਬ	ਣਾ	ਸ
ਬ	ਸਾ	ਈ	ਸਿ	ਸ	ਜੂ	ਰ	ਪਾ	ਬ	ਇ	ਤਾ	ਬਾ	ਆ
ਰ	ਇ	ਸਾ	ਜ਼ਾ	ਸ਼ਾ	ਤਾ	ਬ	ਜੂ	ਜੂ	ਦ	ਬਾ	ਅ	ਹਿ
ਬ	ਲ	ਈ	ਰ	ਕੀ	ਜ਼ਾ	ਲੀ	ਰ	ਨ	ਣਾ	ਸਿ	ਕ	ਬ
ਸ਼ਾ	ਣਾ	ਅ	ਲਾ	ਸੁ	ਬਾ	ਣਾ	ਸ਼ਾ	ਣਾ	ਮ	ਜੂ	ਦੇ	ਣਾ
ਸ਼	ਲੀ	ਮ	ਕ	ਦੇ	ਣਾ	ਜ਼ਾ	ਸ਼ਾ	ਗ	ਜ਼ਾ	ਪਾ	ਸ਼	ਹਿ
ਲ	ਹ	ਜੂ	ਕ	ਸ	ਕ	ਆ	ਸਾ	ਤਾ	ਭਾ	ਅ	ਲ	ਰ
ਆ	ਇ	ਬ	ਜੂ	ਤ	ਸੁ	ਪਾ	ਸਿ	ਸ	ਇ	ਸੁ	ਬਾ	ਟੇ
ਜੂ	ਸ	ਸਿ	ਦੇ	ਬਾ	ਜ਼ਾ	ਆ	ਲ	ਤਾ	ਦੇ	ਕ	ਹਿ	ਡ
ਮ	ਜ਼ਾ	ਲ	ਇ	ਸਾ	ਪਾ	ਪ	ਜੂ	ਣਾ	ਟ	ਸ਼	ਕ	ਬ

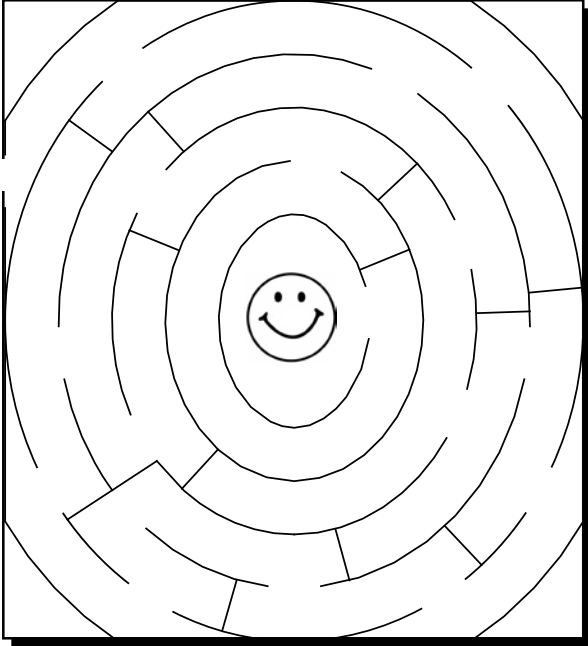


ਕਦੇ-ਕਦੇ ਮੈਂ ਅੰਦਰੋਂ ਰੋ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹਾਂ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਮੈਂ ਝੂਠੀ ਮੁਸਕੁਰਾਹਟ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਲੈ ਆਉਂਦਾ ਹਾਂ।

ਸਬਰ ਦਰਦ ਕਸਟ ਡਟੇ ਰਹਿਣਾ ਸੁਭਾਗਸ਼ਾਲੀ

ਜੈਬ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਇਲਜ਼ਾਮ ਪਾਪ ਦਬਾਅ

ਦੇਸਤ ਸਿਆਣਾ ਈਸਾਈ ਮਨਜ਼ੂਰ

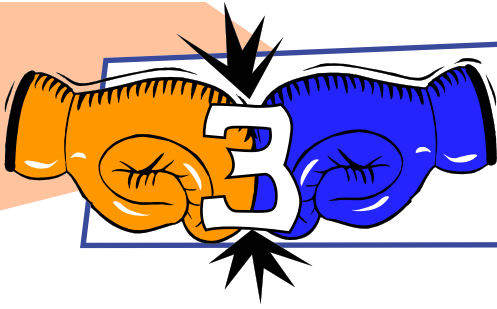


ਯਾਦਦਾਸਤ ਤੁਕ :
"ਏਹੀ ਮੇਰੇ ਦੁਖ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਤਸੱਲੀ ਹੈ, ਭਈ ਤੇਰੇ ਬਚਨ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਜਿਵਾਲਿਆ ਹੈ।"
ਜ਼ਬੂਰਾਂ ਦੀ ਪੇਥੀ 119:50



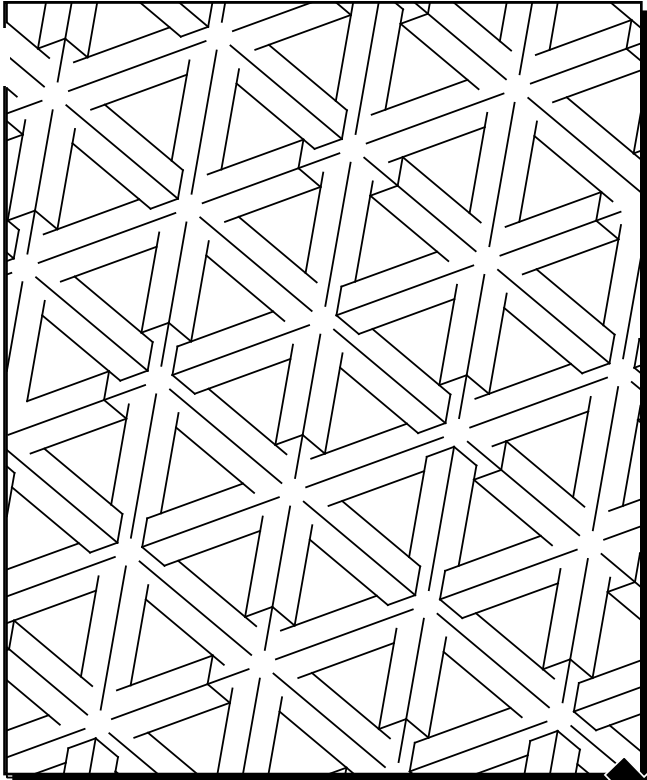
ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਮੰਨਿਆ ਤੁਸੀਂ ਕਸਟ ਝੱਲਿਆ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਹੋਵੋ। ਜੈਬ ਨੇ ਜੋ ਕਿਹਾ ਉਹ ਕਹੋ, "ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਹੀ ਲੈ ਲਿਆ।" ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਂ ਸਰਾਹਿਆ ਜਾਵੇ।" ਆਪਣੀ ਕਲਾਸ ਦੇ ਸਾਹਿਪਾਠੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।



ਸਬਰ ਜਾਂ ਹਉਮੈ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਰਾਜਾ ਨੈਬਿਊਕਡਨੇਜ਼ਰ ਡੈਨੀਅਲ 4



ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਤੁਕ :

"ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦਾ ਛੇਕੜ ਉਹ ਦੇ ਅਰੰਭ ਨਾਲੋਂ ਭਲਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਧੀਰਜਵਾਨ ਹੰਕਾਰੀ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗਾ ਹੈ।"

ਉਪਦੇਸ਼ਕ ਦੀ ਪੇਥੀ 7:8

ਵ	ਅ	ਦੇ	ਉ	ਨ	ਰ	ਕ	ਫਿ	ਹੰ	ਜ	ਅ
ਮ	ਹੰ	ਮ	ਬ	ਨਿ	ਣ	ਕ	ਕੈ	ਕ	ਰ	ਦੇ
ਅ	ਉ	ਤ	ਅ	ਣ	ਕ	ਪ	ਹੰ	ਵ	ਫਿ	ਸ
ਦੇ	ਫਿ	ਮ	ਪ	ਕੈ	ਡੀ	ਬ	ਰ	ਕੈ	ਉ	ਰ
ਨਿ	ਰ	ਪ੍ਰ	ਨ	ਵ	ਉ	ਣ	ਨਿ	ਅ	ਨਿ	ਹੁ
ਨ	ਮ	ਕ	ਦੇ	ਰ	ਦੇ	ਨ	ਣ	ਨ	ਸ਼	ਣ
ਮ	ਕ	ਰ	ਮ	ਉ	ਕ	ਮੰ	ਹੰ	ਹਿ	ਵ	ਮ
ਸ	ਕੈ	ਵ	ਕ	ਦੇ	ਪ	ਰ	ਰ	ਹੰ	ਟ	ਅ
ਬ	ਰ	ਅ	ਕੈ	ਹੰ	ਪ	ਨਿ	ਪ੍ਰ	ਡਿ	ਮ	ਵ
ਰ	ਫਿ	ਸ਼	ਨ	ਉ	ਫਿ	ਵ	ਕੈ	ਹ	ਉ	ਮੈ



ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਿਮਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ! ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ?

ਹਉਮੈ
ਪਾਪ
ਨਾਸ਼
ਰਾਜਾ
ਹੰਕਾਰ
ਸ਼ਹਿਰ

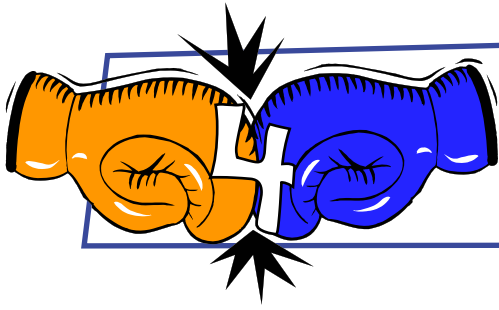
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ
ਨਿਮਰ
ਸਬਰ
ਉਡੀਕ
ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ

ਵਾਅਦੇ
ਮੰਨਣਾ
ਸਰਾਹੁਣਾ
ਕੈਡਿਟ



ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਤੇੜਨ ਲਈ ਤੇ ਨਿਮਰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਜਿਹਾ ਟੀਵੀ ਸ਼ੋ ਦੇਖਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੇ ਵਿਚਲੇ ਪਾਤਰ ਬੜੇ ਹੰਕਾਰੀ ਹੋਣ, ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਮੌਕਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ 'ਚ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਲੱਭਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ।



ਸਬਰ ਜਾਂ ਗੁੱਸਾ

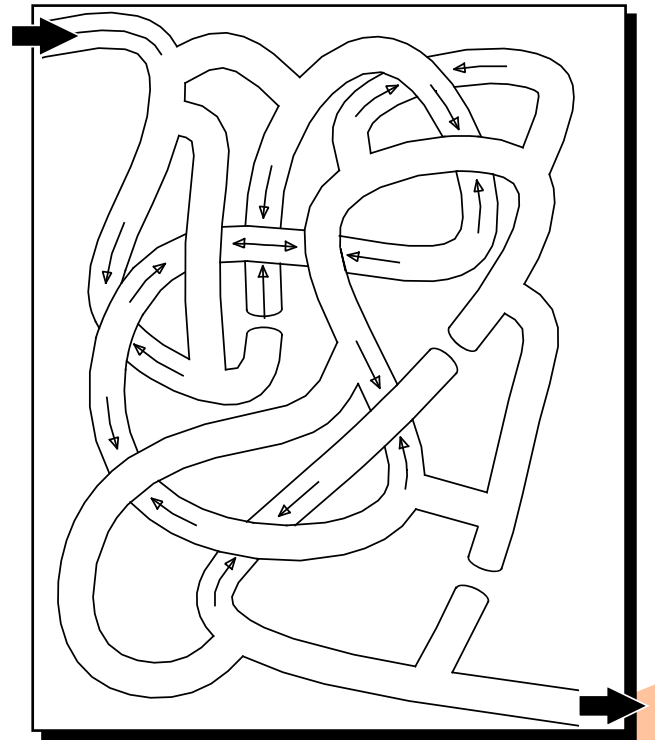
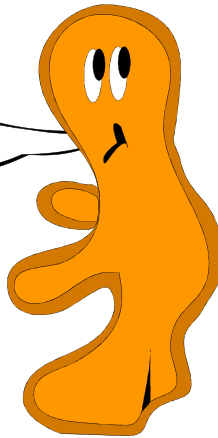
ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਡੇਵਿਡ, ਨਾਬਲ ਅਤੇ ਐਬੀਗੇਲ
1 ਸੈਮਿਉਲ 25

ਸ	ਅ	ਤਾ	ਖਾ	ਚਾ	ਨਾ	ਕੈ	ਬ	ਦ	ਲਾ	ਗ	ਬ	ਕੈ	ਹੀ	ਸ	ਲਾ	ਖ
ਫਿ	ਹੀ	ਕੀ	ਣਾ	ਸਾ	ਦਿ	ਤਾ	ਫਿ	ਗ	ਤਾ	ਖ	ਚਾ	ਫਿ	ਚਾ	ਕੀ	ਣਾ	ਤ
ਗ	ਖ	ਲਾ	ਕੀ	ਸਾ	ਖ	ਸਾ	ਹੀ	ਲਾ	ਤੀ	ਲਾ	ਅ	ਗ	ਕੀ	ਤ	ਖ	ਰਾ
ਡੇ	ਣਾ	ਕੈ	ਕੀ	ਚਾ	ਣਾ	ਲ	ਅ	ਤਾ	ਕੀ	ਹੀ	ਅ	ਵਿ	ਬਾ	ਸਾ	ਤਾ	ਹੀ
ਵਿ	ਸਾ	ਗੁੱ	ਸਾ	ਸਾ	ਕੀ	ਗੇ	ਕੈ	ਖ	ਰਾ	ਸਾ	ਕੀ	ਜ	ਕੀ	ਚਾ	ਫਿ	ਕੈ
ਡ	ਅ	ਲਾ	ਗ	ਤਾ	ਚਾ	ਬੀ	ਵਿ	ਕੀ	ਤ	ਣਾ	ਜ	ਸਾ	ਖ	ਨਾ	ਬ	ਲ
ਕੈ	ਗ	ਲ	ਤ	ਫਿ	ਣਾ	ਐ	ਫਿ	ਖ	ਯਾ	ਹੀ	ਲੀ	ਸਾ	ਗ	ਤਾ	ਸੁ	ਅ

ਯਾਦਦਾਸਤ ਤੁਕ :
“ਤੁਸੀਂ ਗੁੱਸੇ ਤਾਂ ਹੋਵੋ
ਪਰ ਪਾਪ ਨਾ ਕਰੋ, ਸੁਰਜ
ਤੁਹਾਡੇ ਕ੍ਰੋਧ ਉੱਤੇ ਨਾ ਡੁੱਬ
ਜਾਵੇ!...”
ਅਫ਼ਸੀਆਂ ਨੂੰ 4:26

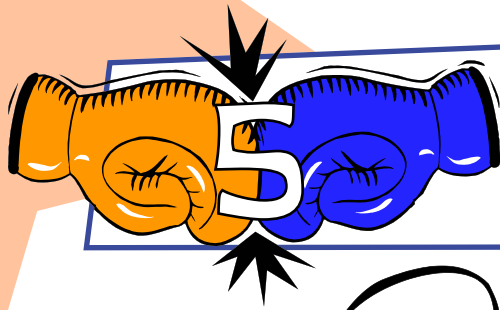
ਗੁੱਸਾ
ਜਜ਼ਬਾਤ
ਨਾ ਦਿਖਣਾ
ਗਲਤ
ਸਹੀ
ਡੇਵਿਡ
ਨਾਬਲ
ਐਬੀਗੇਲ
ਬਦਲਾ
ਖਤਰਾ
ਖਾਣਾ
ਯਾਤਰਾ ਕੀਤੀ
ਬਚਾਅ
ਸਹੀ
ਸੁਭਾਗਸ਼ਾਲੀ

ਨਾ ਦੇਖੋ! ਮੈਂ ਫੜਿਆ
ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ!
(ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਦੇ
ਨਾਲ ਮੈਂ ਬਹੁਤ
ਪਾਗਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ
ਹਾਂ।)



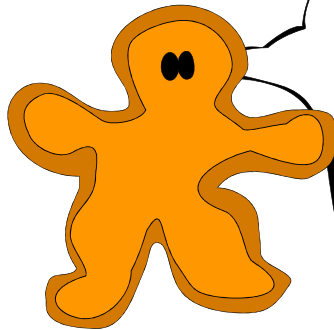
ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਤੇਹਫੇ ਦੇਣ ਲਈ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦੋ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਗੁੱਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਉਸ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿਓ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਗੁੱਸੇ ਹੋਏ ਹੋ। ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਤੇਹਫੇ ਦੇਕੇ ਆਪਣੇ ਗੁੱਸੇ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣਾ ਸਿੱਖੋ, ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਬਰ ਕਿਵੇਂ ਵਧਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



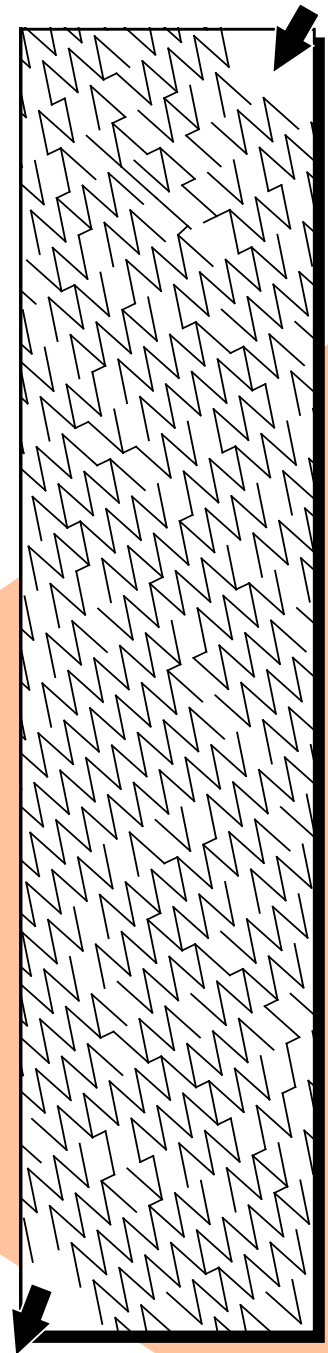
ਸਬਰ ਜਾਂ ਹੱਕਦਾਰੀ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਮੰਨ ਤੇ ਤਿੱਤਰ
ਐਕਸਡਸ 16:1-18



ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਇਸ ਸਾਰੇ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹਾਂ, ਜਿੰਨਾ ਇਹਨਾਂ ਬਲੈਬ ਬਾਰਾਂ ਤੋਂ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਵੇ!

ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਤੁਕ :
"ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਧੀਰਜ ਕਰੋ। ਆਪਣਿਆਂ ਮਨਾਂ ਨੂੰ ਤਕੜਿਆਂ ਰੱਖੋ ਕਿਉਂ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਆਉਣਾ ਨੇੜੇ ਹੀ ਹੈ 9ਹੇ ਭਰਾਵੇ, ਇੱਕ ਦੁੱਧੇ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਬੁੜ ਬੁੜ ਨਾ ਕਰੋ ਭਈ ਤੁਸੀਂ ਦੱਸੀ ਨਾ ਠਹਿਰਾਏ ਜਾਓ। ਵੇਖੋ, ਨਿਆਈ ਬੂਹੇ ਉੱਤੇ ਖਲੋਤਾ ਹੈ !"
ਯਾਕੂਬ 5:8-9



ਹੱ	ਬੁ	ਕੈ	ਲਾ	ਵਾ	ਣ	ਖ	ਰੱ	ਰ	ਬ	ਸ	ਅ	ਵਿ	ਬੁ
ਅ	ਕ	ਇ	ਣ	ਰੱ	ਰ	ਦਾ	ਰ	ਣ	ਧਿ	ਤ	ਣ	ਸ਼ੇ	ਫਿ
ਬੁ	ਰ	ਦਾ	ਰੱ	ਕੈ	ਤ	ਕਾ	ਹੇ	ਰੇ	ਦਾ	ਫਿ	ਲਾ	ਸ਼	ਕੈ
ੜ	ਫਿ	ਹੈ	ਰੀ	ਦਾ	ਤ	ਰ	ਪ੍ਰ	ਇ	ਣ	ਵਿ	ਰੇ	ਅ	ਰ
ਬੁ	ਆ	ਦਾ	ਣ	ਮ	ਦਾ	ਕੈ	ਫਿ	ਰ	ਸ਼	ਕੈ	ਰ	ਧਿ	ਰੇ
ੜ	ਦ	ਰ	ਚ	ਕ	ਲਾ	ਣ	ਪ੍ਰ	ਵਾ	ਤਿੱ	ਰ	ਤ	ਕਾ	ਦਾ
ਇ	ਮੀ	ਕ	ਹੱ	ਲਾ	ਧਿ	ਵਾ	ਸ	ਰੇ	ਰ	ਤ	ਣ	ਰ	ਧਿ
ਆ	ਬੁ	ਸਾ	ਧਿ	ਅ	ਣ	ਰੱ	ਣ	ਅ	ਰੇ	ਣ	ਰ	ਬੁ	ਅ
ਮੰ	ਕੈ	ਰੇ	ਦਾ	ਫਿ	ਰੇ	ਤ	ਲਾ	ਗ	ਕੈ	ਪ੍ਰ	ਮਾ	ਤ	ਮਾ

ਹੱਕਦਾਰੀ
ਆਦਮੀ
ਭਰੋਸਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਹੱਕਦਾਰ ਹੋਣਾ
ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਕਾਰ

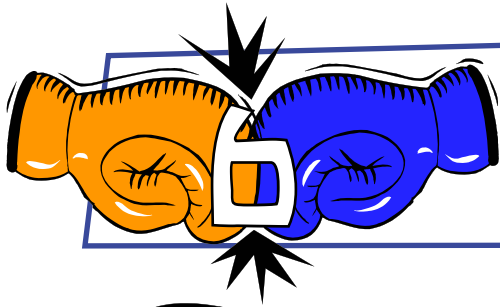
ਹੱਕਾਰੀ
ਮੰਗਣ ਵਾਲਾ
ਭੀਖ ਮੰਗਣਾ
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ
ਸੰਬਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ

ਵਿਸ਼ਵਾਸ
ਮੰਨ
ਤਿੱਤਰ
ਚਮਤਕਾਰ
ਬੁੜਬੁੜਾਇਆ



ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਹਫਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ। ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਕੁਝ ਮੰਗਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਰੋਕ ਲਓ। ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮੰਗਣ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਰੋਕ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੁਰਾਈ ਉੱਤੇ ਜਿੱਤਦੇ ਹੋ; ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣਾ, ਅਹਿਸਾਨ, ਸਮਾਂ, ਜਾਂ ਮਦਦ।

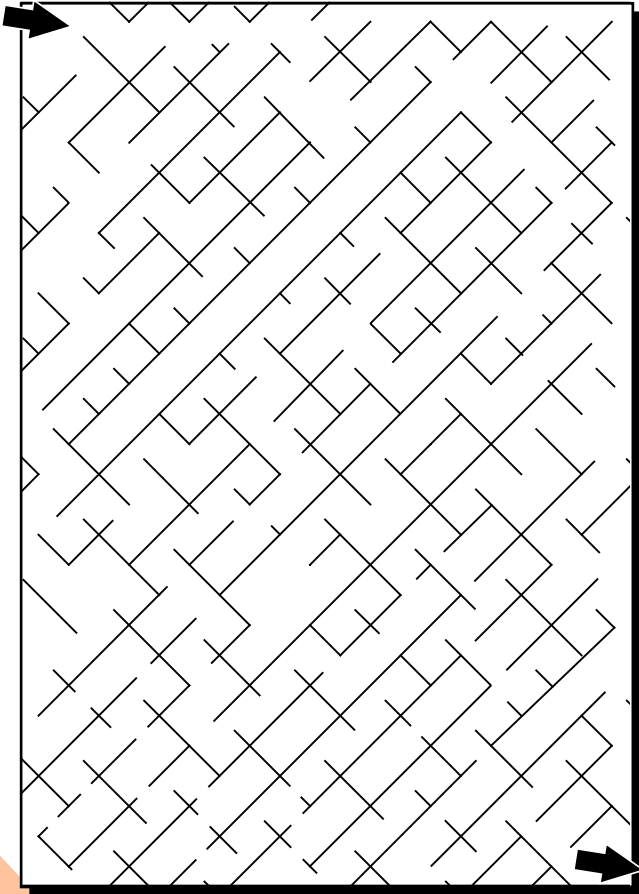


ਦਿਆਲਤਾ ਜਾਂ ਤੁਲਨਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਸੈਲ ਰਾਜਾ ਤੇ ਡੇਵਿਡ
1 ਸੈਮਿਉਲ 18:5-16



ਯਾਦਦਾਸਤ ਤੁਕ :
" ਪਰ ਹਰੇਕ ਆਪਣੇ ਹੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਪਰਖੇ ਤਦ ਉਹ ਨੂੰ ਨਿਰੇ ਆਪਣੀ ਹੀ ਵੱਲ, ਨਾ ਦੂਏ ਦੀ ਵੱਲ ਅਭਮਾਨ ਪਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗਾ"
ਗਲਾਤੀਆਂ ਨੂੰ 6:4



ਰ	ਲੂ	ਲੇ	ਕ	ਨਾ	ਡੇ	ਕੈ	ਨਾ	ਦੂ	ਲ	ਸੈ
ਹੇ	ਫਿ	ਨਾ	ਦਿ	ਤਾਂ	ਵਿ	ਵਾਂ	ਲੂ	ਹੇ	ਖੀ	ਅ
ਖੀ	ਪੈ	ਆ	ਦੂ	ਡੇ	ਡ	ਨਾ	ਗ	ਖਾ	ਨਾ	ਕੈ
ਡੇ	ਲ	ਹੇ	ਗ	ਲੂ	ਦੂ	ਖੀ	ਪੈ	ਤਾਂ	ਰ	ਡੇ
ਤਾ	ਕੈ	ਤਾਂ	ਖੀ	ਲੱ	ਲੂ	ਕੈ	ਲੂ	ਵਾਂ	ਲੂ	ਈ
ਨਾ	ਫਿ	ਲੂ	ਖਾ	ਪੈ	ਅ	ਡੇ	ਨਾ	ਲ	ਤੂ	ਹੇ
ਤਾਂ	ਡੇ	ਰ	ਸ	ਅ	ਵਾਂ	ਦੂ	ਲੂ	ਲੂ	ਡੇ	ਖੀ
ਦੂ	ਈ	ਹੇ	ਮਾ	ਤਾਂ	ਆ	ਲੂ	ਨਾ	ਤਾਂ	ਰ	ਐ
ਨਾ	ਨਾ	ਲੂ	ਨ	ਗ	ਕਿ	ਫਿ	ਨਾ	ਦੂ	ਅ	ਫਿ
ਕੈ	ਪੈ	ਸਾ	ਖੀ	ਫਿ	ਚੀ	ਨਾ	ਵਾਂ	ਤਾ	ਗ	ਯੇ

ਦਿਆਲਤਾ
ਹੋਰ
ਲੋਕ
ਯੋਗਤਾਵਾਂ
ਪੈਸਾ
ਈਰਖਾਲੂ
ਡੇਵਿਡ

ਸੈਲ
ਔਰਤਾਂ
ਚੀਕਿਆ
ਈਰਖਾ
ਤੁਲਨਾ
ਅਲੱਗ
ਸਮਾਨ



ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ 'ਚ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ 20 ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਗੋਦਾਂ ਦਿਓ। ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਗੋਦ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਦਿਓ। ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਚਾਹੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਜਾਂ ਹੋਰ ਔਨਲਾਈਨ ਐਪਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣਾ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਪੂਰੇ ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਫੇਸਬੁੱਕ ਤੋਂ ਦੂਰ ਜਾਵੋ।

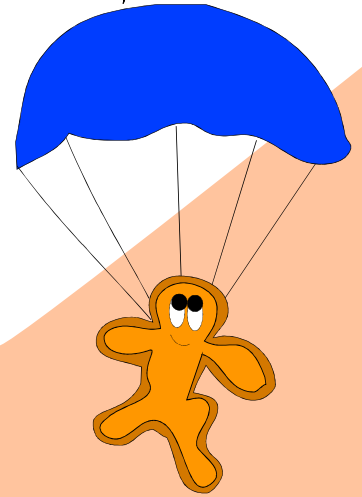
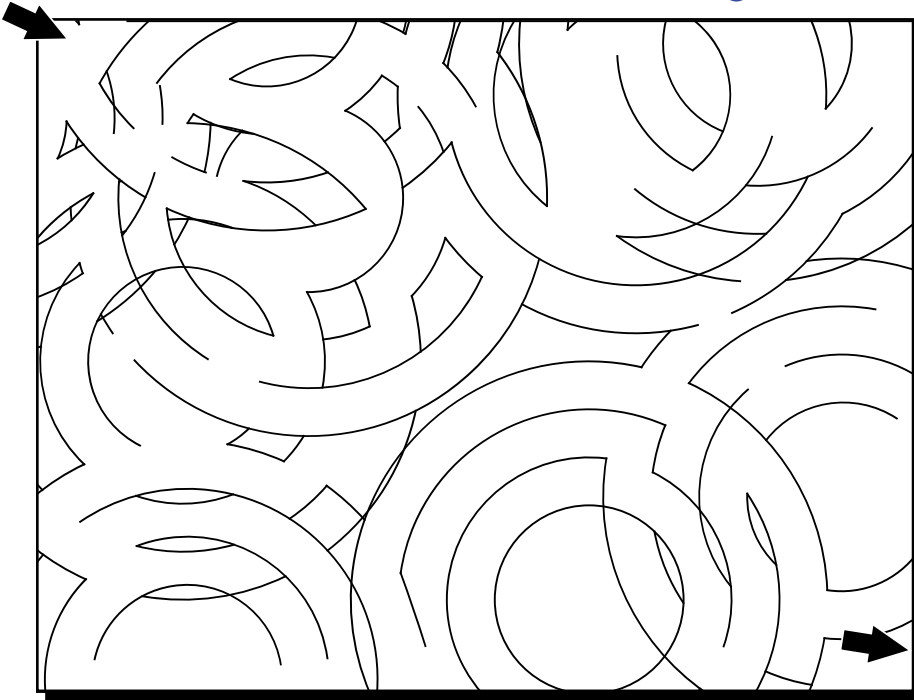


ਦਿਆਲਤਾ ਜਾਂ ਧੋਖਾਧੜੀ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਪੀਟਰ ਈਸਾ ਮਸੀਹ ਨੂੰ ਮਨ੍ਹਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਮੈਥਿਊ 26:31-35, 69-75

ਯਾਦਦਾਸਤ ਤੁਕ :
"ਮੈਂ ਨਿਕੰਮਿਆਂ ਦੇ ਸੰਗ ਨਹੀਂ ਬੈਠਾ ਹਾਂ,
ਨਾ ਮੈਂ ਕਪਟੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਅੰਦਰ ਜਾਵਾਂਗਾ।" ਜ਼ਬੂਰਾਂ ਦੀ ਪੇਥੀ 26:4

ਮੇਰੇ ਵੱਲ ਦੇਖੋ!
ਮੈਂ ਖੁਦ ਹੀ ਉੱਡ
ਰਿਹਾ ਹਾਂ!

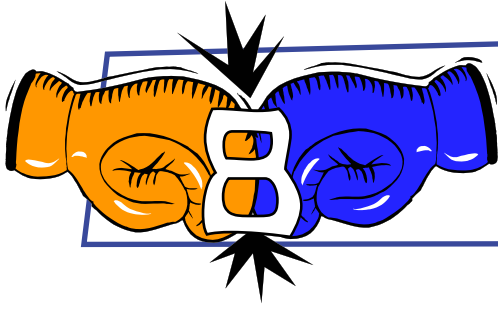


ਲੜਾਈ
ਪਾਪ
ਧੋਖਾ
ਲੁਕਾਉਣਾ
ਸੱਚਾਈ
ਇਮਾਨਦਾਰੀ
ਪਖੰਡੀ
ਪ੍ਰਚਾਰਕ
ਲਾਈਵ
ਸਿੱਖਿਆਵਾਂ
ਪੀਟਰ
ਨਾਮੰਜੂਰ
ਈਸਾ ਮਸੀਹ
ਮੁਆਫ਼ੀ
ਤੋਬਾ

ਖੀ	ਲ	ੜਾ	ਈ	ਖਾ	ਫਿ	ਈ	ਸਾ	ਮ	ਸੀ	ਹ	ਕੈ	ਪਾ	ਮੁ	ਆ	ਫੀ	ਫਿ
ਪਾ	ਨਾ	ਫਿ	ਨਾ	ਉ	ਦੂ	ਖਾ	ਡੀ	ਮੁ	ਖੀ	ਵ	ਨਾ	ਖਾ	ਖੀ	ਦੂ	ਪੁ	ਕੈ
ਪ	ਦਾ	ਖਾ	ਵ	ਖੀ	ਦਾ	ਵ	ਮੁ	ਰ	ਜ਼ੂ	ਮੰ	ਨਾ	ਅ	ਭ	ਚਾ	ਵ	ਰੀ
ਦੂ	ਲੁ	ਕਾ	ਉ	ਣਾ	ਭ	ਈ	ਅ	ਰ	ਈ	ਕੈ	ਭ	ਈ	ਰ	ਉ	ਖਾ	ਦਾ
ਡੀ	ਵ	ਮੁ	ਸੱ	ਲ	ਕੈ	ਲਾ	ਪਾ	ਵ	ਟ	ਮੁ	ਦਾ	ਕ	ਡੀ	ਖੀ	ਫਿ	ਨ
ਫਿ	ਖਾ	ਖੀ	ਦੂ	ਚਾ	ਨਾ	ਡੀ	ਦੂ	ਖਾ	ਮੁ	ਪੀ	ਦਾ	ਨਾ	ਦੂ	ਖਾ	ਕੈ	ਮਾ
ਧੇ	ਪਾ	ਤੈ	ਬਾ	ਦਾ	ਈ	ਅ	ਸਿੱ	ਖਿ	ਆ	ਵਾਂ	ਫਿ	ਡੀ	ਖੰ	ਪ	ਅ	ਇ

ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਹਫਤੇ, ਜਿਸਨੂੰ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਝੂਠ ਬੋਲਿਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਜਾਓ ਤੇ ਸੱਚਾਈ ਦੱਸੋ। ਝੂਠ ਬੋਲਣ ਲਈ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗੋ, ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਆਫ਼ ਕਰ ਦੇਣ। ਹਰੇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੱਚਾਈ ਦੱਸਕੇ ਮੁੜਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਝ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਇੱਕ ਬੁਰਾਈ ਖਿਲਾਫ ਜੰਗ ਜਿੱਤਕੇ ਆਏ ਹੋ।

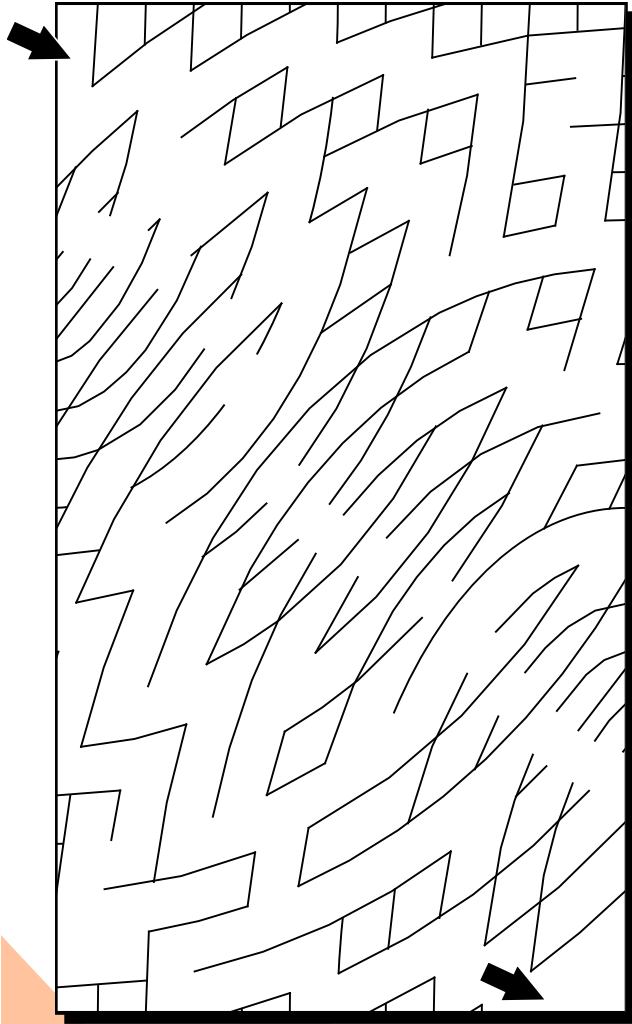


ਦਿਆਲਤਾ ਜਾਂ ਵਖਰੇਵਾਂ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਰਥ ਤੇ ਨੇਓਮੀ
ਰਥ 1:8-22

ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਤੁਕ :

"ਜੇ ਤੇਰੇ ਹੱਥ ਵੱਸ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰਨ ਨਾ ਚੁੱਕੀਂ ॥" ਕਹਾਉਤਾਂ 3:27



ਆ	ਨ	ਰ	ਫਿ	ਕੈ	ਨਾ	ਤਾ	ਬ	ਣਾ	ਉ	ਣਾ	ਫਿ	ਡ
ਨਾ	ਖੀ	ਵ	ਕੇ	ਹੇ	ਣਾ	ਨਾ	ਭ	ਕੇ	ਭ	ਥ	ਖੀ	ਕੇ
ਹੇ	ਆ	ਮ	ਸੁ	ਭਾ	ਅ	ਣਾ	ਨੇ	ਓ	ਮੀ	ਹੇ	ਰ	ਅ
ਦੂ	ਭ	ਵ	ਣਾ	ਦੂ	ਖ	ਖੀ	ਹੇ	ਨ	ਵ	ਦੂ	ਫਿ	ਣਾ
ਹੇ	ਰ	ਨਾ	ਫਿ	ਅ	ਦੂ	ਵ	ਣਾ	ਭ	ਨੂੰ	ਹੇ	ਖੀ	ਹੇ
ਕੈ	ਈ	ਦ	ਕੈ	ਭ	ਕੇ	ਦੇ	ਕੇ	ਖ	ਕੈ	ਕਾ	ਵ	ਲ
ਆ	ਨਾ	ਦ	ਹੇ	ਵ	ਨਾ	ਹੇ	ਅ	ਕੇ	ਖੀ	ਣਾ	ਨਾ	ਫ
ਈ	ਖੀ	ਮ	ਣਾ	ਲ	ਖ	ਦਾ	ਭ	ਸ	ਮੱ	ਸਿ	ਆ	ਸ
ਵੱ	ਕੈ	ਵ	ਖ	ਹੇ	ਵ	ਸ	ਦੂ	ਫਿ	ਨਾ	ਕੈ	ਣਾ	ਅ
ਰ	ਫਿ	ਦ	ਦੂ	ਨਾ	ਣਾ	ਜਿ	ਹੇ	ਵਾਂ	ਰੇ	ਖ	ਵ	ਅ

ਵਖਰੇਵਾਂ
ਰਵੱਈਆ
ਦਖਲ ਨਾ ਦੇਣਾ
ਅਸਫਲ ਹੋਣਾ
ਨਾਤਾ ਬਣਾਉਣਾ

ਜਿਸਦਾ
ਸਮੱਸਿਆ
ਮਦਦ
ਹੋਰ
ਕੋਡ

ਆਨਰ
ਆਮ ਸੁਭਾਅ
ਕਾਨੂੰਨ
ਰਥ
ਨੇਓਮੀ

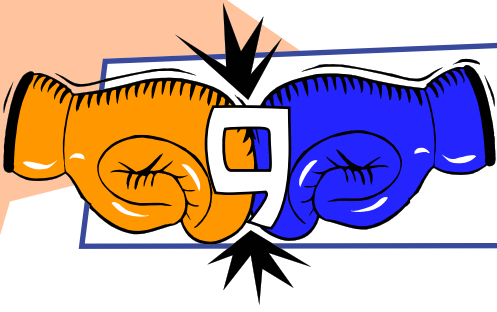


ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ
ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ,
ਕਿਉਂਕਿ ਦੇਖੋ! ਮੇਰੇ
ਕੋਲ ਅਸਲੀ ਰੂਪ ਵੀ
ਨਹੀਂ ਹੈ! ਮੈਂ ਸਿਰਫ
ਇੱਕ ਬਲੇਬ ਹਾਂ!

ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲੱਭੋ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਉਹ "ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ" ਜ਼ਰੂਰ ਲੱਭੋ। ਸੜਕ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਬੇਘਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦੇ ਦਿਓ, ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਵਾਂ ਇਰੇਜ਼ਰ ਜਾਂ ਪੈਨਸਿਲ ਦੇ ਦਿਓ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵੈਸੇ ਕੋਈ ਨਿੱਜੀ ਨਾਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਈ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਜਾਂ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ।

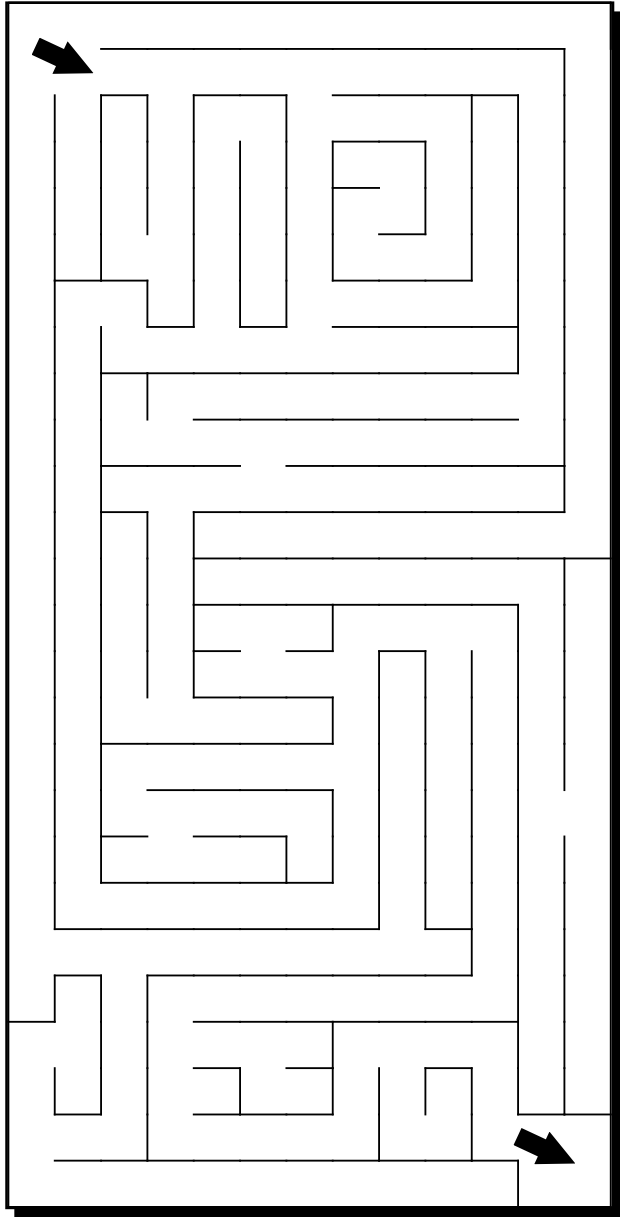
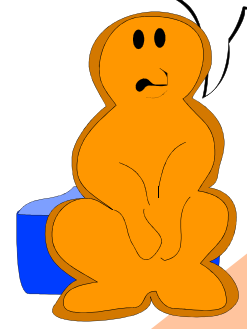




ਦਿਆਲਤਾ ਜਾਂ ਖਾਰ ਖਾਣਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਐਸਥਰ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ
ਐਸਥਰ 3-5

ਉਥੀਂ! ਦੁੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ
ਦੂਜੇ ਮੇਰੇ ਲਈ ਮਾੜੇ
ਹੋਣ।



ਯਾਦਦਾਸਤ ਤੁਕ :
"ਹੇ ਮੇਰੇ ਭਰਾਵੇ, ਮੈਂ ਆਪ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਖੇ
ਯਕੀਨ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ ਭਈ ਤੁਸੀਂ
ਆਪ ਭਲਿਆਈ ਨਾਲ ਪੂਰੇ ਅਤੇ ਸਾਰੇ
ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੋਏ ਹੋ ਅਰ ਇੱਕ
ਦੂਏ ਨੂੰ ਸਿੱਖਾ ਸੱਕਦੇ ਹੋ" ਰੋਮੀਆਂ ਨੂੰ
15:14

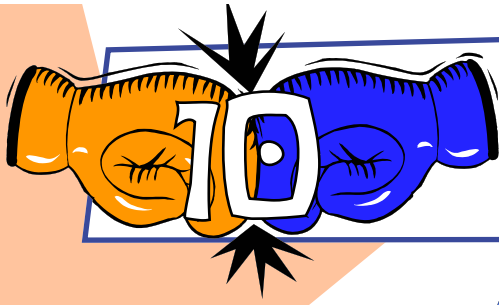
ਦਿ	ਖੀ	ਬ	ਹੈ	ਦਾ	ਚ	ਰ	ਸ਼	ਜਿ	ਸਾ
ਦੂ	ਆ	ਨਾ	ਦ	ਦੂ	ਰ	ਫਿ	ਵ	ਕੈ	ਅ
ਕੈ	ਵ	ਲ	ਯ	ਲਾ	ਬ	ਥ	ਭ	ਨਾ	ਘ
ਨਾ	ਭ	ਜਿ	ਤਾ	ਨ	ਖੇ	ਸੱ	ਸ	ਯ	ਟੀ
ਰ	ਫਿ	ਕੈ	ਸਾ	ਵ	ਖੀ	ਰੀ	ਲ	ਐ	ਆ
ਮਾ	ਬ	ਕ	ਯ	ਯ	ਹੂ	ਦੀ	ਬ	ਵ	ਨਾ
ਲ	ਨੁ	ਸੱ	ਅ	ਲ	ਨਾ	ਬ	ਤ	ਖੀ	ਫਿ
ਪੀ	ੜਾ	ਪ	ਹੁੰ	ਚਾ	ਉ	ਣਾ	ਵ	ਨ	ਦੂ
ਭ	ਕੈ	ਨਾ	ਬ	ਰ	ਸੱ	ਦੂ	ਅ	ਮ	ਟ
ਖਾ	ਰ	ਫਿ	ਖੀ	ਲ	ਹੇ	ਕੈ	ਦਾ	ਹੇ	ਸੱ

ਦਿਆਲਤਾ ਖਾਰ ਪੀੜਾ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਸੱਟ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਰ ਹੋਮਨ ਸਾਜਿਸ਼ ਰਚਦਾ ਹੈ ਮਾਰਨਾ ਯਹੂਦੀ ਘਟੀਆ ਬਦਲਾਖੇਰੀ ਐਸਥਰ ਦਾਅਵਤ



ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਹਫਤੇ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਜੋ ਬਿਨਾਂ ਕਾਰਨ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਮਾੜਾ ਵਰਤਾਓ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਕੇ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਇਸ ਪਾਪ ਨਾਲ ਲੜ ਪਾਵਾਂਗੇ। ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਾਖ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਓ।



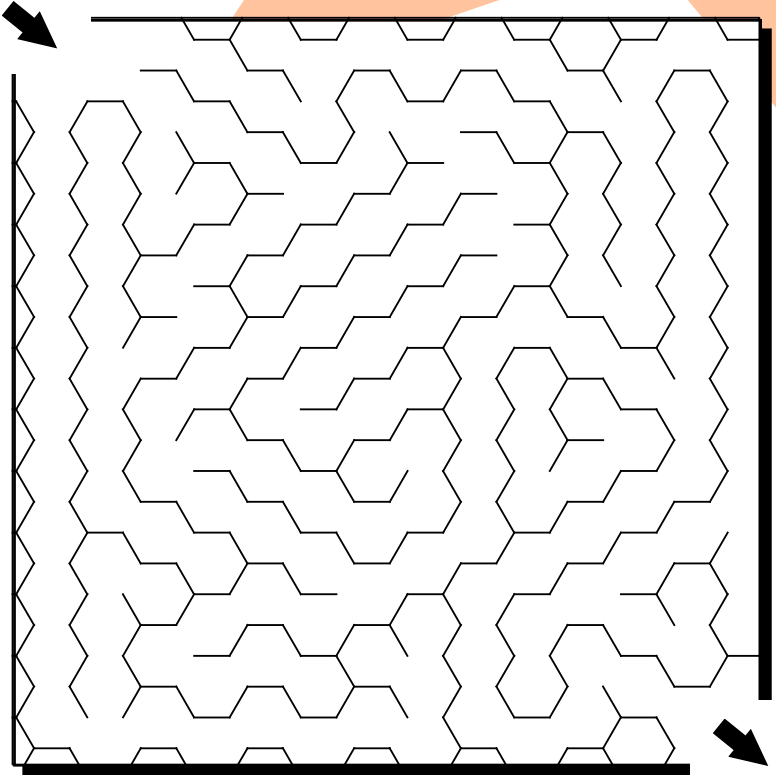
ਭਲਾਈ ਜਾਂ ਬੇਰੁਖੀ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਸੈਡਮ ਤੇ ਗੋਮੇਰਾਹ
ਉਤਪੱਤੀ 18:16-33



ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਚਿੰਤਾ
ਕਿਉਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?
ਇੱਥੇ ਮੇਰੇ ਆਪਣੇ ਦੁੱਖ ਹਨ!

ਭਲਾਈ
ਫਿਕਰ
ਹੋਰ
ਬੇਰੁਖੀ
ਘਾਟ
ਜਨੂੰਨ
ਉਤਸ਼ਾਹ
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ
ਅਬਰਾਹਮ
ਦੂਤ
ਨਾਸ
ਸਹਿਰ
ਹਮਦਰਦੀ
ਦਿਲ



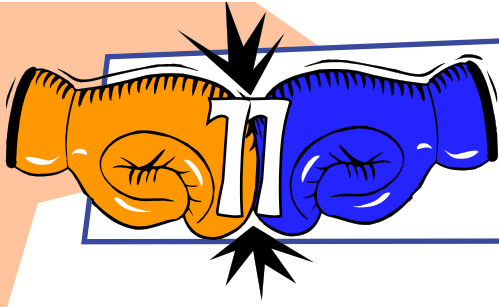
ਕੈ	ਭ	ਅ	ਵ	ਖੀ	ਮਾ	ਤ	ਮਾ	ਪ੍ਰ	ਘਾ	ਨਾ	ਦੀ	ਰਾ	ਕੈ	ਖੀ	ਰੁ	ਬੇ
ਨਾ	ਹ	ਰਾ	ਤ	ਦੂ	ਨੂੰ	ਫਿ	ਭ	ਰ	ਦੂ	ਅ	ਰ	ਫਿ	ਵ	ਦੂ	ਰ	ਅ
ਘਾ	ਸ਼ਾ	ਮ	ਦੂ	ਭ	ਰ	ਨਾ	ਕੈ	ਮ	ਲਾ	ਘਾ	ਦ	ਨਾ	ਨ	ਨੂੰ	ਜ	ਖੀ
ਖੀ	ਤ	ਲਾ	ਦ	ਸ਼	ਕੈ	ਦ	ਹ	ਖੀ	ਲ	ਕੈ	ਮ	ਮ	ਭ	ਲਾ	ਕੈ	ਟ
ਘਾ	ਉ	ਵ	ਨਾ	ਮ	ਘਾ	ਰਾ	ਰਾ	ਨਾ	ਦਿ	ਨੂੰ	ਹ	ਦਿ	ਰ	ਟ	ਮ	ਘਾ
ਅ	ਫਿ	ਦੂ	ਰ	ਘਾ	ਬ	ਭ	ਦ	ਦੂ	ਲਾ	ਘਾ	ਵ	ਰਾ	ਭ	ਕ	ਦੂ	ਫਿ
ਭ	ਲਾ	ਈ	ਕੈ	ਅ	ਨੂੰ	ਅ	ਰ	ਹਿ	ਸ਼	ਖੀ	ਰ	ਹੈ	ਫਿ	ਨਾ	ਫਿ	ਅ

ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਤੁਕ :
"ਹੁੱਸਣ ਵਾਲੇ ਲਈ ਮਿੱਤ੍ਰ ਵੱਲੋਂ
ਦਯਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ,
ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਸਰਬ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ
ਦਾ ਭੈ ਵੀ ਛੱਡ ਬੈਠਾ ਹੋਵੇ।"
ਅੱਯੂਬ 6:14



ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

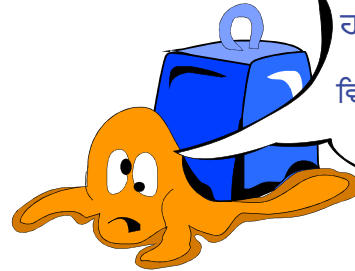
ਇਸ ਹਫਤੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਅੱਗੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰੋ ਤੇ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਅੰਦਰ ਜਨੂੰਨ ਵਧਾਉਣ।
ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਕੁਝ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਜਨੂੰਨ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਲੱਭੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ
ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਕਰ ਸਕੋ। ਕਿਸੇ ਮੰਤਰਾਲੇ 'ਚ ਜਾਓ ਤੇ ਦੇਖੋ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਨੇ, ਕਿਸੇ ਆਸਰਾ ਦੀ
ਮਦਦ ਕਰੋ ਜੋ ਅਗਾਂਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਦੇਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਨੇ, ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖੋ ਜਿਸ ਨਾਲ
ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ-ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ
ਕਰ ਸਕੋ ਉਥੇ ਮਦਦ ਕਰੋ।



ਭਲਾਈ ਜਾਂ ਬੁਰਾਈ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਹੈਰਡ ਤੇ ਜੌਹਨ ਦ ਬੈਪਟਿਸਟ
ਲਿਉਕ 3:18-20, ਮੈਥਿਊ 14:1-12

ਮੈਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਸੀ ਕਿ ਲੋਕ ਇਨੇ ਮਤਲਬੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਭਾਰ ਹੇਠੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਮੈਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।



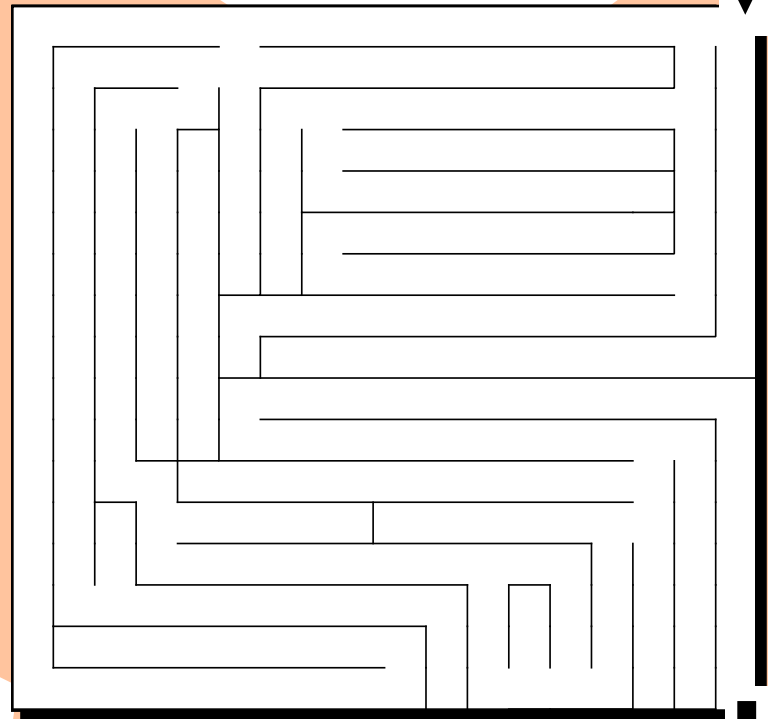
ਭ	ਲਾ	ਈ	ਕੈ	ਅ	ਨ	ਹ	ਜੌ	ਰੇ
ਫਿ	ਨਿ	ਦੂ	ਟ	ਭ	ਖੀ	ਨਿ	ਕ	ਖੀ
ਆਂ	ਹੈ	ਮਾ	ਸ	ਵ	ਨਾ	ਰ	ਹੈ	ਕ
ਨਿ	ਰ	ਕੈ	ਟਿ	ਨਿ	ਆ	ਕ	ਰ	ਮਾ
ਨਾ	ਡ	ਗ	ਪ	ਤਿ	ਹੈ	ਨ	ਕ	ਤ
ਮੀ	ਖੀ	ਰ	ਬੈ	ਕੈ	ਦੂ	ਸ	ਫਿ	ਮਾ
ਦ	ਭ	ਵ	ਅ	ਵ	ਵਾ	ਟ	ਵ	ਪੂ
ਆ	ਵ	ਸ	ਦਿ	ਸ਼	ਭ	ਈ	ਨਾ	ਕੈ
ਅ	ਕੈ	ਨਾ	ਵਿ	ਕੈ	ਫਿ	ਖੀ	ਰਾ	ਦੂ
ਦਿ	ਲ	ਖੀ	ਪੂ	ਮਾ	ਤ	ਮਾ	ਅ	ਬੁ

ਭਲਾਈ
ਬੁਰਾਈ
ਦਿਲ
ਆਦਮੀ
ਵਿਸ਼ਵਾਸ

ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ
ਹੈਰਡ
ਜੌਹਨ
ਬੈਪਟਿਸਟ
ਤਿਆਰ ਕਰੇ

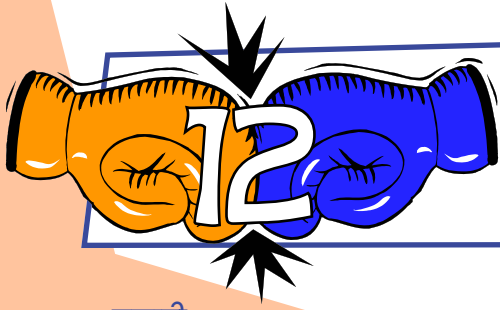
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ
ਸਵਰਗ
ਨਰਕ
ਨਿਆਂ

ਯਾਦਦਾਸਤ ਤੁਕ :
"ਬਦੀ ਤੋਂ ਹਟ ਜਾਹ ਅਤੇ ਨੇਕੀ
ਕਰ, ਮੇਲ ਨੂੰ ਭਾਲ ਅਤੇ ਉਹ ਦਾ
ਪਿੱਛਾ ਕਰ।"
ਜ਼ਬੂਰਾਂ ਦੀ ਪੋਥੀ 34:14



ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਕੋਈ ਬੁਰਾਈ ਲੱਭੋ, ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਪਹੁੰਚਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਬੇਕਸੂਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਹਫਤੇ ਦਖਲ ਦਿਓ। ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਘਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੱਖਰੇ ਰਸਤੇ 'ਤੇ ਤੁਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਦਿਓ, ਜਾਂ ਚਾਰਾਂ ਜਣਿਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਨਾਲ ਰਲੋ-ਰਲਾਓ।



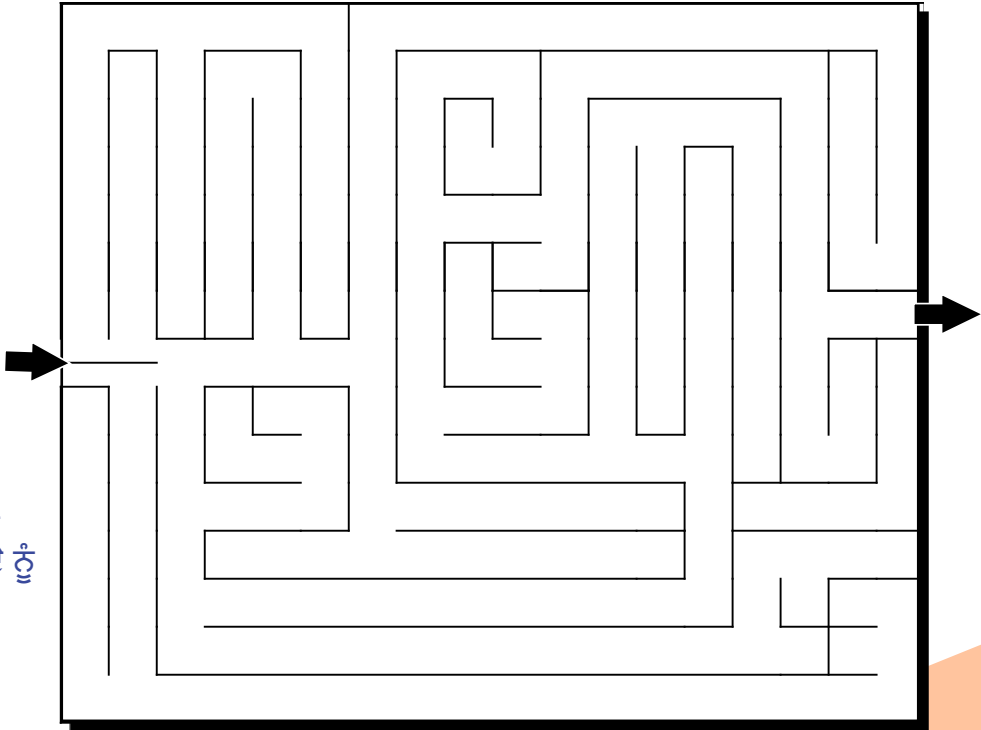
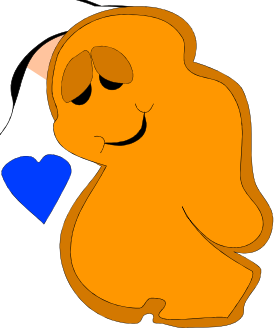
ਭਲਾਈ ਜਾਂ ਸੁਆਰਥੀ ਲਾਲਸਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਬੁਰਜ ਬੈਬਲ
ਉਤਪੱਤੀ 11:1-9

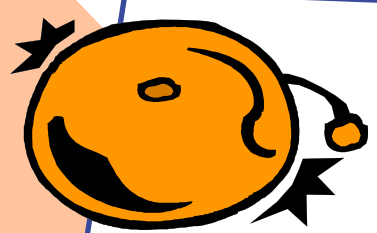
ਭਲਾਈ
ਸਵਾਰਥੀ
ਅਭਿਲਾਸ਼ਾ
ਸਕਤੀ
ਆਨਰ
ਦੌਲਤ
ਮਹੱਤਤਾ
ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ
ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਨਾ
ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ
ਸਾਵਧਾਨ
ਬੁਰਜ
ਬੈਬਲ
ਨਿਮਰ

ਤਾ	ਨਾ	ਖੀ	ਹਾ	ਸ	ਲ	ਕ	ਰ	ਨਾ	ਭ	ਵ	ਨ	ਧਾ	ਵ	ਸਾ	ਦੂ	ਦੈ
ਤ	ਕੈ	ਰ	ਵ	ਨਾ	ਕੈ	ਬੁ	ਅ	ਰ	ਲ	ਸ਼	ਕੈ	ਸ਼	ਭ	ਨਾ	ਬੈ	ਲ
ਹੱ	ਅ	ਕ	ਕ	ਸ਼	ਖੀ	ਰ	ਘ	ਬ	ਬੈ	ਖੀ	ਵ	ਕ	ਤੀ	ਬੈ	ਖੀ	ਤ
ਮ	ਦੂ	ਸ਼	ਵ	ਸ਼	ਥੀ	ਜ	ਬੈ	ਫਿ	ਥੀ	ਸ਼ਾ	ਲ	ਰ	ਸ਼	ਕ	ਰ	ਅ
ਖੀ	ਸ਼	ਈ	ਦੂ	ਕ	ਰ	ਭ	ਦੂ	ਕੈ	ਰ	ਲਾ	ਕ	ਨ	ਭ	ਵ	ਸ਼	ਖੀ
ਭ	ਲਾ	ਰ	ਨਾ	ਕੈ	ਸ਼	ਘ	ਸ਼	ਘ	ਮ	ਭਿ	ਵ	ਆ	ਕੈ	ਨਾ	ਅ	ਕੈ
ਭ	ਅ	ਫਿ	ਪੂ	ਸਿੱ	ਧੀ	ਖੀ	ਸੰ	ਥੀ	ਨਿ	ਅ	ਨਾ	ਫਿ	ਥੀ	ਰ	ਵਾ	ਸ

ਮੈਂ ਬਹੁਤ
ਵਧੀਆ ਹਾਂ!
ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਕੁਝ
ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ, ਮੈਂ
ਇਸਨੂੰ ਲੈ ਲੈਂਦਾ
ਹਾਂ

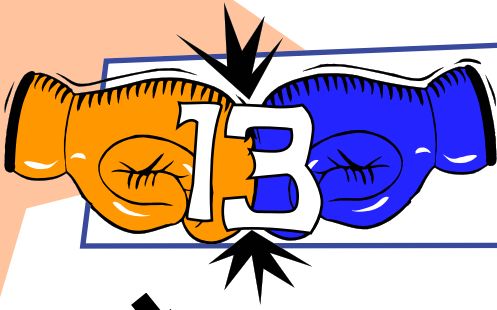


ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਤੁਕ :
" ਧੜੇਬਾਜ਼ੀਆਂ ਅਥਵਾ ਫੇਕੇ ਘੁਮੰਡ ਨਾਲ ਕੁਝ
ਨਾ ਕਰੋ ਸਗੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਧੀਨਗੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਦੂਏ ਨੂੰ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਜਾਣੋ "
ਫਿਲਿੱਪੀਆਂ ਨੂੰ 2:3



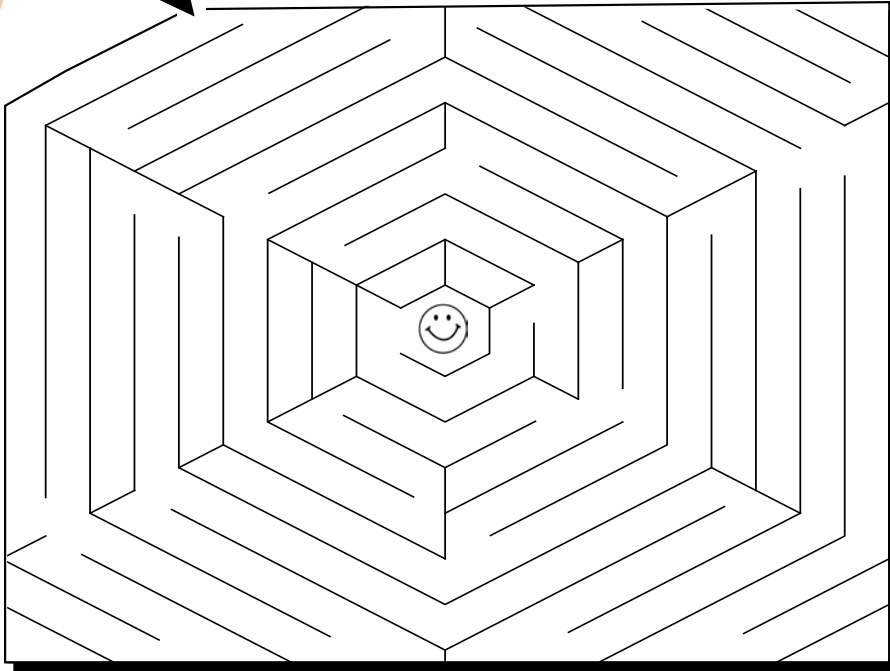
ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕੁਝ ਨਾ ਕਰੋ। ਹਰ ਵਾਰੀ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਠੁਕਰਾ ਦਿਓ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਇੰਝ ਕਰਦੇ ਜਾਓਗੇ, ਤੁਸੀਂ ਹਰੇਕ ਉਲਝੇ ਹੋਏ ਪਾਪ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਦੇ ਜਾਓਗੇ।

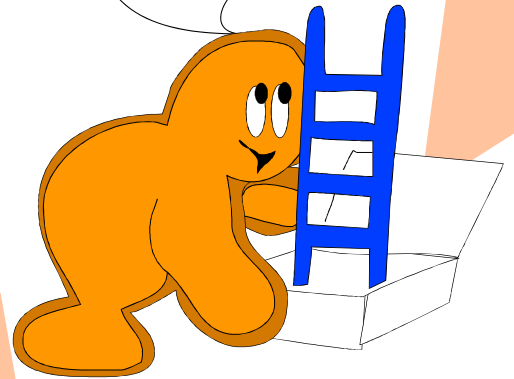


ਭਲਾਈ ਜਾਂ ਅਸੁੱਧਤਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਜੇਸੇਫ ਅਤੇ ਪੇਟੀਫਰ
ਉਤਪੱਤੀ 39:1-21



ਕੀ ਮੈਂ ਇਹ ਪੌੜੀ ਚੜ੍ਹਕੇ
ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਭੱਜ
ਸਕਦਾ ਹਾਂ?



ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਤੁਕ :
" ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਦਾ
ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਭਈ ਤੁਹਾਨੂੰ
ਸਾਡਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸੱਦੇ ਦੇ ਜੋਗ ਜਾਣੇ
ਅਤੇ ਨੇਕੀ ਦੀ ਸਾਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਅਤੇ ਨਿਰਚਾਰ
ਦੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਸਮਰੱਥਾ ਨਾਲ ਪੂਰਿਆਂ ਕਰੇ "
ਥੱਸਲੁਨੀਕੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਜੀ ਪੜ੍ਹੀ 1:11

ਅਸੁੱਧੀ
ਦੁਸ਼ਿਤ
ਕਾਰਜ
ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ
ਦਿਲ
ਜੇਸੇਫ
ਗੁਲਾਮੀ
ਪੇਟੀਫਰ
ਪਤਨੀ
ਰਹੇ
ਸੁੱਧ
ਅੰਦਰ

ਉ	ਅ	ਪੇ	ਟੀ	ਫ਼	ਰ	ਦ	ਖੀ	ਅੰ	ਰ	ਖੀ	ਅ	ਖੀ	ਅੰ	ਜ	ਦੂ	ਫ਼	ਲ
ਸੁੱ	ਮੀ	ਲ	ਘਾ	ਫ਼	ਦੂ	ਜ	ਸ਼ਿ	ਖੀ	ਈ	ਹੇ	ਰ	ਸ਼ਿ	ਸੁੱ	ਸ਼ਿ	ਖੀ	ਨੀ	ਦਿ
ਦੂ	ਖੀ	ਲਾ	ਧੀ	ਸ਼ਿ	ਦਿ	ਜ	ਨੀ	ਰ	ਫਿ	ਧ	ਫਿ	ਸੁੱ	ਤ	ਦਿ	ਦ	ਕਾ	ਉ
ਧੀ	ਲ	ਨੀ	ਗੁ	ਕਾ	ਫ਼	ਤ	ਘਾ	ਸੁੱ	ਸੁੱ	ਈ	ਜ	ਖੀ	ਧੀ	ਦੂ	ਅ	ਨੀ	ਜ
ਸੁੱ	ਨੀ	ਦੂ	ਅੰ	ਅੰ	ਪ	ਕਾ	ਅ	ਉ	ਸੁੱ	ਲ	ਅੰ	ਦ	ਰ	ਨੀ	ਧੀ	ਖੀ	ਰ
ਅ	ਅ	ਫ਼	ਸੇ	ਜੇ	ਸ਼ਿ	ਦ	ਨਾ	ਰ	ਕ	ਨ	ਸ਼	ਰ	ਦ	ਪ੍ਰ	ਨੀ	ਅੰ	ਕਾ



ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ। ਜੇ ਕੁਝ ਤੁਹਾਡੇ ਖਿਲਾਫ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਉਹ ਉਹ ਲੋਕ ਨੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਾਪ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ। ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ 'ਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਰੋ, "ਮੇਰਾ ਸੁੱਧ ਹਿਰਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਅੱਗੇ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ।" ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਖਿਲਾਫ ਕੁਝ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗੋ ਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਵੀ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗੋ। ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਓ, "ਮੇਰਾ ਸੁੱਧ ਹਿਰਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਅੱਗੇ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ।"

ਪਾਪਾਂ 'ਤੇ ਜਿੱਤ ਪਾਓ...



...ਜੇ ਤੁਸੀਂ
ਹੁਣੇ ਕਰ
ਸਕਦੇ ਹੋ!

" ਪਰੰਤੂ ਪਰਮੇਸੁਰ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰੇਮ ਸਾਡੇ ਉੱਤੇ ਇਉਂ ਪਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ ਭਈ ਜਾਂ ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਪਾਪੀ ਹੀ ਸਾਂ
ਤਾਂ ਮਸੀਹ ਸਾਡੇ ਲਈ ਮੇਇਆ" ਰੋਮੀਆਂ ਨੂੰ 5:8

"ਜੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣਿਆਂ ਪਾਪਾਂ ਦਾ ਇਕਰਾਰ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਉਹ ਵਫ਼ਾਦਾਰ ਅਤੇ ਧਰਮੀ ਹੈ ਭਈ ਸਾਡੇ ਪਾਪਾਂ ਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਕਰੇ ਅਤੇ
ਸਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਕੁਧਰਮ ਤੋਂ ਸੁੱਧ ਕਰੇ" ਯੂਹੰਨਾ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਪੱਤੀ 1:9 "ਵੇਖ, ਮੈਂ ਬਦੀ ਵਿੱਚ ਜੰਮਿਆਂ,
ਅਤੇ ਪਾਪ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਾਤਾ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕੁੱਖ ਵਿੱਚ
ਲਿਆ।।" ਜ਼ਬੂਰਾਂ ਦੀ ਪੇਥੀ 51:5

Champions 2 Difficult
Punjabi



20131

www.ChildrenAreImportant.com
info@childrenareimportant.com
We are located in Mexico.
DK Editorial Pro-Visión A.C.

 Equip & Grow
ਚਿਲਡਰਨ ਆਰ ਇਮਪੋਰਟੈਂਟ