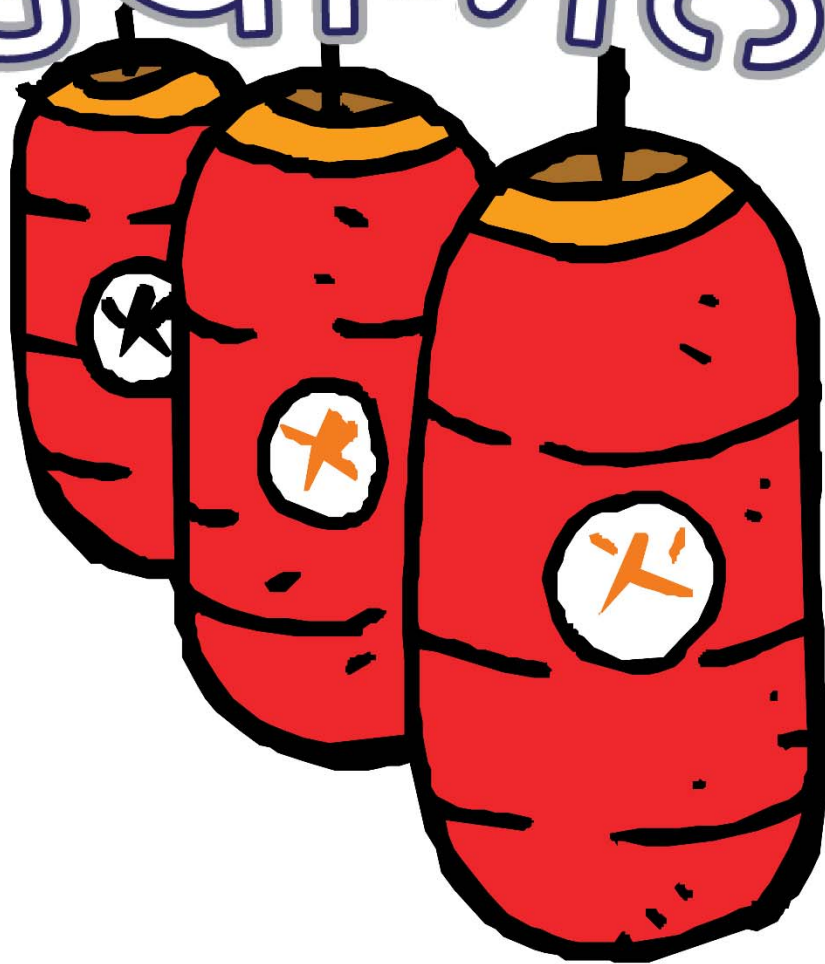


ਯੂਨਿਟ 1

# ਚੌਪੀਅਨ



ਆਤਮਾ ਦੇ  
ਫਲ ਦੁਆਰਾ

ਮੌਖਾ



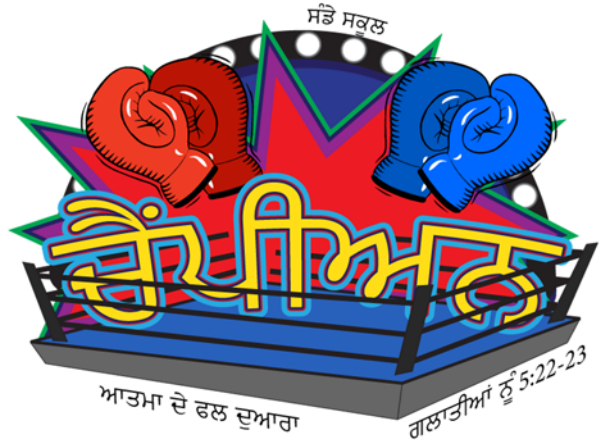
ਮੌਖਾ

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।

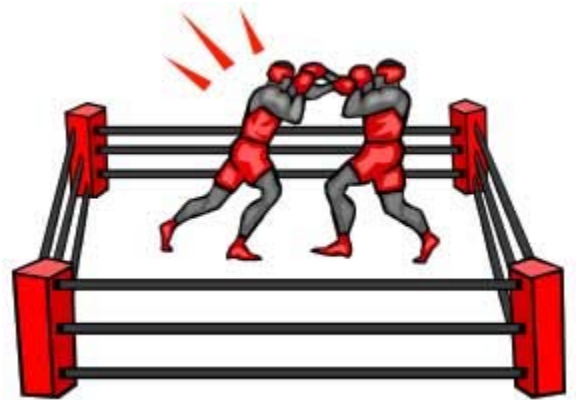


## ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਤੂ ਹੋਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕੋਚ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ



ਆਪਣੀ ਕਸਰਤ, ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਅਤੇ ਕੋਚ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ ਲਈ ਹਰ ਹਫਤੇ 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 ਹਫਤੇ 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!



# 1. ਪਿਆਰ ਜਾਂ ਸਵਾਰਥ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਈਸਾ ਮਸੀਹ ਕਰਾਸ ਉੱਪਰ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਮੈਥਿਯੂ 27:27-56

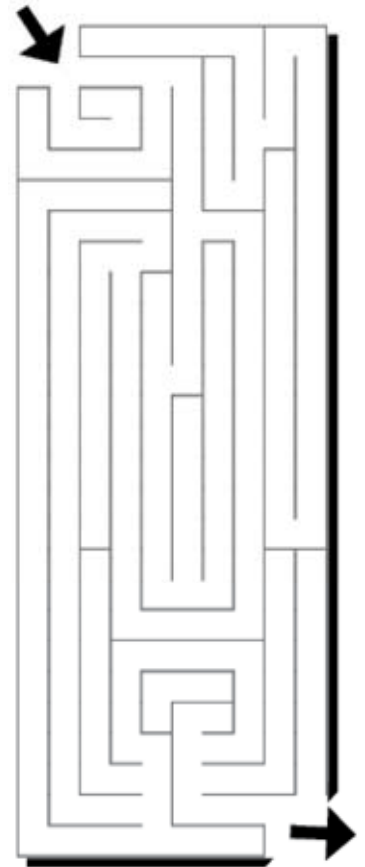


## ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 1

"ਇਸ ਤੋਂ ਅਸਾਂ ਪ੍ਰੇਮ ਨੂੰ ਜਾਤਾ ਭਈ ਉਹ ਨੇ ਸਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸੀਂ ਭਰਾਵਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਦੇਈਏ" ੧ ਯੂਹੰਨਾ 3:16

ਬ	ਉ	ਭੈ	ਫ	ਲੱ	ਆ	ਵਾ	ਲ	ਕਾ	ਆ	ਰਾ
ਵਾ	ਣ	ਸ਼	ਲ	ਰ	ਮਾ	ਤ	ਮਾ	ਪ੍ਰ	ਰ	ਭ
ਆ	ਮ	ਜਾ	ਕਾ	ਆ	ਉ	ਬ	ਮਾ	ਭੈ	ਧ	ਸਿੱ
ਲ	ਸ਼	ਲੱ	ਓ	ਦਾਂ	ਚਿੰ	ਭੈ	ਸਿੱ	ਵਾ	ਬ	ਉ
ਰ	ਦੁ	ਭੈ	ਕਾ	ਲ	ਸ਼	ਣਾ	ਦੁ	ਬ	ਲੱ	ਵਾ
ਉ	ਬ	ਸਿੱ	ਵਾ	ਨਾ	ਸ਼	ਆ	ਤਾ	ਭ	ਪ	ਸ਼
ਸਿੱ	ਵਾ	ਰ	ਤਾ	ਚਿੰ	ਣ	ਪੁ	ਸ਼	ਚਿੰ	ਉ	ਰ
ਖੇ	ਸ਼	ਸ਼	ਵਾ	ਰ	ਬ	ਪੁ	ਣਾ	ਚਿੰ	ਦਾਂ	ਆ
ਸਿੱ	ਦੇ	ਉ	ਸ਼	ਭੈ	ਸਿੱ	ਵਾ	ਬ	ਕਾ	ਲ	ਪਿ
ਆ	ਦਾਂ	ਯਾ	ਲ	ਦਾਂ	ਕਾ	ਰ	ਵਾ	ਈ	ਰ	ਭੈ

ਪਿਆਰ  
ਸਵਾਰਥਪੁਣਾ  
ਦੋਸਤਾਨਾ  
ਦੁਸ਼ਮਣ  
ਭਰਾ  
ਭੈਣਾ  
ਕਾਰਵਾਈ  
ਉਪਲੱਬਧ  
ਫਲ  
ਚਿੰਤਾ  
ਸਿੱਖੇ  
ਬਣ ਜਾਓ  
ਯਾਦਾਂ  
ਆਤਮਾ  
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ



## ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 1

ਅਜਿਹੀ ਖੇਡ ਖੇਡੋ ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਸਤ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਖੇਡੋ ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਉਹ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, (ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਉਸ ਸਮੇਂ ਖੇਡਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਹੋਵੇ) ਅਤੇ ਉਨੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਖੇਡੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਇਹ ਨਾ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀ ਖੇਡਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਮਾਇਨੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀਆਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਅਸਲੀ ਪਿਆਰ ਦਿਖਾ ਰਹੇ ਹੋ।





## 2. ਪਿਆਰ ਜਾਂ ਪਰਖਣਾ

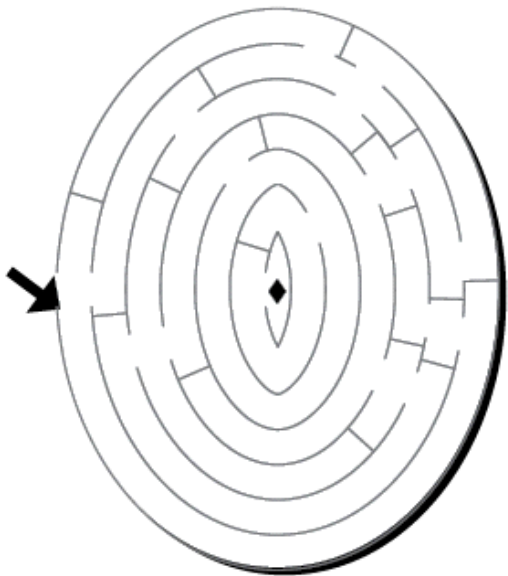
ਬਾਈਬਲ ਸਟੋਰੀ: ਧੂੜ ਦਾ ਕਣ ਅਤੇ ਲੱਕੜ

ਮੈਥਿਊ 7:1-5



### ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 2

“ਦੋਸ਼ ਨਾ ਲਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਤੇ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਨਾ ਜਾਵੇ 2 ਕਿਉਂਕਿ ਜਿਸ ਨਿਆਉਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਦੋਸ਼ ਲਾਉਂਦੇ ਹੋ ਉਸੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਤੇ ਵੀ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਜਿਸ ਮੇਪ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਮਿਣਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਿਣਿਆ ਜਾਵੇਗਾ” ਮੱਤੀ 7:1-2



ਯਾਦ  
ਤੁਕ  
ਜੱਜ  
ਹੋਰ  
ਉਪਾਅ  
ਘਿਰਨਾ  
ਪਿਆਰ  
ਇਰਾਦਾ  
ਸਮੱਸਿਆ  
ਸਿੱਖਿਆ  
ਗਲਤ  
ਫਜ਼ੂਲ  
ਕਾਰਨ  
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ  
ਜੀਵਿਤ



### ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 2

ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਦੇਖੋ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰੋ। ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ੇਬ ਵਿੱਚ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਪਾ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪਰਖਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋ ਜਾਵੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ੇਬ ਵਿੱਚੋਂ ਉਹ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਕੱਢੋ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਦੇਖੋ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਵਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਹਿਣਾ।

ਦ	ਯਾ	ਕਾ	ਘਿ	ਹੇ	ਤ	ਲ	ਗ	ਆ	ਦਾ
ਮੱ	ਦਾ	ਨ	ਜੀ	ਕ	ਕ	ਖਿ	ਨ	ਮੱ	ਰਾ
ਘਿ	ਮਾ	ਵਿ	ਜੂ	ਤ	ਦਾ	ਲ	ਜੂ	ਕ	ਇ
ਆ	ਤ	ਆ	ਪਿ	ਅ	ਪਾ	ਉ	ਯਾ	ਤ	ਘਿ
ਜੂ	ਮਾ	ਵਿ	ਮੱ	ਪ੍ਰ	ਨ	ਰਾ	ਸ	ਸਿੱ	ਲ
ਹੇ	ਪ੍ਰ	ਖਿ	ਤ	ਉ	ਪਿ	ਦਾ	ਖਿ	ਹੇ	ਜੂ
ਘਿ	ਕਾ	ਯਾ	ਸ	ਮੱ	ਸਿ	ਆ	ਵਿ	ਕਾ	ਫ
ਉ	ਹੇ	ਰਾ	ਕ	ਵਿ	ਪ੍ਰ	ਕਾ	ਰ	ਨ	ਤ
ਨਾ	ਰ	ਘਿ	ਦਾ	ਮੱ	ਜੱ	ਜ	ਨ	ਆ	ਜੂ



### 3. ਪਿਆਰ ਜਾਂ ਨਫਰਤ

ਬਾਈਬਲ ਕਹਾਣੀ: ਯਹੂਦਾ ਈਸਾ ਮਸੀਹ ਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ

ਮੈਥਿਊ 26:14-16

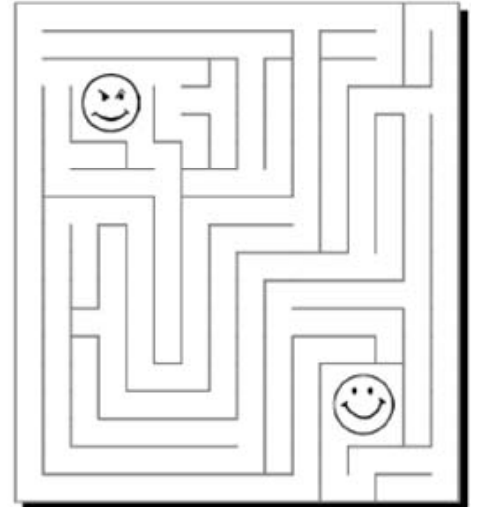


#### ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 3

"ਜੇ ਕੋਈ ਆਖੇ ਭਈ ਮੈਂ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਰਾ ਨਾਲ ਵੈਰ ਰੱਖੇ ਤਾਂ ਉਹ ਝੂਠਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜਿਹੜਾ ਆਪਣੇ ਭਰਾ ਨਾਲ ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਨੇ ਵੇਖਿਆ ਹੈ ਪ੍ਰੇਮ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ ਉਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨਾਲ ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਨੇ ਨਹੀਂ ਵੇਖਿਆ ਪ੍ਰੇਮ ਰੱਖ ਰੀ ਨਹੀਂ ਸੱਕਦਾ" ੧ ਯੂਹੰਨਾ 4:20

ਪੇ	ਮਾ	ਮਿੰ	ਈ	ਸਾ	ਗੁੱ	ਆ	ਗ	ਸ	ਬੰ	ਭੁੱ
ਖਾ	ਣਾ	ਣਾ	ਝ	ਮ	ਸ	ਤ	ਲ	ਗ	ਦਾ	ਨ
ਧੇ	ਬੰ	ਭੈ	ਲ	ਨ	ਭੁੱ	ਪੈ	ਬੰ	ਲੀ	ਭੈ	ਸ਼
ਗ	ਦਾ	ਆ	ਝ	ਭੁੱ	ਗੁੱ	ਮਾ	ਈ	ਪੈ	ਣਾ	ਰ
ਸ	ਰ	ਲੀ	ਮਿੰ	ਸ	ਣਾ	ਰਾ	ਮਾ	ਝ	ਮਾ	ਮਿੰ
ਮਾ	ਆ	ਗੁ	ਰਾ	ਪੈ	ਵਾ	ਸ	ਹਿ	ਮ	ਤ	ਦਾ
ਭੁੱ	ਪਿ	ਣਾ	ਸ	ਭੈ	ਸਾ	ਆ	ਸਾ	ਜ	ਮਾ	ਮਿੰ
ਈ	ਪੈ	ਨ	ਬੰ	ਸਾ	ਦਾ	ਣਾ	ਭੁੱ	ਨ	ਪ੍ਰ	ਮਾ
ਭ	ਗ	ਭੁੱ	ਮਿੰ	ਭੈ	ਗੁੱ	ਗ	ਝ	ਪੈ	ਗ	ਭੈ
ਰਾ	ਮਾ	ਬੰ	ਨ	ਣਾ	ਵਾ	ਲੀ	ਚੀ	ਜ	ਬੰ	ਆ
ਣਾ	ਆ	ਖਾ	ਰ	ਈ	ਸ	ਮਾ	ਈ	ਦ	ਸੰ	ਪ

ਪਿਆਰ  
ਗੁੱਸਾ  
ਭਰਾ  
ਭੈਣ  
ਸਹਿਮਤ  
ਪਸੰਦ  
ਬੰਨਣ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼  
ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ  
ਗਲਤ ਸਮਝਣਾ  
ਈਰਖਾ  
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ  
ਭੁੱਲਣਾ  
ਧੋਖਾ  
ਆਗੂ  
ਪੈਸਾ



#### ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 3

ਉਸਦੇ ਲਈ ਚੰਗਾ ਕਰੋ ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਕਲ ਮਾਰਦੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਖਰਾਬ ਕਰਦਾ ਦੇਖੋ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਜੀਭ ਫੜ ਲਓ। ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਨਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਫਸਾਓ।



ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਬਹੁਤ ਗੁੱਸਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਭੱਜਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ!



## 4. ਪਿਆਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਾਬਿਤ ਕਰਨਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਚੰਗੇ ਸਾਮਰੀ ਦੀ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਕਹਾਣੀ

ਲਿਊਕ 10:25-37



### ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 4

“ਤਾਂ ਉਹ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪਣੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਜਾਨ ਨਾਲ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਬੁੱਧ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰ ਅਰ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜਿਹਾ” ਲੂਕਾ 10:27

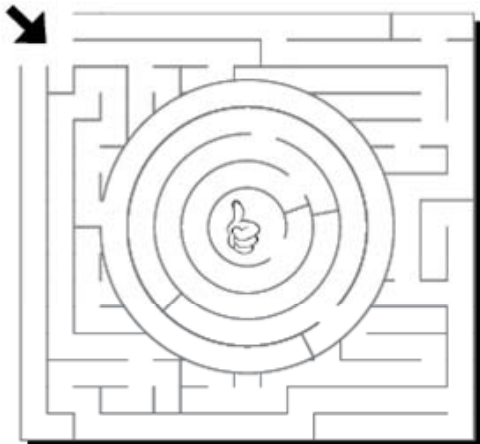
ਦ	ਆ	ਤ	ਮਾ	ਸੀ	ਇ	ਨੂੰ	ਫ	ਡ	ਪਾ	ਰੀ
ਗੁ	ਣੇ	ਰ	ਗਾ	ਦ	ਮਦ	ਲੁ	ਰੇ	ਈ	ਢੀ	ਟੇ
ਆ	ਇ	ਫ	ਆ	ਪਾ	ਦ	ਦਿ	ਟੇ	ਰ	ਆਂ	ਪਾ
ਪ	ਈ	ਫ	ਬ	ਪਿ	ਣੇ	ਆ	ਲੁ	ਗੁ	ਗੁ	ਢੀ
ਧ	ਰ	ਮ	ਢੀ	ਨੂੰ	ਰ	ਸੀ	ਹ	ਗਾ	ਫ	ਆ
ਇ	ਹ	ਫ	ਲੁ	ਕ	ਨ	ਲੁ	ਇ	ਤ	ਰੇ	ਪ
ਨੂੰ	ਮਾ	ਗਾ	ਫ	ਪ	ਢੀ	ਨ	ਈ	ਲੁ	ਕ	ਨੂੰ
ਪਾ	ਦਿ	ਆ	ਪ	ਣੇ	ਆ	ਪ	ਨੂੰ	ਣੇ	ਫ	ਤਾ
ਲ	ਗੁ	ਦ	ਫ	ਰ	ਦਿ	ਫ	ਆ	ਬ	ਮਾ	ਗੁ
ਫ	ਸੀ	ਲ	ਬ	ਈ	ਬਾ	ਪਾ	ਢੀ	ਜਾ	ਇ	ਜ

- ਪਿਆਰ
- ਆਤਮਾ
- ਤਾਕਤ
- ਦਿਲ
- ਡਰ
- ਮਾਫ ਕਰੋ
- ਗੁਆਂਢੀ
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
- ਬਾਈਬਲ
- ਮਦਦਗਾਰ
- ਲੁਟੇਰੇ
- ਧਰਮ
- ਪਾਦਰੀ
- ਮਾਹਰ
- ਜਾਇਜ



### ਸੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 4

ਇਸ ਹਫਤੇ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਰੁਕੋ, ਜੋ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬਹਾਨੇ ਹੋਣ ਨਾ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਬਹਾਨਿਆਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰੋ। ਜੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬਰੋਬਰ ਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਕੁਝ ਖਾਸ ਕਰੋ।







## 5. ਪਿਆਰ ਜਾਂ ਆਤਮਿਕ ਘਮੰਡਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਡੇਵਿਡ ਰਾਜਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ

੧ ਸੈਮੁਅਲ 16:1-13

ਨੂੰ	ਕ	ਜਾ	ਧ	ਦਿ	ਲ	ਰ	ਢੀ	ਆਂ	ਗੁ	ਫ
ਈ	ਇ	ਫ	ਦਿ	ਰ	ਗਾ	ਦ	ਮਦ	ਬਾ	ਰੇ	ਣੇ
ਜ	ਰੀ	ਮਦ	ਰੇ	ਰੇ	ਮ	ਰੀ	ਟੇ	ਆਂ	ਰੇ	ਰੀ
ਡ	ਰ	ਣੇ	ਲੁ	ਮਾ	ਆ	ਕ	ਈ	ਤਾ	ਕ	ਤ
ਦਿ	ਹ	ਬਾ	ਰ	ਟੇ	ਦ	ਟੇ	ਦਿ	ਲ	ਫ	ਨੂੰ
ਰੇ	ਮਾ	ਰੇ	ਨੂੰ	ਆਂ	ਰੇ	ਜਾ	ਮਾ	ਰੇ	ਮਾ	ਕ
ਕ	ਦਿ	ਰ	ਮਦ	ਰੀ	ਣੇ	ਤ	ਬਾ	ਦਿ	ਈ	ਪਾ
ਟੇ	ਸੀ	ਆ	ਪ	ਣੇ	ਆ	ਪ	ਨੂੰ	ਮਦ	ਦ	ਲ
ਲ	ਰੇ	ਪਿ	ਈ	ਨੂੰ	ਰੀ	ਫ	ਣੇ	ਰੀ	ਦਿ	ਕ
ਦਿ	ਣੇ	ਲ	ਦਿ	ਮਦ	ਕ	ਲ	ਬ	ਈ	ਬਾ	ਰੇ



### ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 5

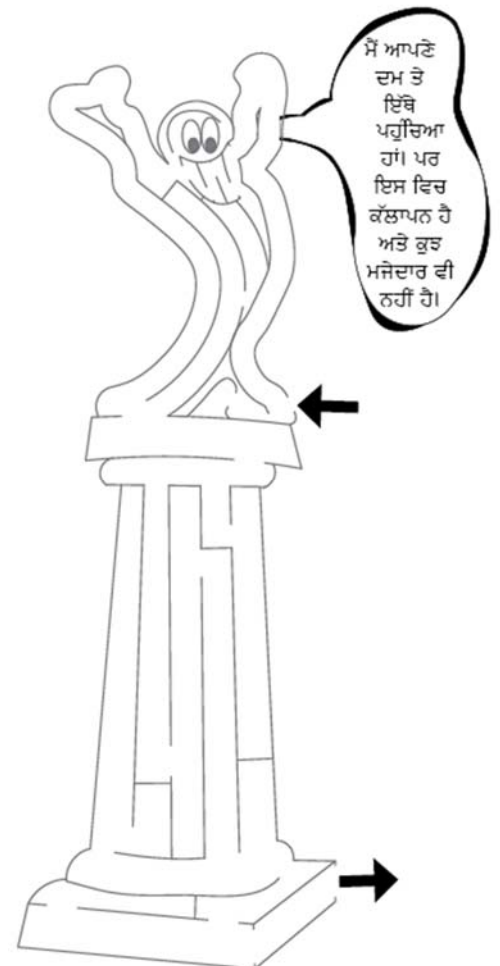
“ਪ੍ਰੇਮ ਧੀਰਜਵਾਨ ਅਤੇ ਕਿਰਪਾਲੂ ਹੈ। ਪ੍ਰੇਮ ਖੁਣਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਪ੍ਰੇਮ ਫੁਲਦਾ ਨਹੀਂ, ਪ੍ਰੇਮ ਫੁੱਫੂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਕੁਚੌਜਿਆ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਆਪ ਸੁਆਰਥੀ ਨਹੀਂ, ਚਿੜ੍ਹਦਾ ਨਹੀਂ, ਬੁਰਾ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ ਉਹ ਕੁਧਰਮ ਤੋਂ ਅਨੰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਸਗੋਂ ਸਚਿਆਈ ਨਾਲ ਅਨੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਸਭ ਕੁੱਝ ਝੱਲ ਲੈਂਦਾ, ਸਭਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਪਰਤੀਤ ਕਰਦਾ, ਸਭਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਆਸ ਰੱਖਦਾ, ਸਭ ਕੁੱਝ ਸਹਿ ਲੈਂਦਾ”। 1 ਕੁਰਿੰਥੀਆਂ 13:4-7



### ਸੇਦਾਨ ਵਿੱਚ 5

ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਿਹੜਾ ਆਤਮਿਕ ਕੰਮ ਹੈ ਜੋ ਹੁਣੇ ਤੋਂ ਕਰਨਾ ਰੋਕ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਪਿਆਰ ਵੱਲ ਵੱਧ ਵਧਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਹਫਤੇ ਪਿਆਰ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੰਮ ਕਰੋ: ਸ਼ੇਖੀ ਨਾ ਮਾਰੋ, ਉਹ ਕੰਮ ਕਰੋ ਜੋ ਦੂਜਿਆ ਲਈ ਵਧੀਆ ਹੋਣ ਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ, ਅਤੇ ਜੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਗਲਤੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰ ਨਾ ਠਹਿਰਾਓ।

ਪਿਆਰ  
ਮਰੀਜ਼  
ਜੋਸ਼  
ਈਰਖਾ  
ਸ਼ੇਖੀ  
ਮਾਣ  
ਨਿਰਾਦਰ  
ਲੋਭੀ  
ਗੁੱਸਾ  
ਰਿਕਾਰਡ  
ਗਲਤ  
ਖੁਸ਼ੀ  
ਹੋਰ  
ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ  
ਸੱਚ





## 6. ਖੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਈਰਖਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂ ਈਰਖਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਐਕਟ 5:12-33



### ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 6

"ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਤੀਕ ਸਰੀਰਿਕ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਜਲਣ ਅਤੇ ਝਗੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਰੀਰਿਕ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਇਨਸਾਨੀ ਚਾਲ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦੇ ਹੋ?" ੧ ਕੁਰਿੰਥੀਆਂ ਨੂੰ 3:3

ਮਾ	ੜਾ	ਗ	ਝ	ਸਾ	ਆਂ	ਟ	ਵ	ਸ	ਵਿ	ਯੇ
ਦਾ	ਚ	ਮਾ	ਤ	ਮਾ	ਪ੍ਰ	ਲ	ਇ	ਮਾ	ਈ	ੜਾ
ਆਂ	ੜਾ	ਝ	ਤ	ਹੇ	ਟ	ਦਾ	ਖਾ	ਝ	ਚ	ਤਾ
ਲ	ਦਾ	ਤਾ	ਸ	ਆ	ਯੇ	ਇ	ਰੀ	ਹੇ	ਦਾ	ਦਾ
ਹੇ	ਖਾ	ਅ	ਈ	ਚ	ਪ੍ਰ	ਯੇ	ੜਾ	ਕਾ	ਰ	ਆਂ
ਚ	ਰ	ਚ	ਮਾ	ਕ੍ਰ	ਗ	ਖਾ	ਟ	ਸਾ	ਦਾ	ਸ
ਹੇ	ਈ	ਸਾ	ਪ੍ਰ	ਤਾ	ਸ	ਦਾ	ੜਾ	ਈ	ਨ	ਅ
ਆਂ	ਇ	ਟੈ	ਯੇ	ਮਾ	ਅ	ਚ	ਲ	ਯੇ	ਸਾ	ਝ
ਚ	ਲੇ	ਝ	ਕ੍ਰ	ਇ	ਸ	ਟ	ਲ	ਤਾ	ਹੇ	ਮਾ
ਟ	ੜਾ	ਲ	ਮਾ	ਯੇ	ਈ	ੜਾ	ਟ	ਮਾ	ਦਾ	ਚ
ਦਾ	ਲ	ੜਾ	ਈ	ਆਂ	ਦਾ	ਯੇ	ਆਂ	ਝ	ਪੇ	ਤਾ

ਵਿਸ਼ਵ  
ਈਰਖਾ  
ਝਗੜਾ  
ਅਦਾਕਾਰੀ  
ਕ੍ਰਾਇਸਟਲ  
ਹੋਰ  
ਲੜਾਈਆਂ  
ਸ਼ਾਨਦਾਰ  
ਮਾਪੇ  
ਟੈਲੇਟ  
ਯੋਗਤਾ  
ਚਰਚ  
ਆਤਮਾ  
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ



### ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 6

ਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਤਮਿਕ ਤੋਹਫੇ, ਸਰੀਰਕ ਦਿੱਖ, ਦੌਲਤ, ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰੋ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਅਰਜ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ ਉਸ ਲਈ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਦੇਵੇ। ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਬੰਦੇ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਈਰਖਾ ਕਰਦੇ ਰਹੇ ਹੋ ਉਸਨੂੰ ਚੁਣੋ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਤੋਹਫਾ ਦਿਓ। (ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਨਾ ਦੱਸੋ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਈਰਖਾ ਕਰਦੇ ਸੀ।)







## 7. ਖੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਲਾਲਚ

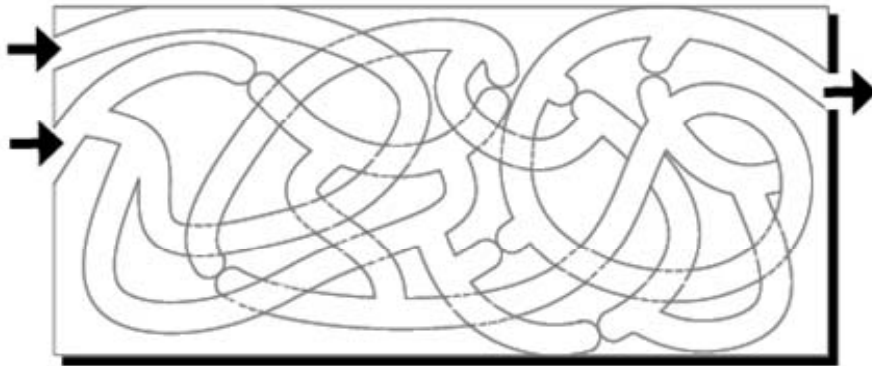
ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਅਮੀਰ ਨੌਜਵਾਨ ਆਦਮੀ ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ ਕਿਸਮ

ਮੈਥਿਊ 19:16-30



### ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 7

“ਉਸ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਖਿਆ, ਖਬਰਦਾਰ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਲੋਭ ਤੋਂ ਬਚੇ ਰਹੋ ਕਿਉਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਦਾ ਜੀਉਣ ਉਹ ਦੇ ਮਾਲ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹੈ” ਲੂਕਾ 12:15



ਦੇਖੋ  
ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ  
ਕਿਸਮ  
ਲਾਲਚੀ  
ਹੋਣੇ  
ਭਰਿਆ  
ਦੌਲਤ  
ਯਾਦਾਸ਼ਤ  
ਪੈਸਾ  
ਲਾਟਰੀ  
ਚੋਰੀ ਕਰਨਾ  
ਪਿਆਰ  
ਦਿਖਾਈ  
ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ



### ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 7

ਚਰਚ ਦੇ ਵਿੱਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪਲੇਟ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਪਾ ਕੇ ਦਿਓ ਬਿਨਾਂ ਇਹ ਜਾਣੇ ਕਿ ਇਹ ਪੈਸਾ ਕਿਸਨੂੰ ਜਾਵੇਗਾ। ਆਪਣੇ ਪੈਸਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਪੈਸੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਲਗਾਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਕੋਈ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸੰਪਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵਸਤੂ ਦਾਨ ਕਰ ਦਿਓ।

ਮੈਂ ਦੁਆ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ  
ਮੇਰੇ ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ  
ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਣ।



ਲਾ	ਹੇ	ਣੇ	ਯਾ	ਦਿ	ਲ	ਮ	ਸ	ਕਿ	ਦੇ	ਖਾ
ਭ	ਖਾ	ਚੇ	ਪਿ	ਟ	ਸ	ਯਾ	ਆ	ਲਾ	ਭ	ਸ਼
ਖੇ	ਸ਼	ਨਾ	ਆ	ਨਾ	ਲਾ	ਕਾ	ਪਿ	ਚੀ	ਰਿ	ਣੇ
ਦੇ	ਦਿ	ਰ	ਰ	ਲਾ	ਕਾ	ਲ	ਤ	ਦੇ	ਆ	ਸ
ਟ	ਤ	ਕ	ਦੇ	ਖਾ	ਖੇ	ਚੇ	ਚੀ	ਖੇ	ਣੇ	ਖਾ
ਯਾ	ਰੀ	ਵਾ	ਚੀ	ਣੇ	ਯਾ	ਆ	ਸ਼	ਟ	ਦਿ	ਚੇ
ਚੇ	ਆ	ਸੇ	ਟ	ਦੇ	ਲ	ਦਾ	ਕ	ਲਾ	ਹੇ	ਦੇ
ਦੇ	ਪਿ	ਹੇ	ਸ	ਦਿ	ਲਾ	ਰ	ਸ਼	ਯਾ	ਲ	ਤ
ਲਾ	ਚੇ	ਸ	ਤਿ	ਕਾ	ਰ	ਸ	ਹਿ	ਤ	ਕਾ	ਲਾ
ਣੇ	ਖਾ	ਸ਼	ਦੇ	ਕਾ	ਪੈ	ਤ	ਰੀ	ਟ	ਲਾ	ਹੇ
ਤ	ਦਿ	ਖਾ	ਈ	ਸ	ਦਿ	ਸਾ	ਲਾ	ਪਿ	ਆ	ਟ



## 8. ਖੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਦਇਆ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਜੇਨ੍ਹਾ ਅਤੇ ਕੀੜਾ

ਜੇਨ੍ਹਾ : 4:1-10

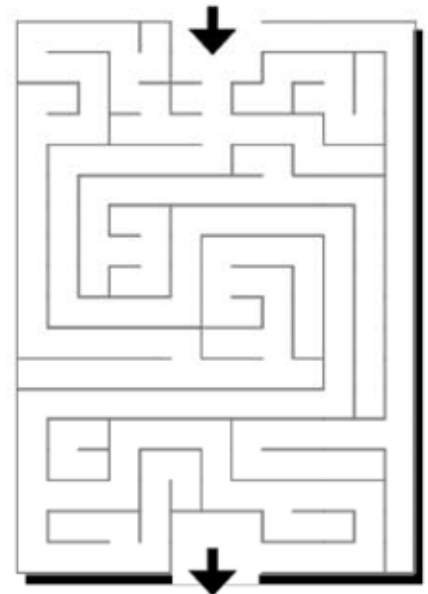


### ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 8

"ਕਿਉਂ ਜੇ ਸਾਡਾ ਹੌਲਾ ਜਿਹਾ ਕਸ਼ਟ ਜਿਹੜਾ ਛਿੰਨ ਭਰ ਦਾ ਹੀ ਹੈ ਭਾਰੀ ਸਗੋਂ ਅੱਤ ਭਾਰੀ ਅਤੇ ਸਦੀਪਕ ਵਡਿਆਈ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ 18ਅਸੀਂ ਦਿੱਸਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਅਣਡਿੱਠ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂ ਜੇ ਦਿੱਸਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਅਨਿੱਤ ਹਨ ਪਰ ਅਣਡਿੱਠ ਵਸਤਾਂ ਨਿੱਤ ਹਨ।" ੨ ਕੁਰਿੰਥੀਆਂ ਨੂੰ 4:17-18

ਸ	ਲ	ਮੁ	ਅ	ਨਾ	ਜੇ	ਸ਼	ਕੇ	ਕੀ	ਨਾ	ਮਾ
ਪ	ਭਾ	ਮੁ	ਸੀ	ਬ	ਤਾ	ਨੀ	ਟ	ਭਾ	ਹਿ	ਮੁ
ਨਾ	ਸ਼	ਨੀ	ਦਿ	ਥਾ	ਨਾ	ਅ	ਜੇ	ਨਾ	ਹ	ਦਿ
ਮੁ	ਮਾ	ਤ	ਆ	ਮਾ	ਜੇ	ਲ	ਸ਼	ਥਾ	ਵਾ	ਜੇ
ਬ	ਹਿ	ਰਾ	ਇ	ਸ	ਰਾ	ਟ	ਭਾ	ਨਾ	ਨ	ਸ
ਲ	ਮ	ਥਾ	ਦ	ਸੀ	ਈ	ਨਾ	ਵਾ	ਅ	ਨੀ	ਫ
ਸ਼	ਦਿ	ਨੀ	ਭਾ	ਥਾ	ਮੁ	ਹ	ਅ	ਸ਼	ਬ	ਲ
ਅ	ਨਾ	ਥਾ	ਸ	ਨਾ	ਬ	ਭਾ	ਕੀ	ਨਾ	ਥਾ	ਨਾ
ਭਾ	ਜੇ	ਅ	ਸ	ਪ	ਸ਼	ਟ	ਲ	ਹਿ	ਦਿ	ਥਾ
ਲ	ਰਾ	ਸ਼	ਹ	ਵੇ	ਆ	ਨੀ	ਦਿ	ਅ	ਲ	ਵਾ
ਰਾ	ਭਾ	ਬ	ਲ	ਵਾ	ਟ	ਸ	ਹਿ	ਬ	ਹਿ	ਮੁ

ਬਹਿਸ  
ਪਲ  
ਮੁਸੀਬਤਾ  
ਸਫਲ  
ਅਨਾਦਿ  
ਮਹਿਮਾ  
ਭਾਰਾ  
ਅਸਪਸ਼ਟ  
ਅਸਥਾਈ  
ਆਤਮਾ  
ਨੀਨਵਾਹ  
ਜੇਨਾਹ  
ਵੇਲ  
ਕੀੜੇ  
ਦਇਆ



### ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 8

ਬੇਸਹਾਰਾ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਧਰਮਸ਼ਾਲਾ ਜਾਂ ਅਜਿਹੀ ਸੰਸਥਾ ਜਿਹੜੀ ਗਰੀਬਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਜਾਂ ਫਿਰ, ਇੱਕ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰਾਂ ਕੋਲ ਜਾਓ। ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਵੱਡੀ ਤਸਵੀਰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਖੋਲੇ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇ।

ਉਸਦੀ ਹੀ ਇਹ ਚੰਗੀ ਕਿਸਮਤ ਕਿਉਂ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਹੀ ਇਸ ਟੇਏ ਵਿੱਚ ਕਿਉਂ ਰਹਿਣਾ ਪਿਆ?





## 9. ਖੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਨਾ ਹੋਣਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਈਸਾ ਮਸੀਹ ਨੇ 10 ਕੋੜੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ

ਲਿਊਕ 17:11-19

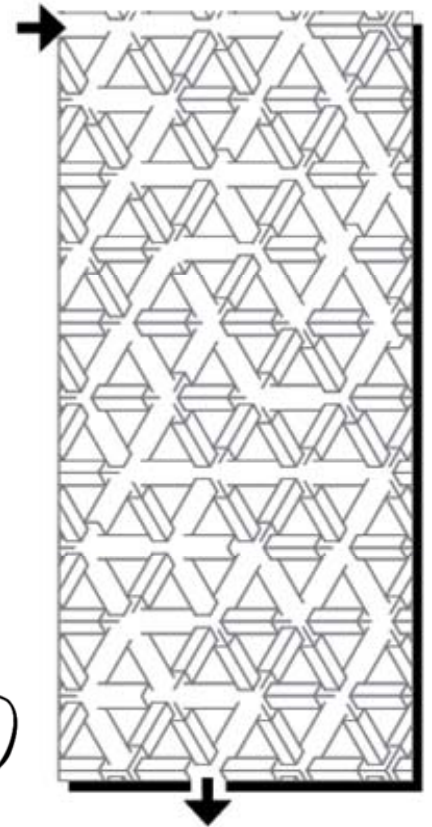


ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 9

"ਪੰਨਵਾਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਹ ਦੇ ਫਾਟਕਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਅਤੇ ਉਸਤਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਹ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿੱਚ ਆਓ, ਉਹ ਦਾ ਪੰਨਵਾਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਮੁਬਾਰਕ ਆਖੋ।" ਜ਼ਬੂਰਾਂ ਦੀ ਪੋਥੀ 100:4

ਸ਼ੰ	ਆ	ਇੱ	ਖੁ	ਰੇ	ਪ੍ਰ	ਦੀ	ਨਾ	ਆ	ਵਾ	ਪ੍ਰ	ਨਾ
ਤ	ਰ	ਜਾ	ਗੁ	ਰ	ਕ	ਸੁ	ਇੱ	ਕੇ	ਆ	ਮਾ	ਏਂ
ਦ	ਨਾ	ਨਾ	ਆ	ਵਾ	ਨਾ	ਸੁ	ਜਾ	ਕ	ਛਾ	ਤ	ਕ
ਟ	ਰ	ਕੇ	ਕ	ਣਾ	ਕੇ	ਤ	ਨਾ	ਰ	ਦੀ	ਮਾ	ਮਾ
ਖੁ	ਕ	ਵਾ	ਛਾ	ਇੱ	ਸ਼ੰ	ਰ	ਕ	ਇੱ	ਏਂ	ਇੱ	ਪ੍ਰ
ਨਾ	ਸਾ	ਇੱ	ਜ਼ੇ	ਨਾ	ਏਂ	ਨ	ਵਾ	ਸ਼ੰ	ਜਾ	ਏਂ	ਕ
ਪ੍ਰ	ਸ਼ੰ	ਕੇ	ਗੁ	ਖੁ	ਰਾ	ਧੰ	ਟ	ਪ	ਰ	ਟ	ਨਾ
ਖੁ	ਪ੍ਰ	ਤ	ਜਾ	ਹੈ	ਛਾ	ਨਾ	ਵਿੱ	ਆ	ਦ	ਰ	ਸ਼ੰ
ਸ਼	ਦੀ	ਰ	ਕ	ਸ਼ੰ	ਏਂ	ਤ	ਗੁ	ਪ੍ਰ	ਵਾ	ਕ	ਆ
ਵਾ	ਪ੍ਰ	ਪ	ਤ	ਕ	ਰ	ਨ	ਦੀ	ਇੱ	ਛਾ	ਹੈ	ਣਾ
ਤ	ਜਾ	ਨਾ	ਧੰ	ਨ	ਵਾ	ਦ	ਨਾ	ਖੁ	ਕ	ਕੇ	ਦੀ

ਏਂਟਰ ਕਰੋ  
ਦਰਵਾਜ਼ੇ  
ਪੰਨਵਾਦ  
ਕੋਰਟ  
ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਨਾ  
ਨਾਸ਼ੁਕਰੇ  
ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ  
ਆਤਮਾ  
ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੋਣਾ  
ਆਦਰ  
ਖੁਸ਼  
ਹੈਰਾਨ  
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ  
ਪਵਿੱਤਰ



ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 9

ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ (ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ) ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪੰਨਵਾਦ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਾਹਰ ਜਾ ਕੇ ਦੇਖੋ, ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਉਹ ਚੀਜ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣੀ।





## 10. ਸ਼ਾਂਤੀ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਐਲਾਈਜ਼ਾ ਕਾਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਖਾਦਾ ਗਿਆ

1 ਰਾਜੇ 17:1-6



ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ ਖੇਡ 10

" ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਦੇ ਰਾਜ ਅਤੇ ਉਹ ਦੇ ਧਰਮ ਨੂੰ ਭਾਲੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਏਹ ਸਾਰੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਵੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ " ਮੱਤੀ 6:33

ਲ	ਮੁੱ	ਤ	ਦੇ	ਰ	ਵ	ਨੇ	ਚਿੰ	ਲਾ	ਚਿੰ	ਪੂ
ਵ	ਦੇ	ਣ	ਵਾ	ਲਾ	ਮੁੱ	ਵਿ	ਕੀ	ਰੂ	ਸ	ਰ
ਸ਼ਾਂ	ਲਾ	ਦੇ	ਰੂ	ਹਿ	ਚਿੰ	ਤ	ਨੇ	ਰਾ	ਵਾ	ਤ
ਣ	ਰੂ	ਸ਼ੁ	ਵ	ਪ	ਣ	ਲਾ	ਜ	ਹਿ	ਸ	ਵਿ
ਭ	ਰ	ਚਿੰ	ਰੂ	ਸ਼ਾਂ	ਤ	ਰ	ਸ਼ਾਂ	ਪੂ	ਵਿ	ਣ
ਲਾਂ	ਪੂ	ਚਿੰ	ਤ	ਰੂ	ਚਿੰ	ਪੂ	ਕੀ	ਲਾ	ਮੁੱ	ਚਿੰ
ਲਾ	ਤ	ਰੂ	ਦੇ	ਆ	ਮਾ	ਰ	ਵ	ਨੇ	ਤਾ	ਰੂ
ਸ਼ਾਂ	ਰ	ਮ	ਹੱ	ਤ	ਵ	ਪੂ	ਰ	ਨ	ਚਿੰ	ਰ
ਮੁੱ	ਤੀ	ਲਾ	ਮਾ	ਮਾ	ਕੀ	ਤ	ਸ਼ਾਂ	ਣ	ਜਾਂ	ਰੂ
ਚਿੰ	ਸ਼ਾਂ	ਤ	ਚਿੰ	ਤ	ਲਾ	ਨੇ	ਦੇ	ਚੀ	ਹਿ	ਵ

ਲੱਭਣਾ	ਸ਼ਾਂਤੀ
ਪਹਿਲਾ	ਚਿੰਤਾ
ਰਾਜ	ਸ਼ੁਰੂ
ਨੇਕੀ	ਮੁੱਲ
ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ	ਵਿਸ਼ਵਾਸ
ਚੀਜ਼ਾਂ	ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ
ਦੇਣ ਵਾਲਾ	ਆਤਮਾ



ਸੇਦਾਨ ਵਿੱਚ 10

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ, ਚਾਹੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਉਂ ਨਾ ਜਿਆਉਣਾ ਪਵੇ। ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ, ਕੱਪੜੇ, ਬੱਸ ਦਾ ਕਿਰਾਇਆ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਪੈਸਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰੇ।

ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਧੀਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ? ਮੈਂ ਪੈਨਸਿਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਫੜ ਸਕਦਾ!





# 11. ਸ਼ਾਂਤੀ ਜਾਂ ਡਰ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਪੀਟਰ ਪਾਣੀ ਤੇ ਤੁਰਦਾ ਹੈ

ਮੈਥਿਊ 14:22-33



## ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 11

" ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, ਆਪਣੀ ਘੱਟ ਨਿਹਚਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਿਉਂ ਜੇ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਤ ਆਖਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰਾਈ ਦੇ ਦਾਣੇ ਸਮਾਨ ਨਿਹਚਾ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪਹਾੜ ਨੂੰ ਕਹੋਗੇ ਜੋ ਐਧਰੋਂ ਹਟ ਕੇ ਉਸ ਥਾਂ ਚੌਲਿਆ ਜਾਹ ਅਤੇ ਉਹ ਚੌਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਅਣਹੋਣਾ ਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।" ਮੱਤੀ 17:20-21

ਚ	ਛੇ	ੜ	ਚ	ਨ	ਜੀ	ਕੁ	ਸੰ	ੜ	ਝ	ਈ
ਕੁ	ਮੁੱ	ਰ	ਅ	ਸੰ	ਭ	ਵ	ਈ	ਕਾ	ਵਾ	ਵਿ
ਚ	ਨ	ਚ	ਵਿ	ਕਾ	ਬ	ਹਿ	ਤ	ਰ	ਕੁ	ਚ
ਝ	ਸੰ	ਹਿ	ਸੱ	ੜ	ਰੱ	ਨ	ਕਾ	ਛੇ	ਰ	ਦੇ
ਗੀ	ਈ	ਵਿ	ਜੀ	ਛੇ	ਰ	ਸੰ	ਕੁ	ਹੇ	ਣਾ	ਈ
ਸੀ	ਕਾ	ਸ਼	ਚ	ਛੇ	ਟਾ	ਟਾ	ਸੀ	ਝ	ਹਿ	ਸੰ
ਮ	ਰ	ਵਾ	ਝ	ਝ	ਬ	ਮਾ	ਗੀ	ਸੱ	ਨ	ਨ
ਵਿ	ੜ	ਸ	ਹਿ	ਮ	ਤ	ਹੇ	ਣਾ	ਝ	ਜੀ	ਹੀ
ਵੇ	ਕੁ	ਹੇ	ਜੀ	ਮਾ	ਈ	ਝ	ਕਾ	ਰ	ਸੰ	ਵਿ
ਸੰ	ਦੇ	ਨ	ਪੁ	ਛੇ	ਕੁ	ਚ	ੜ	ਰਾ	ਪ	ੜ



ਸੱਚਮੁੱਚ  
ਵਿਸ਼ਵਾਸ  
ਛੋਟਾ  
ਜੀਵਤ  
ਪਹਾੜ  
ਕੁਝ ਨਹੀਂ  
ਅਸੰਭਵ  
ਮਸੀਹੀ  
ਦੇਣਾ  
ਦੇਵੇਂ  
ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ  
ਕਾਰਵਾਈ  
ਰੱਬ  
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ



## ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 11

ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਚੁਣੋ ਜਿਸਨੂੰ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸੰਭਵ ਲੱਗੇ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਰੱਖ ਦਿਓ। ਈਸਾ ਮਸੀਹ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ। ਫਿਰ ਇਸਦੇ ਵਿੱਚ ਕਦਮ ਰੱਖ ਦਿਓ। (ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਫਲਤਾ ਹੋਵੇਗੀ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਪੀਟਰ ਵਾਂਗ ਡੁੱਬ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਜਾਓ। ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਚੁਣੋ ਜੋ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸੰਭਵ ਹੋਵੇ।)





## 12. ਸ਼ਾਂਤੀ ਜਾਂ ਝਗੜਾ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਦੂਜੀ ਗੱਲ ਅੱਗੇ ਕਰੋ  
ਮੈਥਿਊ 5:38-42



ਦਿਮਾਰੀ ਤੁਕ 12

" ਜੇ ਹੋ ਸੱਕੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਵਾਹ ਲੱਗਦਿਆ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਰੱਖੋ " ਰੋਮੀਆਂ ਨੂੰ 12:18

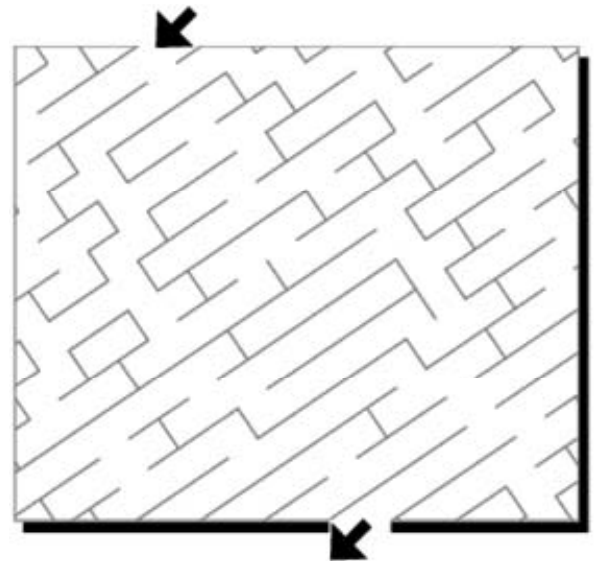
ਖਾ	ਭ	ਚੇ	ਧ	ਪ੍ਰ	ਚੇ	ਸ	ਝ	ਗ	ਕੇ	ਈ	ਫਾਂ
ਈ	ਐਂ	ਹੈ	ਦਾ	ਰ	ਕ	ਰ	ਭ	ਰ	ਨਿ	ਤ	ਹੈ
ਨਿ	ਨਾ	ਐਂ	ਫਾਂ	ਧ	ਵ	ਸ	ਈ	ਰ	ਨਿ	ਪ੍ਰ	ਵ
ਸ਼	ਈ	ਪ੍ਰ	ਸ਼	ਕੇ	ਫਾਂ	ਕੇ	ਦੇ	ਨਾ	ਫਾਂ	ਝ	ਭ
ਚ	ਕੇ	ਤ	ਹੈ	ਚਾ	ਮਾ	ਸ਼	ਈ	ਚਾ	ਰ	ਮਾ	ਸੰ
ਮ	ਰ	ਝ	ਈ	ਨਾ	ਚੇ	ਕੇ	ਐਂ	ਸ਼	ਤ	ਤ	ਚੇ
ਐਂ	ਹ	ਚ	ਨਿ	ਚ	ਫਾਂ	ਬ	ਨਾ	ਆ	ਦਾ	ਮਾ	ਭ
ਪ੍ਰ	ਹੈ	ਰੇ	ਮਾ	ਸ਼	ਧ	ਕੇ	ਤ	ਝ	ਨਾ	ਪ੍ਰ	ਸ਼
ਫਾਂ	ਧ	ਰ	ਮ	ਦਾ	ਪ੍ਰ	ਚਾ	ਰ	ਕ	ਰ	ਨਾ	ਈ
ਈ	ਚੇ	ਮ	ਵ	ਨ	ਸ਼	ਫਾਂ	ਨਿ	ਹੈ	ਚੇ	ਪ੍ਰ	ਹੈ

ਸੰਭਵ ਹੈ  
ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ  
ਹੋਰ  
ਧਰਮ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਨਾ  
ਹਰ ਕੋਈ  
ਰੋਮਨ  
ਦਾਂਚਾ  
ਨਿਰਦੇਸ਼  
ਝਗੜੇ  
ਚਰਚ  
ਐਂਥਾ  
ਬਚੋ  
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ  
ਆਤਮਾ



ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 12

ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਗਲਤ ਸਾਬਿਤ ਹੋਣ ਦਿਓ। (ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਲਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।) ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ।







### 13. ਸ਼ਾਂਤੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ

ਬਾਈਬਲ ਦੀ ਕਹਾਣੀ: ਈਸਾ ਮਸੀਹ 5000 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਾਨਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ

ਲਿਉਕ 9:10-17



#### ਦਿਮਾਗੀ ਤੁਕ 13

" ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਆਖਿਆ ਭਈ ਮੇਰੀ ਕਿਰਪਾ ਹੀ ਤੇਰੇ ਲਈ ਬਥੇਰੀ ਹੈ ਕਿਉਂ ਜੋ ਮੇਰੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨਿਰਬਲਤਾਈ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿਰਬਲਤਾਈਆਂ ਉੱਤੇ ਅੱਤ ਅਨੰਦ ਨਾਲ ਅਭਮਾਨ ਕਰਾਂਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਮਸੀਹ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਮੇਰੇ ਉੱਤੇ ਸਾਯਾ ਕਰੇ " ੨ ਕੁਰਿੰਥੀਆਂ ਨੂ 12:9

ਸ਼ਾਂ	ਸ਼ੇ	ਖੀ	ਲ	ਤੀ	ਰੀ	ਸ਼ਾਂ	ਕ੍ਰਿ	ਮਾ
ਕੇ	ਕ੍ਰਿ	ਮਾ	ਤ	ਮਾ	ਪ੍ਰ	ਘੁ	ਪੇ	ਸ
ਤ	ਮੇ	ਕੰ	ਕ੍ਰਿ	ਕੰ	ਮ	ਘੁ	ਤੀ	ਲ
ਜੇ	ਘੁ	ਤ	ਲ	ਖੀ	ਤ	ਫੀ	ਮੰ	ਤ
ਪੇ	ਕ	ਮਾ	ਡ	ਜੇ	ਸ਼ਾਂ	ਰੀ	ਜੇ	ਡ
ਤਾ	ਪ੍ਰ	ਕ੍ਰਿ	ਜੇ	ਪੇ	ਮੰ	ਕ੍ਰਿ	ਕੰ	ਖੀ
ਲ	ਸ਼ਾਂ	ਮ	ਤੀ	ਕ	ਲ	ਕੰ	ਡ	ਘੁ
ਕਾ	ਰੀ	ਕੰ	ਕ	ਮ	ਜੇ	ਰੀ	ਮਾ	ਫੀ
ਖੀ	ਫੀ	ਤ	ਕੰ	ਘੁ	ਮੰ	ਲ	ਸ਼ਾਂ	ਮੰ
ਤੀ	ਜੇ	ਮੁ	ਸ਼ਾਂ	ਤੀ	ਕ੍ਰਿ	ਪ੍ਰ	ਮ	ਤੀ

ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਕਿਰਪਾ

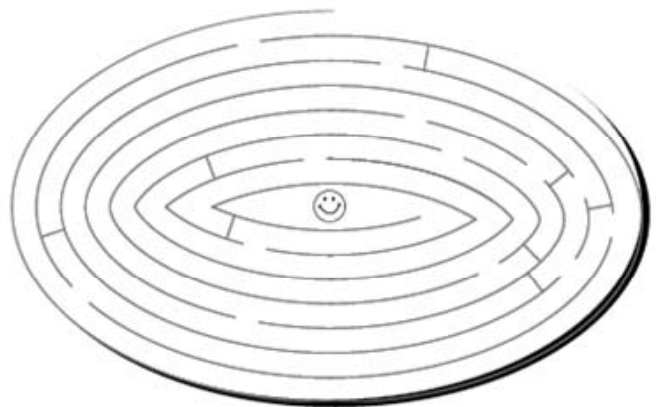
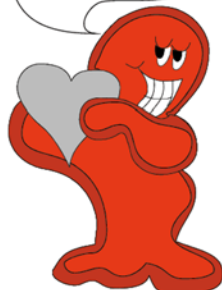
- ਕਾਫੀ
- ਤਾਕਤ
- ਮੁਕੰਮਲ
- ਕਮਜ਼ੋਰੀ
- ਘੁਮੰਡ
- ਸ਼ੋਖੀ
- ਪੌਲ
- ਕ੍ਰਿਸ
- ਸ਼ਾਂਤੀ
- ਮੌਕੇ
- ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ



#### ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ 13

ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮੌਕਾ ਦੇਵੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਅਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਉਸੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਧਿਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਉਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਧਿਆਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਚਰਚ ਵਿੱਚ ਜਾਇਆ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚੁੱਪ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਹਫਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੋਲੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਹਫਤੇ ਜਿਆਦਾ ਚੁੱਪ ਰਹੋ।

ਮੈਂ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਹਾਂ! ਮੈਂ ਦਾਵੇ ਨਾਲ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਇਸਨੂੰ ਖੁਦ ਸੰਭਾਲਾਂਗਾ।



# ਤੁਸੀਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਲਈ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਕੀਮਤੀ ਖਜ਼ਾਨਾ ਹੋ।

" ਉਪਰੰਤ ਯਹੋਵਾਹ ਨੇ ਅੱਜ ਆਪਣੇ ਬਚਨ ਅਨੁਸਾਰ  
ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਣੋਖੀ ਪਰਜਾ ਕਰ ....

... ਕੇ ਮੰਨਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ  
ਪਾਲਨਾ ਕਰੋ" ਬਿਵਸਥਾ ਸਾਰ 26:18



Champions 1  
Difficult Punjabi



[www.ChildrenAreImportant.com](http://www.ChildrenAreImportant.com)  
[info@childrenareimportant.com](mailto:info@childrenareimportant.com)  
We are located in Mexico.  
DK Editorial Pro-Visión A.C.

ਚਿਲਡਰਨ  
ਆਰ ਇਮਪੋਰਟੈਂਟ