

## رهایی از عاداتهای زشت

"...خودشان نیز آزاد نیستند و اسیر شهوات می‌باشند، زیرا انسانی که تحت تسلط چیزی است، اسیر آن می‌باشد." دوم پطرس ۲: ۱۹

### ترک عاداتهای زشت

#### ۱. رهایی را از همین امروز آغاز کنم

"در باره فردای خود با غرور صحبت نکن زیرا نمی‌دانی چه پیش خواهد آمد." امثال ۲۷: ۱

"کشاورزی که برای کار کردن منتظر هوای مساعد بماند، نه چیزی خواهد کاشت و نه چیزی درو خواهد کرد." جامعه ۱۱: ۴

#### ۲. تقصیر را به گردن دیگران نیندازیم

"انسان با حماقتش زندگی خود را تباه می‌کند و بعد تقصیر را به گردن خداوند می‌اندازد." امثال ۱۹: ۳

#### ۳. زندگی ام را بررسی کنم

"بجای گله و شکایت بیایید کردار خود را بسنجیم و بسوی خداوند باز گردیم." مراثی ارمیا ۳: ۴۰

"... طراوت و شادابی خود را از دست می‌دهم و خرد می‌شوم. اما وقتی در حضور تو به گناه خود اعتراف می‌کنم و از پوشاندن جرم خودداری می‌نمایم... تو نیز مرا می‌آمیزی." مزمو ۳۲: ۴-۵

#### ۴. مدیریت زندگی ام را به مسیح بسپارم

"دیگر اجازه ندهید تا گناه بر این بدن فانی شما حکمرانی کند و به هیچ وجه تسلیم خواهشهای گناه آلود نشوید. اجازه ندهید هیچ عضوی از بدن شما وسیله‌ای باشد برای گناه کردن. بلکه خود را کاملاً به خدا بسپارید و سراسر وجود خود را به او تقدیم کنید... وسیله‌ای مفید در دست خداوند باشید تا هدفهای نیکوی او را تحقق بخشید." رومیان ۶: ۱۲-۱۳

#### ۵. از وسوسه دوری کنم

"تمام وجودتان از آن مسیح باشد؛ بدنبال هوسهای جسم نروید." رومیان ۱۳: ۱۴

"مواظب راهی که در آن قدم می‌گذاری باش... خود را از بدی دور نگهدار" امثال ۴: ۲۶-۲۷

## ۶. به چیزی بهتر بیندیشم

"مواظب افکارت باش، زیرا زندگی انسان از افکارش شکل می‌گیرد." امثال ۴: ۲۳

"فکرتهای را بر روی هر چه راست و خوب و درست است ثابت نگاه دارید. درباره چیزهایی فکر کنید که پاک و زیباست. در صفات خوب و پسندیده دیگران تأمل کنید. درباره چیزهایی فکر کنید که می‌توانید خدا را برای آنها شکر کنید و به وجود آنها خوش باشید." فیلیپیان ۴: ۸

#### ۷. روابط گسسته‌ام را بازسازی کنم

"با هیچ کس جر و بحث نکنید، تا آنجا که ممکن است با مردم در صلح و صفا بسر برید." رومیان ۱۲: ۱۸

#### ۸. از دیگران کمک بگیرم

"دو نفر از یک نفر بهترند، چون نفع بیشتری از کارشان عایدشان می‌شود. اگر یکی از آنها بیفتد دیگری او را بلند می‌کند. اما چه بیچاره است شخصی که می‌افتد ولی کسی را ندارد که به او کمک کند." جامعه ۴: ۹-۱۰

"نزد یکدیگر به گناهان یکدیگر اعتراف نمایید و برای یکدیگر دعا کنید تا شفا یابید." یعقوب ۵: ۱۶

#### ۹. به دیگران کمک کنم

"او ما را تسلی می‌دهد تا ما نیز همین تسلی را به کسانی دهیم که در زحمتند و به همدردی و تشویق ما نیاز دارند." دوم قرنتیان ۱: ۴

"اگر از یک ایماندار خطایی سر بزند، شما که روحانی تر هستید با کمال فروتنی او را به راه راست باز گردانید؛ این را به یاد داشته باشید که در آینده ممکن است شما نیز دچار وسوسه و خطا شوید. در مشکلات و مسایل یکدیگر شریک باشید، و به این وسیله شریعت مسیح را اجرا کنید." غلاطیان ۶: ۱-۲

"...اطمینان داشته باشید که خدا نخواهد گذارد که بیش از حد توانایی خود وسوسه شوید؛ و به شما قدرت خواهد بخشید تا بتوانید در برابر آن تاب بیاورید. این وعده خداست و به آن نیز عمل خواهد کرد. او به شما نشان خواهد داد که چگونه از وسوسه‌ها بگریزید و در دام آنها نیفتید." اول قرنتیان ۱۰: ۱۳