

## چگونه زندگی خود را متمرکز سازم

مانند یک قهرمان زندگی کن

"و هر که ورزش می‌کند در هر چیز ریاضت می‌کشد. اما ایشان تا تاج فانی را بیابند لکن ما تاج غیر فانی را." اول قرنتیان ۹: ۲۵

"وقت خود را با بحث درباره عقاید پوچ و افسانه‌های احمقانه تلف نکن، بلکه بکوش و تمرین کن تا زندگی خدایسندانه‌ای داشته باشی.

تمرین و ورزش بدنی مفید است اما ورزش روحانی بسیار مفیدتر از آن است و تو را برای هر کاری آماده می‌سازد. پس به تمرینات

روحانی بپرداز تا مسیحی بهتری باشی، چون این تمرینات نه فقط برای این دنیا مفید است بلکه برای عالم آینده نیز." اول تیموتائوس ۴: ۷-۸

### برای تمرکز بر زندگی، بر خداوند تمرکز کن.

"چنانکه ما را پیش از بنیاد عالم در او برگزید تا در حضور او در محبت مقدس و بی عیب باشیم." افسسیان ۱: ۴

- او تو را آفریده

- او تو را می‌شناسد

- او برای زندگی تو نقشه‌ای دارد

### ۳ عادت روزانه برای تمرکز بر خداوند

#### ۱- به خداوند بگو که او چقدر عظیم است

"ای خداوند خدای عظیم و مهیب که عهد و رحمت را با محبان خویش و آنانیکه فرایض تو را حفظ می‌نمایند نگاه می‌داری." دانیال ۹: ۴

"زیرا که خدا محبت خود را در ما ثابت می‌کند از اینکه هنگامی که ما هنوز گناهکار بودیم مسیح در راه ما مرد." رومیان ۵: ۸

"اما تو هرگاه دعا کنی، در تنهایی و در خلوت دل، پدر آسمانی را عبادت نما؛ و او که کارهای نهان تو را ببیند، به تو پاداش خواهد داد."

متی ۶: ۶

## ۲- نیازهایت را با خداوند در میان بگذار

"نان روزانه ما را امروز نیز به ما ارزانی دار." متی ۶: ۱۱

"برای هیچ چیز غصه نخورید؛ در عوض برای همه چیز دعا کنید و هرچه لازم دارید به خداوند بگویید و فراموش نکنید که برای جواب دعاها از او تشکر نمایید. اگر چنین کنید از آرامش خدا بهره مند خواهید شد، آرامشی که فکر انسان قادر به درک آن نیست. این آرامش الهی به فکر و دل شما که به عیسی مسیح ایمان آورده اید، راحتی و آسایش خواهد بخشید." فیلیپیان ۴: ۶-۷

- مواردی که برای تو اهمیت دارند با او در میان بگذار

- در اولین دو دقیقه با او صحبت کن

- دقیقاً احتیاجات را به او بگو

"بخواید، تا به شما داده شود. بجوید تا بیابید. در بزنید، تا به روی شما باز شود." متی ۷: ۷

### ۳- به خداوند اعتماد کن و قدم بعدی را بردار

"با تمام دل خود به خداوند اعتماد کن و بر عقل خود تکیه منما. در هر کاری که انجام می‌دهی خدا را در نظر داشته باش و او در تمام

کارهایت تو را موفق خواهد ساخت." امثال ۳: ۵-۶

"من هنوز آن که باید باشم نیستم، اما تمام نیروی خود را صرف یک کار می‌کنم، و آن اینکه گذشته را فراموش کنم و با انتظار و امید به

آنچه در پیش است چشم دوزم، و بکوشم تا به خط پایان مسابقه برسم و جایزه را به چنگ آورم، که برای آن خدا ما را بسوی آسمان

می‌خواند؛ و همه اینها در اثر فداکاری است که مسیح برای ما انجام داده است." فیلیپیان ۳: ۱۳-۱۴

پیام جلسه آینده

چگونه می‌توان در زندگی نشاط و طراوت داشت

از سارو خاچیکیان