

## چگونه قلبی شاد داشته باشیم

عاداتهای خوشبختی (فیلیپیان)

بخش ۴- فیلیپیان ۲: ۱۲-۱۸

۵. طریقی که ما اغلب شادیمان را از دست می‌دهیم

۱. ترس از بی‌کسی و بی‌پناهی

۲. ناراحتی بر سر چیزهای جزئی

۳. احساس گناه و شرم

۴. فراموش کردن وعده‌های خدا

۵. تمرکز فقط بر خودمان

"اکنون نجات خود را ترسان و لرزان به عمل آورید، زیرا خداست که با عمل نیرومند خود، هم تصمیم و هم قدرت انجام آنچه را که خشنودش می‌سازد، در شما پدید می‌آورد." فیلیپیان ۲: ۱۲-۱۳

### ۵ تمرین برای داشتن قلبی شاد

۱- به یاد داشته باشیم خدا با من، در من و طرف من است

"زیرا خداست که با عمل نیرومند خود، هم تصمیم و هم قدرت انجام آنچه را که خشنودش می‌سازد، در شما پدید می‌آورد." فیلیپیان ۲: ۱۳

"شما را بی‌کس نمی‌گذارم، نزد شما می‌آیم... در آن روز خواهید دانست... شما در من و من در شما هستم." یوحنا ۱۴: ۱۸-۲۰

"اگر خدا با ماست، کیست که بتواند بر ضد ما باشد؟" رومیان ۸: ۳۱

۲- شکرگزار باشم و هرگز گله نکنم

"هر کاری را بدون غرغر و مجادله انجام دهید، تا فرزندان بی‌عیب خدا باشید." فیلیپیان ۲: ۱۴-۱۵ الف

"در هر وضعی شکرگزار باشید، زیرا این است خواست خدا برای شما در مسیح عیسی." اول تسالونیکیان ۵: ۱۸

"اما به شما می‌گویم که مردم برای هر سخن پوچ که بر زبان برانند، در روز داوری حساب خواهند داد." متی ۱۲: ۳۶

### ۳- وجدانم را پاک نگاه دارم

"تا بی‌پیرایه و بی‌آلایش و فرزندان بی‌عیب خدا باشید، در بین نسلی کژرو و منحرف که در میانشان همچون ستارگان در این جهان می‌درخشید." فیلیپیان ۲: ۱۵

"خوشابحال آنان که در زندگی پاک و کامل هستند و مطابق دستورات خداوند رفتار می‌کنند. خوشابحال کسانی که احکام خداوند را بجا می‌آورند از صمیم قلب او را اطاعت می‌کنند." مزمور ۱۱۹: ۱-۲

"خوشابحال کسی که گناهانش آمرزیده شده و خطاهایش بخشیده شده است! خوشابحال کسی که خداوند او را مجرم نمی‌شناسد و حيله و تزویری در وجودش نیست." مزمور ۳۲: ۱-۲

### ۴- کلام خدا را حفظ کنم و مطابق آن زندگی کنم

"کلام حیات را استوار نگاه داشته‌اید." فیلیپیان ۲: ۱۶

"از قوانین تو لذت می‌برم و هرگز آنها را فراموش نخواهم کرد." مزمور ۱۱۹: ۱۶

"مرا در راه خودت هدایت کن زیرا راه تو را دوست دارم." مزمور ۱۱۹: ۳۵

### ۵- زندگیم را وقف خدمت به خدا کنم با خدمت کردن به دیگران

"اما حتی اگر چون هدیه‌ای ریختنی، بر قربانی و خدمت ایمانتان ریخته شوم، خوشحالم و با همه شما شادی می‌کنم. و شما نیز باید همین گونه خوشحال باشید و با من شادی کنید." فیلیپیان ۲: ۱۷-۱۸

"به شما قلبی تازه خواهم داد و روحی تازه در باطن شما خواهم نهاد. دل سنگی و نامطیع را از شما خواهم گرفت و قلبی نرم و مطیع به شما خواهم داد." حزقیال ۳۶: ۲۶

"در هیچ کس جز او نجات نیست، زیرا زیر آسمان نامی جز نام عیسی به آدمیان داده نشده تا بدان نجات یابیم." اعمال رسولان ۴: ۱۲

پیام هفته آینده

**خوشبختی را می‌توان آموخت**

کشیش سارو خاچیکیان