

## أدوات تساعدنا على التغلب والإنتصار

ربما يكون هذا هو أهم جزء في.. هذا الدليل. خلال هذا التعليم , قد حصلت على استنارة وتمييز وتوبيخ وتحرير. لقد اتخذت خيارات للتوبة والابتعاد عن أعمال وأفكار وكلمات العدو في.. حياتك.

الآن حان الوقت لتجديد ذهنك والإنتصار تلك المجالات في.. حياتك التي. أظهرها الله لك..

كل من "الأدوك" أدناه قوية واسأل الله عن الأدوات التي. يجب استخدامها

**1. قائمة البركة** - ضع قائمة بكل نعمة في.. حياتك يمكنك التفكير فيها. اقرأها مرارا وتكرارا , عندما تكون خلنظ أو حزينا , إلخ. ضعها في.. فلكة أو في.. مكان آمن. سوف تذكر أمانة الله وصلاحي.. حياتك. الله استخدم أعلي بي. إسرائيل حتى يتذكروا كيفية أنقاذ الله لهم - خروج 13: 3

**2. قائمة الخوف** - قنعة في.. مكان ما من المخاوف التي. تتعامل معها. إن إخراج هذه الأفكار من رأسك أمر مفيد. في.. بعض الأحيان , يمكنك رؤية بعض المخاوف التي. لها نفس الجذر. تذكر أن المحبة الكاملة تطرح الخوف ببدأ في.. الصلاة من أجل هذه المخاوف إبدئي.. استخدام سلطانك.

**3. تواصل مع نفسك** - هذا النموذج هو تمرين بسيط للتوقف , والتنفس ☺ والبدء في.. إعادة النظر في.. أفكارك من خلال العمل على ما تشعر به من خلال عدسات حقائق المنطق الروحي.

**4. ورقة عمل الإنتصار (الغلبة)** يمكن لورقة العمل هذه تغيير حياتك حرفيا. كل دولة لديها "خطط" لهزيمة أعدائها. في.. بعض الأحيان , نحن كمؤمنين ليس لدينا خطة على الإطلاق لهزيمة أعدائنا من المرارة والخوف والاثام, وما إلى ذلك. هذا سيء شخصي حيث ستعمل أنت والروح القدس معا لي تطوير خطة اللعب الخاصة بك للتغلب على القضايا في.. حياتك.

**5. أسئلتنا لله** أخرج أي أسئلة في.. ذهنك من رأسك وأكتبها على الورق. في.. بعض الأحيان , بعد فترة ستعيد النظر في.. هذه القائمة وقد تم الرد على بعض الأسئلة , وربما تجد أنه لم يعد مهما بالنسبة لك. بعضها منها.

**6. طلبات الصلاة وإستجاباتها** - اكتب كل احتياجي.. حياتك. ثم حافظ على الغرامك بالصلاة , أطلب من آخرين تدعيمك حسب الحاجة , وابدأ في.. رؤية الإستجابات قادمة. اكتب أيضا الإستجابات لطلباتك. هذه هي شهادتك وهذا هو اختبارك وهو مفيد للغاية عند مملشك في.. محبة الله ورعايته للشيء.. المستقبل. هذه الإستجابات في.. هذه الحالة يمكن أن تنتقل إلى قائمة البركة التي. ذكرناها في.. البداية!

**7. الاعلان اليومي** مهما كانت الآيات التي. تشجعك ابدأ في.. إعلانها على حياتك صباحا ومساء. تحدث بها بصوت عال لنفسك. المزامير مليئة بشواهد ترينا الملك داود "يتحدث" إلى نفسه, يشجع نفسه, يتحدى نفسه. إن عقلك ,صمم على الاستماع إلى نفسك أكثر من أي شخص آخر!. لذلك , عليك أن تقلب هذا لصالحك وابدأ في.. التحدث بصوت عال والاتفاق على ما قاله الله عنك وعن مصيرك! يستغرق الأمر 21-30 يوما لبدء عادة جديدة, انتبه للوقت (استغل الوقت بحكمة). إذا وجدت نفسك توقفت, إبدأ من جديد, لا تيأس. تحتاج لطاقة أقل بكثير لتنجيع نفسك عن ذلك الطاقة المبذولة في.. الاحباط.

## التواصل مع نفسك - البحث عن قلوبنا أمام الله

بماذا أشعر؟

الألم, الحساسية, الإجهاد, العصبية, القلق, والتوتر.

---

ما الذي أفكر فيه (التصورات)؟

جميع الأشياء والأشخاص من حولي تنهار

---

إذا لم أتصرف بطريقة إيجابية / مثالية فسوف ينهار كل شيء (وبعبارة أخرى , أناالمسؤول عن كل شيء )

---

ما هو أو هي أكبر مخاوفي.. - ما الذي أخشاه؟

الخسارة, الإنهيار, والصراع.

---

ما هي الحقيقة؟

اختبار الواقع / الحقائق -

هل صحيح أن الأشياء أو الأشخاص يسقطون بسببي؟

مجروح وأعيش في.. عالم مليء بالجروح. الناس مجروحون بسبب الخطية. انا لست مخلص العالم, بل يسوع, والصراعات جزء من الحياة.

---

مبدأ الكلمة - إرميا 29:11 لله لديه خطة مذهلة لحياي.

نبوءة أشعيا ٢٦:٣٠: سيحفظني. الله بسلام تام عندما يكون ذهبي. مثبتا عليه, فيلي 4: 6-8 إلخ

---

حل المشكلة - أحتاج إلى تغيير طريقة تفكيري , ولكن أيضا باتخاذ أفعال محددة

حدد المشكلة الحقيقية. قم بتحديد بدائل لحل المشكلة

ما هي ميرات / وسلبيات كل بديل؟ اخر أفضل بديل , قم بتطبيقه , قم بالتقييم وأجري التغييرات إذا لزم الأمر

---

---

تواصل مع نفسك  
بماذا أشعر؟

---

---

---

ما هي تصوراتي.. ؟

---

---

---

ما هو هي أكبر مخاوفي.. ؟

---

---

---

ما هي الحقيقة؟  
اختبار الواقع / الحقائق

---

---

---

مبدأ الكلمة

---

---

---

حل المشاكل

---

---

ورقة عمل الإنتصار (1 يوحنا 5: 4-5) - التفكير والكلام والعمل بالإنجيل  
(هذه عينة ضح خطتك الى. تناسب شخصيتك بنفسك!)

<p>4. <u>بطي</u>. لعدم تكرار هذه الخطية بل الرد عليها من الكتاب المقدس بدلاً من ذلك يعقوب 1:22</p>	<p>3. <u>وضع افكار الرب</u> والمراجع الكتابية (ما سأبدأ في.. فعله) كولوسي 3: 10-17</p>	<p>2. <u>خلع الافكار القديمة مع</u> المراجع الكتابية (ما يجب أن أتوقف عن فعله) كولوسي 3: 5-9</p>	<p>1. <u>فعال وأفكاري وكلملي</u>. الشخصية غير الكتابية (ما أفعله أو أفكر به بشكل خاطيء)</p>
<p>عندما أتحدث عن العائلة أو الأصدقاء، سأقوم بما يلي:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. أتحمل مسؤولية ما فعلته وأطلب من الله أن يغفر لي.</li> <li>2. اذهب إلى الشخص الذي قمت بالنميمة عليه وأطلب منه أن يغفر لي النميمة.</li> <li>3 ضع قائمة بكل سيء جيد عن الشخص الذي تحدثت عنه</li> <li>4. ابدأ بالصلاة من أجل الشخص , وباركه.</li> <li>5. اطلب من الله أن يبيي.</li> <li>6. اقلبه هو تجاه هذا الشخص ما إذا كنت أنا أو شخص ما يريد أن ينم مرة أخرى عن شخص ما , فسأقول بسرعة "دعونا نصلي الآن من أجل أخونا" وأصلي. حقا (دون سرد ضعفاته)</li> <li>7. اكتب بعض الآيات المتعلقة بالنميمة على بعض البطاقات واحتفظ بها في محفظي. مجددا ذهبي. معها بشكل متكرر..</li> <li>8. إذا واصلت التعمر , اذهب إلى قائد روجي أو سريك موثوق للصلاة حول مشكلي. مع النميمة.</li> </ol> <p>9 _____</p> <p>_____</p> <p>10. _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>"غطية" السيء الخطأ الذي فعلوه - أمثال 17: 9</p> <p>جواب لطيف - أمثال 15: 1</p> <p>احكم على نفسك أولا- مئ 5: 7</p> <p>كورنثوس الأولى 13</p>	<p>النميمة - أمثال 17: 9</p>	<p>تحدثت حول الأصدقاء أو العائلة من وراء ظهورهم.</p>

## ورقة عمل الإنتصار (1 يوحنا 5: 4-5) - التفكير والكلام والعمل بالإنجيل

<p>4. <u>نطى</u>.. لعدم تكرار هذه الخطية بل الرد عليها من الكتاب المقدس بلامن ذلك يعقوب 1:22</p>	<p>3. <u>وضع الثوب</u> مع المراجع الكتابية مأ سبدأ بى.. فعله) كولوسى 3: 10-17</p>	<p>2. <u>خلع الثوب</u> مع المراجع الكتابية (ما يجب أن أتوقف عن فعله) كولوسى 3: 5-9</p>	<p>أفعال وأفكارى وكلملى.. <u>الشخصية غير الكتابية</u> (ما أفعله أو أفكر به بشكل خاطئ)</p>