

## "زندگی توام با آرامش"

داشتن زندگی بهتر (بخش پنجم)

"شنیده‌اید که می‌گویند با دوستان خود دوست باش، و با دشمنانت دشمن؟"

اما من می‌گویم که دشمنان خود را دوست بدارید، و هر که شما را لعنت کند، برای او دعای برکت کنید؛ به آنانی که از شما نفرت دارند، نیکی کنید، و برای آنانی که به شما ناسزا می‌گویند و شما را آزار می‌دهند، دعای خیر نمایید. (متی ۵: ۴۳-۴۴)

"اگر دشمن تو گرسنه است به او غذا بده و اگر تشنه است او را آب بنوشان. این عمل تو او را شرم‌منده می‌سازد و خداوند به تو پاداش خواهد داد." (امثال ۲۵: ۲۱-۲۲)

"دل‌های آنانی که خیراندیش هستند آکنده از شادی می‌باشد." (امثال ۱۲: ۲۰)

"اما ببینید که خدا چقدر ما را دوست داشت که با وجود اینکه گناهکار بودیم، مسیح را فرستاد تا در راه ما فدا شود." (رومیان ۵: ۸)

## مزایای محبت به دشمنان

### ۱- مزیت جسمانی

"آرامش فکر به بدن سلامتی می‌بخشد." (امثال ۱۴: ۳۰)

### ۲- مزیت روانی

"چنانکه در دل خود فکر می‌کند خود او همچنان است." (امثال ۲۳: ۷)

### ۳- مزیت رابطه‌ای

"کسی که اشتباهات دیگران را می‌پوشاند محبت ایجاد می‌کند." (امثال ۱۷: ۹)

### ۴- مزیت روحانی

"پدر آسمانی، شما را بشرطی خواهد بخشید که شما نیز آنانی را که به شما بدی کرده‌اند، ببخشید." (متی ۶: ۱۵)

"هر که دیگران را سیراب کند خود نیز سیراب خواهد شد." (امثال ۱۱: ۲۵)

### ۵- مزیت ملکوتی

"اگر فقط آنانی را که شما را دوست می‌دارند، محبت کنید، چه برتری بر مردمان پست دارید، زیرا ایشان نیز چنین می‌کنند... شما کامل باشید، همانگونه که پدر آسمانی شما کامل است." (متی ۵: ۴۶-۴۸)

## "مراحل آرامش"

"تا آنجا که ممکن است با مردم در صلح و صفا بسر برید." (رومیان ۱۲: ۱۸)

### اولین قدم: دعا

"خداوند.... دعای نیکان را می‌شنود." (امثال ۱۵: ۲۹)

"برای آنانی که به شما ناسزا می‌گویند، دعای خیر کنید." (لوقا ۶: ۲۸)

### دومین قدم: همدردی

"از همسایه خود انتقام نگیرید و از وی نفرت نداشته باشید بلکه او را چون جان خویش دوست بدارید زیرا من خداوند، خدای شما هستم." (لاویان ۱۹: ۱۸)

### سومین قدم: عمل

"..... به کسانی که از شما نفرت دارند، خوبی کنید." (لوقا ۶: ۲۷)

"اگر دشمن تو گرسنه است به او غذا بده و اگر تشنه است او را آب بنوشان." (امثال ۲۵: ۲۱)

"برای افرادی که به شما آزار می‌رسانند، برکت خدا را بطلبید." (لوقا ۶: ۲۸)

### چهارمین قدم: اعتراف

"کیست که بتواند بگوید: «دل خود را پاک نگه داشته‌ام و از گناه مبرا هستم.» (امثال ۲۰: ۹)

"هر که گناه خود را ببوشاند، هرگز کامیاب نخواهد شد." (امثال ۲۸: ۱۳)

### پنجمین قدم: سرمشق‌گیری

"همچنانکه یک کودک عزیز از رفتار پدرش تقلید می‌کند، شما نیز در هر امری از خدا سرمشق بگیرید." (افسیان ۵: ۱-۲)

"وقتی کسی خدا را خشنود می‌سازد، خدا کاری می‌کند که حتی دشمنان آن شخص نیز با وی از در صلح و آشتی در آیند." (امثال ۱۶: ۷)

پیام جلسه آینده

"چهار کلید زندگی - تأثیر گذار"

کشیش سارو خاچیکیان