

THÔNG BÁO TIN VUI # 256 - WEBSITE CHIASELOICHUA.COM

QUAN TÂM THỂ XÁC VÀ TÂM LINH TRONG MÙA ĐÓI DẪN CH

*Lời Chúa trong thư Galat nhắn nhủ bạn và tôi như sau:

"HOA QUẢ CỦA THÂN KHÍ LÀ: BÁC ÁI, HOAN LẠC, BÌNH AN, NHẬN NHẬN, NHÂN HỮU, TÂM TÂM, TRUNG TÍN, HIỆN HÒA, TỰ TỰ". (GALAT 5, 22-23)

1. Dù bạn bạn thuộc nào đi chăng nữa cũng phải quan tâm THỂ XÁC VÀ TÂM LINH.
2. Bạn bè tuy không thể xuyên liên hệ với nhau, nhưng vẫn cần nhớ tới nhau.
3. Hãy uống ít trà sữa, không nên ăn nhiều đồ ngọt và tránh xa rượu bia điếu cao. .
4. Ban ngày hãy uống nhiều nước vào, buổi tối cần uống ít đi. Không uống quá 2 cốc cà phê một ngày.
5. Hãy ăn ít thức ăn có nhiều dầu và thức ăn xuyên đi b.
6. Sau 5 giờ chiều không ăn nhiều, ăn no. Một ngày không uống quá 1 ly rượu.
7. Nếu bạn thức ăn lúc đi ngủ mà uống nước thì cần tránh uống nước xong là đi ngủ ngay.
8. Trung bình cần ngủ 6 giờ, nếu bạn cảm thấy khó ngủ, hãy xem xem là ngủ.
9. Không sử dụng điếu thuốc điếu khi cần ngủ, nếu bạn muốn ngủ còn 1 vài giờ. Bạn cần nghỉ lúc này lên gấp 1.000 lần so với lúc bình thường.
10. Nếu là nghe điếu thuốc điếu tai bên trái, bạn nghe tai bên phải sẽ thức giấc làm bạn thức giấc điếu điếu.
11. Hai điếu nên nhớ: Giữ gìn sức khỏe không vui hãy bình thường hóa nó một chút. Nhìn thấy gì đó là một chút.
12. Hãy "Quên đi" 3 thứ: - Quên đi tuấn tác, - Quên đi quá khứ, - Quên đi ân oán.
13. " Cần có" 4 thứ: - Có người yêu bạn chân thành, - Có bạn tri kỷ, - Có ý tưởng hay hăng hái, - Có niềm tin áp.
14. " Cần" làm được 5 thứ: - Cần ca hát, - Cần nhảy múa, - Cần sự đẹp đẽ, - Cần cảm giác vui, - Cần tha thiết, mềm mại.
16. Năm thứ "Không thể được": - Không được đói rồi mới ăn, - Không được khát rồi mới uống, - Không được nhíp mắt rồi mới đi ngủ, - Không được mệt rồi mới chịu nghỉ ngơi, - Không được phát bệnh rồi mới đi khám,

***GIỚI ĐÓNG NHẸNG ĐU TRONG CÂU KINH THÁNH TRÊN, MÙA DỊCH NÀY CHÚC BẠN VÀ TÔI SẼ TRÁNH ĐÓNG COVID-19 TẬN CÔNG VÀ BẬT BÊN NHẸ T.**

Đầy tay Đón nhận Nguyễn - Mọi thăm Website ChiaseLoiChua.com và .org, để Sẻng và Chia sẻ Lời Chúa.
