

آغازی دوباره

نویسنده: جوئل اوستین

مترجم: افسانه مقدم

انتشارات نسل نو اندیش

شهر کتاب (nbookcity.com)

پیشگفتار

بهترین تصمیمی که برای زندگی خود می‌گیری این است که پروردگار را مرکز زندگی خویش قرار دهی. این نخستین گام ضروری برای استفاده کردن از تمام ظرفیت‌هایست. کلید اینکه هر روز یک زندگی شگفت‌انگیز را تجربه کنی این است که ارتباط خود را با خداوند پرورش دهی. باید به خداوند متصل بمانیم تا بتوانیم قدرت او را دریافت کنیم و نیرو بگیریم تا هر برنامه‌ای را که برای ما دارد، به سرانجام برسانیم.

هر رابطه‌ای به مرور زمان رشد می‌کند. خداوند از تو توقع ندارد بی‌عیب و نقص باشی. او انتظار ندارد که همه چیز را بدانی. او می‌خواهد هر بار با او یک گام برداری. می‌خواهد لطف خود را به تو نشان بدهد و بخشی از زندگی روزمره‌ات باشد. شاید ابتدا عجیب به نظر بیاید، اما مانند هر ارتباط جدیدی، هرچه بیشتر با او وقت بگذرانی، همه چیز راحت‌تر می‌شود. به همین دلیل من این کتاب را نوشتم تا به تو کمک کنم با خداوند ارتباط برقرار کنی و راه و روش‌های او را بیاموزی!

امروز مطمئن شو که خداوند از گذشته، ناامیدی‌ها و مشکلات تو بزرگ‌تر است. شاید اشتباهات زیادی کرده باشی، اما خداوند می‌تواند از آن اتفاقات به نفع تو بهره ببرد. شاید دیگران به تو ضربه زده باشند، اما اگر به خداوند اطمینان کنی، او تو را احیا خواهد کرد. فقط بر زندگی جدیدی که با او داری تمرکز کن. فکر کن این هم یک تغییر

فصلی است. وقتی زمستان جای خود را به بهار می‌دهد، تمام کهنگی‌های طبیعت از بین می‌روند و زندگی‌های جدید شروع می‌شوند. شاید گذشته‌ای سرد و دلگیر داشتی. شاید رؤیاهایت به خواب زمستانی فرو رفته و مدفون شده‌اند؛ اما اینک موسم بهاران است! بهار به منزله شروعی تازه است. اینک دوباره زمان رشد و تکثیر فرا رسیده است!

شاید تمام تغییرات دلخواهت را همین حالا نبینی. اما به خاطر داشته باش، تو کمال شکوفایی بهار را نیز فوراً نخواهی دید. طول می‌کشد تا برگ‌ها دوباره جوانه بزنند و شکوفه‌ها باز شوند. بهار یک‌مرتبه از راه نمی‌رسد؛ بنابراین رابطه با خداوند نیز به همین صورت است. فقط مطمئن باش که او در تلاش است تا خیر و برکت را به تمام جوانب زندگی تو بیاورد.

وقتی این کتاب را می‌خوانی قلبت را برای آنچه خداوند هویدا می‌سازد، پذیرا کن. در بخش اول، درباره هشت کلید اساسی صحبت می‌کنم تا بتوانی به خداوند متصل بمانی و در کمال برکت و لطف او زندگی کنی. در بخش دوم، به تو کمک می‌کنم تا با چیزی مواجه شوی که اغلب به عنوان بزرگ‌ترین مانع اتصال تو به خداوند به شمار می‌رود؛ یعنی همان گذشته‌ای که مانع تو و راه‌های جدید ارتباط با خداوند بوده است. در بخش سوم، با اشتیاق بسیار گنجینه‌ای از خردورزی و بینش را فراهم کرده‌ام که با کشف آن به بزرگ‌ترین و اساسی‌ترین منبع الهام در

رابطه با خداوند دست خواهی یافت. تو می‌توانی با قدرت کلام پروردگار و وعده‌های او تمام نیازهای خود را برآورده کنی.

فرقی نمی‌کند زندگی روزمره تو چطور پیش می‌رود. باز هم وقت بگذار تا با خداوند خلوت کنی، به این ترتیب رابطه شما قوی‌تر می‌شود و می‌توانی از کمال برکت‌هایی که برای تو فراهم آورده است، بهره ببری!

شاید رؤیاهایت به خواب زمستانی فرو رفته و مدفون شده‌اند؛ اما اینک موسم بهاران است!

بهار به منزله شروعی تازه است. اینک دوباره زمان رشد و تکثیر فرا رسیده است!

بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

فرقی نمی‌کند شرایط فعلی چگونه به نظر می‌رسد، امروز یک روز کاملاً تازه است و خداوند می‌خواهد در زندگی‌ات و ارتباطی که با تو دارد، کار جدیدی انجام بدهد. او بذر تعالی را در وجودت نهاده است و به‌زودی شکوفا خواهد شد. او می‌خواهد دیدگاهی تازه و جدید دربارهٔ زندگی داشته باشی، دیدگاهی که سرشار است از لطف و برکت او به شیوه‌هایی اعجاب‌انگیز. اما پاسخ دادن به خداوند بر عهدهٔ توست. در این قسمت تو را با هشت کلید آشنا می‌کنم تا به خداوند متصل بمانی. قول می‌دهم که این کلیدها زندگی‌ات را به مرحلهٔ کاملاً جدیدی می‌رسانند و تمام اتفاقات زندگی‌ات از نو متولد می‌شوند.

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

چشم‌انتظار موهبت‌های خداوند باش

شهر کتاب (nbookcity.com)

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

هر هدیه خوب و بی نظیر از عالم بالاست و از پروردگار نورها به سطح زمین می رسد.

شهر کتاب (nbookcity.com)

کلید #اول: چشم‌انتظار موهبت‌های خداوند باش

درست همان‌گونه که خورشید گرماپراکنی می‌کند، خداوند نیز انوار الطاف خویش را می‌پراکند. این‌طور نیست که خداوند کاری را از سر عادت یا تصادفی انجام بدهد، ماهیت وجود او چنین است. ذات پروردگار نیکی محض است. تشخیص دادن موهبت‌های خداوند امری مهم است. کتاب مقدس می‌گوید تمام موهبت‌های خوب از سوی پروردگار ماست، تمام موهبت‌های بزرگ و کوچک.

خداوند بارها و بارها، در زندگی ما میانجیگری کرده، مراقب ما بوده و شفایمان داده است. اما موهبت‌های او را تشخیص نمی‌دهیم. آن‌ها را تضمین‌شده نپندار. تصادفی نبود که همسرت را دیدی و عاشقش شدی. خداوند قدم‌هایت را هدایت می‌کرد. شغل خود را شانس به دست نیاورده‌ای. دست رحمت پروردگار بوده است. اینکه فرزندان قوی و سالم‌اند فقط به خاطر خوش‌اقبال تو نیست، خداوند به تو لطف کرده است. باید تمام طول روز بگویی: خدایا بابت این موهبت‌ها از تو متشکرم. برای سلامتی‌ام از تو سپاس‌گزارم. برای همسرم از تو ممنونم. برای شرایط و موقعیت‌های خوبم از تو متشکرم.

تو باید چشم‌انتظار موهبت‌های خداوند باشی. طرز فکر ما باید چنین باشد: امروز بی‌صبرانه منتظرم تا ببینم خدا برایم چه می‌کند. هر اتفاق خوبی که رخ داد بی‌درنگ از خداوند سپاس‌گزاری کن. شاید رویدادی کوچک باشد،

شاید یک مرتبه ایده‌ای خوب به ذهنت رسیده است. بی‌درنگ بگو «پروردگارا بابت این ایده از تو متشکرم، می‌دانم از طرف تو به ذهنم خطور کرده است.» یکی از پروژه‌های کاری‌ات را سریع‌تر و ساده‌تر از آنچه گمان می‌کردی انجام دادی، بی‌درنگ بگو «پروردگارا متشکرم که لطف خود را شامل این پروژه کردی.» خداوند دائم مشغول است. الطاف خود را به ما نشان می‌دهد، اما بسیاری از اوقات ما آن را تشخیص نمی‌دهیم. ما منتظر اتفاقاتی بزرگ و ویژه هستیم.

هرگاه اتفاق خوبی رخ می‌دهد، از خداوند سپاس‌گزاری می‌کنم. وقتی لطف او را به چشم می‌بینم می‌گویم «پروردگارا سپاس‌گزارم». وقتی به من یادآوری می‌کند تا کاری را انجام بدهم، می‌گویم «خدایا متشکرم». وقتی کسی در بزرگراه جای خود را به من می‌دهد، می‌گویم «پروردگارا ممنونم». وقتی دمای شهر هیوستون زیر ۱۰۰ می‌آید، می‌گویم «خدایا شکرت». وقتی از من مراقبت می‌کند و موفق می‌شوم، از او سپاس‌گزاری می‌کنم. من درباره زندگی کردن با شیوه سپاس‌گزاری و قدردانی صحبت می‌کنم. خداوند به کسانی برکت می‌دهد که دیدگاهی قدرشناسانه دارند.

وقتی اتفاق خوبی رخ می‌دهد، حضور خداوند را احساس می‌کنی. حتماً از او تشکر کن. حتماً به خاطر آن نعمت از او سپاس‌گزار باش. شاید نمی‌دانی که خداوند در زندگی تو چه کارهایی می‌کند، اما او دائم برکت‌های خویش را

به ما نشان می‌دهد. سؤال من این است: آیا آن‌ها را تشخیص می‌دهی؟ این هفته به اطراف خود نگاه کن. هشیارتر باش. در کتاب مقدس آمده است: «ای آدم، نعمت‌های پروردگارت را بسنج تا ببینی چقدر نیک است.» اگر می‌خواهی نیکی‌های خداوند را بیازمایی باید بدانی تمام اتفاقات خوبی که رخ داده‌اند، هر بار که تحت حمایت بودی، هر دری که گشوده شد و هر مزیتی که به دست آوردی، به خاطر حضور خداوند در زندگی‌ات بوده است. آن‌ها را تضمین شده نپندار.

داستان مردی را شنیدم که به سمت پارکینگ شلوغی رانندگی می‌کرد و سعی داشت یک جای پارک خالی پیدا کند. او همین‌طور می‌چرخید و می‌چرخید. به شدت ناامید شد و سرانجام گفت: «خدایا اگر یک جای پارک به من بدهی، هر یکشنبه به کلیسا می‌روم.» همان لحظه بی‌درنگ یک خودروی دیگر دنده عقب گرفت و این مرد درحالی‌که خودروی خود را پارک می‌کرد، گفت: «خدایا، این موضوع را رها کن. خودم پیدا کردم.» ما اکثر اوقات همین‌گونه برخورد می‌کنیم. خیر و برکت‌هایی را که از سوی خدا هستند، از خاطر می‌بریم.

هرکدام از ما می‌تواند به گذشته بنگرد و اوقاتی را به خاطر بیاورد که خداوند از ما حمایت کرد، باعث شد تا از آن تصادف جان سالم به در ببریم، کاری کرد تا در محیط کار ارتقا بگیریم، باعث شد در زمان مناسب در مکان مناسب قرار بگیریم یا هنگامی که هیچ راهی پیدا نبود، راهی گشود. هیچ‌وقت از قدردانی کردن بابت موهبت‌های

خداوند خسته نشو. پیروزی‌های خویش را به یاد بیاور و به اطرافیان خود بگو. دائم نعمت‌های خداوند را به زبان بیاور و به آن‌ها افتخار کن. هرچه بیشتر افتخار بکنی نعمت‌های بیشتری می‌بینی.

این روزها بیشتر از اینکه پیروزی‌های خود را به خاطر بیاوریم، شکست‌ها، مغلوب شدن‌ها و ناامیدی‌ها را به خاطر می‌آوریم. وقتی به یاد بیاوریم که خداوند چه کارهایی برای ما انجام داده است، قلبمان از ایمان لبریز می‌شود. می‌دانیم اگر خداوند در گذشته این کار را انجام داده است، قطعاً دوباره انجام خواهد داد.

تو را تشویق می‌کنم تا این سه کار را انجام بدهی:

۱. منتظر نعمت‌های خداوند باش. هر روز صبح به امید لطف الهی از خواب بیدار شو.

۲. نعمت‌های خداوند را بشناس. این موفقیت‌ها شانس و تصادفی نیستند. نعمت‌های خداوند هستند.

۳. همیشه به خاطر این نعمت‌ها از خداوند تشکر کن.

هر وقت یک اتفاق خوب کوچک یا بزرگ رخ می‌دهد، بی‌درنگ از خداوند تشکر کن. با شیوه قدردانی و تحسین کردن زندگی کن.

اگر این کارها را انجام بدهی، لطف و برکت بیشتری را تجربه خواهی کرد و زندگی تو وارد مرحله کاملاً جدیدی می‌شود.

برنامه کاربردی

بنابراین به کلماتی که می‌شنوی عمل کن و صرفاً شنونده نباش

۱. عادت کن که تمام روز به خاطر تمام نعمت‌های کوچک و بزرگ از خداوند تشکر کنی.

۲. یک «سفر معنوی پر خیر و برکت» را شروع کن و تمام نعمت‌ها و موفقیت‌های چشمگیر و پیشرفت‌هایی را روی کاغذ بنویس که خداوند بر سر راهت قرار داده است. هرگاه وسوسه ناامیدی به سراغت آمد، به این سفرنامه نگاه کن و تمام کارهایی را به خاطر بیاور که خداوند برای تو انجام داده است.

۳. مزامیر ۹:۱۱ به ما می‌گوید که کارهای نیکوی خداوند را به مردم خود اعلام کنیم. درباره کارهای نیکی که خداوند در زندگی‌ات انجام داده است، با دیگران صحبت کن و برای خداوند احترام قائل باش. این کار آن‌ها را تشویق می‌کند تا ایمان خود را قوی‌تر و پروردگار را ستایش کنند.

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

خداوند را اولویت اول زندگی خود قرار بده

شهر کتاب (nbookcity.com)

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

خداوند به کسانی پاداش می‌دهد که با عزم راسخ در جست‌وجوی او هستند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

کلید #دوم: خداوند را اولویت اول زندگی خود قرار بده

مهم‌ترین کلید زندگی سرشار از برکت و لطف خداوند این است که او را اولویت اول خود قرار بدهی. وقتی خداوند را به هر چیز دیگری ترجیح بدهی و خشنودی او بالاترین اولویت تو باشد، می‌توانی چشم‌انتظار یک زندگی سرشار و پربرکت باشی. کتاب مقدس بیان می‌کند: «خداوند به کسانی پاداش می‌دهد که با عزمی راسخ در جست‌وجوی او هستند.» توجه کن که خداوند به چه کسانی پاداش می‌دهد. منظور او کسانی نیستند که پروردگار را نصفه‌ونیمه جست‌وجو می‌کنند و فقط هنگامی که مشکلی دارند به یاد او می‌افتند یا فقط در مناسبت‌های خاص به مکان‌های مذهبی می‌روند. خداوند به کسانی پاداش می‌دهد که با عزمی راسخ او را جست‌وجو می‌کنند. در مزامیر ۳۴:۱۰ نیز آمده است: «کسانی که پروردگار را جست‌وجو می‌کنند هرگز از کمبود هیچ برکتی رنج نمی‌برند.» وقتی هر روز از صمیم قلب در جست‌وجوی پروردگار باشی، دیگر نمی‌توانی از برکت‌هایش غافل بمانی.

نکته جالب درباره پاداش این است که پیش از آنکه کسی آن را بخواهد، حاضر شده است. همین حالا برای کسانی که از خانه و کاشانه خود آواره شده‌اند، پاداشی در نظر گرفته شده است. همین حالا بودجه‌ای تعیین شده است و کافی است یک نفر پیش قدم بشود و آن را درخواست کند. تنها کاری که افراد ذی‌ربط باید انجام بدهند این است

که آن پناهنده را بیابند و پول را به حساب متقاضی وام واریز کنند. خداوند نیز به همین ترتیب پاداش‌های خود را در مکان‌های مناسب قرار داده است. آن‌ها منتظر متجلی شدن هستند. تنها کاری که باید انجام بدهیم، این است که شرایط پاداش گرفتن را داشته باشیم. خداوند این کار را بسیار ساده کرده است: «نیازی نیست تا من را پیدا کنی، اگر در جست‌وجوی من باشی، اگر هر روز صبح از خواب برخیزی و از من تشکر کنی، کلام من را بخوانی و تلاش کنی تا رضایتم را به دست بیاوری، به تو پاداش خواهم داد.»

مسیح در کتاب متی ۶:۳۳ گفته است: «ابتدا ملکوت و پرهیزکاری خداوند را بجو و همه چیز به‌سوی زندگی تو سرازیر می‌شود.» به این کلید دقت کن: ابتدا ملک و ملکوت پروردگار را جست‌وجو کن. به عبارت دیگر دنبال نعمت نباش، در جست‌وجوی نعمت‌دهنده باش. با مسائل دنیوی سرگرم نشو. دنبال پول، شهرت، آینده، امکانات بزرگ و بزرگ‌تر نرو. دنبال خدا باش. خداوند قول داده است که اگر نعمت‌دهنده را جست‌وجو کنی، تمام نعمت‌های دیگر به‌سوی تو سرازیر می‌شوند. این‌ها نعمت‌های کوچک نیستند، تمام نعمت‌ها هستند. خداوند، خدای فراوانی است. وقتی او را اولویت اول قرار می‌دهی دیگر نمی‌توانی با تمام خیر و برکت‌هایی که به مسیر تو می‌آورد، مقابله کنی. به جای اینکه دنبال نعمت‌ها بدوی آن‌ها به دنبال تو می‌دوند.

گاهی اوقات صبح‌ها از خواب بلند می‌شویم و با خود فکر می‌کنیم امروز نمی‌خواهم کلام خداوند را مطالعه کنم.

امروز دوست ندارم به مکان‌های مقدس بروم. خسته‌ام. اما به محض اینکه این عادت را در خود پرورش بدهی و منفعت آن را با چشم خود ببینی، احساس می‌کنی چقدر سرحال و سرزنده هستی، تصمیم‌های بهتری می‌گیری و لطف خدا شامل حالت می‌شود. آن موقع این‌گونه فکر خواهی کرد که دیگر نمی‌توانم از این کار دست بکشم. متوجه می‌شویم که راز و نیاز با خداوند برای یک زندگی پیروزمندانه حیاتی است.

پدرم در ماه‌های آخر عمر خود دیالیز می‌شد. سه بار در هفته به مدت چهار ساعت در روز باید به درمانگاه می‌رفت تا خونسش را تصفیه کنند. گاهی اوقات دوست نداشت برود. خسته بود، کار داشت یا می‌خواست فعالیت دیگری انجام بدهد، اما مهم نبود. در هر صورت به درمانگاه می‌رفت. چرا؟ زیرا زندگی‌اش به آن وابسته بود. رفتن به درمانگاه گزینهٔ اختیاری نبود. حیاتی بود. پدرم دوست داشت به سراسر جهان سفر کند، اما وقتی دیالیز را شروع کرد مجبور شد برنامه‌هایش را تغییر دهد و اولویت‌هایش را از نو بچیند. می‌دانست دیالیز چقدر برایش ضروری است.

ما نیز باید جست‌وجو کردن خداوند را تا این حد بالا ببریم. راز و نیاز با خداوند را نیازی حیاتی در نظر بگیر. وقتی اوضاع درهم‌برهم می‌شود، کودکان به تو نیاز دارند، وقتی محل کارت آشفته می‌شود، وقتی هزار کار برای انجام دادن داری، باید عزم خود را جزم کنی و بگویی: «نه این یک گزینهٔ اختیاری نیست. اگر می‌خواهم قوی باشم، اگر

می‌خواهم امروز بهترین وجه خود را نمایش بدهم، اگر می‌خواهم لطف خدا شامل حال من بشود، باید اولویت‌هایم را از نو بچینم تا بتوانم با خداوند راز و نیاز کنم.»

شاید مجبور شوی زودتر از خواب بیدار شوی، یعنی پیش از آنکه کودکان به تو نیاز داشته باشند، پیش از بررسی کردن ایمیل‌ها، قبل از اینکه تلفن زنگ بزند. وقت بگذار تا سلامت معنوی خود را تأمین کنی. ما دست‌کم روزی سه بار به بدن جسمانی خود غذا می‌دهیم، اما اغلب هفته‌ای یک‌بار به نیازهای معنوی خود رسیدگی می‌کنیم و بعد حیرت‌زده‌ایم که چرا خسته می‌شویم، اشتیاق نداریم و لطف و بینش و خلاقیت شامل ما نمی‌شود. همان‌طور که به بعد جسمانی خود غذا می‌دهیم، باید به بعد روحانی خود نیز غذا بدهیم. وقتی سلامت معنوی خود را تأمین می‌کنی، سود کلانی به زندگی خود می‌رسانی.

متون مقدس می‌گویند در حضور خداوند نشاط، آرامش و پیروزی را تمام و کمال خواهی یافت. تو در حضور خداوند سرحال و سرزنده می‌شوی. ابتدای هر روز وقت بگذار تا ساکت در حضور او بنشینی، دعا کنی و کلام خداوند را بخوانی. این روزها زندگی به شدت آشفته، درهم و پرهیاهوست. اما وقتی با خداوند خلوت می‌کنی و او را اولویت قرار می‌دهی، بقیه روز بسیار بهتر سپری می‌شود. تمام طول روز وعده‌های او را برای خود مرور کن. به آهنگ‌هایی گوش بده که خداوند را ستایش می‌کنند. اگر با عزمی راسخ او را جست‌وجو کنی، پاداشی پُرثمر

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

نصیبت می‌شود و زندگی توانگرانه‌ای را تجربه می‌کنی که مدنظر اوست.

شهر کتاب (nbookcity.com)

برنامه کاربردی

بنابراین به کلماتی که می شنوی عمل کن و صرفاً شنونده نباش

۱. سعی کن حداقل هر روز صبح ۳۰ دقیقه با خداوند راز و نیاز کنی، کلام او را بخوانی، دعا کنی و پیش از آنکه به کاریا اولویت های دیگر خود پردازی، او را ترجیح بدهی.

۲. حضور خداوند را در سراسر روز احساس کن. به خاطر نعمت هایش سپاس گزار باش و از خداوند هدایت و بینش بطلب.

۳. عادت کن تا پیش از تصمیم های بزرگ دعا کنی و اراده خداوند را بطللی.

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

تجربه‌های منفی را دور بریز

شهر کتاب (nbookcity.com)

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

با فراموش کردن اتفاقاتی که پشت سر گذاشته‌ام... پیش می‌روم...

شهر کتاب (nbookcity.com)

کلید # سوم: تجربه‌های منفی را دور بریز

همه ما ناامیدی، پسرفت و رنج و محنت‌هایی را تجربه می‌کنیم که هیچ درکی از آن‌ها نداریم. شاید برای یکی از عزیزان خود دعا کردی، اما شفا نگرفت. ایمان داشتی که رابطه عاطفی‌ات شکل می‌گیرد، اما نشد. تمام تلاشت را کردی تا کار و تجارتت رونق بگیرد، اما اوضاع طبق برنامه‌ریزی تو پیش نرفت. یکی از بهترین کارهایی که می‌توانی انجام دهی این است که دست بکشی. آن‌ها را رها کن.

اگر یاد نگیریم تجربه‌های منفی را دور بریزیم، نمی‌توانیم پیروزمندانه گام برداریم و تمام برکت‌هایی را دریافت کنیم که خداوند در آینده ما قرار داده است. وقتی به آن تجربه‌ها می‌چسبیم و با افکار و احساسات منفی کلنجار می‌رویم، وقتی سؤال می‌کنیم که چرا اتفاق نیفتاد، دروازه اوقات تلخی، رنجش و ترحم را می‌گشاییم. پس دیگران، خودمان و حتی خداوند را مقصر می‌دانیم. شاید آن اتفاق را درک نکنیم. شاید عادلانه نباشد. اما وقتی از طریق ایمان آن را به خداوند می‌سپاریم، باعث می‌شویم تا در زندگی ما حضور پیدا کند و شرایط منفی را به نفعمان تغییر بدهد. رفتار ما باید چنین باشد: «خدایا من به تو اطمینان دارم و می‌دانم که کنترل شرایط را به دست داری. حتی اگر همه چیز به روش من پیش نرود تو گفته‌ای که تمام اتفاقات به نفع من دست‌به‌دست هم می‌دهند. بنابراین باور دارم که آینده من همچنان پر از خیر و برکت است.» این است قدرت قانون رهایی.

شاید ناامید شده‌ای. اصلاً عادلانه نبود. درک نمی‌کنی. می‌توانی به سادگی عصبانی بشوی، با بدبینی زندگی کنی و از رؤیاهایت دست بکشی. نه، خداوند هم‌اینک زندگی تو را مدیریت و گام‌هایت را هدایت می‌کند. خداوند تو را در شرایطی قرار می‌دهد که به مراحل جدیدی از سرنوشت خود بررسی. اینک باید با نظر خداوند موافق شوی. احساس ترحم را دور بریز. ناامیدی را کنار بزن. دیگر فکر نکن که خداوند از تو ناامید شده است و به دعاهايت پاسخ نمی‌دهد، نه. او تو را احاطه کرده است، او تک‌تک گام‌های تو را در این مسیر هدایت می‌کند.

شاید آن اتفاق عادلانه نبود، اما خداوند عادل است. او وعده داده است که اگر از اتفاقات ناگوار بگذری و به سمت جلو حرکت کنی، تمام اتفاقات نامنصفانه را جبران خواهد کرد. مادامی که به گذشته چسبیده باشی، اجازه نداری به سمت آینده حرکت کنی.

ما همیشه با شرایطی مواجه می‌شویم که توجیهی منطقی ندارند. باید آنقدر بالغ باشیم تا بگوییم «نمی‌دانم چرا این اتفاق افتاد، اما با این مسئله مشکلی ندارم. مجبور نیستم همه پاسخ‌ها را بدانم. خداوند، تو خدا هستی و من در جایگاه تو نیستم. راه و روش‌های تو با من متفاوت‌اند. از آنجاکه تو گام‌هایم را هدایت می‌کنی، دیگر نمی‌خواهم حتی یک دقیقه را هم هدر بدهم و به این فکر کنم که چرا فلان اتفاق افتاد.» این شیوه زندگی بسیار رهایی‌بخش است.

اگر در زندگی تلاش کنی تا بدانی چرا اتفاقات بد رخ دادند و اوضاع آن طور که می‌خواستی پیش نرفت، بداخلاق، ناامید و سردرگم خواهی شد. واکاوی بیش‌ازحد، زندگی‌ات را مسموم خواهد کرد. اگر خدا بخواهد دلیل آن را بفهمی، به تو خواهد گفت. هرچه باشد او خداست. اما اگر آن را برای تو آشکار نمی‌کند پس باید این مسئله را رها کنی. خدا نمی‌خواهد از بعضی از مسائل سر دریاوری. در امثال ۲:۲۵ آمده است: «اینکه خداوند همه‌چیز را آشکار نمی‌کند، از الطاف ویژه اوست.» اگر می‌خواهی به خداوند اطمینان کنی، باید بپذیری که سؤالاتی بی‌پاسخ وجود دارند. همیشه همه‌چیز کاملاً با معرفت و شناخت ما مطابقت ندارد. اما ما می‌توانیم به سوی پروردگار برگردیم. خداوند نیکوست. دوست‌داشتنی، مهربان، عادل و منصف است.

خودروی تو یک شیشه جلوی بزرگ و یک آینه عقب کوچک دارد. دلیل آن این است که آنچه در گذشته تو وجود داشت به اندازه آینده مهم نیست. جایی که می‌روی نسبت به جایی که بوده‌ای بسیار بااهمیت‌تر است. اما اگر بر گذشته تمرکز کنی، دقیقاً همان جایی که هستی متوقف می‌شوی.

اگر یکی از رؤیاهایت از بین رفت، رؤیای دیگری پیروان. اجازه نده یک پسرفت، معرف تو باشد. اجازه نده یک فریبکاری، یک اشتباه، یک طلاق یا یک ورشکستگی آینده تو را نابود کند. تو این گونه نیستی. این تنها یک گام در راه سرنوشت الهی تو است. اینک آن را رها کن و به مرحله جدیدی قدم بگذار که خداوند برای تو ذخیره کرده

است. دیگر برای چیزی که نمی‌توانی تغییر بدهی، سوگواری نکن. جایی که خداوند نقطه قرار داده است، علامت سؤال نگذار. اگر خداوند نقطه قرار داده است، دیگر حتی یک دقیقه هم وقتت را هدر نده تا بپرسی چه شد، وقتت را برای پیدا کردن دلیل تلف نکن و در منجلاب شکست و ترحم فرو نرو. آن فصل تمام شده و به پایان رسیده است.

امروز یک روز تازه است. خداوند فرصت دیگری پیش روی تو گذاشته است. او رابطه عاطفی، کسب و کار، موفقیت و پیروزی دیگری برای تو دارد. به سمت همه نعمت‌های تازه قدم بردار.

برنامه کاربردی

بنابراین به کلماتی که می شنوی عمل کن و صرفاً شنونده نباش

۱. تمام تجربه های منفی گذشته را که به آن ها چنگ زده ای، شناسایی کن؛ درد، رنجش، عذاب وجدان، شکست و غیره و هنگام دعا کردن، با حضور قلب آن ها را به خداوند بسپار. همه چیز را رها کن و در دل تصمیم بگیر تا دیگر به این مسائل فکر نکنی.

۲. در دل تمام کسانی را که به تو بدی کرده اند ببخش، نه به خاطر آن ها، بلکه به خاطر خودت. کینه مانند این است که تو سم بنوشی و منتظر باشی تا دیگران بمیرند. فقط به خودت ضرر می رساند. آن ها و کارهایشان را به خداوند بسپار. او بهتر می تواند این موضوع را حل و فصل کند.

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

خود را پیروز بدان

شهر کتاب (nbookcity.com)

ذهنت را بر اتفاقات حقیقی... شریف...

راستین... منزّه... دوست داشتنی... و

ستودنی متمرکز کن. به مسائلی فکر کن

که بی نظیرند و ارزش ستایش دارند.

کلید #چهارم: خود را پیروز بدان

ذهن ما مرکز مدیریت زندگی مان است. تمام تصمیم‌هایی که می‌گیریم و کارهایی که انجام می‌دهیم با یک فکر شروع می‌شوند. افکار ما عمده‌تأ مسیر زندگی مان را معین می‌کنند. اگر می‌خواهی زندگی پیروزمندانه داشته باشی، باید افکاری صحیح در سر پیرورانی.

اشعیا ۳:۲۶ می‌گوید: «اگر افکار خود را بر خداوند متمرکز کنیم، او ما را در آرامشی بی‌نظیر نگه خواهد داشت.» او راه و روش آرامش بی‌نظیر را در اختیار ما قرار داده است: افکار خود را بر او متمرکز کنیم. ما نمی‌توانیم تمام روز این‌گونه فکر کنیم: امیدوارم فرزندم راه درست را در پیش بگیرد. اگر اخراج بشوم چه می‌شود؟ شاید نتوانم این بیماری را پشت سر بگذارم. وقتی با چنین افکاری کلنجار برویم، آرامش نداریم. کندوکاو کردن مشکلات آن‌ها را بهتر نمی‌کند، بدتر می‌کند.

ما باید به افکار خود توجه کنیم. تمام طول روز باید چنین طرز فکری داشته باشیم: خداوند من را احاطه کرده است. همه چیز دست در دست هم به نفع من پیش می‌رود. این مشکل ماندنی نیست، می‌گذرد. بسیاری از این رنج‌ها حقیقی هستند، اما خداوند من را از تمام آن‌ها خلاص می‌کند.

پولس مقدس این قاعده را دریافته بود. او در رساله اعمال ۲:۲۶ می‌گوید: «من خود را شادمان می‌دانم.» یا

«خودم را خوش شانس تلقی می کنم.» او این سخنان را به زبان می آورد تا بتواند دفاعیه قانونی خود درباره ایمان را در برابر اگریپا، پادشاه روم، ارائه کند. این را در نظر بگیرید که امکان داشت پولس برای دفاع از ایمان خویش در برابر اتهاماتی که یهودیان اورشلیم به او وارد کرده بودند، جان خود را از دست بدهد. شاید اگر بسیاری از افراد در جایگاه او قرار داشتند، ناامید می شدند. آن ها آنقدر بر مشکلات خود تمرکز کرده اند که دیگر هیچ اشتیاقی ندارند. اخبار بسیاری را تماشا می کنند و بیمناک می شوند. خوشبختانه همانقدر که می توانی خودت را افسرده، هراسان یا پر از انرژی منفی در نظر بگیری، به همان اندازه می توانی خوشحال باشی. می توانی خودت را در آرامش تصور کنی. می توانی حال و هوایت را بهتر کنی.

تمام طول روز به مشکلات فکر نکن و با آنچه تو را آزار می دهد، کلنجار نرو. این مسائل باعث ناامیدی تو می شوند. باید خودت را خوشحال تجسم کنی. تمام طول روز باید با خودت فکر کنی روزهای خوبم هنوز پیش رویم هستند. یک موهبت بزرگ در راه است و به سوی من می آید. خداوند آنچه را به ضرر من بود، به نفع من تغییر می دهد. پیروزی های بزرگ من هنوز در آینده ام هستند.

از قصد افکاری قدرتمندانه در سر پروران. من قوی هستم. سالم هستم. نعمت های بسیاری دارم. وقتی صبح از خواب بیدار می شوی و افکار منفی هجوم می آورند، وقتی دوست نداری آن روز به محل کار بروی، مشکلات

بسیاری داری و از زمین و آسمان برای تو می بارد، بیش از همیشه نیاز داری تا تخت گاز بروی. امروز یک روز عالی می شود. خداوند امروز را به من عطا کرده است و من درباره آینده ام هیجان زده هستم. امروز یک اتفاق خوب برای من رخ می دهد.

کلید اینجاست: هیچ وقت یک روز را با حالتی خنثی شروع نکن. تو نمی توانی منتظر بمانی تا بفهمی آن روز چگونه پیش می رود؛ تو باید تصمیم بگیری تا آن روز را چطور بگذرانی. وقتی صبح از خواب برمی خیزی، پیش از آنکه اخبار و آب و هوا را بررسی کنی، احساسات خود را بررسی کن. باید ذهن خود را در مسیر درست تنظیم کنی. امروز روزی بی نظیر می شود.

اگر ذهن خود را تنظیم نکنی، دشمن آن را برای تو تنظیم می کند. اغلب نحوه شروع یک روز، باقی روز را نیز مشخص می کند. اگر آن را با انرژی منفی، ناامیدی و غرولند کردن شروع کنی، پس همه چیز را آماده کرده ای تا یک روز نکبت بار داشته باشی. باید ذهن خود را در مسیر صحیح قرار بدهی. زندگی تو از افکارت تبعیت می کند.

ما هیچ وقت از افکار خود فراتر نمی رویم. به همین دلیل است که ذهن ما هدف شماره یک دشمن است، دشمن در متون مقدس با لقب «متهم کننده برادران دینی»^۲ یاد می شود. او سعی می کند تمام اشتباه ها، شکست ها و بدیاری ها را به ما یادآوری کند. اما همان طور که دستگاه کنترل داریم تا کانال های تلویزیون را تغییر بدهیم، وقتی

فکری به ذهنمان خطور کرد که با کلام پروردگار مطابقت نداشت، باید بی‌درنگ آن را پس بزنیم و با حقیقتی از جانب پروردگار عوض کنیم. خداوند بذر تعالی را در وجود تو نهفته است. او هیچ مخلوق میانه یا متوسطی ندارد. اما برای دستیابی به ظرفیت حقیقی، باید ذهن تو با کلام پروردگار تطابق داشته باشد.

از تو تقاضا می‌کنم از افکار اشتباهی که ذهنت را آلوده می‌کنند، خلاص شوی و درباره طرز فکری که خداوند نسبت به تو دارد، تأمل کنی. اگر ذهن خود را با افکار صحیح پر کنی، هیچ فضایی برای افکار اشتباه باقی نمی‌ماند. باید پیش بروی و دائم با خودت فکر کنی من قوی هستم. من سالم هستم. من پر از خیر و برکت، لطف خداوند شامل حال من شده است. بنابراین اگر افکار منفی آمدند و در زدند، با تابلوی «ورود ممنوع» مواجه می‌شوند. «متأسفیم، جایی برای شما نیست.» پس نمی‌توانند داخل شوند.

به خاطر داشته باش تو همانی می‌شوی که می‌اندیشی. خداوند می‌گوید انسان همان می‌شود که می‌اندیشد. هر روز صبح برخیز و ذهن خود را در مسیری صحیح تنظیم کن. بیش‌ازحد به مسائل خود فکر نکن، بلکه درباره وعده‌های کلام الهی بیندیش. یاد بگیر خودت را خوشحال تجسم کنی. خودت را در آرامش ببینی. خودت را ظفرمند بدان. پیروزی از افکار تو آغاز می‌شود.

اگر این عادت را در خود پرورش بدهی و ذهن خود را مجبور کنی تا افکاری صحیح داشته باشد و در کلام خداوند

تأمل کند، آرامش مضاعف، لطف الهی و پیروزی را در تمام جنبه‌های زندگی خود تجربه خواهی کرد. من باور دارم و اعلام می‌کنم که تو بر تمام موانع غلبه خواهی کرد و همانی خواهی شد که خداوند مدنظر دارد.

شهر کتاب (nbookcity.com)

برنامه کاربردی

بنابراین به کلماتی که می شنوی عمل کن و صرفاً شنونده نباش

۱. پیوست شماره سه کتاب را مطالعه کن و خوب به آن بیندیش تا بتوانی افکار خود را مدیریت کنی و درک بهتری از این قاعده داشته باشی.

۲. تا ۳۰ روز آینده توجهی ویژه به افکار خود داشته باش. خودت را آموزش بده تا بی درنگ افکار منفی، هراس آمیز، شبهه ناک و مخالف کلام الهی را از سر بیرون کنی و آن ها را با افکار مثبت و سرشار از ایمان، پیروزی و قدردانی جایگزین کنی.

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

از رؤیای خود صیانت کن

شهر کتاب (nbookcity.com)

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

وقتی هیچ رؤیایی وجود نداشته باشد، آدمیان نابود می شوند...

شهر کتاب (nbookcity.com)

کلید #پنجم: از رؤیای خود صیانت کن

همه ما رؤیایی داریم. همه ما از خود، خانواده و آینده تصویری در ذهن داریم. سؤال اینجاست: تصویر شما چگونه است؟ آیا خود را در حال اوج گرفتن، غلبه کردن بر مشکلات و لذت بردن از یک زندگی توانگرانه می‌بینی یا خودت را در حال تقلا کردن، شکست خوردن، اعتیاد، اضافه‌وزن و بدون هیچ موفقیتی تصور می‌کنی؟ باید از رؤیای خود محافظت کنی. اگر رؤیای تو محدود است، زندگی‌ات نیز محدود خواهد بود. امثال ۲۳:۷ می‌گوید انسان همان می‌شود که می‌اندیشد.

پیش از آنکه رؤیای تو برآورده شود، باید خودت را طوری تصور کنی که گویا آن رؤیا به حقیقت پیوسته است. باید آن تصویر را در سر داشته باشی. پیش از آنکه وزن کم کنی یا اعتیاد را کنار بگذاری، باید آن را در تخیلات خود تجسم کنی.

تصویری که پیش روی خود قرار می‌دهی. یعنی همان رؤیایی که در سرداری. نه تنها در روح تو نفوذ می‌کند، بلکه وارد ذهن ناخودآگاهت می‌شود. وقتی مسئله‌ای در ناخودآگاه ثبت می‌شود تو را مانند نیروی گرانش، بی‌چون و چرا، به سوی خود سوق می‌دهد.

بسیاری از مردم تصاویری منفی در ذهن ناخودآگاه خود دارند. آن‌ها خود را ضعیف، مغلوب و فرودست می‌بینند و

حیرت می‌کنند که چرا همیشه همین مسائل به سراغ آن‌ها می‌آید. همیشه تقلا می‌کنند. آن‌ها هیچ‌وقت احساس خوبی درباره خودشان ندارند، زیرا تصاویری اشتباه در سر دارند. اگر این تصاویر را تغییر بدهی و خودت را از دیدگاه خداوند ببینی. یعنی برکت‌یافته، پرثمر، سالم، قوی، بااستعداد و موفق. به جای اینکه مسائل مختلف به تو فشار بیاورند، باعث می‌شوند موفق شوی و رو به جلو بروی. به سمت برکت، لطف، پیشرفت و فراوانی حرکت خواهی کرد. قوه تخیل ما به طرز خارق‌العاده قدرتمند است. خداوند خطاب به کسانی که برج بابل را می‌ساختند، گفت: «اینک هیچ محدودیتی نخواهند داشت، زیرا آن را تصور کرده‌اند» (پیدایش ۱۱:۶). وقتی تصویری از یک موضوع را در سر داشته باشی، خواه خوب خواه بد، به سمت آن حرکت خواهی کرد.

چند سال پیش خانمی به پرستشگاه رفت تا عبادت کند. به‌تازگی طلاق دردناک را پشت‌سر گذاشته بود. همسر چندین و چند ساله‌اش، او را به خاطر زنی دیگر ترک کرده بود. این خانم اشک می‌ریخت و تمام دلایلش را برای من می‌شمرد که هیچ‌گاه با کسی ملاقات نخواهد کرد و بیش از اندازه پیر است و اصلاً جذاب نیست و همین‌طور ادامه می‌داد. هیچ‌کدام از این سخنان حقیقت نداشتند. از او خواستم تا به خود کمک کند و دیدگاهی جدید داشته باشد و به او گفتم: «یک قاب عکس بیاور و آن را روی میز کنار تخت خود قرار بده، هیچ عکسی داخل آن نگذار. فقط یک قاب خالی باشد. هرگاه به آن قاب نگاه می‌کنی شخصی را تصور کن که خداوند می‌خواهد به زندگی تو

بیآورد.»

او برای نشان دادن ایمان خود قاب عکس را در آنجا قرار داد. هر وقت که به آن نگاه می کرد از خداوند سپاس گزار بود که قدم هایش را هدایت می کند، آن شخص مناسب را به زندگی اش می آورد و از دل خاکستر زیبایی ها را برملا می کند. او از تصویر شکست، تنها بودن و افسردگی خلاص شد. از آن به بعد خود را همراه با شریک رؤیایی اش و پر از برکت و نشاط می دید.

سه سال بعد دوباره نزد من آمد. این مرتبه نیز اشک می ریخت، اما اشک شوق. او گفت این مرد نجیب خوش تیپ که کنارش ایستاده است، همان مرد داخل قاب عکس است و می خواهند هفته آینده ازدواج کنند.

در قاب عکس تو چه تصویری قرار دارد؟ وقتی به آینده می نگری چه می بینی؟ باز هم همین را می بینی؟ آیا می گویی «چوب خط من پر شده است؟ کسب و کار من هیچ وقت موفق نمی شود؟ همیشه با تنهایی، اضافه وزن و اعتیاد سروکله می زنم؟» این تصویر تو را در همانجا که هستی متوقف می کند. باید تصاویر قاب عکس را تغییر دهیم و تصویر جدیدی جایگزین کنیم. از این به بعد خودت را قوی، زیبا و موفق و پر از خیر و برکت ببین. تا وقتی که این تصویر را تغییر ندهی، زندگی ات تغییر نخواهد کرد.

در کتاب امثال ۲۹:۱۸ آمده است: «هرگاه رؤیایی نباشد، آدمیان نابود می‌شوند.» نمی‌گویند وقتی پول نیست، موقعیت نیست یا استعداد نیست. آنچه ما را محدود می‌کند، عدم رؤیاپردازی است. جرئت کن تا دوباره رؤیاپردازی کنی. جرئت کن تا رؤیاهای بزرگی برای زندگی داشته باشی و به خدا اعتماد کن که آن‌ها را برآورده کند. لازم نیست از نحوه به حقیقت پیوستن آن رؤیا آگاه باشی، صرفاً باید باور کنی. یک سرانگشت رحمت خداوند می‌تواند هر رؤیایی را برآورده کند، اما تو باید پیش از آنکه در دنیای خارج متجلی شود، آن را در وجودت حس کنی.

شاید با یک ناامیدی مواجه شده باشی، اما امروز یک روز تازه است. بزرگ‌ترین پیروزی‌ها همچنان در آینده تو قرار دارند. یک رؤیای جدید و تازه از این زندگی موفقیت‌آمیز خود در سر داشته باش. روزی می‌رسد که به جای رؤیابافی محض، آن را زندگی خواهی کرد. خیال‌پردازی به واقعیت تبدیل می‌شود.

برنامه کاربردی

بنابراین به کلماتی که می شنوی عمل کن و صرفاً شنونده نباش

۱. حبقوق ۲:۲ می گوید: «رؤیایت را روی کاغذ بنویس تا وجود داشته باشد.» هفته آینده وقت بیشتری بگذار تا درباره رؤیای زندگی خود دعا کنی و آن را روی کاغذ بنویسی. تا جایی که می توانی دقیق و جزئی بنویس. رؤیای زندگی معنوی تو چگونه است؟ روابطی که با دیگران داری؟ شغل؟ درآمد؟ سلامتی ات؟ مطمئن شو که رؤیایت به اندازه کافی بزرگ هست که برای برآورده شدن نیازمند لطف الهی باشد. اگر خودت از پس آن برمی آیی، نیازی به ایمان نیست.

۲. اگر نیاز به تصویرسازی داری از مجله ها عکس هایی را جدا کن که نمایانگر رؤیای تو هستند. آن ها را روی یخچال یا در حمام بچسبان یا از عکس ها استفاده کن تا کلاژ رؤیای زندگی را بسازی و این تصویرسازی الهام بخش را به ایمان خود بیفزایی.

۳. اگر با یک بیماری جدی کلنچار می روی، همانند مادر من باش. او سرطان کبد داشت که به تمام بدنش سرایت کرده بود. در تمام خانه عکس هایی را قرار داده بود که نشان می داد سلامت است و کارهای دلخواهش را انجام می دهد. این کار به تو کمک می کند تا خودت را دوباره سالم و سلامت تصور کنی.

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

از قدرت عبارت «من هستم» استفاده کن

شهر کتاب (nbookcity.com)

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

انسان از نیروی کلمات خویش بهره‌مند و راضی می‌شود

شهر کتاب (nbookcity.com)

کلید #ششم: از قدرت عبارت «من هستم» استفاده کن

آنچه میان دو واژه ساده «من... هستم» قرار می‌گیرد، شیوه زندگی تو را معین خواهد کرد. «من سرشار از نعمت هستم. من قوی هستم. من سالم هستم.» یا «من کند هستم. من خسته‌کننده هستم. من مادر افتضاحی هستم.» وقتی عبارت من هستم از دهان تو بیرون می‌آید، با خود موفقیت یا شکست به همراه دارد. نیروی عبارت «من هستم»، سراسر روز مشغول کار است.

اشتباه می‌کنیم: «من دست‌وپا چلفتی هستم.»

به آینه می‌نگریم: «من بسیار پیر هستم.»

آدم با استعدادی را می‌بینیم: «من خیلی معمولی هستم.»

در ترافیک گیر می‌کنیم: «من خیلی بدشانس هستم.»

بسیاری از اوقات از نیروی این عبارت علیه خود استفاده می‌کنیم و متوجه نیستیم که بر آینده ما اثر می‌گذارد. قاعده این است. آنچه میان «من... هستم» قرار می‌گیرد، همیشه به‌سوی تو می‌آید. به همین دلیل باید مراقب کلمات میانی این عبارت باشی. هرگز نگو «من بسیار بدشانس هستم. هیچ‌وقت موفق نمی‌شوم.» با این کار ناکامی را دعوت می‌کنی. وقتی بگویی «من خیلی شکست خورده‌ام. خیلی قرض بالا آورده‌ام.» کمبود را دعوت

می‌کنی.

باید دعوت‌نامه‌های جدیدی بفرستی. امروز از خواب برخیز و اتفاقات خوب را به زندگی‌ات دعوت کن. «من پربرکت هستم. قوی هستم. بااستعداد هستم. منظم هستم. دقیق هستم. پرثمر هستم.»

میان دو واژه «من... هستم» چه چیزی از دهان تو بیرون می‌آید؟ وقتی از این قدرت در جهت صحیح بهره می‌بری، لطف الهی را دعوت می‌کنی.

واژه‌ها قدرت آفرینش دارند. تو می‌توانی با گفتارت، آینده‌ات را پربرکت یا طلسم کنی. کلمه‌ها مانند جریان الکتریسیته‌اند. وقتی الکتریسیته به طرزی صحیح استفاده می‌شود، مفید است؛ برق چراغ‌ها، تهویه هوا و همه لوازم نیک را تأمین می‌کند. اما اگر به شیوه غلط استفاده شود، ممکن است بسیار خطرناک باشد و به ما آسیب برساند. واژگان ما نیز چنین هستند. امثال ۱۸:۲۱ می‌گوید: «زندگی و مرگ در گروی نیروی لغات است.»

از واژه‌ها استفاده نکن تا شرایط خود را توصیف کنی، از آن‌ها بهره ببر تا شرایطت را تغییر بدهی. در کتاب یوئیل ۳:۱۰ آمده است: «اجازه بدهید تا انسان ناتوان بگوید من قوی هستم.» توجه کن، ممکن است افراد ناتوان باشند، اما باید بگویند «من قوی هستم.» نه اینکه بگویند «بسیار خسته‌ام. از پا افتاده‌ام.» با این کار اتفاقات ناگوار را صدا

می‌زنند. خداوند به بندگان خود می‌گوید خواسته‌های خود را به زبان بیاورند، نه اینکه شرایط را وصف کنند.

پس فقیر بگوید: «من پرثمر هستم. نگویید آه در بساط ندارم.»

بیمار بگوید: «من سالم، قوی و قبراق هستم.»

اگر مشکل مالی داری، مدام نگو «کسب و کارم کند پیش می‌رود. اقتصاد خراب است. هیچ وقت روبه‌راه نمی‌شود.»

عیسی مسیح در مرقس ۱۱:۲۳ می‌فرماید: «تو هر آنچه را به زبان بیاوری، خواهی داشت.» این جمله در جهت مثبت و منفی عمل می‌کند. باید با ایمان بگویی: «من پر از برکت هستم، من موفق هستم، با لطف خداوند احاطه شده‌ام.»

شاید اجازه داده‌ای حرفی که دیگران درباره‌ تو زده‌اند مانع پیشرفت شود؛ یک مربی، معلم، یکی از والدین یا همسر سابق. آن‌ها بذره‌های منفی ناتوانی را کاشته‌اند. گفته‌اند که به اندازه کافی باهوش نیستی، به اندازه کافی منظم نیستی، به اندازه کافی جذاب نیستی. همیشه خراب‌کاری می‌کنی، همیشه حد وسط می‌مانی. همیشه با وزن کله‌نار می‌روی. نه، از آن دروغ‌ها خلاص شو. این حرف‌ها معرف تو نیستند.

تو همانی هستی که خداوند می‌گوید. در مزامیر ۱۷۲ آمده است: «پس آن کس که خدا او را رها نیده است، نظر خود را بیان کند.» کتاب می‌خواهد تو نیز نظرت را بگویی تا شرایط را مدیریت کنی و هر آنچه را خداوند درباره‌ تو

گفته است، به زبان بیاوری. اگر خودت نگویی، دشمن و دیگران درباره تو حرف می‌زنند.

شاید دیگران سعی کرده باشند تو را زمین بزنند و از ناتوانی‌هایت بگویند. اجازه بده این حرف از یک گوش وارد و از گوش دیگر خارج شود. آنچه دیگران درباره تو می‌گویند، سرنوشتت را مشخص نمی‌کند؛ تعیین سرنوشت تو بر عهده خداوند است. تو باید بدانی چه کسی هستی و چه کسی نیستی. به عبارت دیگر «من آن کسی نیستم که مردم می‌گویند، همانی هستم که خداوند می‌گوید. من فرودست نیستم، تاج سر هستم. من قرض نمی‌گیرم، قرض می‌دهم. نفرین شده نیستم، برکت یافته‌ام.»

پیش از آنکه دیگران بتوانند تو را طلسم کنند، خداوند به تو برکت داده است.

پیش از آنکه در زهدان مادر شکل‌گیری خداوند تو را شناخته و تأیید کرده است.

هنگامی که تو را آفرید، گفت: «تو را دوست دارم، خوب است. یک شاهکار دیگر!» او بر این آفرینش مهر تأیید زده است.

شاید دیگران تلاش کنند تا ناامید شوی، اما با احساس تردید و فرودستی پیش نرو. ما باید چنین طرز فکری داشته باشیم: خداوند متعال من را تأیید کرده است، من پذیرفته شده‌ام، من شاهکارم. وقتی این گونه سخن بگویی، آن بذرتعالی که خداوند در وجودت نهاده است، شکوفه خواهد داد.

برنامه کاربردی

بنابراین به کلماتی که می شنوی عمل کن و صرفاً شنونده نباش

۱. پیوست چهار با مضمون قدرت کلام را مطالعه کن و خوب بیندیش تا درک بهتری از این قاعده معنوی داشته باشی.

۲. از جملات تأکیدی مثبت پیوست پنجم استفاده کن تا کلام ایمان و پیروزی را در زندگی روزانه خود به کار ببری.

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

طعام خویش را به دقت انتخاب کن

شهر کتاب (nbookcity.com)

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

نادان از زبانه‌ها تغذیه می‌کند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

کلید #هفتم: طعام خویش را به دقت انتخاب کن

گوش‌ها و چشم‌ها دروازه‌های روح ما هستند. آنچه می‌بینیم و می‌شنویم و افرادی که دائم با آن‌ها معاشرت می‌کنیم به ما خوراک می‌دهند. اگر همیشه خوراکی‌هایی بخوری که ارزش غذایی ندارند. مانند شکلات، نوشابه‌های گازدار و آب‌نبات. آنچنان سالم نخواهی ماند. همچنین اگر تصاویر دلخراشی ببینی و به مطالبی خسته‌کننده گوش بدهی و با کسانی معاشرت کنی که منفی‌باف و اهل غیبت کردن‌اند، وجود درونی خویش را با طعام مضر تغذیه کرده‌ای. تو نمی‌توانی با این رژیم غذایی از پروردگار نیرو بگیری و همانی بشوی که مدنظر دارد. باید به شدت مراقب خوراک خود باشی. تو همانی هستی که تغذیه می‌کنی.

این روزها بیشتر از هر روز دیگری از مواد نامناسب تغذیه می‌کنیم. بیش از ۵۰۰ کانال تلویزیونی وجود دارد. ما با اینترنت، گوشی‌های هوشمند، مجله‌ها و بیلبوردهای تبلیغاتی مواجهیم. به هر طرف که رو برمی‌گردانیم، اطلاعاتی وجود دارند که می‌خواهند بر ما اثر بگذارند. همه این‌ها بد نیستند و ایرادی ندارد که سرگرم شویم، اما باید سپر محافظ خود را بالا بگیریم.

امثال ۱۴:۱۵ می‌گوید: «نادان از زبانه تغذیه می‌کند.» روح و ذهن خود را با زبانه پر نکن. اگر وجود خود را با زبانه پر کنی، خروجی تو نیز زبانه خواهد بود. اگر برنامه‌هایی را تماشا کنی که افراد مدام به هم خیانت می‌کنند و

قدردان روابط خانوادگی خود نیستند، وقتی سرانجام خودت را در حال انجام دادن همان کارها دیدی، شگفت‌زده نشو. اگر افرادی را تماشا می‌کنی که صداقت ندارند، از پشت خنجر می‌زنند و برای رسیدن به هدف خود هر کاری می‌کنند، تمام این اتفاقات وارد ناخودآگاهت می‌شوند، کم‌کم ذهن تو را بی‌حس می‌کنند و بیشتر پذیرفتنی می‌شوند. قبح آن می‌ریزد. پس از مدتی شاید با خود بگویی خب واقعاً هم موضوع مهمی نیست، همه همین کار را می‌کنند.

تو همانی می‌شوی که تغذیه می‌کنی. محتویات طعام خود را در نظر بگیر که چه چیزی تماشا می‌کنی و چه چیزی گوش می‌دهی. آن‌ها چه ارزشی را به تصویر می‌کشند؟ آیا آن محتوا سالم است؟ به تو انگیزه می‌دهد تا بهتر بشوی و شخصیت خود را شکل دهی؟ و اگر این‌گونه نیست تغییرات لازم را انجام بده. از زباله تغذیه نکن.

مزامیر ۱:۱ به ما می‌گوید: «در مسیر غیر الهی منفعل نشینیم.» اگر می‌خواهی برکت داشته باشی، نمی‌توانی هنگامی که دیگران غیبت می‌کنند، لطیفه‌های مستهجن تعریف می‌کنند یا زیر لب حرف می‌زنند و شکایت می‌کنند، دست روی دست بگذاری. لازم نیست سعی کنی و آن‌ها را به راه راست بیاوری یا کلام خداوند را برای آن‌ها بخوانی، اما باید به اندازه کافی هشیار باشی تا از آن‌ها تغذیه نکنی و آرام راه خود را کج کنی و بروی. منفعل نباش. وقتی یک محتوا یا برنامه تبلیغاتی ناسالم می‌بینی و زنگ هشدار درونی‌ات به صدا در می‌آید، منفعل نباش.

کنترل را بردار و کانال را عوض کن. قرار نیست خداوند آن کار را برای تو انجام بدهد.

باید برای حفاظت کردن از خودت دست به کار شوی. شاید تمام دوستان عزیزت می خواهند به سینما بروند و تو احساس خوبی درباره آن فیلم نداری. زنگ هشدار روح به صدا در می آید. لطفاً با آن ها همراه نشو و نگو شاید ناراحت شوند، شاید درک نکنند، شاید فکر کنند افکاری قدیمی دارم و مسخره ام کنند. باید از خودت پرسشی: آیا می خواهی خداوند را خشنود کنی یا دیگران را؟ آیا می خواهی با دسته مرغ ها همنشین باشی یا با عقاب ها اوج بگیری؟ منفعل نباش.

ما در جای جای متون معنوی با عقاب مقایسه شده ایم. عقاب شاه پرندگان است و بالاتر از همه پرواز می کند. خداوند نیز ما را همین گونه می بیند. او ما را چنین آفریده، از روح خود دمیده و بذرتعالی را در وجودمان قرار داده است. عقاب همیشه از طعمه تازه و جاندار تغذیه می کند، درحالی که لاشخورها، کرکس ها و کلاغ ها از هر چیزی، مانند لاشه های مرده نیز تغذیه می کنند. عقاب نیروی خود را از رژیم غذایی سالم می گیرد. اگر می خواهیم مانند عقاب اوج بگیریم و به ویژگی های مدنظر خداوند برسیم، باید از خوراکی های خوب تغذیه کنیم. با تکنولوژی مدرن راه های بسیاری برای این کار وجود دارد. برنامه های معنوی و مطالب مفید بسیاری در تلویزیون وجود دارد. می توانی هنگامی که در خودرو نشسته ای، به سی دی های آموزنده گوش بدهی یا داخل اینترنت آن مطالب

را دنبال و دانلود کنی. کتاب‌های معنوی بی‌نظیر و نیایش‌های روزانه بسیار و پادکست‌های الهام‌بخش و الهی متعددی وجود دارند. اگر بخواهی به سادگی می‌توانی ذهن خود را با این مطالب تغذیه کنی.

در یک مقاله خوانده بودم هر کدام از افراد کشور ما سالی ۴۰۰ ساعت با خودروی خود رفت‌وآمد می‌کنند. بسیاری از افراد این ساعات را به تغذیه نامناسب می‌گذرانند. من دوست دارم به اخبار گوش بدهم، اما آموخته‌ام که اخبار شخصیت انسان را شکل می‌دهد. وقتی مطالب ضروری را شنیدی، موضوع را عوض کن و از آن زمان بهره ببر تا زندگی خود را تغذیه کنی. به مطالبی گوش بده که به تو کمک می‌کنند تا شخصیت خود را پرورش بدهی و از آن‌ها الهام‌گیری و بهتر بشوی.

تو همانی می‌شوی که از آن تغذیه می‌کنی. از زباله‌ها تغذیه نکن. عقاب باش. نسبت به آنچه می‌بینی و می‌شنوی، سختگیر باش. تصمیم بگیر از تمام مطالبی خلاص شوی که شخصیت را شکل نمی‌دهند و به رشد تو کمک نمی‌کنند. اگر طعام خود را به دقت انتخاب کنی، رشد می‌کنی و لطف الهی را دوچندان تجربه خواهی کرد. من باور دارم و اعلام می‌کنم تو به ویژگی‌های مدنظر خداوند دست پیدا می‌کنی.

برنامه کاربردی

بنابراین به کلماتی که می شنوی عمل کن و صرفاً شنونده نباش

۱. وقتی می بینی یک کانال یا شبکه رادیویی با روح و روان تو همخوانی ندارد، به سرعت آن را عوض کن.

۲. وقتی می بینی همکاران تو پشت سر دیگران حرف می زنند، گلایه می کنند و منفی هستند، منفعل کنار آنها ننشین.

۳. از اوقات فراغت یا هنگامی که داخل خودرو نشسته ای، استفاده کن تا خود را با یک پیام الهام بخش، موسیقی قدرشناسانه و مطالب دیگری تغذیه کنی که تو را تشویق می کنند تا ایمانت بیشتر شود.

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

تمام موانع کمال را برطرف کن

شهر کتاب (nbookcity.com)

آغازی دوباره | بخش اول: کلیدهای متصل ماندن به خداوند

بیایید تا تمام بارهای سنگین و گناهای را کنار بگذاریم که ما را به سادگی به دام می اندازند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

کلید #هشتم: تمام موانع کمال را برطرف کن

اگر می‌خواهیم یک زندگی پیروزمندانه الهی داشته باشیم، باید مشتاقانه تمام موانعی را برطرف کنیم که نمی‌گذارند به کمال خود برسیم. شاید اعتیاد، عادتی ناشایست یا بد خلقی باشد. شاید به موقع سر کار نمی‌رویم، با دیگران خوب برخورد نمی‌کنیم یا ایرادگیر هستیم. خداوند همیشه ما را با این مسائل مواجه می‌کند. او همواره از ما می‌خواهد بالاتر برویم. اما هرگاه می‌خواهیم بیشتر اوج بگیریم، نفس ما باید پایین‌تر برود.

گاهی اوقات نمی‌دانیم چرا همچنان در یک جایگاه ایستاده‌ایم و نمی‌توانیم از این مرحله فراتر برویم. شاید به این خاطر باشد که خداوند بعضی از مسائل را پررنگ کرده است و ما آن‌ها را حل نمی‌کنیم. وقتی این ندا را در دل می‌شنوی، انگار کسی به تو می‌گوید «باید با فلان شخص بهتر رفتار کنی، باید به موقع به محل کار بروی، باید از کسی کمک بگیری تا این عادت بد را کنار بگذاری.» این‌ها صرفاً افکاری زیبا نیستند، خداوند به دلت انداخته است و می‌خواهد تو را بالاتر بیاورد. بی‌اعتنا نباش. آن‌ها را زیر فرش پنهان نکن.

گاهی اوقات فکر می‌کنیم که باید منتظر بمانیم تا خداوند کاری را انجام بدهد. اما درواقع او منتظر ماست تا آن مسئله را حل کنیم. شاید دشوار باشد، اما بهتر است انتخابی صحیح داشته باشی و مدتی سختی بکشی تا اینکه به همان شیوه سابق ادامه بدهی و از سرنوشت خود غافل بمانی. اما بسیاری از افراد آسایش فعلی را ترجیح می‌دهند

و سپس از اینکه پیروز نشده‌اند، حیرت‌زده می‌شوند. رسیدن به سرزمین موعود فقط یازده روز طول می‌کشد. اما نوادگان یعقوب چهل سال دور آن کوه چرخیدند و هرگز به مقصد نرسیدند. آن‌ها شکایت می‌کردند، انرژی منفی داشتند و قدردان نبودند. خداوند فرصت‌های پیاپی در اختیار آن‌ها قرار داد، اما دائم در آن آزمون شکست می‌خوردند. آن مسئله را حل نمی‌کردند و از خیر و برکت خداوند غافل می‌شدند.

اگر در برخی از جوانب زندگی خود تقلا می‌کنی _ همه ما این‌طور هستیم _ نسبت به آن بی‌اعتنا نباش. تظاهر نکن که آن مشکل وجود ندارد یا امیدوار نباش که خودبه‌خود از بین برود. اگر هرگز با موضوعی مواجه نشوی، نمی‌توانی آن را شکست بدهی. اگر مشکل داری، آن را آشکار کن. «خدا، هرگاه که دوستم را می‌بینم به این فکر می‌کنم که او بسیار با استعداد و بسیار زیباست و کمابیش حسادت می‌کنم. خدا، به من کمک کن.» یا «خدا، این افراد واقعاً من را دل‌آزرده کرده‌اند. نمی‌توانم آن‌ها را ببخشم. خدا، رنجشی در دل دارم.» وقتی فروتن باشی و با قلبی سرشار از ایمان از خداوند کمک بخواهی، هرگز تو را ناامید نمی‌کند. اگر وظیفه خود را انجام بدهی و با آن مشکل مواجه شوی، خداوند نقش خویش را ایفا و به تو کمک می‌کند تا مانع را از بین ببری.

وقتی خدا از ما می‌خواهد کاری دشوار انجام بدهیم _ کسانی را ببخشیم که به ما آسیب زده‌اند، از دوستی دوری کنیم که زندگی ما را آلوده می‌کند یا هر کاری که ایثاری بزرگ و تلاشی عظیم می‌طلبد _ می‌توانیم اطمینان داشته

باشیم که به دنبال این اطاعت نعمتی عظیم در راه است. هر بار که تسلیم خداوند می‌شوی، نعمت می‌یابی. اگر به سخنان خداوند گوش بدهیم، تغییر بزرگی در زندگی ما صورت می‌گیرد که آن را بهتر می‌کند.

من هر روز می‌گویم «خدایا قلب من را بررسی کن. آیا در مسیر صحیح قرار دارم؟ خداوندا به من بگو باید کدام قسمت از زندگی‌ام را بهبود ببخشم. برای بهتر شدن باید چه کار کنم؟» خداوند از ما نمی‌خواهد بی‌عیب و نقص باشیم. فقط از ما می‌خواهد که همواره تلاش کنیم و برای پیشرفت کردن گام برداریم. باید امسال نسبت به سال گذشته با مردم خوش‌برخوردتر باشیم. باید منظم‌تر باشیم. عادت‌های بد خود را کمتر کنیم و طرز فکر بهتری در پیش بگیریم. اگر در یک مرحله از زندگی گیر کرده‌ای، باید دعا کنی «خداوندا به من بگو کدام قسمت از زندگی‌ام را باید بهبود ببخشم؟»

همیشه موضوعی میان ما و سرنوشتمان مانع ایجاد می‌کند: غرور، حسادت، آزردگی و عادت بد. دشمن می‌خواهد شکست بخوری. برای او فرقی نمی‌کند که حد وسط یا معمولی باشی و زندگی‌ات هیچ تغییری نکند. اما هنگامی که تصمیم می‌گیری به گذشته نچسبی و مسائلی را حل کنی که خدا به تو گوشزد می‌کند و همانی بشوی که خدا می‌خواهد، لطف الهی را به شیوه‌هایی شگفت‌انگیز مشاهده خواهی کرد.

از تو^۲ می‌خواهم دیگر حد وسط نمانی. بذر تعالی را در وجودت کاشته‌اند. هیچ مانع بیش از حد بزرگ نیست. هیچ

اعتیادی بیش از حد و خیم و هیچ عادت بدی بیش از حد قوی نیست. تو و خداوند یک کل منسجم هستید. وقتی مسائلی را حل می‌کنی که خدا می‌خواهد و تمام تلاش خود را به کار می‌گیری تا از پروردگار اطاعت کنی، الطاف تابناک، نعمت‌ها و گردش معجزه‌آسای روزگار را تجربه خواهی کرد.

برنامه کاربردی

بنابراین به کلماتی که می شنوی عمل کن و صرفاً شنونده نباش

۱. زمان بیشتری را به راز و نیاز و دعا کردن به درگاه پروردگار اختصاص بده. درست مانند داوود در مزامیر ۲۴ و ۲۳:۱۳۹ بگو: «پروردگارا وجودم را واری کن و قلب من را بشناس. اگر در من موضوعی هست که تو را آزرده می کند به آن اشاره کن و در مسیر زندگی جاودان، هدایت گام هایم را بر عهده بگیر.» مشتاق باش تا با قلبی پذیرا و صادق با تمام مسائلی مواجه شوی که خداوند به تو گوشزد می کند.

۲. مشتاقانه از دیگران کمک بگیر تا بر این اعتیاد، عادت بد یا هر مسئله ای غلبه کنی که تو را عقب نگه می دارد. مشاوره بگیر، به کلاس های آموزشی برو یا در دوره های بازیابی شخصیت شرکت کن. مصمم باش و در عرصه مادی هر کاری را که می توانی انجام بده و خداوند در ساحت فرامادی کارهایی را انجام خواهد داد که خودت نمی توانی.

دوستی داشته باش که به او اطمینان داری و می‌توانید با هم عبادت کنید. کسی که از درگاه الهی خیر تو را بخواهد، از تو حمایت کند و هنگامی که با مشکلی دشوار کلنجار می‌روی، انگیزه‌بخش باشد. در نامه‌های یعقوب ۵:۱۶ آمده است: «بارهای خود را نه تنها در پیشگاه پروردگار، بلکه در حضور یکدیگر به زمین بگذارید و برای هم دعا کنید تا بتوانید شفا بیابید.» وقتی مسائل درونی خود را بر ملا می‌کنیم و آن را با انسانی قابل اعتماد در میان می‌گذاریم، بی‌درنگ از قدرت آن کاسته خواهد شد.

بخش دوم: استناداردی جدید تعیین کن

وقتی خداوند به تو فرصتی داد تا مرحله تازه‌ای را در زندگی آغاز کنی، وقتی از روح خود در تو دمید و همه چیز را تازه کرد، صرفاً برای این نبود که چند روز کوتاه حال و هوای بهتری داشته باشی. نه، خداوند دائم در حال زندگی بخشیدن است. اما اگر همیشه به گذشته نگاه کنی و اجازه بدهی تا مانع تو و سرنوشتت بشود، نمی‌توانی به جلو حرکت کنی. دیگر زمان آن رسیده است تا از آسیب‌ها، دردها و شکست‌های کهنه رها شوی. دیگر اجازه نده تا از کسانی به شمار بیایی که شک و تردید دارند. به خداوند اطمینان کن تا تو را همراه با خود از میان موانع گذشته هدایت کند و مستقیم به سوی مسیری تازه و شروعی جدید ببرد!

امروز آسمان و زمین را در برابر شما شاهد می گیرم که زندگی و مرگ، نفرین و برکت را پیش روی شما نهاده ام؛ بنابراین زندگی را برگزینید. باشد که شما و نوادگانتان زندگی کنید و به خداوند که پروردگار شماست، عشق بورزید و از سخنانش پیروی کنید و به او تمسک جوئید. زیرا او زندگانی و امتداد روزهای شماست.

آغازی دوباره | بخش دوم: استانداری جدید تعیین کن

این چالش را بپذیر و به وادی آزادی قدم بگذار

شهر کتاب (nbookcity.com)

ما دی. ان. ای خود را از پدر و مادرمان می‌گیریم. ژن‌هایی که منتقل می‌شوند، مشخص می‌کنند چهره ما چگونه است، چقدر قد می‌کشیم و موهایمان چه رنگی است. برای مثال دیگران اغلب به ما می‌گویند که چشم‌های پسرمان جاناتان شبیه مادرش است و او کاملاً شبیه ویکتوریا است. می‌گوییم «خدا را شکر».

نه تنها ویژگی‌های شخصیتی با این ژن‌ها منتقل می‌شوند، بلکه ویژگی‌های شخصیتی، رفتار، طرز فکر و حس شوخ‌طبعی ما نیز منتقل می‌شود. دخترمان الکساندرا بسیار مرتب و منظم است. از وقتی که دختر بچه بود، اتاقش را کاملاً تمیز نگه می‌داشت و هر چیزی را در جای خود قرار می‌داد. بی‌کم و کاست. ما هرگز از او نخواستیم این کار را بکند. این خصیصه از پدر بزرگ من به ارث رسیده بود. او این‌گونه بود. مادرم هم همین‌طور. آن ویژگی به نسل چهارم خانواده ما رسیده است. آن‌ها ژنی دارند که می‌گوید «تمیز باش. مرتب باش. منظم باش. همه چیز را دقیقاً در جای خود قرار بده».

اما همان‌گونه که ویژگی‌های خوب منتقل می‌شوند، ممکن است ویژگی‌های بد نیز به ارث برسند. اگر یکی از والدین شما در رفتارهای خود افراط می‌کرد، ده برابر امکان دارد که شما هم از او پیروی کنید. تا مدت‌ها گمان می‌کردم به راحتی نمی‌توان ویژگی‌های منفی وراثتی را از بین برد. ما با خود می‌گوییم خب، چقدر بد شد. این ویژگی منفی داخل ژن من هست. ناامیدی، اعتیاد، عزت‌نفس پایین. هیچ کاری هم نمی‌توانم بکنم.

اما به تازگی دانشمندان مفهوم جدیدی را به نام فراژنتیک کشف کرده‌اند که به معنی «ورای ژن‌ها» است. آن‌ها متوجه شدند ژن‌هایی که به ما منتقل می‌شوند، همیشه فعال نیستند. تأثیر ژن‌ها بر شما به تصمیم‌ها، محیط و تجربه‌هایتان باز می‌گردد.

اینک با اینکه نمی‌توانیم رنگ موهایمان یا شکل چشم‌هایمان را غیرفعال کنیم، اما دانشمندان می‌گویند درواقع می‌توانیم اثر بعضی از ژن‌ها را از بین ببریم و آن‌ها را روشن یا خاموش کنیم. آن‌ها راز کتاب‌های معنوی را دریافته‌اند: لزوماً قرار نیست خصوصیتی را که به ارث برده‌ای، به ارث بگذاری.

می‌توانی ژن‌های منفی‌ای را که به تو منتقل شده‌اند، غیرفعال کنی. به عبارت دیگر اگر مادر تو افسردگی داشت، حتماً تو هم نباید افسردگی بگیری. شاید ذاتاً به سوی افسردگی تمایل داشته باشی، اما باید آن را خاموش کنی. افسردگی را غیرفعال کن. آن را برای فرزندان به ارث نگذار.

می‌توانیم راحت ژنتیک را دستاویز خود قرار بدهیم «خب، ماما من افسرده بود. مادربزرگ من خیلی منفی‌نگر بود. مادر مادربزرگ من همیشه خدا شکایت می‌کرد. جوئل من هم همین‌طور هستم.»

نه، تو این‌گونه نیستی. تو اشرف مخلوقات پروردگار متعال هستی و همان‌طور که دی. ان. ای فیزیکی خود را از

والدین زمینیات به ارث برده‌ای، دی. ان‌ای معنوی خود را از خالق آسمانیات به ارث می‌بری. او ژن نشاط، قدرت، آرامش و پیروزی را در وجود تو قرار داده است.

تو می‌توانی انتخاب کنی

شاید خصیصه‌های منفی زیادی را به ارث برده‌ای، شاید در نسل شما اعتیاد، طلاق، افسردگی یا عزت‌نفس پایین وجود داشته باشد. منفعل نباش، آن‌ها را صرفاً نپذیر. خداوند تو را پرورده است تا به این مشکلات پایان بدهی. باید روی زمین خط‌ونشان بکشی و بگویی: «همین است، من ژن افسردگی را خاموش می‌کنم، نمی‌خواهم عرم را با ناامیدی بگذرانم، خداوند امروز را آفریده است و من انتخاب می‌کنم خوشحال باشم.»

وقتی این تصمیم را بگیری چه می‌شود؟ ژن‌های افسردگی غیرفعال می‌شوند. تو آن‌ها را خاموش می‌کنی. پس چرا این کار را نمی‌کنی؟ ژن افراط را خاموش کن، ژن ترحم را از بین ببر و امروز یک روز تازه است.

گذشته را مقصر ندان، مادرت را سرزنش نکن، گناه را به گردن پدر بزرگت نینداز، مسئولیت‌پذیر باش و ژن‌های صحیح را فعال کن. اگر از این به بعد تصمیم‌های درست بگیری، می‌توانی بر ژن‌های وراثتی منفی غلبه کنی. می‌توانی طلسم خانوادگی را بشکنی.

تو قدرت پایان دادن به طلسم و آغاز کردن برکت خانوادگی را داری. می‌توانی ویژگی‌هایی را منتقل کنی تا زندگی عزیزانت ساده‌تر شود. هرچه باشد حتی بدون منتقل شدن ویژگی‌های منفی، فرزندان ما به اندازه کافی با مسائل خود درگیر خواهند شد.

حتی اگر این کار را برای خود انجام نمی‌دهی، آن را به خاطر فرزندانت انجام بده. این کار را بکن تا زندگی برای نوادگانت آسان‌تر شود. کتاب مقدس بارهای منفی را شرارت می‌نامد. این شرارت ممکن است تا چهار نسل ادامه پیدا کند. مسائلی که با آن‌ها کلنجار می‌روی یک‌مرتبه هویدا نشده‌اند. یک نفر در خاندان شما در را به روی آن‌ها گشوده است.

با خانم جوانی صحبت می‌کردم که بی‌اشتهایی مزمن داشت. پوست‌واستخوان شده بود. مادرش هم همین مشکل را داشت. مادر بزرگش نیز با همین مشکل دست‌به‌گریبان بود. تصادفی نیست؛ این شرارت نسل‌به‌نسل منتقل شده است. این شرارت آنقدر ادامه می‌یابد تا کسی قد علم کند و به آن خاتمه بدهد. یک نفر باید این زن را غیرفعال کند.

خداوند در کتاب تثنیه ۳۰ فرموده است: «زندگی و مرگ، نفرین و برکت را پیش روی شما نهاده‌ام، بنابراین زندگی را برگزینید. باشد که شما و نوادگانتان زندگی کنید.» به این هشدار توجه کن، تصمیم‌های تو صرفاً بر خودت اثر

ندارند. نسل‌های آینده را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهند. هیچ کسی برای خودش زندگی نمی‌کند و نمی‌میرد. ما دربارهٔ طلسم‌های نسل به نسل مطالب زیادی شنیده‌ایم، اما مهم‌تر از آن، تصمیم‌هایی هستند که بر چندین نسل تأثیر می‌گذارند. هر کدام از تصمیم‌های درست تو باعث می‌شوند تا تصمیم‌های غلط پیشینیان از بین بروند. وقتی زندگی، برکت و پیروزی را انتخاب می‌کنی، تو و نوادگانت لطف الهی را خواهید دید.

ارنست همینگوی یکی از بزرگ‌ترین نویسندگان روزگار خویش بود. اما افسردگی، افراط در نوشیدن و خودکشی در او و اعضای خانواده‌اش نهادینه شده بود. همینگوی در سال ۱۹۶۱ به زندگی خود خاتمه داد. خواهرش ۵ سال بعد خودکشی کرد. برادرش ۱۶ سال پس از آن همین کار را تکرار کرد. نوه او نیز در سال ۱۹۹۶ به همین دلیل از دنیا رفت.

جالب اینجاست که پدر همینگوی در سال ۱۹۲۸ خود را از بین برده بود. با خود فکر می‌کردم، چه می‌شد اگر پدرش در دههٔ ۱۹۲۰ آن زن را غیرفعال کرده بود. چه می‌شد اگر قد علم می‌کرد و می‌گفت: «نه، من اشرف مخلوقاتم. مقصد و سرنوشتی دارم. این افکار منفی و مغلوب را کنار می‌زنم. می‌دانم که قدرت درونی من از هر چه با من مواجه می‌شود، بیشتر است.»

اگر در برابر آن روحیهٔ منفی اقتدار خود را نشان می‌داد و زن‌های ایمان و پیروزی را فعال می‌کرد و به همه می‌گفت

که سرباز صفر نیست، می‌توانست شجرهٔ خانواده را تغییر دهد. شاید می‌توانست طلسم خانوادگی را بشکند و برکت را جایگزین کند.

دی. ان. ای تو قدرتمند است

سؤال من از تو این است: آیا در سطحی کمتر از آنچه خداوند برایت در نظر دارد، قرار گرفته‌ای؟ از رؤیای خود دست کشیده‌ای یا دیگر به وعدهٔ الهی امید نداری، زیرا دفعهٔ اول اتفاق نیفتاد؟ شاید پسرفت کردی. شاید یک نفر به تو گفت به اندازهٔ کافی استعداد نداری، به اندازهٔ کافی بزرگ نیستی. اما محترمانه از تو سؤال می‌کنم: «اینجا چه می‌کنی؟ تو نعمت‌های بسیاری داری. سرشار از استعداد، ایده، خلاقیت و ظرفیت هستی.»

سرنوشت تو این است که به نعمت‌های بی‌نظیر بررسی و امضای خود را برای این نسل باقی بگذاری. پروردگار آسمانی تو به کلمات جان بخشید. او ستاره‌ها را در آسمان برافراشته است. او هر روز طلوع خورشید را در آسمان نقاشی می‌کند. تک‌تک گل‌ها را طراحی کرده است. انسان را از خاک آفرید و زندگی را در او دمید. کلید اینجاست. او صرفاً آفریدگار جهان نیست. او فقط خداوند قادر متعال نیست. او خالق الهی توست. تو رنگ و بوی خداوندی داری. پس توانایی‌هایت را تصور کن.

تو مجهز هستی. قدرت داری. کاملاً تجهیز شده‌ای. هیچ کم‌وکسری‌ای نداری. هیچ‌گاه فکرش را هم نکن که به

کمتر از بهترین راضی شوی. در گودال گیر نکن و گمان نبر که چوب‌خفت پر شده است. خط‌ونشان بکش و بگو «همین است. من به اندازه کافی به حد وسط راضی شده بودم. امروز یک روز جدید است. شاید اولین بار، یا پنجمین بار یا سی‌امین باری که تلاش کردم، رؤیایم برآورده نشد، اما دست نمی‌کشم. ایمانم را بیشتر می‌کنم، دنبال موقعیت‌ها می‌گردم، حرکت می‌کنم تا پیشرفت کنم. می‌خواهم همانی شوم که خدا می‌خواهد.»

اینک دیگر با این تفکرات پیش نرو: هیچ‌وقت نمی‌توانم این اعتیاد را کنار بگذارم. هیچ‌وقت نمی‌توانم دانشگاه بروم. هیچ‌وقت نمی‌توانم آرامش خانواده‌ام را ببینم. نه، تو از تبار قهرمان‌ها هستی. دی. ان. ای تو این‌گونه است. آن بیماری دائمی نیست. صحت و سلامت در خون توست. تو برای پیروز شدن، غلبه کردن و ظفرمندی به دنیا آمده‌ای. مهم نیست شرایط کنونی چطور به نظر می‌رسد. قرار نیست آن اعتیاد باقی بماند. آزادی در رگ‌هایت جریان دارد. قرار نیست آن مشکل خانوادگی، نزاع و تفرقه تا ابد طول بکشد. تولدی دوباره در رگ‌های توست. کمبود، تقلا و درآمدِ آب‌باریکه سرنوشت تو نیستند. توانگری، وفور، موقعیت‌های خوب و موفقیت‌ها در خون تو هستند.

وقتی کارهای طبیعی را انجام می‌دهی، خداوند کارهای فراطبیعی را انجام خواهد داد. وقتی تمام توانت را به کار بگیری، خداوند دست‌به‌کار می‌شود و کارهایی را انجام می‌دهد که نمی‌توانی. راه ساده را در پیش نگیر. قوی بمان

و با ایمانی جانانه مبارزه کن.

تو می توانی تصمیم بگیری که لطف خداوند را منتقل کنی

شاید امروز در جایگاهی از زندگی با روحیه ای منفی کلنچار می روی. می توانی به سادگی همانجا بمانی، اجازه بدهی ژن های منفی به ارث برسند و زندگی را برای نوادگانت دشوارتر کنی. یا می توانی تصمیم بسیار بهتری بگیری و بگویی: «نه. دیگر کافی است. من نمی خواهم معتاد، عصبانی، شکست خورده و افسرده زندگی کنم. من بارهای منفی را منتقل نمی کنم. زندگی را انتخاب می کنم. برکت را انتخاب می کنم. می خواهم تصمیمی بگیرم که به خانواده ام کمک کند و آن ها را عقب نیندازد.»

خداوند در کتاب مقدس به شائول^۴ گفت که سرزمین عمالیق^۵، محل زندگی تندخوترین دشمن نوادگان یعقوب را نابود و از صفحه روزگار محو کند. شائول ارتش خود را فرستاد و سرزمین عمالیق و شاه آن، اجاج^۶ را شکست داد، اما معلوم بود که مأموریت خویش را تمام نکرده بودند، زیرا چندین سال بعد، داوود پادشاه، دوباره با آن ها مبارزه کرد. اجاج، لقب موروثی پادشاهان عمالیق بود.^۷

چندین سده به جلو برویم. استر^۸ داخل قصری در سرزمین پارس است. مردی به نام هامان تلاش می کند تا از دست او و مردمش خلاص شود. متون مقدس می گویند هامان با اجاج ها نسبت داشت که نشان دهنده رابطه او

با خانواده سلطنتی عمالیک بود. اگر همان موقع که خداوند به شائول قدرت داده بود، دشمنش را از بین می برد،
استر مجبور نبود پانصد سال بعد با این مشکل مواجه شود.

شهر کتاب (nbookcity.com)

آیا ممکن است تو همان کسی باشی که به مشکل چندصدساله خانوادگی خاتمه می‌دهد؟ خداوند همان‌گونه که به استر ندا داد، به تو نیز خطاب می‌کند: اینک زمان تو رسیده است. این لحظه برای توست. سرنوشت تو را صدا می‌زند. می‌توانی تسلیم شوی و اجازه دهی تا تو را زمین بزند یا می‌توانی بگویی نه همان قدرتی که پیامبران الهی از آن سخن می‌گویند، درون من وجود دارد. من بر این عادت ناشایست غلبه می‌کنم. این افسردگی و عزت‌نفس پایین را زمین می‌زنم. اجازه نمی‌دهم این مسئله باقی بماند تا نسل‌های بعدی با آن سروکله بزنند. پدرم این کار را کرد. او در کودکی با «ذهنیتی فقیر» بزرگ شده بود. خانواده او در دوران رکود عظیم اقتصادی تمام دارایی خود را باختند. هنگام جشن سال نو بسته‌های حمایتی مخصوص دانش‌آموزان فقیر را دریافت می‌کرد. آن‌ها فقط می‌توانستند شیر بدون چربی بخرند. این شیر اصلاً چربی ندارد و رنگ آن از سفید به آبی کم‌رنگ متمایل می‌شود. حیوانات مزرعه از این شیر استفاده می‌کنند، برای انسان‌ها نیست. پدرم نمی‌توانست این مسئله را تحمل کند.

او وسوسه شده بود تا چنین بیندیشد: این سهم من از زندگی است. تمام شرایط نشان می‌داد او هرگز موفق نمی‌شود و هیچ‌وقت نمی‌تواند از دایره فقر بیرون بیاید؛ اما او در هفده سالگی زندگی خود را وقف خداوند کرد و حس جدیدی در او شکل گرفت. حسی سرشار از ایمان و جسارت که می‌گفت فرزندانم هیچ‌گاه فقر و بیچارگی دوران کودکی من را تجربه نخواهند کرد. کتاب‌های معنوی را خواند تا بفهمد خدا درباره انسان چه می‌گوید. او

خودش را فرزند یک کشاورز فقیر ندید که هیچ آینده‌ای ندارد، بلکه خود را بندهٔ محبوب پروردگار در نظر گرفت. پدرم شانه‌هایش را صاف کرد و طلسم فقر خانوادهٔ ما را شکست. لطف خدا را محدود نمی‌دید و یک زندگی سعادتمندانه و توانگرانه داشت.

هیچ تردیدی ندارم که پدرم هر بار هنگام دعا کردن کتاب خود را بالا می‌گرفت و می‌گفت: «این کتاب دعای من است. هرچه می‌گوید هستم، هرچه می‌گوید دارم.» تو هم امروز این کار را انجام بده و از نتایج آن حیرت‌زده شو.

عظمت بی‌انتهای لطف الهی

زندگی چقدر دردناک می‌شود وقتی در نظر خداوند بهترین مخلوقش هستیم، اما هنوز خودمان را مستمندی فرودست می‌بینیم. این دقیقاً همان داستانی است که برای مرد جوانی در عهد عتیق به نام مفیوشت^۹ رخ داد. او نوهٔ پادشاهی به نام شائول و فرزند جاناناتان بود. جاناناتان و داوود دوستانی صمیمی بودند و درواقع با یکدیگر عهد و پیمانی محکم بسته بودند. یعنی هرچه برای یک نفر رخ می‌داد به دیگری هم مربوط می‌شد. در این عهد و پیمان اگر مشکلی برای یکی از آن‌ها رخ می‌داد، «برادر» دیگر متعهد بود تا از خانوادهٔ شخص جان‌باخته مراقبت کند.

شائول و جاناناتان هر دو در یک روز در میدان نبرد جان باختند. هنگامی که خبر به قصر رسید، یکی از خدمتکاران، مفیوشت، پسر کوچک جاناناتان، را برداشت و از شهر گریخت. خدمتکار که کودک را حمل می‌کرد، با چنان

عجله‌ای از آن سرزمین مقدس خارج شد که پایش پیچ خورد. نتیجه زمین خوردن آن‌ها این بود که مفیوشت فلج شد. خدمتکار فرزند جاناتان را به شهری به نام لودبار^۱، یکی از فقیرترین و دورافتاده‌ترین در میان شهرهای کل آن مرزوبوم برد. مفیوشت، نوۀ پادشاه، اکثر عمر خود را در آن شهر سپری کرد.

داوود بر شائول غلبه پیدا کرد و سال‌ها بعد از زیردستانش پرسید: «آیا کسی از خاندان شائول باقی مانده است که به خاطر جاناتان به او لطف کنم؟» به او خبر دادند که جاناتان پسری داشت و هنوز زنده است. بنابراین داوود به مردان خود دستور داد تا او را به قصر بیاورند. وقتی مفیوشت رسید بی‌شک هراسان شده بود. هرچه باشد، پدربزرگ او تلاش می‌کرد تا داوود را در هر جای کشور بیابد و به قتل برساند. شاید مفیوشت حس می‌کرد که داوود نقشه دارد تا اعدامش کند، زیرا تهدیدی برای قلمروی او به شمار می‌رفت.

اما داوود به او گفت: «هراسان نباش. می‌خواهم به خاطر پدرت جاناتان به تو لطف کنم. می‌خواهم تمام سرزمینی را به تو بازگردانم که زمانی متعلق به پدربزرگت شائول بود. از امروز به بعد تو سر میز من شام می‌خوری. گویا یکی از پسرانم هستی.» داوود با مفیوشت مانند اعضای سلطنتی برخورد کرد. هرچه باشد او نوۀ پادشاه بود و داوود و پدرش عهد و پیمان بسته بودند.

زندگی مفیوشت یک‌مرتبه زیرورو شد. این قسمت خوب ماجراست. اما به تمام سال‌هایی بیندیش که در شهر

کثیف لودبار سپری شد. تمام آن مدت می‌دانست که از تبار سلاطین است. افزون‌براین پدرش و داوود عهد و پیمانی بسته بودند که به او حق می‌داد تا تمام دارایی پدرش را طلب کند. او به‌عنوان فرزند یک خانواده سلطنتی باید جسارت به خرج می‌داد تا مدعی مزایای ولیعهدی شود.

تو نیز شاهکار خلقت خداوندی. آفریده نشده‌ای تا دائم تقلا کنی، عصبانی شوی، یا عادت‌های بد داشته باشی. شاید آن زن‌ها به ارث رسیده باشند، اما تو این قدرت را داری که چرخه منفی را بشکنی. این اخلاق ناپسند صدها سال در خانواده شما رواج داشتند، اما وقتی زندگی خود را وقف خداوند کردی و از نو متولد شدی، خداوند زن‌های الهی را در وجودت قرار می‌دهد. تو روح الهی را در خود داری.

این زن‌ها قدرت را منتقل می‌کنند. این زن‌ها نیرومندی را انتقال می‌دهند. آزادی در رگ‌هایت جریان دارد. همانجا که هستی، نمان. نگو: «تمام افراد خانواده‌ام طلاق گرفتند. انگار من هم همین راه را می‌روم.» نگو: «همه با این عادت بد مشکل دارند. یا همه مشکل اقتصادی دارند.» نکته این است: تو همه نیستی. خداوند تو را خطاب می‌کند تا به این مشکلات پایان بدهی. تو مجهز، توانمند و کاملاً قادری. این همان موضوعی است که حزقیال نبی در متون مقدس بیان کرد: «پدرها انگور ترش می‌خورند و دندان‌های کودکان خراب می‌شود. پروردگار، ناجی جاودان، گفته است که دیگر این جمله را نقل نخواهی کرد.»

آن‌ها با این ضرب‌المثل زندگی می‌کردند. شیوه زندگی آن‌ها این‌گونه بود، هرگاه پدری مشکل داشته باشد، فرزندش هم به همان مشکل دچار می‌شود. نمی‌توانیم در این مورد کاری انجام بدهیم. تا وقتی که پدرها انگور ترش بخورند، تا وقتی که والدین با عادت‌های بد دست‌به‌گریبان باشند، تا وقتی که پدربزرگ و مادربزرگ افسرده باشند، کودکان نیز با همان مشکلات دست‌وپنجه نرم می‌کنند.

فلسفه زندگی آن‌ها چنین بود. سپس نور خداوند نمایان شد و به حزقیال وحی کرد دیگر این حرف را نزن. چرا مدام اقوامت را بهانه می‌کنی؟ چرا دائم از رفتارهای والدین و شیوه بزرگ شدن خود به‌عنوان دستاویزی برای جایگاه فعلی‌ات استفاده می‌کنی؟ تا وقتی که پروردگارت ناجی و جاودان است، لازم نیست در تنگنای تجربه‌های منفی گذشته‌ات باقی بمانی.

شاید والدینت انگور ترش خورده‌اند. شاید اقوامت تصمیمی گرفته‌اند که شما را به ناکامی کشانده است. خداوند می‌گوید این مسئله بر تو اثر نمی‌گذارد. شاید تا پیش از این تو را عقب نگه داشته بود، اما امروز یک روز تازه است. اگر آن زن‌ها را غیرفعال کنی و به جلو پیش بروی هیچ‌کدام از نیروهای تاریکی نمی‌توانند تو را عقب نگه دارند. تو مجبور نیستی انگور ترش بخوری. رها خواهی شد. نفرین بر تو اثر نمی‌گذارد، تو برکت می‌یابی. تو شجره‌نامه‌ای کاملاً جدید را تأسیس خواهی کرد.

فارغ از اینکه چگونه پرورش یافته‌ای یا چه چیزهایی تو را زمین زده و عقب نگه داشته‌اند. خداوند می‌گوید: «من تو را همچون تاج سر آفریدم، نه فرو دست. تو را آفریده‌ام تا قرض بدهی نه اینکه قرض کنی.» فقط به سرانگشت لطف خداوند احتیاج داری. با او هم‌نوا باش. خداوند برای آینده تو نعمت‌هایی در نظر دارد که مثل بمب صدا می‌دهند؛ نعمت‌هایی که ممکن است مغزت را منفجر کنند.

تو می‌توانی مانند اشرف مخلوقات زندگی کنی

خبر بسیار بی‌نظیری برای تو دارم. هیچ شکستی در رگ و ریشه شما وجود ندارد. هیچ فقدان، عادت بد یا حد وسطی در کار نیست. تو مخلوق محبوب خداوند متعال هستی. من اینجا هستم تا اعلام کنم پروردگار ناجی جهانیان تا ابد فرمانروایی می‌کند، بر عرش اعلا استیلا دارد و او پروردگار توست.

پس لازم نیست انگورهای ترش و فاسد دیروز را بخوری. احساس قربانی بودن را دور بینداز. بهانه‌تراشی نکن. گذشته را مقصر ندان. والدینت را سرزنش نکن. تقصیر را به گردن شرایط نینداز. شاید دلیل جایگاه کنونی تو باشند، اما این حق را به تو نمی‌دهند که درجا بزنی.

دست‌به‌کار شو و مسائلی را برطرف کن که تو را در گذشته نگه می‌دارد. دست بجنبان و ژن‌های صحیح را فعال کن. یکی از دوستان خوبم همین کار را کرد. او در خانواده‌ای بسیار ناکارآمد بزرگ شده بود. پدرش دائم‌الخمر و

بسیار پرخاشگر بود. دوستم در کودکی پدرش را می‌دید که به مادرش خیانت می‌کرد، بسیار نامحترم بود و از شدت عصبانیت مشت می‌کوبید.

بنابراین دوستم بزرگ شد و هیچ فرقی با پدرش نداشت. او نیز اعتیاد داشت و یک زندگی بسیار خشونت‌آمیز و وحشیانه را تجربه می‌کرد. اواخر بیست‌سالگی زندگی خود را وقف پروردگار و به‌شدت تغییر کرد. خلاصه بگویم او واعظ یک کلیسای بزرگ و افرادی بسیار محترم شد.

او به سراسر دنیا سفر می‌کرد و داستان خود را با آن‌ها در میان می‌گذاشت، اما همچنان با عصبانیت خود مشکل داشت. بیشتر مردم نمی‌دانستند درحالی‌که خداوند او را از عادات ناپسند، مواد مخدر و الکل خلاص کرده بود، عصبانیت او هیچ‌وقت از بین نرفت. آن را در حضور جمع نشان نمی‌داد، اما در خانه وقتی با خانواده خود تنها بود، کوچک‌ترین چیزی باعث پرخاشگری‌اش می‌شد. درست مانند پدرش هنگام عصبانیت مشت می‌زد و به‌شدت از همسرش سوءاستفاده می‌کرد.

دوستم چنین رفتاری را نمی‌پسندید. می‌دانست اشتباه است، اما نمی‌توانست خودش را کنترل کند. می‌خواست کمک بگیرد، اما بسیار شرمگین بود. با خودش فکر می‌کرد نمی‌توانم به هیچ‌کس بگویم. من واعظ کلیسا هستم. آن‌ها درباره من چه فکری می‌کنند؟ باید الگوی دیگران باشم.

اما اکثر مردم درک نمی‌کنند که اگر با یک مشکل سخت دست‌وپنجه نرم می‌کنی، لزوماً انسان بدی نیستی. احتمالاً یک نفر در خانواده شما این در را گشوده است. یک نفر به آن شرارت اجازه داده است تا وارد شود و سپس از کلنجار رفتن با آن خودداری کرده است. مانند آن‌ها نباش، گرد و خاک را زیر فرش پنهان نکن تا بی‌اعتنایی کنی یا امیدوار باشی که از بین می‌رود. اگر نتوانی آن را برطرف کنی تو را در اسارت خویش نگه می‌دارد.

در نامه‌های یعقوب ۵:۱۶ آمده است: «به اشتباهات خود نزد دیگران اعتراف کنید و شفا خواهید یافت.» مسائلی وجود دارد که به تنهایی نمی‌توانی بر آن‌ها غلبه کنی. باید غرور خود را کنار بگذاری و شخص مطمئنی را بیابی. کسی که رازدار تمام گفته‌هایت باشد. مثلاً یک سخنران قابل اطمینان، یک مشاور یا یک دوست. به آن‌ها بگو که با چه مشکلی کلنجار می‌روی و اجازه بده برایت دعا کنند، همراهت بمانند و راه حل این مشکل را بیابند.

در متون مقدس آمده است وقتی این چالش را بپذیری و آشکارا بگویی: «خدایا من برای این اشتباه به کمک تو نیازمندم.» و برای برطرف کردن آن‌ها گام برداری، شفا خواهی یافت. دوستم چنین کرد و امروز یکی از مهربان‌ترین و آرام‌ترین افرادی است که تا به حال دیده‌ام.

او چه کرد؟ طلسم خانوادگی را شکست. شیوه‌ای از زندگی را برگزید تا فرزندانش مجبور نباشند با خشم و عادت‌های ناپسند کلنجار بروند. او آن زن‌ها را غیرفعال کرد. آن زن‌ها هنوز در بدنش وجود دارند. به ارث

رسیده‌اند، اما بر او تأثیر نمی‌گذارند.

قربانی بودن را قبول نکن

تو قربانی نیستی، برنده‌ای. اگر قرار نبود این مانع در آینده به پدیده‌ای حیرت‌آور تبدیل شود، هرگز با آن مواجه نمی‌شدی. در متون مقدس آمده است: «وقتی ظلمت، پرهیزکاران را فرا می‌گیرد، نور آنجا را می‌شکافد.» وقتی مدتی طولانی هیچ راهی نمی‌بینی، وقتی همه‌جا تاریک است، در قله‌الطاف الهی ایستاده‌ای و قرار است نعمت خدا زندگی‌ات را دربر بگیرد.

در دام منفی بودن، غر زدن یا حزب باد بودن گیر نیفت. زندگی خود را برای پیروزی، موفقیت و مراحل جدیدتر تنظیم کن. دیدگاهت را گسترش بده. فضایی ایجاد کن تا خداوند کارهای جدیدی انجام بدهد. هنوز سطح نعمت‌های ذخیره‌شده‌اش را هم لمس نکرده‌ای.

شاید در شرایطی دشوار هستی، اما به جای منفی‌بافی عزم خود را جزم کن و بگو: «دیگر این ذهنیت را در سر ندارم که به خاطر خانواده‌ام هیچ پیشرفتی نمی‌کنم. از رؤیاهایم دست برنمی‌دارم. بی‌اشتیاق و بی‌علاقه زندگی نمی‌کنم. شاید راهی نبینم، اما می‌دانم که خداوند راهی دارد. شاید تاریک باشد، اما انتظار دارم که نور، ظلمت را بشکافد. من ذهنم را برای پیروزی تنظیم می‌کنم.»

این رویه باعث می‌شود خداوند دست‌به‌کار شود. این مسئله فقط به ذهنیت مربوط نمی‌شود. این قضیه فقط مربوط به طرز فکر مثبت نیست، اینک ایمان خود را نشان داده‌ای. وقتی باور داشته باشی، توجه خداوند را جلب می‌کنی. وقتی توقع داشته باشی که رؤیاهایت برآورده شوند، دوباره سلامتی‌ات را به دست بیاوری، موفقیت‌های خوبی کسب کنی و ارتباط‌های الهی بر سر راهت قرار بگیرند، خالق جهان دست‌به‌کار می‌شود.

شاید هزاران شکست بد داشته‌ای، اما آن‌ها را بهانه منفی‌بافی قرار نده. یک موفقیت خوب می‌تواند تمام شکست‌های بد را جبران کند. سرانگشت رحمت خداوند می‌تواند تو را به جایی فراتر از تصورات سوق بدهد. شاید احساس می‌کنی عقب ماندی و در جایگاه اصلی خود در زندگی قرار نداری. نگران نباش، خداوند می‌داند چگونه اوقات از دست‌رفته را جبران کند و می‌داند چگونه همه چیز را بهبود ببخشد.

اینک باید نقش خود را ایفا کنی. ذهنیت منفی را کنار بزن. بدبینی، بی‌اشتیاقی و افسوس روزهای گذشته را دور

بریز. اشتیاق خود را دوباره به دست بیاور. زندگی تو را پیش می برد. وقت نداری که آن را با منفی بافی هدر بدهی. باید سرنوشت خود را تکمیل کنی. باید رسالت خود را انجام بدهی. آنچه در آینده ات وجود دارد، بسیار عالی تر از چیزی است که در گذشته ات وجود داشت. ما باید از شر قانون مورفی خلاص شویم و درست برخلاف آن زندگی کنیم. باید چنین طرز فکری داشته باشی: اگر قرار است امروز اتفاقی بیفتد، قطعاً در بهترین زمان اتفاق می افتد. هیچ چیز آنقدر که دشوار به نظر می رسد، نیست. هیچ چیز آن قدرها طولانی نخواهد بود. چرا؟ تو به شدت مشمول لطف خداوند شده ای. خداوند متعال قدم های تو را هدایت می کند. تو را پذیرفته و مجهز و نیرومند کرده است.

با لطف خداوند می توانی غلبه کنی

هیچ عادت بدی آنقدر شدید نیست که نتوانی بر آن غلبه کنی. هیچ کمبودی مانند کوهی از موانع نیست. هیچ کدام از این اتفاقات نباید تو را از سرنوشت خدادادی ات دور کنند. قدرتی که در تو وجود دارد از تمام قدرت هایی که به سوی تو می آیند، بزرگ تر است.

اشتباه یکی از دوستانم را انجام نده. یاد بگیر که مطابق ناکارآمدی های رفتار کنی. خداوند تو را نیافرید که مشکل داشته باشی یا دشواری های پنهان کنی و درباره خودت حس بدی داشته باشی. او تو را آفرید تا کاملاً رها باشی

او می‌خواهد شهادی تازه به تو بدهد، این شاهد تازه از انگورهای ترش نیست. زیر بار سنگین گذشته‌ها نشسته است. این شاهد پر از میوه‌های تازه و شیرین است. یک زندگی پیروزمندانه است.

شاید تو هم مانند دوست من یک الگوی ناسالم داشتی. کودک به سادگی رفتار بد والدین و بزرگسالان دیگر را عادی تلقی می‌کند. شاید والدینت به تو توجه نمی‌کردند و تو نیز به فرزندان توجه نمی‌کنی. یا شاید خشن و عصبانی بودند و حرمت خانه را رعایت نمی‌کردند. این زن‌ها را به ارث نگذار.

این زن‌ها را غیرفعال کن. نسبت به فرزندان مهربان باش. پدرهای بسیاری به من گفته‌اند: «جوئل، من یک مرد هستم. پسر را بغل نمی‌کنم. هرچه باشد او بزرگ شده است.»

اجازه بدهید مطلبی را به شما بگویم. یک مرد واقعی کماکان فرزندش را در آغوش می‌گیرد. یک مرد واقعی با عزت و احترام با همسرش رفتار می‌کند. آقایان، در متون تاریخی ما آمده است که «همسر شما نشانه جلال و شکوه شماست.» اگر خسته، بی‌اشتیاق و فرسوده شده است، شما نیز به خوبی نمی‌درخشید. او بازتاب شکوه شماست. شما باید تلاش‌های خود را دو برابر کنید. کاری انجام بدهید تا بهار را به قدم‌هایش و لبخند را به چهره‌اش بازگردانید. او را به یک مرکز خرید ببرید. هدیه جدیدی بخرید. برایش گل بفرستید. نامه بنویسید و به او بگویید چقدر بی‌نظیر است. هرچقدر او بیشتر بدرخشد، شما بهتر به نظر می‌رسید. به همین خاطر است که از ویکتوریا

به‌خوبی مراقبت می‌کنم، او من را خوب نشان می‌دهد!

یک مورد دیگر: پدرها، دختر شما با شخصی مانند خودتان ازدواج می‌کند. اگر نسبت به همسران بی‌اعتنا باشید و بهترین اوقات روز را به او اختصاص ندهید، اگر او را نادیده بگیرید، دخترتان نیز به چنین شخصیتی جذب می‌شود. فرزندان ما بیشتر از نصیحت‌های ما، از رفتارهایمان پیروی می‌کنند. آن‌ها دائم همه‌چیز را نظاره می‌کنند. مانند دوربین‌های فیلم‌برداری هستند که روی دویا می‌روند. همیشه در حالت ضبط کردن‌اند، نحوه برخورد ما با مردم، طرز فکر و رفتار ما را تماشا می‌کنند. آن‌ها همیشه تماشا می‌کنند.

با همسر خود مانند یک ملکه رفتار کن. از او تعریف کن. برایش قهوه بریز. در خودرو را باز کن. به او هدیه بده و کاری کن تا احساس کند دوست‌داشتنی، باارزش، محترم و باعزت است. به‌این‌ترتیب دخترت نیز با یک برنده ازدواج می‌کند. او همسر مردی شبیه پدرش می‌شود.

شاید هنگامی که بزرگ می‌شدی، پدرت رفتار خوبی با مادرت نداشت. شاید دقیقاً خلاف گفته‌هایم را دیده باشی. حتی اگر آن‌گونه باشد، باور دارم که می‌توانی استاندارد تازه‌ای تعیین کنی. تصمیم بگیر که بر آن اتفاق بد غلبه کنی. زندگی بهتری را برگزین. عزت را انتخاب کن. احترام را بپسند و آن‌ها را به نسل‌های بعدی منتقل کن.

کوه‌ها را تکان بده

همه ما در زندگی با موانعی روبه‌رو می‌شویم. شاید این کوه نحوه رفتار کردن ما با همسرمان باشد. زیرا ما رفتارها را از والدینی آموخته‌ایم که در خانواده‌ای ناکارآمد زندگی می‌کردند و بر فرزندانمان نیز تأثیر گذاشته است. شاید این کوه شامل رفتارهای ناپسند، شرایط مالی، سلامتی یا رؤیاهایی باشد که دست‌نیافتنی به نظر می‌رسند.

وقتی با یک کوه مواجه می‌شوی خوب است که همیشه از خداوند کمک بخواهی تا بتوانی بر آن مشکل غلبه کنی، اما دعا کردن کافی نیست. باور داشتن کفایت نمی‌کند. نمی‌توانیم به افکار مثبت بسنده کنیم. کلید اینجاست که باید با کوه‌هایت صحبت کنی. عیسی مسیح در مرقس ۱۱:۲۳ گفته است: «اگر کسی به این کوه بگوید از جا بلند شو و در قلبش هیچ تردیدی نداشته باشد، به خواسته خود می‌رسد.»

شاید با کوهی از ترس مواجه شده‌ای، باید بگویی: «ای ترس، من به تو فرمان می‌دهم از اینجا بروی. به تو اجازه نمی‌دهم در زندگی من بمانی.» اگر مشکلات سلامتی داری، ضمن اینکه به خداوند التماس می‌کنی تا تو را شفا بدهد، باید به آن بیماری اعلام کنی: «ای بیماری، تو هیچ حقی در بدن من نداری. من شاهکار آفرینش خداوندم. من به تو خوشامد نمی‌گویم و از تو تقاضا نمی‌کنم که بروی. نمی‌گویم ای بیماری عزیز، لطفاً به من لطفی کن. نه من به تو دستور می‌دهم تا بدنم را ترک کنی.

آموخته‌ام که اگر با کوه‌های صحبت نکنی، آن‌ها با تو حرف می‌زنند. سراسر روز آن افکار منفی به سراغت می‌آیند. آن‌ها همان کوه‌هایی هستند که با تو صحبت می‌کنند. می‌توانی دست روی دست بگذاری و آن دروغ‌ها را بپذیری یا اینکه قد علم کنی و بگویی: «من اوضاع را مدیریت می‌کنم. اجازه نمی‌دهم که کوه‌هایم با من سخن بگویند. ای کوه، من به تو می‌گویم از اینجا بلند شو. تو من را شکست نمی‌دهی.»

تصادفی نیست که کوه را به مشکلات تشبیه می‌کنند. کوه بزرگ است. کوه‌ها همان مشکلات خانوادگی و ضعف‌هایی هستند که دائمی به نظر می‌رسند، گویا قرار است همیشه همین‌طور بمانند و همین حس را داشته باشند. اما از نظر خداوند اگر با کوه‌های صحبت کنی، متوجه می‌شوی که دائمی نیستند.

اگر هنگام صحبت کردن با همسرت عصبانی می‌شوی، اگر با افسردگی یا عادت ناپسند مواجه شده‌ای، شاید به نظر می‌رسد که هرگز تغییر نمی‌کند؛ اما اگر با کلامی سرشار از ایمان سخن بگویی در قلمروی نادیدنی‌ها اتفاقی رخ می‌دهد. کوه از هم می‌پاشد. نیروهای ظلمانی شکست می‌خورند. دشمن به لرزه می‌افتد.

وقتی مانند یک شاهکار خلقت صحبت می‌کنی، توجه تمام نیروهای بهشتی را به خود جلب می‌کنی. ارتش عظیم قلمروی نامرئی الهی پشت‌سرت خواهند ایستاد. بگذار به تو بگویم، هیچ قدرتی یارای مقابله با پروردگار را ندارد. هیچ مشکل خانوادگی. هیچ عادت ناپسند. هیچ واهمه. هیچ مشکل قانونی. هیچ مسئله ریشه‌داری قدرتش را

ندارد. وقتی سخن می‌گویی و تردید نداری، کوه جابه‌جا خواهد شد.

البته این کوه یک‌شبه جای خود را تغییر نمی‌دهد. شاید چند ماه بگذرد و همه‌چیز مثل قبل به نظر برسد. نگران نباش. در قلمروی نادیدنی‌ها همه‌چیز به نفع تو تغییر می‌کند. روزی حضرت مسیح از شهری می‌گذشت، یک درخت انجیر دید و خواست کمی از آن بخورد. اما درخت میوه نداشت. او به درخت نگاه کرد و گفت «تو دیگر هیچ‌وقت ثمر نخواهی داد.»

دقت کن، او درخت را خطاب قرار داد. مؤمن با مشکل خود صحبت می‌کند. حضرت مسیح از آنجا گذشت. به نظر نمی‌رسید اتفاقی رخ داده باشد. درخت مانند سابق سبز و سالم به نظر می‌رسید. مطمئنم بعضی از حواریون با یکدیگر نجوا کردند تأثیری ندارد. شاید قدرتش را از دست داده است. زیرا به درخت گفت بمیرد، اما خشک نشده است. آن‌ها لایه‌های زیرین و ریشه‌ آن مسئله را درک نمی‌کردند. لحظه‌ای که مسیح سخن گفت تمام زندگی آن درخت قطع شد.

وقتی کمی بعد از شهر عبور می‌کردند حیرت‌زده ایستادند، آن‌ها متوجه شدند که درخت کاملاً خشک شده و از بین رفته است. همین‌طور است، به محض اینکه با مشکلات خود سخن بگویی اتفاقی می‌افتد. نیروهای الهی در قلمروی نامرئی دست‌به‌کار می‌شوند. خداوند به فرشته‌ها فرمان می‌دهد. آن‌ها با موانع زندگی تو مبارزه می‌کنند.

خداوند باران رحمتش را نازل می‌کند. انسان‌های نامناسب را از سر راهت برمی‌دارد. شفا، موفقیت و پیروزی را به‌سوی تو می‌فرستد.

شاید تا مدتی کارهای خداوند را به چشم نبینی، آن کوهستان مانند سابق بزرگ، دائم و محکم به نظر برسد، اما اگر ایمان خود را حفظ کنی و باز هم با آن کوه حرف بزنی، اگر به آن کوه دستور بدهی تا برود، اگر خودت را سالم، پربرکت و پیروز اعلام کنی، روزی، یک‌مرتبه متوجه می‌شوی که آن کوه جابه‌جا خواهد شد.

تو می‌توانی این مسئولیت را بر عهده‌گیری و این چرخه را بشکنی

چند سال پیش به یک مسافرت خانوادگی در هتلی زیبا رفته بودیم که یک هتل بسیار بزرگ بود. اتاق‌های کرایه‌ای بسیاری در سراسر محوطه قرار داشتند که بسیار زیبا بودند. وقتی به آنجا رسیدیم، پذیرش هتل ما را به اتاق‌هایمان برد که باید از یک پیاده‌روی طولانی ماریج گذر می‌کردیم. ما از مسیری منحنی و کنار خانه‌های بیلاقی، از روی پل و سپس از کنار یک دریاچه بزرگ گذر کردیم. من بسیار دقت می‌کردم، زیرا مسیر دسترسی به اتاقمان بسیار پیچیده بود.

چند شب بعد در اتاق اصلی هتل شام می‌خوردیم. همین که لابی را ترک کردیم تا به اتاق خودمان برگردیم پسرمان جاناتان که آن موقع ده‌ساله بود، گفت: «بابا می‌دونی که ما از مسیر طولانی‌تر می‌ریم. اما این یکی راه

خیلی کوتاه‌تره.»

جواب دادم: «نه جاناتان من بسیار دقت کردم. این همون مسیری هست که مسئول پذیرش به ما نشون داد. این

مسیر درسته.»

شهر کتاب (nbookcity.com)

او اصرار کرد: «نه بابا دارم بهت می گم یک مسیر کوتاه تر وجود داره.»

«جاناتان، من مطمئنم که این مسیر درست تره.»

تا چند روز آینده همیشه از مسیر من رفت و آمد می کردیم و هر دفعه جاناتان می گفت: «بابا ما دوباره داریم از راه طولانی می ریم» من هر بار پاسخ می دادم «نه این طور نیست جاناتان. راه ما همینه.» در آخرین روز مسافرت یک هفته ای، دوباره از اتاق اصلی به سمت اتاق خودمان برمی گشتیم که جاناتان تقاضا کرد: «بابا می شه حداقل یک بار از مسیر من بریم؟» تسلیم شدم و گفتم: «باشه از مسیر تو می ریم.» جاناتان ما را از چند پله و گذرگاهی باریک عبور داد و اتاقمان درست جلوی چشممان بود! احتمالاً چند صد متر نزدیک تر از مسیری بود که ما می رفتیم.

متوجه شدم مسئول پذیرش ما را از جاده طولانی خوش منظر برده بود تا بتوانیم تمام محوطه را تماشا کنیم. روی نقشه نگاه کردم، ما کاملاً یک دایره را دور می زدیم تا به اتاق خود پشت سالن اصلی برسیم. اگر به حرف جاناتان گوش داده بودم، می توانستیم هر روز مستقیم از آن مسیر پستی به اتاق خود برویم و زمان زیادی را صرفه جویی کنیم.

منظورم این است که گاهی اوقات ما هنگام رشد کردن الگویی را می بینیم که بهترین مسیر زندگی ما نیست.

«مادرم همیشه نگران بود، اینک من هم نگران هستم.»

می‌توانم به تو بگویم که آن راه طولانی‌تر است؟

«پدرم همیشه از کوره در می‌رفت. پسر کو ندارد نشان از پدر. من هم نمی‌توانم عصبانیت را مدیریت کنم.»

این هم یک راه طولانی است.

رفتارهای خود را در زندگی بررسی کن. از خودت بپرس آیا من هم از راهی طولانی‌تر می‌روم؟ آیا کینه‌شتری هستم و دیگران را نمی‌بخشم، به خاطر اینکه بزرگ‌ترهای من نیز کینه‌جو بودند؟ آیا اعتماد به نفس ندارم و خودم را کمتر از دیگران می‌بینم، زیرا با کسانی بزرگ شده‌ام که همین حس را دارند؟ آیا انتخاب‌های ضعیف دارم، و سوسه می‌شوم و دسیسه‌چینی می‌کنم، زیرا فقط همین رفتارها را دیده‌ام؟ این یک راه طولانی است. داخل باتلاق گیر نیفت و سال به سال، این راه را طی نکن. متوجه باش چه اتفاقی می‌افتد و اقدامات لازم را انجام بده.

یک‌بار خانمی زندگینامه خود را در چهار بخش بسیار کوتاه نوشت. چیزی شبیه این متن بود:

بخش اول: در خیابانی جدید قدم می‌زدم. یک چاله عمیق در پیاده‌رو بود. داخل آن افتادم. اشتباه از من نبود. زمان زیادی طول کشید، اما سرانجام بیرون آمدم.

بخش دوم: دوباره در همان خیابان قدم می‌زدم. یک چاله عمیق در پیاده‌رو بود. داخل آن افتادم، اشتباه از من

نبود. زمان زیادی طول کشید، اما سرانجام بیرون آمدم.

بخش سوم: در همان خیابان قدم می‌زدم، یک چاله عمیق در پیاده‌رو بود، از کنار آن گذشتم.

بخش چهارم: از خیابانی دیگر رد شدم.

اغلب اوقات ما همان اشتباه‌ها را تکرار می‌کنیم، بهانه می‌آوریم و گذشته یا والدین خود را مقصر می‌دانیم. در عوض مسئولیت را بر عهده بگیر. بارها و بارها از همان مسیر سابق گذر نکن، خونسردی و ملایمت خود را از دست نده و نگران و منفی بین نشو.

چرخه را بشکن

اگر چرخه رفتارهای تکراری را بشکنی، وارد مرحله جدیدی از سرنوشت خود می‌شوی، اگر این کار را نکنی، یک زندگی شکست خورده خواهی داشت.

در سال ۱۸۷۴ یکی از کارکنان زندان نیویورک متوجه شد که ۶ نفر از اعضای یک خانواده داخل آن زندان هستند. حیرت‌زده شد و تحقیق کرد. شجره‌نامه خانوادگی آن‌ها را ردیابی کرد و به مردی به نام مکث جیوکز^{۱۱} رسید که در سال ۱۷۲۰ به دنیا آمده بود. همه می‌دانستند او دردسرساز است و در تمام کارهایش افراط می‌کند. با زنی دقیقاً مانند خودش ازدواج کرده بود. آن‌ها ۶ دختر و ۲ پسر داشتند. روی ۱۲۰۰ نفر از نوادگان آن‌ها تحقیق کردند.

مشخص شد ۳۱۰ نفر از آن‌ها بی‌خانمان، ۱۸۰ نفر معتاد به الکل، ۱۶۱ نفر معتاد به مواد مخدر، ۱۵۰ نفر مجرم و هفت نفر از آن‌ها خودکشی کرده بودند.

خانواده دیگری را بررسی کردند که در همان زمان زندگی می‌کردند. سرپرست این خانواده جاناتان ادوارد نام داشت. او در سال ۱۷۰۳ به دنیا آمده بود. وی یک خداشناس مشهور و رئیس دانشگاه پرینستون بود. او با خانمی به نام سارا ازدواج کرد و زندگی خود را وقف خانواده‌اش کرد. آن‌ها تا هنگام مرگ آن آقا یعنی ۳۱ سال با یکدیگر زندگی کردند و ۱۱ فرزند داشتند. روی ۱۴۰۰ نفر از نوادگان آن‌ها تحقیق شد. در میان آن‌ها ۱۳ نفر رئیس دانشگاه، ۶۶ استاد، ۱۰۰ وکیل مدافع، ۸۵ نویسنده کتاب‌های کلاسیک، ۳۲ قاضی ایالتی، ۶۶ پزشک و ۸۰ مدیر مؤسسات دولتی، ۳ دولتمرد، ۳ نماینده مجلس سنا و ۱ معاون رئیس‌جمهور وجود داشتند.

منظورم این است، رفتارهایی که به ارث می‌گذاری، تفاوت ایجاد می‌کند. تصمیم امروز تو بر نسل آینده اثر می‌گذارد. شاید شما هم مانند جیوکز در شجره خانوادگی خود ژن‌های منفی داشته باشید. این ژن‌ها آنقدر ادامه پیدا می‌کنند تا یک نفر از جا برخیزد و آن‌ها را متوقف کند. تو می‌توانی همان شخص باشی. خداوند تو را برای چنین شرایطی پرورش داده است. تو قدرتمندترین نیروی جهان را برای تغییر خود در اختیار داری.

تن‌آسا نباش. به کمتر از بالاترین نعمت‌های خدا راضی نشو. هیچ‌گاه نمی‌توانی شرایطی را تغییر دهی که آن را

تحمل می‌کنی. باید عزم خود را جزم کنی و بگویی: «همین است. من نمی‌خواهم زندگی‌ام را با عادات ناپسند، عصبانیت، افسردگی و شکست سپری کنم. من آن زن‌ها را غیرفعال می‌کنم. من تصمیم می‌گیرم که به خانواده‌ام کمک کنم، نه اینکه آن‌ها را عقب بیندازم.»

تو می‌توانی همان کسی باشی که برای خانواده خود ارثیه‌ای معنوی به جا می‌گذارد. می‌توانی تمام طلسم‌های خانوادگی را بشکنی و برکت خانوادگی را شروع کنی. لازم نیست انگور ترش بخوری. خداوند ناجی ازلی توست. آری، شاید زن‌های منفی به ارث رسیده باشند، اما به خاطر بسپار، پروردگار الهی تو زن‌های جدیدی در وجودت نهاده است. این رگ و ریشه جدید سرشار از قدرت، پیروزی و نظم است. پر از برکت است. زن‌های منفی را خاموش و چراغ تمام خوبی‌های خداوندی را روشن کن.

باور دارم و اعلام می‌کنم که اگر پیاموری چگونه زن‌های صحیح را فعال کنی و تصمیم بگیری که خداوند را ستایش کنی، تمام چرخه‌های منفی‌ای را خواهی شکست که تو را به گذشته متصل می‌کنند. تو و خانواده‌ات وارد سطح جدیدی از احترام، اعتبار و برکت می‌شوید. همیشه با فیض الهی زندگی می‌کنید و هرگز نفرین نخواهید شد.

به تو می‌گویم چگونه پدرم بر فقیرترین محله فقیرنشین دوران کودکی خویش غلبه کرد و سخنان بزرگ‌ترین همایش کشور شد. قطعاً مخالفینی داشت و جای تعجب نیست که تمام اطرافیان او سعی کردند پدرم را منصرف کنند. آن‌ها می‌گفتند: «جان، تو هیچ‌وقت نمی‌توانی روی پای خود بایستی. بهتر است پیش ما بمانی و پنبه بچینی. تو فقط همین کار را بلد هستی. همین جا بمان، زیرا امن‌تر است.»

اما پدرم از جایگاه خود در زندگی راضی نبود. او باور داشت که خداوند نعمت‌های بیشتری برایش ذخیره کرده است و مشتاق بود که باایمان گام بردارد. او طلسم فقر خانواده ما را شکست. اینک من، خواهران و برادرانم، فرزندان، نوه‌ها و حتی نیره‌هایمان به خاطر آن مرد می‌توانیم لطف و برکت مضاعف خداوند را تجربه کنیم.

تو نیز می‌توانی با تصمیم‌هایی که امروز می‌گیری بر نسل‌های بعدی تأثیر بگذاری. اگر زندگی توانگرانه الهی را تجربه نمی‌کنی، اجازه بده تو را به چالش بکشم تا باور خود را گسترش دهی. تو عقب نشسته و سلسله‌مراتب را پذیرفته‌ای. صرفاً به خاطر آنچه والدینت انجام دادند، عقب‌نشینی نکن. تو می‌توانی از آن فراتر بروی. می‌توانی بیشتر، بیشتر و بیشتر داشته باشی. امروز شروع کن و به جای نگاه کردن به شرایط فعلی‌ات، به جایگاه دلخواه خویش نگاه بینداز.

بخش سوم: قدرت کلام خداوند

ابتدای سخنرانی از تمام حضار می خواهم بایستند، کتاب دعای خود را بلند و پس از من تکرار کنند: این کتاب دعای من است.

هر چه می گوید، هستم.

هر چه می گوید، دارم.

هر کاری که می گوید، انجام می دهم.

امروز، کلام خدا را می آموزم.

و شجاعانه اعتراف می کنم:

ذهنم هشیار است.

قلبم پذیراست.

دیگر هیچ گاه مانند سابق نخواهم بود.

قرار است جان کلام خدا را دریابم. کلامی که زوال ندارد، تحریف شدنی نیست و جاویدان است.

هیچ گاه مانند سابق نخواهم بود.

این اعتراف، و نقش اصلی کلام خداوند در زندگی مؤمنان، نیروی محرک زندگی و کلید اساسی ارتباط با خداوند است. به همین دلیل از گروه ویراستاری خود تقاضا کردم تا پیوست‌هایی را به کتاب ضمیمه کنند که حاوی نکاتی مفیدند و کمک می‌کنند تا کلام خدا را بهتر دریایی. اگر جسارت داشته باشی، به خداوند اطمینان کنی و فقط مطابق کلام او پیش بروی، فرصت‌های زندگی‌ات بی‌نهایت خواهند بود!

پیوست اول: شروع کن و با یاد خدا گام بردار

پیامبران الهی واسطه شدند تا به خالق آسمانی خویش متصل شویم. وقتی آن‌ها را به عنوان پیشوایان الهی می‌پذیریم، دوباره متولد می‌شویم و دوست داریم پروردگار خود را بهتر بشناسیم. مردم معمولاً از من می‌پرسند چه رابطه‌ای با خدا دارم؟ بگذارید بخشی از افکارم را بیان کنم که می‌دانم مفیدند.

خلوت کردن با خداوند را جزء اولویت‌های روزانه خود قرار بده

برای من، بهترین کاری است که روزم را با آن شروع کنم. دوست دارم ۲۰ یا ۳۰ دقیقه ابتدای هر روز را از خداوند به خاطر تمام نعمت‌هایش تشکر کنم. نگرانی‌ها و دغدغه‌هایم را به او بسپارم، آرامش، نشاط و قدرت الهی را دریافت کنم و سپس کتاب دعا بخوانم. شاید صبح برای شما مناسب نباشد. دوستانی دارم که هنگام ناهار یا صرفاً پیش از آنکه به رختخواب بروند، با خداوند راز و نیاز می‌کنند. هر ساعتی را که با برنامه‌ات مطابق باشد، برگزین و روزانه با خداوند راز و نیاز کن.

هر روز کتاب‌های معنوی بخوان

یک ترجمه خوب پیدا کن و سپس روزی چند دقیقه کتاب بخوان. بهترین روش این است که هر روز یک بخش از کتاب را بخوانی. پیش از مطالعه از خداوند بخواه تا آن روز چشم و گوش معنویات را بگشاید و قلبت را برای

سخنان خویش پذیرا گردانند. هنگامی که کلام خدا بر تو آشکار می‌شود، شگفت‌زده خواهی شد.

سراسر روز برای راز و نیاز با خدا زمان بگذار

دعا کردن این است که در دل با خداوند گفت‌وگو کنیم. همیشه دوست دارم دعای خود را با تشکر کردن به خاطر تمام نعمت‌های خداوند شروع کنم. متون مقدس می‌گویند: «دروازه‌های رحمت الهی را با شکر و سپاس بگشایید» سپس خواسته خود را از او بخواهید. اگر اشتباه کرده‌ای (که همه همین‌طور هستیم!) رحمت، بخشش، قدرت، شفا، آرامش، خرد و هدایت الهی را بطلب و در انتها از او تشکر کن که دعایت را شنیده است و آن را برآورده می‌کند. کتاب مقدس می‌گوید:

درباره هیچ چیز مضطرب نباشید. بلکه در هر شرایطی با دعا و درخواست قدرشناسانه، نیازهایتان را برای خداوند بازگو کنید و رحمت الهی که بر همه چیز احاطه دارد، قلب و ذهن شما را دربر می‌گیرد.

درباره زندگی خود جملاتی مثبت و سرشار از ایمان به زبان بیاور

کلام ما قدرت آفرینش دارد. سخنان ما آینده را پیشگویی می‌کند. دوست دارم هر روز درباره دیدگاه خداوند سخن بگویم. دوست دارم هر روز چنین جملاتی به زبان بیاورم:

خداوند من را دوست دارد.

من بخشیده شده‌ام.

من پراز برکتم.

من بنده خداوند متعالَم.

خداوند من را تأیید کرده است.

لطف خداوند من را دربر می‌گیرد.

خدا گام‌هایم را هدایت می‌کند.

به‌خوبی می‌توانم رسالت الهی خود را به پایان ببرم.

خداوند کاری می‌کند تا همه‌چیز به نفع من پیش برود.

می‌توانم با نیروی الهی که من را توانمند می‌کند، کارهایم را به سرانجام برسانم.

تو را تشویق می‌کنم تا هر روز و سراسر روز درباره خودت، خانواده‌ات و شرایطی که با آن‌ها مواجه می‌شوی، جملاتی مثبت و سرشار از ایمان به زبان بیاوری. اجازه نده کلمات منفی از دهانت بیرون بیاید. از واژه‌ها استفاده نکن تا شرایط خود را توصیف کنی، از آن‌ها بهره ببر تا شرایط خود را تغییر دهی. با این کار آینده خود را پیشگویی

خواهی کرد و من ایمان دارم که به چشم خود می بینی زندگی، خانواده و شرایطت تغییر می کند.

به یک مکان مذهبی آرامش بخش برو

خداوند می خواهد ما بخشی از جامعه مؤمنان باشیم. از تو می خواهم در نزدیکی محله خود مکانی مذهبی را پیدا کنی. رفتن به آن مکان مذهبی را جزء اولویت های خود قرار بده. مسئول آنجا را بشناس. وقتی کلام خدا را تدریس می کنی، با دقت گوش بده. هر طور که می توانی حاضر باش و آنجا خدمت کن. باور دارم وقتی بخشی از جامعه باشی، در مسیر الهی خود پیشرفت خواهی کرد.

دوستان من، دعای من برای شما این است، وقتی پروردگار آسمانی خود و کارهایی را می شناسید که برای شما انجام داده است، باز هم اوج می گیرید و بر هر دشمنی پیروز می شوید، بر هر مانعی غلبه می کنید و تمام آرزوهای خود و برنامه های مدنظر خداوند را محقق می سازید.

پیوست دوم: خداوند برای تمام نیازهایت پاسخی دارد

پذیرش

اما خداوند به ساموئل گفت: «چهره و قامت جسمانی او تو را نفریبد، زیرا او را طرد کرده‌ام. پروردگار انسان‌ها را به نحوی دیگر می‌بیند؛ مردم به ظاهر بیرونی می‌نگرند و خداوند به قلب شخص نظر دارد.»

بدانید که او پروردگار و خداوند است و ما را آفریده است، ما خود توانایی آفرینش نداشتیم؛ ما عبد و پیرو او هستیم. اما اینک خداوند، خالق شما و یعقوب و پرورش‌دهنده شما و نوادگان یعقوب چنین می‌فرماید: «واهمه نداشته باشید؛ شما را رهانیده‌ام؛ شما را با نام خودتان خطاب کرده‌ام؛ شما از آن من هستید.»

خداوند از دیرباز چنین گفته است: «آری، من نسبت به تو عشقی جاودان دارم؛ به همین منظور تو را با عشق به این جهان آورده‌ام.»

«تمام نعمت‌های الهی شامل حال من می‌شوند و هیچ کدام از آن‌ها را پس نمی‌زنم.»
ما بندگان او هستیم، او ما را آفریده است تا نیکوکار باشیم، منازل سلوک ما را از پیش بنا کرده است.

وابستگی‌های ناسالم

«در روزگار سختی من را صدا کنید. شما را نجات خواهم داد تا جلال من را نمایان کنید.»

«ترجیح می‌دهم این گونه از دنیا کناره‌گیری کنید: آیا جز این می‌خواهم که بندهای شرارت را بگشایید و بارهای سنگین را کنار نهید و مظلومان را آزاد سازید و هریوغ را از گردن بیرون کنید؟»

«قلبت را احیا می‌کنم و روحی تازه در وجودت می‌دمم؛ آن قلب سنگی را از بدنت بیرون می‌کشم و قلبی تازه و لطیف به تو می‌بخشم. از روح خود در تو دمیده‌ام تا در مسیر من گام برداری و از دستوراتم پیروی و آن‌ها را اجرا کنی.»

«اگر خداوند رحمتش را به‌سوی بندهای بفرستد، پس بی‌شک آن شخص رهانیده شده است.»

پس آنانی که شریعت الهی را اجرا می‌کنند، گناهکار نخواهند بود و قصاص نمی‌شوند، زیرا با چشم سر حرکت نمی‌کنند، بلکه با چشم دل راه می‌روند و بنا بر قوانین الهی، شریعت خداوند ما را از گناه و مرگ رهانیده است.

هیچ اتفاقی را تجربه نمی‌کنید، مگر آنکه برای نوع بشر عادی باشد. اما خدا وفادار است و نمی‌گذارد شما فوق طاقت خود آزموده شوید، بلکه همراه با هر تجربه، راه فراری نیز می‌سازد تا یارای تحمل آن را داشته باشید.

بنابراین، اگر کسی در راه خداوند گام بردارد، هر آن می‌تواند خلاق باشد؛ تجربه‌های کهنه از بین می‌روند؛ پس دست نگه دارید، همه‌چیز تازه می‌شود.

برکت

«خالق و پروردگار خود را ستایش کنید و برای آب و غذای خود از او رونق بطلبید. او هر مرضی را از شما دور می‌کند.»

اگر از خداوند پیروی کنی، تمام برکت‌ها به‌سوی تو می‌آیند و با تو هم‌قدم می‌شوند. خداوند در نیمهٔ دوم عمر برکت‌های بیشتری به ایوب بخشید.

خوشبخت کسی است که با اشرار همگام نمی‌شود یا در مسیر گناهکاران نمی‌ایستد و با کسانی نمی‌نشیند که دیگران را تحقیر می‌کنند. بلکه دل خوشی او در پیروی از قوانین خداوند و همراهی با کسانی است که روز و شب او را می‌پرستند.

سعادت‌مند است کسی که از ناتوانان مراقبت می‌کند. خداوند در روزهای دشواری به فریادش می‌رسد. خداوند از او مراقبت و محافظت می‌کند. آن‌ها در جرگهٔ سعادت‌مندان زمین به شمار می‌روند. خداوند باری را که بیش از طاقت آن‌ها باشد، روی شانه‌هایشان قرار نمی‌دهد و نقشهٔ دشمنان آن‌ها را عملی نمی‌کند.

«تمامی عشریه‌ها را به مخزن‌ها بیاورید تا در خانهٔ من ذخیره شوند و از خداوند چنین بطلبید تا مطمئن شوید که آیا دریچه‌های آسمان را برای شما نخواهد گشود و چنان برکتی بر شما نخواهد ریخت که گنجایش آن را نداشته

باشید؟»

«خوشا به حال مسکینان، زیرا ملکوت آسمان از آن ایشان است و سوگواران تسلی خواهند یافت و آنکه صبر پیشه کند، زمین را به ارث می‌برد و آنکه از سر پاک دامن‌ی تشنه و گرسنه بماند، از برکت لبریز خواهد شد. کسانی که دل‌رحم هستند به خاطر دل‌رحمی خویش سعادت‌مند می‌شوند. آن‌ها که قلبی پاک دارند، خدا را حاضر و ناظر می‌یابند. آن‌ها که برای صلح تلاش می‌کنند از بندگان مخلص خدا هستند. آن‌ها که به موجب پرهیزکاری خویش آزار می‌بینند، در ملکوت بهشت ساکن می‌شوند. وقتی به شما توهین می‌کنند و آزارتان می‌دهند و به خاطر من به شما ناروا می‌گویند، از جانب من برکت خواهید یافت.»

آرامش

«خداوند پیشاپیش در هر لحظه حضور دارد و همراه توست؛ او هرگز تو را ترک و فراموش نمی‌کند. هراسان نباش؛ ناامید نشو.»

«آیا به شما دستور ندادم که قوی و شجاع باشید، واهمه نداشته باشید و ناامید نشوید؟ زیرا خداوند، پروردگار شما، همیشه همراه شماست.»

خداوند پناه مظلومان و سنگر روزهای دشوار است.

خدایا، حتی اگر از تاریک‌ترین سرایشی‌ها بگذرم، از هیچ اهریمنی نمی‌هراسم، زیرا تو با من هستی، قدرت و تجهیزات تو به من آرامش می‌دهند.

خداوند نور و پناه من است_ از که بترسم؟ پروردگار پناهگاه زندگی من است_ از چه کسی واهمه داشته باشم؟ خداوند امان و قدرت من است، یاور همیشگی مشکلات من است.

نشانه لطف خود را برایم بفرست تا دشمنانم آن را ببینند و خجالت بکشند، زیرا تو پروردگاری هستی که من را یاری کردی و به من آرامش بخشیدی.

باشد که عشق جاودان تو مایه آرامش باشد، همان‌طور که به بندگان وعده داده‌ای.

اطمینان

آرامش ثمره پرهیزکاری خواهد بود. تا ابد از سکون و اطمینان آن بهره خواهید برد.

سعادت‌مند کسی است که به پروردگار اطمینان می‌کند؛ همان کسی که به خداوند یقین دارد.

زیرا من مطمئن شده‌ام نه زندگی نه مرگ، نه فرشتگان و شیاطین، نه زمان حال و آینده، نه هیچ قدرتی و هیچ فرازونشیبی و نه هیچ مخلوقی نمی‌تواند من را از عشقی که به پروردگارم دارم، جدا کند.

در حضور خداوند و با ایمان به او می‌توانیم به آزادی و یقین برسیم.

به همین خاطر است که من رنج می‌برم، باوجوداین هیچ دلیلی برای شرمندگی نیست، زیرا می‌دانم به چه کسی ایمان دارم و مطمئنم او می‌تواند تمام مسائلی را برطرف کند که تا آن روز به او واگذار می‌کنم.

بیایید با یقین به عرش جلال خداوند نزدیک شویم تا رحمت او شامل حال ما شود و شکوهی را بیاییم که در زمان نیازمندی به ما یاری رساند.

به همین خاطر است که او عشق خود را تمام و کمال نثار ما کرده است تا در روز داوری دل‌هایمان قرص باشد: باید در این جهان پیامبران الهی را الگوی خود قرار دهیم.

با نزدیکی به خداوند چنین یقینی پیدا می‌کنیم: اگر خواسته‌های ما مطابق میل او باشد، به سخنان ما گوش می‌دهد.

شجاعت

«نباید از آن‌ها هراسان شوید، زیرا خداوند، پروردگار شما، خالق بزرگ و بی‌نظیر است و همراه با شماست.»

«نباید کلام شریعت از دهان شما دور شود، بلکه باید روز و شب در آن بیندیشید. باشد که طبق نوشته‌های آن

رفتار کنید تا بتوانید راه خود را شکوفا کنید و به شدت موفق شوید. آیا به شما دستور ندادم که قوی و شیردل باشید؛ نه‌راسید و ناامید نشوید؟ زیرا خداوند، پروردگار شما، همه‌جا همراه شماست.»

منتظر خداوند باشید. شجاع باشید. او قلب شما را قوی‌تر می‌کند. صبر کنید، به نام خداوند این سخن را می‌گویم! کسانی هستند که منتظر وعده الهی می‌مانند، ایمان آن‌ها از نو متولد می‌شود. این افراد با بال‌هایی مانند عقاب اوج می‌گیرند، می‌دوند و هرگز خسته نمی‌شوند، راه می‌روند و بی‌حال نمی‌شوند.

«هراسان نباش، زیرا من با تو هستم. ناامید نشو، زیرا من به نفع تو کار می‌کنم. من تو را قدرتمندتر می‌کنم. آری من به تو یاری می‌رسانم. عبد جلوه‌گاه معبود است، من از تو مراقبت می‌کنم.»

اینک هنگامی که جسارت پطرس و یوحنا را دیدند و متوجه شدند که آن‌ها تحصیل کرده و آموزش دیده نیستند، حیرت کردند. آنگاه فهمیدند این افراد در محضر عیسی مسیح تعلیم دیده‌اند.

نجات و رهایی

فرشتگان الهی پرهیزکاران را احاطه می‌کنند و آن‌ها را نجات می‌دهند.

خداوند تو پناه و دیده‌بان مستحکم من در برابر دشمنان بوده‌ای.

او ناتوانان را از دشواری نجات می‌دهد و هنگام ظلم و جور گوش‌هایشان را باز و در قلبشان نجوا می‌کند. «حتی هنگامی که سالخورده شوی، من همینجا هستم و هنگامی که موهایت خاکستری شوند، باز هم از تو مراقبت می‌کنم! من تو را آفریده‌ام و از تو حفاظت می‌کنم. تو را پیش می‌برم و نجات می‌دهم.»

خداوند می‌گوید: «اما آن روز تو را نجات خواهم داد و اسیر کسانی نمی‌شوی که از آن‌ها می‌هراسی. زیرا قطعاً او را نجات خواهم داد و تو با شمشیر زمین نخواهی خورد؛ بلکه زندگی‌ات مانند یک موهبت خواهد بود، زیرا به من اطمینان کرده‌ای.»

و کتاب اشعای نبی را به دست او دادند. وقتی کتاب را گشود، بخشی را یافت که نوشته شده بود: «روح پروردگار در من جاری است. زیرا او من را تأیید کرده است تا کتاب الهی را برای بینوایان قرائت کنم. او مرا فرستاده است تا قلب‌های شکسته را التیام ببخشم، تا به اسیران وعده آزادی بدهم و بینایی نابینایان را بازگردانم تا افسرده‌ها را خلاص کنم و امسال را مقبول پروردگار بگردانم.»

زیرا دریافته‌ام که ارزشی ندارد رنج کنونی را با شکوهی قیاس کنیم که قرار است بر ما آشکار شود. بنابراین مطیع خداوند باشید، در برابر شیطان مقاومت کنید و از شما دور می‌شود.

سپس ندایی بسیار بلند در آسمان‌ها شنیده شد: «اینک رستگاری، قدرت، قلمروی خداوند و توان الهی شما را

درببر می‌گیرد، زیرا شیطان، متهم‌کنندهٔ برادران ما که شبانه‌روز آن‌ها را در پیشگاه خداوند شرمنده می‌کرد، مغلوب شده است و آن‌ها به خاطر خون بره و کلام شهادت خویش بر او تسلط یافتند و تمایل ندارند زندگی خود را به پایان برسانند.»

افسردگی

خداوند پناه افسرده‌ها و امان ایام دشواری است و پناهگاه کسانی است که نام او را می‌شناسند و به او اطمینان می‌کنند. زیرا خداوند، تو هرگز کسانی را فراموش نمی‌کنی که تو را جست‌وجو می‌کنند.

پرهیزکاران فریاد برمی‌آورند و پروردگار می‌شنود و آن‌ها را از تمام مشکلاتشان نجات می‌دهد.

سپس در هنگام مشکلات پروردگار را با تمام وجود طلبیدند و خداوند آن‌ها را از مصیبت‌ها رهانید. آن‌ها را از ظلمت و سایهٔ مرگ بیرون آورد و زنجیرهایشان را تکه‌تکه کرد. پس آن‌ها باید از خداوند به خاطر الطاف و کارهای حیرت‌انگیزی سپاس‌گزاری کنند که برای فرزندان آدم انجام می‌دهد! زیرا دروازه‌های برنزی را شکسته و میله‌های آهنی را دو شقه کرده است.

«وقتی از آب‌ها گذر می‌کنی، همراه تو خواهم بود و وقتی از رودخانه‌ها رد می‌شوی، آن‌ها نمی‌توانند بر تو پیشی بگیرند. وقتی از آتش عبور می‌کنی، بر تو اثر نمی‌کند و هیچ شعله‌ای تو را نمی‌سوزاند.»

خداوندی که نسبت به شما لطف دارد چنین می‌گوید: «کوه‌ها از یکدیگر گسسته و تپه‌ها از میان برداشته می‌شوند، اما محبت و میثاق وفاداری من از شما جدا نمی‌شود.»

زیرا خداوند سردرگم نمی‌کند، بلکه آرامش می‌آورد، در تمام اماکن مقدس همین‌طور است.

پروردگار ما و انبیای الهی پر از برکت‌اند. او پروردگار رحمت و خداوندگار آسایش است. هنگام دشواری به ما آرامش می‌بخشد، بلکه بتوانیم با آرامشی که از او گرفته‌ایم وحشت‌زدگان را تسلی بدهیم.

یاران عزیزم، از آتشی که برای امتحان شماست، حیرت نکنید و نگویید امری غریب است. بلکه خوشحال باشید که در رنج پیامبران الهی شریک هستید و هنگامی که شکوه و جلال آن‌ها آشکار شد، از این پیروزی خشنود خواهید شد.

انگیزه

خداوند پناهگاه و قدرت ما و یاریگر جاودان در ایام دشواری است. بنابراین نمی‌ترسیم، حتی اگر زمین دهان باز کند و کوهستان‌ها در دل دریا بریزند. حتی اگر آب و کف بجوشد و کوهستان‌ها از شدت امواج به لرزه بیفتند.

نگرانی‌های خود را به پروردگار بسپار و او تو را تأمین می‌کند. خداوند هرگز اجازه نمی‌دهد پرهیزکاران به تکاپو

بیفتند.

هنگام رنج بردن این گونه آرام می شوم: وعده تو در سراسر عمر من عملی می شود. از صمیم قلب خود به خداوند اطمینان کنید و به فهم خود متکی نشوید. در تمامی راه های خود تسلیم او باشید و خداوند راه شما را هموار می کند.

نام خداوند برجی مستحکم است؛ پرهیزکاران به سوی آن می دوند و پناه می گیرند. و تو به کسانی که ذهنی استوار دارند آرامشی بی بدیل عطا می کنی، زیرا به تو اطمینان کرده اند. «آرامش را برای شما به جا می گذارم، آرامشم را به شما می بخشم. آرامش من، آرامشی زمینی نیست. اجازه نده قلبت پریشان بشود و هراسان نباش.»

«این قضیه را به شما می گویم، بنابراین می توانید با یاد من آرامش داشته باشید. در این جهان با مشکلات مواجه می شوید، اما دل قوی دارید! من از این جهان بزرگ تر هستم.»

تاب آوری

نه تنها رسم دنیا چنین است، بلکه ما از رنج بردن به کمال می رسیم، زیرا می دانیم رنج بردن صبر و توان ما را

افزایش می‌دهد.

هنگام امیدواری مسرور، هنگام مصیبت صبور و هنگام دعا کردن پایدار باشید.

امیدوارم خداوند که منشأ صبر و انگیزه است، هنگام رفتار با یکدیگر، همان طرز فکر پیامبران الهی را به شما عطا کند.

هیچ تجربه‌ای شما را دربر نمی‌گیرد، جز آنکه نوع بشر آن را آزموده باشد. خداوند وفادار است و اجازه نمی‌دهد تا فوق طاقت خود آزموده شوید. اما اگر چنین باشد، راه فراری می‌سازد تا آن را تحمل کنید.

... و به اندازه وسعت جلال او با تمام قوا نیرومند شوید تا صبر جزیل و طاقت بسیار داشته باشید.

باید پشتکار داشته باشید تا پس از اینکه اراده الهی را انجام دادید، وعده او را به چشم ببینید.

... چشمان خود را به پیشوایان الهی می‌دوزیم که پیشگام هستند و ایمانی استوار دارند. با شادمانی در راه خدا

محنت می‌کشند، بی‌حرمتی‌ها را ناچیز می‌شمارند و در عرش اعلیٰ نزد خداوند جایگاهی نیکو دارند.

برادران و خواهرانم، هرگاه با مشکلاتی بی‌شمار مواجه شدید، آن را نشاطی ناب در نظر بگیرید، زیرا می‌دانید که

آزمون ایمان به پایداری می‌انجامد.

ایمان

بنابراین عیسی مسیح به آنها گفت: «... به شما می‌گویم اگر به اندازه دانه خردل ایمان داشته باشید و به این کوه بگویید از جا برخیز، آنگاه حرکت خواهد کرد و هیچ چیز برای شما ناممکن نخواهد بود.»

www.nbookcity.com

و عدالت خداوند هر لحظه برای مؤمنان آشکار می‌شود. همان‌گونه که نوشته شده است و باایمان زندگی خواهند کرد.

زیرا کتاب چه می‌گوید؟ «ابراهیم خدا را باور داشت و در شمار پرهیزکاران به حساب می‌آمد.»

بنابراین ما با ایمان خود سنجیده می‌شویم، در حضور خداوند آرامش داریم. همان خدایی که با ایمان خود به مرحمت او دست پیدا می‌کنیم. همان مرحمتی که ما را قوی می‌کند و به امید شکوه و جلال خداوند سرشار از نشاط هستیم.

به خاطر ایمانتان و به دلیل رحمت خداوند نجات یافته‌اید و این از جانب خودتان نیست، بلکه هدیه‌ای از طرف پروردگار است، نه به خاطر کارهایی که انجام داده‌اید. مبادا هیچ‌کس به خودش غره شود.

ایمان آتشنه امید شما و گواه نادیدنی‌هاست.

اما بدون ایمان نمی‌توانید خداوند را خشنود کنید. زیرا هر کس که به‌سوی خدا می‌آید، باید او را باور داشته باشد و آفریدگار به کسانی پاداش می‌دهد که مخلصانه در جست‌وجویش هستند.

زیرا هر کس از خداوند حیات یابد، بر دنیا غلبه می‌کند و آن چیزی که دنیا را مغلوب می‌کند، ایمان ماست. چه

کسی بر دنیا سیطره دارد که خداوند را قبول نداشته باشد؟

واهمه

خداوند مبارزه‌های زندگی شما را به دست می‌گیرد و شما آرامش خود را حفظ کنید.

«او پروردگار است، همانی که از ازل وجود داشت. همراه شما خواهد بود. او شما را ترک و فراموش نخواهد کرد. هراسان نشوید و ناامید نباشید.»

«آیا به شما دستور ندادم که محکم باشید و دل قوی دارید و هراسان نشوید و ناامید نباشید؟ زیرا خداوند هر جا که بروید، همراه شماست.»

آری، با اینکه از دره‌های سیاه مرگ می‌گذرم، از هیچ اهریمنی نمی‌ترسم؛ زیرا تو با من هستی؛ هیبت و دولت تو همراه من است و به من آرامش می‌دهد.

خداوند نور و نجات من است، از که بترسم؟ خداوند قدرت زندگی من است، از چه کسی واهمه داشته باشم؟

«زیرا من، پروردگار جهانیان، تو را احاطه می‌کنم و می‌گویم: هراسان نباش کمکت می‌کنم.»

وقتی از آب‌ها گذر می‌کنی، همراه تو خواهم بود و وقتی از رودخانه‌ها رد می‌شوی، آن‌ها نمی‌توانند بر تو پیشی

بگیرند. وقتی از آتش عبور می کنی، بر تو اثر نمی کند و هیچ شعله ای تو را نمی سوزاند.

«آرامش را برای شما به جا می گذارم، آرامشم را به شما می بخشم. آرامش من آرامشی زمینی نیست. اجازه نده قلبت پریشان بشود و هراسان نباش.»

مسائل مالی

«خداوند ذخایر نیک خود را برای تو خواهد گشود و در موعد مقرر از آسمان ها برای مزارع شما باران می فرستد و به تمام ساخته های شما برکت می دهد. باید به ملت های بی شمار قرض بدهید و نباید قرض بگیرید.»

خداوند پشتیبان من است. هیچ تقاضایی ندارم.

کسی که پشتکار ندارد، بینوا می شود؛ اما آن کس که چابک باشد، غنی می گردد.

ثروتی که از راه ناپاک باشد نابود می شود، اما آنچه با سخت کوشی به دست بیاید افزون می گردد.

«تمامی عشریه ها را به مخزن ها بیاورید تا در خانه من ذخیره شوند و از خداوند چنین بطلبید تا مطمئن شوید که آیا دریچه های آسمان را برای شما نخواهد گشود و چنان برکتی بر شما نخواهد ریخت که گنجایش آن را نداشته باشید؟»

بنابراین نگران نشوید و نگویید چه بخوریم؟ یا چه بنوشیم؟ یا چه بپوشیم؟ زیرا آن کس که در آئین شما نباشد به دنبال این مسائل می‌رود و پروردگار الهی شما می‌داند که به این موارد نیاز دارید. اما ابتدا قلمروی خداوند و پرهیزکاری او را بجوید و تمام نیازهایتان برآورده می‌شود.

«بدهید تا به شما داده شود و پیمانهای از گندم نیک، لبریز، سرشار و بسیار در دامن شما می‌نهند. زیرا از همان پیمانهای به شما می‌بخشند که خودتان استفاده کرده بودید.»

و خداوند من تمام نیازهای شما را بنا بر اسماء نیک خویش برآورده می‌کند. عزیزانم، دعا می‌کنم از هر طرف ثمر بیابید و سلامت باشید، درست همان گونه که روحتان شکوفا می‌شود.

بخشش

«اگر بندگان من که با نام من خطاب می‌شوند، فروتن باشند و دعا کنند و راه من را بجویند، از روش‌های خبیثانه خود روی برگردانند، صدای آن‌ها را از آسمان‌ها می‌شنوم و گناهانشان را می‌بخشم و سرزمینشان را شفا می‌دهم.»
خوشا به حال کسی که گنااهش آمرزیده شد و عصیان او مستور گردید.

حتی اگر گناهان ما به اندازه فاصله میان مشرق و مغرب باشد، آن‌ها را پاک می‌کند.

«آری، من هستم، همانی که گناهان تو را به خاطر خودم محو کردم و آن‌ها را به یاد نخواهم آورد.»

«زیرا هرگاه اشتباهات دیگران را ببخشید، پروردگار الهی تان نیز شما را می بخشد، اما اگر اشتباه دیگران را نیامرزید، خداوند شما را نمی آمرزد.»

و با یکدیگر مهربان و دل رحم باشید، همدیگر را ببخشید، زیرا خداوند شما را آمرزیده است.

با یکدیگر مدارا کنید و همدیگر را ببخشید، اگر کسی از کسی شکایتی داشت، شما نیز باید شیوه پیامبران الهی را در پیش بگیرید.

اگر به گناهان خود اعتراف کنیم، خداوند آنقدر وفادار و عادل است که آن ها را ببخشد و ناپاکی های ما را پاک کند.

رهایی

و من با آزادی گام برمی دارم، زیرا فرمان تو را طلیده ام.

روح پروردگار، ناجی جهانیان، در من جاری است. زیرا او من را تأیید کرده است تا به بینوایان مژده بدهم. او من را فرستاده است تا قلب های شکسته را التیام ببخشم و اسیران را رها کنم و زندانیان را از ظلمت برهانم.

«و اگر پروردگار تو را برهاند، به راستی رهانیده شده ای.»

اما اینک که از گناهان خود آزاد شده و بنده خداوند گشته ای، ثمره ای که برداشت خواهی کرد تو را به الوهیت راهنمایی می کند و نتیجه آن زندگی جاودان است.

بنابراین کسانی که از پیامبران الهی پیروی می‌کنند، گرفتار نمی‌شوند. زیرا نور خداوندی آن‌ها را از قوانین گناه و مرگ می‌رهاند.

خداوند، پروردگار الهی، همه جا وجود دارد و هر جا که او باشد، رهایی از راه می‌رسد. پیامبران الهی جان خود را فدا کردند تا ما رها باشیم. ثابت قدم باشید و اجازه ندهید تا دوباره یوغ بندگی را به گردن شما بیندازند.

ما به واسطه خداوند و با ایمان خود به او نزدیک می‌شویم، به همان خدایی که سرشار از رهایی و اطمینان است.

دوستی

اینک هنگامی که حرف زدن با شائل را به پایان برد، روح جاناتان به روح داوود گره خورده بود و جاناتان او را مانند خودش دوست داشت... سپس جاناتان و داوود با یکدیگر پیمان بستند، زیرا دیگری را مانند خودشان دوست داشتند.

کسی که دوست داشته باشد با خردمندان معاشرت کند، خود نیز خردمند خواهد شد، اما محفل نادانان نابود می‌گردد.

دوستان همیشه به یکدیگر محبت می‌کنند، اما برادر برای روزهای دشواری است.

کسی که دوستانی دارد، خود نیز باید دوستانه رفتار کند، اما بعضی از دوستان انسان از برادر نزدیک‌ترند.

«من که مربی و آموزگار شما هستم، پای شما را شسته‌ام، شما نیز باید پای دیگری را بشویید. زیرا من الگوی شما بودم و باید مانند من رفتار کنید.»

دستور من این است که یکدیگر را دوست بدارید. همان‌گونه که من دوست داشتم. هیچ‌کس محبتی بالاتر از این نداشته است و زندگی خود را به پای دوستانتان بریزید.»

هیچ‌کاری را با خودبینی و غرور پیش نبرید، بلکه ذهن خود را ساکت کنید و دیگران را از خود بهتر بدانید. باشد که هیچ‌کدام از شما تنها به فکر منافع خود نباشد، بلکه علایق دیگران را نیز در نظر بگیرید.

و بهتر از هر چیز این است که به‌شدت به یکدیگر محبت کنید. زیرا محبت گناهان بی‌شمار را می‌پوشاند.

عشق الهی

خداوند از دیرباز در گوش جانم نجوا می‌کرد: «آری من با عشق جاودانه تو را دوست می‌دارم و تو را با مهر و محبت بسیار آفریده‌ام.»

«خداوند آنقدر جهانیان را دوست داشت که پیامبران خویش را برای هدایت آن‌ها فرستاد و کسانی که به خدا اعتقاد دارند نابود نخواهند شد، بلکه زندگی جاودان خواهند داشت.»

اما خداوند عشق خود را نثار ما می‌کند با اینکه همچنان گناهکار هستیم و پیامبران به خاطر ما کشته شدند. زیرا کاملاً یقین دارم که نه مرگ و نه زندگی، نه فرشتگان و هیچ ساختار و هیچ قدرتی، نه زمان حال و نه آینده و هیچ فرازونشیبی و هیچ مخلوقی نمی‌تواند ما را از عشق الهی جدا کند.

اما خداوند که رحمت او بسیار است به خاطر عشق بی‌نظیری که به ما دارد، حتی اگر تا گریبان در باتلاق اشتباهات فرو رفته باشیم، ما را احیا می‌کند (ما با لطف خدا نجات یافته‌ایم) و ما را با یکدیگر پرورش می‌دهد و کاری می‌کند تا در بهشت برین سکونت داشته باشیم.

خداوند محبت است. عشق الهی شامل حال ما می‌شود، خداوند پیامبران را به زمین فرستاده است تا شاید از آنان پیروی کنیم و نه به دلیل محبت ما، بلکه به خاطر محبتی که خودش نسبت به ما دارد، گناهانمان را می‌بخشد. عزیزانم، اگر خداوند این گونه ما را دوست دارد، پس ما نیز باید به یکدیگر مهر بورزیم.

فیض الهی

و کلمه متجلی شد و در میان ما جا گرفت و ما شکوه خداوند و پیامبران او را دیدیم. شکوهی کامل و حقیقی... و در منتهای کمال الهی فیض و برکتی بی شمار دریافت کردیم.

بنابراین با ایمان خود سنجیده می شوید. ما با پیروی از پیامبران الهی به آرامش می رسیم و با دنباله روی از آنها می توانیم به فیض و برکتی پایدار دست بیابیم و به شکوه و جلال خداوند امیدوار و مفتخریم.

خداوند می تواند فیض و برکتی تمام را نثار ما کند و شما همیشه همه چیز را به قدر کفایت داشته اید، امید است که در تمام کارهای نیک خود توانگر باشید.

و پروردگار در گوش جانم نجوا کرد: «فیض و برکت من برای تو کافی است. قدرت من در هنگام ضعف از همیشه بیشتر است.»

اما با پیروی از پیامبرانی که محنت کشیده اند، رستگار می شویم. خداوند به خاطر فیض کثیر خویش گناهان ما را می آمرزد.

به خاطر فیض و برکت خدا بود که توانستید ایمان خود را حفظ کنید و از جانب خودتان نبود، موهبتی از طرف پروردگار بود، نه کارهای خودتان. پس هیچ کس نباید غره شود.

زیرا ما رادمردانی نداریم که نتوانند با ضعف‌های ما همدردی کنند، آن‌ها نیز گاه‌گذاری وسوسه شده‌اند، اما باز هم گناه نکردند. پس بیایید جسورانه به عرش الهی نزدیک شویم، بلکه بتوانیم رحمت و برکت الهی را در زمان نیازمندی بیابیم.

اما او برکتی مضاعف به ما می‌بخشد. بنابراین می‌گوید: «خداوند از انسان‌های مغرور دوری می‌کند و برکت خود را به متواضعان می‌بخشد.»

سوگواری

اما خداوند روح من را از تنگنای قبر نجات می‌دهد. او من را می‌پذیرد.

«وقتی از آب‌ها گذر می‌کنی، همراه تو خواهم بود و وقتی از رودخانه‌ها رد می‌شوی، آن‌ها نمی‌توانند بر تو پیشی بگیرند. وقتی از آتش عبور می‌کنی، بر تو اثر نمی‌کند و هیچ شعله‌ای تو را نمی‌سوزاند.»

و کسانی که سوگواری می‌کنند برکت می‌یابند، زیرا تسلی خواهند یافت.

عیسی مسیح به او گفت: «یقین داشته باش، من به تو می‌گویم که با من در جنت خواهی بود.»

«ای مرگ، خارهای تو کجا هستند؟ ای جهان پس از مرگ، پیروزی تو کجاست؟ گناه، مرگ را دشوار می‌کند و اگر از فرمان خدا پیروی کنیم، گناهان ما نابود می‌شوند و از خداوند سپاس‌گزاریم که به واسطه پیروی از پیامبران

الهی ما را پیروز کرد.»

پروردگار ما جاودان است. همان سرچشمه رحمت و خداوندگار تمام آسودگی‌ها که در ایام دشواری ما را تسلی می‌دهد. بلکه بتوانیم با آرامشی که از خداوند گرفته‌ایم، دیگران را در مشکلاتشان تسلی بدهیم.

اما ای برادران، نمی‌خواهم که به حال خفتگان بی‌اعتنا باشید و مانند کسانی نباشید که هیچ امیدی ندارند، زیرا اگر باور داشته باشیم که مسیح به آسمان‌ها رفته است^{۱۲}، پس خداوند اصحاب کهف را نیز بیدار خواهد کرد.

«و خداوند تمام اشک‌ها را از صورتشان می‌زداید و دیگر هیچ‌گونه مرگ، اندوه و زاری در کار نخواهد بود. دیگر هیچ درد مضاعفی در کار نیست، زیرا این اتفاقات را از سر گذرانده‌اند.»

هدایت

«رمز و رازهای زندگی مربوط به پروردگار ماست، اما آن چیزهایی که کشف شده‌اند، تا ابد به ما و فرزندانمان تعلق دارند؛ بلکه از دستور خداوند پیروی کنیم.»

پروردگارا راه‌های خود را به من نشان بده، مسیرهای خود را به من بیاموز، من را به سوی حقیقت خود رهنمون باش و آموزش بده، تو پروردگار رستگاری من هستی. سراسر روز منتظر تو می‌مانم.

از صمیم قلب به خداوند اطمینان کنید و بر دانسته‌های خود متکی نباشید. در تمام راه‌های خود او را بشناسید و او مسیر شما را مستقیم خواهد کرد.

«نترسید، زیرا من با شما هستم و ناامید نشوید، زیرا من پروردگار شما هستم. به شما قدرت می‌بخشم، آری شما را یاری می‌دهم و با تمام قدرتم از شما محافظت می‌کنم.»

«هنوز حرف‌های بسیاری برای شما دارند، اما نمی‌توانید آن‌ها را تاب بیاورید، اگرچه وقتی هدایت الهی به‌سوی شما بیاید، از هر جهت شما را به‌سوی حقیقت راهنمایی می‌کند، زیرا از طرف خودش حرف نمی‌زند، بلکه آنچه را شنیده است منتقل می‌کند و از آینده خبر می‌دهد.»

آیا کسی گمان می‌کند که می‌تواند از طریق نیروهای معنوی آموزش ببیند؟ آری، ما آموزه‌های پیامبران الهی را داریم.

اگر کسی از شما خرد کافی ندارد، باید از خداوند درخواست کند و خداوند بی‌قید و شرط و بی‌منت می‌بخشد و به آن شخص داده خواهد شد. اما باید با ایمان بخواهد. بدون اینکه تردید داشته باشد، زیرا کسی که تردید می‌کند، مانند امواج دریاست که با باد به هر سو رانده و متلاطم می‌شود.

آغازی دوباره | بخش سوم: قدرت کلام خداوند

شفا و التیام

شهر کتاب (nbookcity.com)

«زیرا اگر همیشه به ندای الهی درون خود گوش بدهید و آنچه را در نظر او محترم است، انجام بدهید و به دستورات او گوش بسپارید و تمام فرایض او را انجام بدهید، هیچ کدام از بیماری‌هایی که سراغ هم‌کیشان شما آمده بود، گریبانگیرتان نمی‌شود، زیرا او پروردگاری شفادهنده است.»

ای روح متعالی من، پروردگار تو جاوید است و نیکی‌های او را فراموش نکن. او تمام کاستی‌هایت را می‌بخشد و بیماری‌هایت را شفا می‌دهد و زندگی تو را از نابودی رها می‌کند، او تاج محبت و رحمت بی‌شمار خویش را بر سرت می‌گذارد و زبانت را با نیکی‌ها راضی می‌گرداند، بنابراین جوانی تو مانند عقاب‌ها از نو احیا می‌شود.

اما پیشوایان الهی به خاطر اشتباهات ما زخمی شدند و به خاطر کاستی‌های ما آزرده گشتند، آن‌ها می‌خواستند تا به هر قیمتی برای ما آرامش و شفا به ارمغان بیاورند.

به تمام شهرها و روستاها سفر می‌کرد و در معابد کلام خدا را تدریس می‌کرد و برای پادشاه کتاب را می‌خواند و تمام مرض‌ها و بیماری‌ها را میان مردم شفا می‌داد.

و همگی می‌خواستند با او معاشرت کنند، زیرا قدرتی که از او ساطع می‌شد همه را شفا می‌داد.
آیا کسی در میان شما هست که رنج می‌کشد؟ پس باید دعا کند. آیا کسی شادمان است؟ پس ستایش خداوند را

بگوید. آیا کسی بیمار است؟ از ریش سفیدان بخواهد تا برای او دعا کنند و به نام خداوند برای او شفا بطلبند. دعایی که سرشار از ایمان باشد فرد بیمار را نجات خواهد داد و خداوند او را بهبود می بخشد.

سلامتی

و فقط به دیدگاه خویش اکتفا نکنید. تقوای الهی داشته باشید و از شیطان دور شوید. این کار جسم شما را سالم و استخوان هایتان را محکم می کند.

فرزندم، به حرف هایم توجه کن و به سخنانم گوش بسپار و اجازه نده از نظرت دور شوند. آن ها را در بطن قلب خویش نگه دار. زیرا اگر کسی گوهر کلام من را بیابد، زندگی را یافته است و تن آن ها سالم می ماند.

سخنان دلپذیر مانند کندوی عسل هستند؛ برای روح، حلاوت و برای استخوان ها سلامت می آورند. اما قدرت کسانی که چشم انتظار خداوند هستند، احیا می شود. آن ها می توانند مانند عقاب ها بر فراز کوه ها پرواز کنند، می دوند و خسته نمی شوند، راه می روند و از حال نمی روند.

«و من دوباره به تو سلامتی خواهم داد و جراحات تو را شفا می بخشم، زیرا آن ها تو را مطرود می نامند و می گویند: «اینجا دژ کنعانی هاست. هیچ کس از این محل گذر نمی کند.»

عزیز من دعا می‌کنم که همیشه از هر جهت به خواسته‌هایت برسی و سلامت باشی، درست همان‌گونه که روح شکوفا می‌شود.

امید

ای روح من چرا زمینگیر شدی؟ و چرا در وجود من بیقراری می‌کنی؟ به خداوند امید داشته باش، زیرا من همچنان او را برای یاری و پشتیبانی‌اش ستایش می‌کنم.

و پروردگار در گوش جان من نجوا می‌کند: زیرا افکاری که نسبت به تو دارم از جنس آرامش‌اند و اهریمنی نیستند، بلکه به تو آینده و امید ببخشند.

و به ذهن خود خاطرنشان می‌کنم که امیدوار هستم. به خاطر رحمت اوست که از هم نمی‌پاشیم، زیرا رحم و شفقت او گسستنی نیست. هر روز صبح دوباره رحمتش را شامل حال ما می‌کند، وفاداری او بی‌نظیر است. روح من می‌گوید راز و نیاز با خداوند سهم من است، بنابراین به او امید دارم!

دیگر امیدم ناامید نمی‌شود، زیرا عشقی آسمانی و نوری الهی قلب‌هایمان را پر کرده است.

باشد که باور داشته باشید و امید آسمانی شما را سرشار از نشاط و آرامش کند و قلبتان به خاطر نیروهای قدرتمند

الهی سرشار از امید باشد.

و خداوند اراده کرد تا منتهای شکوه و جلال رازهایی را نمایان کند که در میان آدمیان است. ما به این شکوه و جلال امید داریم.

و ایمان، آتشنه خواسته‌های شما و گواه قلمروی نادیدنی‌هاست.

تردید

اما خداوند در گوش جان ساموئل نجوا کرد: «چهره و قامتش تو را نفریبد، زیرا او را طرد کرده‌ام. دیدگاه خداوند و مردم متفاوت است؛ مردم به ظاهر بیرونی می‌نگرند، اما خداوند به قلب انسان‌ها نظر می‌کند»

«بنابراین نگران نشوید و نگویید چه بخوریم؟ یا چه بنوشیم؟ یا چه بپوشیم؟ زیرا آن کس که در آئین شما نباشد، به دنبال این مسائل می‌رود و پروردگار الهی شما می‌داند که به این موارد نیاز دارید. اما ابتدا قلمروی خداوند و پرهیزکاری او را بجوید و تمام نیازهایتان برآورده می‌شود. بنابراین نگران فردا نباشید. فردا نگرانی‌های خودش را دارد و هر روز به اندازه کافی مشکلات خود را به همراه می‌آورد.»

و به متاع دنیا خو نگیر، بلکه با تغییر دادن ذهنیت خود دگرگون شو. پس از آن می‌توانی اراده خدا، یعنی همان

اراده نیک، خوشایند و بی نظیر او را بیازمایی و تأیید کنی.

بنابراین از حضور خداوند و قدرت بی مثال او نیرو بگیر. زره تأیید آسمانی را بر تن کن. بنابراین می توانی در برابر برنامه های شیطان مقاومت کنی. زیرا ما با گوشت و خون نبرد نمی کنیم، بلکه نبرد ما با فرمانروایان، قدرتمندان و نیروهای این دنیای تاریک و ارتش شیطان است. ما در قلمروی آسمانی نبرد می کنیم.

درباره هیچ چیز مضطرب نباشید، بلکه در هر شرایطی با دعا و درخواست قدرشناسانه، نیازهایتان را برای خداوند بازگو کنید. رحمت الهی که بر همه چیز احاطه دارد، قلب و ذهن شما را دربر می گیرد.

نشاط

سپس به آنها گفت: «راه خود را بپیمایید. غذاهای چرب بخورید. شربت های شیرین بنوشید و بخشی از آن را برای کسانی بفرستید که هیچ چیزی ندارند. زیرا امروز روزی مقدس است. اندوهگین نباشید، زیرا نشاط پروردگار به شما قدرت می بخشد.»

تو مسیر زندگی را به من نشان می دهی. حضور تو منتهای نشاط است. بودن در بارگاه قرب تو تا همیشه خوشایند است.

غضب او مدتی کوتاه و لطف او تا ابد طول می کشد^{۱۳}. شاید سوگواری یک شب به طول بینجامد، اما صبح فردا نشاط از راه می رسد.

«و برای تسلی بخشیدن به کسانی که در درّهای کنعان هستند، برای اینکه به پاس دردهایشان به آن ها پاداش بدهم، از این به بعد به جای سوگواری کردن پراز نشاط خواهند بود، به جای آن همه دلتنگی، ردای ستایش بر تن می کنند. باشد که آن ها را درختان پرهیزکاری و خطه سرسبز الهی بنامند، باشد که شکوهی جاودان داشته باشند.»

«و این سخنان را به شما گفته ام تا نشاط من در شما باقی بماند و به منتهای خود برسد.»
اما ثمره روح الهی، عشق، نشاط، آرامش، بردباری، محبت، نیکوکاری، وفاداری، ملایمت و مراقبت از خویشان است و با هیچ قانونی مغایرت ندارد.

همیشه با ذکر خداوند شادمان شوید. دوباره می گویم شادمان شوید!

تنهایی

«محکم و جسور باش، از آن ها نترس و هراسان نشو. زیرا خداوند همراه توست و هرگز تو را فراموش و ترک نمی کند.»

خداوند، به من نظر کن و با من سخاوتمند باش، زیرا تنها و پریشانم.
حتی اگر والدینم من را فراموش کنند، خداوند من را می‌پذیرد.
خداوند پناه یتیمان و حامی بیوه‌زان است. او کسانی را که تنها باشند صاحب خانواده می‌کند و اسیران را می‌رهاند و شادمان می‌کند، اما کسانی که سرکشی می‌کنند، در سرزمینی تفتیده زندگی خواهند کرد.
دوست دغلباز به زودی دست خودش را رو می‌کند، اما بعضی از دوستان از برادر نزدیک‌ترند.
«هراسان نباش، زیرا من با تو هستم. ناامید نشو، زیرا من به نفع تو کار می‌کنم. من تو را قدرتمندتر می‌کنم. آری من به تو یاری می‌رسانم. عبد جلوه‌گاه معبود است، من از تو مراقبت می‌کنم.»
«... به آن‌ها بیاموز از تمام دستورات من پیروی کنند و یقیناً من همواره با تو هستم، تا انتهای تاریخ.»
زیرا من مطمئن شده‌ام نه زندگی نه مرگ، نه فرشتگان و شیاطین، نه زمان حال و آینده، نه هیچ قدرتی و هیچ فرازونشیبی و نه هیچ مخلوقی نمی‌تواند من را از عشقی که به پروردگارم دارم جدا کند.

عشق

«و اینک ای یعقوب، خداوند از تو چیزی نمی‌خواهد، جز اینکه تقوا پیشه کنی، از مسیر الهی بگذری و او را دوست داشته باشی و از صمیم دل و جان به خداوند، پروردگارت خدمت کنی.»

عیسی مسیح به او گفت: «از صمیم قلب و با تمام ذهن و جانت خداوند را دوست خواهی داشت. این اولین و مهم‌ترین دستور است و دومین فرمان چنین است: باید همسایه‌ات را مانند خودت دوست داشته باشی.»

«حکم جدیدی صادر می‌کنم که یکدیگر را دوست داشته باشید و اگر به دیگری محبت کنید، همه متوجه می‌شوند که از یاران من هستید.»

زیرا من مطمئن شده‌ام نه زندگی نه مرگ، نه فرشتگان و شیاطین، نه زمان حال و آینده، نه هیچ قدرتی و هیچ فرازونشیبی و نه هیچ مخلوقی نمی‌تواند من را از عشقی که به پروردگارم دارم جدا کند.

بیایید تا فارغ از دورویی محبت کنیم. هر فکر اهریمنی را دور کنیم. به نیکی‌ها چنگ بیندازیم. برادرانه به یکدیگر محبت کنیم و علاقه نشان دهیم و به رسم شرافت دیگری را به خود ترجیح دهیم.

محبتی که با بردباری عجین شود، نیکوست؛ عشق حسادت نمی‌شناسد، خودنمایی نمی‌کند، نخوت ندارد و بی‌ادبی نمی‌کند، به فکر خودش نیست، خشمگین نمی‌کند، افکار پلید ندارد، از بی‌انصافی خشنود نمی‌شود، بلکه از حقیقت شاد می‌گردد، تمام سختی‌ها را به جان می‌خرد، همه را باور دارد، همیشه امیدوار است و تحمل می‌کند.

عزیزانم، بیایید یکدیگر را دوست داشته باشیم، زیرا خداوند سرچشمه محبت است و هر کس که عاشق شود، از

سوی خداوند حیاتی تازه یافته است و او را می‌شناسد.

ازدواج

بنابراین خداوند بشر را با سلیقه خود آفرید و مرد و زن طبق سلیقه او آفریده شدند. آن‌ها را جفت آفرید، برکت داد و گفت: «خوش باشید و شمار خود را افزایش دهید، زمین را پر کنید و تسلط یابید، بر ماهیان دریا و پرندگان آسمان و تمام موجودات زنده‌ای مسلط شوید که روی زمین راه می‌روند.»

بنابراین پروردگار پس از آفرینش آدم، حوا را آفرید. وقتی آدم حوا را دید گفت: «او اینک همسر من است» و به همین دلیل است که مرد پس از بلوغ، مادر و پدرش را ترک می‌کند تا با همسرش زندگی کند.

چه کسی می‌تواند همسری شایسته بیابد؟ او از یاقوت نیز گرانبه‌تر است. همسرش کاملاً به او اطمینان دارد و این زن هیچ کمبودی ندارد.

«... و گفت به همین خاطر است که مرد پس از بلوغ، پدر و مادرش را ترک می‌کند تا با همسرش زندگی کند و هر دو با هم یکی شوند. پس از آن دیگر از یکدیگر جدا نیستند، بلکه یگانه می‌شود. بنابراین هیچ کس نمی‌تواند آنچه را بگسلد که خداوند پیوند می‌دهد.»

از آنجاکه بی‌بندوباری‌های اخلاقی رواج می‌یابد، هر مرد باید همسری اختیار کند و با او رابطه داشته باشد و هر زن باید با شوهر خود در ارتباط باشد. مرد باید وظایف خود را در قبال همسرش انجام بدهد و زن نیز متقابلاً همین کار را بکند. زن باید جسم و جان‌ش را در اختیار همسرش قرار بدهد و به همین صورت مرد نیز باید متقابلاً همین کار را بکند.

خانم‌ها، همان‌طور که خودتان را به خداوند تسلیم می‌کنید، در برابر همسران نیز مطیع باشید. زیرا مرد سرپرست زندگی است. همان‌گونه که پیشوایان الهی سرپرست مردم بودند. آقایان، همسران خود را دوست داشته باشید، درست همان‌گونه که پیشوایان الهی به مردم عشق می‌ورزیدند و جان خود را نثار آن‌ها می‌کردند.

فرزندپروری

به پدر و مادر خود احترام بگذارید تا در سرزمینی که خداوند به شما بخشیده است، عمری طولانی داشته باشید. «هر کدام از شما باید به مادر و پدر خود احترام بگذارد و شما باید حرمت روزهای خداوند را نگه دارید. من پروردگار شما هستم.»

«و دستوراتی را که امروز به شما می‌دهند باید روی قلب خود حک کنید و آن‌ها را به فرزندان خود انتقال بدهید و هنگامی که در خانه نشسته‌اید یا از جاده می‌گذرید، وقتی دراز کشیده‌اید یا وقتی برمی‌خیزید، درباره آن‌ها صحبت

کنید. آن‌ها را مانند نمادی بر دست خود نقش کنید و بر پیشانی خود و روی دروازه‌ها و چهارچوب در خانه خود بچسبانید.»

فرزندان میراثی از طرف خداوند و نوادگان به منزله پاداش هستند. فرزندان خود را به مسیری بفرستید که باید بروند و حتی هنگامی که سالخورده شدند، نباید از آن راه کناره‌گیری کنند.

فرزندان خود را آموزش دهید و آن‌ها باید به شما آرامش دهند و برای شما شادمانی و آرزو به ارمغان آورند. ای پدرها، با فرزندان خود اوقات تلخی نکنید، در عوض آن‌ها را با آموزش و اطلاعات الهی تربیت کنید. اما تو در انجام دادن آنچه آموخته و یاد گرفته‌ای، ثابت‌قدم باش. زیرا می‌دانی آن را از چه کسی فرا گرفته‌ای. از کودکی خویش کتاب‌های معنوی می‌خواندی و همان باعث شد تا خردمند و رستگار شوی.

بردباری

و با ذکر خداوند آرامش بگیر و صبورانه منتظر بمان و به خاطر کسانی ناراحت نباش که از خودمحوری خویش خشنودند یا برنامه‌های شرورانه خود را اجرا می‌کنند.

صبورانه منتظر پروردگارم بودم و او به من نظر کرد و فریادم را شنید.

«زیرا رؤیای تو هنوز منتظر لحظه برآورده شدن است، اما سرانجام محقق می شود و دروغ نخواهد بود. حتی اگر تأخیر داشته باشد منتظر آن بمان، زیرا به یقین خواهد آمد و درنگ نخواهد کرد.»

... هنگام امیدواری شادمان و هنگام دشواری ها صبور باش و بی وقفه به دعا کردن ادامه بده.

بنابراین اطمینان خود را از دست نده، زیرا پاداشی عظیم در پی دارد. تو به این بردباری احتیاج داری، بنابراین پس از آنکه اراده خداوند را به انجام رساندی، وعده او محقق خواهد شد.

برادرانم، هنگامی که به ورطه های گوناگون آزمایش افتادید، نشاط خود را بشمارید و بدانید که آزمون ایمان صبوری شما را افزایش می دهد. اما اجازه بدهید که صبر و بردباری شما به منتهای خود برسد تا شما نیز به کمال و تعالی برسید و هیچ نقصی نداشته باشید.

برادرانم، بنابراین صبور باشید تا زمانی که وعده الهی محقق شود. ببینید که کشاورز چگونه منتظر ثمره بارزش زمین می ماند، صبورانه انتظار می کشد تا وقتی که موسم باران های زود هنگام و دیر هنگام از راه برسد. شما نیز باید صبور باشید. قلب خود را پذیرا کنید، زیرا وعده الهی در راه است.

آرامش

و کسانی که به دستورات تو عشق می‌ورزند آرامشی بی‌نظیر دارند و هیچ چیز آن‌ها را نمی‌لرزاند.

و تو به کسانی که ذهنشان را به سویت متمرکز می‌کنند، آرامشی بی‌نظیر عطا می‌کنی، زیرا به تو اطمینان کرده‌اند.

و ای کسانی که به دستورات من گوش سپرده‌اید، بنابراین آرامش شما مانند رودخانه خواهد بود و پرهیزکاری شما مانند امواج دریا.

«ای تمام کسانی که رنج می‌برید و باری سنگین بر دوش دارید، به سوی من بیایید و من به شما آرامش می‌بخشم.

بندگی من را بپذیرید و از من بیاموزید، زیرا من رحیم و مهربان هستم و روح شما آرامش خواهد یافت.»

«آرامش را برای شما به جا می‌گذارم، آرامشم را به شما می‌بخشم. آرامش من، آرامشی زمینی نیست. اجازه نده قلبت پریشان شود و هراسان نباش.»

«به شما گفتم، بنابراین تنها در حضور من آرامش می‌یابید، در این دنیا با مشکل مواجه می‌شوید، اما دل قوی

دارید! من از این دنیا بزرگ‌تر هستم.»

درباره هیچ چیز مضطرب نباشید، بلکه در هر شرایطی با دعا و درخواست قدرشناسانه، نیازهایتان را برای خداوند

بازگو کنید. رحمت الهی که بر همه چیز احاطه دارد، قلب و ذهن شما را دربر می گیرد.

اجازه دهید آرامش الهی بر قلب شما حکمرانی کند و به همین دلیل است که شما یک تن نامیده می شوید، پس سپاس گزار باشید.

استقامت

خداوند به کسانی که توان و شکوه ندارند، نیرو می بخشد. قدرت آن ها را افزایش می دهد. حتی جوان ها هم از حال می روند و خسته می شوند و مردان بُرنا سرانجام زمین می خورند، اما کسانی که منتظر وعده الهی هستند، قدرت تازه ای خواهند یافت. آن ها می توانند مانند عقاب ها بر فراز کوه ها پرواز کنند، بدون و خسته نشوند، راه بروند و از حال نروند.

«کسانی سعادت مندند که برای اجرای عدالت رنج می برند، زیرا ملکوت آسمان از آن ایشان است. وقتی به شما دشنام گویند و جفا رسانند و به خاطر من به شما هر ناروا و دروغی بگویند، آزرده خاطر نشوید. خوش باشید و به شدت شادی کنید، زیرا اجر شما در آسمان عظیم است، زیرا به انبیای قبل از شما نیز جفا می کردند.

هیچ تجربه‌ای شما را دربر نمی‌گیرد، جز آنکه نوع بشر آن را آزموده باشد. خداوند وفادار است و اجازه نمی‌دهد تا فوق طاقت خود آزموده شوید. اما اگر چنین باشد راه فراری می‌سازد تا آن را تحمل کنید.

زیرا رنج اندک ما که فقط لحظه‌ای طول می‌کشد، برای ما جلالی جاودان و فزاینده به همراه خواهد داشت. بنابراین اطمینان خود را از دست نده، زیرا پاداشی عظیم به همراه خواهد داشت. زیرا باید آن را تحمل کنی تا پس از آنکه اراده خداوند را به انجام رساندی، وعده او را دریابی.

نیایش

«بنابراین باید این‌گونه نیایش کنید: ای پروردگار آسمانی ما، نام تو پاینده و قلمروی تو جاودان باد. اراده تو در زمین و آسمان انجام خواهد شد. رزق روزانه‌مان را عطا کن و همان‌طور که ما بدهکاران را بخشیدیم، تو نیز قرض‌هایمان را پرداخت کن. اجازه نده و سوسه شویم، بلکه ما را از شیاطین نجات بخش.»

«بنابراین به شما می‌گویم، باور داشته باشید هرچه را در دعا بخواهید، دریافت خواهید کرد و از آن شما خواهد شد.»

و در تمام شرایط و با هر شیوه‌ای که می‌دانید دعا کنید و درخواست خود را به درگاه خداوند بگویید. پس این

حرف را به خاطر بسپارید و هشیار باشید و همیشه برای بندگان خداوند دعا کنید ... پیوسته دعا کنید.

پس از همه چیز، اول سفارش می کنم که تمام مردم نیایش ها و دعاها و مناجات و شکرها را به جا آورند و حکمرانان و جمیع صاحبان منصب نیز این کار را بکنند تا در آرامش و آسایش و با نهایت دینداری و پرهیزکاری، عمر خود را به سر ببریم.

بنابراین می خواهم که مردم سراسر جهان نیایش کنند و دست های پاک خود را بدون خشم و مشاجره به آسمان بلند کنند.

بیایید تا با اطمینان به بارگاه امن او وارد شویم، بلکه بتوانیم از رحمت او بهره ببریم و هنگام نیازمندی از او یاری بجوئیم.

بنابراین به اشتباهات خود اعتراف و برای همدیگر دعا کنید، بلکه شفا بیایید. دعای انسان پرهیزکار قدرتمند و تأثیرگذار است.

امنیت

تو پناهگاه امن هستی، من را از مشکلات در امان می‌داری و آوای نجات‌بخش تو همچون سرودی در گوش‌های من زمزمه می‌شود.

اشتباهات پرهیزکاران هرچقدر هم که زیاد باشد، خداوند آن‌ها را به کلی می‌رهاند. حتی از بند انگشتانشان نیز محافظت می‌کند و اجازه نمی‌دهد زمین بخورند.

ای کسانی که خداوند را دوست دارید، از اهریمن متنفر باشید! خداوند روح پرهیزکاران را نگه می‌دارد و آن‌ها را از دست تبیهکاران نجات می‌دهد.

با اینکه در میان مشکلات گام برمی‌دارم، جانی تازه به من می‌بخشی. در برابر خشم دشمنان از من محافظت می‌کنی و دست حفاظت تو من را نجات می‌دهد.

تبیهکار مانند گذشتن گردباد نابود می‌شود، اما ریشه پرهیزکاران جاودانه است. تمامی سخنان پروردگار عاری از عیب و نقص است و کسانی که به خداوند اطمینان کرده‌اند او را مانند سپر خواهند یافت.

بنابراین به من گفت: «ای دانیال هراسان نباش، زیرا از روز اول که عزم خود را جزم کردی تا درکت را بالا ببری و

در حضور خدای خود تواضع داشته باشی، دعای تو مستجاب گردید و من شنوای آن هستم.»

احیا

خداوندا، قلبم را از نو پاکیزه گردان و روحی تازه به من ببخش. من را از درگاه خود طرد نکن و وجه مقدست را از من برنگردان. نشاط رستگاری خویش را در من احیا کن و با دست سخاوت خویش من را بگیر.

«بنابراین آن‌ها را یکدل خواهم کرد و حسی تازه به آن‌ها خواهم بخشید. آن قلب سنگی را از وجودشان بیرون می‌کشم و قلبی رئوف به آن‌ها می‌بخشم.»

بنابراین قلب ما پریشان نمی‌شود. با اینکه جسم فانی ما در حال فروپاشیدن است، جان درونی ما روزبه‌روز احیا می‌شود. زیرا رنج اندک ما که فقط لحظه‌ای طول می‌کشد، برای ما جلالی جاودان و بی‌اندازه به همراه خواهد داشت. ما به قلمروی دیدنی‌ها نگاه نمی‌کنیم، بلکه به نادیدنی‌ها می‌نگریم. زیرا مرئی‌ها موقت و نامرئی‌ها جاودان‌اند.

بنابراین هر کس که در راه الهی قدم بگذارد از نو متولد می‌شود. گذشته، گذشته است. دل قوی دارید. همه چیز تازه می‌گردد. بدان که هر اتفاقی از جانب خداست. او با ما در صلح و آرامش است و به ما اجازه داده است تا

سرچشمه صلح باشیم. پیامبران آمدند تا به مردم بگویند که شیوه خداوند اشاعه صلح است، نه اینکه خطای مردم را عفو نکند. خداوند از ما خواسته است تا کلامی صلح‌آمیز به زبان بیاوریم.

رستگاری

«اشتباهات تو مانند ابرهای متراکم و گناهانت چون ابرهایی پراکنده بودند، تمام آن‌ها را محو کردم^{۱۴}. به‌سوی من برگرد، زیرا تو را رهانیده‌ام.»

همان نور الهی بود که به تمام جهانیان روشنایی بخشید.

«و خداوند آنقدر جهان را دوست داشت که پیغمبران خود را برای آبادی آن فرستاد، هر کس که به خدا ایمان داشته باشد نابود نمی‌شود، بلکه حیاتی جاودان می‌یابد.»

«کسی که به خداوند عشق بورزد، زندگی ابدی می‌یابد، کسی که به پیامبران الهی ایمان نداشته باشد روی خوش زندگی را نمی‌بیند، بلکه خشم خدا شامل حال او می‌شود.»

مجازات گناه مرگ است، اما هدیه خداوند، زندگی جاودانی است.

زیرا کاملاً یقین دارم که نه مرگ و نه زندگی، نه فرشتگان و هیچ ساختار و هیچ قدرتی، نه زمان حال و نه آینده و

هیچ فرازونشیبی و هیچ مخلوقی نمی‌تواند ما را از عشق الهی جدا کند.

«آگاه باشید، من در آستانه در ایستاده‌ام و به آن می‌گویم. اگر کسی صدای من را بشنود و در را بگشاید، داخل می‌شوم و با او بر سر یک سفره می‌نشینم.»

بندگی

«هر کس می‌خواهد بر دیگران پیشی بگیرد، باید بنده تو باشد، درست مانند پسر انسان که می‌خواهد تو را پرستد و خود پرستیده نشود. او جان خود را خونبهای افرادی بی‌شمار قرار می‌دهد.»

«بزرگ‌منش‌ترین شما کسی است که خدمتگزار خداوند باشد.»

«کسی که خدمتگزار من است، باید از من پیروی کند و هر کجا باشم بندگانم همانجا هستند. خداوند به بندگان خویش عزت می‌دهد.»

اما اینک با از بین بردن آنچه ما را به یکدیگر متصل می‌کرد، از قانون کارما خلاص شدیم و به شیوه‌ای جدید خدمتگزاری می‌کنیم، نه با شیوه‌ای قدیمی که ثبت شده بود.

بنابراین، برادران و خواهران از شما می‌خواهم تا در ازای رحمت الهی، منیت خود را به درگاه خداوند پیشکش

کنید تا او را خشنود سازید؛ این عبادت حقیقی و صحیح شماست.

هیچ گاه اشتیاقتان را از دست ندهید، بلکه تبوتاب عارفانه خویش را حفظ و به پروردگار خدمت کنید. برادران و خواهرانم، شما برای آزاد بودن آفریده شده‌اید، اما از این آزادی برای اغنای غرایز جسمی بهره نبرید، بلکه با خضوع و فروتنی به یکدیگر خدمت کنید و عشق بورزید.

هر کدام از شما باید از استعدادهای خدادادی خویش بهره ببرد تا به دیگران کمک کند. شما به شیوه‌هایی متعدد خوان سالار این موهبت الهی هستید.

نیروی معنوی

خدایا، تو از تمام سرزمین‌های پاک مقدس‌تری. خداوند یعقوب، همان خدایی است که به بندگان قدرت و نیرو می‌بخشد. پاک و منزّه است خداوند!

«اما هنگامی که امداد الهی بر شما نازل می‌شود باید قدرت آن را دریابید و تا انتهای تاریخ، در سرزمین‌های پاک گواه من باشید.»

و هنگامی که دست به دعا برداشتند زمینی که روی آن ایستاده بودند، لرزید. آن‌ها نیروی الهی را با تمام وجود

خود حس کردند و کلام خداوند را شجاعانه به زبان آوردند.»

زیرا گناه نباید بر شما تسلط پیدا کند. قوانین طبیعت بر شما اثر نمی‌کند، زیرا تحت لوای رحمت خداوند هستید. اینک خدایی را ستایش می‌کنیم که قادر است بسیار بیشتر از خواسته و فهممان به ما عطا کند. برای قدرتی که در وجودمان نهاده است، نسل به نسل، تا همیشه و تا ابد، شکوه او را ستایش می‌کنیم.

سرانجام این نکته را می‌گویم، ای برادرانم، به خداوند و قدرت شکوه او اطمینان کنید. زره تأیید خداوندی را بپوشید تا بتوانید در برابر وسوسه‌های شیطان مقاومت کنید.

...شاید بتوانم خداوند و قدرت نجات‌بخشی و حکمت رنج‌های او را دریابم و با مرگ به دیدارش بشتابم. با یاری پروردگاری که به من نیرو می‌بخشد، می‌توانم هر کاری را به سرانجام برسانم.

قدرت

«خداوند قدرت من و سرود نیایش من است. او مایهٔ رستگاری من شده است. او خدای من است. من او را ستایش می‌کنم. ای خداوند بزرگ، من تو را می‌ستایم.»

خداوند نور و نجات من است، از که بترسم؟ خداوند قدرت حیات من است، از که وا همه داشته باشم؟

شجاعانه به او ایمان داشته باشید و خدا به قلب شما قوت می‌دهد و چشم امید شما به سوی خداوند باشد. خداوند به کسانی که توان و شکوه ندارند، نیرو می‌بخشد. قدرت آن‌ها را افزایش می‌دهد. حتی جوان‌ها هم از حال می‌روند و خسته می‌شوند و مردان برنا سرانجام زمین می‌خورند، اما کسانی که منتظر وعده الهی هستند، قدرت تازه‌ای خواهند یافت. آن‌ها می‌توانند مانند عقاب‌ها بر فراز کوه‌ها پرواز کنند، بدون خسته نشوند، راه بروند و از حال نروند.

«هراسان نباش، زیرا من با تو هستم. ناامید نشو، زیرا من به نفع تو کار می‌کنم، به تو کمک می‌کنم و دست یاری من تو را دربر می‌گیرد.»

و به من گفت: «شکوه و جلال من برای تو کفایت می‌کند، زیرا قدرت من هنگام ضعف تو از همیشه بیشتر است.» و با یاری پروردگار می‌توانم تمام کارهایم را به سرانجام برسانم.

اضطراب

«آیا به شما دستور ندادم که محکم باشید و دل قوی دارید و هراسان نشوید و ناامید نباشید؟ زیرا خداوند هر جا که بروید، همراه شماست.»

نگرانی‌های خود را به پروردگار واگذار کنید. شما را کفایت می‌کند و هیچ‌گاه اجازه نمی‌دهد تا پرهیزکاران بلغزند.

«سعادت‌مند کسی است که به پروردگار اطمینان می‌کند. همان کسی که به خداوند یقین دارد. او مثل درختی خواهد بود که کنار آب روییده است، ریشه‌های خویش را به‌سوی نهر می‌گستراند و چون گرما بیاید، نخواهد ترسید و برگ‌هایش شاداب خواهند ماند و در خشکسالی هراسی نخواهد داشت و از آوردن میوه باز نخواهد ماند.»

«بیایید نزد من ای تمام کسانی که زحمت می‌کشید و رنج گران می‌برید و من به شما آرامش خواهم بخشید. بندگی مرا بر خود گیرید و از من تعلیم یابید، زیرا صبور و رئوف هستم و جان شما آرامش خواهد یافت؛ زیرا تکلیف من خفیف است و بار من سبک.»

از هر طرف سخت محاصره شدیم، اما نشکستیم؛ سردرگم شدیم، اما مأیوس نشدیم. ما را تعقیب کردند، اما طرد نشدیم. زمین خوردیم، اما نابود نشدیم.

با اینکه در دنیا زندگی می‌کنیم، اما اسیر جنگ‌های دنیوی نمی‌شویم. ما با سلاح‌های مادی مبارزه نمی‌کنیم، بلکه در عوض نیرویی الهی داریم که دژها را درهم می‌شکنیم. هر بحث و ادعایی را نابود می‌کنیم که خلاف دانش خداوند قد علم کرده باشند و تمام افکاری را به بند می‌کشیم که با آموزه‌های رسولان مغایرت داشته باشند.

درباره هیچ چیز مضطرب نباشید، بلکه در هر شرایطی با دعا و درخواست قدرشناسانه، نیازهایتان را برای خداوند

بازگو کنید و رحمت الهی که بر همه چیز احاطه دارد، قلب و ذهن شما را دربر می گیرد.

فروتن باشید تا تحت لوای رحمت الهی قرار بگیرید، باشد که در موعد مقرر دست شما را بگیرد و بلند کند. تمام نگرانی های خود را به او بسپارید، زیرا از شما مراقبت می کند.

همدلی

چقدر نیکو و دلپسند است هنگامی که بندگان خداوند با همدلی زندگی می کنند.

«من از آن ها هستم و تو در وجود من هستی؛ بنابراین شاید با هماهنگی کامل زندگی کنند. سپس تمام جهان متوجه می شود که تو من را فرستاده ای و من آن ها را دوست دارم، همان طور که تو مرا دوست داری.»

برادران و خواهرانم، از شما تقاضا می کنم به نام خداوند در گفته های خویش با یکدیگر هماهنگ شوید و هیچ اختلافی میان شما نباشد و ذهنیت و افکار شما کاملاً یکی باشد.

همان طور که بدن یکپارچه است اما اندام های بسیار دارد، پس جهان نیز همین گونه است. با هر دین و آئین، برده یا آزاد. همه ما یک روح داریم.

با هر دین و آئین، برده یا آزاد، مرد یا زن، همه شما را خداوند آفریده است،

زیرا او به خودی خود آرامش ماست؛ همان خدایی که دو گروه را با یکدیگر یکسان کرد و سدها را شکست و دیوارهای خصومت را از میان برداشت.

«و تمام تلاش خود را به کار بگیرید تا همدلی خود را با آرامش حفظ کنید.»
به تمام پرهیزکاران عشق می‌ورزد و آن‌ها را به طرزی بی‌بدیل همدل می‌کند.

ظفرمندی

«زیرا پروردگارتان برای شما به جنگ با دشمنانتان می‌رود تا پیروز شوید.»
آزادی و نجات از سوی پروردگار می‌رسد. باشد که برکت الهی شامل حال مردم شود.
«به شما گفتم، بنابراین تنها در حضور من آرامش می‌یابید. در این دنیا با مشکل مواجه می‌شوید، اما دل قوی دارید! من از این دنیا بزرگ‌ترم.»

پس در پاسخ به این سخنان چه بگوییم؟ اگر خدا با ماست پس چه کسی علیه ماست؟
هیچ تجربه‌ای شما را دربر نمی‌گیرد جز آنکه نوع بشر آن را آزموده باشد. خداوند وفادار است و اجازه نمی‌دهد تا فوق طاقت خود آزموده شوید. اما اگر چنین باشد راه فراری می‌سازد تا آن را تحمل کنید.
«آه ای مرگ، پیروزی تو کجاست؟ آه ای مرگ، زخم‌های تو کجا هستند؟»

اما شکر خداوند را به جا می آورم! او به خاطر ایمان به پیامبران الهی ما را پیروز کرد.

... زیرا هر کس از جانب خداوند حیاتی تازه یافته باشد بر این جهان غلبه می کند و آنچه دنیا را مغلوب کرده، ایمان ماست.

شهر کتاب (nbookcity.com)

پیوست سوم: روایاتی برای مدیریت کردن افکار روزمره

۱. «هرچه در دل می اندیشد، همان می شود.»

یادداشت: این جمله می گوید ما همانی می شویم که می اندیشیم. زندگی ما از قوی ترین افکار ما تبعیت می کند، درست مانند این جمله: «اگر فکر می کنید که می توانید یا نمی توانید در هر صورت حق با شماست.» ده نفر از دوازده جاسوسی که حضرت موسی به ارض موعود فرستاده بود، بازگشتند و گفتند: «غول پیکرهایی در آن سرزمین وجود دارند و در قیاس با آن ها ما همچون ملخ ها هستیم.» آن ها خودشان را توانمند نمی دیدند و هیچ کدام وارد سرزمین موعود نشدند، اما دو تن از جاسوسان، جاشوا و کیلیب، گفتند: «اجازه بده یک مرتبه وارد شویم و هجوم بیاوریم، زیرا ما می توانیم بر آن ها غلبه کنیم.» فقط دو نفر از تمامی نوادگان یعقوب وارد سرزمین موعود شدند. آیا خودت را برای انجام خواسته های خداوند توانمند می بینی یا خودت را مانند یک ملخ در نظر می گیری؟

۲. «برادرانم، سرانجام به شما می گویم به هر آنچه صحیح، شرافتمند، درست، خالص، دوست داشتنی و خوش نام است بیندیشید، به هرچه متعال و ستودنی است، چنگ بیندازید.»

یادداشت: این جملات به ما می گویند که در زندگی با نیکی ها سروکار داشته باشیم نه با اشتباهات. به خداوند و

حقیقت او فکر کنیم نه به مشکلاتمان. افکاری مثبت و سرشار از یقین داشته باشیم. فقط خودمان هستیم که می‌توانیم افکار خود را مدیریت کنیم، خداوند این کار را برای ما انجام نمی‌دهد. باید تصمیم بگیریم تا افکاری را در سر پیورانیم که ما را به‌سوی پیروزی سوق می‌دهند، نه به سمت شکست.

۳. «و به این جهان خو نگیر، بلکه با تغییر دادن افکار خود، دگرگون شو.»

یادداشت: این عبارت به ما می‌گوید مطابق این دنیا فکر و رفتار نکنیم، به ما یاد می‌دهد چگونه دگرگون شویم؛ با تغییر دادن ذهنمان. چگونه می‌توانیم افکار خود را از نو بسازیم؟ باید هر روز ذهن خود را از کلام خداوند، موسیقی ستایش خداوند، پیام‌های تأییدکننده و اقرارهای مثبت پر کنیم.

۴. «و دائم ماهیت ذهن خود را تازه کن [روحیه و ذهنیتی تازه داشته باش].»

یادداشت: این عبارت به ما می‌گوید که تازه کردن افکار کاری نیست که یک روز به‌سرعت انجام بگیرد، بلکه باید آن را «دائم» در سراسر روز انجام بدهیم.

۵. «... باید هر فکری را اسیر کنیم تا آن را مطیع خداوند بسازیم.»

یادداشت: مانند عبارت قبلی که دربارهٔ تازه کردن «دائمی» افکار خود صحبت کردیم، این عبارت نیز می‌گوید باید کوچک‌ترین فکری را «اسیر کنیم تا از خداوند اطاعت کند.» خداوند به ما می‌گوید که تمام افکار خود را مدیریت

کنیم تا با کلام او مطابقت داشته باشد. وقتی فکری به ذهنمان می‌رسد که با کلام الهی همخوانی ندارد، باید هشیار باشیم، آن را پس بزنیم و با افکاری جایگزین کنیم که با کلام الهی تطبیق دارند.

۶. «وقتی کسی ذهنش را به تو می‌سپارد، آرامشی بی‌بدیل به او عطا می‌کنی.»

یادداشت: این عبارت به ما می‌گوید که چگونه آرامشی بی‌بدیل داشته باشیم. فرقی نمی‌کند زندگی ما در چه شرایطی باشد، باید کماکان بر خداوند تمرکز کنیم، نه بر مشکلاتمان، یا شرایط اقتصادی جهان یا حرف‌ها و رفتارهای دیگران. خداوند وعده داده است که اگر چنین کنیم نه‌تنها آرامش، بلکه آرامشی بی‌بدیل به ما عطا می‌کند.

۷. «ذهن خود را بر آسمان متمرکز کن، نه آنچه روی زمین است.»

یادداشت: مانند عبارت قبلی که می‌گفت ذهن خود را بر خداوند متمرکز کنیم، این عبارت به ما می‌گوید که ذهن خود را بر مسائل آسمانی تنظیم کنیم، نه بر اتفاقاتی که در این سیارهٔ خاکی می‌گذرد. کلمهٔ کلیدی تنظیم کردن است. ما باید ذهن خود را بر اتفاقات آسمانی تنظیم کنیم. قرار نیست خداوند آن را برای ما تنظیم کند و اگر خودت این کار را نکنی، دشمن این کار را خواهد کرد، احساسات، شرایط و دیگران این کار را خواهند کرد. ما باید دست‌به‌کار شویم و سراسر روز ذهن خود را بر مسائل صحیح متمرکز کنیم.

پیوست چهارم: نیایش‌هایی درباره قدرت کلام ما

۱. «مرگ و زندگی در گرو قدرت زبان است...»

یادداشت: متون مقدس می‌گویند ما با قدرت زبان خود می‌توانیم مرگ و زندگی را برای خود، شرایط، کودکان، اوضاع مالی یا عزیزی بطلبیم که بیمار شده است. توجه کن که تأکید این جمله بر مرگ و زندگی نیست، بلکه بر قدرت زبان است.

۲. «کلمات قدرتمندند. آن‌ها را جدی بگیرد. آن‌ها می‌توانند باعث رستگاری یا سیاه‌بختی شوند.»

یادداشت: عیسی مسیح جمله قبلی را تفسیر کرده است. او می‌گوید کلام ما قدرت دارد تا ما را «بسازد یا بشکند.»

۳. «من یقین دارم و به شما می‌گویم اگر کسی به این کوه بگوید از اینجا برخیز و داخل دریا بریز و در دل هیچ تردیدی نداشته و به گفته‌های خود ایمان داشته باشد که آنچه می‌گوید محقق می‌شود، پس برآورده شدن آن را خواهد دید.»

یادداشت: حضرت مسیح در این عبارت نمی‌گوید که فقط برای کوه دعا کنیم، بلکه باید با آن حرف بزنیم. این کوه به تمام موانع زندگی ما، از جمله بیماری یا مشکلات مالی و غیره اطلاق می‌شود. این عبارت می‌گوید اگر ما در دل تردید نداشته باشیم هرچه را بگوییم تجربه می‌کنیم. اگر سخنان منفی به زبان بیاوریم، نتیجه منفی می‌بینیم. اگر

حرف‌های مثبت برزیم، نتیجه مثبت می‌شود.

۴. «درواقع به دهان اسب‌ها افسار می‌زنیم تا از ما اطاعت کنند و تمام بدن آن‌ها را به سویی دیگر می‌چرخانیم. به کشتی‌ها توجه کن، با اینکه آن‌ها بسیار بزرگ‌اند و فقط با تندبادها حرکت می‌کنند، با یک سکان کوچک به سمت مقصد دلخواه ناخدا می‌روند. بنابراین زبان نیز عضوی کوچک است و کارهای بزرگ می‌کند.»

یادداشت: این عبارت کاملاً آشکار می‌کند که کلام، مقصد زندگی ما را مشخص می‌کند. درست مانند افسار زدن به دهان اسب‌ها یا سکان کشتی که مقصد را تعیین می‌کند.

۵. «... و کسی که کلام من را به زبان می‌آورد، آن را با قلبی سرشار از ایمان بیان کند. آیا کلام الهی مانند آتش نیست؟ خداوند می‌گوید آیا کلام الهی مانند تیشه نیست که صخره را به چند قطعه تبدیل می‌کند؟»

۶. «هر انسانی با ثمره کلام نیک خویش راضی می‌شود.»

یادداشت: این عبارت شگفت‌انگیز آشکارا به ما می‌گوید که چگونه راضی شویم: با ثمره (حرف‌های) دهان خویش. اگر می‌خواهیم با نعمت‌های خداوند راضی شویم باید همیشه کلامی سرشار از ایمان و پیروزی را به زبان بیاوریم.

۷. «و یاران او به وسیله خون بره و شهادت کلام خویش بر شیطان، متهم‌کننده برادران، فائق آمدند.»

یادداشت: این عبارت به ما نمی‌گوید که با افکار خود می‌توانیم بر شیطان غلبه کنیم، بلکه با گواهی دادن ما میسر می‌شود. گواهی یعنی اقرار به همان طرز تفکری که خداوند درباره‌ی ما دارد. هر چیز دیگری یک دروغ از جانب دشمن یا فکر اشتباه از جانب خودمان است. ما باید این گواهی را به زبان بیاوریم. همان‌طور که حضرت عیسی در بیابان هنگام مواجهه با وسوسه‌های شیطان آن را به زبان آورد. او سه بار به شیطان گفت: در کتاب خداوند «نوشته شده است...». او کتاب مقدس و گفته‌های الهی را برای خود نقل‌قول می‌کرد و سرانجام شیطان او را ترک کرد.

۸. «کسی که زبان خود را نگه دارد، زندگی خود را حفظ کرده است؛ اما کسی که دهان خویش را بگشاید، نابود خواهد شد.»

۹. «کسی که زبان و کلام خویش را نگه دارد، روح خویش را از مشکلات نگه داشته است.»

۱۰. «و از سخنان خود در دام افتاده‌ای...»

پیوست پنجم: اقرارهای مثبت روزانه

«هرچه را بگویی تجربه خواهی کرد.»

اغلب اوقات نحوه شروع یک روز، باقی مانده آن را مشخص می کند. به همین دلیل بسیار اهمیت دارد که هر روز صبح ابتدا ذهن خود را در مسیر صحیح تنظیم کنیم. به همین دلیل است که دشمن علاقه دارد به محض اینکه از خواب بیدار می شویم، ذهن ما را نشانه بگیرد. از این اقرارهای مثبت استفاده کن و هر روز صبح آن ها را با صدای بلند به زبان بیاور تا ذهن و زبان خود را با خداوند هم صدا و برای پیروزی برنامه ریزی کنی. تا جایی که می توانی این جملات را به خاطر بسپار. با دقت به آن ها بیندیش و سراسر روز برای خود تکرار کن. افکاری که در سرداری و جملاتی که امروز به زبان می آوری، فردای تو را می سازند.

- من سعادتمندم.

- خداوند گناهان من را می بخشد و من را آزاد می کند.

- خداوند من را دوست دارد، می پذیرد و تأیید می کند.

- من آزادم. آزاد از بیماری، فقر، کمبود و هرگونه مشکل و گیرودار.

- من امنیت و اطمینان دارم.

- عاقل، باهوش و خلاق هستم.
- متمرکز و منظم هستم.
- موفق هستم.
- با استعداد هستم.
- پذیرفته شده‌ام.
- پرثمر هستم.
- سالم هستم.
- سرشار از نیرو، قدرت، توان و انرژی هستم.
- انسان شاهکار خلقت خداوند است، خدا از روح خود در انسان دمید.
- من به سرنوشت و رسالت الهی خود معتقدم.
- من بنده خداوند متعالم.
- من از همه نظر عالی‌رتبه هستم، نه سرباز صفر.
- من می‌توانم با پیروی از اولیای الهی هر هدفی را به انجام برسانم.

- خداوند همیشه کاری می کند تا برنده بشوم.
- لطف الهی من را همچون سپر محافظ دربر گرفته است.
- رحمت و برکت الهی هر روز عمر به سوی من می آید.
- خداوند برنامه هایی دارد تا زندگی من را شکوفا کند و به من امید و آینده بدهد.
- مسیر زندگی من همچون خورشید تابان است. تمام روز می درخشد و می درخشد.
- خداوند تمام نگرانی هایم را به نحو احسن برطرف می کند.

دعای رستگاری

اگر تابه حال از خداوند خواسته‌ای که تو را نجات بدهد یا از دعا کردن به درگاه الهی دلزده شده‌ای، اینک از تو دعوت می‌کنم چند دقیقه وقت بگذاری و این کار را انجام دهی. در متون الهی آمده است که امروز روز رستگاری است، زیرا فردا هیچ‌گاه تضمین نشده است. شاید هیچ‌گاه فرصت نداشته باشی این تصمیم را بگیری و بنابراین آن را به تعویق نینداز. این دعای ساده را به زبان بیاور و از خداوند بخواه قلبت را منور کند.

خدای بزرگ از تمام گناهانم توبه می‌کنم. از تو می‌خواهم قلبم را روشن کنی و آن را کامل بشویی. من تو را پروردگار و ناجی خود می‌دانم. از تو متشکرم که من را نجات دادی و در شمار بندگان خود به حساب آوردی. به من کمک کن تا هر روز از تو پیروی کنم. آمین ای پروردگار جهانیان.

اگر این دعای ساده را به زبان بیاوری، دوباره متولد خواهی شد. خداوند یک زندگی تازه به تو می‌دهد. دیگر به خاطر گناهانت از او دور نیستی. خداوند بر تمام گناهان تو قلم عفو می‌کشد. بنابراین می‌توانی در شمار بندگان خوب او باشی. متون الهی می‌گویند تو این‌گونه از نو متولد می‌شوی. شاید ابتدا هیچ تغییری احساس نکنی، اما وقتی در مسیر الهی پیش بروی، به تدریج به اخلاق الهی متصف خواهی شد.

گام بعدی

برای اینکه در مسیر الهی پیش بروی تو را تشویق می‌کنم:

۱. به کلاس‌هایی برو که کتاب‌های مذهبی را تفسیر می‌کنند.
۲. با دوستانی که تو را از مسیر خدا دور می‌کنند، وقت نگذاران، در عوض آن‌ها را دعوت کن تا با تو به اماکن مذهبی بیایند.
۳. هر روز با خداوند راز و نیاز کن. لازم نیست کار سختی انجام بدهی، فقط خودت باش و با خداوند، پروردگار مهربان خود، صحبت کن.
۴. هر روز کتاب‌های معنوی خود را بخوان تا درک عمیق‌تری از خداوند و زندگی معنوی داشته باشی.

یادداشت‌ها

[←۱]

Agrippa

[←۲]

شیطان مدام گناهان انسان را یادآوری می‌کند تا وی را از رحمت پروردگار ناامید کند. - م.

[←۳]

خداوند تبارک و تعالی در آیه ۷۲ سوره ص به انسجام میان خالق و مخلوق و دمیدن روح خویش در انسان اشاره می‌کند: «پس آنگاه که او را به خلقت کامل بیاراستم و از روح خود در او دمیدم، بر او به سجده درافتید». - م.

[←۴]

نام دیگر طالوت، از نوادگان بنیامین، پسر یعقوب. - م.

[←۵]

قسمت جنوبی کنعان، محل زندگی فرزندان عیسو، برادر یعقوب. - م.

[←۶]

Agag

[←۷]

مانند فراعنه مصر. - م.

[←۸]

Esther

[←۹]

Mephibosheth

[←۱۰]

Lodebar

[←۱۱]

Jukes Max

[←۱۲]

خداوند در آیه ۱۵۸ سوره نسا می‌فرماید: «...خدا او را به‌سوی خود بالا برد و خدا همواره توانای شکست‌ناپذیر و

حکیم است».. م.

[۱۳←]

اشاره به حدیث قدسی «وَقُلْ لَهُمْ: إِنَّ رَحْمَتِي سَبَقَتْ غَضَبِي فَلَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَتِي» به معنای «برای قومت بگو که همیشه رحمت من بر غضبم سبقت دارد. پس از رحمت من مأیوس نشوید».. م.

[۱۴←]

خداوند در آیه ۵۳ سوره زمر می‌فرماید: «بگو: ای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده‌اید! از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد، زیرا او بسیار آمرزنده و مهربان است».. م.