



آرامش با جویسی مایر - روز شانزدهم

بخش اول: مثل یوسف رویا پردازی کن
وقتی یوسف نوجوان بود، خداوند در دلش رؤیایی گذاشت که روزی بر یک ملت حکومت می‌کند. یوسف به جای اینکه رؤیای خودش رو تو دلش نگه داره، به بزرگترها گفت که چطور خورشید و ماه و یازده ستاره دورش جمع شده بودن و بهش تعظیم می‌کردن. این حرفش باعث شد که برادرهایش حسادت کنن، چون او نورچشمی پدرشون بود و ادعای جدیدش هم حسابی اونها رو عصبانی کرد. برادرها تصمیم گرفتن که یوسف رو بکشن، اما یکی از اونها پیشنهاد داد که او رو توی یه چاه بندازن.

وقتی یه کاروان از بازرگان‌ها که به سمت مصر می‌رفتن رو دیدن، تصمیم گرفتن یوسف رو به عنوان برده بهشون بفروشند. در نهایت یوسف به پوتیفار، یکی از مأمورین مهم فرعون، فروخته شد.
وقتی یوسف به مصر رسید، پوتیفار مسئولیت خونه و دارایی‌هایش رو بهش سپرد و همه چیز تو خونه رونق گرفت. اما پوتیفار از این اتفاق هیجان زده بود تا اینکه همسرش یوسف را به جرمی متهم کرد. یوسف به زندان افتاد و چندین سال اونجا موند. اما حتی توی زندان هم سرپرست زندان فهمید که خداوند با یوسف هست و بهش اعتماد کرد و تمام مسئولیت دیگر زندانی‌ها رو به یوسف سپرد.



یوسف به خاطر توانایی‌اش در تعبیر خواب معروف شده بود. یه شب فرعون خواب عجیبی دید ولی نمی‌تونست تعبیرش رو بفهمه. یکی از خدمتکاراش بهش گفت که یوسف می‌تونه خواب رو تعبیر کنه و فرعون یوسف رو از زندان بیرون آورد تا خوابش رو تعبیر کنه. فرعون چنان تحت تأثیر یوسف قرار گرفت که کل امور ملت رو بهش سپرد.

سال‌ها بعد، یه قحطی بزرگ اون سرزمین رو گرفت. قحطی هم مردم مصر و هم خارج از مصر رو تهدید می‌کرد. اما به خاطر برنامه‌ریزی عاقلانه‌ی یوسف، فرعون تنها کسی بود که منبع غذایی داشت. برادرای یوسف تصمیم گرفتن برن پیش فرعون و ازش گندم بخرن تا بتونن برای خانواده‌هاشون غذا جور کنن. وقتی رسیدن، یوسف رو که مسئول فروش گندم بود، دیدن. یوسف اونا رو سریع شناخت، ولی برادرش اصلاً نشناختنش و نفهمیدن که اون همون برادرشونه.

یوسف بعد از این‌همه سال، با همون برادرایی روبه‌رو شد که تو زندگی کلی رنج و سختی براش درست کرده بودن. اون قبل از اینکه مورد احترام قرار بگیره و به مقام بالایی برسه، سال‌ها رنج کشیده بود و نا عادلانه به عنوان یه برده به زندان افتاده بود. بیشتر مردم تو همچین لحظه‌هایی زندگی می‌کنن که بالاخره بتونن از کسایی که باعث عذاب و اندوه‌شون شدن، انتقام بگیرن.

ولی وقتی یوسف برادرشو دید، یاد رؤیایی افتاد که توی ذهنش داشت؛ همون رؤیایی که حالا وقت محقق شدنش رسیده بود. یادش اومد که خدا چقدر بهش وفادار بوده.



به جای اینکه به اون ستم‌ها، بی‌عدالتی‌ها، سال‌های از دست رفته و تنهایی فکر کنه، رؤیایش رو به یاد آورد. یوسف تو ایمانش ثابت قدم موند. به برادرش گفت:

شما قصد بدی برای من داشتین، ولی خدا قصد نیکی داشت تا کاری کنه که مردمان زیادی زنده بمونن، همون‌طور که الان شده.

تنها راهی که یوسف تونست با مشکلات و سختی‌ها کنار بیاد، این بود که تو ذهنش همیشه چیزهای درست و مثبت رو نگه داره. ایمانش به خدا، به زندگی‌اش هدف داد. پس به جای اینکه روی چیزهای منفی مثل ناکامی‌ها، ناامیدی‌ها، تأخیرها یا برخوردهای نادرست تمرکز کنی، به یاد بیار که خدا چه وعده‌هایی بهت داده. این یادآوری‌ها بهت دلگرمی میده، ایمانت رو قوی می‌کنه و کمکت می‌کنه که جلو بری و بی‌نظیر باشی.

کسی رو می‌شناسی که بخواد فقط کار درست رو انجام بده؟ گاهی شیطان می‌خواد ما رو بترسونه که اگه کار درست رو انجام بدیم، چیزی رو از دست می‌دیم. اما اگه به خدا ایمان داشته باشیم و ازش اطاعت کنیم، حتی بیشتر از چیزی که انتظارش رو داریم، پیشرفت می‌کنیم. این به خاطر اینه که تو انجام کار درست استقامت به خرج دادیم. رضایت و خوشنودی خداوند از اینکه کار درست رو انجام دادی، با هیچ چیز دیگه‌ای قابل مقایسه نیست.



ایمان یعنی قبل از اینکه چیزی رو ببینی، باورش داشته باشی. یعنی مطمئن باشی که حتی وقتی اوضاع اونجوری که می‌خوای پیش نمیره، خدا همه چیز رو تحت کنترل داره. یعنی بدونی که اون وعده‌هایی که خدا بهت داده، از هر نیرویی بخواد سد راحت بشه، قوی‌تره. اگه خودمون به تنهایی می‌تونستیم همه چی رو انجام بدیم دیگه به ایمان نیاز نداشتیم. شاید ندونی که چطور رؤیاهات قراره محقق بشن، اما خدا پشت صحنه داره کار می‌کنه و لطفش تو زندگی‌ات باعث می‌شه به جایی برسی که به تنهایی نمی‌تونستی بری.

حتی توی بدترین شرایط هم می‌تونی بگی:
«خدایا متأسفم، نمی‌خوام اینجوری بمونم. با کمک تو می‌شم همونی که تو می‌خوای.»

یوسف هیچ نشونه‌ای نداشت که رؤیاش قراره محقق بشه. همه چیز برعکس به نظر می‌رسید. اما یوسف همیشه رؤیاش رو به خودش یادآوری می‌کرد. اون نمی‌خواست خاطرات منفی رو مرور کنه و لحظه‌ای که برادرهاش اون رو توی چاه انداختن، دوباره تو ذهنش زنده کنه؛ چون این کار فقط دلش رو سرد و تلخ می‌کرد. در عوض یوسف انتخاب کرد، اون چیزی رو که خدا توی قلبش گذاشته بود به یاد بیاره.

یوسف ذهنش رو پر از وعده‌های امید و ایمان نگه می‌داشت و می‌دونست که خدا همیشه قدم‌هاش رو هدایت می‌کنه، حتی اگه خودش متوجه اون نباشه. کلام خدا می‌گه هر چیزی که بکاری همون رو درو می‌کنی. برای ناراستی سزایی هست و برای پارسایی پاداشی.



نمی‌تونیم خشم و کینه و رنجش‌هایی که دیدیم رو با خودمون حمل کنیم. باید این‌ها رو رها کنی. وقتشه این بار سنگین رو بذاری زمین و دور بریزی. نسبت به کی خشم و کینه داری؟ کینه شما اون شخص رو عوض نمی‌کنه، ولی سطح ارتعاش و انرژی تو رو پایین میاره و همینطور جلوی تو رو از نزدیک شدن به خدا می‌گیره. پس کار درست رو انجام بده؛ اون‌هایی که نسبت بهشون خشم و کینه داری، ببخش و براشون دعا کن و بهشون برکت بده. اگه این کار رو انجام بدی، از خدا قدرتی می‌گیری که خوشبختی، ثروت، آرامش، فراوانی و زیبایی دنبال میاد.

وقتی شرایط رو درک نمی‌کنی و موقعیت‌ها به نظرت بی‌نتیجه میاد، ممکنه وسوسه بشی ناامیدی‌ها، آزرده‌گی‌ها و موقعیت‌های ناعادلانه رو تو ذهنت زنده کنی. اما به جای این کار، اون افکار رو کنار بزن و نذار فضای ارزشمند زندگیت رو اشغال کنن. ذهنت رو با کارهای خوبی که خدا برات انجام داده پر کن. برای اینکه رؤیاهات رو زنده نگه داری، همیشه به یاد داشته باش که خدا چتر رحمتش رو بالای سرت نگه داشته و برکت‌هاش همیشه دنبال تو هستن.

وقتی به رضای خدا راضی باشی، اون تمام آرزوهای قلبیت رو برآورده می‌کنه. خدا قادره که هر چیزی رو که توی قلبت قرار داده حتی اگه زمان زیادی ببره یا غیر ممکن به نظر بیاد، محقق کنه. اون برآورنده تمام رؤیاهاست و همون کسیه که اون رؤیا رو توی قلبت قرار داده. پس دائماً رؤیاهات، دستاوردهات و کارهای خوبی که خدا برات انجام داده رو به خودت یادآوری کن.



همیشه به خودت یادآوری کن که کی هستی و کی تو رو آفریده.
این جملات رو به یاد داشته باش و توی قلبت نگه دار:
«تو یه شاهکاری، تو زیبا هستی، قوی هستی، باهوش هستی،
با استعدادی، خلاق، انتخاب شدی، مورد تأییدی و تو بی نظیری.
چند تا از آیه های کتاب مقدس رو که پر از وعده های خدا برای تو
هستن، یادداشت کن و جایی بذار که هر روز جلوی چشمت باشه تا
یادآور حقایق خداوند برات باشه.

خدا توی قلب هر کدوم از ما رؤیاهایی گذاشته که می خواد بهشون
واقعیت ببخشه. این به خودمون بستگی داره که این رؤیاها رو
محکم نگه داریم، ایمانمون رو حفظ کنیم و جعبه خاطراتمون رو از
دلگرمی پر کنیم. وقتی ذهنت رو تو مسیر درست هدایت می کنی و
از افکار امیدوارانه و ایمان پرش می کنی، مثل یوسف، خداوند تو
رو توی هر چالشی پیروز می کنه و کمک می کنه تبدیل بشی به همون
چیزی که برای اون خلق شدی.

- همه چیز برای خیریت کسانی که خدا را دوست دارند و به اراده
او فراخوانده شده اند، باهم در کار است. کتاب مقدس (رومیان ۸:۲۸)
- و هر کس به خدا توکل کند، خداوند او را بس است. به یقین
خداوند کار خود را به انجام می رساند. " (سوره طلاق، آیه ۳)



بخش دوم:

گاهی ممکنه بررسی که اگه کار درست رو انجام بدی، چیزی رو از دست بدی. ولی واقعیت اینه که اگه کار درست رو انجام بدی و به حرف خدا گوش کنی، دقیقاً از همون جایی که هستی، جلوتر میری. حتی توی سخت‌ترین شرایط و وقتی اشتباه کردی، میتونی بگی: خدایا، متأسفم. نمی‌خوام اینجوری بمونم. با کمک تو می‌خوام اون کسی باشم که تو می‌خوای.

اگر نسبت به کسی کینه یا دشمنی داری، باید بدونی که این کینه اون شخص رو تغییر نمیده. بلکه فقط انرژی و فرکانس تو رو پایین میاره و باعث میشه نتونی با خدا باشی. پس بهترین کاری که می‌تونی انجام بدی اینه که کار درست رو انجام بدی: اون شخص رو ببخشی، برایش دعا کنی و برایش برکت بخوای. اگه این کار رو انجام بدی، قدرتی از خدا می‌گیری که قبلاً نداشتی. وقتی خدا ما رو می‌بخشه، گناهان و اشتباهات ما رو فراموش می‌کنه و هیچ‌وقت بهشون اشاره نمی‌کنه. پس تو هم مثل خدا باش و ببخش. سعی کن امروز رفتارهای دیگران رو، هرچند اشتباه باشن درک کنی.

فرض کن تو محل کارت، کسی عمداً یا سهواً کاری کرده که به ضرر تو تموم شده. طبیعیه که حس کنی باید باهاش مقابله کنی یا بهش نشون بدی که اشتباه کرده. اما اگه در عوض این کار، اونو ببخشی و حتی برایش آرزوی موفقیت کنی، نه تنها به صلح درونی می‌رسی، بلکه خدا هم تو رو به جلو می‌بره. شاید در ظاهر چیزی از دست بدی اما در واقع با انجام کار درست، خدا یه فرصت یا برکت بزرگ‌تر سر راحت قرار میده که حتی تصورش رو هم نمی‌کردی.



به یاد داشته باش، قدرت واقعی توی انجام دادن کار درسته، حتی وقتی سخته. اگه از خدا پیروی کنی و به یاد داشته باشی که او همیشه مراقبته، هیچ چیزی نمی‌تونه جلوی رشد و پیشرفتت رو بگیره. اینطوری، نه تنها روح خودت رو آرام می‌کنی، بلکه به دیگران هم نشون میدی که چطور باید با عشق و درستی رفتار کنن.