

نزدیکی هر روزه به خدا

۳۶۵ روز دعا برای زندگی روزانه

جوینس مایر

نزدیکی هر روزه به خدا

نزدیکی هر روزه به خدا

۳۶۵ روز دعا برای زندگی روزانه

جوینس مایر

نزدیکی
هر روزه
به خدا

Closer to God Each Day Devotional by Joyce Meyer, Farsi

All rights reserved. In accordance with the U.S. Copyright Act of 1976, the scanning, uploading, and electronic sharing of any part of this book without the permission of the publisher constitute unlawful piracy and theft of the author's intellectual property. If you would like to use material from the book (other than for review purposes), prior written permission must be obtained by contacting the publisher at permissions@hbgusa.com. Thank you for your support of the author's rights.

FaithWords Hachette Book Group

1290 Avenue of the Americas New York, New York 10104

www.faithwords.com

Printed in the United States of America

RRD-C

First Edition: October 2015 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

FaithWords is a division of Hachette Book Group, Inc.

جويس ماير
۳۶۵ دعا برای زندگی روزانه
نزدیکی هر روزه به خدا.

به خدا نزدیک شوید، که او نیز به شما نزدیک خواهد شد.»

یعقوب ۸:۸

مقدمه

وقتی کلام را مطالعه می‌کنم، یکی از دلگرم‌کننده‌ترین مواردی که می‌بینم، اشتیاقی است که خدا برای داشتن رابطه صمیمانه با قومش دارد. از باب‌های اول در باغ عدن تا آخرین صفحات مکاشفه، شاهد این هستیم که خدا برای این که بتوانیم در مشارکتی صمیمانه با او زندگی کنیم، به سراغ قوم خودش می‌رود.

امروزه بسیاری از افراد، خدا را دور از دسترس می‌پندارند. آنها در بهترین شرایط گمان می‌کنند که او نسبت به آنها بی‌اعتناست و در بدترین حالت، می‌ترسند که او از آنها عصبانی باشد؛ اما این خدایی نیست که ما در کتاب مقدس می‌بینیم. کتاب مقدس به ما نشان می‌دهد که خدا در هر شرایطی کنار ما حاضر است. خدا با موسا سخن گفت، به داوود قدرت بخشید، نیاز روت را رفع نمود، مریم را برگزید، با شاگردانش راه رفت و برای اورشلیم گریست، او دزد روی صلیب را بخشید، و به پطرس شانسی دوباره داد، او روح القدس را فرستاد.

خدا از زندگی روزانه شما حذف نشده است. او آنچه بر شما می‌گذرد را می‌بیند و می‌خواهد در هر مرحله‌ای به شما کمک نماید.

به همین دلیل این کتاب تاملات روزانه را نوشتم. آرزویم این است که هر روزه از طریق حقایق، وعده‌ها و آیات کتاب مقدس در هر صفحه از این

کتاب، تشویق و تقویت شوید. مهم نیست با چه شرایطی مواجه هستید، دعا می‌کنم که هر روز و هر لحظه به یاد آورید که خدا شما را دوست دارد، نقشه‌ای عالی برای زندگیتان دارد و بیش از آنچه فکر کنید، به شما نزدیک است.

- جویس مایر

۳۶۵ دعا برای زندگی روزانه

نزدیکی هر روزه به خدا

جويس ماير

دعای ساده با ایمان

«همچنین، هنگام دعا، عباراتی توخالی تکرار نکنید، آن‌گونه که اقوام بت‌پرست می‌کنند؛ زیرا می‌پندارند به سبب زیاده گفتن، دعایشان مستجاب می‌شود.»
(متا ۶: ۷)

سال‌های زیادی از زندگی‌ام راضی نبودم. متعهد بودم که هر روز صبح دعا کنم، اما همواره احساس می‌کردم چیزی درست نیست. بالاخره از خدا پرسیدم، مشکل کجاست و او در قلبم پاسخ داد: «جویس، تو احساس می‌کنی دعاهایت به اندازه کافی خوب نیستند.» من از دعا کردن لذت نمی‌بردم؛ چون اطمینان نداشتم دعاهایم پذیرفته شده‌اند.

اکثر مواقع، درگیر کارهای جانبی مربوط به دعا هستیم. گاهی سعی می‌کنیم بسیار طولانی، بلند یا با استفاده از کلامی فصیح دعا کنیم و این حقیقت را فراموش می‌کنیم که دعا در اصل تنها گفتگو با خداست. طول، رسایی و یا فصاحت دعای ما بی‌اهمیت است. تنها اصول مهم دعا، صمیمیت قلبی ما و اطمینان به این است که خدا می‌شنود و به دعای ما پاسخ می‌دهد.

می‌توانیم اطمینان داشته باشیم که حتا اگر به‌سادگی بگوییم: «خدایا کمک کن»، او می‌شنود و جواب می‌دهد. می‌توانیم به خدا اعتماد داشته باشیم که او وفادار است تا آنچه را که از او درخواست نموده‌ایم، تا زمانی که مطابق خواست و اراده‌اش است، به انجام می‌رساند.

دعای ساده از روی ایمان، مستقیماً از دل برمی‌آید و بر دل خدا
نیز می‌نشیند.

تسلیم نمی شوم

«قدرت هر چیز را دارم در او که مرا نیرو می بخشد.»

(فیلیپیان ۴: ۱۳)

اغلب، مردم برای مشورت و دعا پیش من می آیند و هنگامی که آنچه کلام خدا می گوید یا آنچه را که فکر می کنم روح القدس می گوید برای آنها بازگو می کنم، پاسخ آنها این است: «می دانم، درست است؛ خدا همین را به من هم نشان داده بود. اما جويس، خیلی سخت است!» این یکی از متداول ترین بهانه های است که از مردم می شنوم.

هنگامی که در ابتدا شروع به خواندن کلام خدا کردم، درباره این که چطور می توانم بیشتر شبیه عیسا شوم، موقعیتی که در آن بودم را با موقعیت عیسا مقایسه می کردم و می گفتم: «خدایا، من هم می خواهم کارها را به روش تو انجام دهم، اما بسیار دشوار است!» خدا با لطف و مهربانی به من نشان داد که این دروغی از جانب دشمن است که می خواهد به ذهن ما تزریق کند تا ما را وادار به تسلیم شدن نماید، اما چنانچه فرامین خدا را به واسطه قدرت عیسا انجام دهیم، هرگز برای ما سخت و دشوار نیستند.

اطاعت از خدا، کار چندان دشواری نیست؛ چون او روحش را به ما بخشیده که با قدرت در ما کار می کند و ما را در تمام آنچه از ما خواسته، یاری می رساند (یوحنا ۱۴: ۱۶). او در تمام لحظات در ما و با ماست و ما را قادر می سازد تا آنچه از ما ساخته نبود را انجام دهیم و با سهولت، کاری که بدون او دشوار است را به سرانجام برسانیم.

هنگامی که می خواهیم کارها را به طور مستقل و بدون تکیه و اعتماد به فیض خدا انجام دهیم، همه چیز سخت خواهد شد.

انتظار برای دریافت

«اما خداوند منتظر است تا با شما بر حسب فیض عمل کند؛ او برمی‌خیزد تا بر شما رحمت نماید؛ زیرا بپوهه خدای عدالت است؛ خوشا به حال همه آنان که برای او انتظار می‌کشند.»

(اشعیا ۳۰: ۱۸)

از شما می‌خواهم با جدیت این آیه را در قلب خود حک کنید. شما به همان چیزی که در ذهنتان می‌گذرد، فکر می‌کنید. بنابراین، مشکلات بسیاری از افراد، ریشه در الگوی تفکری آنها دارد که باعث ایجاد مشکلاتی می‌شود که در نهایت تجربه می‌کنند. به یاد داشته باشید که اعمال شما، نتیجه مستقیم افکارتان است. اگرچه دشمن، تفکر اشتباهی به همه ارائه می‌دهد، شما نباید پیشنهاد او را قبول کنید.

اشعیا ۳۰: ۱۸ یکی از آیات مورد علاقه من است. اگر شما نیز در آن تعمق کنید، امیدی عظیم و قدرتی فراوان در شما ایجاد خواهد کرد. در این آیه، خدا می‌گوید به دنبال کسی است تا به او لطف و رحمت نماید؛ اما چنین فردی نمی‌تواند نگرشی تلخ و ذهنی منفی داشته باشد. او باید کسی باشد که انتظار دارد خدا با او به نیکویی عمل می‌کند.

هر چه بیشتر ذهن خود را به سمت بهترین‌ها تغییر دهید، زندگیتان نیز به سمت بهتری تغییر خواهد کرد. هنگامی که شما در ذهن خود، نقشه خدا را برای خودتان می‌بینید، شروع به گام برداشتن در آن خواهید کرد.

ذهن، رهبر یا پیشرو تمامی نگرش‌ها و اعمال ماست. شما می‌توانید همواره منتظر اتفاقات خوب از سوی خدا باشید!

به واسطهٔ ثمرهٔ خود

«به همین سان، هر درخت نیکو میوهٔ نیکو می‌دهد، اما درخت بد میوهٔ بد.»

(متا ۷: ۱۷)

ثمرهٔ زندگی ما (رفتار ما) از جایی نشأت می‌گیرد. کسی که خشمگین است، بنا به دلیلی به آن حالت در آمده است. واکنش او، ثمرهٔ بد درختی نامرغوب با ریشه‌های بد است. مهم است که ثمر و همچنین ریشه‌های خود را دقیق بررسی نماییم.

در زندگی من ثمرهٔ بد فراوانی وجود داشت. مرتب دوره‌های افسردگی، منفی‌نگری، دلسوزی به حال خود، زودرنجی را تجربه می‌کردم و به نظر به طور مزمین همیشه عصبانی و ناراحت بودم. خشن، سرسخت، شریعت‌گرا و اهل قضاوت دیگران بودم. کینه به دل می‌گرفتم و وجودم پر از ترس بود.

سعی می‌کردم چنین خصلت‌هایی را در خود تصحیح کنم. با این حال به نظر می‌رسید که از هر نوع رفتار بدی که خلاص می‌شدم، بیهوده بود، دو یا سه مورد دیگر مانند علف‌های هرز در جایی دیگر ظاهر می‌شد. من به ریشهٔ پنهان این مسأله رسیدگی نمی‌کردم و آن از بین نرفته بود.

اگر این سناریو برای شما آشنا به نظر می‌رسد، ممکن است در زندگیتان مسائل حل‌نشده‌ای داشته باشید که باید جست‌وجو و حذف گردند تا همه‌چیز تازه شود. فرار نکنید. اگر خدا می‌تواند مرا تغییر دهد، حتماً شما را هم می‌تواند تغییر دهد.

میوهٔ فاسد از ریشه‌های پوسیده حاصل می‌شود؛ میوهٔ خوب از ریشهٔ خوب.

دریافت محبت خدا

«... محبت خدا توسط روح القدس که به ما بخشیده شد، در دل‌های ما ریخته شده است.»

(رومیان ۵: ۵)

کتاب مقدس به ما تعلیم می‌دهد که محبت خدا توسط روح القدس که به ما بخشیده، در دل‌های ما ریخته شده است. این به معنای ساده یعنی هنگامی که خدا از طریق شخص روح القدس و همچنین ایمان ما به پسرش عیسی مسیح به قلب ما می‌آید و در آن ساکن می‌شود، محبت را با خود به ارمغان می‌آورد؛ زیرا خدا محبت است (اول یوحنا ۴: ۸).

بسیار مهم است که از خود بپرسیم با محبتی که خدا آزادانه به ما بخشیده چه می‌کنیم. آیا به این دلیل که فکر می‌کنیم آنقدر ارزشمند نیستیم که مورد محبت واقع شویم، آن را رد می‌کنیم؟ آیا اعتقاد داریم که خدا همچون سایر افرادی است که ما را طرد کرده و به ما آسیب زده‌اند؟ یا محبت او را با ایمان دریافت می‌کنیم و باور داریم که او عظیم‌تر از شکست‌ها و ضعف‌های ماست؟

ما با کمک خدا می‌توانیم خودمان را دوست داشته باشیم؛ نه به روشی خودخواهانه و خودمحور که باعث ایجاد سبک زندگی افراطی می‌شود، بلکه به روشی متعادل و خداپسندانه؛ طریقی که به سادگی خلقت خدا را اساساً نیکو و درست می‌داند.

نقشه خدا برای ما این است که محبت او را دریافت کنیم، خودمان را به روشی خداپسندانه دوست داشته باشیم، در مقابل او را به فراوانی محبت کنیم و سپس تمام افرادی که وارد زندگی‌مان می‌شوند را نیز محبت نماییم.

هنگامی که خدا درصدد است ما را دوست داشته باشد، در اصل سعی دارد چرخه‌ای را شروع کند که نه تنها ما، بلکه بسیاری دیگر را نیز برکت دهد.

خدا با شماست

«در برابر همه اینها چه می‌توانیم گفت؟ اگر خدا با ماست، کیست که بتواند بر ضد ما باشد؟»

(رومیان ۸: ۳۱)

خدا، خدایی بزرگ است و هیچ کاری برای او غیرممکن نیست. دلیلی ندارد که از دشمنانمان بترسیم؛ زیرا هیچ یک به اندازه‌ی خدای ما عظیم نیستند.

خدا با ماست؛ او درون ماست. شیطان یک جایگاه دارد و آن بر ضد ماست، اما خدا بر ما، درون ما، از طریق ما و برای ماست و ما را احاطه نموده است. پس از چه کسی باید ترسید؟

بنابراین، همچون کوه صهیون نباید هرگز جنبش بخوریم؛ زیرا خدا تماماً ما را در بر گرفته و می‌گوید که هرگز ما را ترک و رها نخواهد کرد.

نجات، عالی‌ترین برکت ما از جانب خداست و روح‌القدس خود، آن یاری‌دهنده را به ما بخشیده تا ما را قادر سازد مانند عیسا باشیم. خداوند برکات و قدرت روحانی فراوانی را برای ما در نظر دارد. او قدرتمند و تواناست و قادر به انجام کاریست که ما هرگز نمی‌توانیم به تنهایی انجام دهیم.

خدا می‌خواهد ما اجازه دهیم که روح‌القدس با قدرت در ما جاری شود تا محبت او را به مردم نشان داده و با عطایای او به آنها کمک کنیم. همه اینها در او قرار دارد.

خدا چیزهای ضعیف و ابلهانه این دنیا را به عمد انتخاب می‌کند تا مردم به آنها نگاه کنند و بگویند: «این باید کار خدا باشد!»

اعتماد خود را در جای درست قرار دهید

«برخی به اربابه‌های خود می‌بالند و برخی دیگر به اسب‌های خویش، ولی ما به خداوند، خدای خود فخر می‌کنیم!»

(مزمور ۲۰: ۷- ترجمه قدیم)

ایمان وجوه مختلفی دارد؛ با این حال، درخشان‌ترین وجه آن، اعتماد است! اعتماد چیز است که به ما تعلق دارد و تصمیم می‌گیریم با آن چه کار کنیم. ما تصمیم می‌گیریم به چه کسی یا چه چیزی اعتماد کنیم.

شما اعتماد خود را بر چه چیز بنا نهاده‌اید؟ آیا اعتماد شما بر شغل، کارفرما، حساب بانکی یا دوستانتان است؟ شاید اعتماد شما بر خودتان، سابقه موفقیت‌تان، تحصیلات، استعدادها یا دارایی‌تان باشد. تمامی اینها موقتی و تغییرپذیر هستند. تنها خداوند است که تغییر نمی‌کند. او تنها صخره‌ای است که هرگز جنبش نمی‌خورد.

به عنوان فرزندان خدا، می‌توانیم اطمینان داشته باشیم که خدا ما را از مشکلات کنونی نجات خواهد داد، همانگونه که در گذشته این کار را برای ما کرده است. سپس می‌توانیم اعتماد کنیم و آن را بر جای درست که تنها خداست، قرار دهیم. اعتماد، مضطرب نیست، چون به آرامی خدا وارد شده است. اعتماد، مشوش نیست؛ زیرا نباید بر درک خود تکیه کند. اعتماد، تسلیم یا هراسان نمی‌شود. اعتماد باور دارد که خدا نیکوست و همهٔ امور را به خیریت به کار می‌برد!

انتخاب کنید که اعتماد خود را بر خدا بگذارید. این امر منفعت بی‌ظنیری برایتان دارد.

قدرت مثبت اندیشی

«زیرا از آن دسته است که همیشه حساب نگاه می‌دارند.»

(امثال ۲۳: ۷)

سال‌ها پیش، من شخص بسیار منفی‌بافی بودم. عقیده‌ام این بود که: «اگر در انتظار پیش‌آمد خوبی نباشی، هنگامی که اتفاق نمی‌افتد، ناامید نمی‌شوی!» از این رو طی این سال‌ها چیزهای ویران‌کننده زیادی برای من اتفاق افتاد. از این که به هر چیز خوبی فکر کنم، می‌ترسیدم. از آنجا که تمام افکارم منفی بود، دهانم نیز منفی بود. بنابراین، زندگی من نیز چنین بود.

شاید شما هم مانند گذشته من باشید؛ برای این که صدمه نبینید؛ از امیدوار بودن اجتناب می‌کنید. این نوع طرز رفتار، یک سبک زندگی منفی را ایجاد می‌کند. همه چیز منفی می‌شود؛ چراکه افکار شما منفی است. هنگامی که حقیقتاً شروع به مطالعه کلام کرده و به خدا اعتماد نمودم تا مرا احیا کند، یکی از نخستین مواردی که فهمیدم این بود که منفی‌گرایی باید تمام شود. هرچه بیشتر خدا را خدمت کردم، بیشتر به قدرت فوق‌العاده مثبت بودن افکار و کلام پی بردم. اعمال ما نتیجه مستقیم افکار ماست. ذهن منفی، منجر به زندگی منفی می‌شود. اما اگر مطابق کلام خدا ذهن خود را تازه کنیم، همان‌طور که رومیان ۱۲: ۲ وعده می‌دهد، در تجربه خود «اراده نیکو و پسندیده و کامل خدا» را تحقق می‌بخشیم.

این یک تمرین متحول‌کننده زندگیست که افکار ما را با افکار خدا هماهنگ می‌کند.

چطور بی‌وقفه دعا کنیم

«و در همه وقت، با همه نوع دعا و تمنا، در روح دعا کنید و برای همین بیدار و هوشیار باشید و پیوسته با پایداری برای همه مقدسین دعا کنید.»
(افسیان ۶: ۱۸)

بسیاری از ایمانداران با آیه اول تسالونیکیان ۵: ۱۷ نسخه کینگ جیمز که می‌گوید: «پیوسته دعا کنید»، آشنایی کامل دارند.

من عادت داشتم حسرت بخورم و بگویم: «خداوندا، چگونه می‌توانم به جایی برسم که پیوسته دعا کنم؟» برای من واژه «پیوسته»، به معنای «بی‌وقفه» و «بدون هیچ تسلیم‌شدن» بود. نمی‌فهمیدم که این امر، چگونه ممکن است. اکنون درک بهتری از سخنان پولس دارم. منظور او این است که دعا باید مانند نفس‌کشیدن باشد؛ یعنی عملی که ما مداوم، اما غالباً ناخودآگاه انجام می‌دهیم. جسم ما به تنفس احتیاج دارد. از همین رو زندگی روحانی ما برای تغذیه و تقویت شدن با دعای پیوسته طراحی شده است.

مشکل این است که به دلیل تفکر شریعت‌گرا، اشتباهاً تصور می‌کنیم که اگر یک برنامه خاص دعایی را دنبال نکنیم، به هدف نزده‌ایم. اگر در مورد دعا بیش از حد «مذهبی» عمل کرده و چنین گمان کنیم که مدت زمان معینی را باید برای انجام این کار اختصاص دهیم (چون شخص دیگری این‌گونه عمل می‌کند)، خود را محکوم می‌کنیم. درس مهم در مورد دعا، وضعیت بدنی، زمان یا مکان نیست؛ بلکه یادگیری دعای مداوم در طول روز است؛ با ایمان، همیشه و هر جا، دعا کنید.

این روح‌القدس است که ما را به زندگی منسجم دعایی رهبری می‌کند.

حقیقت را به خود بگویید

«اینک به راستی در قلب مشتاقی، و در باطنم، مرا حکمت می‌آموزی.»

(مزمور ۵۱: ۶)

خدا می‌خواهد که ما در باطن خود با حقیقت مواجه شویم، پس شاید لازم است آن را به روشی مناسب نزد شخصی مناسب اعتراف کنیم، اما گاهی اوقات ما خودمان همان کسی هستیم که بیش از همه نیاز به شنیدن حقیقت داریم. وقتی مردم برای کمک در این زمینه به من رجوع می‌کنند، اغلب به آنها می‌گویم: «بروید و در آینه به خود نگاه کنید و مشکل را به خودتان اعتراف کنید. صادق بودن با خود؛ شما را آزاد می‌کند!»

به عنوان مثال، اگر مشکل شما این است که والدین‌تان از بچگی دوستانتان نداشتند و شما از آنها کینه و تلخی دارید، یک بار برای همیشه با واقعیت روبه‌رو شوید. در آینه به خود نگاهی بیندازید و بگویید: «والدینم مرا دوست نداشتند و شاید هم هیچ وقت مرا دوست نداشته باشند. اما خدا عاشق من است و همین کافیست!»

شما نباید از آن دسته افرادی باشید که زندگی خود را صرف تلاش برای به دست آوردن چیزی می‌کنند که هرگز نخواهند داشت. اگر تاکنون اجازه داده‌اید این واقعیت که مورد بی‌مهری قرار گرفته‌اید؛ زندگیتان را خراب کند، اکنون نگذارید این ادعا زندگیتان را تحت تاثیر قرار دهد. شما می‌توانید همان کاری را که داوود کرد، انجام دهید. به خود اعتراف کنید: «اگرچه پدر و مادرم ترکم کنند، خداوند مرا خواهد پذیرفت» (مزمور ۲۷: ۱۰).

هر مشکل آزاردهنده‌ای که باشد، باید با آن روبه‌رو شوید، همچنین نزد فردی قابل اعتماد اعتراف نمایید، سپس آن را در درون خود، بپذیرید.

اعتراف به حقیقت، باعث می‌شود گذشته بر ما کنترلی نداشته باشد.

قدم بردارید و از فرصت استفاده کنید

«عیسا بدیشان چشم دوخت و گفت: «این برای انسان ناممکن است، اما برای خدا همه چیز ممکن است.»

(متا ۱۹: ۲۶)

بسیاری از کسانی که با آنها ملاقات می‌کنم، می‌خواهند در زندگی مسیحی‌شان از نقطه "الف" شروع کرده و در یک چشم به هم زدن به نقطه "ی" برسند. اکثر آنها از اینکه نمی‌دانند عطایایشان چیست یا خدا آنها را به چه کاری فراخوانده، ناامید شده‌اند. بعضی از آنها چنان از شکست و خطا کردن می‌ترسند که باعث می‌شود هیچ حرکتی نکنند. همه ما توانایی‌های پرورش نیافته داریم، اما تا زمانی که ایمان نداشته باشیم که می‌توانیم آنچه را که خدا در کلامش می‌گوید انجام دهیم، هرگز شاهد بروز آن نخواهیم بود. تا زمانی که با ایمان و با اعتقاد به این که هیچ کاری برای خدا غیرممکن نیست، قدم برداریم، او نمی‌تواند کاری برای رشد توانایی ما انجام دهد. همکاری و تمایل ما از طریق ایمان، مستلزم عزم راسخ؛ اطاعت و سخت‌کوشی است تا آنچه او در ما قرار داده، شکوفا شود.

هیچ‌کس نمی‌تواند ما را محدود کند، بلکه این خود ما هستیم که می‌توانیم برای خودمان تصمیم‌گیری کنیم. اگر ما این چنین عمل نکنیم، شیطان هر آنچه را که داریم، از ما می‌دزدد. شما را تشویق می‌کنم که با به کار بردن توانایی خود، به آن شکل دهید. اگر چیزی را امتحان نکنید، هرگز آن چیزی که توانایی انجامش را دارید، در نخواهید یافت. از قدم برداشتن در کاری که فکر می‌کنید خدا شما را به سوی انجام آن هدایت می‌کند، نترسید. وقتی پا را فراتر می‌گذارید، خواهید دید که توانایی انجام کارهای بزرگی را دارید.

جسور و شجاع باشید و هر چه در توان دارید، انجام دهید!

غلبه بر تصویری ضعیف از خود

«آنگاه خدا گفت: انسان را به صورت خود و شبیه خودمان بسازیم...»

(پیدایش ۱: ۲۶)

دوم سموئیل باب ۹ داستان مَفیبوشت؛ نوۀ شائول، پسر یوناتان را بیان می‌کند. مَفیبوشت در جوانی معلول بود و از خود تصویری حقیرانه داشت. او به جای این که خود را وارث بر حق پدر و پدربزرگش ببیند، خود را شخصی حقیر و طردشده می‌دید.

وقتی داوود به دنبال مَفیبوشت رفت؛ او به نزد پاهای پادشاه افتاد و ترس بر او غلبه یافت. داوود به او گفت که نترس! چراکه به خاطر عهد و پیمانش با یوناتان، قرار بود با مَفیبوشت به احسان رفتار کند. عکس‌العمل اولیۀ مَفیبوشت، نمونه قابل‌توجهی از داشتن تصویری ضعیف از خود است که همه ما باید بر آن غلبه کنیم.

«تصویر ضعیف» از خود باعث می‌شود که به جای ایمان، با ترس عمل نماییم. ما به جای این که به حقیقت عیسای مسیح بپردازیم، متمرکز مشکلات خودمان می‌شویم. او خطاهای ما را برداشته و پارسایی‌اش را به ما عطا فرموده است (دوم قرنتیان ۵: ۲۱). ما می‌توانیم با شادی، در واقعیت این حقیقت گام برداریم. من عاشق پایان داستان هستم. داوود به خاطر یوناتان، مَفیبوشت را برکت داد و به او غلام و زمین داد و تمام نیازهای او را تأمین نمود. خدا نیز ما را به خاطر عیسا برکت خواهد داد!

همۀ ما می‌توانیم معلولیت مَفیبوشت را با نقاط ضعف خود مرتبط سازیم. برای ما نیز این امکان وجود دارد که برخلاف ضعف‌ها و خطاهایمان، با پادشاه خود عیسا همراه شده و با او شام بخوریم و وارد مشارکت شویم.

ما با خدا پیمانی بسته‌ایم که با خون عیسای مسیح مُهر شده است.

پیروزی در جنگ درونی

«زیرا ما را کشتی گرفتن با جسم و خون نیست، بلکه ما علیه قدرت‌ها، علیه ریاست‌ها، علیه خداوندگاران این دنیای تاریک، و علیه فوج‌های ارواح شریر در جای‌های آسمانی می‌جنگیم.»

(افسیان ۶: ۱۲)

شیطان علیه ما می‌جنگد و یکی از ترفندهای او این است که ما نسبت به خودمان احساس بدی داشته باشیم. او تمام شکست‌ها و ضعف‌هایمان را به ما یادآوری می‌کند، اما باید به یاد داشته باشیم که خدا همه چیز را درباره ما می‌داند و در هر حالتی، عاشق ماست.

ما در بسیاری از نبردها می‌جنگیم، اما احتمالاً بزرگترین نبرد، نبرد با خود است. ممکن است با این احساس دست به گریبان باشیم که چیزی بیش از آنچه داریم باید کسب کنیم، یا شاید احساس کنیم که از بسیاری جهات شکست خورده‌ایم. با ناامید شدن و تلاش درونی نمی‌توانیم چیزی را تغییر دهیم. فقط خدا می‌تواند ما را تغییر دهد؛ چراکه به او اعتماد کرده‌ایم. او در نبردهای ما می‌جنگد و پیروز می‌شود. سهم ما ایمان آوردن، همکاری با او و پیروی از روح القدس است.

رسیدن به جایی که بتوانیم در مورد گناهان و ناکامی‌ها، ناتوانی‌ها و شکست‌های خود با خودمان صادق باشیم، دشوار است و این را نیز می‌دانیم که ما به خاطر آنچه عیسا هنگام مرگ و رستخیزش برای ما انجام داد، عادل شمرده می‌شویم. اگر شما با خودتان، درگیر جنگ درونی هستید، دانستن این موضوع که در مسیح پارسا شمرده شده‌اید، کلید مهمی برای دستیابی به آرامی و قدرت روحانی به حساب می‌آید.

ما می‌توانیم هنگامی که خدا را می‌پرستیم و او را نظاره می‌کنیم؛
تغییر نماییم؛ نه این‌که با نگاه کردن به خود، بر ضعف‌هایمان
بیفزاییم.

لذت بردن از سفر

«اما مارتا که سخت مشغول تدارک پذیرایی بود، نزد عیسا آمد و گفت: سرورم، آیا تو را باکی نیست که خواهرم مرا در کار پذیرایی تنها گذاشته است؟ به او بفرما که مرا یاری دهد!»

(لوقا ۱۰: ۴۰)

من بر این باورم که زندگی باید همچون یک جشن باشد. بسیاری از ایمانداران از زندگی لذتی نمی‌برند؛ چه برسد به این که آن را جشن بگیرند. بیشتر مردم حقیقتاً عاشق عیسا مسیح هستند و به سوی آسمان گام برمی‌دارند؛ اما تعداد کمی از مسافران، از سفر خود لذت می‌برند. برای سال‌ها من نیز یکی از آن افراد بودم ... درست مانند مارتا!

مارتا مشغول انجام کاری بود که من در گذشته انجام می‌دادم. او می‌دوید و سعی می‌کرد همه چیز را عالی انجام دهد تا خدا و دیگران را تحت تاثیر قرار دهد. من رابطه خودم و خداوند را پیچیده کرده بودم؛ چون برای رسیدن به پارسایی، دیدگاهی شریعت‌گرا داشتم. تنها زمانی که در حال انجام کاری بودم، احساس خوبی نسبت به خودم داشتم و از افرادی که مانند مریم از خودشان لذت می‌بردند، می‌رنجیدم. فکر می‌کردم آنها هم باید مانند من کار کنند.

مشکلم این بود که کاملاً مانند مارتا بودم، نه مریم! من عاشق عیسا بودم، اما در مورد زندگی ساده‌ای که او از من انتظار داشت، چیزی یاد نگرفته بودم. پاسخی که یافتم، این بود که کشف کردم این موضوع ریشه در ایمان دارد؛ کشف این که نشستن زیر پای عیسا، گوش دادن به سخنان او و اعتماد کردن به خدا با تمام قلب و روح به چه معنایی است

اگر می‌خواهید از زندگی لذت ببرید، یاد بگیرید در تعادل زندگی کنید: کار، پرستش، تفریح و استراحت! این که بدون هیچ چیز دیگری، تماماً کار کنیم، زندگی را پیچیده، بغرنج و ناخوشایند می‌کند.

اقتدار از طریق دعا

«کلیدهای پادشاهی آسمان را به تو می‌دهم. آنچه بر زمین ببندی، در آسمان بسته خواهد شد و آنچه بر زمین بگشایی، در آسمان گشوده خواهد شد.»

(متا ۱۶: ۱۹)

از آنجا که ما نه تنها موجودات جسمانی، بلکه موجودات روحانی نیز هستیم، می‌توانیم در قلمرو جسم بایستیم و بر قلمرو روح اثر بگذاریم. این مزیت و منفعتی کاملاً مشخص است. ما از طریق دعا می‌توانیم وارد قلمروی روحانی شویم و اعمالی را که باعث تغییر شرایط می‌شوند، تحقق بخشیم. «خدا روح است...» (یوحنا ۴: ۲۴) و هر جوابی که در هر شرایطی نیاز داریم، نزد اوست.

عیسا به پطرس گفت کلیدهای پادشاهی آسمان را به او می‌دهد؛ تمام کلیدهای درهای بسته، و من ایمان دارم که این کلیدها (حداقل در این قسمت) می‌توانند ارائه‌دهنده انواع مختلف دعا باشند. عیسا در ادامه، به پطرس در مورد قدرت بستن و گشودن تعلیم می‌دهد که بر اساس همین اصل روحانی عمل می‌کند.

قدرت بستن و گشودن، تمرینی در دعاست. هنگامی که من و شما در مورد رهایی از برخی اسارت‌ها در زندگی خودمان و دیگران دعا می‌کنیم، در حقیقت آن مشکل را می‌بندیم و پاسخ را می‌گشاییم. دعا کردن شرارت را می‌بندد و نیکویی را رها می‌کند.

عیسا قدرت و اقتدار استفاده از کلیدهای پادشاهی را به ما عطا کرده تا ما اراده خدا را بر زمین تحقق بخشیم.

همه چیز برای خیرت در کار است

«می‌دانیم در حق آنان که خدا را دوست می‌دارند و بر طبق اراده او فراخوانده شده‌اند، همه چیزها با هم برای خیریت در کار است.»

(رومیان ۸: ۲۸)

پولس رسول نگفت که همه چیز خوب است، بلکه گفت: «همه چیز برای خیریت در کار است.»

بگذارید مثالی بزنم: شما سوار ماشین خود می‌شوید و ماشین روشن نمی‌شود. به دو روش می‌توانید وضعیت را بررسی کنید. می‌توانید بگویید: «می‌دانستم! همیشه شکست می‌خورم و برنامه‌هایم خراب می‌شود!» یا بگویید: «خوب، به نظر می‌رسد که الان نمی‌توانم از اینجا بروم. وقتی ماشین درست شد، بعداً خواهم رفت!» چنین طرز فکری یعنی: «من ایمان دارم که این تغییر برنامه، برای خیریت من است. احتمالاً دلیلی هست که باید امروز در خانه باشم، بنابراین از زمانم در اینجا لذت خواهم برد!»

همچنین پولس در رومیان ۱۲: ۱۶ به ما می‌گوید: «برای یکدیگر ارزش برابر قائل باشید!» مقصود این است که ما باید یاد بگیریم به شخصی تبدیل شویم که برنامه‌ریزی می‌کند، اما اگر این برنامه نتیجه نداد، ناراحت نمی‌شود.

انتخاب با ماست. زمانی که به خواسته خود نمی‌رسیم، احساسات ما برافروخته می‌شود و سعی می‌کنیم به حال خود، دل بسوزانیم و جذب نگرش منفی شویم، یا این که می‌توانیم خود را با شرایط وفق داده و پیش رویم و هر اتفاقی هم که بیفتد، از آنچه خداوند برایمان در نظر دارد، لذت ببریم.

مسیر آزادی از منفی‌بافی، زمانی آغاز می‌شود که با مشکل روبه‌رو شویم و باور داشته باشیم خدا از پس آن برمی‌آید.

آزادی از دل‌سوزی به حال خود

«در آن میان، مردی بود که سی‌وهشت سال زمینگیر بود. چون عیسا او را در آنجا خوابیده دید و دریافت که دیری است بدین حال دچار است، از او پرسید: «آیا می‌خواهی سلامت خود را بازیابی؟»

(یوحنا ۵: ۵-۶)

برای سالیان سال، فریاد قلب من این بود: «خدایا! چرا من؟!» و این امر افکار مرا احاطه کرده بود و نگرش روزانه‌ام را تحت تأثیر قرار داده بود. من در بیابان احساس ترحم به خود، زندگی می‌کردم و این برای من، خانواده‌ام و نقشه خدا برای زندگیم مشکل ایجاد کرده بود. احساس می‌کردم به خاطر بدرفتاری‌هایی که در دوران کودکی تجربه کرده بودم، چیزی از آنها طلب دارم. برای دریافت طلبم، چشم به دست مردم داشتم؛ در صورتی که باید به خدا رجوع می‌کردم.

هنگامی که عیسا مرد مفلوجی که ۳۸ سال برای معجزه در کنار حوض بیت حسدا منتظر بود را ملاقات کرد، از او پرسید که آیا واقعاً می‌خواهد شفا یابد؟ افراد زیادی هستند که معجزه می‌خواهند، اما مانند مرد داستان ما، از محکومیت و حس دل‌سوزی برای خود آزاد نشده‌اند.

خدا می‌خواهد تاجی به عوض خاکستر به ما ببخشد، اما ما نیز باید تمایل داشته باشیم که خاکستر را رها کنیم! این بدان معناست که از دل‌سوزی برای خود، سرزنش و نگرش تلخ دست برداریم. امروز می‌تواند شروعی تازه برای کسی باشد که مایل است گذشته را فراموش کند و به‌راستی از مسیح پیروی نماید!

ما می‌توانیم فردی قابل ترحم یا قوی باشیم، اما نمی‌توانیم هر دوی آنها باشیم. برای آزاد شدن باید دل‌سوزی برای خود را رها کنیم.

طریق خدا، خیلی هم دشوار نیست

«چون فرعون قوم را رها کرد، خدا آنان را از راهی که از سرزمین فلسطینیان می‌گذشت هدایت نکرد، هرچند آن راه نزدیک‌تر بود؛ زیرا خدا گفت: اگر ناگزیر از جنگ شوند، بسا که پشیمان شده به مصر بازگردند.»

(خروج ۱۳: ۱۷)

خدا قوم اسرائیل را به مسیری طولانی‌تر و سخت‌تر در بیابان هدایت نمود؛ زیرا می‌دانست آنها برای جنگ‌هایی که ممکن بود در مسیر تصاحب سرزمین وعده با آن مواجه شوند، آماده نیستند. او ابتدا باید کاری در زندگیشان انجام می‌داد و به آن‌ها می‌آموخت که «او» [خدا] کیست و آنها نمی‌توانند به خودشان متکی باشند.

شما می‌توانید اطمینان داشته باشید که خدا قادر است شما را هدایت و حفظ نماید. او هرگز اجازه نمی‌دهد چیزی بیش از توان خود تجربه کنید. اگر یاد بگیریم که دائماً برای استقامت خود به او تکیه کنیم، دیگر مجبور نیستیم که در یک نبرد دائمی زندگی نماییم.

اگر می‌دانید خدا از شما کاری را خواسته است، عقب‌نشینی نکنید؛ چون شرایط سخت می‌شود. وقتی همه‌چیز سخت می‌شود، با او وقت بیشتری باید بگذارید، به او بیشتر تکیه کنید و فیض بیشتری از او بطلبید (عبرانیان ۴: ۱۶). فیض، قدرت خداست که بی‌هیچ بهایی به سوی شما جاری می‌شود تا تمام آنچه را که از انجامش قاصرید، انجام دهید. خدا می‌داند که همیشه آسان‌ترین راه برای ما بهترین راه نیست. از همین رو بسیار مهم است که قلب خود را از دست ندهیم، خسته نشویم و ضعیف نگردیم.

خدا می‌داند که راه آسان همیشه بهترین راه نیست. به همین خاطر مهم است که دلسرد و خسته نشویم و خود را نبازیم.

شیطان می‌داند اگر بتواند ما را از نظر فکری شکست دهد، در آزمایشات زندگی نیز شکست خورده‌ایم.

ریشه‌پردشدگی

«تا مسیح به واسطه ایمان در دل‌های شما ساکن شود، و در محبت ریشه دوانیده، استوار گردید.»

(افسیان ۳: ۱۷)

طردشدگی همچون دانه‌ای است که از طریق اتفاقات مختلفی که برای ما رخ می‌دهد، در زندگیمان کاشته می‌شود. خدا عاشق ماست و ما را می‌پذیرد، اما شیطان حقیقت را با این فکر که ما طرد شده‌ایم، از ما می‌دزد؛ بنابراین احساس می‌کنیم دورانداخته شده‌ایم و مورد بی‌مهری قرار گرفته‌ایم. این امر بر همه حوزه‌های زندگی ما تاثیر می‌گذارد. این موضوع شبیه به درختی با شاخه‌های زیاد است که همه آنها میوه‌های بدی به بار می‌آورند.

در هر چیزی که ریشه بگیرد - خوب یا بد، ثمره زندگی شما را تعیین می‌کند. اگر در طردشدگی، سوءاستفاده، شرم، گناه یا خودکم‌بینی ریشه بدوانید و یا اگر در تفکر «من مشکلی دارم» ریشه بگیرید، «درخت» شما افسردگی، منفی‌گرایی، کمبود اعتماد به نفس، خشم، عصبانیت، کنترل‌گرایی، نفرت و دلسوزی برای خود را به بار می‌آورد. اما اگر در عیسا و محبت او ریشه بدوانید، می‌توانید آرام باشید و بدانید که محبوب و ارزشمند هستید. می‌توانید بدانید که خدا با ایمان به عیسا شما را پارسا می‌بیند.

تمام جنبه‌های زندگی شما که خارج از نظم و تعادل هستند، از طریق عیسا و کاری که او بر صلیب انجام داد، می‌توانند اصلاح شوند. این برای من اتفاق افتاده و خدا می‌تواند این کار را برای شما نیز انجام دهد.

خبر خوب این است که شما می‌توانید از قدرت طردشدگی نجات پیدا کنید.

تغییر، امر نیکویی است

«و همه ما که با چهره بی نقاب، جلال خداوند را، چنان که در آینه‌ای، می‌نگریم به صورت همان تصویر، از جلال به جلالی فزون‌تر دگرگون می‌شویم؛ و این از خداوند سرچشمه می‌گیرد که روح است.»

(دوم قرن‌تیان ۳: ۱۸)

من می‌خواهم رشد کنم و شاهد تغییر باشم و حتماً شما هم همین‌طور هستید. می‌خواهم تغییرات را در رفتارم ببینم. می‌خواهم شاهد پیشرفتی منظم باشم. به عنوان نمونه، من مشتاق ثبات و پایداری هستم؛ می‌خواهم در مقیاسی عظیم‌تر از محبت و ثمره روح گام بردارم. می‌خواهم با دیگران خوب و مهربان باشم، حتا اگر احساسی خوب یا روز خوب خاصی نداشته باشم. حتا هنگامی که شرایط بر ضد من است و اوضاع آن‌گونه که دوست دارم پیش نمی‌رود؛ من هنوز هم خواهان آشکار کردن شخصیت عیسی مسیح هستم.

از طریق قدرت روح‌القدس در درونمان، حتا وقتی اوضاع بر وقف مراد ما پیش نرود، می‌توانیم شاد، خوب و مهربان باشیم. وقتی همه‌چیز در اطراف ما آشفته به نظر می‌رسد، وقتی همه‌چیز بر ضد ماست و باعث می‌شود صبر خود را از دست بدهیم و عصبانی و ناراحت شویم، می‌توانیم همچنان آرامش خود را حفظ نماییم.

نکته اصلی برای من این است که در نهایت یاد بگیرم خدا نه از طریق تلاش‌هایی که من برای تغییر خودم می‌کنم، بلکه مرا از طریق فیض خود تغییر می‌دهد. من پیش از آن که قدرت خدا را در تغییر درونم -آرام‌آرام- کشف کنم، سال‌ها با خودم کشتی می‌گرفتم.

خدا ما را این‌گونه تغییر می‌دهد: او امری را برایمان آشکار می‌سازد و سپس منتظر می‌ماند تا ما تصمیم بگیریم پیش از آن‌که او شخصیت خود را در آن قسمت از زندگی‌مان به کار گیرد، به او اعتماد نماییم.

فقط عیسا

«مسیح ما را آزاد کرد تا آزاد باشیم. پس استوار بایستید و خود را بار دیگر گرفتار یوغ بندگی مسازید.»

(غلاطیان ۵: ۱)

عیسا به این دنیا آمد و بهای گناهان ما را پرداخت نمود و مجازات ما را بر دوش خود گرفت. او جانشین ما شد و بدهی‌ای را که قرار بود ما پرداخت نماییم، بدون هیچ هزینه‌ای به جای ما پرداخت کرد. او همه این کارها را آزادانه، از روی محبت، فیض و رحمت فراوانش انجام داد.

عیسا تمام آنچه را که پدر باید بدهد، به ارث برد و به ما گفت که به واسطه ایمان خود، با او هم‌ارث هستیم. او پیروزی کامل ما را -چه در اینجا و چه در آخرت- فراهم نموده است. او پیروز شده و ما بدون پرداخت هزینه، پیروزیم. ما پیروزمندتر از پیروزمندانیم!

ساده‌تر از این می‌شود؟ انجیل فوق‌العاده ساده است.

پیچیدگی، کار شیطان است. او از سادگی متنفر است؛ زیرا می‌داند ایمان، قدرت و شادی به همراه دارد. هنگامی که رابطه شما با خدا پیچیده می‌شود، به سادگی ایمان یک کودک برگردید. عیسا گفت: "تنها ایمان بیاور" و تو جلال خدا را خواهی دید (یوحنا ۱۱: ۴۰). به سادگی ایمانتان به عیسا مسیح برگردید و آن را جشن بگیرید.

داشتن ایمان، ساده‌تر از ایمان نداشتن است.

روزی جدید

"پس اگر کسی در مسیح باشد، خلقتی تازه است. چیزهای کهنه درگذشت؛ هان، همه چیز تازه شده است!"

(دوم قرنتیان ۵: ۱۷)

به عنوان "خلقتی تازه"، نباید اجازه دهید چیزهای قدیمی که برایتان اتفاق افتاده‌اند، بر زندگی جدید شما در مسیح تأثیر بگذارند. شما در مسیح سرشتی تازه با حیاتی جدید هستید. مطابق کلام خدا می‌توانید ذهن خود را تازه کنید. قرار است اتفاقات خوبی برایتان بیفتد!

درباره زندگی خود شروع به مثبت‌اندیشی کنید. این بدان معنا نیست که تنها با فکر کردن در مورد مسایل، می‌توانید به هر چیزی که می‌خواهید برسید. خدا برای هر یک از ما نقشه کاملی دارد و ما نمی‌توانیم او را با افکار و گفتار خود کنترل نماییم. اما بسیار مهم است که درباره اراده و نقشه او برای زندگیمان، فکر و صحبت نماییم.

اگر در این مرحله، هیچ دید و رؤیایی از خواست خدا برای خود ندارید، می‌توانید با فکر کردن شروع کنید: «بسیار خوب، من نقشه خدا را نمی‌دانم، اما می‌دانم که او عاشق من است. هرچه که او انجام دهد، نیکو خواهد بود و من مبارک هستم.»

خدا کار نیکویی را در شما آغاز کرده است و آن را به کمال خواهد رسانید (فیلیپیان ۱: ۶). بنابراین حتی زمانی که به دلیل عدم پیشرفت سریع، احساس دلسردی می‌کنید، همیشه به یاد داشته باشید که خدا در شما کار می‌کند و هرگز شما را ترک و رها نخواهد کرد.

عیسا شما را آزاد می‌کند تا از چیزهای خوب در زندگی لذت ببرید.
به خدا توکل کنید تا با کلام خود ذهن شما را تازه سازد!

عادت دعا

«روزی پطرس و یوحنا در نهمین ساعت روز که وقت دعا بود، به معبد می‌رفتند.»
(اعمال ۳: ۱)

بسیاری از مردم نسبت به زندگی دعایی خود احساس گناه می‌کنند، زیرا خود را با دیگران مقایسه می‌نمایند. خدا، خدایی خلاق است و می‌خواهد هر شخص زندگی دعایی منحصر به فرد خود را داشته باشد. زندگی دعایی شما نباید مانند دیگری باشد.

بله، اصول اثبات شده‌ای برای دعا وجود دارد که می‌توانید آنها را دنبال نمایید. همان‌طور که در اعمال ۳: ۱ نیز می‌بینیم، شاگردان در آن زمان ساعات مشخصی از روز را که قصد داشتند برای دعا به مکانی مشخص بروند، به دعا اختصاص می‌دادند. این انضباط خوب است، اما باید شروع یادگیری دعا باشد و نه پایان کار. ما می‌توانیم خود را تحت انضباط درآوریم تا یک برنامه دعایی که مناسب شخص ماست را تنظیم نماییم؛ اما همچنین می‌توانیم دعا را بی‌وقفه یاد بگیریم. این به معنای دعا در همه زمان‌ها و مکان‌ها، با انواع دعاهاست. من دوست دارم بگویم: «در طول روز دعا کن!» بگذارید دعا مثل نفس کشیدن شود، کاری که شما به راحتی و بدون تلاش انجام می‌دهید.

نبايد برای دعا کردن «صبر» کنیم. هر بار که نیازی می‌بینید یا برای هر چیزی که فکر می‌کنید نیاز به کمک دارید، بلافاصله دعا کنید! دعا گفتگو با خداست و از آنجا که او همه جا هست، می‌توانیم تمام وقت با او صحبت نماییم.

خدا مایل است که دعا بخشی منظم و روزمره از زندگی ما باشد.

پذیرش کسی که خدا شما را برای آن آفریده است

«باید از بدی روی بگرداند و نیکویی پیشه کند؛ آرام بجوید و در پی صلح باشد.»
(اول پطرس ۳: ۱۱)

در طول سال‌های خدمت، فهمیده‌ام که بسیاری از افراد حقیقتاً خودشان را دوست ندارند. خود را طرد می‌کنند! این مشکل حادثر از آن چیزی است که ما فکرش را می‌کنیم. مطمئناً خواست خدا این نیست که فرزندان بر ضد خودشان باشند. بلکه این بخشی از تلاش شیطان است که ما را درمانده کند و از دوست داشتن دیگران بازدارد.

اگر با خودمان کنار نیاییم، با دیگران نیز کنار نخواهیم آمد. هنگامی که خودمان را نمی‌پذیریم، شاید این طور به نظر برسد که دیگران نیز ما را نمی‌پذیرند. روابط، بخش حیاتی زندگی ما هستند. احساسی که نسبت به خود داریم، عامل تعیین‌کننده‌ای در موفقیت ما در زندگی و روابط است. ما باید کاملاً به مسیح اطمینان داشته باشیم!

خودشناسی، تصویری درونی است که ما از خودمان داریم. اگر آنچه را می‌بینیم، سالم نبوده و با کتاب مقدس مطابقت نداشته باشد، دچار ترس، ناامنی و باورهای نادرست مختلف در مورد خودمان خواهیم شد.

خدا ما را دوست دارد و از ما می‌خواهد محبت او را بپذیریم. به سبب محبت خدا، ما نیز می‌توانیم خودمان را به طریقی درست و متعادل محبت نماییم. ما فرزندان خدا هستیم؛ فرزندان که به واسطه فیض روزانه او مورد محبت و پذیرش قرار گرفته‌ایم.

عیسا آمد تا زندگی ما را احیاء نماید. یکی از دلایلی که او برای احیا آمد، داشتن تصویری سالم و متعادل از خویشتن است.

سخت‌گیری

«لذا از انجام کار نیک خسته نشویم؛ زیرا اگر دست از کار برداریم، در زمان مناسب محصول را درو خواهیم کرد.»

(غلاطیان ۶: ۹)

در غلاطیان ۶: ۹، «دلسردی» و «خستگی» به تسلیم شدن در برابر ذهن اشاره دارد. روح القدس به ما می‌گوید که تسلیم ذهن خود نشویم؛ چون اگر به این روش ادامه دهیم، سرانجام چیزهای نیکو را برداشت خواهیم کرد.

به عیسا ببندیشید. بلافاصله بعد از تعمید و پر شدن از روح القدس، راهی بیابان شد تا به واسطه شیطان آزموده و امتحان شود. او شکایت نکرد و دلسرد و ناامید نشد. او به شکلی منفی، فکر و صحبت نمی‌کرد. مشوش نمی‌شد و درمی‌یافت که چرا باید این اتفاق بیفتد. او هر آزمونی را با پیروزی پشت سر گذاشت (لوقا ۴: ۱-۱۳).

آیا می‌توانید تصور کنید که عیسا به روستاهای اطراف سفر می‌کرد، و با شاگردانش درباره این که چقدر همه چیز دشوار است، سخن گفته باشد؟ آیا می‌توانید تصور کنید که او درباره دشواری صلیب، با آنها صحبت کرده باشد؟ یا این که چگونه از چیزهای آینده، وحشت داشته، و یا از نداشتن سقفی بالای سرش و جایی برای خوابیدن، چقدر ناامید بوده باشد؟!

عیسا از پدر آسمانی خود قوت گرفت و پیروزمندانه بیرون آمد. ما روح او را در خود داریم و نیرویی در دسترس ماست تا بتوانیم از طریق هر آنچه با آن روبه‌رو هستیم، موفق شویم.

ما می‌توانیم شرایط خود را به روش عیسا - یعنی آمادگی ذهنی از طریق جایگزینی «تفکر پیروزی» به جای «تفکر تسلیم شدن» - مدیریت نماییم.

مثبت باشید

«زیرا کیست که فکر خداوند را دانسته باشد تا به او مشورت دهد؟ ولی ما فکر مسیح را داریم.»

(اول قرن‌تین ۲: ۱۶)

از زمانی که ذهنم را بر اساس الگوی مثبت‌اندیشی پیش بردم، قادر به تحمل احساسات منفی نیستم. از وقتی که ذهنم را از افکار منفی دور کرده‌ام، آنقدر تغییرات خوب در زندگی‌م دیده‌ام که اکنون با هر چیز منفی مخالفم.

در اینجا مواردی برای مثبت‌اندیشی به شما پیشنهاد می‌کنم: از روح‌القدس بخواهید هر بار که شروع به منفی شدن می‌کنید، شما را ملزم سازد؛ این بخشی از کار اوست. یوحنا ۱۶: ۷-۸ به ما تعلیم می‌دهد که روح‌القدس ما را به گناه ملزم کرده و به سوی راستی رهبری می‌کند. هنگامی که روح الزام می‌آید، از خدا بخواهید که به شما کمک نماید. فکر نکنید که خودتان می‌توانید از پس این کار برآید، به او تکیه کنید!

مثبت بودن به معنای این نیست که با واقعیت روبه‌رو نمی‌شویم. کتاب مقدس می‌گوید که در مواقع بحرانی آنچه لازم است را انجام دهید و سپس استوار در جای خود بایستید (افسیان ۶: ۱۳). جایگاه ما «در مسیح» است و در اوست که می‌توانیم همواره امیدوار و مثبت باشیم؛ زیرا هیچ چیز برای او دشوار نیست. عیسا همیشه مثبت و سرشار از ایمان است. ما ذهن او را در خود داریم و با کمک او می‌توانیم همان کاری را که او می‌کرد، انجام دهیم.

مانند خدا فکر کنید تا بتوانید همان شخصی باشید که او می‌خواهد، و تمام آنچه را می‌خواهد، داشته باشید.

ایمانی همچون کودکان

«پس، هر که خود را همچون این کودک فروتن سازد، در پادشاهی آسمان بزرگتر خواهد بود.»

(متی ۱۸: ۴)

کودکان آنچه را که به آن‌ها گفته می‌شود باور می‌کنند. عده‌ای می‌گویند که بچه‌ها زود باورند، اما این‌گونه نیست؛ آنها اعتماد می‌کنند. طبیعت کودک این است که اعتماد کند، مگر این که چیزی را تجربه کرده باشد که خلاف آن را به او ثابت کند، و نکته دیگری که همه ما در مورد کودکان می‌دانیم، این است که آنها به معنای واقعی کلمه می‌توانند از هر چیزی لذت ببرند. آنها حتا قادرند که کار را به بازی تبدیل کنند!

پدر آسمانی از ما می‌خواهد همچون کودکان به حضور او وارد شویم. او می‌خواهد بدانیم که ما فرزندان ارزشمند او هستیم و ایمان کامل خود را بر او قرار می‌دهیم تا از ما مراقبت کند. او می‌خواهد دست او را بگیریم و به او تکیه داه و پیوسته کمک او را بطلبیم. هر کاری که خدا ما را به انجام آن فرامی‌خواند، ما را در انجام آن یاری خواهد کرد. او آماده، منتظر و بیش از حد مایل است. می‌توانیم همچون کودکان، فروتنانه به حضور او بیاییم؛ بی‌ریا، فروتن، بی‌غل‌وغش و بی‌آلایش با علم به این که بدون او هیچ کاری نمی‌توانیم انجام دهیم.

ما به عنوان فرزندان خدا نباید هرگز در هیچ نوع اسارتی زندگی نماییم. ما می‌توانیم آزادی و رهایی پرشکوهی را تجربه نماییم؛ آزادی برای لذت بردن از همه آنچه خدا در مسیح به ما داده است. او به ما زندگی بخشیده و هدف ما باید لذت بردن از آن باشد.

بطلبید تا همچون کودکان ساده‌دل و بی‌آلایش باشید. این کار، کیفیت زندگی شما را به‌گونه‌ای شگفت‌انگیز افزایش می‌دهد.

زیبایی توکل

«من تاك هستم و شما شاخه‌های آن. کسی که در من می‌ماند و من در او، میوه بسیار می‌آورد؛ زیرا جدا از من، هیچ نمی‌توانید کرد.»

(یوحنا ۱۵: ۵)

من فردی کاملاً مستقل بودم و خدا از همان ابتدای گام برداشتن با او، از طریق یوحنا ۱۵: ۵ با من صحبت کرد. وقتی به پادشاهی خدا وارد می‌شویم، وابستگی کامل به او را تجربه خواهیم کرد. ایمان، یعنی این که کاملاً به خدا تکیه کنیم و به قدرت، حکمت و نیکویی او اعتماد داشته باشیم.

ما باید به او تکیه کنیم، به او اعتماد داشته و کاملاً به او وابسته باشیم و تمام سنگینی را از دوش خود برداشته و بر دوش او بگذاریم. ما بدون کمک خدا قادر نیستیم چیزی را در زندگی خود تغییر دهیم، همچنین نمی‌توانیم خودمان، همسرمان، خانواده، دوستان یا شرایط را نیز تغییر دهیم. به راستی که جدا از خدا نمی‌توانیم کاری را انجام داده و پیش ببریم.

وقتی اجازه نمی‌دهیم خدا خدایی کند، آرامش و شادی را از دست می‌دهیم. سعی می‌کنیم چیزهایی را بفهمیم که حتا نباید ذهن خود را درگیر آنها می‌کردیم. هیچ چیزی برای خدا سخت و یا خیلی شگفت‌انگیز نیست، اما بسیاری از آنها برای ما دشوار هستند. با مدد و هدایت روح القدس، می‌توانیم به جایی برسیم که حقیقتاً آرام بگیریم؛ و آن حقیقت این است که کسی را می‌شناسیم که پاسخ همهٔ سوالات را دارد، هنگامی که جوابی برای آنها نداریم... پس می‌توانیم به او اعتماد نماییم!

گفتن این جمله بسیار رهایی‌بخش است: «خداوند، من نمی‌دانم چه کاری باید انجام دهم، و حتا اگر هم بدانم، نمی‌توانم انجامش دهم. اما نگاه من بر توست. می‌خواهم صبر کنم و ببینم که تو تمام کارها را انجام می‌دهی.»

دعا باعث آرامش می‌شود

«برای هیچ چیز نگران نباشید، بلکه در هر چیز با دعا و استغاثه، همراه با شکرگزاری، درخواست‌های خود را به خدا ابراز کنید. بدین‌گونه، آرامش خدا که فراتر از تمامی عقل است، دل‌ها و ذهن‌هایتان را در مسیح عیسا محفوظ نگاه خواهد داشت.»

(فیلیپیان ۴: ۶-۷)

در این آیات، پولس رسول نمی‌گوید: «دعا کنید و نگران باشید»، بلکه می‌گوید: «دعا کنید و نگران نباشید». چرا باید دعا کنیم و نگران نباشیم؟ چون دعا طریق مهمی است که نگرانی خود را به او واگذار می‌کنیم. دعا دریچه‌ای است که گشوده می‌شود تا خدا درون زندگی ما و زندگی دیگران عمل کند.

وقتی شیطان سعی می‌کند موضوعی برای نگرانی به ما بدهد، می‌توانیم رو به خدا کنیم و این نگرانی را به او بسپاریم. اگر برای مسئله‌ای دعا کنیم و سپس نگران آن باشیم، مثبت و منفی را با هم ادغام کرده‌ایم. این دو همدیگر را خنثی می‌کنند تا به همان نقطه‌ای که شروع کرده‌ایم، یعنی صفر، برگشت نماییم.

دعا، نیرویی مثبت است، و نگرانی، نیرویی منفی. خدا به من دلیل این که چرا بسیاری بدون قوت روحانی عمل می‌کنند را نشان داد؛ دلیل آن این است که آنها با تسلیم شدن در مقابل قدرت منفی نگرانی، قدرت مثبت دعای خود را خنثی می‌کنند.

تا زمانی که نگران باشیم، به خدا اعتماد نداریم. تنها با اعتماد، ایمان و اطمینان به خداست که می‌توانیم به آرامش او وارد شده و از آرامشی که فراتر از هر درکی است، لذت ببریم.

اکنون قادرید تصمیم بگیرید که تماما متمرکز خدا شوید و به او اعتماد نمایید تا از شما محافظت کند.

خدا نقشه‌ای دارد

«زیرا فکری را که برای شما دارم می‌دانم، که فکری سعادتمندی است و نه تیره‌بختی، تا به شما امید بخشم و آینده‌ای عطا کنم؛ این است فرموده‌ی خداوند.»
(ارمیا ۲۹: ۱۱)

اگر تصویری ضعیف از خود دارید، این مسئله در گذشته بر شما تاثیر منفی گذاشته، اما می‌توانید شفا یابید و اجازه ندهید گذشته تکرار شود. شما را تشویق می‌کنم که گذشته، از جمله احساسات منفی نسبت به خود را رها کرده و به سوی آنچه که خدا پیش روی شما قرار داده، حرکت کنید.

خدا برای هر یک از ما برنامه و هدفی نیکو و روشی خاص و زمانی مناسب برای تحقق آن دارد، اما همه ما آن را تجربه نمی‌کنیم. بسیاری اوقات کمتر از حد استاندارد می‌کنیم که خدا قصد دارد از زندگی لذت ببریم، زندگی می‌کنیم.

سال‌ها من از حقوق و امتیازات خود به عنوان فرزند خدا استفاده نکردم. با وجود اینکه یک مسیحی بودم و باور داشتم که پس از مرگ به آسمان می‌روم، اما نمی‌دانستم که درباره‌ی گذشته، حال یا آینده‌ام نیز می‌توان کاری کرد. من تصویری ضعیفی از خود داشتم و این امر، زندگی روزمره و همچنین چشم‌انداز مرا برای آینده، تحت تأثیر قرار داده بود.

امروز می‌توانید محبت خدا را نسبت به خود بپذیرید و عشق او را زمینه‌ساز محبت و پذیرش خود قرار دهید. تأیید او را دریافت کنید و بدانید که در حال تغییر و تبدیل شدن به تمام آن شخصیتی هستید که خدا می‌خواهد. سپس در راه رسیدن به بلوغ کامل روحانی، در هر شرایطی که هستید از خود لذت ببرید.

بگذارید خدا در زندگی شما خدا باشد. او را روی صندلی راننده قرار دهید تا فرمان زندگیتان را به دست گیرد. او می‌داند چه می‌کند.

وقتی احساس استرس می‌کنید

«بدین‌گونه، آرامش خدا که فراتر از تمامی عقل است، دل‌ها و ذهن‌هایتان را در مسیح عیسا محفوظ نگاه خواهد داشت.»

(فیلیپیان ۴: ۷)

سال‌ها پیش، به دلیل این که مدام بیمار بودم، به دکتر مراجعه می‌کردم. او به من می‌گفت، علائم ناشی از استرس است. خواب کافی نداشتم، و غذای مناسب نمی‌خوردم و خودم را خیلی تحت فشار قرار می‌دادم.

استرس، بخشی طبیعی از زندگی همه است. خدا ما را آفریده تا حدی مشخص در برابر فشار و تنش، مقاومت کنیم. این مشکل زمانی به وجود می‌آید که ما از محدودیت‌های خود فراتر رفته و هشدارهایی را که بدن ما هنگام صدمه یا خستگی به ما می‌دهد، نادیده می‌گیریم.

من از شما می‌خواهم به خوبی از خود مراقبت کنید؛ زیرا اگر بیش از حد از بدن خود کار بکشید، نمی‌توانید به فروشگاه بروید و بدنی جدید بخرید. بسیاری از کارهایی که باعث ایجاد فشار روحی در ما می‌شود، مواردی هستند که در صورت نیاز می‌توان آنها را تغییر داد. درباره برخی از کارهایی که انجام می‌دهید، با خود صادق باشید و اجازه دهید خدا به شما کمک کند تا آنها را که شما را خسته می‌کنند و ثمره نیکویی ندارند، هرس کنید.

آرامش داشتن باید شرایط نرمال برای ایمانداران به عیسی مسیح باشد. او پادشاه صلح است و ما در عیسا میراث آرامش خود را می‌یابیم. این هدیه‌ای از طرف روح القدس است، و وقتی در اطاعت از کلامش زندگی می‌کنیم، آن را به ما می‌بخشد.

آرامش عیسا در شرایط خوب و بد کارآمد است. آرامش او در میانه طوفان عمل می‌کند.

درباره خود چه فکری می‌کنید؟

«نِفیلیان را در آنجا دیدیم. بنی‌عَناق از نِفیلیانند. ما در نظر خود همچون ملخ بودیم و در نظر ایشان نیز همچین.»

(اعداد ۱۳: ۳۳)

ما در اعداد باب ۱۳ می‌خوانیم که چگونه موسی دوازده مرد را برای جاسوسی به سرزمین موعود فرستاد تا شرایط را بسنجند. ده نفر از آنها با پیغامی برگشتند که کتاب مقدس درباره آن می‌گوید "اخبار بد" (اعداد ۱۳: ۳۲). آنها به موسا گفتند: "سرزمینی نیکو است اما غول‌پیکران آنجا هستند!" آنها به خود به عنوان "ملخ‌ها" اشاره می‌کردند؛ بدین معنا که معتقد بودند در شکست دادن دشمن، بسیار ناچیز و ناتوان هستند.

ترس آنها از غول‌پیکران مانع ورود قوم خدا به سرزمین موعود شد. در واقع این غول‌پیکران نبودند که آنها را شکست دادند، بلکه تصور ضعیف آنها از خودشان بود. آنها فقط مردمان قوی هیکل را دیدند و نتوانستند خدا را ببینند و باور نکردند که با خدا می‌توانند هر کاری را که لازم است انجام دهند.

یوشع و کالیب تنها کسانی بودند که نگرش درستی داشتند. کالیب به موسا و قوم گفت: "بی‌درنگ برویم و آن را تصرف کنیم، زیرا به‌یقین می‌توانیم بر آن غالب شویم." (اعداد ۱۳: ۳۰). آن دو نگرشی را داشتند که خدا می‌خواست، و ایمان داشتند که با خدا همه‌چیز ممکن است.

خدا آینده شکوهمندی را برای همه قوم در نظر گرفته بود، دقیقاً مانند آنچه که برای ما انجام می‌دهد، اما فقط کسانی که نگرش درستی نسبت به خدا و خود دارند، در آن زندگی می‌کنند و از آن لذت می‌برند.

خدا نگرش بدی نسبت به شما ندارد، شما هم نسبت به خودتان چنین نگرشی نداشته باشید.

تصمیم بگیری و بر تصمیم خود بمانی

«به آنچه در بالاست بیندیشید، نه به آنچه بر زمین است.»

(کولسیان ۳: ۲)

ما می‌توانیم طرزتفکر درست یا غلطی داشته باشیم. تفکرات درست، به نفع ما هستند و تفکرات نادرست به ما آسیب می‌رسانند و مانع پیشرفت ما می‌شوند. ما با کمک خدا می‌توانیم ذهن خود را در مسیر درست قرار دهیم.

بعضی از مردم با دید منفی به زندگی می‌نگرند؛ زیرا در تمام زندگی‌شان شرایط ناخوشایندی را تجربه کرده‌اند و نمی‌توانند چیز بهتری را تصور کنند. برخی از افراد نیز هستند که به همه چیز منفی نگاه می‌کنند، تنها به این دلیل که شخصیت آنها به آن سمت متمایل است. علتش هرچه باشد، باید بدانیم که نگرش منفی انسان را بدبخت می‌کند و رشد روحانی او را غیرممکن می‌سازد. برای لذت بردن از نقشه نیکویی که خدا برای ما در نظر دارد، باید با او هم‌سو باشیم، و او قطعاً منفی‌باف نیست!

با یاری خدا و سخت‌کوشی و عزم راسخ خود، می‌توانید تفکرات منفی و عادت‌های قدیمی را که سعی در دور نگه داشتن شما از خدا دارند، از بین ببرید. شیطان نمی‌خواهد شما موانع را کنار بزنید؛ زیرا او می‌داند که اگر چنین کاری کنید، از زندگی خود لذت خواهید برد و برای دیگران برکت خواهید بود. زندگیتان تغییر خواهد کرد و این باعث تغییر زندگی‌های دیگر نیز خواهد شد. اگر ذهن خود را در مسیر درست قرار دهید، به خدا نزدیک‌تر می‌شوید و به شما امکان می‌دهد تا سرنوشت خداپسندانه خود را تحقق بخشید.

انتظار داشته باشید که اتفاقات خوب برای شما و از طریق شما رخ دهد!

دعا عامل آسایش است

«بیاپید نزد من، ای تمامی زحمتکشان و گران‌باران، که من به شما آسایش خواهم بخشید.»

(متا ۱۱: ۲۸)

اگر در آسایش و آرامی نیستیم، حقیقتاً ایمانی نداریم؛ زیرا ثمرهٔ ایمان آرامش است.

سال‌های بسیاری از زندگیم ادعا می‌کردم: "من به خدا ایمان دارم، اعتمادم بر خداوند است"، اما چنین نبود؛ زیرا بیشتر اوقات، مضطرب، نگران، زودرنج و ناراحت و دلخور بودم.

همان‌طور که می‌توانیم در فعالیت‌های بیرونی شرکت کنیم، در فعالیت‌های باطنی نیز می‌توانیم نقش داشته باشیم. خدا می‌خواهد نه‌تنها در جسم خود به آرامی او وارد شویم، بلکه در روح نیز وارد آرامش او شویم.

از نظر من، یافتن آرامی، آسایش، سهولت، شادابی و فرحناکی، و فراوانی برکت برای روح به معنای آزادی از فعالیت نادرست ذهنی است. این بدان معناست که دیگر مجبور نیستم در عذاب استدلال‌ها زندگی کنم، و مجبور نیستم همیشه نگران پاسخی باشم که از آن خبری ندارم. نیازی به اضطراب و نگرانی نیست؛ به جای آن می‌توانم آرام باشم و با دعا به آرامش و سلامتی دست یابم.

اگر واقعاً به خدا ایمان و اعتماد داریم، به آرامی او وارد شده‌ایم. ما دعا کرده و متمرکز او شده‌ایم و اکنون در آرامش کامل حضور روزانه او زندگی می‌نماییم.

شما می‌توانید از طریق کلام خدا با ذهن مضطرب خود صحبت کنید؛ درست همان‌گونه که عیسا با طوفان صحبت کرد و گفت: "آرام باش!"

ایمان داشته باشید

«عیسا در پاسخ گفت: کار پسندیده خدا آن است که به فرستاده او ایمان آورید.»
(یوحنا ۶: ۲۹)

کودکان به صورت خودکار آنچه را که والدینشان به آنها می‌گویند، باور می‌کنند و این درست همان طریقی است که خدا از ما انتظار دارد تا با او رفتار نماییم. او از ما می‌خواهد تا به آنچه در کلامش می‌گوید، ایمان داشته باشیم! غالباً به مسیحیان به عنوان «ایمان‌داران» اشاره شده است و ایمان‌داران باید ایمان داشته باشند.

آیا شما یک ایماندار باایمان هستید یا یک ایماندارِ مردد؟! ایمان کودکانه و ساده، ثمرات نیکویی به بار می‌آورد. به عنوان مثال، شادی و آرامش در ایماندار یافت می‌شود (رومیان ۱۵: ۱۳). شک، دلیل‌تراشی، نگرانی و ترس، رنج فراوانی را ایجاد می‌کند، اما وقتی تصمیم می‌گیریم که به کلام خدا ایمان داشته باشیم، می‌توانیم از تمامی این مشکلات جلوگیری نماییم. ایمان داشته باشید که اتفاقات خوب برای شما خواهد افتاد. ایمان داشته باشید هنگامی که توبه می‌کنید، گناهانتان کاملاً بخشیده می‌شود. ایمان داشته باشید که خدا می‌خواهد تمام نیازهای شما را برآورده سازد. او شما را دوست دارد و همواره مشتاقِ یاری رساندن به شماست.

هنگامی که ما ایمان داریم، می‌توانیم وارد آرامی خدا شده و حقیقتاً از هر روز زندگیمان لذت ببریم. روزی پس از روزی دیگر، می‌توانیم با زندگی روبه‌رو شویم و مطمئن باشیم که آینده ما در خدا ایمن است.

اگر می‌خواهید به چیزی شک کنید، به تردیدهای خود شک کنید!

شما دوست داشتنی هستید

«پس ما محبتی را که خدا به ما دارد شناخته‌ایم و به آن اعتماد داریم. خدا محبت است و کسی که در محبت ساکن است، در خدا ساکن است و خدا در او.»
(اول یوحنا ۴: ۱۶)

خدا ما را برای محبت خلق کرده است. «دوست داشتن» و «دوست داشته شدن» چیزی است که باعث ارزشمند شدن زندگی شده و بدان هدف و معنا می‌بخشد. اما اگر اجازه داده‌ایم که گناه و نابخشودگی و گذشته، ما را از محبت خدا جدا کند، همواره تشنه محبت و فردی ناراضی خواهیم بود.

بسیاری نمی‌توانند روابط سالم و پایداری را حفظ کنند؛ چون نمی‌دانند چگونه محبت را دریافت کنند و یا از دیگران خواسته‌های غیرممکنی دارند که فقط خدا می‌تواند آنها را برآورده نماید. ناامیدی حاصل، اغلب می‌تواند منجر به نابودی ازدواج‌ها و مانع از پیشروی دوستی‌ها شود.

کتاب مقدس به ما تعلیم می‌دهد که خدا ما را بی‌قید و شرط و به فراوانی دوست دارد. محبت کامل او نسبت به ما بنا بر کمال ما نیست. خدا ما را دوست دارد؛ چون چنین می‌خواهد! خدا محبت است (اول یوحنا ۴: ۸) و محبت ذات اوست. خدا همواره محبت می‌کند، تنها کاری که شما باید انجام دهید این است که این محبت را دریافت کرده و هر روزه با اطمینان زندگی نمایید و بدانید که محبت او، به زندگی ما هدف و معنا می‌بخشد.

آشکار شدن محبت کامل خدا نسبت به شما، می‌تواند شیوه زندگی و گام برداشتن شما با او را تغییر دهد.

برای خدا انتظار بکش

«برای خداوند انتظار بکش، نیرومند باش و دل قوی دار؛ آری، منتظر خداوند باش!»
(مزمور ۲۷: ۱۴)

وقتی منتظر خدا هستیم، تنبل یا منفعل نیستیم، بلکه از نظر روحانی بسیار فعال خواهیم بود. ممکن است هیچ کاری «انجام ندهیم»، اما به خدا توکل می‌کنیم تا او آنچه را که باید انجام شود، به انجام رساند. در واقع می‌گوییم: «خداوند، من سعی نمی‌کنم این کار را با قدرت خودم انجام دهم. در انتظار تو هستم تا مرا برهانی و درحالی که منتظر تو هستم، از زندگیم لذت می‌برم.»

شیطان می‌خواهد ما از تلاش برای حل مشکلات خود ناامید شویم. او از شادی ما متنفر است. می‌خواهد چیزی جز شادی ببیند؛ زیرا شادی خداوند، قوت ماست (نحمیا ۸: ۱۰). نگرانی، قدرت را از ما می‌گیرد، اما شادی به ما انرژی می‌دهد. ما وسوسه می‌شویم که اگر نگران نباشیم یا جوابی برای مشکلات خود پیدا نکنیم، وظیفه خود را انجام نداده‌ایم، اما این به جای کمک به ما، از نجات ما جلوگیری می‌نماید. این غیرمسئولانه نیست که ما از زندگی خود لذت ببریم، در حالی که منتظر خدا هستیم و انتظار داریم او کاری را انجام دهد که ما نمی‌دانیم چگونه باید آن را به انجام رسانیم.

نترسید؛ زیرا جنگ از آن شما نیست بلکه از آن خداوند است.

داشتن ذهنی آماده

«اینان از مردمان تسالونیکي نجیب‌تر بودند؛ زیرا پیام را با اشتیاق پذیرفتند و هر روز کتب مقدس را بررسی می‌کردند تا ببینند آیا به‌راستی چنین است.»
(اعمال ۱۷: ۱۱)

کتاب مقدس می‌گوید که باید ذهنی آماده داشته باشیم. این بدان معناست که بتوان نسبت به اراده خدا - هر آنچه که باشد - با ذهنی آماده، پذیرا باشیم.
یک بار با خانم جوانی صحبت می‌کردم که به خاطر به هم خوردن نامزدی‌اش ناراحت بود. او می‌خواست این رابطه ادامه یابد و در فکر خود، این امید و باور را داشت که نامزد سابقش نیز همین احساس را دارد. به او توصیه کردم در صورتی‌که چنین اتفاقی نیفتاد، «ذهنی آماده» داشته باشد. او پرسید: «آیا این کار به معنای منفی بودن نیست؟»

نه این‌طور نیست. منفی‌گرایی می‌گوید: «زندگی من تمام شده، هیچ‌کس مرا نمی‌خواهد. همیشه بدبختم!» اما داشتن ذهنی مثبت می‌گوید: «واقعاً از این اتفاق ناراحتم، اما می‌خواهم به خدا اعتماد کنم. می‌خواهم درخواست کنم و برای بهبود رابطه‌مان به او ایمان داشته باشم؛ اما بیش از اینها، مشتاق اراده کامل و بی‌نقص خدا هستم. اگر آن‌طور که می‌خواهم به نتیجه نرسد، به زندگی ادامه می‌دهم؛ زیرا عیسا در من زندگی می‌کند. شاید کار دشواری باشد، اما من به خداوند اعتماد می‌کنم. ایمان دارم که در نهایت همه‌چیز به خیریت برای من در کار خواهد بود.»

نگرش مثبت را در هر موقعیتی تمرین کنید. خدا وعده داده از آنچه اکنون در زندگی شما اتفاق می‌افتد، چیزهای نیکویی به عمل می‌آورد.

مبارزه با ترس در دعا

«پس با اطمینان می‌گوییم: خداوند یاور من است، پس نخواهم ترسید. انسان به من چه تواند کرد؟»

(عبرانیان ۱۳: ۶)

ترس، به همه حمله می‌کند. این روشی است که دشمن به کار می‌برد تا مانع از لذت بردن ما از زندگی‌ای شود که عیسا برایش جان سپرد تا آن را به ما ببخشد. اگر تسلیم ترس شده و به آن بها بدهیم، در را برای دشمن باز کرده و به روی خدا می‌بندیم.

اما به جای تسلیم شدن به ترس، می‌توانیم یاد بگیریم جسورانه اعتراف نماییم که خدا یاور، ملجا و دژ ماست.

کتاب مقدس به ما تعلیم می‌دهد که بیدار باشیم و دعا کنیم. متا ۲۶: ۴۱ می‌گوید: «بیدار باشید و دعا کنید (توجه دقیق داشته باشید، محتاط و فعال باشید) تا در آزمایش نیفتید. روح مشتاق است، اما جسم ناتوان.»
اشاره عمده در این بخش به نگرستن به خود و حملاتی است که دشمن علیه ذهن و احساسات ما مرتکب می‌شود.

هنگامی که این حملات شناسایی شد، می‌توانیم بلافاصله دعا کنیم. هنگامی که دعا می‌کنیم، قدرت در زندگی ما آزاد می‌شود - نه این که بعداً مشغول دعا شویم. تشویقتان می‌کنم که هوشیار باشید و برای هر چیزی دعا کنید. باور دارم تصمیمی می‌گیرید که برای زندگی روزمره‌تان، شادی و آرامش بیشتری به ارمغان خواهد آورد.

برای این که در پیروزی واقعی زندگی کنیم، مهم است خود را وقف دعا نماییم.

استراحت برای خستگان

«آیا نمی‌دانید که بدن شما معبد روح‌القدس است که در شماست و او را از خدا یافته‌اید، و دیگر از آن خود نیستید؟»

(اول قرنیتان ۶: ۱۹)

نخستین کلید برای غلبه بر استرس، این است که تشخیص دهیم یا انعان کنیم که در حال تجربه آن هستیم و در پی منبع آن باشیم. در زندگی من زمانی وجود داشت که دائماً دچار سردرد، کمردرد، معده درد، گردن درد و سایر علائم استرس می‌شدم، اما متوجه شدم اعتراف به این که بیش از حد به جسم، ذهن، عواطف و روح فشار آورده‌ام، بسیار سخت است. می‌خواستم همه کار را خودم انجام دهم و حاضر نبودم از خدا بپرسم که او می‌خواهد چه بکند. می‌ترسیدم مرا به سمت ترک کردن چیزی سوق دهد که هنوز آمادگی آن را نداشتم.

اگرچه خداوند به افراد ضعیف و خسته قوت می‌بخشد، اما اگر فراتر از محدودیت‌های جسمی خود فرسوده و خسته باشید، دچار اضطراب می‌شوید. بدن ما معبد (خانه) خداست و هنگامی که از محدودیت‌هایی که خدا برایمان مشخص کرده، پا را فراتر می‌گذاریم و در اضطراب همیشگی زندگی می‌کنیم، در ناطاعتی به سر می‌بریم. همه ما محدودیت‌هایی داریم و باید آنها را بشناسیم و استرس اضافی را از زندگی خود حذف نماییم.

اگر بدن خود را فرسوده کرده‌اید، نمی‌توانید به یک فروشگاه بزرگ بروید و یک بدن تازه بخرید؛ بنابراین مراقب بدن خود باشید.

استراحت منظم یکی از عاقلانه‌ترین کارهایی است که می‌توانید انجام دهید.

انتخاب با شماست

«زیرا ساخته دست خداییم، و در مسیح عیسا آفریده شده‌ایم تا کارهای نیک انجام دهیم، کارهایی که خدا از پیش مهیا کرد تا در آنها گام برداریم.»
(افسیان ۲: ۱۰)

خدا هدیه‌ای شگفت‌انگیز به شما داده است: اراده آزاد. خدا به شما این فرصت را می‌دهد تا خود را همانگونه که شما را آفریده بپذیرید، اما از اراده آزاد برخوردارید و در صورت انتخاب، می‌توانید از این کار امتناع ورزید. پذیرش به معنای مشاهده معمول، مناسب و درست است.

افرادی هم هستند که خود را نمی‌پذیرند، چون درک درست و شایسته‌ای نسبت به خود ندارند. آنها فقط نواقص و ضعف‌های خود را می‌بینند نه زیبایی و قدرت خود را. این یک نگرش نامتعادل است که غالباً توسط شخصیت‌های مقتدر القا می‌شود و بیشتر بر گذشته و آنچه ضعیف و نادرست است، تمرکز می‌کند تا آنچه قوی و درست است.

در عاموس ۳: ۳ می‌خوانیم: «آیا دو نفر با هم راه می‌روند، جز آن که توافق کرده باشند؟» هنگامی که با خدا توافق می‌کنید، می‌توانید با خدا گام بردارید و به او نزدیک شوید. او می‌گوید دوستتان دارد و شما را می‌پذیرد؛ بنابراین اگر با او موافق هستید، دیگر لازم نیست خودتان را دوست نداشته باشید یا خود را نپذیرید.

وقتی خدا شما را آفرید، چیز شگفت‌انگیزی را خلق نمود.

به پیش‌رفتن ادامه دهید

«پس چون مسیح در عرصهٔ جسم رنج کشید، شما نیز به همین عزم مسلح شوید، زیرا آن کس را که در عرصهٔ جسم رنج کشیده، دیگر با گناه کاری نیست. در نتیجه باقی عمر را در جسم، نه در خدمت امیال پلید بشری، بلکه در راه انجام ارادهٔ خدا می‌گذرانند.»

(اول پطرس ۴: ۱-۲)

این عبارت زیبای پطرس رازی را در ارتباط با چگونگی پشت سر گذاشتن شرایط سخت و دشوار به ما می‌آموزد. تفسیر من از این آیات این‌گونه است:

”به هر آنچه عیسای مسیح گذرانده و چگونگی تحمل رنج برای انجام ارادهٔ خدا بیندیشید، این امر به شما کمک می‌کند تا از پس مشکلات خود برآیید. برای نبرد مسلح شوید؛ با فکر کردن مانند عیسا خود را برای آن آماده کنید ... پس صبورانه رنج خواهم برد، به‌جای این که خشنودی و رضایت خدا را از دست بدهم. چون اگر ذهن مسیح را دارید و بدان خاطر رنج می‌برید، دیگر تنها برای جلب رضایت خود زندگی نمی‌کنید، انجام هر کاری آسان خواهد بود و از تمامی سختی‌ها عبور می‌کنید. اما شما قادر خواهید بود برای آنچه خدا می‌خواهد زندگی کنید، نه برای احساسات و افکار جسمانی خود.“

در زندگی سختی‌های مختلف را پشت سر می‌گذاریم، اما لذت پیروزی را نیز تجربه می‌کنیم. دشواری‌ها و آزمایشات فرامی‌رسند و خدا از آنها برای توسعهٔ پتانسیلی که در شما به وجود آورده، استفاده می‌کند. سهم شما این است که تصمیم بگیرید در هر شرایطی، به هیچ‌وجه تسلیم نشوید تا زمانی که شاهد وعده‌های خدا در زندگی خود باشید. شخصی که شیطان هرگز قادر به شکست دادن او نیست، کسی است که عقب‌نشینی نمی‌کند.

ادامه دهید؛ به مقصد خواهید رسید.

دعا عامل صبر و امید است

«نه تنها این، بلکه در سختی‌ها نیز فخر می‌کنیم، زیرا می‌دانیم که سختی‌ها بردباری به بار می‌آورد و بردباری، شخصیت را می‌سازد، و شخصیت سبب امید می‌گردد.»
(رومیان ۵: ۳-۴)

بسیار راحت است که بگوییم: «نگران نباشید»، اما انجام حقیقی این کار مستلزم تجربه وفاداری به خداست. هنگامی که به خدا اعتماد کرده و سپس وفاداری او را در زندگی خود مشاهده و تجربه می‌کنیم، این امر به ما اعتماد به نفس زیادی می‌دهد تا بدون نگرانی، ترس و اضطراب زندگی نماییم.

به همین دلیل است که ایمان و اعتماد پیوسته به خدا در میان آزمایشات و سختی‌ها بسیار مهم است. هنگامی که همه چیز دشوار می‌شود، با کمک خدا می‌توانیم مصرانه در برابر تسلیم شدن در مقابل وسوسه مقاومت نماییم. خدا از این اوقات سخت و دشوار استفاده می‌کند تا صبر، استقامت و منشی ایجاد کند که در نهایت موجب خلق و خوی شاد و امیدی مطمئن می‌شود.

همواره به یاد داشته باشید که وقتی در یک نبرد هستید، تجربه ارزشمندی کسب می‌کنید که در آینده به سود شما خواهد بود. در صورت بروز مشکل، به راحتی به خدا اعتماد کنید، سپس می‌توانید در مورد نیکویی و وفاداری خدا به دیگران شهادت دهید. اگر هم‌اکنون در نبرد هستید، می‌توانید اجازه دهید آن نبرد شما را شکست داده یا شما را قوی‌تر سازد! تصمیم درست بگیرید و بگذارید این امر به شما کمک کند تا به سطح بالاتری از بلوغ روحانی برسید.

ما خدایی را خدمت می‌کنیم که بسیار شگفت‌انگیز است و می‌تواند از آنچه شیطان می‌خواهد از طریق آن به ما آسیب رساند، بهر نیکویی و خیریت ما استفاده نماید.

ایمان و فیض

«زیرا به فیض و از راه ایمان نجات یافته‌اید - و این از خودتان نیست، بلکه عطای خداست و نه از اعمال، تا هیچ‌کس نتواند به خود ببالد.»

(افسیان ۲: ۸-۹)

بسیار شگفت‌آور است که درمی‌یابیم نجات به فیض رایگان خدا حاصل می‌شود و به راحتی با ایمان ساده کودکانه دریافت می‌شود. خوشبختانه، مجبور نیستیم برای نجات خود کاری کنیم؛ چون عیسی‌مسیح قبلاً همه را انجام داده است. ما فقط با ایمان آن را دریافت می‌کنیم! من باور دارم به همان طریقی که ما بخشش گناهان و زندگی ابدی (نجات) را دریافت می‌کنیم، به همان طریق نیز باید زندگی روزمره خود را پیش ببریم. ما باید ایمان خود را با هر کاری که انجام می‌دهیم، درآمیזیم.

ایمان، متکی بودن کل شخصیت انسان به خدا در اعتماد و اطمینان مطلق به قدرت، حکمت و نیکویی اوست. هنگامی که در زندگی خود همه امور را با تکیه بر خدا سپری می‌کنیم، او همواره ما را راهنمایی می‌کند و به ما قدرت و توانایی می‌بخشد تا هر کاری که لازم است انجام دهیم. خبر خوب این است که شما هرگز مجبور نیستید سعی کنید خودتان کارهای خود را انجام دهید! خدا روح‌القدس را که یاور شماست فرستاده، بنابراین امروز و هر روز کمک لازم را خواهید و دریافت کنید و در محبت، رحمت و فیض خدا آرام باشید.

تمام ترس‌ها، اضطراب‌ها و نگرانی‌های خود را با ایمان ساده معاوضه کنید و از روز خود لذت ببرید.

بخشش دیگران

«با یکدیگر مهربان و دلسوز باشید و همان‌گونه که خدا شما را در مسیح بخشوده است، شما نیز یکدیگر را ببخشایید.»

(افسیان ۴: ۳۲)

یک بار شنیدم که مطالعات پزشکی نشان می‌دهد ۷۵٪ بیماری‌های جسمی، ناشی از مشکلات عاطفی است و یکی از بزرگترین مشکلات عاطفی مردم، احساس گناه است. آنها از استراحت و لذت بردن از زندگی امتناع می‌ورزند؛ چون در هر حال احساس می‌کنند که لیاقت گذراندن اوقات خوش را ندارند. به همین خاطر در فشاری دائمی از حسرت و پشیمانی زندگی می‌کنند. این نوع استرس، اغلب افراد را بیمار می‌کند.

دو موردی که باعث می‌شود دنیای درون ما بغرنج شود، فکرکردن به کارهای منفی‌ای است که دیگران در قبال ما انجام داده‌اند و همچنین تمرکز بر کارهای گناه‌آلود و اشتباهی که خود مرتکب آن شده‌ایم. ما به سختی می‌توانیم کارهایی را که دیگران با ما کرده‌اند، فراموش کنیم و همچنین به دشواری قادریم اشتباهاتی که خودمان مرتکب شده‌ایم را نیز فراموش کنیم. انتخاب با من است، می‌توانم در تلخی، نفرت و دلسوزی به حال خود باقی بمانم و از افرادی که به من آسیب رسانده‌اند، آزردده خاطر باشم و یا می‌توانم طریق بخشش خدا را برگزینم. این همان انتخابی است که امروز پیش روی شما قرار گرفته است. دعا می‌کنم که دیگران را ببخشید و برای خود نیز آمرزش و بخشش خدا را دریافت نمایید. اگر این کار را انجام دهید، سلامتی و شادی بیشتری خواهید داشت.

طریق خدا بخشش است.

در موضع خود بمانید

«آنگاه یهوشافاط خم شده، روی بر زمین نهاد، و تمامی یهودا و ساکنان اورشلیم به حضور خداوند افتاده، خداوند را پرستش کردند.»

(دوم تواریخ ۲۰: ۱۸)

در دوم تواریخ ۲۰: ۱۸، پادشاه و مردم یهودا به روی بر زمین افتاده و درحالی که فرامین خداوند را می شنیدند، او را پرستش نمودند. پرستش خدا به آنها کمک می کرد تا برای نبرد آماده شوند. اگر در حال حاضر در نبرد هستید، جداً از شما می خواهم که تمام نگرانی های خود را با پرستش معاوضه کنید. زانو زدن برای ادای احترام در حضور خدا و یا انواع دیگر پرستش، موقعیتی جنگی و کلیدی برای رسیدن به قوای روحانی ست.

«ستایش» خدا چنین تعریف شده که شکوه و عظمت ناشی از نامش را به او نسبت دهیم. این به معنای صحبت کردن و سرودخواندن درباره نیکویی، فیض و عظمت خداست. «پرستش» به عنوان ادای احترام و خدمتگزاری تعریف شده است. عموماً، این امر ممکن است به عنوان سپاسگزاری مستقیم از خدا، ماهیت، خصوصیات، طریق ها و خواسته او تلقی شود، خواه با بیان قلبی خود در ستایش و شکرگزاری یا با عملی که در چنین سپاسگزاری انجام شده است.

به یاری خدا می توانیم یاد بگیریم که در راه او بجنگیم نه در طریق دنیا. موضع نبرد ما موضع پرستشی است و این موقعیتی است که ما را به خدا نزدیکتر می کند. ما با ایمان به این که خدا در زندگی و شرایط ما کار خواهد کرد، با دلی سرشار از ستایش و پرستش، در هر نبردی می جنگیم.

در حالی که خداوند را می پرستیم، از زیر بار مسائل احساسی و فکری سنگینی که ما را خم کرده، بیرون می آیم؛ زیرا همگی آنها در شکوه و عظمت خدا محو می شوند.

قدرت امید

«هر که بدین طریق مسیح را خدمت کند، خدا را خشنود می‌سازد و پذیرفته مردم نیز هست. پس بیاپید آنچه را که موجب برقراری صلح و صفا و بنای یکدیگر می‌شود، دنبال کنیم. کار خدا را برای خوراک خراب مکن! همه خوراک‌ها پاکند، اما خوردن هر خوراکی که باعث لغزش دیگری شود، عملی است نادرست.»

(رومیان ۴: ۱۸-۲۰)

ما در خدمت‌مان مایلیم هر ساله به افراد بیشتری کمک کنیم و ایمان داریم که خدا می‌خواهد ما را رشد دهد. اما همچنین متوجه هستیم که اگر خدا نقشه‌ای متفاوت برایمان دارد و اگر ما سال را بدون هیچ رشدی به پایان برسانیم، نباید اجازه دهیم که این شرایط شادی ما را کنترل کند.

ما به چیزهای زیادی اعتقاد داریم، اما فراتر از همه آنها، به یک نفر ایمان داریم که آن شخص عیسی مسیح است. همیشه نمی‌دانیم چه اتفاقی در حال وقوع است؛ اما این را می‌دانیم که هر اتفاقی همواره به نفع ما خواهد بود.

در کلام خدا آمده است که ابراهیم پس از ارزیابی موقعیت خود (با در نظر گرفتن حقایق)، ناتوانی جسم و ناباروری سارا را در نظر گرفت. اگرچه تمام دلایل برای امیدواری آنها از بین رفته بود، اما او به ایمان امیدوار بود. ابراهیم در موقعیتی بسیار منفی، بسیار مثبت بود.

عبرانیان ۶: ۱۹ به ما می‌گوید این امید لنگری محکم برای جان ماست. امید، نیرویی است که در زمان آزمایش ما را استوار نگاه می‌دارد. هرگز دست از امیدواری برندارید. از امیدواری نترسید. هیچ کس نمی‌تواند قول دهد که هرگز ناامید نخواهید شد؛ اما همواره می‌توانید امیدوار و مثبت باشید.

هر روز زندگی خود را با انتظارات امیدوارکننده سپری کنید.

دوراندیشی

«من که حکمتم، با هوشمندی هم‌خانه‌ام و از دانش و دوراندیشی برخوردارم.»
(امثال ۸: ۱۲)

کلمه‌ای که نمی‌شنوید کسی زیاد در مورد آن تعلیمی بدهد، «دوراندیشی» است. در کتاب مقدس «دوراندیشی» یا «تدبیر» بدان معناست که مباشر نیکوی عطایایی باشیم که خدا جهت به کارگیری به ما سپرده است. این عطایا شامل توانایی‌ها، وقت، انرژی، قدرت و سلامتی، دارایی‌های مادی و همچنین بدن، ذهن و جان ما نیز می‌شود. خدا طبق اینکه چگونه می‌خواهد از هر یک از ما استفاده کند، عطایا و موهبت‌های متفاوتی به هر یک از ما بخشیده است. ممکن است یک نفر عطیهٔ سرود خواندن در حیطهٔ محلی خود را داشته باشد؛ در حالی‌که شخص دیگری توانایی سرود خواندن به شکلی گسترده‌تر و در سطح جهانی را داشته باشد. کتاب مقدس به ما می‌گوید بر حسب فیضی که به ما بخشیده شده است، دارای عطایای گوناگونیم (رومیان ۱۲: ۶).

حکیمانه است که ظرفیت‌های خود را بشناسیم تا بتوانیم هنگامی که به «تکمیل ظرفیت» یا «بار مضاعف» می‌رسیم، آن را تشخیص دهیم. می‌توانیم به جای این که برای جلب رضایت دیگران، ارضای خواسته‌هایمان و یا رسیدن به اهداف شخصی‌مان خود را تحت فشار قرار دهیم، یاد بگیریم به سخنان خداوند گوش دهیم و از او اطاعت نماییم. اگر از رهبری خداوند پیروی کنیم، از زندگی پربرکتی برخوردار خواهیم شد.

همه دچار اضطراب می‌شویم و در بعضی مواقع، اثرات آن را احساس می‌کنیم، اما باید یاد بگیریم نحوهٔ مدیریت موثر آن را نیز بیاموزیم. از خدا بخواهید تا بخش‌هایی از زندگیتان را نشان دهد که می‌تواند تغییر کند تا برای از بین بردن اضطراب بیش از حد، به شما کمک نماید.

خدا نیکوست و می‌خواهد از زندگی آرامی برخوردار باشید.

پذیرش خود

«زیرا خداوند آنان را که دوست می‌دارد، تأدیب می‌کند چنان‌که پدری، فرزند خویش را که مایهٔ خشنودی اوست.»

(امثال ۳: ۱۲)

شاید شما هم پا پذیرش خود مشکل دارید. حوزه‌های مختلفی را در خود می‌بینید که تغییر در آنها ضروری است. آرزو دارید همچون عیسا شوید. با این حال فکر کردن یا گفتنِ «من خودم را می‌پذیرم» برای شما بسیار سخت است. احساس می‌کنید که انجام چنین کاری به معنای پذیرش تمام چیزهایی است که با آنها مشکل دارید، اما این‌طور نیست. می‌توانیم خودمان را به عنوان خلقت بی‌نظیر خدا بپذیریم و هنوز هم هر کاری که انجام می‌دهیم را دوست نداشته باشیم.

خدا ما را تغییر می‌دهد، اما تا زمانی که مسئلهٔ پذیرش خود در زندگی شخصی ما حل نشود، نمی‌توانیم روند تغییر را شروع کنیم. هنگامی که حقیقتاً ایمان داشته باشیم خدا ما را همان‌گونه که هستیم، بی‌قید و شرط دوست دارد، رابطه‌ای نزدیک با او خواهیم داشت و در پی آنیم که تأدیب او را که برای تغییر واقعی لازم است، دریافت نماییم.

تغییر، مستلزم تأدیب است. افرادی که نمی‌دانند عزیز هستند، دریافت تأدیب برایشان بسیار دشوار است. اصلاح، تنها به معنای آن است که خدا برای زندگی به ما جیتی الهی می‌دهد. او ما را به سمت کارهای بهتر راهنمایی می‌کند، اما اگر مطمئن نباشیم، همواره به جای این که آن را با خوشحالی بپذیریم، محکوم به تأدیب هستیم.

خدا همه اعمال ما را تأیید نمی‌کند، اما ما را به عنوان فرزندان محبوب خود دوست دارد و تأیید می‌کند.

با خود صبور باشید. همچنان تلاش کنید و ایمان داشته باشید که هر روز در حال تغییر هستید.

در مسابقه خود بدوید

«پس چون چنین ابری عظیم از شاهدان را گرداگرد خود داریم، بایید هر بار اضافی و هر گناه را که آسان به دست و پای ما می‌پیچد، از خود دور کنیم و با استقامت در مسابقه‌ای که برای ما مقرر شده است، بدویم.»

(عبرانیان ۱۲: ۱)

اگر می‌خواهیم دور خود را در زندگی به پایان رسانده و سرنوشت الهی و اراده خدا را در زندگیمان به انجام رسانیم، مهم است که هر بار سنگین و حس گناه را کنار گذاشته و با استقامت در مسابقه بدویم. در روزهایی که این آیه نوشته شد، دوندگان بدن خود را برای مسابقه آماده می‌کردند، همان‌طور که امروزه این کار را می‌کنند. اما در زمان مسابقه، همه لباس خود را به غیر از پارچه کمری از تنشان درمی‌آوردند، طوری که وقتی می‌دویدند هیچ چیز مانع آنها نمی‌شد. همچنین آنها به بدن خود روغن‌های خالص می‌زدند.

ما در زندگی مسیحی خود فراخوانده شده‌ایم تا هر مانع را در مسابقه‌ای که خدا پیش روی ما قرار داده، حذف نماییم. اگر قرار است در مسابقه خود پیروز شویم، لازم است که با روح القدس تدهین یا مسح شده باشیم (عملی که اغلب با روغن مسح، به شکلی نمادین انجام می‌شود).

شیطان راه‌های زیادی دارد که می‌تواند از طریق آنها، آسان به دست و پای ما بپیچد، نگذارد مطیع کلام خدا زندگی نماییم و رابطه‌ای صمیمی با او را شکل دهیم. سردرگمی‌ها و الزامات بسیاری در دوران ما وجود دارد، اما با هدایت خدا، می‌توانیم مواردی را که مانع ما می‌شوند، از خود دور نماییم. نگاه خود را به هدف‌تان بدوزید و یاد بگیرید به چیزهایی که حواستان را پرت می‌کند و شما را از شکوفایی کامل استعدادهایتان بازمی‌دارد، «نه» بگویید.

**مصمم باشید که هیچ چیز مانع تحقق برنامه و هدف خدا برای
زندگیتان نشود.**

قدرت یکدل بودن

«ایشان همگی ... یکدل، تمامی وقت خود را وقف دعا می‌کردند.»

(اعمال ۱: ۱۴)

هنگامی که ایمانداران در دعا با هم متحد می‌شوند، قدرتی عظیم بین آنها حاضر می‌شود. خود عیسیای مسیح گفته است: «زیرا جایی که دو یا سه نفر به نام من جمع شوند، من آنجا در میان ایشان حاضرم.» (متی ۱۸: ۲۰).

در کتاب اعمال رسولان، می‌خوانیم که قوم خدا کنار هم و «یکدل» جمع می‌شدند (اعمال ۲: ۱، ۴۶؛ ۴: ۲۴؛ ۵: ۱۲؛ ۱۵: ۲۵) و این ایمان متحد، یکدلی، و محبتشان بود که دعای ایشان را موثر می‌کرد. آنها حین شهادت دادن به ایمان خود، حرکت شگرف خدا را دیدند که موید حقیقت کلامش بود.

یکدل زندگی کردن لزوماً بدان معنا نیست که دقیقاً باید نسبت به همه چیز حسی مشابه داشته باشیم، بلکه بدان معناست که همراه هم متعهد به گام برداشتن در محبت هستیم. می‌توانیم حتا اگر با دیگری هم‌رای و هم‌نظر نیستیم، به دیدگاه او احترام بگذاریم. من و دیو نظرات مشابهی نداریم، اما در صلح و صفا کنار هم زندگی می‌کنیم و در دعا قوت می‌یابیم.

در فیلیپیان ۲: ۲، پولس رسول به ما می‌گوید: «بیایید شادی مرا به کمال رسانید و با یکدیگر وحدت‌نظر و محبت متقابل داشته، یکدل و یکرأی باشید...» دعا مزیتی شگفت‌انگیز است و ما باید آن را به کار بگیریم. اما برای به دست آوردن نتایج خوب، باید تلاش کنیم تا عدم هماهنگی و اتحاد را از زندگیمان دور نماییم.

یکدل بودن معمولاً مهم‌تر از این است که حق با شما باشد.

دلیری و اطاعت

”پس از این وقایع، کلام خداوند در رؤیا به ابرام در رسیده، گفت: ”ای ابرام، مترس! من سپر تو هستم و تو را پاداشی بس عظیم خواهد بود.“

(پیدایش ۱۵: ۱)

در پیدایش ۱۲: ۱ خدا کاری دشوار به ابرام می‌دهد. او در چند جمله به آنها می‌گوید: ”از سرزمین خویش و از نزد خویشان خود و از خانه پدرت بیرون بیا و به سرزمینی که به تو نشان خواهم داد، برو.“ اگر ابرام در برابر شک و تردید زانوی خود را خم می‌کرد، داستان هرگز ادامه نمی‌یافت و خدا را به عنوان سپر محافظ و پاداش خود تجربه نمی‌کرد و هرگز آن پاداش عظیم را دریافت نمی‌نمود. به همین ترتیب، اگر یوشع بر ترس خود غلبه نمی‌کرد و مطیع فرمان خدا برای هدایت قوم به سرزمین موعود نمی‌شد، هرگز از آنچه خدا برای آنها برنامه‌ریزی و مهیا کرده بود، لذت نمی‌برد.

در کلام خدا قدرتی هست که ما را مجهز می‌کند تا در شک و تردیدهای ترسناک، زانوانمان خم نشود. ما قادریم همان کاری را که خدا می‌خواهد؛ حتی اگر مجبور شویم آن را ترسان انجام دهیم. وقتی توسط مانعی به عقب رانده می‌شویم، می‌توانیم بگوییم: ”خداوندا، مرا تقویت کن! این همان کاری است که به من گفתי انجام دهم، و با کمک تو می‌خواهم آن را به انجام برسانم؛ زیرا این اراده آشکار تو برای من است. من مصمم هستم که زندگیم نه تحت کنترل ترس، بلکه کلام تو باشد!“

خدا همواره ما را «از» شرایط نجات نمی‌بخشد؛ او اغلب ما را «از طریق» آنها به پیش می‌برد.

هدف ایمان

«هشیار و مراقب باشید، زیرا دشمن شما ابلیس همچون شیری غرّان در گردش است و کسی را می‌جوید تا ببلعد. پس در ایمان راسخ باشید و در برابر او بایستید، زیرا آگاهید که برادران شما در دنیا با همین زحمات روبه‌رویند.»

(اول پطرس ۵: ۸-۹)

خیلی اوقات ما به اشتباه قصد داریم تا با ایمان به جایی برسیم که از سختی رها شویم. اما هدف ایمان این نیست که همواره ما را از سختی‌ها برهاند، بلکه معمولاً این است که از آن سختی و مشکل ما را عبور دهد. اگر تاکنون مشکلی نداشته‌ایم، به ایمانی هم نیازی نبوده است.

ما وسوسه می‌شویم که از مشکلات فرار کنیم، اما خداوند می‌گوید که باید از آنها عبور نماییم. خبر خوب این است: او وعده داده که هرگز مجبور نخواهیم شد به تنهایی از آنها عبور کنیم. او همواره آنجا خواهد بود تا از هر لحاظ به ما کمک نماید. او به ما گفته: ”نترسید، زیرا من با شما هستم!“ (اشعیا ۴۱:۱۰).

ما در تجربه‌ی روزانه خود یاد می‌گیریم که استوار بایستیم و به شکلی موثر در برابر شیطان مقاومت نماییم. آموختن پایداری در دشواری‌ها، یکی از بهترین راه‌ها برای نزدیک شدن به خداست تا راه خود را از میان مشکلات باز کرده و به پیش رفتن ادامه دهیم. خدا با شماست تا کمکتان کند، بنابراین تسلیم نشوید!

شیطان وقتی می‌بیند شما تسلیم نخواهید شد، عقب‌نشینی می‌کند.

بخشش خود را دریافت کنید

«من هستم، آری من، که نافرمانی‌هایت را به‌خاطر خویشتن محو می‌سازم، و گناهانت را دیگر به یاد نمی‌آورم.»

(اشعیا ۴۳: ۲۵)

مهم نیست که چه مشکلی دارید یا به خاطر آن نسبت به خود احساس بدی دارید، به هر جهت این حقیقت را در دل خود جای دهید: خدا شما را دوست دارد. عیسای مسیح جان خود را داد تا شما بخشیده شوید. او حیاتی نو به شما هدیه داده است. خداوند به شما خانواده و دوستان جدیدی بخشیده است تا شما را محبت کنند، بپذیرند و از شما حمایت نمایند. اکنون شما مایلید که مشکلات خود را به خاطر شخصی که در درون شما زندگی و از شما مراقبت می‌کند، اصلاح نمایید.

از هر گناهی که بین شما و او قرار دارد، توبه کرده و بخشش را دریافت نمایید. مهم نیست که چه کاری انجام داده‌اید، فقط بگویید: «خداوندا، من این کار را کردم، و برایم شگفت‌انگیز است که تو بی‌قیدوشرط مرا دوست داری و می‌بخشی. گناهان مرا به همان اندازه که شرق از غرب دور است، از من دور کردی و دیگر آنها را به یاد نمی‌آوری!» (مزمور ۱۰۳: ۱۲)

زمانی که از گناهان خود توبه کردید و بخشوده شدید، اگر هر بار که در دعا به سوی او می‌روید، آنها را به سمت خود جذب کنید، چیزی را به خدا یادآوری می‌کنید که نه تنها آنها را بخشیده، بلکه در حقیقت فراموش کرده است.

از این لحظه به بعد، دیگر خود را به خاطر چیزی که وجود ندارد، محکوم نکنید.

خداوندا تا به کی؟

«اما آنان که برای خداوند انتظار می‌کشند، نیروی تازه خواهند یافت و با بال‌هایی همچون عقاب اوج خواهند گرفت؛ خواهند دوید و خسته نخواهند شد؛ خواهند خرامید و درمانده نخواهند گردید.»

(اشعیا ۴۰: ۱۳)

منتظر خدا بودن، بدین معنا نیست که انتظار داریم خدا همه کارها را برایمان انجام دهد و ما کاری نکنیم. برای من این بدان معناست که منتظر می‌مانم و انتظار دارم اگر چیزی هست، خدا مرا هدایت کند، و در عین حال به او اعتماد دارم و می‌دانم تنها او قادر به انجام آن است. معمولاً وقتی منتظر خدا بوده‌ام و به او توکل کرده‌ام، مواردی را در رفتار یا نگرش من نشان داده که باید آنها را تعدیل می‌کردم. می‌بینید! خدا نمی‌خواهد تنها شرایط ما را عوض کند، بلکه قصد دارد خود ما را نیز تغییر دهد.

در حالی که با خدا در سکوت وقت می‌گذرانیم، او چیزهایی را برای ما آشکار می‌کند و ما در حضور او احیا می‌شویم. نزدیکی و صمیمیت با خدا یکی از بزرگترین امتیازات ما به عنوان فرزندان اوست. هرچه با او بیشتر وقت می‌گذاریم، بیشتر به شباهت او درمی‌آییم. کلام خدا را مطالعه کنید و آن را به عنوان نامه شخصی از طرف او به خود دریافت کنید. این کار هم راحت است و هم شما را اصلاح می‌نماید. با دلی مطمئن به خداوند اعتماد کنید و منتظر چیزهای نیکویی باشید که او برایتان در نظر گرفته است.

اگر به خدا اعتماد کنید، او شما را آرام آرام تغییر می‌دهد.

دلی خوش

«همهٔ روزهای عمر ستمدیدگان مصیبت‌بار است، اما آنان را که دلی خوش است، ضیافت دائمی است.»

(امثال ۱۵: ۱۵)

«دلواپسی‌های منفی و شریrane» احساسات مبهم و تهدیدآمیزی است که گویی پیشامد ناگواری رخ خواهد داد. موردی وجود داشت که دریافتم بیشتر عمرم این احساسات را با خود حمل کرده‌ام. درحقیقت، من با افکار و دلواپسی‌های منفی و شریrane نابود شده بودم.

شاید شما هم این احساسات را داشته باشید. شاید در شرایط بسیار دشواری قرار دارید، اما حتی اگر در چنین شرایطی هم نیستید، باز هم بدبخت به نظر می‌رسید؛ چون افکارتان باعث مسمومیت دید و رؤیای شما شده و توانایی لذت بردن از زندگی و دیدن روزهای خوب را از شما ربوده است.

امثال ۱۵: ۱۵ به شما وعده می‌دهد که لازم نیست این احساسات باقی بمانند. نگرش ایمان، نوعی تمسک به خدا و اعتماد و اطمینان به اوست. این ضیافتی شادمانه در انتظار نیکویی است. به جای ترس از وقوع اتفاقی که پیش‌بینی می‌کنید باعث بدبختی‌تان می‌شود، می‌توانید ایمان داشته باشید که خدا قدرت لذت بردن از آن را به شما خواهد داد. شادی، آرامش، پرهیزکاری و قوت، به واسطهٔ حضور روح‌القدس در شما است. اجازه ندهید نگرانی و اضطراب در زندگی شما حاکم شود. در تمام کارهایی که انجام می‌دهید، از کمک، برکت و قدرت خداوند برخوردار باشید.

با داشتن نگرش مناسب، می‌توانید انرژی لازم برای انجام کارهای روزمره را با خوشحالی فراوان دریافت نمایید.

پیروزی بر اضطراب

«اما اکنون با مردن نسبت به آنچه در قید آن بودیم، از شریعت آزاد شده‌ایم تا از راه نوین روح خدمت کنیم، نه از راه کهنه آنچه نوشته‌ای بیش نیست.»

(رومیان ۷: ۶)

در زندگی مواقعی هست که باید با استرس کنار بیاییم. می‌توانیم بر آن غلبه نماییم، نه اینکه اجازه دهیم او بر ما مسلط شود. با راهنمایی و قدرت روح القدس، می‌توانیم با جایگزینی آسایش به جای استرس، از عهده کار و مسئولیت‌های خود برآییم. هنگامی که دستورات روح را اطاعت می‌کنیم، می‌دانیم که چگونه باید با هر موقعیت روبه‌رو شویم و چه عکس‌العملی نشان دهیم.

شرایطی سر راه همه ما قرار می‌گیرد که باب میل ما نیست. اما با قدرت خدا می‌توانیم شرایط را پشت سر گذاشته و از استرس اجتناب کنیم. هرچه بیشتر به خدا تکیه کنیم و به او توکل نماییم، زندگی آسان‌تر می‌شود. هر موقعیتی در زندگی "آسان" نیست، اما می‌توانیم با آنچه که من آن را "آرامی روح القدس" می‌نامم، از عهده آنها برآییم. به عبارت دیگر، خدا به ما قدرت می‌بخشد تا هر کاری را که لازم است از طریق او انجام دهیم.

خدا ما را راهنمایی می‌کند، اما برای پیروی از رهنمودهایش، باید به او اعتماد کنیم. او هرگز توصیه‌ای به ما نمی‌کند که به سود و پیشرفت ما نباشد. خدا شما را به جایگاه فتح و پیروزی می‌رساند نه موقعیت شکست. باور دارم هنگامی که از او پیروی می‌کنید، اضطراب شما کمتر از گذشته خواهد شد. شاید او شما را وادار کند که کاری را که می‌خواهید، انجام ندهید یا کاری را که نمی‌خواهید، به انجام برسانید، اما اطاعت از راهنمایی و هدایت او، ما را از ادامه راه‌های اشتباه در زندگی و اتلاف وقت و انرژی بازمی‌دارد!

حقیقتاً اطاعت از دستورات روح القدس، استرس را به سرعت از بین می‌برد.

چطور می‌توانم تغییر کنم؟

«و دیگر همشکل این عصر مشوید، بلکه با نو شدن ذهن خود دگرگون شوید. آنگاه قادر به تشخیص اراده خدا خواهید بود؛ اراده نیکو، پسندیده و کامل او.»
(رومیان ۱۲: ۲)

ما بدون خدا و صرفاً از طریق مبارزه و تلاش انسانی، قادر به تغییری در زندگی خود نیستیم؛ بلکه این امر، ناامیدی، نفرت از خود، احساس طردشدگی، گناه، نگرانی و یا کارهای نفس را موجب می‌شود. ما در مسیح خلقتی تازه گشته‌ایم (دوم قرن‌تیاں ۵: ۱۷)، به همین ترتیب همه ما می‌خواهیم خدا را راضی کنیم. می‌خواهیم همان شخصی باشیم که خدا می‌خواهد و همان‌گونه رفتار کنیم که او می‌خواهد، اما برای این که این اتفاق بیفتد، باید نحوه فکر کردن را یاد بگیریم.

تغییر در زندگی شما در نتیجه نو شدن ذهنتان توسط کلام خدا صورت می‌گیرد. تا زمانی که با خدا هم‌عقیده هستید و به آنچه او می‌گوید باور دارید، آرام آرام نحوه فکر کردن شما تغییر می‌کند و سپس سخن گفتن شما و نهایتاً نحوه عملکردتان متفاوت خواهد شد. این روندی است که مرحله به مرحله رخ می‌دهد و پیش‌رونده است. اما زمانی که در حال انجام آن هستید، می‌توانید همچنان این نگرش را داشته باشید که: «من خوبم و در مسیر درست خود قرار دارم!»

در حالی که تغییر می‌کنید، از خودتان لذت ببرید. حینی که از مرحله‌ای به مرحله دیگر می‌روید، سعی کنید از شرایط کنونی خود لذت ببرید. از سفر لذت ببرید! تمام «زمان اکنون» خود را برای تلاش و رسیدن به آینده، هدر ندهید. آرام باشید. بگذارید خدا، خدا باشد. این قدر به خود سخت نگیرید. تغییر کم‌کم اتفاق می‌افتد، اما در این روند، شما هر روز به او نزدیک‌تر می‌شوید.

ما می‌توانیم همان‌طور که هستیم، نزد عیسا بیاییم. او ما را «همان‌گونه که هستیم» می‌پذیرد و از ما آنچه را که باید باشیم، می‌سازد.

صبور باشید

«اما بگذارید پایداری کار خود را به کمال رساند تا بالغ و کامل شوید و چیزی کم نداشته باشید.»

(یعقوب ۱: ۴)

یعقوب به ما تعلیم می‌دهد هنگامی که می‌دانیم درگیر شرایط دشوار هستیم، می‌توانیم خوشحال باشیم؛ چون می‌دانیم که خدا ایمان ما را برای ایجاد صبر و شکیبایی امتحان می‌کند. من دریافته‌ام که آزمایشات در نهایت صبر و تحمل را در من به ارمغان می‌آورد، اما در ابتدا بسیاری از چیزهای بی‌ارزش را به سطح می‌آورند. به نظر می‌رسد که به یاری خدا باید با این صفات غیرالاهی روبه‌رو شویم و با آنها برخورد کنیم؛ زیرا مانع شکیبایی و همچنین ثمرات نیکوی دیگر همچون مهربانی، محبت، فروتنی و چیزهای دیگر می‌شوند.

کتاب مقدس در مورد تطهیر، تقدیس و قربانی صحبت می‌کند. این‌ها کلماتی معمولی نیستند؛ با این وجود مواردی هستند که ما پشت سر می‌گذاریم تا از لحاظ شخصیت مانند عیسا شویم. اشتیاق خدا این است که بدون هیچ کمبودی ما را کامل کند. خدا می‌خواهد ما سرانجام مملو از ثمرات پارسایی شویم که معمولاً ما را مجبور می‌سازد برخی مشکلات را که ناخوشایند هستند، پشت سر بگذاریم اما در نهایت، به بلوغ ما کمک می‌کنند. مدتها با دشواری‌های زندگی دست‌وپنجه نرم کردم تا این که سرانجام دریافتم خدا آنها را برای همیشه حل خواهد کرد و از آنها برای کمک به من در بسیاری از جهات استفاده خواهد کرد. او می‌خواهد من و شما به راحتی تسلیم شویم و بگوییم: «خدایا، من به تو اعتماد دارم. باور دارم هنگامی که این سختی به پایان برسد، من فرد بهتری نسبت به گذشته خواهم بود!»

مهم نیست چه چیزی را پشت سر می‌گذارید، به خدا اعتماد کنید
که هر روز به او نزدیک‌تر می‌شوید!

خدا از طریق دعا، افراد را تغییر می دهد

«بنابراین، پیش از هر چیز، سفارش می کنم که درخواست ها، دعاها، شفاعت ها و شکرگزاری ها برای همه مردم به جا آورده شود.»

(اول تیموتائوس ۲: ۱)

در کتاب خروج باب ۳۲، موسا برای بنی اسرائیل شفاعت کرد تا خشم خدا آن ها را نابود نکند. این مثالی تکان دهنده است که نشان می دهد دعای خالصانه چگونه می تواند شرایط را تغییر دهد.

مواقعی هست که خود را وادار می کنم دعا کنم تا خدا به دیگران رحم کند یا همچنان با آنها همکاری کند و تغییرات لازم را در آنها ایجاد نماید.

همان طور که عیسا به شاگردان خود در باغ جتسیمانی گفت، ما نیز می توانیم «بیدار باشیم و دعا کنیم.» (متا ۲۶: ۴۱). ما این فرصت را داریم که برای یکدیگر دعا کنیم، نه این که همدیگر را قضاوت و از یکدیگر انتقاد نماییم. اگر خدا به ما اجازه می دهد تا نیازهای مردم را تشخیص دهیم، برای این است که بخشی از پاسخ باشیم نه بخشی از مسئله. یادمان باشد که ما کوزه گر نیستیم. اما خدا کوزه گر است و ما مطمئناً نمی دانیم چگونه مردم را «اصلاح» کنیم. ما نمی توانیم مردم را تغییر دهیم، اما می توانیم دعا کرده و شاهد کار خدا باشیم.

هنگامی که مردم، حتا با انتخاب های نادرست خود آسیب و رنج می بینند، اغلب نسبت به حقیقت کور می شوند. ما می توانیم دعا کنیم که چشمانشان باز شود و حقیقت را ببینند تا حقیقت آنها را آزاد کند. افرادی که آسیب می زنند، نیاز دارند که خدا در زندگی آنها مداخله کند، اما اگر نمی دانند چگونه از او درخواست کنند، ما می توانیم در شکافی بین آنها و خدا به عنوان شفیع بایستیم و با دعا شاهد پیشرفت و باز شدن مسیر باشیم.

ما می توانیم دعا کنیم و اجازه دهیم خدا عمل نماید.

ایمان و قناعت

«این را از سر نیاز نمی‌گوییم، زیرا آموخته‌ام که در هر حال قانع باشم.»
(فیلیپیان ۴: ۱۱)

کتاب مقدس به ما می‌آموزد که صرف نظر از شرایط، قناعت کنیم (عبرانیان ۱۳: ۵). مهم نیست چه اتفاقی می‌افتد، نباید از هیچ چیزی ناراحت شویم. به جای آن می‌توانیم درباره‌اش دعا کنیم و نیاز خود را به خدا بگوییم. در حالی که منتظر عمل او هستیم، می‌توانیم برای تمام آنچه خدا از پیش برای ما انجام داده است، شکرگزار باشیم (فیلیپیان ۴: ۶).

دریافته‌ایم که راز قانع بودن در این است که خواسته‌های خود را از خدا بخواهیم؛ زیرا می‌دانیم اگر درست باشد، او آن را در زمان مناسب تحقق می‌بخشد و اگر درست نباشد، او کاری بسیار بهتر از آنچه ما خواسته‌ایم را انجام خواهد داد.

مهم است که یاد بگیریم اگر همواره می‌خواهیم از یک زندگی مسالمت‌آمیز برخوردار باشیم، کاملاً به خدا اعتماد کنیم. ما این فرصت را داریم که به جای انتظار کشیدن برای کاری که او می‌خواهد انجام دهد، بر آنچه خدا در زندگی‌مان انجام داده، تعمق نماییم.

خدا شما را دوست دارد. او خدایی نیکوست که می‌خواهد به شما نزدیک شود. قانع باشید، بدانید که راه او کامل است و پاداش بزرگی برای کسانی که به او اعتماد دارند، به ارمغان می‌آورد. (عبرانیان ۱۰: ۳۵)

خدا در خفا و پشت صحنه کار می‌کند، حتا هنگامی که به نظر می‌رسد هیچ چیز تغییر نخواهد کرد.

خریداری شده توسط خون عیسا

«در او، ما به واسطه خون وی رهایی یافته‌ایم، که این همان آمرزش گناهان است، که آن را به اندازه غنای فیض خود، همراه با حکمت و فهم کامل، به فراوانی به ما بخشیده است.»

(افسیان ۱: ۷-۸)

با صدای بلند به خود بگویید: «من با بهایی خریداری و از گناه پاک شده‌ام؛ بهایی گزاف برای من پرداخت شده است؛ خریداری شده و متعلق به خدا هستم.» شما از گناه و تمام «مرگی» که با خود به همراه دارد، نجات یافته‌اید. نگرانی، اضطراب، ترس، نزاع، تلخی، کینه و عدم بخشش از اشکال مرگ هستند. خون عیسا تنها پادزهر برای مرگ است.

خون عیسا نزد پدر گران‌بهاست و برای ما نیز باید ارزشمند باشد. هر آنچه گران‌بها باشد، چیزی است که از آن محافظت می‌کنیم، مراقبش هستیم و نمی‌خواهیم از آن جدا شویم. خون عیسا ارزشمند است و به ما این اجازه را می‌دهد تا به پدر آسمانی خود نزدیک شویم. با قربانی عیسا، پرده میان خدا و انسان برداشته شد و اکنون ما دسترسی آزاد و فرصتی برای نزدیکی و صمیمیت با خدا داریم (عبرانیان ۱۰: ۱۸-۲۲).

خون عیسا گناهان ما را می‌آمرزد و پیوسته ما را پاک می‌سازد (اول یوحنا ۱: ۹). خون او مانند یک ماده پاک‌کننده قدرتمند است. همان‌طور که خون ما برای پاکسازی بدنمان از هرگونه سم عمل می‌کند، خون عیسا نیز همواره ما را از گناه در تمامی اشکال و مظاهر آن پاک می‌سازد.

به قدرت خون عیسا ایمان داشته باشید تا شما را همواره از تمام اشکال و مظاهر گناه پاک سازد.

کلماتی که می‌گویید

«مرگ و زندگی در قدرت زبان است آنان که دوستش می‌دارند، از میوه‌اش خواهند خورد.»

(امثال ۱۸: ۲۱)

پطرس رسول صریحاً به ما می‌گوید لذت بردن از زندگی و دیدن روزهای خوب و داشتن ذهن و دهانی مثبت با هم در ارتباط هستند. اگر کلام خود را تغییر دهیم، می‌توانیم زندگی خود را نیز تغییر دهیم!

دهان ما آنچه که فکر و احساس می‌کنیم و آن را می‌خواهیم، بیان می‌کند. ذهنمان به ما می‌گوید که چه فکری داشته باشیم، نه لزوماً آنچه خدا فکر می‌کند. تمایلات ما آنچه را که می‌خواهیم، به ما می‌گویند نه آنچه را که خدا می‌خواهد. احساسات ما، آن چیزی را به ما می‌گویند که احساس می‌کنیم، نه آنچه خدا احساس می‌کند. هنگامی که جان ما تطهیر می‌شود، برای انتقال افکار، خواسته‌ها و احساسات خدا آموزش می‌بیند، سپس به جای مرگ شروع به صحبت کردن درباره زندگی و حیات می‌کنیم.

سخنان شما، به عنوان بازتاب افکارتان، این قدرت را دارد که باعث برکت یا نابودی نه‌تنها زندگی شما، بلکه زندگی بسیاری شود. کلام خدا در اول قرن‌تین ۲: ۱۶ تعلیم می‌دهد که ما ذهن مسیح را داریم و افکار، احساسات و اهداف قلبی او را پیش می‌بریم. ما همواره آنها را بروز نمی‌دهیم، اما هر روز در حال رشد هستیم و به شکل مسیح درمی‌آییم. یقین دارم آن که کاری نیکو در شما آغاز کرد، آن را تا روز عیسیای مسیح به کمال خواهد رسانید (فیلیپیان ۱: ۶). هرچه به خدا نزدیک‌تر شویم، سریع‌تر پیروزی را در ذهن، کلام، خلق‌وخو و نگرش‌های بد خود تجربه خواهیم نمود.

مهم نیست تا کجا باید بروید، می‌دانم که می‌توانید تغییر کنید؛ چون من این کار را کرده‌ام. با زمان و «کمک‌های عمیق» روح القدس، توانستم این کار را بکنم، اما ارزشش را داشت.

خدا به شخص مطیع برکت می دهد

«حال اگر واقعاً صدای مرا بشنوید و عهد مرا نگاه دارید، از میان جمیع قوم‌ها، ملک خاص من خواهید بود، زیرا تمامی زمین از آن من است.»

(خروج ۱۹: ۵)

فیض و قدرت خدا برای استفاده ما در دسترس است. خدا ما را قادر می سازد تا با مسح روح القدس، آنچه را که می گوید، انجام دهیم. گاهی اوقات پس از آن که او ما را ترغیب به قدم گذاشتن در مسیر دیگری می کند، ما همچنان بر نقشه اصلی خودمان پافشاری می کنیم. اگر ما کاری را که او تأیید نکرده انجام دهیم، او هیچ وظیفه ای ندارد که انرژی لازم برای انجام آن را به ما بدهد. ما بیش از آن که تحت هدایت روح القدس عمل نماییم، با قدرت خود کار می کنیم. سپس آنقدر ناامید، مضطرب و خسته می شویم که صرفاً با نادیده گرفتن درخواست های روح، کنترل خود را از دست می دهیم.

بسیاری از افراد چون راه خود را به جای راه خدا برگزیده اند، مضطرب و بیش از حد خسته می شوند و نهایتاً در موقعیت های اضطراب زایی که جهتی متفاوت از آنچه خدا خواسته بود تا آن را طی کنند، قرار می گیرند. سپس حین ناطاعتی، از پا درآمده و تلاش می کنند تا آنچه را که خارج از فرمان خدا آغاز کرده اند، به پایان برسانند. این درحالی است که از خدا می خواهند آنها را برکت دهد.

خوشبختانه، خدا بخشنده است و در بحبوحه اشتباهاتمان نیز به ما کمک می کند. اما برای ناطاعتی، به ما قدرت و انرژی نمی دهد. ما می توانیم به سادگی با اطاعت از خواسته روح القدس در تمامی لحظات، از شرایط پر استرس اجتناب کنیم.

اطاعت بیشتر، همواره برابر با استرس کمتر است!

شفای احساسات آسیب‌دیده

«روح خداوندگان پیهوه بر من است،؛ زیرا که خداوند مرا مسح کرده است تا فقیران را بشارت دهم؛ او مرا فرستاده تا دلشکستگان را التیام بخشم، و آزادی را به اسیران و رهایی را به محبوسان اعلام کنم.»

(اشعیا ۶۱: ۱)

شفای احساسات، موضوع بسیار مهمی است، چون زندگی درونی ما مهم‌تر از زندگی بیرونی است. رومیان ۱۴: ۱۷ ما را آگاه می‌سازد: «چون پادشاهی خدا خوردن و نوشیدن نیست (چیزهای ظاهری نیست)، بلکه پارسایی، سلامتی و شادی در روح‌القدس (چیزهای درونی) است.» همچنین، لوقا ۱۷: ۲۱ می‌گوید: «پادشاهی خدا در میان شماست.»

به خاطر سوءاستفاده‌هایی که در کودکی از من شده بود، برای مدت طولانی «زندانی احساسات» بودم، اما خدا مرا شفا داد و با محبت خود تبدیل نمود. او همین کار را برای شما نیز انجام می‌دهد.

خداوند در اشعیا ۶۱ می‌گوید که آمده تا شکسته‌دلان را التیام بخشد. فکر می‌کنم این قسمت به افرادی اشاره دارد که از درون شکسته شده‌اند، کسانی که از درون خود خرد و زخمی شده‌اند. عیسا می‌خواهد شما را از ویرانی احساسی بیرون آورده و به مکانی سالم، درست و نزدیک به خدا هدایت کند. او را به هر بخشی از دل و جان خود دعوت کنید و بگذارید کار شفا درون شما آغاز شود!

خدا با شما در همان جایی که هستید، ملاقات می‌کند و کمک می‌کند تا به جایی که باید باشید برسید.

منتظر خداوند باشید

«چون لازم است پایداری کنید تا آنگاه که اراده خدا را به انجام رساندید، وعده را بیاپید.»

(عبرانیان ۱۰: ۳۶)

مسیحیان ناراضی و ناکام بسیاری در جهان وجود دارند، فقط به این دلیل که به جای آن که با صبر و شکیبایی منتظر باشند تا خدا در زمان و به روش خودش عمل کند، خودشان در تلاش برای تحقق چیزی هستند. ما عجله می‌کنیم، اما خدا این‌طور نیست.

فروتنی می‌گوید: «خدا بهترین را می‌داند و دیر نمی‌کند!» غرور می‌گوید: «من اکنون آماده‌ام. می‌خواهم همه چیز آن‌طور که می‌خواهم بشود.» شخص فروتن با شکیبایی صبر می‌کند؛ در واقع «ترسی فروتنانه» از عمل کردن با قدرت جسمانی خود دارد. صبر و شکیبایی، توانایی حفظ نگرش مثبت حین انتظار کشیدن است. اما شخص مغرور، یکی پس از دیگری، چیزهایی را امتحان می‌کند که همه بی‌فایده‌اند. در ریشه‌ناشکیبایی، غرور جای گرفته است.

صبر ثمره روح القدس است که با وجود آنچه در زندگی ما می‌گذرد، نگرشی آرام و مثبت را بروز می‌دهد. فکر نکنید می‌توانید تمام مشکلات خود را حل کنید یا بر مشکلات درونی خود غلبه یابید. هنگامی که خود را زیر دست زورآور خدا فروتن می‌سازید، نسبت به طریق و زمان‌بندی خود می‌میریم و با اراده و طریق خدا زنده می‌شویم.

تنها از طریق صبر و استقامت در ایمان است که وعده‌های خدا را دریافت می‌کنیم.

شما در جایگاه دعا هستید

«ما فقط همکارانی هستیم متعلق به خدا، و شما مزرعه و ساختمانی متعلق به خدایید.»

(اول قرنتیان ۳: ۹)

در عهد عتیق، معبد (هیكل) خانه خدا، جایگاه دعای قومش بنی اسرائیل بود. معبد سه قسمت داشت، یکی از آنها قدس الاقداس بود که جایگاه حضور خدا بود! اکنون به گونه‌ای شگفت‌انگیز، روح تازه و تقدیس‌شده ما جایگاه حضور اوست. مطابق عهد جدید، پولس رسول به ما می‌گوید که حضور خدا اکنون رازی مکاشفه شده است که مربوط به وجود مسیح در ماست که «امید جلال» است (کولسیان ۱: ۲۷). به دلیل اتحادی که اکنون با مسیح دارید، می‌توانید به خدا نزدیک شوید؛ چون معبد زنده خدا هستید. شما مسکن روح القدس هستید؛ ساختمانی که هنوز در دست ساخت است، اما با این وجود خانه و خیمه اوست. پولس تلاش فراوانی می‌کند تا ما را به داشتن زندگی مقدس تشویق کند؛ چون ما معبد خدا هستیم.

از آنجایی که بنی اسرائیل برای انجام عبادت خود با دستورالعمل‌های دقیق مجبور بود به مکان خاصی برود، ما این امتیاز باورنکردنی را یافته‌ایم که خدا را در هر مکان و زمانی پرستش نماییم. بنابراین، می‌توانیم خانه دعا خوانده شویم.

ما همواره به خدا نزدیک هستیم؛ چون او در ما ساکن است!

خدا به فکر شماست

«همه نگرانی‌های خود را به او بسپارید؛ زیرا او به فکر شما هست.»

(اول پطرس ۵: ۷)

دلواپسی، اضطراب و نگرانی، تأثیرات مثبتی بر زندگی ما ندارند و راه‌حلی برای مشکلات نیستند. برای رسیدن به سلامتی و آرامی، کمکی به ما نمی‌کنند و مانع رشد ما در کلام خدا می‌شوند.

یکی از طریق‌هایی که شیطان کلام خدا را از دل ما می‌دزد، نگرانی است. کتاب مقدس می‌گوید ما باید نگرانی‌های خود را به خدا بسپاریم و این کار با دعا انجام می‌شود. ما نمی‌توانیم از عهده مشکلات خود برآییم؛ برای این کار ساخته نشده‌ایم. ما توسط خدا آفریده شده‌ایم تا به او وابسته باشیم، چالش‌های خود را به حضور او بیاوریم و به او اجازه دهیم درباره آنها به ما کمک کند.

حکیمانه نیست که خودمان نگرانی‌های زندگی را به عهده بگیریم. نگرانی ما نشانه غرور است. این امر نشان می‌دهد که گمان می‌کنیم می‌توانیم مشکلات خود را حل کنیم و نیازی به خدا نداریم.

ما فروتنی خود را با تکیه بر خدا نشان می‌دهیم. دلواپسی، اضطراب و نگرانی، نشانه تکیه و اعتماد بر خدا نیست، بلکه آنها با وجود خود، تنها اعلام می‌کنند که ما سعی در مراقبت از خود داریم.

برای هر چیز دعا کنید و نگران هیچ چیز نباشید. بدین ترتیب، بسیار بیشتر از زندگی لذت خواهید برد.

نگرانی مثل تکان خوردن روی صندلی گهواره‌ای است، شما را تکان می‌دهد، ولی به جایی نمی‌رساند.

به شباهت مسیح

«زیرا آنان را که از پیش شناخت، ایشان را همچنین از پیش معین فرمود تا به شکل پسرش درآیند، تا او فرزند ارشد از برادران بسیار باشد.»

(رومیان ۸: ۲۹)

بهترین هدف یک مسیحی، به شباهت مسیح درآمدن است. عیسا نمایانگر تصویر پدر است و ما فراخوانده شده‌ایم تا طریق او را دنبال نماییم. او به عنوان بنیان‌گذار ایمان ما آمد تا به ما نشان دهد چگونه می‌توانیم زندگی کنیم. ما این فرصت را داریم که با مردم همان‌گونه رفتار کنیم که عیسا می‌کرد. هدف ما این نیست که ببینیم چقدر می‌توانیم در تجارت موفق باشیم یا چقدر می‌توانیم مشهور باشیم.

هدف، موفقیت، شهرت یا حتا ایجاد خدمتی بزرگ نیست، بلکه به شباهت عیسا می‌تواند درآمدن است. بلوغ روحانی یا به شباهت مسیح درآمدن را نمی‌توان بدون «مرگ نفس» به دست آورد. این یعنی زمانی که خواست ما و اراده خدا با هم در تضاد هستند، به سادگی به خدا بله و به خود نه بگوییم. عیسا به شاگردان خود گفت که اگر می‌خواهند از او پیروی کنند، باید هر روزه صلیب خود را حمل کنند.

برای پیروی از مسیح و شبیه او شدن، ما هستیم که انتخاب می‌کنیم خواسته‌ها، برنامه‌ها و طریق‌های خود را فراموش کرده و به جای آن، به او اعتماد کنیم تا اراده‌اش را به ما نشان دهد. اراده او همواره موجب شادی و رضایتی عمیق می‌شود.

شما سفیران خدا هستید، نمایندگان نیکوی او باشید.

نبرد ذهن

«زیرا ما را کشتی گرفتن با جسم و خون نیست، بلکه ما علیه قدرت‌ها، علیه ریاست‌ها، علیه خداوندگاران این دنیای تاریک، و علیه فوج‌های ارواح شریر در جای‌های آسمانی می‌جنگیم.»

(افسیان ۶: ۱۲)

مطالعه دقیق افسسیان ۶ به ما تعلیم می‌دهد که ما در جنگ هستیم و جنگ ما با انسان‌ها نیست، بلکه با شریر است. دشمن ما، شیطان، با دروغ و نیرنگ از طریق برنامه‌های دقیق و فریب‌کاری‌های عمدی سعی در شکست ما دارد.

او به واسطهٔ بمباران ذهنی ما با الگویی هوشمندانه از اندیشه‌های آزاردهندهٔ کوچک، سوءظن‌ها، تردیدها، ترس‌ها، نگرانی‌ها، استدلال‌ات و نظریه‌ها شروع می‌کند. او به آرامی و با احتیاط حرکت می‌کند. به یاد داشته باشید که او برنامه‌ای برای جنگ خود دارد.

شیطان برای مدت طولانی ما را تحت نظر دارد و می‌داند چه چیزهایی را دوست داریم و چه چیزهایی را دوست نداریم. او از احساس عدم امنیت، نقاط ضعف و ترس‌های ما آگاه است. او می‌داند چه چیزی بیشتر ما را آزار می‌دهد و حاضر است هر زمان برای شکست ما سرمایه‌گذاری کند. اما ما می‌توانیم از طریق قدرت روح القدس و با یادگیری حقیقت کلام خدا در مقابل دشمن مقاومت کنیم!

شما به واسطهٔ مسیح که شما را دوست دارد، برتر از پیروزمندان هستید!

آرام باشید و خدا را بشناسید

«بازایستید و بدانید که من خدا هستم؛ در میان قوم‌ها متعال، و در جهان متعال هستم.»

(مزمور ۲۶: ۱۰)

امروزه بسیاری از افراد، از یک مشغله به مشغله دیگر روی می‌آورند و به فعالیت و کار، اعتیاد دارند و من نیز قبلاً یکی از این افراد بودم!

مدتها احساس می‌کردم باید دائماً کاری برای انجام دادن پیدا کنم، یا در هر کاری سرک بکشم و جزوی از آن باشم. فکر می‌کردم نمی‌توانم چیزی را از دست بدهم، تنها به این خاطر که چیزی درباره‌ی آن نمی‌دانم. به عبارتی، نمی‌توانستم آرام باشم؛ باید کاری انجام می‌دادم؛ گویی آفریده شده بودم که دائماً مشغول باشم.

خوشبختانه دریافتم اگر ما کناری بایستیم و امور را خودمان به دست نگیریم، خواهیم دید که قدرت شگفت‌انگیز خدا در زندگی ما کار می‌کند. اغلب تحت فشار قرار می‌گیریم به این خاطر که تلاش می‌کنیم کارهایی را انجام دهیم که تنها خدا قادر به انجام آنهاست. خدا می‌خواهد ما را راهنمایی کند، اما ما باید برای درک هدایت او آرام باشیم! هر روز برای گوش سپردن به او وقت بگذارید.

ما دو گوش داریم و تنها یک دهان، پس حتماً خدا قصد دارد که بیش از حرف زدن، گوش بسپاریم. هنگامی که برنامه و ایده‌ای داریم، می‌توانیم آنها را به خدا تسلیم نماییم (به او اعلام کنیم) و مطمئن باشیم که در آن برنامه، آرامش داریم!

خدا عالی‌ترین و بهترین‌های خود را به کسانی می‌دهد که به او اعتماد می‌کنند. آرام باشید و به او اجازه دهید تا قدرت خود را در زندگی شما آشکار سازد.

هر بار یک قدم

«یقین دارم آن که کاری نیکو در شما آغاز کرد، آن را تا روز عیسیای مسیح به کمال خواهد رسانید.»

(فیلیپیان ۱: ۶)

هنگامی که در مورد شفای زخم‌های عاطفی صحبت می‌کنیم، دوست دارم چندین بند کفش با رنگ‌های مختلف را که به هم گره خورده‌اند بالا بگیرم و به حضار بگویم: «این شما هستید، زمانی که خدا برای اولین بار روند تحول را در شما آغاز می‌کند. گره خورده بودید. هر گره، نشان‌دهندهٔ مشکلی متفاوت در زندگی شماست که از آنچه پشت سر گذاشته‌اید، ایجاد شده است. باز شدن گره‌ها و برطرف کردن این مشکلات ممکن است نیاز به وقت و تلاش داشته باشد، پس اگر یکدفعه اتفاقی نیفتاد، دلسرد نشوید.»

اگر می‌خواهید شفا را دریافت کنید و وارد فضای درستی شوید، باید بدانید که بهبودی یک روند است. به خداوند اجازه دهید به شیوه خودش و در زمان مناسب، با شما و مشکلاتتان روبه‌رو شود. سهم شما این است که در هر بخشی که او مناسب می‌بیند از آنجا روند درمان را شروع کند، با او همکاری نمایید.

ما در جامعهٔ مُدرن و شتابزده امروزی، انتظار داریم همه‌چیز سریع و آسان باشد. خداوند عجله ندارد و هرگز ما را ترک نمی‌کند. گاهی ممکن است به نظر برسد که هیچ پیشرفتی ندارید؛ زیرا خداوند گره‌های شما را یک به یک باز می‌کند. در روند این درمان، یاد می‌گیریم که به خدا اعتماد کنیم و رابطه‌ای نزدیک و صمیمی با او ایجاد نماییم. خدا همواره کاری را که شروع می‌کند، به پایان می‌رساند و شما آزادی و پیروزی را در زندگی خود خواهید دید!

تسلیم نشوید!

انتخاب پایداری

«از این رو، تو را یادآور می‌شوم که آن عطای خدا را که به واسطه دست گذاشتن من، در تو جای گرفته، شعله‌ور سازی. زیرا روحی که خدا به ما بخشیده، نه روح ترس، بلکه روح قوت و محبت و انضباط است.»

(دوم تیموتائوس ۱: ۶-۷)

این آیات در روزهای سخت یادآوری می‌کند که برای تحقق بخشیدن به خواندگی خدا در زندگی خود، باید استقامت داشته باشیم. زمانی که می‌خواهیم تسلیم شویم، تنها به یاد داشته باشید که خدا به شما قدرت بخشیده است.

از آیه امروز می‌فهمیم تیموتائوس خادمی جوان بود و به راحتی احساس می‌کرد که باید تسلیم شود. آتشی که یک بار در درونش روشن شده بود، شروع به سرد شدن کرد. کلیسا در آن روزها آزار و اذیت زیادی را تجربه می‌کرد و تیموتائوس ترس‌های بسیاری داشت. شاید احساس خستگی و این که هر چیزی بر سرش خراب شده، بر او غلبه یافته بود. او به جایی رسید که می‌بایست تشویق می‌شد تا ایمان خود را برانگیزاند.

پولس می‌گفت: «تیموتائوس، شاید احساس طردشدگی کنی، اما من آنچه در زندگی برای آن فراخوانده شده‌ای را به تو یادآوری می‌کنم. قدرت روح القدس را به یاد آورید که زندگیتان را تغییر داد. او به شما روح قدرت، محبت، انضباط و خویشتنداری را می‌بخشید.» پولس، تیموتائوس را تشویق می‌کرد تا پایدار و ثابت قدم باشد.

اگر ثابت داشته باشیم، حتی در صورتی که مشکلی داشته باشیم و احساس خوبی نکنیم، باز کار درست را انجام می‌دهیم. تشویقتان می‌کنم که امروز می‌توانید هر آنچه لازم است را انجام دهید. در مسیح، آنچه لازم است را دارید!

تسلیم شدن تنها گزینه برای کسانی است که قصد شکست در زندگی را دارند.

نحوه دعای مؤثر

«اگر چیزی به نام من از من بخواهید، آن را انجام خواهم داد.»

(یوحنا ۱۴: ۱۴)

در دعای خود به مرحله‌ای رسیده بودم که احساس ناامیدی می‌کردم؛ پس در آن مورد، خدا را طلبیدم. می‌خواستم این اطمینان را داشته باشم که دعاهايم مؤثر هستند. می‌خواستم مطمئن باشم هنگامی که دعا می‌کنم، قدرت در مورد شرایطی که برای آن دعا کرده‌ام، آشکار می‌شود. من خواهان چنین مواردی بودم اما صادقانه بگویم، اطمینان و اعتمادی نداشتم.

شیطان می‌خواهد اعتماد ما را در رابطه با دعا برابرد. بسیاری از مردم همان ناامیدی و ناکامی را که من احساس می‌کردم، ابراز می‌کنند. آنها دعا می‌کنند اما تمام مدت در فکر این هستند که آیا دعایشان مؤثر بوده یا نه. چه مشکلی وجود دارد؟ من معتقدم که ما اشتباهاً فکر می‌کنیم برای برخورداری از قدرت دعا باید کامل باشیم؛ اما این‌طور نیست. به همین دلیل نام عیسا به ما داده شده و در نام او می‌توانیم دعا کنیم!

هنگامی که در نام عیسا دعا می‌کنیم، تمام آنچه که عیسا هست نه آنچه ما هستیم را به خدای پدر تقدیم می‌کنیم. خوشبختانه، من به نام جویس دعا نمی‌کنم، اگر این کار را می‌کردم، هرگز به نتیجه‌ای نمی‌رسیدم! روح القدس به ما کمک می‌کند تا همان‌طور که لازم است دعا کنیم و نام عیسا جواب آن را تضمین می‌کند! در دعا جسور باشید، زیرا نام عیسا بالاتر از هر نام دیگری است و با اعلام نام او، هر زانویی باید خم شود (فیلیپیان ۲: ۱۰).

جسورانه دعا کنید و منتظر نتیجه باشید!

سادگی فیض

«اما به فیض خدا آنچه هستم، هستم و فیض او نسبت به من بی‌ثمر نبوده است. برعکس، من از همه آنها سخت‌تر کار کردم، اما نه خودم، بلکه آن فیض خدا که با من است.»

(اول قرن‌تینان ۱۵: ۱۰)

هیچ چیزی قدرتمندتر از فیض خدا نیست. همه چیز در کتاب مقدس، نجات، پری روح‌القدس، صمیمیت با خدا و تمام پیروزی در زندگی روزانه ما، بر این اساس است. بدون فیض ما هیچیم، هیچ نداریم و هیچ کاری نمی‌توانیم بکنیم.

فیض خدا پیچیده و گیج‌کننده نیست. در حقیقت، آنقدر ساده است که بسیاری از ما معنای واقعی آن را از دست داده و در نهایت زندگی خود را به شکلی باورنکردنی پیچیده می‌سازیم. می‌دانم که من نیز همین کار را می‌کردم.

با خواندن کلام خدا، نیاز به تغییر در زندگی خود را به طور پیوسته می‌دیدم. اما نمی‌دانستم که فیض خدا می‌تواند آن تغییرات را ایجاد کند. نمی‌دانستم چطور به روح‌القدس اجازه دهم زندگی مرا پُر سازد و باعث وقوع آن اتفاقات در زندگی شود. بنابراین سعی می‌کردم خودم و سایر موارد زندگی را با قدرت خود تغییر دهم. نتایج فراتر از ناامیدی بود و از نظر احساسی، تخریب‌کننده!

هنگامی که فیض خدا را دریافتم، فهمیدم کاری را که هرگز به تنهایی نمی‌توانم انجام دهم، با قدرت او و با خیالی آسوده می‌توانم به انجام برسانم. این موضوع زندگی مرا تغییر داد و زندگی شما را نیز می‌تواند تغییر دهد.

بگذارید همه کارهایی که در زندگی انجام می‌دهید، «به واسطه فیض و از طریق ایمان» باشد تا با آرامش و شادی زندگی نمایید!

هیچ گناه یا محکومیتی نیست

«پس اکنون برای آنان که در مسیح عیسا هستند، دیگر هیچ محکومیتی نیست، زیرا در مسیح عیسا، قانون روح حیات مرا از قانون گناه و مرگ آزاد کرد.»
(رومیان ۸: ۱-۲)

یکی از مشکلات مهم بسیاری از ایمانداران، بازگشت احساس گناه و محکومیت به خاطر گناهان گذشته است که به خاطر آنها بخشیده شده‌اند. بزرگترین لذت شیطان این است که احساس بدی نسبت به خود داشته باشیم و یکی از راه‌های او ایجاد احساس گناه در ماست. حتا اگر از طریق گناهی ساختگی باشد، ما آن را می‌پذیریم و تحت تأثیر آن قرار می‌گیریم.

کتاب مقدس به ما تعلیم می‌دهد که از طریق خون عیسا، از بخشش و آزادی کامل از محکومیت برخوردار هستیم. نیازی نیست گناه خود را بر قربانی او بر صلیب اضافه کنیم. او کافیت.

اگر شیطان سعی دارد آن گناه را به شکل تقصیر و محکومیت دوباره به ذهنتان بیاورد، به او اعلام کنید: «من به خاطر این گناه بخشیده شده‌ام! به آن رسیدگی شده، پس دیگر کاری به آن ندارم!» آن وقت خواهید دید که با صدای بلند صحبت کردن، برایتان بسیار مفید بوده؛ چون با این کار، موضع خود را بر کلام خدا اعلام می‌کنید. به دشمن اعلام کنید که مسیح شما را آزاد کرده است.

به اتهامات و دروغ‌های شیطان گوش ندهید. یاد بگیرید که با اعلام حقیقت پاسخ او را بدهید.

لطف ماوراءطبیعی

«زیرا تو، خداوندا، پارسایان را برکت می‌دهی و آنان را با لطف خود چون سپر احاطه می‌کنی.»

(مزمور ۵: ۱۲)

هنگامی که برای نخستین بار خدمت را شروع کردم، ترسیده بودم. از طرد شدن می‌ترسیدم. آن موقع، برای یک زن انجام آنچه من انجام می‌دادم، حتا محبوبیت کمتری نسبت به واعظان زن امروزی که بیشتر مورد قبول هستند، داشت. بنابراین فروتن شدم و شروع به صحبت کردم و رفتاری را که فکر می‌کردم از من انتظار می‌رود، از خود بروز دادم.

مشکل این بود که من تلاش می‌کردم از طریق کارهای خودم توجه مردم را جلب کنم و این کار جواب نمی‌داد. تلاش برای جلب توجه از طریق خود، نه تنها کار سختی است، بلکه اغلب بی‌معناست. هر چه بیشتر تلاش کنید، افراد کمتری جذب شما می‌شوند.

آن موقع، چیزی در مورد لطف ماورای طبیعی نمی‌دانستم. نمی‌دانستم لطف، بخشی از فیض است. در حقیقت، در عهد جدید به زبان انگلیسی، کلمات «فیض» و «لطف» هر دو از همان کلمه یونانی charis گرفته شده‌اند. بنابراین فیض خدا همان لطف خداست و فیض خدا باعث می‌شود آنچه باید در زندگی ما اتفاق بیفتد، به وقوع بپیوندد. فیض قدرتی است که خدا از طریق ایمان برای انجام کاری که به تنهایی قادر به انجامش نیستیم، به ما می‌بخشد. این امر، با قدرت یا توانایی انسان امکان‌پذیر نیست، بلکه به واسطه روح القدس است که ما لطف را دریافت می‌کنیم. با فیض روح خداست که مورد لطف خدا و انسان قرار می‌گیریم.

هر روز با صدای بلند اعلام کنید که ایمان دارید مورد لطف خدا قرار گرفته‌اید که از طریق او مورد لطف انسان نیز قرار خواهید گرفت! (امثال ۳: ۴)

انهدام دژها

«چراکه اسلحه جنگ ما دنیوی نیست، بلکه به نیروی الاهی قادر به انهدام دژهاست.»
(دوم قرن تیان ۱۰: ۴)

شیطان از طریق نقشه دقیق و فریبی زیرکانه، سعی در ایجاد «دژهایی» در ذهن ما دارد. دژ، حوزه‌ای است که به دلیل افکار خاصی در آن اسیر (زندانی) می‌شویم. دژها دروغ‌هایی هستند که باور کرده‌ایم.

پولس رسول می‌گوید که برای غلبه بر دژهای شیطان، به سلاح‌های روحانی نیاز داریم. با استفاده از سلاح‌های خود، دروغ‌ها، استدلال‌ات، دلایل و برهان‌های شیطان را رد می‌کنیم و هر چیز دیگری که می‌خواهد در برابر حقیقت کلام خدا قدم علم کند را نفی می‌کنیم. ما باید افکار خود را به اسارت درآورده و از زیاده‌روی در افکار تجملاتی و اندیشیدن درباره هر فکری که ما را به زیر می‌کشد، خودداری کنیم (دوم قرن تیان ۱۰: ۵).

اسلحه اصلی که ما با آن می‌جنگیم، کلام خداست که به شیوه‌های مختلف از جمله: موعظه، تعلیم، سرود، اعتراف، تعمق، نوشتن و خواندن به کار گرفته می‌شود. آگاهی از کلام خدا ذهن ما را تازه می‌سازد و به ما می‌آموزد که به روشی کاملاً جدید فکر کنیم. این امر، دژهای قدیمی را از بین خواهد برد؛ دژهایی که ما را در بند نگاه داشته‌اند.

هیچ‌کس بدون آن که شاگرد راستین کلام خدا باشد، نمی‌تواند
زندگی پیروزمندانه‌ای داشته باشد.

عیسا، سرور آرامش

«برای شما آرامش به جا می‌گذارم؛ آرامش خود را به شما می‌دهم. آنچه من به شما می‌دهم، نه چنان است که جهان به شما می‌دهد. دل شما مضطرب و هراسان نباشد.»

(یوحنا ۱۴: ۲۷)

هنگامی که اضطراب داریم، معمولاً سعی می‌کنیم موارد مشکل‌زا را از بین ببریم. اما منشاء اضطراب در واقع مشکلات، شرایط و موقعیت ما نیستند. اضطراب زمانی ایجاد می‌شود که ما به جای ایمان به عیسا مسیح، سرور آرامش، با دید دنیایی به مشکلات می‌پردازیم.

این خون عیسا بود که آرامش را برای ما خریداری کرد. آرامش به عنوان هدیه‌ای از طرف او به ما تعلق گرفت، اما ما باید مایل باشیم که رویکرد خود را نسبت به زندگی تغییر دهیم. نمی‌توانیم اضطراب، ناامیدی، تلخی، نزاع و رنجش یا برخوردی سخت‌گیرانه و قانونی داشته باشیم و از آرامش خدا نیز لذت ببریم.

حتا اگر با مسائلی ناراحت‌کننده روبه‌رو شویم، می‌توانیم آرامش عیسا را داشته باشیم؛ زیرا او بر دنیا غلبه یافته و قدرت آسیب رساندن به ما را از دنیا گرفته است (یوحنا ۱۶: ۳۳). او به ما قدرت داده تا اجازه ناراحت شدن یا به هم ریختن به خود ندهیم. آرامش در دسترس ماست؛ تنها کاری که همه ما باید انجام دهیم، این است که آن را برگزینیم!

سرور آرامش -عیسا- در افرادی که او را پذیرفته‌اند، ساکن است. او ما را می‌شناسد و اعمال خاصی را برایمان آشکار می‌کند تا با انجام آنها در هر شرایطی به آرامش برسیم.

اگر روزی را در آرامش او سپری کنیم، از کاری که در مسیح قادر به انجام آن خواهیم بود، شکفت زده می‌شویم.

عیسا و احساسات

«زیرا کاهن اعظم ما چنان نیست که نتواند با ضعف‌های ما همدردی کند، بلکه کسی است که از هر حیث همچون ما وسوسه شده است، بدون این که گناه کند.»
(عبرانیان ۴: ۱۵)

به گفته نویسنده عبرانیان، عیسا هر احساسی را تجربه کرد و هر احساسی را که من و شما متحمل می‌شویم، او نیز بدون این که گناه کند، متحمل شده است. او گناه نکرد؛ چون در برابر احساسات اشتباه خود تسلیم نشد. او از کلام خدا در همه زمین‌های زندگی آگاه بود؛ چون سال‌های قبل از آغاز خدمتش، به مطالعه آن پرداخته بود. اگر من و شما شناخت کاملی از کلام خدا نداشته باشیم، هرگز نمی‌توانیم به احساسات خود نه بگوییم.

هنگامی که شخصی به من آسیب می‌زند و احساس خشم و ناراحتی می‌کنم، چنین دعا می‌کنم: «عیسا، بسیار خوشحالم که درک می‌کنی چه احساسی دارم و مرا به خاطر چنین احساسی، محکوم نمی‌کنی. نمی‌خواهم احساساتم را تخلیه کنم. به من کمک کن تا کسانی را که به من صدمه زده‌اند، ببخشم و مطابق خودشان با آنها رفتار نکنم، از آنها دوری نکنم و یا به دنبال جبران آسیب‌هایی که به من زده‌اند، نباشم.»

مهم نیست کی و چگونه وسوسه به سراغ من می‌آید، خدا ما را قادر ساخته تا در برابر آن مقاومت کنیم. اما باید کلام او را بدانیم و برای کمک، به او تکیه کنیم. ما نمی‌توانیم این کار را با قدرت خود انجام دهیم. این کلام و روح اوست که ما را قادر می‌سازد تا در برابر وسوسه مقاومت نماییم! احساس وسوسه شدن اشتباه نیست، اما اگر تسلیم آن شویم، اشتباه است.

احساسات خود را مدیریت کنید؛ اجازه ندهید آنها شما را کنترل کنند!

احساسات ناپایدار^[۱] را متوقف کنید

«اما ثمره روح، محبت، شادی، آرامش، صبر، مهربانی، نیکویی، وفاداری، فروتنی و خویشتنداری است. هیچ شریعتی مخالف اینها نیست.»

(غلاطیان ۵: ۲۲-۲۳)

سال‌هایی را به یاد دارم که در آن دوران، اسم خود را «مسیحی یو-یوگونه» گذاشته‌ام. از نظر احساسی دائماً بالا و پایین می‌شدم. اگر همسرم، دیو، کاری را که دوست داشتم انجام می‌داد، خوشحال بودم. اگر کاری را که دوست داشتم انجام نمی‌داد، عصبانی می‌شدم. هنوز یاد نگرفته بودم که چگونه توسط روح‌القدس هدایت شوم؛ پس اجازه می‌دادم احساساتم، رفتارم را کنترل کنند. بیش از هر چیز دیگری، ایمانداران به من می‌گویند که چه احساسی دارند: «احساس می‌کنم هیچ‌کسی مرا دوست ندارد»، «احساس می‌کنم همسرم با من درست رفتار نمی‌کند»، «احساس می‌کنم هرگز شاد نخواهم بود»، «احساس می‌کنم... احساس نمی‌کنم...» و مدام چنین حرف‌هایی در سرم می‌پیچید.

خدا می‌خواهد درک کنیم که احساسات ما هرگز از بین نمی‌روند، بنابراین باید یاد بگیریم که آن‌ها را مدیریت کنیم؛ نه اینکه اجازه دهیم آنها ما را کنترل کنند. می‌توانیم خویشتنداری را تجربه کنیم و اجازه ندهیم نفس بر ما غالب شود. هیچ یک از ما همه آنچه را می‌خواهد، به دست نمی‌آورد، لزوماً چنین اتفاقی نمی‌افتد. یک ایماندار بالغ از نظر روحانی، حتا هنگامی که به خواسته خود نرسد، می‌تواند آرام و شاد باشد. می‌توانیم انتخاب کنیم که به خودمان بگوییم: نمی‌توانیم هر چه می‌خواهیم بگوییم را بگوییم، یا هر چه می‌خواهیم بخوریم را بخوریم، یا همیشه آنچه را احساس می‌کنیم، انجام دهیم. اجازه دهید روح‌القدس به شما کمک کند تا کاری را که درست است، بدون توجه به احساسات خود انجام دهید!

ما به عنوان مسیحیان، به جای تمرکز بر احساسات خود، می‌توانیم بر حقیقت کلام خدا متمرکز شویم.

۱ در ترجمه اصلی احساس ناپایدار به بازی Yo-Yo که دائماً در حال بالا و پایین شدن است، تشبیه شده. (مترجم)

دعای شخص پارسا

«ایلیا انسانی بود همچون ما، اما چون با تمام وجود دعا کرد که باران نیارد، سه سال ونیم باران بر زمین نیارید.»

(یعقوب ۵: ۱۷)

یعقوب به ما می‌گوید که دعای شخص «عادل»، نیرومند است (یعقوب ۵: ۱۶). چنین شخصی برای نجات و آمرزش گناهان به عیسا ایمان آورده و مورد محکومیت نیست؛ کسی که به خدا و قدرت دعا باور دارد، به معنای شخصی بی‌نقص نیست. ایلیا مرد خدا بود که همیشه رفتار کامل و بی‌نقصی نداشت، اما اجازه نمی‌داد که نواقصش اعتماد او به خدا را بریابد. ایلیا ایمان داشت، اما گاهی اوقات ترس هم در زندگی‌اش بود. او مطیع بود، اما در برخی موارد نیز نافرمانی می‌کرد. او خدا را دوست داشت و می‌خواست اراده خدا را به جا آورد، اما گاهی تسلیم نقاط ضعف انسانی می‌شد و تلاش می‌کرد از عواقب آن جلوگیری کند.

در کتاب اول پادشاهان باب ۱۸، او را می‌بینیم که با قدرت عظیم خود، آتش را از آسمان فرومی‌کشد و ۴۵۰ نفر از انبیای بت بعل را هلاک می‌کند. پس از آن، بلافاصله می‌بینیم که با ترس از دست ایزابل فرار می‌کند، منفی‌باف و افسرده می‌شود و حتا می‌خواهد بمیرد.

مانند بسیاری از ما، ایلیا نیز گاهی اوقات اجازه می‌دهد احساساتش حرف اول را بزنند. او دقیقاً مثل ما یک انسان بود و با این حال باقوت دعا می‌کرد. نمونه او باید «قدرت کتاب مقدسی» کافی به ما بدهد تا هنگامی که این احساسات در ما ایجاد می‌شوند و به ما می‌گویند به دلیل نقاط ضعف و نقص خود قادر نیستیم با قدرت دعا کنیم، بتوانیم این احساس محکومیت را شکست دهیم.

هرگز قدرت دعای با ایمان، مؤثر و پرشور را دست کم نگیرید.

فیضی فزون‌تر

«اما فیضی که او می‌بخشد، بس فزون‌تر است. از همین رو کتاب می‌گوید: خدا در برابر متکبران می‌ایستد، اما فروتنان را فیض می‌بخشد.»

(یعقوب ۴: ۶)

همه انسان‌ها تمایلاتی شریانه دارند، اما یعقوب به ما تعلیم می‌دهد که خدا برای پاسخگویی به این تمایلات، فیضی فزون‌تر به ما می‌بخشد.

من بیشتر زندگی مسیحی خود را صرف تلاش برای غلبه بر انگیزه‌ها و اهداف نادرست خود کرده‌ام. اما تمام تلاش‌هایم ناامیدی بسیاری به همراه داشت. مجبور شدم به جایگاهی از تواضع برسم و یاد بگیرم که خدا برای فروتنی فیض می‌بخشد نه برای غرور و تکبر. او به فروتنانی که درخواست می‌کنند، یاری می‌رساند.

ما ایده‌های خاصی برای خودمان در مورد آنچه می‌توانیم به آن دست یابیم، داریم؛ اما غالباً بیش از آنچه لازم است، به خود فکر می‌کنیم. باید فروتن باشیم؛ چون می‌دانیم بدون خدا هیچ کاری نمی‌توانیم انجام دهیم.

اگر می‌خواهید به روش خودتان برنامه‌ریزی کنید، همه‌چیز را با قدرت جسمانی خود انجام خواهید داد و بعد ناامید خواهید شد. احتمالاً گفته‌اید: «به نظر می‌رسد هر کاری می‌کنم، فایده‌ای ندارد!» تا زمانی که یاد نگیرید به فیض خدا اعتماد کنید، هیچ‌وقت هیچ کاری مؤثر واقع نخواهد شد.

آرام باشید. اجازه دهید خدا، خدا باشد. تا این حد به خودتان سخت نگیرید. تغییر، فرآیندی است که کم کم شما را به او نزدیک می‌کند. در مسیر قرار دارید؛ بنابراین از سفر خود لذت ببرید.

اگر می‌خواهید آزاد باشید، مشتاق باشید تا تلاش انسانی را با توکل و اعتماد به خدا معاوضه کنید.

درهای درد

«آنان که با اشکها می‌کارند، با فریاد شادی درو خواهند کرد!»

(مزمور ۱۲۶: ۵)

برای بسیاری از ما، بخشیدنِ شخصی که به ما آسیب رسانده، دشوارترین قسمت بهبود عاطفی است. حتا سنگ لغزشی هم می‌تواند مانع این روند شود. کسانی که توسط دیگران به شدت آسیب دیده‌اند، می‌دانند که گفتن کلمهٔ بخشش بسیار آسان‌تر از انجام آن است.

ابتدا اجازه دهید بگویم درحالی که نسبت به کسی تلخی، کینه و عدم بخشش دارید، برخورداری از سلامت عاطفی امکان‌پذیر نیست. این طریق برای شما سمی است و اگر چنین است، بهبودی غیرممکن می‌شود.

هنگامی که سرانجام به خداوند اجازه دادم در زندگی من عمل کند، به من نشان داد که پشت «درهای درد»، حوادث و اوضاع دردناک گذشته پنهان شده‌ام. من دریافتم عبور از چنین درهایی (یا مشابه آنها) برای آزاد شدن و شفا یافتن، به معنای مواجهه با مسائل، مردم و حقایق، اگر نگویم برایم غیرممکن است، باید بگویم دشوار می‌باشد.

از دردِ شفا نترسید. این فریب، به فرار می‌انجامد، اما خداوند به شما نزدیک است و می‌خواهد مشکلات شما را برطرف نماید. گذر کردن از یک موقعیت، همواره بهتر از فرار کردن از آن است. با آگاهی از این که آن سوی قدم‌هایتان، شادی وجود دارد، هرآنچه نیاز است را تحمل کرده و تاب آورید.

خدا به ما صدمه و آسیب نمی‌زند. اما اگر دیگران به ما ضربه وارد کنند، او قادر است ویرای مشکلات، معجزه کند.

لطف از نوعی دیگر

«لطف خداوندگارِ خدای ما بر ما باد! عمل دست‌های ما را برایمان استوار گردان؛ آری، عمل دست‌های ما را استوار گردان.»

(مزمور ۹۰: ۱۷)

تمایزی بین لطف طبیعی و لطف ماورای طبیعی وجود دارد. لطف طبیعی را می‌توان کسب کرد، اما لطف ماورای طبیعی چنین نیست.

اگر به قدر کافی و به میزان لازم تلاش کنید، می‌توانید بیشتر مواقع مردم را دوست داشته باشید و آنها را بپذیرید. اما این پذیرش به همان روشی که به دست آمده، باید حفظ شود. اجبار برای بیان و انجام تمام کارهای درست جهت جلب رضایت مردم، نوعی اسارت است.

اگر ما به جای مردم از خدا پیروی کنیم، او ما را مورد لطف خود قرار خواهد داد. این هدیه فیض اوست و نمی‌توان آن را به دست آورد. خدا نمی‌خواهد ما وقت و انرژی خود را صرف تلاش برای کسب لطف او کنیم؛ او می‌خواهد به سبب آن به او اعتماد کنیم. هنگامی که خدا به ما لطف می‌کند، اتفاقات شگفت‌انگیز آغاز شده و درهای فرصت نیز به رویتان گشوده می‌شود. در نهایت به مزایا و برکاتی دست خواهید یافت که نتوانسته‌اید آنها را به دست آورید و یا شایسته دریافتش هم نبودید.

می‌توانیم هر روزه برای دریافت لطف ماورای طبیعی خدا دعا کنیم. این هدیه‌ای از جانب خداست که به واسطه فیض و از طریق ایمان حاصل می‌شود. پیش روید و بطلبید و همچنان درخواست کنید و دریافت خواهید کرد!

هنگامی که می‌دانیم هرآنچه داریم و از آن لذت می‌بریم، هدیه‌ای از جانب خدا و نتیجه لطف ماورای طبیعی او به ماست، دیگر چیزی باقی نمی‌ماند جز این که بگوییم: «خداوندا، شکر!»

شمشیر روح

«کلاهخود نجات را بر سر نهید و شمشیر روح را که کلام خداست، به دست بگیرید.»
(افسیان ۶: ۱۷)

حملات شیطان علیه کلیسا شدیدتر از گذشته است. بنابراین، بسیاری از افراد حملات وحشتناکی را علیه ذهن خود تجربه کرده و حملات شدید ترس را تحمل می‌کنند.

کسی که بیاموزد در کلام خدا استوار بماند و اجازه دهد کلام نیز در او بماند، شمشیری دو لبه خواهد داشت که با آن به نبرد می‌پردازد. ساکن شدن یا ماندن یعنی اقامت کردن یا سکنا گزیدن. اگر کلام خدا را بخشی کوچک از زندگی خود بسازید، فقط بخشی از حقیقت را خواهید دانست و تنها آزادی محدودی را تجربه خواهید کرد. اما کسانی که به آن پایبند باشند، حقیقت کامل را می‌دانند و آزادی کامل را نیز تجربه می‌کنند.

زندگی من قبلاً بهم ریخته بود؛ چون از کلام بی‌اطلاع بودم. سال‌های بسیاری مسیحی و عاشق خدا بودم و در کارهای کلیسایی فعالیت می‌کردم، اما چون کلام را نمی‌دانستم، پیروز نمی‌شدم. خوشبختانه، اکنون می‌توانم شهادت دهم که کلام خدا باعث پیروزی من و تشخیص حملات شیطان شده است.

کلام را بیاموزید و اجازه دهید روح‌القدس به واسطه سخن گفتن، سرود خواندن یا تامل در بخش‌هایی از کتاب‌مقدس که احساس می‌کنید او بر قلبتان می‌گذارد، آن کلام را در وجودتان به کار گیرد.

اگر شمشیر خود را از غلاف بکشید، دشمن قادر نیست بی‌درنگ به شما نزدیک شود. پس اسلحه کلام را به کار بگیرید!

اعمال در مقابل فیض

«حتا زمانی که در نافرمانی‌های خود مرده بودیم، ما را با مسیح زنده کرد - پس، از راه فیض نجات یافته‌اید.»

(افسیان ۲: ۵)

ما به شکلی طراحی و آفریده شده‌ایم که باید به فیض زندگی کنیم ولی اغلب هنگامی که تلاش می‌کنیم با اتکا بر اعمال زندگی کنیم، تنها حاصلش، درماندگی خواهد بود. هرچه بیشتر سعی کنیم بفهمیم برای حل معضلات خود چه باید بکنیم، سردرگم، ناراحت و ناامیدتر خواهیم شد. هنگامی که به وضعیت ناامیدکننده‌ای برخورد کردید، فقط بایستید و بگویید: «خداوند، مرا فیض (قدرت و توانایی) ببخش!» سپس ایمان داشته باشید که خدا دعای شما را شنیده و در حال جواب دادن به دعا و حل مشکل است.

ایمان مجرای است که من و شما از طریق آن فیض خدا را دریافت می‌کنیم. اگر بخواهیم کارهایی را به تنهایی و بدون دریافت فیض خدا انجام دهیم، هر چقدر که ایمان هم داشته باشیم، باز هم آنچه از خدا می‌خواهیم را دریافت نخواهیم کرد. ما می‌توانیم به فیض خدا اعتماد و تکیه کنیم. او به ما نزدیک است و می‌داند که در هر موقعیت زندگی با چه چیزی روبه‌رو هستیم و اگر به او اعتماد کافی داشته باشیم و اجازه دهیم او در زندگیمان عمل کند، بهترین کارها را انجام خواهد داد.

به یاد داشته باشید پیروزی ما بر دشمن، به واسطه قدرت یا توانایی ما نیست، بلکه به واسطه روح خداست که به ما پیروزی می‌بخشد.

نابرده رنج، گنج میسر نمی شود

«و به آنان که در صهیون سوگواری، تاجی به عوض خاکستر ببخشم، و روغن شادمانی به عوض سوگواری، و ردای ستایش به جای روح یأس. آنان بلوط‌های پارسایی، و نهال‌های مغروس خداوند خوانده خواهند شد، تا جلال او نمایان شود.» (اشعیا ۶۱: ۳)

هنگامی که به سمت تمامیت احساسی حرکت می‌کنیم، حتا با هدایت روح‌القدس، درد از شفای زخم‌های عاطفی می‌تواند آسیب‌زاتر از تجربه درد جسمانی باشد. از آنجا که در اوایل زندگی خود احساس درد عاطفی زیادی داشتم، از آزار دیدن خسته شده بودم. می‌خواستم با پیروی از هدایت روح‌القدس شفا پیدا کنم اما نمی‌توانستم درک کنم که چرا این روند باید بسیار دردناک باشد. خداوند بر من آشکار کرد که پشت بسیاری از «درهای درد» پنهان شده‌ام. من به شدت در اسارت بودم و پشت خصوصیات دروغین، خودنمایی و تظاهر پنهان شده بودم. دریافتم هنگامی که مردم از اسارت بیرون آمده و وارد آزادی می‌شوند، باید از درهای مشابه درد عبور کنند تا به آن طرف درها بروند. آنها از طریق پاسخ‌های احساسی، درد نخستین خود را پشت سر می‌گذارند؛ چون خداوند آنها را به سمت مواجهه با مسائل، مردم و حقایق دشوار سوق می‌دهد. خبر خوب این است که ما مجبور نیستیم به تنهایی با آنها روبه‌رو شویم. او همواره به شما نزدیک است و اگر اجازه دهید شفا را برایتان به ارمغان می‌آورد.

خدا را شکر، او قلب شکسته را شفا می‌دهد، درهای زندان را باز می‌کند و اسیران را آزاد می‌سازد! لازم نیست در درد گذشته خود زندگی کنید!

خدا تغییرناپذیر است

«عیسا مسیح دیروز و امروز و تا ابد همان است.»

(عبرانیان ۱۳: ۸)

اصلی‌ترین چیزی که ما در مورد عیسا دوست داریم، چیست؟ پاسخ‌های بسیاری برای این سؤال وجود دارد، از جمله این واقعیت که او برای ما بر روی صلیب مُرد تا ما مجبور نباشیم به خاطر گناهانمان مجازات شویم، سپس روز سوم دوباره زنده شد. اما در رابطه‌ی روزانه‌ی خود با او، یکی از مواردی که بیشتر از همه به خاطر آن سپاس‌گزار هستیم، این واقعیت است که می‌توانیم روی ذات تغییرناپذیر او حساب کنیم. او قادر است هر چیز دیگری که لازم است، تغییر دهد اما خودش همواره ثابت و تغییرناپذیر است.

ما آرزو داریم که چنین شخصی باشیم، اما اگر نتوانیم احساسات خود را کنترل کنیم، هرگز به آن نمی‌رسیم. بلوغ احساسی به معنای تصمیم‌گیری بر اساس هدایت روح‌القدس است، نه بر اساس احساسات خود. اما به طور طبیعی حاصل نمی‌شود.

احساسات ما هرگز از بین نمی‌روند، اما می‌توانیم یاد بگیریم که آنها را مدیریت نماییم. خدا قادر است ما را به تعادل برساند. این بدان معنا نیست که بی‌احساس یا خسته‌کننده باشیم. خدا به ما احساساتی داده تا بتوانیم از زندگی لذت ببریم. اما بدان معناست که وقتی به واسطه‌ی روح‌القدس هدایت می‌شویم، قدرت و نیروی او را در اختیار بگیریم.

خدا نمی‌خواهد زمانی که شرایط ما تغییر می‌کند، ما هم تغییر کنیم. او می‌خواهد همیشه همان‌طور که او هست، باشیم.

کوتاه و ساده

«همچنین، هنگام دعا، عباراتی توخالی تکرار نکنید، آن‌گونه که اقوام بت‌پرست می‌کنند؛ زیرا می‌پندارند به سبب زیاده گفتن، دعایشان مستجاب می‌شود. پس مانند ایشان مباشید، زیرا پدر شما پیش از آن که از او درخواست کنید، نیازهای شما را می‌داند.»

(متا ۶: ۷-۸)

من باور دارم اگر بتوانم دعاها و درخواست‌هایم را بسیار ساده و بدون کلمات پیچیده بیان کنم، دعایم واضح‌تر و قدرتمندتر است.

ما می‌توانیم انرژی خود را صرف اعتراف ایمان خود کنیم، نه این که عباراتی را بارها و بارها تکرار کنیم که فقط باعث طولانی و پیچیده شدن دعا می‌شوند.

زمانی را به یاد می‌آورم که کوتاه و ساده دعا کردن برایم دشوار بود. متوجه شدم که مشکل من در دعا کردن این است که ایمان ندارم اگر کوتاه، ساده و مشخص دعا کنم، جواب داده خواهد شد. من در همان تله‌ای افتاده بودم که بسیاری از مردم می‌افتند: یعنی ذهنیت «هر چه طولانی‌تر، بهتر!» من طرفدار این نیستم که فقط باید کوتاه دعا کنیم، اما پیشنهاد می‌کنم هر دعایی ساده، سراسر، مشخص و سرشار از ایمان باشد.

حالا هنگامی که از فرمان خدا پیروی می‌کنم تا به شکلی ساده دعا کنم و درخواست خود را بدون تکرار مکررات بیان کنم، آزادی ایمان بیشتری را در خود شاهد هستم و می‌دانم که خدا صدای مرا شنیده و پاسخ خواهد داد.

اگر دعاهای شما پیچیده است، آنها را ساده کنید. به یاد داشته باشید که شما به سبب ایمانتان شنیده می‌شوید نه میزان صحبت کردنتان!

بخشش سریع

«با یکدیگر مهربان و دلسوز باشید و همان‌گونه که خدا شما را در مسیح بخشوده است، شما نیز یکدیگر را فوراً و بی‌هیچ بهایی بخشاید.»
(افسیان ۴: ۳۲)

کتاب مقدس به ما تعلیم می‌دهد که «فوراً و بی‌هیچ بهایی» ببخشیم. این معیار خدا برای ماست، مهم نیست که چه احساسی نسبت به آن داریم؛ باید فوراً ببخشیم. طبق اول پطرس ۵: ۵، ما می‌توانیم با شخصیت عیسا مسیح ملبس شویم، بدین معنا که می‌توانیم بردبار و صبور باشیم، به راحتی آزرده‌خاطر نشویم، در خشم آهسته، در بخشش سریع و پر از رحمت باشیم. تعریف من از «رحمت» این است که فراتر از آنچه بر من گذشته و به من آسیب رسانده، چشم بیاندوزم و به دنبال دلیل آن باشم. بسیاری اوقات، مردم کارهایی انجام می‌دهند که حتا خودشان نمی‌فهمند، اما همواره یک دلیل وجود دارد که مردم چنین رفتاری دارند. شاید آنها صدمه دیده‌اند و در دردهای خود متوجه نیستند که در حال آسیب زدن به شخص دیگری هستند.

خدا می‌بخشد! ما نیز باید مهربان و بخشنده باشیم؛ همان‌گونه که خدا در مسیح گناهان ما را می‌آمرزد. نه تنها کارهای اشتباه ما را می‌بیند، بلکه می‌داند چرا این کارها را انجام دادیم و نسبت به ما رحیم و بردبار است. انتخاب بخشش دیگران با ماست. خدا کسی را مجبور به انجام آن نخواهد کرد. حتا اگر آن را درک نمی‌کنید، باور کنید که راه خدا بهترین راه است. اثر می‌کند. او می‌تواند مقصود شیطان را از بین برده و به سود شما تبدیل نماید.

ما باید ببخشیم تا شیطان بر ما برتری نیابد.

وصل باشید

«من تاك هستم و شما شاخه‌های آن. کسی که در من می‌ماند و من در او، میوه بسیار می‌آورد؛ زیرا جدا از من، هیچ نمی‌توانید کرد.»

(یوحنا ۱۵: ۵)

بسیاری اوقات ما در مسیر ایمان‌مان، بر طبق اصول، فرمول‌ها و روش‌هایی عمل می‌کنیم که قدرت واقعی در آنها نیست. شاید این موضوع در مورد تعالیم مبتنی بر ایمان، دعا، پرستش، تعمق و عبادت، مطالعه کتاب مقدس، اعتراف، جنگ روحانی و سایر احکامی که در مورد آنها شنیده و یا درگیر آنها شده‌ایم، صادق باشد. همگی آنها نیکو هستند و باید از آنها مطلع باشیم، اما به تنهایی نمی‌توانند مشکلات ما را حل کنند.

باید این نکته را نیز یادآور شویم که این اصول هرچند نیکو هستند، اما تنها مجرای برای دریافت از خداوند می‌باشند. آنها هیچ کمکی به ما نمی‌کنند، مگر آن که به منبع قدرت الاهی وصل باشیم.

ما از طریق یک رابطه شخصی به خدا متصل می‌شویم و این امر به زمان نیاز دارد. بدون گذراندن وقت در مشارکت شخصی و خصوصی با خداوند، هرگز در زندگی خود پیروزی واقعی و پایداری نخواهیم داشت. او برنامه‌ای منحصر به فرد برای شما دارد. اگر از او بخواهید، او وارد قلبتان شده و با شما ارتباط برقرار می‌کند. او شما را در راهی که باید طی کنید، تعلیم می‌دهد و راهنمایی می‌کند. یاد بگیرید که سریعاً به اشارات روح القدس برای ارتباط صمیمانه با خدا پاسخ دهید. با او به طور خصوصی وقت بگذارید و بدانید پاداش فراوانی خواهید یافت.

تنها در حضور خداوند است که قدرت او را دریافت می‌کنیم.

در دعا به خدا نزدیکتر شوید

"بیدار باشید و دعا کنید تا در آزمایش نیفتید. روح مشتاق است، اما جسم ناتوان."
(متی ۱۶: ۴۱)

دعا، اسلحه روحانی است که خدا برای جنگ به ما بخشیده است. دعا رابطه با الوهیت است. این که نزد خدا بیاییم و از او درخواست کمک کنیم یا درباره موضوعی با او صحبت کنیم، برایمان آزردهنده است. دعا، نقشه شیطان را برای شرارت قطع می‌کند!

اگر می‌خواهید زندگی دعایی مؤثری داشته باشید، رابطه شخصی خوبی با پدر برقرار کنید. بدانید که او شما را دوست دارد و سرشار از فیض است تا به شما کمک نماید. عیسا را بشناسید. او دوست شماست و برای شما مُرد. روح القدس را بشناسید. او همیشه به عنوان یاور، همراه شماست. اجازه دهید به شما کمک کند. ما باید در مسیر زندگی روحانی خود، از انواع دعاها بهره‌مند شویم. انواع دعا شامل دعای متحد بین دو نفر و یا دعای متحد گروهی است. انواع دعاها شکرگزاری، پرستشی، ستایشی، درخواستی، شفاعتی، سرسپردگی و تقدیسی وجود دارد.

هر نوع دعایی که می‌کنید، یاد بگیرید که دعای خود را از کلام خدا پر کنید و آنها را با اطمینان از این که خدا از کلام خود حفاظت می‌کند، اعلان نمایید.

ما اغلب تمایل داریم دعا را به تعویق بیندازیم، اما توصیه می‌کنم هر وقت نیازی را دیدید یا به فکر فرو رفتید، فوراً دعا کنید!

نگرش ایمان

«اما خداوند با یوسف بود، و به وی محبت می‌کرد، و نظر لطف رئیس زندان را به او جلب نمود.»

(پیدایش ۳۹: ۲۱)

اگرچه یوسف به دلیل کاری که نکرده بود به زندان افتاد و به سختی مجازات شد، خداوند همچنان با او بود و لطفی ماورای طبیعی به او داشت و از او مراقبت می‌کرد. او ثابت کرد که اگر خدا لطف کند، حتا اگر شخصی در زندان به سر برد، در وضعیت خیلی بدی نخواهد بود.

در زندگی هر اتفاقی که بیفتد، می‌توانیم مورد لطف خدا و دیگران قرار بگیریم (لوقا ۲: ۵۲). اما مانند بسیاری از چیزهای خوب زندگی، اینکه فقط چیزی در دسترس ما قرار گرفته، به معنای بهره‌مندی از آن نیست. خداوند چیزهای فراوانی را در دسترس ما قرار می‌دهد که هرگز آن را دریافت نمی‌کنیم و از آنها لذت نمی‌بریم؛ چون ایمان خود را فعال نکرده‌ایم.

به عنوان مثال، اگر ما با اعلام ترس و عدم موفقیت به مصاحبه‌ای جهت استخدام برویم، تقریباً اطمینان خواهیم داشت که شغلی پیدا نخواهیم کرد. از طرف دیگر، حتا اگر برای شغلی اقدام کنیم که می‌دانیم صلاحیت کامل آن را نداریم، باز هم می‌توانیم اعتماد به نفس داشته باشیم، زیرا معتقدیم خداوند در هر موقعیتی که اراده‌اش باشد، به ما لطف خواهد کرد.

خدا نمی‌خواهد ما از سختی‌هایی که در زندگی با آن روبه‌رو هستیم، بترسیم. او صاحب اختیار است و اگر او را دوست داشته باشیم و به او اعتماد و توکل کنیم، همه چیز را بهر خیریت ما به کار خواهد گرفت.

یوسف در موقعیت بد، نگرش خوب را حفظ کرد. او از "نگرش ایمان" برخوردار بود و خدا به او لطف کرد.

خدا قادر است

«جلال باد بر او که می‌تواند به وسیله آن نیرو که در ما فعال است، بی‌نهایت فزون‌تر از هر آنچه بخواهیم یا تصور کنیم، عمل کند.»

(افسیان ۳: ۲۰)

افسیان ۳: ۲۰، آیه‌ای پر قوت است که قادر بودن خدا را بیان می‌کند، قدرتی بی‌نهایت فزون‌تر از آنچه من و شما جرات بیابیم و انتظار داشتن، طلبیدن یا حتا فکر کردن به آن را داشته باشیم. ما می‌توانیم دعا کنیم و با ایمان و اعتماد از او درخواست نماییم. اما این خداست که کار را انجام می‌دهد، نه ما. او چطور این کار را می‌کند؟ بر طبق [یا توسط] قدرت [یا فیض خدا] که در ما کار می‌کند. هر آنچه من و شما از خداوند می‌یابیم، با میزان فیضی که دریافت می‌کنیم ارتباط مستقیم دارد.

من برای تغییر کردن، اضطرابی باور نکردنی به خود وارد می‌کردم. تحت حس محکومیتی سنگین قرار گرفته بودم؛ چون به نظر می‌رسید هر پیامی که می‌شنوم به من می‌گوید باید تغییر کنم. با این وجود، هر چه تلاش می‌کردم، نمی‌توانستم تغییر کنم. در عذاب‌های هولناک به سر می‌بردم چون همه چیزهای مربوط به خودم را که باید تغییر می‌کردند، می‌دیدم، اما در ایجاد این تغییرات هیچ توانی نداشتم. هرچه به خداوند نزدیک‌تر شوید، بیشتر می‌بینید که او باید منبع شما در تمامی امور باشد. او تنها کسی است که می‌تواند تغییراتی در زندگی شما ایجاد کند. بیاموزید که بگویید: "خدایا، من بدون تو نمی‌توانم کاری انجام دهم، اما تو می‌توانی همه کارها را از طریق من انجام دهی!"

اگر به او اعتماد کنیم و به او روی آوریم، خدا وعده می‌دهد که ما را در ضعف‌مان تقویت کند. فیض خدا برای رفع نیازهای ما کافی خواهد بود.

آزادانه گام بردارید

«زیرا خدا پسر را به جهان نفرستاد تا جهانیان را محکوم کند (طرد کند، یا حکمی دهد)، بلکه فرستاد تا به واسطه او نجات یابند.»

(یوحنا ۳: ۱۷)

یکی از بزرگترین ابزارهایی که دشمن برای ایجاد احساس بد در ما به کار می‌گیرد، احساس محکومیت است که مطمئناً می‌تواند دلیلی برای دلسردی باشد. طبق کلام خدا، ما که در عیسای مسیح هستیم، دیگر محکوم نمی‌شویم، دیگر گناهکار یا خطاکار، داوری نمی‌شویم. با این حال اغلب ما خودمان را قضاوت و محکوم می‌کنیم.

تا زمانی‌که کلام خدا را یاد نگرفته و درک نکرده بودم، بخش عمده‌ای از زندگی‌م را در احساس گناه سپری می‌کردم. اگر کسی از من می‌پرسید که در مورد چه چیزی احساس گناه می‌کنم، نمی‌توانستم پاسخ بدهم. تنها چیزی که می‌دانستم این بود که احساس گناهی مبهم در من وجود دارد که تمام مدت مرا دنبال می‌کرد. از این تجربه، خدا مکاشفه‌ای حقیقی درباره گام برداشتن بدون احساس گناه و محکومیت به من بخشید. او به من نشان داد که من و شما نه تنها باید بخشش او را دریافت کنیم، بلکه باید خودمان را نیز ببخشیم. نباید خود را در قبال آنچه او بخشیده و فراموش کرده، شماتت کنیم (ارمیا ۳۱: ۳۴؛ اعمال ۱۰: ۱۵).

فکر می‌کنم غیرممکن است که ذهن خود را به شکلی دقیق تحت کنترل نگاه داریم. به همین دلیل است که در اشعیا ۲۶: ۳ به ما گفته شده اگر به خدا توکل کنیم [تمام ذهن خود را بر او قرار دهیم]، او ما را در آرامش کامل، استوار نگاه خواهد داشت.

خدا در افق زندگیتان چیزهای تازه‌ای برایتان در نظر گرفته، اما اگر همواره در گذشته زندگی کنید، هرگز آنها را نخواهید دید.

آیا می‌خواهید سلامتی خود را بازیابید؟

"در آن میان، مردی بود که سی و هشت سال زمینگیر بود. چون عیسا او را در آنجا خوابیده دید و دریافت که دیری است بدین حال دچار است، از او پرسید: آیا می‌خواهی سلامت خود را بازیابی؟"

(یوحنا ۵: ۵-۶)

آیا عجیب نبود که عیسا از آن مرد بیچاره که سی و هشت سال بیمار بود، پرسید: «آیا می‌خواهی سلامت خود را بازیابی؟» در واقع خداوند از هر یک از ما چنین سوالی می‌پرسد.

آیا می‌دانید افرادی هستند که واقعاً دوست ندارند خوب شوند؟ آنها فقط می‌خواهند در مورد مشکلشان صحبت کنند. همه ما باید از خود بپرسیم که آیا واقعاً می‌خواهیم خوب شویم یا مشکل ما بخشی از شخصیت و هویت ما شده است. گاهی افراد به داشتن مشکل اعتیاد پیدا می‌کنند و آن، بخشی از هویت و زندگی آنها می‌شود. چنین خصلتی معرف افکار، گفته‌ها و اعمال آنهاست و تمام وجودشان، بر آن مسئله متمرکز است.

اگر شما «اختلالی عمیق و طولانی مدت» دارید، خداوند می‌خواهد بدانید که لزوماً نباید نقطه کانونی تمام وجود شما باشد. او می‌خواهد به او اعتماد کرده و با او همکاری کنید تا شما را به یک باره به پیروزی بر آن مشکل برساند.

مشکل ما هر چه باشد، خدا وعده داده که نیاز ما را برآورده می‌سازد و آسیب‌هایی که در گذشته دیده‌ایم را جبران می‌نماید. مواجهه با حقیقت، کلید باز کردن قفل درهای زندانی است که شاید ما را به اسارت درآورده باشند.

خدا مشتاق است ببیند شما همان شخصی خواهید شد که او برای شما برنامه‌ریزی کرده است.

خدا همواره نیکوست

«هر بخشش نیکو و هر عطای کامل از بالاست، نازل شده از پدر نورها که در او نه تغییری است و نه سایه ناشی از دگرگونی.»

(یعقوب ۱: ۱۷)

یعقوب می‌گوید که خدا نیکوست، همین و بس. او گاهی اوقات نیکو نیست، بلکه همیشه نیکوست.

آیا داشتن خدایی که تغییرناپذیر است، شگفت‌آور نیست؟ در خدا هیچ دگرگونی و تغییری وجود ندارد. می‌توانیم تا زمانی که زنده هستیم، همواره به وفاداری، رحمت و بخشش او وابسته باشیم.

اگر در شرایط سختی هستیم و یا می‌خواهیم تسلیم شویم، خدا همچنان نیکو است. او بانی مشکلات ما نیست. اگر اتفاق بدی برای ما بیفتد، خدا همچنان نیکو است. او به خاطر نیکویی یا شایستگی ما، به ما رحمت نمی‌کند. او به ما نیکویی می‌کند؛ چون خود او نیکوست. ما می‌توانیم در زندگی خود به نیکویی خدا تکیه کنیم!

کلید خوشبختی و رضامندی، در تغییر وضعیت یا شرایط ما نیست، بلکه اعتماد به خداست تا در زندگی ما خدا باشد.

چند مرتبه باید دعا کنم؟

«بخواید، که به شما داده خواهد شد؛ بجوید، که خواهید یافت؛ بکوید، که در به رویتان گشوده خواهد شد. زیرا هر که بخواید، به دست آورد و هر که بجوید، یابد و هر که بکوید، در به رویش گشوده شود.»

(متا ۷: ۷-۸)

فکر نمی‌کنم بتوانیم در مورد میزان دعا کردن در مورد موضوعی، قانون خاصی قائل شویم. اما فکر می‌کنم برخی راهنمایی‌ها به ما کمک می‌کنند تا به قدرت دعا اعتماد بیشتری داشته باشیم.

اگر فرزندانم به چیزی نیاز داشته باشند، می‌خواهم به من اعتماد کنند تا آنچه را از من خواسته‌اند، انجام دهم. حتماً ممکن است دوست داشته باشم که گاهی بگویند: «مامان، منتظر کفش‌های جدیدم هستم.» این عبارت به من نشان می‌دهد که آنها اطمینان دارند که من قصد دارم تا آنچه را که قول داده‌ام، انجام دهم. آنها در حقیقت قول مرا به من یادآوری می‌کنند، اما به طریقی که صداقت مرا زیر سؤال نبرند.

به نظر من گاهی اوقات هنگامی که از خدا بارها و بارها یک چیز را می‌طلبیم، این نشانه شک و بی‌ایمانی است نه ایمان و پافشاری.

زمانی که در دعا چیزی از خداوند می‌خواهم و این درخواست بعداً به زهنم خطور می‌کند، دوباره در موردش با او صحبت می‌کنم. اما وقتی این کار را می‌کنم، از درخواست همان موضوع خودداری می‌کنم و طوری نمی‌گویم که گویی نخستین بار صدای مرا نشنیده است. بلکه خداوند را شکر می‌کنم که در حال کار بر روی وضعیتی است که قبلاً در مورد آن دعا کرده‌ام و انتظار دارم بهترین کار را انجام دهد.

دعای با ایمان و مستمر، همچنان که به دعا ادامه می‌دهیم، ایمان و اطمینان بیشتری در ما ایجاد می‌کند.

فیض، فروشی نیست

«ما توسط او، و از راه ایمان، به فیضی دسترسی یافته‌ایم که اکنون در آن استواریم،
و به امید سهیم شدن در جلال خدا فخر می‌کنیم.»

(رومیان ۵: ۲)

شیطان می‌خواهد من و شما فکر کنیم که می‌توانیم فیض (لطف) خدا را با کارهای خود بخریم. اما فیض خدا فروشی نیست. چون طبق تعریف، «لطف به ناشایستگان»، در واقع هدیه است.

فیض را نمی‌توان با دعا، کارهای خوب، مطالعه کتاب مقدس، اعتراف به آیات کلام یا حضور در کلیسا به دست آورد. حتا با ایمان هم نمی‌توان آن را خرید. فیض خدا قابل دریافت است، اما «قابل خریدن» نیست.

حتا هنگامی که تماماً کارهای درست را انجام می‌دهیم، پاک بودن انگیزه‌هایمان مهم است. زمانی که در حال مشارکت با خداوند هستیم، اگر انگیزه ما گرفتن چیزی از او باشد، از فیض به اعمال تغییر جهت داده‌ایم. اجازه ندهید در دام این تفکر بیفتید که لیاقت هر چیز خوب از جانب خداوند را دارید. نیکویی خدا یک هدیه است و تنها کاری که می‌توانیم انجام دهیم، این است که از او تشکر کنیم و سرشار از شکرگزاری باشیم. هر کاری که برای خدا می‌کنیم، باید انجام شود، چون او را دوست داریم و هرگز چیزی از او نمی‌گیریم.

نمی‌توانیم به دنبال خداوند و مشارکت با او باشیم؛ غیر از این واقعیت که او را دوست داریم و می‌خواهیم هر روز به او نزدیک‌تر شویم.

نجات و هر چیز نیکو از جانب خدا، یک هدیه است و تنها با ایمان دریافت می‌شود تا انسان نتواند به خود ببالد.

چه زمانی احساس دلسردی می‌کنید؟

«اما من باور دارم که نیکویی خداوند را در زمین زندگان خواهم دید.»
(مزمور ۲۷: ۱۳)

همه ما گاهی اوقات دچار ناامیدی شده‌ایم. جای تعجب است اگر در طول یک هفته، بدون مواجهه با نوعی ناامیدی روزهایمان را پشت سر گذاشته باشیم. گاهی انتظار داریم که اتفاقات به همان شیوه‌ای که ما معین کرده‌ایم، رخ دهند، و وقتی چنین نمی‌شود، ناامید می‌شویم.

اگر به ناامیدی نپردازیم و مشکل را حل نکنیم، موجب دلسردی می‌شود. اگر برای مدت طولانی ناامید شویم، ممکن است سرخورده و غمگین شویم و این سرخوردگی ما را قادر به اداره هیچ کاری نمی‌کند.

بسیاری از مسیحیان غمگین، زندگی شکست خورده‌ای دارند؛ چون یاد نگرفته‌اند چگونه ناامیدی را کنترل کنند. ویرانی‌ای که آنها تجربه می‌کنند، به احتمال زیاد با یک ناامیدی جزئی آغاز شده، اما در ادامه به درستی با آن مقابله نشده است.

خواست و اراده خدا این نیست که ما ناامید، غمگین یا تحت ظلم و ستم زندگی کنیم. هنگامی که «ناامید» می‌شویم، می‌توانیم دوباره امید را برگزینیم تا مانع از دلسردی و ویرانی شویم. زمانی که آموختیم امید و اعتماد خود را بر آن صخره یعنی مسیح بگذاریم (اول قرن‌تیان ۱۰: ۴)، و در مقابل حملات شیطان مقاومت کنیم (اول پطرس ۵: ۸-۹)، می‌توانیم در شادی و آرامش خداوند، فارغ از دلسردی و ناامیدی زندگی نماییم.

مقاومت در برابر شیطان را برگزینید تا بتوانید در فراوانی حیاتی که خدا از طریق عیسی مسیح برایتان فراهم آورده است، زیست کنید.

ستایش خدا

«سرسپردگان در این افتخار شادی کنند، و بر بسترهای خود شادمانه بسرایند.
ستایش خدا در دهانشان باشد، و شمشیر دو دم در دستانشان.»
(مزمور ۱۴۹: ۵-۶)

باید عادت کنیم که هر روز صبح بیدار شویم، خدا را شکر و ستایش کنیم. در حالی که هنوز در رختخواب دراز کشیده‌ایم، شکرگزاری کنیم و ذهن خود را با کلام خدا پر کنیم. ستایش، سریع‌تر از هر نبرد دیگری شیطان را شکست می‌دهد. ستایش، لباسی نامرئی است که می‌پوشیم و از ما در برابر شکست و منفی‌بافی در ذهن محافظت می‌کند. اما ستایش ما باید خالصانه و صمیمانه باشد، نه تعریف ظاهری یا روشی که در تلاش است تا ببیند جواب می‌دهد یا نه. ما خدا را به خاطر وعده‌های موجود در کلامش و به خاطر نیکویی‌هایش، ستایش می‌کنیم.

پرستش، موضعی جنگی است! درحالی که خدا را برای آنچه که هست و برای صفات و توانایی و قدرتش می‌پرستیم، به او نزدیکتر می‌شویم و دشمن شکست می‌خورد.

ما نمی‌توانیم آن طور که شایسته‌ است شکرگزار باشیم! در تمام طول روز خدا را شکر کنید و کارهای زیادی را که برایتان انجام داده است، به یاد داشته باشید.

خدا هرگز در جنگ مغلوب نمی‌شود. او نقشه نبرد مشخصی دارد و هنگامی که از او پیروی می‌کنیم، همیشه پیروز خواهیم شد.

تحت کنترل خدا

«خداوند... پست می‌سازد و برمی‌افرازد.»

(اول سموئیل ۲: ۷)

بسیار مهم است که به یاد داشته باشید خداوند می‌تواند یک نفر را پست سازد و دیگری را برافرازد. زندگی استر یک نمونه است. خدا او را از تاریکی بیرون آورد تا ملکه کل سرزمین شود. خدا به هر کسی که با استر ملاقات می‌کرد، از جمله پادشاه، لطف می‌نمود؛ چون او مورد لطف خدا قرار گرفته بود.

استر به این لطف متوسل شد تا خود و قومش؛ یهودیان را از کشته شدن توسط هامان شرور که قصد نابودی آنها را داشت، نجات دهد. شاید او می‌ترسید که به حضور پادشاه برود و از او بطلبد که مداخله کند، زیرا انجام این کار ممکن بود به قیمت جاننش تمام شود، اما این کار را انجام داد؛ زیرا در زندگی خود به خدا اعتماد کرده بود.

در زندگی خود در هر موقعیتی که هستید، حتا اگر مورد حملات پی در پی، آزار و اذیت یا تبعیض قرار بگیرید، یا اگر کسی در تلاش است تا آنچه مال شماست را بگیرد — خواه شغل شما باشد، خانه شما، اعتبار شما یا هر چیز دیگری در زندگیتان، به لطف ماورای طبیعی خدا اعتماد کنید. با وجود آن که اوضاع ناامیدکننده به نظر می‌رسد، اما خدا می‌تواند برافرازد و پست سازد. اگر زندگیتان در دستان اوست، باور کنید که نور خداوند بر شما می‌تابد تا شما را مورد لطف خود قرار دهد.

با ترس زندگی نکنید؛ خدا شما را دوست دارد و همواره کمکتان خواهد کرد!

مواجهه با حقیقت

«... اگر در کلام من بمانید، به راستی شاگرد من خواهید بود و حقیقت را خواهید شناخت، و حقیقت شما را آزاد خواهد کرد.»

(یوحنا ۸: ۳۱-۳۲)

هر کسی که نیاز به بهبود عاطفی و ترمیم آسیب‌های گذشته دارد، باید یاد بگیرد که با حقیقت روبه‌رو شود. نمی‌توانیم در حالی که در انکار زندگی می‌کنیم، آزاد شویم. اگر صدمه دیده‌اید، صریحاً در این باره با خدا صحبت کنید؛ چون او به هر آنچه مربوط به شماست اهمیت می‌دهد.

بسیاری اوقات، افرادی که مورد سوءاستفاده قرار می‌گیرند یا فاجعه‌ای در زندگی آنها رخ می‌دهد، سعی می‌کنند طوری رفتار کنند که گویی هرگز اتفاقی نیفتاده است. آسیب‌های اولیه ممکن است باعث ایجاد صدمات روحی در اواخر زندگی‌مان شود، چون بر اساس آنچه برای ما اتفاق افتاده است، نظرات و نگرش‌هایی در مورد خود می‌یابیم.

از تجربه خودم و همین‌طور سال‌ها خدمت‌م به دیگران، فهمیدم که ما انسان‌ها به طرزی حیرت‌انگیز در حصار کشیدن مهارت داریم و چیزهایی را در گوشه‌های تاریک پنهان کرده و وانمود می‌کنیم که هرگز رخ نداده‌اند. ما این کار را انجام می‌دهیم؛ چون ممکن است آسان‌تر به نظر برسد. اما طفره رفتن از مسائل، ما را در اسارت باقی می‌گذارد و مواجه شدن با آنها با یاری خدا ما را آزاد خواهد کرد.

رابطه با عیسا بسیار شگفت‌انگیز است؛ چون مجبور نیستیم چیزی را از او پنهان کنیم. به هر حال او از قبل همه‌چیز را درباره ما می‌داند. همیشه می‌توانیم به حضور او برویم و بدانیم فارغ از این که چه رنجی کشیده و یا چه واکنشی نشان داده‌ایم، مورد محبت و پذیرش او قرار خواهیم گرفت.

حتا اگر مواجهه با حقیقت دشوار باشد، عیسا وعده می‌دهد که همراه ماست و ما را آزاد می‌کند.

خداوند، صخرهٔ ماست

«اوست صخره و کارهایش به کمال، راه‌هایش، جملگی انصاف. او خدای امین و برکنار از بیداد، عادل است او و هم درستکار.»

(تثنیه ۳۲: ۴)

خدا همواره شما را بی‌قید و شرط دوست دارد. این‌گونه نیست که اگر ما خوب باشیم، او ما را دوست دارد و اگر بد باشیم، دیگر دوستان ندارد. او همواره ما را دوست دارد. همیشه مهربان است، در خشم کُند، پر از لطف و رحمت و آمادهٔ بخشش است.

خدا صخره‌ای تغییرناپذیر و بدون انحراف است. او در تمامی کارهای خود عظیم و استوار، وفادار و عادل، بی‌عیب و راست است. او هرگز ما را ترک و رها نخواهد کرد.

اگر بیشتر شبیه خدا باشیم، در زندگی ما و اطرافیانمان چه اتفاقی می‌افتد؟ چه اتفاقی می‌افتد اگر همواره با محبت، در خشم کُند، سرشار از لطف و رحمت و آمادهٔ بخشش باشیم؟ چه اتفاقی می‌افتد اگر ما نیز مانند خدای خود همواره مثبت، صلح‌جو و سخاوتمند باشیم؟ او صخرهٔ ماست اما نمونهٔ ما نیز هست. ما نیز باید تلاش کنیم تا همچون او باشیم.

همهٔ ما می‌توانیم از نظر روحانی رشد کنیم و به شباهت مسیح درآئیم. خدا انتظار ندارد که ما یک شبه کامل شویم، اما می‌خواهد به ما کمک کند تا روز به روز بیشتر به شباهت او درآئیم.

خداوند هر روز به ما کمک می‌کند تا بیشتر و بیشتر شبیه او شویم. از این که تا چه حد باید پیش بروید، دلسرد نشوید، خوشحال باشید که در حال رشد هستید!

باور کنید خدا صدای شما را می شنود

«این است اطمینانی که در حضور او داریم که هر گاه چیزی بر طبق اراده وی درخواست کنیم، ما را می شنود. و اگر می دانیم که هر آنچه از او درخواست کنیم ما را می شنود، پس اطمینان داریم که آنچه از او خواسته ایم، دریافت کرده ایم.»
(اول یوحنا ۵: ۱۴-۱۵)

در یوحنا ۱۱: ۴۱-۴۲، درست پیش از این که عیسا، ایلعازر را از قبر بیرون بکشد، چنین دعا کرد: «پدر، تو را شکر می گویم که مرا شنیدی.» چه دعای با اطمینانی!

شیطان نمی خواهد شما از چنین اطمینانی برخوردار باشید. اما تشویقتان می کند که هنگام دعا اطمینان و اعتماد داشته باشید. تصمیم بگیرید و بدانید یک ایماندار هستید نه یک فرد مسکین. به نام عیسا به حضور تخت سلطنت او بروید، نام او توجه دیگران را جلب می کند.

به عنوان یک شخص، معمولاً از این که شخص مهمی را می شناسیم و می توانیم نام او را ذکر کنیم، لذت می بریم و امیدواریم نام او لطفی را شامل حال ما کند و باعث باز شدن درها شود؛ به خصوص زمانی که از نامی استفاده می کنیم که برتر از هر نام دیگری است یعنی نام مبارک عیسا!

هنگامی که به نام عیسا دعا می کنیم، تمام آنچه که عیسا است، به خدا تقدیم می کنیم. این موضوع می تواند ما را مطمئن سازد که خدا صدای ما را می شنود و به دعای ما پاسخ می دهد.

با دعا، جسورانه و با اطمینان، در نام عیسا به حضور خدا بروید.

بخشش خدا

«از این رو لب فرو نخواهم بست؛ در تنگی روح خویش سخن خواهم گفت و در تلخی جان خود، شکوه خواهم کرد.»

(ایوب ۷: ۱۱)

بسیاری مانند ایوب، با سرزنش کردن خدا به خاطر مشکلات خود مشکل دارند. آنها از خدا عصبانی هستند! کسانی که هرگز چنین احساسی را تجربه نکرده‌اند، ممکن است آن را درک نکنند. اما برخی افراد از احساس خصومت نسبت به خدا آگاهند، چون او را به دلیل اینکه چیزهای مهم را در زندگیشان فراهم نکرده، مقصر می‌دانند. شرایط طبق برنامه‌ریزی آنها، پیش نرفته است. آنها معتقدند که اگر خدا می‌خواست، می‌توانست شرایط را تغییر دهد، اما چون این کار را نکرده، ناامید می‌شوند و او را به خاطر وضعیت خود سرزنش می‌کنند.

اگر چنین نگرشی داشته باشید، باید بدانید که معاشرت نزدیک با شخصی که از او عصبانی هستید، غیرممکن است. خدا تنها کسی است که می‌تواند به شما کمک کند، بنابراین پاسخ این است که عصبانیت را کنار بگذارید. هنگامی که از زندگی ناامید می‌شوید، باید به حضور خدا بروید، نه این‌که از او دور شوید.

غالباً گمان می‌کنیم اگر فقط بدانیم که چرا چنین اتفاقات خاصی برای ما رخ داده است، راضی خواهیم شد. من معتقدم خدا تنها آنچه را که نیاز است بدانیم، آنچه را که آماده‌ایم تا از عهده آن برآییم و آنچه را که به ما آسیب نمی‌رساند، بلکه به ما کمک خواهد کرد را به ما می‌گوید. با کمک خدا می‌توانیم بیاموزیم که رها شویم و سعی کنیم همهٔ امور را در زندگی حل کنیم.

باید زمانی برسد که دیگر در گذشته زندگی نکنیم و دلیل آن را نپرسیم. به جای آن، بیاموزیم که اجازه دهیم خدا جای زخم‌های ما را به ستاره تبدیل کند.

توانمندی الاهی

«هان، من یهوه خدای جمیع آدمیان هستم. آیا چیزی هست که برای من دشوار باشد؟»

(ارمیا ۳۲: ۲۷)

خدای ما قادر است کارهایی بسیار فراتر و فزون‌تر از آنچه ما جرات امیدداشتن، طلب نمودن و یا حتا فکرکردن به آن را داشته باشیم، برایمان به انجام رساند (افسسیان ۳: ۲۰). هنگامی که با ایمان دعا می‌کنیم، این کار در را برای خدا بازمی‌کند تا در زندگی ما عمل نماید. هیچ کاری برای خدا خیلی سخت و دشوار نیست.

اگر با تغییراتی که باید در شخصیت خودتان ایجاد شود، دست و پنجه نرم می‌کنید، این کلمه مخصوص شماست. نمی‌توانید خودتان را تغییر دهید. اما خدا را شکر که او می‌تواند! او می‌داند چه مشکلی برای شما به وجود آمده است و اگر فقط بطلبید، او آماده و قادر به ایجاد تغییراتی است که شما بدان نیاز دارید.

در زندگی من و شما مشکلی وجود ندارد که در مقابل فیض خدا بزرگ باشد. اگر مشکل ما بزرگتر باشد، فیض خدا عظیم‌تر است. اگر مشکلات ما چند برابر شود، لطف خدا نیز چند برابر می‌شود تا بتوانیم از پس آنها برآیم.

برای خدا فرقی نمی‌کند که ما را از سه مشکل برهاند یا از یک یا دو مشکل، میزان مشکل ما تفاوتی برای او ندارد. بزرگترین مشکل ما، هنوز برای او بسیار کوچک است. خدا قادر به انجام هر کاری است، بنابراین با ایمان از او بطلبید و آرام باشید و بگذارید او عمل کند.

خدا هنگامی که ما را پذیرفت، همه نواقص و عیوب ما را می‌دانست. او هرگز به خاطر آنها ما را طرد نخواهد کرد.

خدا ضعیفان را برمی‌گزیند

«اما خدا آنچه را که دنیا جهالت می‌پندارد، برگزید تا حکیمان را خجل سازد؛ و آنچه را که دنیا ضعیف می‌شمارد، انتخاب کرد تا قدرتمندان را شرمنده سازد.»
(اول قرن‌تیاں ۱: ۲۷)

هنگامی که احساس ناامیدی می‌کنید، به یاد داشته باشید که خدا شما را برای هدفِ خاص خود انتخاب کرده است. هرچند خودتان احساس می‌کنید گزینهٔ مناسبی نیستید. با این کار، او دری کاملاً باز در مقابلتان قرار داده است تا فیض، رحمت و قدرت بی‌حد و حصر خود را برای تغییر زندگیتان به شما نشان دهد.

زمانی که خدا از هر یک از ما استفاده می‌کند، با وجود این که ممکن است همهٔ ما احساس عدم کفایت و بی‌لیاقتی داشته باشیم، متوجه می‌شویم که خاستگاه ما در خود ما نیست، بلکه فقط در اوست: «زیرا جهالتِ خدا از حکمتِ انسان حکیمانه‌تر و ناتوانیِ خدا از قدرتِ انسان تواناتر است.» (اول قرن‌تیاں ۱: ۲۵)

هر یک از ما سرنوشتی داریم و هیچ بهانه‌ای برای عدم تحقق آن وجود ندارد. نمی‌توانیم ضعف خود را بهانه کنیم؛ چون خدا می‌گوید که قدرت او در ضعف ما به کمال می‌رسد (دوم قرن‌تیاں ۱۲: ۹). نمی‌توانیم گذشته را بهانه کنیم، چون خدا از طریق پولس رسول به ما می‌گوید که اگر کسی در مسیح باشد، خلقتی تازه است، چیزهای کهنه درگذشت؛ هان، همه‌چیز تازه شده است (دوم قرن‌تیاں ۵: ۱۷).

با خودتان خلوت کنید و از احساسی که نسبت به خود دارید، فهرستی تهیه کنید. تصویری که از خود دارید چیست؟ آیا خود را آنگونه می‌بینید که به شکل خدا آفریده شده‌اید، احیاء شده و زندگی جدیدی یافته‌اید و او فقط منتظر است تا شما آن را مطالبه کنید؟

هر یک از ما می‌توانیم در هر آنچه خدا برایمان در نظر دارد، موفق شویم.

هرگز بهانه نیاورید

«خداوند برای شما خواهد جنگید؛ شما فقط آرام باشید.»

(خروج ۱۴: ۱۴)

متأسفانه، بسیاری از مردم همواره حقیقتی را که خدا برایشان آشکار می‌کند، قبول ندارند. رویارویی با نواقص خود و کنار آمدن با آنها دردناک است. ما تمایل داریم رفتار نادرست خود را توجیه کنیم. اجازه می‌دهیم گذشته و نحوه رشد ما، تأثیر منفی بر سایر قسمت‌های زندگیمان داشته باشد.

ممکن است گذشته ما بیان‌کننده رنج‌ها و سختی‌هایی که کشیده‌ایم باشد، اما مجبور نیستیم از آن به عنوان بهانه‌ای برای ماندن در بند و اسارت استفاده کنیم. هیچ کس عذر و بهانه‌ای ندارد؛ چون عیسا همواره آماده است تا به وعده خود مبنی بر آزادی ما، عمل نماید. او به ما نزدیک است و اگر بخواهیم تمام راه را با او طی کنیم، در هر مرحله ما را از خط پایان عبور خواهد داد.

خدا ما را رها نمی‌کند و درمانده نمی‌گذارد. او به ما وعده داده که اجازه نمی‌دهد بیش از توان خود آزموده و وسوسه شویم، بلکه همراه آزمایش‌ها، راه‌گریزی نیز فراهم می‌سازد تا تاب تحملش را داشته باشیم (اول قرنتیان ۱۰: ۱۳). ممکن است شما در زندگی خود قلعه‌های بزرگی داشته باشید که باید شکسته شوند. اجازه دهید شما را با این کلام تشویق کنم: «خدا با شماست!» در آن جنگ روحانی که در ذهنتان جریان دارد، خدا در کنار شما می‌جنگد.

مهم نیست وسوسه پیش رویمان چقدر بزرگ باشد، خدا وعده داده که هر آنچه برای گام برداشتن در پیروزی لازم داریم، به ما می‌بخشد.

برتر و بالاتر

«و خدا رئیس خواجه‌سرایان را بر آن داشت تا با نظر لطف و شفقت به دانیال بنگرد.»

(دانیال ۱: ۹)

داستان محبوبیت دانیال و کودکان عبری نزد پادشاه بابل ممکن است داستان آشنایی باشد، اما نباید این درس را فراموش کنیم که پس از دور شدن از خانه و خانواده‌شان، لطف ماورای طبیعی خدا نسبت به آنها چگونه بوده است.

قوم یهود به سبب گناهانشان علیه خداوند، به اسارت بابل درآمده بودند. در آن زمان، برخی از متعهدترین آنها، از جمله دانیال و سه نفر از دوستانش بودند که برای ملحق شدن به پادشاه بابل انتخاب شدند. به عنوان بخشی از دوره آموزش سه ساله، این مردان جوان باید از رژیم غذایی گوشت و شراب گران‌قیمتی که از سفره پادشاه تهیه شده بود، استفاده می‌کردند. با این حال، دانیال و دوستانش مصمم بودند که خود را با این نوع خوراک آلوده نکنند و خواستند که به آنها اجازه دهند از خوراک عبری خودشان بخورند. آنها از این که با عقاید بابلیان سازش کنند، امتناع کردند و گفته شده که خداوند رئیس خواجه‌سرایان را بر آن داشت تا با نظر «لطف، شفقت و مهربانی» بر دانیال بنگرد. آنان تا زمانی که آسیبی نمی‌دیدند، اجازه داشتند سبک غذایی خود را دنبال کنند. البته این شیوه غذایی، نه تنها به آنها آسیبی نرساند، بلکه باعث قوی‌تر شدن و سلامت بیشتر آنها گردید تا به عنوان مشاورانی قابل اطمینان انتخاب شوند.

همواره در اعتقاد و باور خود راسخ باشید و سازش نکنید؛ زیرا در نهایت، پادشاه خواهید یافت!

به جای آورنده کلام باشید

«به جای آورنده کلام باشید، نه فقط شنونده آن؛ خود را فریب مدهید!»

(یعقوب ۱: ۲۲)

خانمی را به یاد می‌آورم که در یکی از سمینارهایم شرکت کرده بود. او به شدت در تلاش بود از زخم‌های عاطفی که باعث ایجاد ناامنی و ترس در او شده بود، خلاص شود، اما به نظر می‌رسید هیچ کاری برایش مثمر ثمر واقع نمی‌شود. در پایان سمینار، به من گفت که حالا فهمیده چرا هرگز پیشرفتی نکرده است.

گفت: «جوئیس، من با گروهی از خانم‌ها قرار داشتم که بسیار مشکلات مشابه من داشتند. کم کم، خدا آنها را نجات داد. در حالی که به حرف آنها گوش می‌دادم، می‌شنیدم که می‌گویند: خدا مرا به سمت این کار هدایت کرد و من آن را انجام دادم. سپس مرا به کار دیگری هدایت کرد و من آن کار را کردم. فهمیدم که خدا به من هم گفته است که همان کارها را انجام دهم. تنها تفاوت در این بود که آنها به گفته خدا عمل می‌کردند و من این کار را نمی‌کردم.»

برای این که در رابطه‌ای نزدیک با خدا زندگی کنیم و آنچه را او وعده داده دریافت نماییم، باید از کلامش اطاعت کنیم. باید به جای آورنده کلام باشیم، نه شنونده آن. اطاعت از کلام نیاز به ثبات و کوشش دارد. بگذارید وقف شده و متعهد به پیروی از هدایت خدا باشیم.

راه خدا، کارآمد است! هیچ راه دیگری وجود ندارد. تصمیمی قاطعانه بگیرید که هر روز گام به گام از کلام او اطاعت کنید.

بنیادی بر صخره

«عیسا پرسید: شما چه می‌گویید؟ به نظر شما من کیستم؟ شمعون پطرس پاسخ داد: تویی مسیح، پسر خدای زنده!»

(متا ۱۶: ۱۵-۱۶)

هنگامی که پطرس گفت عیسا مسیح، پسر خدای زنده است، اعلام ایمان او بود. پطرس با بیان این عبارت، ایمان خود را نشان داد. گمان نمی‌کنم پطرس این عبارت را تصادفاً یا اتفاقی اعلام کرده باشد. فکر می‌کنم او این کار را با اطمینان و یقین انجام داد که عیسا تحت تأثیر قرار گرفت؛ چون بلافاصله به سوی پطرس برگشت و به او گفت خوشا به حال تو. سپس در ادامه گفت که بر این صخره، کلیسای خود را بنا می‌کند.

عیسا به عبارت دیگر به پطرس گفت: «اگر این ایمان را حفظ کنید، مانند صخره‌ای در زندگی‌تان خواهد بود و قادر خواهم بود پادشاهی خود را در شما و از طریق شما بنا کنم. ایمان شما موقعی توسعه می‌یابد که حتی دروازه‌های هاویه نیز بر آن استیلا نخواهد یافت.»

بارها در زندگیم پیش آمده که دلسرد شده‌ام و نمی‌دانستم چه کاری باید انجام دهم یا احساس می‌کردم هر کاری که می‌کنم هیچ فایده‌ای ندارد و همه مخالف من هستند. کلماتی که بارها و بارها می‌شنیدم، این بود: «فقط ایمان داشته باش!»

این وعده فقط برای پطرس نبود. عیسا همین حرف را به من و تو نیز می‌زند. فقط آن را باور کنید.

خدا را همچون پدر خود بدانید

«به ایشان گفت: هرگاه دعا می‌کنید، بگویید: ای پدر، نام تو مقدس باد، پادشاهی تو بیاید،...»

(لوقا ۱۱: ۲)

سال‌های زیادی «دعای ربانی» را می‌خواندم و اما در حقیقت خدا را به عنوان پدر خود نمی‌شناختم و هیچ نوع رابطه شخصی و نزدیکی با او نداشتم. فقط چیزهایی را که یاد گرفته بودم، تکرار می‌کردم.

اگر می‌خواهید به خداوند نزدیک‌تر شوید و زندگی دعایی مؤثری داشته باشید، باید خدا را پدر بدانید. هنگامی که شاگردان از عیسا خواستند دعا کردن را به آنها بیاموزد، دعایی را به آنها تعلیم داد که ما اسم آن را «دعای ربانی» گذاشته‌ایم. اما مهم‌تر از همه، عیسا این کار را با دستورالعملی به آنها شروع کرد که این‌گونه دعا کنند: «ای پدر ما که در آسمانی، نام تو مقدس باد...».

عیسا در حال نشان دادن رابطه‌ای خاص بود که هر ایمان‌داری باید (با خدا) ایجاد کند. او به آنها گفت اگر انتظار دارند با دعا نزد او بروند، می‌توانند با خدا به عنوان پدرشان رابطه داشته باشند. به عنوان کسی که از او می‌ترسد، به حضور خدا نروید؛ بلکه با او رابطه پدر و فرزندی برقرار نمایید. این رابطه صمیمی به شما این آزادی را خواهد داد که از او چیزهایی را بخواهید که اگر با او رابطه‌ای سخت و دور داشتید، نمی‌خواستید. پدر آسمانی، ما را دوست دارد و چشمان او همیشه به سوی ماست.

هنگامی که دعا می‌کنید، به یاد داشته باشید پدری دوست‌داشتنی دارید که به شما گوش می‌دهد.

تصمیم بگیرید که ادامه دهید

«... و اما شما ای برادران، هرگز از انجام کار درست خسته نشوید.»

(دوم تسالونیکیان ۳: ۱۳)

همه ما در دوران مختلف با ناامیدی روبه‌رو می‌شویم و باید با آن کنار بیاییم. هیچ شخصی وجود ندارد که اتفاقات زندگیش، آن‌گونه که می‌خواهد یا انتظار دارد، پیش برود.

وقتی همه‌چیز طبق برنامه ما پیش نمی‌رود یا موفق نمی‌شویم، اولین احساسی که داریم، ناامیدی است. این طبیعی است. احساس ناامیدی مشکلی ندارد. اما باید بدانیم که با این احساس باید چه کار کنیم، در غیر این صورت این امر به یک مسئله جدی‌تر تبدیل خواهد شد.

ما نمی‌توانیم در دنیا بدون تجربه ناامیدی زندگی کنیم، اما در عیسا همواره می‌توانیم دوباره مجهز شویم. پولس رسول درس مهمی را که در زندگی آموخته بود، چنین بیان می‌کند که گذشته را به فراموشی بسپارید و به سوی آنچه در پیش است، خود را به جلو بکشانید! (فیلیپیان ۳: ۱۳-۱۴)

هنگامی که ناامید می‌شوید، بلافاصله مجهز شوید، این دقیقاً همان کاری است که باید انجام دهیم. باید دلایل ناامیدی را کنار گذاشته و به سوی آنچه خدا برایمان در نظر دارد، پیش رویم. ما چشم‌انداز، برنامه، ایده و دورنمای جدید و ذهنیت تازه‌ای یافته‌ایم که باید بر آن تمرکز کنیم. باید تصمیم بگیریم که پیش رویم!

هر روز یک شروع کاملاً تازه است! می‌توانیم ناامیدی‌های دیروز را کنار بگذاریم و به خدا فرصت دهیم امروز کار شگفت‌انگیزی برایمان انجام دهد!

فیض او کافیست

«زیرا گناه بر شما فرمان نخواهد راند، چون زیر شریعت نیستید بلکه زیر فیض اید.»
(رومیان ۶: ۱۴)

فیض خدا بیش از گناه ما یا هر مشکلی است که شاید داشته باشیم. ممکن است احساس گناه کنید و وسوسه شوید که از حضور خدا دور شوید، اما او می‌خواهد شما به سوی او بروید، نه این که از او دور شوید.

همه ما گناه کرده‌ایم و از جلال خدا قاصر آمده‌ایم، اما راه حلی برای معضل ما از طریق عیسا ارائه شده است. او ما را از تمام شرم گناه آزاد ساخت و فیض خود را که با ایمان ساده دریافت می‌شود، به ما بخشید.

همه ما در زندگی خود چالش‌ها، جدال‌ها و وسوسه‌های زیادی داریم، اما خدا همواره در دسترس ماست تا به ما کمک کند. هیچ مشکلی نیست که برای او بزرگ باشد. ممکن است شما با کوهی از مشکلات روبه‌رو باشید، اما کوه فیض خدا بزرگتر است. حتا اگر لیاقت کمک خدا را نداشته باشیم، اگر با ایمانی کودکانه بطلبیم و ایمان بیاوریم، او همچنان در دسترس است!

خدا هرگز ما را به جایی نمی‌برد که نتواند از ما محافظت کند.
فیض او همواره و در هر شرایطی در زندگی برای ما کافیست.

کاری در حال انجام

«... کلام خدا، که از ما شنیدید، آن را نه چون سخنان انسان، بلکه چون کلام خدا پذیرفتید، چنان که به راستی نیز چنین است؛ همان کلام اکنون در میان شما که ایمان دارید، عمل می‌کند.»

(اول تسالونیکیان ۲: ۱۳)

من شما را تشویق می‌کنم که هر روز بگویید: «خدا هم‌اکنون در من کار می‌کند، او در حال تغییر دادن من است!» درباره آنچه کلام خدا می‌گوید، صحبت کنید نه آنچه احساس می‌کنید. وقتی ما فقط در مورد احساسات خود صحبت می‌کنیم، کلام خدا به سختی می‌تواند به شکلی موثر در ما عمل کند.

حینی که قدم برمی‌داریم تا همه آنچه در مسیح هستیم، باشیم، مرتکب اشتباهاتی خواهیم شد، همه ما مرتکب این اشتباهات می‌شویم. اما وقتی متوجه می‌شویم که خدا انتظار دارد بهترین کار را انجام دهیم، این فشار از روی ما برداشته می‌شود. او انتظار ندارد که ما کامل باشیم. اگر کامل بودیم، به منجی نیازی نداشتیم. فکر می‌کنم خدا همواره تعداد معینی نقص در ما باقی خواهد گذاشت، فقط برای این که بدانیم هر روز چقدر به عیسا نیازمندیم.

من واعظ کاملی نیستم. مواقعی هست که اشتباهاً چیزی می‌گویم، مواقعی بوده که باور داشتم چیزی از خدا شنیده‌ام و بعدا فهمیده‌ام که از خودم بوده است. بسیاری اوقات هست که به کمال مطلوب نمی‌رسم. ایمان کامل، نگرشی کامل، افکاری کامل و راه و روشی کامل ندارم.

عیسا می‌دانست که این اتفاق برای همه ما خواهد افتاد. به همین دلیل در شکافی بین کمال مطلوب خدا و نقص ما ایستاد. او مداوم برای ما شفاعت می‌کند؛ چون ما همیشه به شفاعت او نیازمندیم (عبرانیان ۷: ۲۵).

لازم نیست باور کنیم که خدا فقط در صورت عملکرد عالی ما را می‌پذیرد. می‌توانیم این حقیقت را باور کنیم که او ما را «در آن محبوب» می‌پذیرد (افسیسیان ۱: ۶).

شما اقتدار دارید

«اینک شما را اقتدار می‌بخشم که ماران و عقرب‌ها و تمامی قدرت دشمن را پایمال کنید، و هیچ چیز به شما آسیب نخواهد رسانید.»

(لوقا ۱۰: ۱۹)

بسیاری از ما ایمانداران، بزدل و ترسو، دچار ضعف در تصمیم‌گیری و مبتلا به نگرش «من نمی‌توانم» هستیم. چنین افرادی دچار کمبود قدرت روحانی هستند.

لازم نیست به خدا التماس کنیم تا به ما قدرت بدهد. فقط باید درک کنیم و بپذیریم که به ما قدرت داده شده و سپس در آنچه از قبل متعلق به ماست، گام برداریم. ما می‌توانیم «آگاهی و هوشیاری نسبت به اقتدار» را توسعه داده و تقویت کنیم؛ نگرشی پُر تکاپو و پر از قدرت.

خدا به ما قدرت روحانی برای جنگ روحانی بخشیده است. هنگامی که ایمان محکمی داشته باشیم، قدرت روحانی رها می‌شود. وقتی با ایمان به سمت خدا گام برمی‌داریم، می‌توانیم با نگرشی دشمن‌ستیزانه به هر موقعیتی نزدیک شویم. هنگامی که می‌دانیم در مسیح چه کسی هستیم، چقدر او مایل است به ما نزدیک شود، و درک قدرتی که کتاب مقدس می‌گوید از طریق ایمان از آن ماست، دیدگاهی مطمئن در ما به وجود می‌آورد.

آیا مشتاقید ایماندارِ قدرتمند باشید؟ سعی کنید با ایمانی کودکانه و ساده در هر موقعیت زندگی خود به خدا نزدیک شوید؛ ایمان داشته باشید که خدا نیکوست، او برنامه‌ای عالی برای زندگیتان دارد و در زندگی شما کار می‌کند.

شما قدرت و اقتدار نام عیسا را دارید. با اقتدار نام فاتح او قدم بردارید!

محبوبیت نزد خداوند

«و عیسا در قامت و حکمت، و در محبوبیت نزد خدا و مردم، ترقی می‌کرد.»
(لوقا ۲: ۵۲)

عیسا از کودکی به شکلی ماورای طبیعی مورد لطف خدا و انسان بود. در حقیقت هنگامی که او خدمت عمومی خود را آغاز کرد، چنان محبوبیتی داشت که به سختی می‌توانست زمانی را برای تنها دعا کردن و معاشرت با پدر آسمانی خود پیدا کند. حتا کسانی که به او ایمان نیاوردند، متوجه شدند که او از لطف خدا برخوردار است. هنگامی که فریسیان، نگهبانانی برای دستگیری عیسا فرستادند، آنها برگشتند و گفتند: «تاکنون، کسی چون این مرد سخن نگفته است!» (یوحنا ۴: ۴۶). این لطف و قدرت خاص عیسا، درست تا پایان زندگی اش حتا بر صلیب نیز شناخته شد (لوقا ۲۳: ۴۷-۴۸).

ما نیز که مورد لطف خدا قرار گرفته‌ایم، باید خود را چنین ببینیم. او ما را موجوداتی ضعیف، درمانده و گناهکار نمی‌داند. او ما را چنان می‌بیند که لباس پارسایی به تن کرده، کفش سلامتی پوشیده، با زره کامل خدا آراسته شده و شمشیر روح را که کلام خداوند است، به دست گرفته‌ایم (افسیان ۶: ۱۳-۱۷). این‌گونه است که باید خودمان را ببینیم.

فرزندان ما از لطف ما برخوردارند و هر وقت که بتوانیم به آنها کمک می‌کنیم. حال به این بیندیشید که چقدر بیشتر، ما که فرزندان خداییم، این امر در رابطه ما با او صدق می‌کند. مهم نیست که از نظر خودمان یا دیگران چطور به نظر می‌رسیم، هرگز نباید فراموش کنیم که خدا قادر است نور رحمتش را بر ما بتابد؛ درست مانند آنچه برای عیسا انجام داد!

خود را مانند خداوند عیسا ببینید و از ارث خود در او هیجان‌زده شوید.

فیض برای سفیر او بودن

«پس سفیران مسیح هستیم، به گونه‌ای که خدا از زبان ما شما را به آشتی می‌خواند.
ما از جانب مسیح از شما استعفا می‌کنیم که با خدا آشتی کنید.»
(دوم قرنتیان ۵: ۲۰)

یک بار در حالی که درباره‌ی خادمی مشهور و ایمان عظیم او مطالعه می‌کردم، تحت تأثیر تمامی کارهای شگفت‌انگیزی قرار گرفتم که او حین خدمتش انجام می‌داد. با خودم فکر می‌کردم: «خداوند، می‌دانم که فراخوانده شده‌ام، اما هرگز نمی‌توانم چنین کاری را انجام دهم.» فوراً، احساس کردم خداوند با قلبم سخن گفت: «چرا که نه؟ آیا تو به اندازه‌ی دیگران بزرگ نیستی؟»

می‌بینید، ما فکر می‌کنیم خدا به دنبال افرادی است که همه‌ی ویژگی‌های لازم را داشته باشند و به قولی «شایسته» باشند؛ اما این‌طور نیست. کلام خدا می‌گوید خدا آنچه را که دنیا جهالت می‌پندارد، برگزید تا حکیمان را خجل سازد (اول قرنتیان ۱: ۲۷). او به دنبال کسانی است که خود را فروتن می‌کنند و به او اجازه می‌دهند تا اراده‌اش را از طریق آنها انجام دهد.

اگر مراقب باشید که مغرور نشوید، خداوند می‌تواند به اندازه‌ی مردان و زنان بزرگ خود از شما استفاده کند. او ما را به دلیل توانایی‌مان انتخاب نمی‌کند، بلکه خود به سادگی در دسترس ماست. این نیز بخشی از فیض و لطف خداست که وقتی ما را به عنوان سفیران شخصی مسیح انتخاب می‌کند، رحمتش را بر ما می‌ریزد.

خدا می‌خواهد شما رویایی برای زندگی خود داشته باشید.
می‌خواهد وقتی به او ایمان می‌آورید، با فیض او گام بردارید.

باش!

"در نبرد نیکوی ایمان پیکار کن و به دست آور آن حیات جاویدان را که بدان فراخوانده شدی، آن هنگام که در برابر شهود بسیار، اعتراف نیکو را کردی."
(اول تیموتائوس ۶: ۱۲)

درست همان طور که پولس رسول می گوید جنگ نیکوی ایمان را جنگیده ام (دوم تیموتائوس ۴: ۷)، به شاگرد جوان خود، تیموتائوس نیز می گوید تا نبرد نیکوی ایمان را بجنگد. این بدان معناست که ما باید همواره به خدا اعتماد کنیم و هرگز تسلیم نشویم!

یک قسمت از جنگ نیکوی ایمان، شناخت دشمن است. تا زمانی که ما منفعل باشیم، شیطان ما را آزار خواهد داد. اگر تنها کاری که می کنیم این باشد که فقط بنشینیم و آرزو کنیم همه چیز تغییر کند، هیچ تغییری در وضعیت ما ایجاد نخواهد شد. ما می توانیم دست به کار شویم. اغلب، هنگامی که دشمن با دلسردی، ترس، تردید یا گناه به سراغ ما می آید، علیه او حرکتی نمی کنیم. به دروغ های او گوش می دهیم، در حالی که باید به او بگوییم دور شو!

من و شما مجبور نیستیم کیسه مشت زنی شیطان باشیم، بلکه به جای آن باید مبارز باشیم. ما می توانیم ایمانی راسخ داشته باشیم و بدانیم که خدا نیکوست و اتفاقات خوبی برای ما رخ خواهد داد.

خدا وفادار است و اگر تسلیم شیطان نشویم، شاهد برکت خدا در زندگی خود خواهیم بود. محکم بایستید! بجنگید! سپر ایمان خود را بردارید! خدا در کنار شماست و اگر از او اطاعت کنید، غیرممکن است در جنگ ها شکست بخورید.

هنگامی که شیطان می خواهد جای پای خود را محکم کند، علیه او بایستید؛ بدین ترتیب او هرگز دژی بنا نخواهد کرد.

کار خدا در زندگی ما

"و همه ما که با چهره بی نقاب، جلال خداوند را، چنان که در آینه‌ای، می‌نگریم، به صورت همان تصویر، از جلال به جلالی فزون‌تر دگرگون می‌شویم؛ و این از خداوند سرچشمه می‌گیرد که روح است."

(دوم قرنیتان ۳: ۱۸)

خدا ما را از درجه‌ای از جلال به درجه‌ای دیگر تغییر می‌دهد، اما فراموش نکنید در حالی که به سمت سطحی بالاتر می‌روید، از شکوهی که اکنون در آن هستید، لذت ببرید. خود را با دیگران مقایسه نکنید، یا آنچه را که خدا برای شما انجام می‌دهد، با آنچه برای آنان به عمل می‌آورد، مقایسه نکنید. هر یک از ما اشخاصی منحصر به فرد هستیم و خدا با آگاهی از آنچه می‌داند ما بدان نیاز داریم، رفتاری متفاوت با ما خواهد داشت.

ممکن است در طول روز متوجه تغییرات نشوید، اما می‌خواهم ایمان شما را برانگیزانم تا باور کنید خدا درست همان‌طور که گفته است، در حال عمل کردن است. این را به یاد داشته باشید: ما پس از آن که ایمان می‌آوریم، عمل دست خدا را می‌بینیم نه پیش از آن. ما به خاطر آنچه که نیستیم با خود می‌جنگیم، در حالی که می‌توانیم برای تمام آنچه که هستیم، خدا را ستایش و پرستش کنیم. درحالی که او را به سبب آنچه که هست می‌پرستیم، در زندگی خود شاهد اتفاقاتی خواهیم بود که هرگز خودمان نمی‌توانستیم باعث به وجود آمدن آنها باشیم.

درحالی که خدا را می‌پرستیم، از ناامیدی رهایی می‌یابیم. ما در حضور خدا آرامی می‌یابیم و بیش از هر زمان دیگری از زندگی لذت می‌بریم. نقص‌هایی که داریم از بین می‌روند و شخصیت خدا در زندگی ما نمایان می‌شود.

هنگامی که ایمان خود را به خدا نشان می‌دهیم، او شروع به کار کردن در زندگی ما می‌کند.

دیگر تظاهر نکنید

«زیرا ساخته دست خداییم، و در مسیح عیسا آفریده شده‌ایم تا کارهای نیک انجام دهیم، کارهایی که خدا از پیش مهیا کرد تا در آنها گام برداریم.»
(افسیان ۲: ۱۰)

من سال‌های زیادی، فردی بدبخت، ناراضی و غمگین بودم. با این حال، مانند بسیاری از مردم، همچنان وانمود می‌کردم همه‌چیز خوب است. ما انسان‌ها به خاطر دیگران، نمی‌خواهیم کسی از درماندگی مان آگاه شود؛ پس تظاهر می‌کنیم تا مجبور نشویم با مسائل دشوار روبه‌رو شویم و آنها را حل و فصل کنیم.

شاید این توصیف‌گر شخصیت شما باشد. شاید شما بدانید این که کسی در درون دارای یک شخصیت و در بیرون شخصیت دیگری داشته باشد، به چه معناست. من در زندگیم تظاهر می‌کردم که اعتماد به نفس دارم و از برخی جهات نیز دارای اعتماد به نفس بودم. با این حال، اعتماد به نفس بسیار کمی داشتم؛ به عبارتی اعتماد به نفس من بر اساس آنچه در مسیح بودم، نبود. این امر طبق تأیید دیگران و بر اساس ظاهر و دستاوردهای من و سایر عوامل بیرونی بود. اگر ظاهر از من گرفته می‌شد، ترسان بودم بر همگان آشکار می‌شد.

روزی فرا رسید که فهمیدم باید با حقیقت روبه‌رو شوم و دست از تظاهر بردارم. هنگامی که حقیقتاً قلب خود را باز می‌کنیم و اجازه می‌دهیم خدا در زندگی ما کار کند، می‌توانیم جلوی تظاهر به آنچه که نیستیم را بگیریم. می‌توانیم خوشحال و آزاد باشیم و از شخصی که خدا از طریق هر یک از ما به وجود آورده، لذت ببریم.

هرگز واقعاً آزاد نخواهیم بود تا زمانی که بتوانیم بدون تظاهر زندگی کنیم و از آنچه که هستیم، خشنود باشیم.

کمک روح القدس

«آنان که نفسانی هستند، به آنچه از نفس است می‌اندیشند، اما آنان که روحانی‌اند، به آنچه از روح است.»

(رومیان ۸: ۵)

رومیان ۸: ۵ به ما تعلیم می‌دهد که اگر به آنچه نفسانی است «بیندیشیم»، در نفس گام برمی‌داریم. اما اگر به آنچه روحانی است «بیندیشیم»، در روح گام برخواهیم داشت. اعمال ما پیرو افکار ما هستند!

بگذارید به طریقی دیگر با شما سخن بگویم: اگر به افکار جسمانی، افکار غلط و افکار منفی فکر کنیم، نمی‌توانیم در روح گام برداریم. به این شکل به نظر می‌رسد که تفکر الهی، ضرورتی حیاتی برای یک زندگی موفق مسیحی است.

ممکن است زندگیتان به دلیل سال‌ها تفکر غلط در وضعیت آشفته‌ای باشد. اگر چنین است، بسیار مهم است که با این واقعیت کنار بیایید که تا زمانی که ذهن شما به این شیوه عمل می‌کند، زندگیتان درست نخواهد شد. شما باید این موارد را به عنوان ضرورتی حیاتی در نظر بگیرید.

از خدا بطلبید به شما کمک کند تا به چیزهایی بیندیشید که او می‌خواهد. تنها با عزم راسخ نمی‌توانید بر هیچ مشکلی غلبه کنید. تصمیم‌گیری بسیار مهم است، اما تصمیمی که مطابق با اراده روح القدس باشد نه با تلاش جسمانی خودتان. روح القدس به شما نزدیک است. او یاور شماست، کمک او را بطلبید. به او تکیه کنید. شما می‌توانید با یاری او، آن را به انجام برسانید.

کنترل زندگی خود را به روح القدس بدهید. او شما را به سوی اراده کامل خدا سوق خواهد داد که شامل برکات فراوان، صلح و شادی است.

حلقه گمشده

"و بر خاندان داوود و بر ساکنان اورشلیم روح فیض و دعاهاى ملتسانه را خواهم ریخت ..."

(زکریا ۱۲: ۱۰)

پیغام فیض خدا، مهم‌ترین پیغامی است که روح‌القدس در خدمت خود به من انتقال داده است. پیش از آن که درباره قدرت روحانی فیض بیاموزم، تمامی تجربه مسیحی من، یک مبارزه بود. به نظرم عدم آموزش فیض به مردم، حلقه گمشده در مسیر ایمان است.

فیض، قدرتی از جانب روح‌القدس است که برای انجام هر کاری که باید در زندگی‌مان انجام شود، در دسترس است و همچنین قدرتی است که برای ایجاد تغییر و تداوم، بدان نیازمندیم. این توانایی و قدرت خداست که به ازای درخواست ما به شکلی رایگان در دسترس ما قرار می‌گیرد. فیض خدا از طریق ایمان دریافت می‌شود. ایمان، بهایی نیست که بتوان برکات خدا را با آن خرید، بلکه دستی است که آن برکات را دریافت می‌کند.

تنها شنیدن کلمه «فیض» برای من مایه تسلی است. همیشه به یاد داشته باشید که احساس ناامیدی شما به این دلیل است که با تلاش انسانی خود وارد عمل شده‌اید و باید دوباره به سوی قدرت خدا بازگردید. فیض، شما را قوی و آرام می‌کند؛ اعمال جسمانی، شما را ضعیف، ناتوان، ناامید و خشمگین می‌کند. در تمامی کارهایی که امروزه و هر روز انجام می‌دهید، به خدا متکی باشید؛ زیرا جدا از او هیچ کاری نمی‌توانید انجام دهید (یوحنا ۱۵: ۵).

نه تنها فیضی را که موجب نجات می‌شود، دریافت کنید، بلکه فیض، فیض و فیض بیشتر را دریافت نمایید تا بتوانید پیروزمندانه زندگی کنید و عیسا را در زندگی روزمره خود جلال دهید.

بخشش را دریافت کرده و گناهان خود را فراموش کنید

«... از آن رو که تقصیر ایشان را خواهم آمرزید و گناهشان را دیگر به یاد نخواهم آورد.»

(ارمیا ۳۱: ۳۴)

مهم نیست که چه مشکلی دارید یا چه احساس بدی نسبت به خود دارید، خدا شما را دوست دارد و می‌خواهد رابطه‌ی نزدیکی با شما داشته باشد. او در عیسی مسیح، زندگی جدیدی به شما بخشیده است. او به شما خانواده‌ای جدید از دوستان مسیحی می‌دهد تا شما را محبت کنند و بپذیرند و از شما حمایت نمایند. شما به خاطر عیسی مسیح که در درونتان زندگی و از شما مراقبت می‌کند، از حیات پیروزمندانه لذت خواهید برد.

هنگامی که مرتکب گناه می‌شوید، می‌توانید توبه کنید و بخشش را دریافت نمایید. زمانی که خدا گناهی را در زندگیتان به شما نشان می‌دهد، فقط با او موافقت کنید و از نیکویی او در شگفت باشید. خدا نه تنها ما را می‌بخشد، بلکه وعده می‌دهد که گناهان ما را فراموش خواهد کرد.

رحمت خدا عجیب است و با دریافت محبت، بخشش و فیضش می‌توانیم یاد بگیریم که چگونه آن را به افرادی که در زندگی به ما آسیب زده‌اند و ناامیدمان کرده‌اند، بدهیم. اگر از کسی عصبانی هستید، پیشنهاد می‌کنم همان فیضی را که خدا به شما عطا کرده است، توسعه دهید. هر چه بیشتر اجازه دهید عشق خدا از طریق شما به سوی دیگران جاری شود، خوشبخت‌تر خواهید بود.

فیض خدا هر روز صبح تازه می‌شود. هر روز می‌توانیم مکان تازه‌ای را برای شروع پیدا کنیم.

از ایمان به ایمان

«زیرا در انجیل، آن پارسایی که از خداست به ظهور می‌رسد، که از آغاز تا به انجام بر پایه ایمان است. چنان‌که نوشته شده است: "پارسا به ایمان زیست خواهد کرد." (رومیان ۱: ۱۷)

هدف من همواره این است که از ایمان به ایمان زندگی کنم. چندین سال پیش خداوند برایم مکاشفه کرد: «جویس، تو اغلب از ایمان به ایمان همراه با تردید و ناباوری می‌روی و سپس به ایمان با شک و تردید و ناباوری برمی‌گردی!».

گاهی اوقات ما در زندگی بیش از حد دچار عدم ثبات می‌شویم. گاهی اعتماد به نفس داریم و برخی مواقع ترسانیم؛ گاهی نگرش مثبت داریم، سپس منفی می‌شویم، یا ایمان داریم اما سپس به آن شک می‌کنیم. همان‌طور که در یعقوب ۳: ۱۰ می‌بینیم، این ناپایداری حتی در گفتار ما نیز مشهود است: «از یک دهان، هم ستایش بیرون می‌آید، هم نفرین! ای برادران من، شایسته نیست چنین باشد.»

مطمئنم که همواره ایمان داشتن و هرگز شک نکردن تقریباً غیرممکن به نظر می‌رسد، اما حتی اگر برای انسان غیرممکن باشد، برای خدا همه چیز ممکن است. بیایید به خدا اعتماد کنیم که به ما کمک می‌کند از ایمان به ایمان برویم و همواره به او اطمینان داشته باشیم.

بگذارید هر کاری که می‌کنید با ایمان انجام شود، با اعتماد به این‌که خدا با شماست و آماده است تا کمکتان کند!

جسور باشید

«پس آزادانه به تخت فیض نزدیک شویم تا رحمت بیابیم و فیضی را حاصل کنیم که به هنگام نیاز یاریمان دهد.»

(عبرانیان ۴: ۱۶)

هنگامی که من و شما دعا می‌کنیم باید به عنوان ایمان‌داران به خدا نزدیک شویم نه گدایان. به یاد داشته باشید طبق عبرانیان ۴: ۱۶، ما می‌توانیم آزادانه به تخت فیض نزدیک شویم، نه مسکینانه و نه با گستاخی بلکه با شجاعت و جسارت. حتما تعادل را حفظ کنید. مؤدب اما جسور باشید. با اطمینان به خدا نزدیک شوید. باور کنید او از دعای شما لذت می‌برد و آماده پاسخگویی به هر درخواستی مطابق با خواست و اراده خویش است.

ما به عنوان ایمان‌داران باید کلام خدا را که خواست اوست، بشناسیم. هرچه بیشتر کلام خدا را مطالعه کنیم، بیشتر در ارتباط با خواسته خود اطمینان می‌یابیم.

درحالی که من و شما با جسارت به حضور تخت فیض خدا می‌آییم و ایمان را مطابق کلام او و در نام پسرش عیسی مسیح می‌طلبیم، درخواست‌های خود را به حضورش می‌آوریم.

نه به این دلیل که ما کامل و شایسته هستیم یا این که خدا به ما بدهکار است، بلکه بدان خاطر که او ما را دوست دارد و می‌خواهد آنچه را در زندگی نیاز داریم، به ما ببخشد.

عیسا با ریختن خون خود، میراثی باشکوه برای ما خریداری کرده است. ما به عنوان هم‌ارث با او، می‌توانیم جسورانه دعا کنیم.

ریشه تلخی

«مواظب باشید کسی از فیض خدا محروم نشود، و هیچ ریشه تلخی نمو نکند، مبادا موجب ناآرامی شود و بسیاری را آلوده کند.»

(عبرانیان ۱۲: ۱۵)

هنگامی که اجازه می‌دهیم عدم بخشش به زندگی ما راه یابد، پر از کینه و تلخی می‌شویم. تلخی به آن چیزی گفته می‌شود که برای ذائقه، زنده یا تند باشد. به یاد داریم هنگامی که قوم اسرائیل قصد داشتند از مصر بیرون رانده شوند، از طرف خداوند به آنها گفته شد که یک وعده غذایی عید فصح تهیه کنند که شامل گیاهان تلخ باشد. چرا؟ خدا می‌خواست این گیاهان تلخ، یادآور تلخی‌ای باشند که آنها در اسارت مصر تجربه کرده بودند. تلخی همواره با اسارت همراه است. تلخی چگونه شروع می‌شود؟ از ریشه‌ای نشات می‌گیرد که ترجمه هزاره [۲] از آن به عنوان ریشه تلخی یاد کرده است. ریشه تلخی از بذر عدم بخشش است که همواره میوه تلخی به بار می‌آورد.

تلخی، ناشی از خطاهایی است که مردم در قبال ما مرتکب می‌شوند و دیگر ما آن خاطره را رها نمی‌کنیم، مرتب آنها را با خود تکرار می‌کنیم و چنین اشتباهات یا کاستی‌هایی بیش از حد بزرگ می‌شوند. هر چه بیشتر به آنها اجازه رشد و خرابی بدهیم، ریشه آنها عمیق‌تر می‌شود. یاد بگیرید زود توبه کنید؛ چون هر چه سریع‌تر این کار را انجام دهید، کار خودتان آسان‌تر خواهد شد!

ریشه تلخی، تمام وجود ما را آلوده می‌کند و بر نگرش و رفتار ما، دیدگاه و روابط ما، به ویژه رابطه ما با خدا اثر می‌گذارد.

رهايش كن

«در دل خویش زود خشمگین مشو، زیرا خشم در دامن احمقان منزل می‌گزیند.»
(جامعه ۷: ۹)

در زندگی موارد خاصی وجود دارد که حدودی برایشان قائلیم؛ به عنوان نمونه می‌توانید کنترل کنید که با چه اشخاصی وقت می‌گذرانید، چه می‌خورید و چه موقع به رختخواب می‌روید. اما موارد بسیار دیگری نیز وجود دارد که از کنترل شما خارج هستند، مانند آنچه دیگران در مورد شما می‌گویند یا لاستیک پنچری که هنگام کار با آن روبه‌رو می‌شوید. نحوه پاسخگویی شما به مواردی که نمی‌توانید آنها را کنترل کنید - بدون توجه به بزرگی یا کوچکی آن - اغلب میزان استرس و کیفیت زندگی و سلامتی شما را تعیین می‌کند.

در مورد برخورد با مواردی که نمی‌توانید آنها را کنترل کنید، دو پیشنهاد برایتان دارم: اول، اگر نمی‌توانید وضعیت را کنترل کنید، مسئولیت آن را برعهده نگیرید، و دوم، باید بگویم: «تمام تلاش خود را بکنید، دعا کنید، و بگذارید خدا بقیه کارها را انجام دهد.»

کسانی که به طور منظم از چیزهای خارج از کنترل خود ناراحت می‌شوند، از بسیاری جهات رنج می‌برند. افرادی که آنها را رها می‌کنند، خیلی بهتر عمل می‌کنند. رها کردن بعضی چیزها به معنای اهمیت ندادن به آنها نیست؛ این بدان معنی است که شما این واقعیت را پذیرفته‌اید که در آن زمان نمی‌توانید کاری برای تغییر آنها انجام دهید. وقتی لاستیک ماشین پنچر می‌شود، حفظ آرامش برای تعمیر یا تعویض آن منطقی به نظر می‌رسد؛ این که عصبانی شوید و به لاستیک لگد بزنید، جواب نمی‌دهد. اگر هنگام وقوع حوادث، به شکلی مناسب با عوامل اضطرابی روبه‌رو شوید، در نهایت به خاطر ناامیدی از دست اندازهای اجتناب‌ناپذیر جاده زندگی، منفجر نمی‌شوید.

خدا قادر است حتی از ناراحتی یا ناامیدی به خیریت شما استفاده کند. او درست همان‌جا با شماست و کنترل امور را در دست دارد. اگر برای انجام کارها به او اعتماد داشته باشید، می‌توانید با آرامش، لذت و قدرت، زندگی پرفرازو نشیب را طی کنید.

خود را از دست ندهید

«هر که بخواهد جان خود را حفظ کند، آن را از دست خواهد داد و هر که جان خود را به خاطر من از دست بدهد، آن را حفظ خواهد کرد.»

(متا ۱۰: ۳۹)

زندگی گاهی همچون پلکانی مارپیچ است و گم شدن در آن آسان است. به نظر می‌رسد همه انتظار دارند که ما شخص متفاوتی باشیم. از هر طرف به ما فشار می‌آورند تا دیگران را راضی نگه داریم و نیازهای آنها را برآورده نماییم. هنگامی که سعی می‌کنیم به آن شخصی تبدیل شویم که دیگران می‌خواهند باشیم، در این روند ممکن است خودمان را گم کنیم. شاید نتوانیم متوجه شویم که هدف خدا برای ما چیست، چون در تلاشیم تا دیگران را راضی نگه داریم و در عین حال خودمان راضی و خشنود نیستیم.

سال‌های مدیدی سعی می‌کردم شخصی باشم که نبودم و خودم را کاملاً گنج کرده بودم. گاهی مجبور می‌شدم از این چرخه خارج شوم و سؤالاتی از این قبیل از خود بپرسم: "برای چه کسی زندگی می‌کنم؟ چرا این کارها را می‌کنم؟ آیا من فقط برای راضی نگه داشتن مردم زندگی می‌کنم؟ آیا زندگی من حقیقتاً در اراده خداست؟"

آیا شما هم خودتان را گم کرده‌اید؟ آیا در حالی که احساس ناکامی می‌کنید، از تلاش برای پاسخگویی به تمام خواسته‌های دیگران ناامید شده‌اید؟ در این صورت می‌توانید موضع خود را مشخص کنید و مصمم باشید که از هویت، جهت و خواندگی خود، -اراده خدا برای زندگیتان- مطلع شوید. بدین ترتیب به خدا نزدیک می‌شوید و با درک اراده او برای زندگیتان و انجام آن، پیش می‌روید.

اگر قلب خود را برای انجام اراده خدا به او تقدیم کرده‌اید، خود واقعی‌تان را پیدا خواهید کرد.

عیسا صخره شامست

«زیرا همه وعده‌های خدا در مسیح «آری» است و به همین جهت در اوست که ما «آمین» را بر زبان می‌آوریم، تا خدا جلال یابد.»

(دوم قرن تیان ۱: ۲۰)

در چندین قسمت در کتاب مقدس، به عنوان مثال در اول قرن تیان ۱۰: ۴، به عیسا به عنوان صخره اشاره شده است. پولس رسول ادامه می‌دهد و در کولسیان ۲: ۷ به ما می‌گوید که باید در عیسا ریشه بگیریم و بنا شویم.

اگر ریشه‌هایمان را به دور عیسا مسیح بیچیم، وضعیت خوبی خواهیم داشت. اما اگر آنها را به دور هر چیز یا شخص دیگری بیچیم، دچار مشکل خواهیم شد.

هیچ شخص یا چیزی به اندازه عیسا نیرومند و قابل اعتماد نخواهد بود. به همین دلیل باید عیسا را به مردم معرفی کنیم. انسان‌ها همواره مستعد شکست هستند. اما عیسا چنین نیست. به او امید داشته باشید که کامل و تغییرناپذیر است، نه بر انسان، نه بر شرایط و نه بر هیچ چیز یا شخص دیگری.

اگر ایمان و امید خود را بر صخره نجات قرار ندهید، ناامید خواهید شد و چنین حسی منجر به دلسردی و ویرانی می‌شود. باید چنان به محبت خدا نسبت به خود اطمینان داشته باشیم که مهم نباشد چه چیزی علیه ماست و در اعماق وجود خود باید بدانیم که او با ماست و هرگز ما را ناامید نخواهد کرد.

ما جدا از مسیح هیچ توانایی در خود نداریم. بدون خدا، درمانده‌ایم؛ اما با او هیچ کاری برای ما غیرممکن نیست.

ضرورتی حیاتی

"اگر میوه نیکو می‌خواهید، درخت شما باید نیکو باشد؛ زیرا درخت بد میوه بد خواهد داد. درخت را از میوه‌اش می‌توان شناخت."

(متا ۱۲: ۳۳)

از نظر فرد ایمان‌دار، درست‌اندیشی مانند ضربان قلب یا فشار خون امری مهم و حیاتی است و به راحتی نمی‌توان بدون آن زندگی کرد. مواردی هم در زندگی هستند که این چنین‌اند. منبع زندگی و منشاء تفکر صحیح ما در مشارکت منظم و شخصی ما با خدا از طریق دعا و کلام است.

کتاب مقدس می‌گوید، درخت را از میوه‌اش می‌توان شناخت. در زندگی ما نیز همین امر صادق است. افکار ثمر می‌دهند. فکرای نیکو داشته باشید، ثمره زندگی شما نیکو خواهد بود. اگر به افکار بد بپردازید، ثمره زندگی شما بد خواهد بود.

در حقیقت، می‌توانید نگرش یک شخص را ببینید و بدانید که چه نوع تفکری در زندگی او جریان دارد. یک فرد شیرین و مهربان، افکار پست و انتقام‌جویانه ندارد. به همین منوال، یک شخص شرور نیز افکاری نیکو و دوست‌داشتنی ندارد. امروز در حالی که روز خود را می‌گذرانید، تشویقتان می‌کنم همان‌گونه که یک شخص در قلب خود می‌اندیشد، به افکار سالم، مثبت و خداپسندانه فکر کنید و به آنها اجازه دهید مسیر زندگی شما را رقم بزنند (امثال ۲۳: ۷، ترجمه قدیمی).

هر چه زمان بیشتری را در کلام خدا سپری کنید، نپذیرفتن افکار غلط و انتخاب افکار صحیح آسان‌تر خواهد بود.

لطف خاص

«... چقدر بیشتر پدر شما که در آسمان است به آنان که از او بخواهند، هدایای نیکو خواهد بخشید.»

(متا ۷: ۱۱)

هر یک از ما دوست داریم مورد لطف و توجه قرار بگیریم. آیا این غرور است؟ نه، در صورتی که این احساس از طرف خدا باشد و نه از روی جاه‌طلبی‌های شخصی یا تلاش‌های خودخواهانه خودمان برای جلب توجه.

صادقانه بگویم، دیدن شخصیت خدا در یک شخص، بسیار لذت‌بخش است، همچنین جالب است که ببینم خدا به کسی توجه خاصی می‌کند یا او را به نوعی ارجح می‌داند. دیدن این که او در زندگی یک شخصی با قدرت کار می‌کند، باعث ستایش و شکرگزاری حقیقی می‌شود.

مورد لطف و توجه خدا قرار گرفتن همواره لذت‌بخش است. اما به نظر می‌رسد آن گونه که دلمان می‌خواهد این اتفاق نمی‌افتد. ما بخشی از مشکل هستیم. خدا می‌خواهد کارهای فراوانی برای ما انجام دهد، اما نمی‌تواند، چون ما نمی‌خواهیم. یک دلیل که ما درخواست نمی‌کنیم، این است که احساس می‌کنیم لیاقت آن را نداریم. ولی هیچ یک از ما شایسته لطف نیستیم، اما اگر از خدا بطلبیم، مورد لطف او قرار می‌گیریم.

وقت آن است که باور کنیم خدا می‌خواهد ما را برکت دهد. او دوست دارد که مورد لطف و رحمت او قرار بگیریم. امروز به عنوان فرزند باز خرید، بخشیده شده و محبوب خدا این را در قلب خود بپذیرید: شما مردمک چشم خدا هستید. او شما را دوست دارد!

پدر آسمانی ما می‌خواهد فرزندانش بایستند و تبدیل به اشخاصی شوند که پسرش، عیسی مسیح جانش را برای آنها داد.

در همه وقت

«خداوند را در همه وقت متبارک خواهیم خواند؛ ستایش وی همواره بر زبان من خواهد بود.»

(مزمور ۳۴: ۱)

ایمان و توکل به خدا به معنای عملی است که مرتب انجام می‌شود نه هرچند وقت یکبار یا گهگاه؛ ما می‌توانیم همواره با ایمان زندگی کنیم. با کمک خدا می‌توانیم یاد بگیریم هنگامی که همه چیز خوب است و همچنین زمانی که اوضاع سخت و دشوار است، با اعتماد به او زندگی کنیم. در شرایط خوب، اعتماد کردن به خدا آسان است، اما وقتی اوضاع چالش برانگیز می‌شود و تصمیم می‌گیریم به خدا اعتماد کنیم، شخصیت ما رشد خواهد کرد.

مزمور ۳۴: ۱ ما را تشویق می‌کند که خداوند را همواره متبارک خوانیم. چندین آیه دیگر در کتاب مقدس هست که نشان می‌دهند برخی کارها را در همه وقت و نه فقط در شرایط مناسب یا هنگامی که حس خوبی داریم باید انجام دهیم، از جمله: مقاومت کردن در برابر شریر در همه وقت، ایمان داشتن به خدا در همه وقت، محبت کردن دیگران در همه وقت.

وسوسه در زندگی ما، یک مهمان دائمی است و تا زمانی که ما روی این کره خاکی هستیم، باید احساسات، حالات و کلام خود را به انضباط درآوریم تا در هر شرایط و موقعیتی که هستیم، در ثبات، آرامش و ملایمت باقی بمانیم. این امر برای ما این امکان را فراهم می‌آورد که با خدا مشارکت داشته باشیم و در خوشی روح او گام برداریم.

از آنجا که می‌توانید افکار خود را انتخاب کنید، در صورت بروز شک و تردید، می‌توانید آنها را تشخیص داده و بگویید: «نه، متشکرم» و ایمان خود را حفظ کنید!

به رهبری روح القدس دعا کنید

«اما شما ای عزیزان، خویشتان را بر ایمان بس مقدس خود بنا کنید و در روح القدس دعا نمایید.»

(یهودا ۲۰)

همانطور که افسسیان ۶: ۱۸ به ما می‌گوید باید در همه وقت، با همه نوع دعا و تمنا دعا کنیم، همچنین از زبان یهودا گفته شده که دعاهای ما باید «در روح القدس» باشد. پولس رسول در رومیان ۸: ۲۶ به ما می‌گوید که وقتی نمی‌دانیم چگونه باید دعا کنید، روح القدس در ضعف به یاری‌مان می‌آید.

روح قدوس خدا در درون ماست که ما را برمی‌انگیزاند و برای دعا هدایت می‌کند. به جای تعلل می‌توانیم یاد بگیریم به محض این که هدایت روح را احساس کردیم، تسلیم آن شویم. این بخشی از آموزش دعا کردن با همه نوع دعا و تمنا، در همه وقت و در هر جایی که هستیم و هر کاری که انجام می‌دهیم، است.

شعار ما می‌تواند مانند این سرود قدیمی باشد: «هرگاه روح القدس در قلبم به حرکت درآید، دعا خواهم کرد». اگر بدانیم هر موقع و در هر مکان می‌توانیم دعا کنیم، دیگر احساس دوری از خدا نخواهیم کرد و احساس نمی‌کنیم که برای دعا کردن باید فقط منتظر لحظه یا مکانی مناسب باشیم.

هنگامی که به واسطه روح القدس هدایت می‌شویم، می‌دانیم که دعای ما به تخت فیض خدا رسیده و مستجاب می‌شود.

از روح القدس بطلبید در هر کاری که انجام می‌دهید، دخالت کند.
او یاور شماست و منتظر است تا شما از او درخواست نمایید.

شادی و آرامشی ساده

«زیرا پادشاهی خدا خوردن و نوشیدن نیست، بلکه پارسایی، سلامتی و شادی در روح القدس است.»

(رومیان ۱۴: ۱۷)

سال‌ها پیش، این‌طور فکر می‌کردم: زندگی نباید این‌قدر پیچیده باشد. همیشه چیزی در کمین بود و دائماً شادی مرا می‌زدید. سپس دریافتم که به جای ایمان، شک می‌کنم. نسبت به خواندگی خدا در زندگی‌م شک داشتم و فکر می‌کردم آیا او نیازهای مرا برآورده می‌کند، یا تصمیمات و اقدامات مرا زیر سؤال می‌برد. من به جای نگرش مثبت، دارای نگرش منفی بودم. به جای ایمان داشتن، شک می‌کردم.

شک همه‌چیز را پیچیده می‌کند. از دریچه قلب شما عبور کرده، ذهنتان را با استدلالاتی که منجر به منفی‌گرایی می‌شود، پُر می‌سازد. پیرامون شرایط و موقعیت‌های زندگی شما می‌چرخد و تلاش می‌کند برای آنها پاسخی پیدا کند.

کلام خدا به ما تعلیم نمی‌دهد که در جستجوی پاسخ‌های خود باشیم، بلکه به ما تعلیم می‌دهد با تمام دل و جان خود بر خدا توکل کنیم (امثال ۳: ۵). هنگامی که از رهنمودهای ساده‌ای که خداوند برایمان در نظر گرفته، پیروی می‌کنیم، بدون تردید به واسطه آنها به او نزدیک‌تر می‌شویم و با چنین گام‌هایی، در شادی و آرامش زندگی می‌کنیم.

زمانی که شک و تردید در می‌زند، با ایمان قلبی پاسخ دهید، به این طریق همواره پیروز خواهید بود.

شادی هرگز از طریق بی‌ایمانی ایجاد نمی‌شود، بلکه همواره در جایی خواهد بود که ایمان حاضر است.

تسلیم شدن یک گزینه نیست

"و چشمان خود را بر قهرمان و مظهر کامل ایمان یعنی عیسا بدوزیم..."
(عبرانیان ۱۲: ۲)

استعداد نمی‌خواهد که تسلیم شوید و کنار جاده زندگی دراز شوید و بگویید: «تسلیم شدم!»؛ هر کسی، چه ایمان‌دار باشد و چه نباشد، می‌تواند این کار را انجام دهد.

تسلیم شدن یک وسوسه است و همه ما در مواقعی با آن روبه‌رو می‌شویم، اما زمانی که به عیسا نزدیک می‌شوید یا بهتر بگوییم، وقتی او به شما نزدیک می‌شود، به شما نیرو، انرژی و شجاعت می‌بخشد و اتفاقات شگفت‌انگیزی رخ می‌دهد، او باعث می‌شود شما بخواهید به جلو حرکت کنید!

من عادت داشتم تسلیم شوم و همه چیز را رها کنم. اما اکنون از رختخواب بلند می‌شوم و روزی تازه و جدید را شروع می‌کنم. روز خود را با دعا، مطالعه کتاب مقدس، صحبت کردن درباره کلام و طلبیدن خدا آغاز می‌کنم.

هنگامی که احساس کردید اشتیاق یا وسوسه تسلیم شدن را دارید، تسلیم نشوید. به عیسا نگاه کنید و از او الگو بگیرید. او حتا در سخت‌ترین شرایط به جلو حرکت کرد و به شما نیز قدرت می‌دهد تا همان کار را انجام دهید. او رهبر و مظهر کامل ایمان شماست.

بیایید امروز تصمیمی بگیریم: هر چه بادا باد، ما ادامه خواهیم داد، مهم نیست که چه اتفاقی می‌افتد، نگاه ما به عیساست.

امور دل

«دل خویش را با مراقبت تمام پاس بدار،؛ زیرا سرچشمه امور حیاتی است.»
(امثال ۴: ۲۳)

دل ما بیانگر افکار و عمیق‌ترین قسمت‌های وجود ماست. مهم این است که ما با قلبی پاک خدا را خدمت کنیم. ممکن است یک شخص کار درست را انجام دهد اما با این حال با دلی راست آن را انجام ندهد. اَمصیای پادشاه چنین مردی بود. گفته شده که او همه کارهای درست را به جا می‌آورد، اما دلش راست نبود، از این رو خدا از او خشنود نبود (دوم تواریخ ۲۵: ۲).

وقت گذاشتن برای بررسی راستی و صداقت انگیزه‌هایمان ممکن است دردناک باشد، اما ارزشمند است. خدمت کامل به خدا همان چیزی است که ما را به او نزدیک‌تر می‌کند.

کتاب مقدس می‌گوید نباید کارهای خوب را برای این انجام دهیم که دیگران ما را ببینند و یا برای تحت تأثیر قرار دادن دیگران دعا کنیم. اگر کاری را به خاطر خداوند انجام می‌دهیم، پس پاداش ما نیز از جانب او خواهد بود.

وقت بگذارید و با دعا به تمام کارهایی که می‌کنید، نگاهی بیندازید و از خدا بخواهید اگر انگیزه‌های شما ناپاک است، برایتان آشکار کند. اگر این‌طور است، پس با کمک خدا می‌توانید تغییری ایجاد کنید. همان کاری را که باور دارید حقیقتاً خواست خدا برای شماست، انجام دهید و آن را برای جلال دادن او بکنید. هنگامی که این کار را کردید، صمیمیت و نزدیکی شما با خدا بیشتر می‌شود.

خدا بیش از آن که ما چه کاری انجام می‌دهیم، به چرایی انجام کارها توجه دارد. مردم اعمال ما را می‌بینند، اما خدا دل ما را می‌بیند!

شما شکست خورده نیستید

«و ریاست‌ها و قدرت‌ها را خلع‌سلاح کرده، در نظر همگان رسوا ساخت و به وسیلهٔ صلیب بر آنها پیروز شد.»

(کولسیان ۲: ۱۵)

کسانی که مورد آزار و اذیت و طردشدگی قرار گرفته‌اند، اغلب فاقد اعتماد به نفس هستند. چنین افرادی دچار احساس شرم و گناه می‌شوند و از خود تصویر بسیارضعیفی دارند. شیطان این را می‌داند و در هر زمان و هر کجا که بتواند روزنه‌ای پیدا کند، به اعتماد به نفس شخص حمله می‌کند. هدف او این است که مردم باور کنند شکست خورده‌اند.

شیطان می‌داند شخصی که فاقد اعتماد به نفس است، هرگز برای انجام کارهایی که واقعاً به آنها مایل است، قدم برنمی‌دارد. او نمی‌خواهد شما نقشهٔ خدا را برای زندگی خود به انجام برسانید. اگر بتواند شما را به این باور برساند که ناتوان هستید، حتی سعی نخواهد کرد کار ارزشمندی را به انجام برسانید. در واقع اگر تلاش هم بکنید، ترس از شکست - به دلیل کمبود اعتماد به نفس که احتمالاً از همان ابتدا انتظارش را داشتید، شکست شما را تضمین می‌کند. این از جمله مواردی است که از آن به عنوان «سندرم شکست» یاد می‌شود. مردم به دلیل باورهای نادرست، شکست می‌خورند و به دلیل شکست نیز به باورهای غلط خود ادامه می‌دهند. سخت است که بدانید کدام یک از آنها اول ایجاد شده است، اما آنها خود را در دامی می‌یابند که به نظر می‌رسد نمی‌توانند از آن خارج شوند.

عیسا، شیطان را شکست داد و روی صلیب بر او پیروز شد و پیروزی او از آن ماست. شما می‌توانید سندروم شکست را مغلوب سازید؛ زیرا به واسطه مسیح، برتر از پیروزمندان هستید (رومیان ۸: ۳۷).

پیروزی خدا که روی صلیب خریداری شده، کامل و تمام و کمال است.

به حرکت ادامه دهید

«پطرس پاسخ داد: سرور من، اگر تویی، مرا بفرما تا روی آب نزد تو بیایم. فرمود: بیا! آنگاه پطرس از قایق بیرون آمد و روی آب به سوی عیسا به راه افتاد.»
(متا ۱۴: ۲۸-۲۹)

هنگامی که پطرس به فرمان عیسا از قایق خارج شد، کاری کرد که قبلاً هرگز انجام نداده بود. تا زمانی که ایمان خود را حفظ کرد، موفق شد؛ اما وقتی ترس بر او آمد، شروع به غرق شدن کرد!

اشتباه پطرس این بود که فکرش مشغول طوفان شد. زمانی که او بر شرایط پیرامون خود بیش از نجات‌دهنده‌ای که نزدیکش بود تمرکز کرد، ایمانش را از دست داد و شک کرد.

رومیان ۴: ۱۸-۲۱ به ما می‌گویند که ابراهیم در مواجهه با شرایط دشوار در ایمان خود تردید نکرد. او از وضعیت خود آگاه بود، اما بر خلاف پطرس درگیر آن نشد. همین ایمان مصمم و متمرکز بود که ابراهیم را به جلو سوق داد.

معتقدم که من و شما می‌توانیم از اشتباه پطرس و نمونه ابراهیم درس بگیریم. می‌توانیم نسبت به شرایط خود آگاه باشیم اما درگیر آنها نشویم. می‌توانیم عمداً ذهن خود را معطوف به عیسا مسیح کنیم و با ایمان به او اعتماد کنیم که او معجزه مورد نیاز ما را فراهم خواهد کرد.

هنگامی که طوفان وارد زندگیتان شد، نگاه خود را به عیسا بدوزید و مصمم باشید که هر چقدر امواج بلندتر باشند، با او قدم بردارید.

دعا کنید و نترسید

«زیرا روحی که خدا به ما بخشیده، نه روح ترس، بلکه روح قوت و محبت و انضباط است.»

(دوم تیموتائوس ۱: ۷)

خدا می‌خواهد ما برای همه چیز دعا کنیم و از هیچ چیز نترسیم. اگر بیشتر دعا کنیم، کمتر نگران باشیم و ترس کمتری به خود راه دهیم، وارد رابطه شخصی نزدیکتر و عمیق‌تری با خداوند خواهیم شد. تیموتائوس می‌گوید خدا روح ترس را به ما نداده است. بنابراین هنگامی که احساس ترس می‌کنیم، این از طرف خدا نیست، بلکه از شیطان است. شیطان سعی می‌کند انواع ترس، بیم و هراس را در ما ایجاد کند و ما می‌توانیم احساس خود را چنان درگیر کنیم که دعا را فراموش نماییم.

اگر ابراهیم، یوشع یا داوود زمانی که وظایف آنها سنگین به نظر می‌رسید، به زانو درمی‌آمدند، هرگز خدا را به عنوان مهیاکننده عظیم خود تجربه نمی‌کردند. صحبت کردن با خدا و وقت گذاشتن در کلام او به شما این قدرت را می‌بخشد که هنگام ترس در مقابل آن مقاومت کنید. زمانی که کلام را وارد قلبتان می‌کنید، در صورت نیاز، این کلام از درون شما به بیرون می‌جوشد. معتقدم که باید کلام خدا را با صدای بلند اعتراف کنیم و دعاهای خود را با کلام خدا پُر سازیم. ممکن است شیطان از شما نترسد، اما او از کلام خدا که با ایمان از دهان یک ایمان‌دار گفته می‌شود، می‌ترسد.

نمی‌توان ترس را از بین برد، اما باید با آن مقابله کرد. دعا و کلام خدا دو سلاح قدرتمند هستند؛ بنابراین بگذارید از آنها بهره‌مند شوید!

با دعا زره خدا را بپوشید و در برابر تمام تیرهای آتشین دشمن بایستید.

برکت بطلبید، لعن نکنید

«برای کسانی که به شما آزار می‌رسانند، برکت بطلبید؛ برکت بطلبید و لعن نکنید!»
(رومیان ۱۲: ۱۴)

خدا در کلامش به ما تعلیم می‌دهد که دیگران را ببخشیم و سپس آنها را برکت دهیم. در رومیان ۱۲: ۱۴، کلمهٔ برکت به معنای «به نیکویی صحبت کردن است.» این بخشش به افرادی که لزوماً شایستهٔ آن نیستند، نیز داده می‌شود و ما باید دعا کنیم که آنها نیز برکت بیابند. باید از خدا بخواهیم اگر نیاز به هر تغییری در نگرش و رفتار آنهاست، با حقیقت و مکاشفه بر آنها آشکار سازد و به آنها کمک کند تا توبه کرده و از گناهان خود آزاد شوند.

انتقام می‌گوید: «تو با من بدرفتاری کردی، بنابراین من نیز با تو بدرفتاری خواهم کرد!»، بخشش می‌گوید: «تو با من بدرفتاری کردی، بنابراین من می‌خواهم تو را ببخشم، تو را باز یابم و با تو به گونه‌ای رفتار کنم که انگار هرگز به من آسیب نرساندی!». چه برکتی است که می‌توان دیگران را بخشید و بخشش را دریافت کرد. رحمت کن، رحمت خواهی یافت!

بخشش یکی از صفات خداست که در نحوهٔ برخورد او با قومش مشاهده می‌شود. هنگامی که ما شایستهٔ طرد شدن هستیم، بخشش به ما نزدیک می‌شود. بخشش زمانی که شایستهٔ داوری هستیم، با ما به نیکویی رفتار می‌کند. وقتی مستحق طرد شدن کامل هستیم، بخشش ما را می‌پذیرد و برکت می‌دهد. بخشش، نقاط ضعف ما را درک می‌کند و دربارهٔ ما قضاوت و داوری نمی‌کند. زمانی که حقیقتاً قدر بخششی که خدا به ما نشان داده را می‌دانیم، سریعاً همان بخشش را نسبت به سایر افراد خواهیم داشت.

اگر بگوییم می‌بخشیم، اما بعد برگردیم و با زبان خود آن شخص متخلف را نفرین کنیم یا این که آن رنجش و دلخوری را دائماً با دیگران در میان بگذاریم، بخشش هرگز مؤثر نخواهد بود.

شادی بیشتر

«دل شادمان داروی شفا بخش است، اما روح افسرده استخوان‌ها را خشک می‌کند.»
(امثال ۱۷: ۲۲)

درک من از شادی این است که طیف گسترده‌ای از احساسات، از لذت آرامش تا خوشی بی‌نهایت را شامل می‌شود. اوقات خنده‌دار، سرگرم‌کننده هستند و همه ما نیاز داریم که به آن لحظات بخندیم، آنقدر که از خنده دل‌درد بگیریم. احتمالاً زندگی روزانه خود را به این شکل سپری نمی‌کنیم، اما به آن‌ها نیاز داریم. چرا خدا توانایی خندیدن را به ما می‌دهد؟

به عنوان مسیحیان، می‌توانیم توانایی لذت بردن از زندگی را در خود پرورش دهیم و بگوییم: «من زندگی خود را در لذتی آرام‌بخش سپری می‌کنم!» فکر می‌کنم لذت آرامی، ترکیبی از آرامش و خوشی است.

برخی از کلمات یونانی مربوط به شادی در کتاب مقدس به معنی لذت، خوشی، شادی بیش از حد، سرشار از مسرت، خوشی کردن، شادمانی بسیار، لذت مفرط هستند. همچنین شنیده‌ام به عنوان مثال، لذت یا شادی عظیم، منبع خشنودی و رضایت؛ پُر شدن از شادی یا لذت بردن، تعریف شده است.

هر یک از تعاریف را که ترجیح دهید، با واقعیت غم‌انگیزی روبه‌رو می‌شوید که تعداد معدودی از ایمان‌داران خوشی و شادی خداوند را می‌شناسند. اجازه ندهید یک روز دیگر بدون تجربه پادشاهی خدا سپری شود که مرکز آن، پارسایی، سلامتی و شادی در روح القدس است (رومیان ۱۴: ۱۷).

هیچ چیز به اندازه زنده بودن و لذت نبردن از زندگی، غم‌انگیز نیست.

تعمق در کارهای خدا

«در پایان، ای برادران، هرآنچه راست است، هرآنچه والا است، هرآنچه درست است، هرآنچه پاک است، هرآنچه دوست‌داشتنی و هرآنچه ستودنی است، بدان بیندیشید. اگر چیزی عالی است و شایان ستایش، در آن تأمل کنید.»

(فیلبیان ۴: ۸)

آیا می‌دانستید احساسات شما به افکارتان متصل است؟ اگر فکر می‌کنید این امر حقیقت ندارد، تنها بیست دقیقه وقت بگذارید و به چیزی جز مشکلات خود فکر نکنید. می‌توانم به شما این اطمینان را بدهم که در پایان بیست دقیقه، احساسات و حتی شاید چهره شما تغییر کرده باشد.

یک روز از خواب بلند شدم و به مشکلی که داشتم فکر می‌کردم. ناگهان روح خداوند با من صحبت کرد. او به من گفت: «جویس، می‌خواهی با مشکل خود همراه شوی یا با من؟»

هنگامی که ناامید می‌شوید، دور هم ننشینید و برای خودتان دلسوزی کنید. هر چقدر دشوار به نظر برسد، انتخاب با ماست. می‌توانیم مشارکت نزدیک با مشکلاتمان را برگزینیم یا مشارکت صمیمانه با خدا را انتخاب کنیم. می‌توانیم تا زمانی که کاملاً دلسرد و سرخورده شویم، اجازه دهیم افکارمان در مشکلاتمان غرق شوند یا اینکه می‌توانیم توجه خود را به همه چیزهای خوبی که در زندگی برایمان اتفاق افتاده است و همه برکاتی که خدا همچنان برای ما در روزهای آتی ذخیره کرده است، متمرکز کنیم.

افکار ما، کلماتی خاموش هستند که فقط خداوند و ما می‌شنویم، اما این کلمات بر انسان باطنی، سلامتی، شادی و نگرش ما تأثیر می‌گذارند.

ایمان‌دار باایمان باشید

«پس همان‌گونه که روح‌القدس می‌فرماید: امروز، اگر صدای او را می‌شنوید، دل خود را سخت مسازید، چنان‌که در ایام ترمز کردید، به هنگام آزمایش در بیابان.»
(عبرانیان ۳: ۷-۸)

در رساله عبرانیان باب ۳، به دو وضعیت دل اشاره شده که اشتباه است: یکی دل سخت و دیگری دل بی‌ایمان. در بیابان، دل سخت باعث عصیان بنی‌اسرائیل شد. شخصی که دلی سخت دارد، نمی‌تواند خدا را باور کند، این مشکلی اساسی است؛ چون هر آنچه از خدا می‌گیریم، به واسطهٔ ایمان حاصل می‌شود. برای دریافت از او، تنها کاری که باید انجام دهیم، این است که با ایمانی ساده و کودکانه به حضور او بیاییم و فقط ایمان داشته باشیم.

ما خود را ایماندار می‌نامیم، اما حقیقت این است که تعداد زیادی «ایماندار بی‌ایمان» وجود دارد. من برای مدتی طولانی، یکی از آنها بودم. در دوران کودکی بسیار آسیب دیده بودم و دلم سخت شده بود و خدا می‌بایست موانع را در زندگی من از بین می‌برد.

حتما موسا در بیابان به جایی رسید که با بی‌رمقی به خدا ایمان داشت. به همین دلیل بسیار مهم است که از نظر روحانی هوشیار باشیم تا بتوانیم سریع باور کنیم و روز به روز با ایمان گام برداریم. می‌توانیم با دقت انتخاب کنیم که از ایمان به ایمان حرکت نماییم و با هیچ شک و بی‌ایمانی آمیخته نشویم. اگر بخواهیم در ارتباطی نزدیک با خدا زندگی کنیم، داشتن دلی با ایمان ضروری است.

عیسا می‌خواهد جان شما را که شامل عواطفتان نیز می‌شود، احیا نماید. اجازه دهید عیسا وارد بخش‌هایی از زندگی شما شود که هیچ‌کس دیگری نمی‌تواند به آنها دسترسی پیدا کند. از او بطلبید تا شما را به شخصی تبدیل کند که قلبی چون او دارد.

در پی خدا

«جان من به تو چسبیده است، و دست راست مرا حمایت می‌کند.»

(مزمور ۶۳: ۸)

به یاد می‌آورم سال‌ها پیش وقتی متوجه شدم خوشی من گذراست، و عمیق و قانع‌کننده نیست، خلائی در درونم احساس کردم. رابطه من با خدا تقریباً شبیه بنی‌اسرائیل بود که فقط از دور می‌توانستند خدا را ببینند؛ در حالی که موسا با خدا رو در رو صحبت می‌کرد. می‌خواستم با خدا صمیمانه‌تر گام بردارم، اما نمی‌دانستم چگونه این کار را انجام دهم.

شاید شما هم در حال تجربه همان چیزی باشید که من پشت سر گذاشتم. من با قاعده و قانون زندگی می‌کردم، کارهایی را که کلیسایم تعلیم می‌داد، انجام می‌دادم و انتظار داشتم کارهای خوب روزانه من باعث ایجاد صلح، شادی و قدرت روحانی‌ای شود که کتاب مقدس وعده می‌داد. اما به جای آن، خودم را در ناامیدی عمیقی یافتم که به نظر می‌رسید هیچ چیزی جواب نمی‌دهد. این تا زمانی بود که آموخم از «انجام دادن خیلی کارها» برای خدا دست بردارم و فقط «با او در ارتباط باشم» تا در آرامش و خشنودی خدا زندگی کنم.

اگر شما نیز برکات و قدرت خدا را می‌خواهید، او را بطلبید و در پی او باشید. کارهای دیگر را کنار بگذارید و به دنبال او بروید. آنچه را که داوود در مزمور ۲۷: ۴ درباره آن صحبت کرده، انجام دهید: خود را تنها به یک چیز، یعنی حضور آشکار خدا متعهد کنید.

تنها چیزی که حقیقتاً آرزوی درون را برآورده می‌کند، شناخت صمیمانه‌تر امروز خدا نسبت به دیروز است.

تنها اعتماد به خدا

«اینان ارابه‌ها و آنان اسبها را، اما ما نام یهوه خدای خود را ذکر خواهیم کرد.»
(مزمور ۲۰: ۷)

برای موفقیت در هر کاری، داشتن اعتماد به نفس امری ضروری است، اما قبل از هر چیز باید به خدا و وعده‌های او اعتماد داشته باشید، نه اعتماد به هیچ چیز دیگری. به عنوان ایمان‌دار، ما می‌توانیم به محبت، نیکویی و بخشش خدا اطمینان داشته باشیم. این اعتماد به ما اطمینان می‌بخشد که پدر آسمانی مایل است که ما موفق و پیروز شویم.

خدا ما را برای شکست نیافریده است. ممکن است در مسیر موفقیت، در برخی موارد شکست بخوریم، اما اگر به او اعتماد کنیم، او حتا اشتباهات ما را برمی‌دارد و آنها را بهر خیریت ما به کار می‌برد (رومیان ۸: ۲۸).

عبرانیان ۳: ۶ به ما می‌گوید: «... آزادی خود را حفظ کنیم و در مباحثات به امید خود [در مسیح] همچنان پایدار بمانیم.» باید متوجه باشیم اگر اعتماد به نفس خود را حفظ کنیم، با یک خطا، کار به پایان نمی‌رسد.

همگی ما سرنوشتی داریم، اما تنها به این دلیل که مقدر شده تا کاری را انجام دهیم، به این معنا نیست که آن اتفاق به خودی خود رخ می‌دهد. حینی که خدا، من و خدمت مرا پرورش می‌داد، چیزهای زیادی را پشت سر گذاشتم. گهگاه در زندگی، اعتماد به نفس خود را در ارتباط با خواندگی‌ام از دست می‌دادم. هر بار باید به خدا توکل می‌کردم و پیش از آن که دوباره پیش روم، اعتماد خود را بر او قرار می‌دادم. این امر در مورد شما هم صادق است. هنگامی که وسوسه می‌شوید تا اعتماد خود را از دست بدهید، به خدا نزدیک شوید و به او اعتماد و توکل کنید.

اعتماد خود را تنها بر خدا قرار دهید؛ او باعث موفقیت حقیقی شما خواهد شد.

دعای شکرگزاری

«در هر وضعی شکرگزار باشید، زیرا این است اراده خدا برای شما در مسیح عیسا.»
(اول تسالونیکیان ۵: ۱۸)

پولس رسول پس از آن که در اول تسالونیکیان ۵: ۱۷ به ما تعلیم می‌دهد پیوسته دعا کنیم، در آیه ۱۸ ما را هدایت می‌کند تا در هر وضعیتی شکرگزار باشیم؛ چون به قول او: این است اراده خدا برای ما. همان‌طور که دعا یک شیوه زندگی برای نزدیک‌تر شدن به خداست، شکرگزاری نیز همین‌گونه است.

شکرگزاری کردن از خدا کاری نیست که ما روزی یک بار انجام دهیم؛ به گونه‌ای که جایی بنشینیم و به همه کارهای خوبی که برای ما انجام داده فکر کنیم و فقط بگوییم: «خداوند، سپاس!»، یا کاری نیست که تنها وقت غذا خوردن انجام دهیم. چنین کاری مذهبی و پوچ است و ما صرفاً به این دلیل این کار را انجام می‌دهیم که فکر می‌کنیم خدا بدان نیاز دارد.

شکرگزاری واقعی، به طور پیوسته از دلی جاری می‌شود که مملو از قدردانی و ستایش نسبت به خود خداست به همان اندازه‌ای که وقتی کاری برایمان انجام می‌دهد. این نوع شکرگزاری برای برآورده شدن نیازی، جلب توجه کردن، به دست آوردن پیروزی یا واجد شرایط بودن برای دریافت برکت، صورت نمی‌گیرد.

خدای پدر مشتاق آن نوع شکرگزاری است که صمیمانه است و به طور دائم از ما می‌جوشد؛ چون ما نیز به طور پیوسته می‌بینیم و تشخیص می‌دهیم که خدا در همه حال چقدر نیکوست. اجازه دهید شکرگزار باشیم و این‌گونه سخن بگوییم!

همواره شکرگزار باشید، به طور پیوسته قدردانی کنید، نام او را با دعای پرستش و ستایش اعلام کنید و جلال دهید.

هر هدیه نیکو

«از پُری او ما همه بهره‌مند شدیم، فیض از پی فیض.»

(یوحنا ۱: ۱۶)

من و شما امروز می‌توانیم در پیروزی زندگی کنیم؛ چون روح‌القدس به زندگی ما قدرت می‌بخشد و دعا کردن را به ما تعلیم می‌دهد. او به ما کمک می‌کند تا آنچه را که نیاز داریم، از خدا بطلبیم، به جای آن که خودمان به تنهایی امور را به دست بگیریم.

روح‌القدس تنها کسی است که هر هدیه نیکو را در زندگی شما فراهم آورده و هر آنچه را که نیاز دارید، برایتان تدارک می‌بیند. نقش‌های گوناگون او به عنوان تسلی‌دهنده، مشاور، مددکار، شفیع، مدافع، تقویت‌کننده و همیشه حاضر را می‌توان به این شکل خلاصه کرد: هدف او این است تا حد امکان به ما نزدیک شود و زندگی ما باعث جلال خدا گردد.

خدا به تمام جزئیات زندگی شما علاقه‌مند است. او می‌خواهد در هر زمینه‌ای از زندگیتان به شما کمک کند. او همواره کنار ما می‌ایستد و منتظر اولین فرصت است تا وارد شده و کمک و قدرت لازم را به ما ببخشد. آنچه را که نیاز دارید، بطلبید. ما به دست نمی‌آوریم، از آن رو که درخواست نمی‌کنیم (یعقوب ۴: ۲)، بنابراین بطلبید، بطلبید و باز هم بطلبید. بخواهید تا بیابید و شادی‌تان کامل شود (یوحنا ۱۶: ۲۴).

سهم خدا این است که فیض و روح خود را به ما ببخشد؛ سهم ما این است که کمک او را بطلبیم و خود را به عنوان ظرفی به او تقدیم کنیم تا از طریق ما عمل کند.

بخشش در مقابل احساسات

«در حضور خداوند آرام باش، و صبورانه انتظار او را بکش! به سبب آنان که در راه‌های خویش کامرانند، و نقشه‌های پلید خود را به اجرا درمی‌آورند، خویشتن را مکدر مساز! از خشم بازایست و غضب را ترک نما! خویشتن را مکدر مساز، که جز به شرارت نمی‌انجامد.»

(مزمور ۳۷: ۷-۸)

شاید بزرگترین تصور اشتباه در مورد بخشش، این انگاره باشد که اگر احساسات شخص تغییر نکرده باشد، پس او نبخشیده است. بسیاری این طرز تفکر اشتباه را دارند. تصمیم می‌گیرند کسی را که به آنها آسیب رسانده ببخشند، اما اگر همچنان خشم و رنجیدگی در خود احساس کنند، فکر می‌کنند که آن فرد را به طور کامل نبخشیده‌اند.

ممکن است مطیع خداوند باشید و تصمیماتی مطابق کتاب مقدس بگیرید و همچنان برای مدت‌ها «احساس» شما نسبت به قبل از تصمیم برای بخشش، هیچ تغییری نکرده باشد. این جایی است که ایمان می‌تواند شما را پیش ببرد. شما سهم خود را انجام داده‌اید و اکنون منتظر هستید تا خدا عمل کند. سهم او این است که احساسات شما را شفا دهد تا احساس خوبی داشته باشید و زخمی نشوید. شما قدرت تصمیم‌گیری برای بخشیدن دیگران را دارید، اما تنها خداست که قدرت تغییر احساسات نسبت به کسی را دارد که به شما آسیب رسانده است. شفا زمان می‌برد. بنابراین اگر همه‌چیز را به یک باره «احساس نمی‌کنید»، بی‌حوصله و ناامید نشوید. کنترل امور در دستان خداست و او کاری شگفت‌انگیز در شما و زندگیتان انجام می‌دهد.

تصمیم بگیرید از خدا اطاعت کنید و به او اعتماد نمایید تا قلبتان را تغییر دهد. در نهایت، احساسات شما، تابع تصمیم‌تان می‌گردد.

از آزمایشات عبور کنید

«اما تو ای خداوند لشکرها و ای داور عادل که آزماینده دل و ذهنی، بگذار انتقامی را که از ایشان می‌کشی، ببینم، زیرا که دعوی خویش نزد تو آورده‌ام.»
(ارمیا ۱۱: ۲۰)

تمام زندگی ما پُر از چالش‌هایی است که تصمیم، اراده و چگونگی شخصیت ما را می‌آزمایند؛ آزمایشاتی که ممکن است ما را تقویت کرده و از این طریق، وارد رابطه عمیق‌تری با خدا کنند. این روابط به ما کمک می‌کنند تا خود را بهتر بشناسیم و در تعیین نقاط ضعف شخصیت‌مان نیز مفید هستند.

چگونه چیزی آزمایش می‌شود؟ فشار وارد می‌آید و کیفیت عملکرد آن تحت فشار سنجیده می‌شود. خدا اجازه می‌دهد آزمایشاتی وارد زندگی ما شود تا هم نقاط قوت و هم نقاط ضعف‌مان آشکار گردد. هدف ما همواره باید گذراندن آزمایش‌ها باشد نه امتناع از آنها. آزمایشات همیشه قبل از پیشرفت می‌آیند! اگر به دنبال ترقی و پیشرفت هستید، باید امتحاناتی که خدا برایتان مشخص کرده، بگذرانید.

یعقوب رسول می‌گوید آزمایشات، آنچه را که درون ماست، ظاهر می‌سازد (یعقوب ۱: ۲-۴)، و من شخصاً طبق تجربه به این حقیقت دست یافته‌ام. آزمایش‌ها، حوزه‌هایی که در خدا رشد کرده‌ایم و همچنین قسمت‌هایی که هنوز در مورد آنها نیاز به کمک داریم را نشان می‌دهند. نکته خوبی است، چون اگر از نقاط ضعف خود آگاه نباشیم، نمی‌توانیم در هر زمینه‌ای رشد کنیم.

شخصیت، در سختی‌ها و فشارها نمایان می‌شود.

زندگی را جشن بگیرید

«آدمی را چیزی بهتر از آن نیست که بخورد و بنوشد و از محنت خویش خرسند باشد. من دریافته‌ام که این به راستی از جانب خداست.»

(جامعه ۲: ۲۴)

می‌توان زندگی را از طریق کار کردن و رسیدن به موفقیت با ملایمت سپری کرد؛ اما هرگز نمی‌توان با این چیزها به شکلی واقعی از زندگی لذت برد. این نیز حقیقت دارد که برخی یاد نگرفته‌اند زندگی‌ای را که خدا به آنها بخشیده، حقیقتاً بپذیرند و دوست داشته باشند.

لذت بردن از زندگی در واقع تصمیمی است که بر پایه‌ی امری بیش از شرایط خوشایند بنا شده است. این یک نگرش و تصمیم قلبی است که از همه چیز لذت ببریم؛ زیرا همه چیز حتماً آنچه خرد و ناچیز به نظر می‌آید، در «تصویر کلی» خدا برای زندگی ما نقش ایفا می‌کنند.

خوشی ما در عیسا یافت می‌شود و اگر تمام کارهایی که انجام می‌دهیم، با او و برای او باشد، در این صورت می‌توانیم حقیقتاً از همه آنها لذت ببریم. حتماً هنگامی که مشکل داریم و انتظار حل شدن آنها را می‌کشیم، باز هم می‌توانیم از زندگی خود لذت ببریم. شک و بی‌ایمانی، دزد شادی هستند، اما ایمان ساده و کودکانه شادی و خوشی‌ای را که در روح ما ساکن است، آزاد می‌کند؛ چون روح‌القدس در آن ساکن است. همواره به خدا اعتماد کنید و از حضور او لذت ببرید! زندگی شما هدیه‌ای از طرف اوست، پس قدر آن را بدانید و شاد باشید!

می‌توانید زیستن در شادی خدا را جشن بگیرید و هر روزه از زندگی خود با او لذت ببرید!

شغال‌ها را بگیرید

«شغالان را برای ما بگیرید، شغالان کوچک را که تاکستان‌ها را خراب می‌کنند...»
(غزل غزل‌ها ۲: ۱۵)

ناامیدی اندک می‌تواند درماندگی ایجاد کند، که به نوبه خود ممکن است منجر به مشکلات بزرگتری شود و خسارت فراوانی به بار آورد.

علاوه بر ناامیدی‌های بزرگی که هنگام عدم موفقیت در ارتقای شغلی یا شکست برای خرید خانه مورد نظر اتفاق می‌افتد، ممکن است به همان اندازه از آزارهای جزئی نیز ناراحت شویم. به عنوان مثال، فرض کنید منتظر شخصی هستید که برای ناهار با شما قرار ملاقات دارد، ولی دیر می‌کند یا فرض کنید برای گردش به مرکز خرید می‌روید تا برخی از جنس‌های تخفیف خورده را خریداری کنید، اما می‌بینید که همه فروخته شده‌اند.

این نوع ناامیدی‌ها جزئی هستند، اما می‌توانند جمع شوند و باعث اندوه بسیار شوند. به همین دلیل است که باید بدانیم چگونه از پس آنها برآییم و دورنمایی از آنها داشته باشیم. در غیراین صورت، ممکن است از کنترل خارج شده و بیش از اندازه بزرگ شوند.

حکیمانه است که در برابر شغال‌های کوچکی که آرامش ما را می‌زدند، هشیار باشیم.

با کمک خدا می‌توانیم یاد بگیریم همان کاری را که پولس در کتاب اعمال کرد، ما نیز انجام دهیم؛ هنگامی که مار به دست پولس چسبید، او مار را در آتش انداخت و هیچ آسیبی ندید (اعمال ۲۸: ۱-۵)! اگر تمرین کنیم که به محض رویارویی با ناامیدی‌ها به سرعت با آنها کنار بیاییم، در آن صورت آنها جمع نمی‌شوند تا به کوهی ویران‌کننده تبدیل گردند.

پیروزی، به معنای عدم وجود مشکلات نیست؛ بلکه وجود قدرت خداست.

دعای پنهانی

«اما تو، هنگامی که دعا می‌کنی به اتاق خود برو، در را ببند و نزد پدر خود که در پنهان است، دعا کن. آنگاه پدرِ پنهان بین تو، به تو پاداش خواهد داد.»
(متا ۶: ۶)

اگر چه برخی دعاها به شکل عمومی یا گروهی هستند، اما بیشتر زندگی‌های ما از دعاهاى مخفی تشکیل شده است که در جایی دور از چشم دیگران دعا می‌شود.

«دعای مخفی» به این معناست که دربارهٔ تجربیات شخصی خود در دعا و اندازه‌ای که دعا می‌کنیم، به دیگران چیزی نگوییم. ما در مورد نگرانی‌ها یا افرادی که خدا در قلبمان می‌گذارد، دعا می‌کنیم و این دعاها بین ما و او می‌مانند؛ مگر اینکه دلیل قانع‌کننده‌ای برای انجام کاری غیر از این داشته باشیم. ما باید از تحت تأثیر قرار دادن دیگران با دعای‌های نمایشی خودداری کنیم.

برای این که دعا به شکلی شایسته «دعای پنهانی» خوانده شود، باید از قلبی فروتن ناشی شود، همان‌طور که دعای باجگیر حقیر در لوقا ۱۸: ۱۰-۱۴ نشان داده شده است. در پاسخ به صداقت و پاک‌دلی او، یک عمر گناه در یک لحظه از بین رفت.

خدا یک سری دستورالعمل‌های پیچیده و سخت برای دعا کردن به ما نداده تا از آنها پیروی کنیم. گفتگو با خدا روشی ساده و قدرتمند برای نزدیک شدن به اوست.

اگر هر روزه با خدا وقت بگذرانید، رابطهٔ خود را با او بنا می‌کنید.

دلی مغرور

«... از همین رو کتاب می‌گوید: خدا در برابر متکبران می‌ایستد، اما فروتنان را فیض می‌بخشد.»

(یعقوب ۴: ۶)

آیا تاکنون خدا مجبور شده با غرور شما برخورد کند؟ با استفاده از این روش می‌توانید مشکل غرور خود را ارزیابی کنید: اگر درباره همه چیز نظر می‌دهید، اگر قضاوت می‌کنید، اگر اصلاح‌پذیر نیستید، اگر علیه صاحب‌منصبان طغیان می‌کنید، اگر می‌خواهید تمامی اعتبار از آن شما باشد یا اگر بیش از حد از کلمه «من» استفاده می‌کنید، همه علائم غرور هستند.

برای انسان دشوار است که اجازه دهد خدا فروتنی خود را جایگزین غرور او کند، اما این کار بسیار ضروری و حیاتی است. اگر می‌خواهیم در ارتباط نزدیک با خدا زندگی کنیم، باید با فروتنی به او نزدیک شویم. غرور، متکی به خود است اما فروتنی متکی به خدا. تنها در جایگاه فروتنی است که خدا می‌تواند ما را برکت دهد.

فروتنان، کمک دریافت می‌کنند! اگر ما خود را زیر دست خدا فروتن سازیم، او در زمان مناسب ما را سرفراز می‌سازد (یعقوب ۴: ۱۰). مغروران فکر می‌کنند هر آنچه که می‌خواهند را باید در همان لحظه دریافت کنند؛ چون شایسته آن هستند، اما فروتنان می‌گویند: «زمان‌بندی من در دستان خداوند است.»

شخص مغرور می‌گوید: «من می‌توانم»، اما شخص فروتن می‌گوید: «مسیح از طریق من می‌تواند.»

رضایت حقیقی

«عیسا در پاسخ گفت: نوشته شده است که انسان تنها به نان زنده نیست، بلکه به هر کلامی که از دهان خدا صادر شود.»

(متا ۴: ۴)

فکر نمی‌کنم چیزی بهتر از رضایت و خشنودی وجود داشته باشد. صبح که از خواب بیدار می‌شوید، به این بیندیشید که زندگی نیکوست؛ با خشنودی و رضایت خدا را شکر کنید و شب که به رختخواب می‌روید، همچنان خشنود باشید که به راستی در وفور نعمت زندگی می‌کنید. از طرف دیگر، فکر نمی‌کنم چیزی بدتر از زندگی کردن در سطح نارضایتی مداوم و پیوسته وجود داشته باشد.

حقیقت‌سنجی روحانی: مهم نیست مالک چه چیزی هستید، کجا می‌روید یا چه کاری انجام می‌دهید، به غیر از حضور نزدیک، شخصی و صمیمی خداوند، هیچ چیز نمی‌تواند رضایت واقعی شما را به ارمغان آورد. پول، مسافرت، تعطیلات، لباس، فرصت‌های جدید، مبلمان و خانه‌های نو و ازدواج و بچه‌دار شدن، مواردی هستند که می‌توانند درجه‌ای از خوشبختی را برای ما فراهم آورند. اما اگر برای رفع خلأ درونی خود به دنبال مالکیت یا انجام برخی کارها باشیم، هرگز قادر نیستیم دائماً راضی و خشنود باشیم.

بسیاری از ایمان‌داران از این که زندگی باب میلشان نیست، ناراضی هستند، چون چیزهای اشتباهی را دنبال می‌کنند! رابطه صمیمانه خود با خدا را به خاطر این که به جای آن بخشنده به دنبال آنچه می‌دهد هستید، از دست ندهید.

امور دنیایی حقیقتاً نمی‌توانند شما را راضی و خشنود کنند. همواره نگاهتان به خدا باشد؛ او خواسته دل شما را برآورده خواهد کرد.

نقشه نیکوی خدا

«دیدگانت کالبد شکل ناگرفته مرا می‌دید. همه روزهایی که برایم رقم زده شد در کتاب تو ثبت گردید، پیش از آن که هیچ‌یک هنوز پدید آمده باشد.»
(مزمور ۱۳۹: ۱۶)

پیش از آن که بر این کره خاکی ظاهر شویم، خدا برنامه نیکویی برای هر یک از ما در نظر گرفته بود. او برای هیچ یک از ما برنامه شکست و بدبخت شدن را تعیین نکرده است.

در یوحنا ۱۰: ۱۰ عیسا گفت: «دزد نمی‌آید جز برای دزدیدن و کشتن و نابود کردن؛ من آمده‌ام تا ایشان حیات داشته باشند و از آن به فراوانی بهره‌مند شوند.» شیطان می‌آید تا چیزهای خوبی را که خدا برای ما در نظر گرفته، از بین ببرد و ما باید ثابت‌قدم و استوار در برابرش مقاومت کنیم.

شاید نقشه نیکوی خدا در زندگیتان مختل شده باشد، اما هنوز دیر نیست! خدا هم‌اکنون به سراغ شما می‌آید و پیشنهاد می‌کند هر چیزی را که دشمن دزدیده، به شما بازگرداند و در ازای مشکلات قبلی، به شما برکتی دوچندان خواهد داد (زکریا ۹: ۱۲). از او بطلبید تا این کار را انجام دهد و شاهد عملکرد او در زندگی خود باشید.

خدا آنچه را که نمی‌توانید برای خود انجام دهید، برای شما انجام خواهد داد.

عشق مصمم

«آهن آهن را تیز می‌کند، مرد، مرد را.»

(امثال ۲۷: ۱۷)

همه ما در زندگی خود افرادی را داریم که برایمان مانند کاغذ سنباده هستند. برخی از آنها مانند یک بسته کامل کاغذ سنباده هستند. باور کنید یا نه، خدا آنها را در زندگی ما قرار می‌دهد تا لبه‌های ناهموار ما را هموار و صیقلی کند. همه ما مانند الماس نتراشیده هستیم که چیزی زیبا و ارزشمند زیر پوستمان نهفته است. هنگامی که خدا از نظر بلوغ روحانی کار خودش را در من آغاز نمود، چندین نفر را در زندگیم قرار داد که کنار آمدن با آنها برایم بسیار دشوار بود. من فکر می‌کردم آنها باید تغییر کنند، اما خدا می‌خواست از آنها استفاده کند تا مرا تغییر دهد. باید یاد بگیریم که چگونه با همه افراد رابطه برقرار کنیم و متوجه باشیم که روش‌های برخورد آنها با ما متفاوت است.

دیو می‌تواند مدت‌ها منتظر چیزی باشد و هرگز ناامید نشود، اما من می‌خواهم همه چیز سریع انجام شود. او ساکت است و من زیاد صحبت می‌کنم؛ او دوست دارد صبح موسیقی پخش کند و من دوست دارم آن را خاموش کنم و ساکت باشم. مطمئن شمام در زندگی خود افرادی را دارید که بسیار متفاوت از شما هستند. به جای این که دلخور و رنجیده شویم یا با غرور فکر کنیم که حق با ماست و آنها اشتباه کرده‌اند، باید در محبت به دنبال پذیرش آنها باشیم، همان‌گونه که مسیح ما را پذیرفت.

ما می‌توانیم برای محبت کردن دیگران عزم خود را جزم کنیم و فارغ از این که شخصیت یا موقعیت‌های متفاوتی داریم، با یکدیگر رابطه برقرار کنیم؛ زیرا هنگامی که اطرافیان خود -حتا سخت‌ترین آنان- را محبت می‌کنیم، پذیرای آن چیزی می‌شویم که خدا قصد دارد به ما تعلیم دهد.

انتخاب کنید که با محبت مسیح گام بردارید و اجازه دهید او به واسطه سایر افرادی که در زندگیتان قرار می‌دهد، شما را شکل دهد.

شخص جدیدی شوید

«... یک کار می‌کنم، و آن اینکه آنچه در عقب است به فراموشی می‌سپارم و به سوی آنچه در پیش است خود را به جلو کشانده، برای رسیدن به خط پایان می‌کوشم، تا جایزه‌ای را به دست آورم که خدا برای آن مرا در مسیح عیسا به بالا فرا خوانده است.»

(فیلیپیان ۳: ۱۳-۱۴)

حسرت گذشته، دزد اصلی شادی و آرامش است؛ چه اشتباهی باشد که بیست سال پیش مرتکب آن شده‌اید و چه بیست دقیقه پیش، در این مورد کاری جز توبه از شما ساخته نیست، ببخشید، گذشته را فراموش کنید و پیش روید. اگر کاری هست که می‌توانید برای جبران کردن خطای خود انجام دهید، حتماً آن کار را بکنید. اما نکته اساسی این است که برای رسیدن به آینده باید گذشته را رها کرد.

مانند پولس، همه ما به سمت کمال به پیش رانده می‌شویم، اما هیچ یک از ما به آن نرسیده‌ایم. حتی اگر او سختی را تحمل کرد، اما من فکر می‌کنم که پولس از سفر زندگی و خدمت خود لذت می‌برد و دلیل این امر این بود که «آرزو و خواسته‌اش» همین بود. او آموخته بود که اشتباهات خود را فراموش کند و در زندگی حسرت گذشته را نخورد.

همیشه به یاد داشته باشید که حسرت، زمان حال شما را می‌زدود! خدا ما را دعوت کرده تا اکنون به او نزدیک‌تر شویم. هنگامی که به گذشته می‌چسبیم، ایمان خود را کنار گذاشته و دیگر اطمینان و اعتقادی نداریم، سپس آرامش و لذت خود را نیز از دست می‌دهیم.

اجازه دهید امروز برای شما روز تصمیم‌گیری باشد، روزی که تصمیم دارید دیگر با حسرت عمل نکنید. شخص جدیدی شوید. در زمان حال زندگی کنید. خدا اکنون نقشه‌ای برای شما دارد. امروز به او اعتماد کنید.

خدا برای امروز فیض، شادی و آرامش می‌بخشد، اما امروز برای دیروز یا فردا فیض نمی‌بخشد.

مسیح در شما، امیدِ جلال

«خدا چنین اراده فرمود که بر ایشان آشکار سازد که این راز از چه جلال عظیمی در میان غیریهودیان برخوردار است، رازی که همانا مسیح در شماست، که امید جلال است.»

(کولسیان ۱: ۲۷)

من و شما می‌توانیم جلال خدا را در زندگی خود به سبب حضور مسیح در ما درک و تجربه کنیم. او امید ما برای دیدن اموری بهتر و برتر است.

جلال و شکوه خدا در برتری او تجلی یافته است. ما به عنوان فرزندان خدا، با مسیح هم‌ارث هستیم و این امتیاز را داریم این برتری را آشکارا با او تجربه نماییم. شیطان خشمگینانه می‌جنگد تا ما را فریب دهد. او می‌خواهد باور کنیم که برای دریافت بهترین‌ها از سوی خدا ناتوان، بی‌ارزش و نالایق هستیم. به همین دلیل بسیاری از ما به خود می‌نگریم و احساس شکست می‌کنیم.

اما اگر به یاد داشته باشید به خاطر وجود مسیح در درونتان، می‌توانید جلال خدا و حضور متعال او را تجربه کنید، در آن صورت سرشار از امید زندگی خواهید شد و هر روزه در پی کارهایی بهتر در زندگیتان خواهید بود. پس آنچه را که می‌توانید انجام دهید، فراموش کرده و بر آنچه خدا می‌تواند از طریق شما انجام دهد، تمرکز کنید.

آیا آماده‌اید فوران نیکویی و شگفتی خدا را در زندگی خود باور کنید؟ خدا به دنبال شخصی نیکوست؛ پس اجازه دهید شما همان شخص باشید!

**بهترین‌های خدا برای شما در راه است، پس هیجان‌زده باشید و
انتظار چیزهای خوب را داشته باشید!**

زندگی در سایه عهد جدید

«اما خدمتی که عیسا یافته، به مراتب برتر از خدمت آنهاست، به همان میزان که او واسطه عهدی به مراتب بهتر از عهد قدیم است، عهدی که بر وعده‌های نیکوتر بنا شده است.»

(عبرانیان ۸: ۶)

عهد عتیق، عهد عمل است؛ عملی مبتنی بر این که همه کارها را خودمان انجام دهیم، تکاپو، تلاش و کوشش برای مورد قبول و پذیرش خدا واقع شدن. این امر ما را در اعمال جسمانی محبوس می‌کند. چنین پیمانی، لذت و خوشی ما را می‌زدود و ما را از خدا دور می‌نماید.

اما عهد جدید، عهد فیض است که بر اساس آنچه می‌توانیم انجام دهیم نیست، بلکه کاریست که مسیح قبلاً برای ما انجام داده است. از این رو، ما با ایمان مورد قبول و پذیرش قرار می‌گیریم نه با اعمال خود. این بسیار شگفت‌انگیز است؛ چون بار فشار و سنگینی برای انجام برخی از کارها را از دوش ما برمی‌دارد. ما می‌توانیم از مبارزه و ناامیدی دست کشیده و به خدا اجازه دهیم با قدرت روح‌القدس خود در ما عمل کند.

حرف آخر این است: عهد عتیق برایمان اسارت را به همراه دارد، اما عهد جدید، آزادی را به ما هدیه داده است. به همین دلیل، رابطه با خدا که با کار عیسای مسیح امکان‌پذیر شده است، بهتر از هر چیز دیگری است که تجربه کنیم. این ما را آزاد می‌کند تا همان کسی باشیم که برای آن آفریده شده‌ایم و سپس همان کاری را به انجام برسانیم که قرار است برای خدا انجام دهیم.

زندگی در عهد جدید، سفری بی‌نظیر برای زندگی در حضور خدا و لذت بردن از پیروزی به واسطه مسیح است.

برتر از پیروزمندان

«به عکس، در همهٔ این امور ما برتر از پیروزمندانیم، به واسطهٔ او که ما را محبت کرد.»

(رومیان ۸: ۳۷)

ما به عنوان ایمان‌داران می‌توانیم با احساس پیروزی زندگی کنیم؛ چون پولس به ما اطمینان می‌دهد که از طریق عیسی مسیح برتر از پیروزمندانیم. باور این حقیقت، جرأت زندگی روزمره را به ما می‌بخشد.

گاهی با آزمایشات، اعتمادبه‌نفس ما متزلزل می‌شود؛ به خصوص اگر این آزمون‌ها طولانی شوند. اما هنگامی که از محبت خدا نسبت به خود اطمینان حاصل کنیم، فارغ از این که چه چیزی بر ضد ماست، در اعماق وجود خود می‌دانیم که ما برتر از پیروزمندانیم. اگر واقعاً اطمینان داشته باشیم، دیگر نیازی به ترس از مشکلات یا روزهای سخت نخواهیم داشت، زیرا می‌دانیم که همهٔ آنها سپری خواهند شد.

هرگاه آزمایشی از هر نوع در مقابلتان قرار می‌گیرد، همواره به یاد داشته باشید: این نیز بگذرد! اطمینان داشته باشید که در طول دورهٔ آزمایش‌ها چیزی یاد خواهید گرفت که در آینده به شما کمک خواهد کرد.

هرچه به خدا نزدیک‌تر شویم، قدم‌های ایمان بیشتری برمی‌داریم و مصمم می‌شویم در تمامی امور به او اطمینان داشته باشیم. اشخاصی که اطمینان دارند، کار را به پایان می‌رسانند. آنها راضی و خشنودند چون دلیلی برای تظاهر کردن ندارند و با خودشان صادق هستند.

تا زمانی که به خدا اطمینان نداشته باشیم، موفق نخواهیم شد با خودمان صادق باشیم و تظاهر نکنیم.

اهمیت شفاعت

«من در میان ایشان کسی را جستم که دیوار را بنا کند و برای این سرزمین به حضور من در شکاف بایستد تا آن را ویران نسازم، اما کسی را نیافتم.»
(حزقیال ۲۲: ۳۰)

شفاعت به معنای ایستادن در شکاف برای شخصی دیگر و استغاثه کردن در حضور تخت سلطنت خداست. اگر به هر دلیلی در روابط مردم با خدا شکاف یا روزنه‌ای وجود داشته باشد، این امتیاز را داریم که خود را در آن شکاف قرار داده و برای آنها دعا کنیم. می‌توانیم برای آنها شفاعت کرده و با انتظار شاهد تسلی و دلگرمی آنها باشیم. همچنین می‌توانیم با ایستادن در شکاف در زمان مناسب، نیاز آنها را برآورده کنیم.

نمی‌دانم اگر مردم برای من شفاعت نمی‌کردند، چه می‌کردم؟ از خدا درخواست می‌کنم به من کسانی را ببخشد که برای من و انجام خدمتی که خدا مرا بدان فراخوانده، شفاعت کنند. ما به دعای شفاعت یکدیگر نیاز داریم.

دعا کردن برای دیگران معادل کاشتن بذر است. اگر می‌خواهیم محصول برداشت کنیم، باید بذر بکاریم (غلاطیان ۷: ۶). کاشتن بذر در زندگی سایر افراد از طریق شفاعت، یکی از روش‌های مطمئن برای برداشت محصول در زندگی خودمان است. هر وقت برای شخص دیگری دعا می‌کنیم، از خدا دعوت می‌کنیم که نه تنها در زندگی آن شخص، بلکه در زندگی شخصی ما نیز عمل کند.

شفاعت یکی از مهم‌ترین طریق‌های خدمت عیسای مسیح است که بر این کرهٔ خاکی آغاز کرد.

می‌توانیم با دعا برای دیگران، قدرت خدا را در زندگی آنها آشکار کنیم.

با ترس انجام دهید

«خداوند به ابرام گفته بود: از سرزمین خویش و از نزد خویشان خود و از خانه پدرت بیرون بیا و به سرزمینی که به تو نشان خواهم داد، برو.»
(پیدایش ۱۲: ۱)

چه احساسی خواهید داشت اگر خدا به شما بگوید، خانه، خانواده و هر آنچه برایتان آشنا و راحت است را ترک کرده و به سمت جایی بروید که می‌دانید؟ آیا می‌ترسید؟ این دقیقاً چالشی بود که ابراهیم با آن روبه‌رو شد و او نیز ترسید. به همین دلیل خدا مرتباً به او می‌گفت: «نترس!»

الیزابت الیوت [۳] که شوهرش به همراه چهار میسیونر دیگر در اکوادور کشته شد، تعریف می‌کند چگونه زندگی او کاملاً تحت کنترل ترس قرار گرفته بود. هر بار که می‌خواست قدمی بردارد، ترس او را متوقف می‌کرد، تا این که یکی از دوستانش چیزی به او گفت که او را آزاد کرد. او گفت: «چرا کاری را که از آن می‌ترسی، انجام نمی‌دهی؟» الیزابت الیوت و راشل سنت؛ خواهر یکی از مبشران مقتول، به بشارت قبایل بومی ادامه دادند؛ افرادی که شوهر و برادرشان را به قتل رسانده بودند.

اگر منتظر بمانیم تا کاری را بدون ترس انجام دهیم، احتمالاً برای خدا، دیگران، یا حتی خودمان کارهای بسیار کمی خواهیم کرد. ابراهیم و یوشع هر دو می‌بایست با ایمان و اطاعت از خدا گام برمی‌داشتند تا آنچه را که خدا به آنها امر کرده بود، به انجام رسانند؛ حتی در حالی که احساس ترس می‌کردند. ما هم می‌توانیم همین کار را انجام دهیم!

مصمم باشید که زندگیتان با ترس اداره نمی‌شود، بلکه با کلام خدا اداره می‌گردد.

ایمن در عیسا

«من تاک هستم و شما شاخه‌های آن. کسی که در من می‌ماند و من در او، میوه بسیار می‌آورد؛ زیرا جدا از من، هیچ نمی‌توانید کرد.»

(یوحنا ۱۵: ۵)

خدا می‌خواهد ما نیز مانند شاخه درخت انگور کاملاً به او وابسته و متکی باشیم. عاقلانه نیست که اعتماد ما به خودمان، اموالمان یا دیگران باشد.

چند بار به قدرت خود اعتماد کرده‌اید و متأسفانه شکست خورده‌اید؟ پس از اعتماد به دیگران، آنها چند بار شما را ناامید کرده‌اند؟ چند بار هنگامی که دیگران شما را پس زدند و نتوانستند انتظارات شما را برآورده کنند، ناامید شدید؟ خدا به ما اجازه خواهد داد هرازگاهی ناامید شویم تا زمانی که یاد بگیریم به او تکیه کنیم و اعتماد خود را فقط بر او قرار دهیم.

پیشنهاد نمی‌کنم که نباید به مردم اعتماد کنیم، اما باید بدانیم که آنها ناقص هستند و غیرممکن است که هرگز ما را ناامید نکنند. اما عیسا ما را ناامید و مأیوس نمی‌سازد! او همواره با ماست، همواره طرف ماست و تنها کسی است که می‌توانیم به او اعتماد کامل داشته باشیم.

با مردم روابطی عالی داشته باشید، اما به آنها اعتماد نکنید؛ زیرا اعتماد و اطمینان، تنها متعلق به خداست!

دعای سرسپردگی

«راه خود را به خداوند بسپار، و بر او توکل کن، که او عمل خواهد کرد.»
(مزمور ۳۷: ۵)

هنگامی که نگرانی ما را وسوسه می‌کند یا وسوسه می‌شویم که نگرانی و بار برخی مسائل زندگی را به دوش بکشیم، می‌توانیم «دعای سرسپردگی» داشته باشیم. وقتی موقعیت خود را به او می‌سپاریم، خدا در آن شرایط مداخله می‌کند. دریافته‌ام که هرچه بیشتر سعی می‌کنم کنترل امور را به دست بگیرم، زندگی به هم ریخته‌تر می‌شود. من شخصی کاملاً مستقل بودم و برایم سخت بود که فروتن شده، به نیازهایم اعتراف کنم. با این حال، زمانی که سرانجام در تمام این بخش‌ها تسلیم خدا شدم و لذت سپردن تمامی نگرانی‌ها به او را آموختم، نمی‌توانستم میزان فشاری که در این سال‌ها به خودم آورده بودم را باور کنم. فرزندان، ازدواج، روابط شخصی و هر آنچه ممکن است شما را به نگرانی بکشاند، به خداوند بسپارید. تنها خداست که حقیقتاً می‌داند چه کاری باید انجام شود و تنها کسی است که صلاحیت انجام آن را دارد. هر چه خالصانه‌تر خود را به خدا بسپاریم، به او نزدیک‌تر شده و شادتر خواهیم بود.

ایمان‌داری که می‌تواند به پدر اعتماد کند، در حالی که امور منطقی به نظر نمی‌رسند، یک ایمان‌دار بالغ است.

از گودال به قصر

«آنگاه فرعون به یوسف گفت: چون خدا همه اینها را بر تو آشکار کرده است، پس هیچ کس همچون تو صاحب بصیرت و حکمت نیست. تو را بر خانه خود می گمارم و تمامی مردم من به فرمان تو گردن خواهند نهاد. تنها بر تخت سلطنت، از تو بالاتر خواهم بود.»
(پیدایش ۴۱: ۳۹-۴۰)

گودال، یک خندق، تله، یا دام است. این اشاره به نابودی و انهدام دارد. شیطان همواره می خواهد ما را وارد گودال کند.

یوسف توسط برادرانش به بردگی فروخته شد. در حقیقت، آنها او را به گودالی انداختند و قصد داشتند همانجا رهایش کنند تا بمیرد، اما خدا نقشه دیگری داشت. سرانجام، یوسف به عنوان برده در مصر فروخته شد، جایی که به دلیل امتناع از به خطر انداختن نجابتش، به زندان انداخته شد. با این حال هر جا که یوسف می رفت، خدا به او لطف می کرد. در نهایت، یوسف به دربار فرعون به عنوان دومین مرد قدرتمند مصر راه یافت.

چگونه یوسف از گودال به قصر رسید؟ فکر می کنم این امر با مثبت ماندن در شرایط سخت، امتناع از تلخی و انتخاب اعتماد جسورانه به خدا امکان پذیر شد. حتماً اگر به نظر می رسید که در بسیاری از موارد یوسف شکست خورده است، اما او حاضر نشد از توکل به خدا دست بردارد.

یوسف نگرش درستی داشت. می دانست حتماً زمانی که به نظر می رسید شرایط زندگی او از کنترل خارج شده است، خدا کنترل امور را در دست می گیرد. همین امر در زندگی شما نیز صادق است. اگر نگرش مثبتی داشته باشید، می دانید خدا کنترل آن را در دست دارد و به طریقی که هرگز تصور نمی کنید، می تواند شما را از گودال به قصر برساند.

مهم نیست که از کجا شروع کرده اید، می توانید یک پایان عالی داشته باشید!

خودداری از تلخی

«اما عیسا به او گفت: ای یهودا، آیا پسر انسان را با بوسه تسلیم می‌کنی؟»
(لوقا ۲۲: ۴۸)

عیسا گناهان ما را بر خود گرفت تا مجبور نباشیم آنها را بر دوش بکشیم. اما موارد دیگری نیز وجود دارد که او بر صلیب متحمل آنها شد که برای ما نمونه هستند، مواردی که ما باید تحمل کنیم و طریق‌هایی که باید بر آثار گام‌های او قدم برداریم. عیسا در بدترین لحظه زندگی خود با خیانت یهودا روبه‌رو شد، اما اجازه نداد این امر مانع او شود.

خیانت به ویژه هنگامی که از جانب کسی باشد که دوستش داریم، برای او احترام قائل هستیم و به او اعتماد داریم، بسیار دردناک است. ممکن است برای این که هرگز آسیب نبینیم، حالت تدافعی و تلخ داشته باشیم. اما خیانت امری است که با کمک خدا و فارغ از این که چه احساسی داریم، می‌توانیم از آن شفا یابیم و اجازه ندهیم که مانع ما شود.

در متا ۲۴: ۱۰-۱۳، عیسا به ما هشدار می‌دهد که در روزهای آخر خیانت‌ها فزونی خواهد یافت. به عنوان ایمان‌داران، واکنش ما به عملی که موجب رنجش و سرخوردگی ما می‌شود، بسیار مهم‌تر از کاری است که با ما کرده‌اند. اگر از جانب شخصی که به او اعتماد کرده‌اید، خیانت دیده یا زخمی شده‌اید، از تلخی خودداری کنید. در عوض، از عیسا الگو بگیرید و آنان را ببخشید. نمی‌توانیم انتخاب کنیم که دیگران چه کاری انجام دهند، اما می‌توانیم پاسخی درست به انتخاب آنها داشته باشیم.

باید مطمئن باشید که با کمک خدا می‌توانیم اجازه دهیم دردها
ما را بهتر کنند نه تلخ‌تر!

اصلاح نگرش الاهی

«باید طرز فکر شما نو شود.»

(افسیان ۴: ۲۳)

خدا به دو دلیل می‌خواهد همواره نگرش نیکویی داشته باشیم. نخست، این کار باعث جلال خدا می‌شود و هنگامی که مردم در مشکلات و سختی هستند، آنها را تشویق می‌کند تا نگرش مثبتی داشته باشند؛ و دوم، این امر، به خداوند این فرصت را می‌دهد که در زندگی ما عمل نماید، کمک و یاری‌مان دهد و از مشکلاتمان رهایی بخشد.

برخورداری از نگرش خوب، همواره دشوار است؛ مگر این که فیض خدا را برای چنین امری دریافت کنیم. عیسا گفت جدا از او هیچ کاری نمی‌توان کرد (یوحنا ۱۵: ۵)، اما از طریق او می‌توانیم هر کاری را انجام دهیم (فیلیپیان ۴: ۱۴). منتظر نمانید تا برای نگرش منفی وسوسه شوید، بلکه هر روزه دعا کنید تا فارغ از این که چه راهی پیش روی شما قرار می‌گیرد، بتوانید آن را با نگرشی نیکو تاب آورید. ما همواره وسوسه می‌شویم؛ اما می‌توانیم دعا کنیم که تسلیم وسوسه نگردیم.

نگرش خوب یکی از بزرگترین سرمایه‌های ماست. مهم نیست که چه اتفاقی در زندگی ما می‌افتد، این امر ما را امیدوار نگه می‌دارد.

از خدا بخواهید که همواره دیدگاه شما را با روح القدس پر کند!

اولویت قرار دادن دیگران

«زیرا به واسطه فیضی که به من عطا شده است، هر یک از شما را می‌گویم که خود را بیش از آنچه می‌باید، میندارید، بلکه هر یک به فراخور میزان ایمانی که خدا به شما بخشیده است، واقع‌بینانه درباره خود قضاوت کنید.»

(رومیان ۱۲: ۳)

تواضع و فروتنی در ما زمانی آشکار می‌شود که دیگران را بهتر از خود بدانیم. این امر همواره به ما کمک می‌کند تا با احترام و مهربانی با مردم رفتار کنیم. در متا ۷: ۱۲ عیسا دستورالعمل‌هایی به ما داده که در نحوه برخورد ما با هر شخصی که در طول روز با آن روبه‌رو می‌شویم، تأثیر می‌گذارد؛ از جمله دوستان، خانواده، همکاران و حتا افرادی که با ما نامهربان هستند.

عیسا گفت: «پس با مردم همان‌گونه رفتار کنید که می‌خواهید با شما رفتار کنند. این است خلاصه تورات و نوشته‌های انبیا.» این مفهومی کاملاً ساده و راهی عالی برای زندگیست. برای این که بهترین‌های خدا را در زندگی خود تجربه کنیم، باید با مردم همان‌گونه رفتار کنیم که دوست داریم با ما رفتار شود. باید ابتدا به دنبال نیازهای دیگران باشیم و ببینیم چه کاری می‌توانیم برای آنها انجام دهیم.

اگر تمام فکر و ذهن ما «خودمان» باشد، زندگیمان کمتر از بهترین‌هایی خواهد بود که خدا برایمان در نظر گرفته است. خودمحوری، ما را از توجه به نیازهای دیگران بازمی‌دارد و باعث می‌شود برکات به دست آمده هنگام خدمت را از دست بدهیم. ما نباید نیازهای خود را کاملاً فراموش کنیم، بلکه می‌توانیم خودخواهی را کنار گذاشته و ابتدا به نیازهای خود فکر نکنیم.

وقتی با افراد پیرامون خود با محبت، مهربانی و احترام رفتار نمایید، متعجب خواهید شد که چقدر این امر در نحوه برخورد آنها با شما موثر خواهد بود.

شادی ایمان

«آنجا که رویا نباشد، مردم افسارگسیخته می‌شوند...»

(امثال ۲۹: ۱۸)

کتاب امثال می‌گوید، هر جا رویا نباشد، مردم هلاک می‌شوند. رویا، همان‌طور که «دید ذهنی» تعریف می‌شود، چیزی است که ما در ذهن خود می‌بینیم. این ممکن است موضوعی باشد که خدا در قلب ما قرار می‌دهد یا شاید امری باشد که می‌خواهیم شاهد وقوع آن باشیم و آن را با دعا تسلیم خدا می‌کنیم. رویای زندگی ما شامل طرز تفکر ما درباره خود و آینده‌مان است.

متوجه شده‌ام که برخی از مردم می‌ترسند به چیزهای خوب باور داشته باشند. فکر می‌کنند شاید از این طریق خود را برای ناامیدی آماده می‌کنند. درک نکرده‌اند که اگر باور و ایمان نداشته باشند، پیوسته با ناامیدی مواجه خواهند شد. من فکر می‌کنم اگر ایمان فراوان داشته باشم و فقط نیمی از آن را به دست آورم، خیلی بهتر از آن است که هیچ‌چیز را باور نکنم و همه آن را به دست آورم. می‌خواهم تشویقتان کنم که شروع کنید به باور کردن چیزهای خوب و نیکو. ایمان داشته باشید از طریق مسیح می‌توانید هر کاری را در زندگی خود انجام دهید. هنگامی که ایمان می‌آورید، این امر ایمان را در قلب شما برمی‌انگیزاند و ایمان، خدا را خشنود می‌سازد و شما را به او نزدیک‌تر می‌کند.

از داشتن نگرش «هرگز این اتفاق نخواهد افتاد» خودداری کنید. بگذارید ایمان شما اوج بگیرد. اگر مطمئن نیستید که چگونه این کار را باید انجام دهید، با تهیه یک فهرست از افکار خود شروع کنید. اخیراً به چه چیزی فکر کرده‌اید و باور داشته‌اید؟ یک پاسخ صادقانه ممکن است به شما کمک کند تا درک کنید چرا آنچه را که می‌خواستید، دریافت نکرده‌اید.

خدا ما را دعوت کرده تا با جسارت و اطمینان به نیکویی‌اش دعا کنیم و پیشنهاد می‌کنم همین امروز شروع کنید!

تغییر یک روند است

«و بدین‌گونه، ابراهیم پس از آن‌که با شکیبایی انتظار کشید، وعده را یافت.»
(عبرانیان ۶: ۱۵)

تغییر به راحتی به دست نمی‌آید. هرگز خانمی را که یک روز پس از پایان یک جلسهٔ تعلیمی به من مراجعه کرد، فراموش نمی‌کنم. با خشم دستانش را روی پاهایش گذاشت و گفت: «می‌خواهم پولم را پس بگیرم!» از گفته‌هایش بسیار متعجب شدم و پاسخ دادم: «منظورت چیست که می‌خواهی پولت را پس بگیری؟»
گفت: «جوئیس، من پولی را به خدمت شما داده‌ام و دو هفتهٔ تمام، همهٔ کارهایی را که گفتید انجام دادم، اما هیچ چیز تغییری نکرد!»

این موضوع بسیار خنده‌دار است، کمی گذشت و به این خانم توضیح دادم که این تعالیم به این شکل عمل نمی‌کنند. تغییر، زمان می‌برد و روند موفقیت برای دستیابی به نتیجهٔ موردنظر، مستلزم صبر و شکیبایی است. اما آن خانم به دنبال راه حلی فوری بود، با انزجار آنجا را ترک کرد، ولی خدا چنین پیشنهادی به ما نمی‌دهد. هنگامی که شما نجات را دریافت می‌کنید، در حقیقت به جاده‌ای قدم می‌گذارید که شما را به سفر تغییر در زندگی هدایت می‌کند و زندگی ما به واسطهٔ کلام خدا تغییر می‌کند (یعقوب ۱: ۲۱-۲۵).

برای این که در مشارکتی صمیمانه و نزدیک با خدا زندگی کنید، تصمیم بگیرید شاگرد و پیرو همیشگی باشید. کلام را بخوانید و به آموزه‌های مربوط به آن گوش دهید. هیچ‌چیز بهتر از آن نیست که کلام خدا را به قلب خود وارد کنید، این مهم‌ترین بخش از این فرآیند است.

کتاب مقدس می‌گوید ما با ایمان و شکیبایی وارث وعده‌های خدا خواهیم بود (عبرانیان ۶: ۱۲)، ایمان از شنیدن کلام خدا سرچشمه می‌گیرد (رومیان ۱۰: ۱۷).

گرفتار ساختن

«هیچ‌کس به هنگام سربازی، خود را گرفتار مشغولیت‌های زندگی نمی‌سازد، چرا که خواهان جلب خشنودی فرمانده خویشتن است.»

(دوم تیموتائوس ۲: ۴)

آیا تا به حال خود را در شرایطی یافته‌اید که به دلیل مشغله‌های زیاد، با خدا وقت نمی‌گذرانید؟ در دوم تیموتائوس ۲: ۴، پولس به شاگردش تیموتائوس می‌گوید که یک سرباز حکیم خود را گرفتار مشغولیت‌های زندگی نمی‌سازد؛ زیرا خواهان جلب خشنودی فرمانده خویشتن است. به عبارت دیگر، یک فرزند خدا که می‌خواهد خدا را خشنود سازد، الویت‌های خود را استوار ساخته و از انجام کارهایی که ممکن است او را از آنچه واقعاً مهم است منحرف کند، امتناع می‌ورزد. برای این که هر روز به خدا نزدیک‌تر شوید، باید از برخی حواس‌پرتی‌ها و گرفتاری‌های دنیوی اجتناب کنید. ممکن است این، به معنای نه گفتن به فرصتی باشد که می‌خواهید از آن استفاده کنید، اما واقعاً وقت آن را ندارید. این امر می‌تواند به معنای مرزبندی و گرفتار نشدن در مشکلات دیگران باشد. کمک به مردم بسیار مهم است، اما بین مشارکتِ الهی و گرفتاری تفاوت وجود دارد. چنین کاری حتا شاید به معنای تمرکز کمتر بر روی اضطراب و نگرانی‌هایی باشد که در طول روز ایجاد می‌شود؛ زیرا مطمئناً آنها می‌توانند ما را از اراده و هدف خدا برای زندگیمان منحرف سازند.

خدا شما را دوست دارد و می‌خواهد با شما رابطه داشته باشد. اجازه ندهید گرفتاری‌های دنیا شما را از لذت روزانه معاشرت با او بازدارد.

نگذارید موارد کم‌اهمیت، مهم‌ترین چیزهای زندگی شما باشد.

چیزهای خوب در راه است

«آنگاه من به شما گفتم: مترسید و از ایشان هراسان مباشید. بیهوه خدایتان که پیشاپیش شما می‌رود، برای شما خواهد جنگید، درست همان‌گونه که در برابر دیدگانتان در مصر برای شما کرد.»

(تثنیه ۱: ۲۹-۳۰)

هر روز با روحیه‌ای شاد در انتظار وقوع اتفاقات خوب هستید یا هر روز صبح با وحشت از خواب بیدار می‌شوید؟ شاید از رفتن به سر کار، رانندگی در ترافیک، نظافت منزل یا برخورد با افراد بدقلق وحشت زده‌اید. وحشت، نسخه فریب‌آمیز ترس است که شیطان برای دزدیدن شادی ما و جلوگیری از لذت بردن از زندگی از آن استفاده می‌کند. این امر مانع از این می‌شود که طبق خواست و اراده خدا قدم برداریم و در برنامه‌های خدا برای دریافت برکاتش پیش رویم. وحشت به شدت در تعقیب ماست و نمی‌توان منفعلانه آن را شکست داد. ورود احساسات و افکار منفی به ذهنتان، لذت و آرامش شما را می‌دزدد. اما می‌توانید به خدا اعتماد کنید تا در انجام هر کاری به شما یاری رساند. مثلاً از آنچه که وحشت داشتید، وقتی فیض خدا بر شما قرار می‌گیرد، به نظر خیلی هم بد نمی‌آید. می‌توانیم باور داشته باشیم که عیسا پیشاپیش ما حرکت می‌کند و راهی برایمان مهیا می‌سازد. هنگامی که برنامه‌ای دشوار یا ناخوشایند جلوه می‌کند، ترس به خود راه ندهید. اگر این کار را انجام دهید، احتمالاً از آن لذت خواهید برد. ما به عنوان ایماندار، حتا در شرایط ناخوشایند هم می‌توانیم شاد باشیم؛ چون حضور خدا با ماست. می‌توانیم در شرایط نامساعد و دشوار از زندگی خود با او لذت ببریم. شادی و خوشی ما از کسی است که در ماست نه آنچه پیرامون ماست.

اگر ذهن خود را بر آن معطوف کنیم، می‌توانیم از همه کارهایی که در زندگی انجام می‌دهیم، لذت ببریم. هر جایی که خدا شما را بدان هدایت کند، نیاز شما را نیز فراهم می‌آورد.

از مقایسه اجتناب کنید

«... چه ناخردانه است که آنان دربارهٔ خویشان با میزان‌های خودشان قضاوت می‌کنند و خود را با خود می‌سنجند.»

(دوم قرن‌تین ۱۰: ۱۲)

اگر در زندگی خود با احساس ناامنی مواجه شدید، کلید مهم برای غلبه بر این احساس این است: هرگز خود را با دیگری مقایسه نکنید، چون در شما احساس حقارت ایجاد می‌کند.

حقیقتاً می‌خواهم شما را تشویق کنم که از مقایسه کردن خود با دیگران در مورد ظاهر، موقعیتی که دارید یا مدت دعایتان دست بردارید. مقایسه، تمرکز را بر خود قرار می‌دهد و نقشهٔ خدا را برای زندگیتان خنثا می‌سازد.

به همین ترتیب، عاقلانه خواهد بود که از مقایسهٔ مشکلات خود با سایر افراد، خودداری کنیم. ممکن است مشکلی را پشت سر بگذارید اما نباید به شخص دیگری نگاه کنید و بگویید: «چرا همهٔ این اتفاقات برای من می‌افتد؛ در حالی که تو این کار را خیلی ساده انجام داده‌ای؟»

عیسا پیش از موعد، برخی از رنج‌هایی که قرار بود پطرس متحمل شود را بر او آشکار کرد. پطرس بلافاصله خواست با گفتن عبارت «این مرد چطور؟» رنج و زندگی خود را با دیگران مقایسه کند. عیسا پاسخ داد: «اگر بخواهم تا بازگشت من باقی بماند، تو را چه؟ تو از پی من بیا!» (یوحنا ۲۱: ۲۲).

او به ما هم چنین پاسخی می‌دهد. ما برای مقایسه فراخوانده نشده‌ایم، بلکه خوانده شده‌ایم تا ارادهٔ او را به جا آوریم.

خدا می‌خواهد شما بدانید که بی‌نظیر هستید و او برنامه‌ای خاص و منحصر به فرد برایتان دارد.

با دعا شروع کنید

«پیوسته دعا کنید.»

(اول تسالونیکیان ۵: ۱۷)

بیشتر زندگیم را با خدا قدم برداشته‌ام و همچنان در حال آموختن اهمیت این موضوع هستم که بدون دعا کردن هیچ کاری را انجام ندهم. کتاب مقدس می‌گوید ما باید پیوسته دعا کنیم. این بدان معنا نیست که تمام طول روز دور هم بنشینیم و کاری جز دعا انجام ندهیم. این به معنای آن است که دعا را در همه کارهایی که انجام می‌دهیم، بگنجانیم. دوست دارم بگویم: «به شیوه خودتان در طول روز دعا کنید.»

دعا کردن احتمالاً مهمترین بخش آماده‌سازی زندگی است. گفته شده است که هر شکست و ناکامی به دلیل عدم دعا کردن اتفاق می‌افتد! پیشنهاد می‌کنم بدون اینکه اول وقت دعا کنید، کاری انجام ندهید.

کتاب مقدس می‌گوید که ما باید در همه طریق‌های خود خدا را در نظر داشته باشیم و او قدم‌های ما را راست می‌گرداند و آنها را استوار می‌سازد (امثال ۳: ۶). دلگرم‌کننده است اگر بدانیم که می‌توانیم از خدا درخواست کنیم تا او راهنمایی و قدرت روزانه را فراهم کند. هنگامی که در تمام طول روز با دعا به حضور خدا می‌روید، به او نزدیک‌تر می‌شوید. دعا کردن به شما این امکان را می‌دهد تا با خدا دوستی کنید و در راه او باز کنید تا او در زندگی شما یا موقعیتی که در آن هستید و همچنین زندگی عزیزانتان عمل نماید.

اگر خدا را شریک زندگی خود قرار دهید، او شما را قادر به انجام کارهایی خواهد کرد که غافلگیرتان می‌کند. اما همه چیز با دعا آغاز می‌شود.

قلبی مشتاق داشته باشید

«ناتان به پادشاه گفت: برو و هرآنچه در دل داری به جای آور، زیرا خداوند با توست.»

(دوم سموئیل ۷: ۳)

دل مشتاق، دلی است که در طلب چیزی است. اگر کاری باشد که قویاً مایل به انجام آن باشید، به نوعی راهی برای انجام آن پیدا خواهید کرد. با کمک خدا و قلبی مشتاق می‌توانیم با او رابطه‌ای نزدیک داشته باشیم، خانه خود را تمیز نگه داریم، پس‌انداز کنیم، از بدهی خلاص شویم، یا به هدف دیگری که ممکن است در زندگی تعیین کرده باشیم، برسیم. پیروزی و شکست ما ارتباط زیادی با «خواستن» ما دارد.

بسیاری اوقات، ما شکست‌های خود را به گردن شیطان، دیگران، گذشته یا عوامل دیگر می‌اندازیم. اما نتیجه نهایی ممکن است این باشد که به اندازه کافی و به شکلی درست خواهان آن نبوده‌ایم.

من بر این باورم که اگر واقعاً بخواهید به خدا نزدیک‌تر باشید، این اتفاق خواهد افتاد. قلب مشتاق شما باعث می‌شود با شور و اشتیاقی جدید، او را جستجو نمایید. ترجیح می‌دهید هر روز وقت خود را به دعا و مطالعه کلام اختصاص دهید. خدا قلب شما را می‌بیند و به شما نزدیک می‌شود، همان‌گونه که شما به او نزدیک می‌شوید.

این‌طور نیست که همواره از نظر حسی مشتاق انجام کاری باشیم که قصد انجامش را داریم، اما مجبور نیستیم بر اساس احساسات خود تصمیم بگیریم.

فیض چیست؟

«حال به گمان شما چقدر بیشتر کسی که پسر خدا را پایمال کرده و خون عهدی را که بدان تقدیس شده بود، ناپاک شمرده و به روح فیض، بی حرمتی روا داشته است، سزاوار مجازاتی بس سخت‌تر خواهد بود؟»

(عبرانیان ۱۰: ۲۹)

فیض، قدرت روح القدس است که در دسترس شما قرار می‌گیرد و آنچه که با تلاش و قدرت خود نمی‌توانید انجام دهید، با سهولت انجام می‌شود. فیض، قدرت خداست که وارد زندگی ما می‌شود و ما را قادر می‌سازد کاری را که لازم است آزادانه انجام دهیم. فیض خدا همواره در دسترس است، اما ما باید آن را با ایمان دریافت کنیم و از تلاش برای انجام کارها با اتکا بر قدرت خود و بدون حضور خدا خودداری کنیم.

روح القدس از طریق خدای پدر به ما فیض می‌بخشد. فیض در واقع همان قدرت روح القدس است که از تخت خدا به سمت مردم سرازیر می‌شود تا آنان را نجات دهد و قادر سازد تا زندگی مقدسی داشته و اراده خدا را تحقق بخشند.

می‌توانیم به دلیل فیض خدا در زندگی خود، هر روز خوشحال و سرشار از آرامش، شادی و رضایت باشیم. این فیض اوست که به ما اجازه می‌دهد در مشارکت نزدیک با او زندگی کنیم. با فیض خدا می‌توان با سهولت از زندگی لذت برد و موجب آرامش و رضایت شد.

ما از طریق ایمان با فیض نجات می‌یابیم و باید یاد بگیریم که به همان شیوه زندگی کنیم!

طرز فکر خود را نسبت به ترس تغییر دهید

«پس ترسان مباش؛ زیرا من با تو هستم، و هراسان مباش؛ زیرا من خدای تو هستم. تو را تقویت خواهم کرد و یاری خواهم داد، و به دست راست عدالتِ خویش از تو حمایت خواهم نمود.»

(اشعیا ۴۱: ۱۰)

با کمک خدا و تغییر نگرش خود، می‌توانید از غوطه‌ور شدن در ترس به سوی غلبه بر آن حرکت کنید. کتاب مقدس به این امر به عنوان نو کردن ذهن خود اشاره می‌کند (رومیان ۱۲: ۲). به بیان ساده، می‌توانیم یاد بگیریم که متفاوت فکر کنیم. ممکن است تجربیات یا افرادی در گذشته، ترسیدن را به شما یاد داده باشند، اما کلام خدا می‌تواند به شما بیاموزد که این ترس را پشت سر بگذارید. می‌توانید یاد بگیرید که جسور، شجاع و با اعتماد به نفس باشید.

نگذارید ترس از چیزی، مانع از موفقیت و شادی شما در زندگی روزانه شود. ترس سایه بزرگی دارد، اما در حقیقت بسیار کوچک است. ترس در زندگی شما، عذابی غیرضروری به همراه دارد. هنگامی که احساس ترس می‌کنید، مجبور به رهاکردن یا بازگشت به عقب نیستید. خدا با شماست و چون او با شماست می‌توانید با وجود ترسی که احساس می‌کنید، پیش روید.

به جای این که فکر کنید وقتی می‌ترسید، نمی‌توانید کاری انجام دهید، تصور کنید که هدف خود را برآورده کرده و بر چالش پیش روی خود پیروز می‌شوید. ممکن است افکاری مملو از ترس داشته باشید، اما روح‌القدس که درون شماست، می‌تواند تفکرتان را درباره ترس تغییر دهد. ترس مانند یک هیولا به نظر می‌رسد، اما هنگامی که با حقیقت کلام خدا روبه‌رو شویم، ترس به سرعت عقب‌نشینی می‌کند. ترس مانند قلدرِ مدرسه است: همه را به اطراف هل می‌دهد؛ تا اینکه سرانجام کسی او را به چالش بکشد.

هنگامی که می‌ترسیم، رنج می‌کشیم، در واقع قبل از روبرو شدن با ترسمان رنج می‌کشیم.

رابطه، نه قوانین

«و دلی تازه به شما خواهم بخشید و روحی تازه در اندرونتان خواهم نهاد و دل سنگی را از پیکر شما به در آورده، دلی گوشتین به شما خواهم داد.»
(حزقیال ۳۶: ۲۶)

بسیاری اوقات، هنگامی که کسی تولد تازه می‌یابد، اولین چیزی که به آنها گفته می‌شود، این است: «شما باید مدل موی خود را تغییر دهید، یا لباس دیگری بپوشید. خالکوبی خود را پنهان کنید. جای غیرمعمول گوشواره زده‌اید!» معرفی آنها از مسیحیت، همراه با لیستی از قوانین بایدها و نبایدهاست؛ آن هم بر اساس آن چیزی که آنها فکر می‌کنند درست یا نادرست است.

متأسفانه، بسیاری اوقات هیچ‌کس دربارهٔ قلب یا رابطهٔ آنها با خدا صحبت نمی‌کند. به جای آن درباره تمام کارهایی سخن می‌گویند که اگر آن شخص بخواهد عضوی از یک سازمان مذهبی خاص باشد، باید آنها را انجام دهد. اگرچه خدا ما را به سوی ایجاد تغییرات مثبت در زندگی سوق می‌دهد، اما او ما را کاملاً همانگونه که هستیم می‌پذیرد و ما نیز در قبال نوایمانان باید همین کار را انجام دهیم. برای آنها وقت بگذارید. خدا با قراردادن اشتیاقی جدید در دل‌هایشان، آنها را هدایت می‌کند.

عیسا مُرد تا ما بتوانیم رابطه‌ای عمیق، پرشور و شخصی با خدا داشته باشیم. او نمرد تا لیستی از قوانین را به ما ارائه دهد. او چیزی بسیار عمیق‌تر و بهتر به ما بخشید. به ما امکان دسترسی به خدا را داد تا بتوانیم رابطه‌ای شخصی و نزدیک با پدر آسمانی داشته باشیم.

هر چه به خدا نزدیک‌تر شوید، او با محبت و فیضی مضاعف شما را از درون تغییر می‌دهد.

انتظار کشیدن برای خدا

«جان ما منتظر خداوند است؛ او اعانت و سپر ماست.»

(مزمور ۳۳: ۲۰)

انتظار کشیدن برای خدا یکی از انضباط‌های روحانی است، اما در جامعه ما که نبض آن تند و سرعت زندگی بالاست، کمتر کسی به آن توجه دارد. ما اغلب خواسته‌های فراوانی داریم و می‌خواهیم فوراً به آنها برسیم! اما اگر همواره عجله داشته باشیم، مشارکت نزدیک با خدا که لازمه پرورش آن، زمان است را از دست می‌دهیم. اگر صبور باشیم و گوش دهیم، خدا می‌خواهد با دل ما سخن بگوید.

ایلیا از راز صبور بودن آگاه بود. بعد از کشتن انبیای بعل، ایلیا درسی ارزشمند در مورد انتظار کشیدن برای خدا را آموخت. خداوند به ایلیا گفت که به کوه برود و منتظر بماند. بادی شدید وزید؛ سپس زمین لرزید و شعله‌های آتش نازل شدند، اما خداوند در هیچ یک از آنها نبود. اول پادشاهان ۱۹: ۱۲ را بخوانید: "پس از آتش، نجوای آرامی به گوش رسید"، خداوند با نجوایی آرام بعد از باد و زمین‌لرزه و آتش، سخن گفت. اگر ایلیا در دعا شکیبایی نمی‌ورزید، صدای خداوند را نمی‌شنید.

داوود نیز آموخت که در خانه خداوند منتظر بماند. او گفت: "یک چیز از خداوند خواسته‌ام، و در پی آن خواهم بود: که همه روزهای زندگی‌م در خانه خداوند ساکن باشم، تا بر زیبایی خداوند چشم بدوزم و در معبدش، پاسخم را بجویم" (مزمور ۲۷: ۴). برای این که به شکلی موثر دعا کنیم، می‌توانیم صبورانه منتظر بمانیم و به دنبال شنیدن سخن او باشیم. صبر کردن و گوش سپردن به کلام او، تمرکز را از ما برمی‌دارد و به او معطوف می‌کند، پاسخ نیاز ما خود اوست.

معمولاً در سکوت، قوت خدا جنبشی عظیم می‌یابد. به روح القدس اجازه دهید صبر کردن در حضور او را به شما تعلیم دهد.

به خدا اعتماد کردن

«اما او راهی را که می‌روم می‌داند، و چون مرا بیازماید، مانند طلا بیرون خواهم آمد.»

(ایوب ۲۳: ۱۰)

در زندگی همیشه موقعیت‌هایی پیش می‌آید که لازم است به خدا اعتماد کنیم، فرقی نمی‌کند چه شود یا مسئله را درک کنیم یا نه. به همین خاطر است که ناگهان رو به خدا می‌گوییم: «چرا این‌طور شد؟ چه می‌کنی؟ چه شد؟ نمی‌فهمم!» گاهی اتفاقاتی که می‌افتد، ما را در جهت مخالف احساسی که خدا قبلاً بر ما آشکار کرده، حرکت می‌دهد.

همان موقع است که بسیاری تسلیم می‌شوند و سراغ چیزی می‌روند که سریع‌تر و آسان‌تر به نتیجه می‌رسد. اگر در شرایطی از زندگی خود هستید که هیچ چیز منطقی نیست، فقط به خدا اعتماد کنید. او به شما نزدیک است. او شما را ترک نکرده، و برای او مثل کتابی باز هستید.

چیزی به اسم اعتماد کردن به خدا بدون سوال پاسخ داده نشده، نداریم. تا وقتی که خدا ما را جهت توکل و اعتماد تعلیم می‌دهد، همیشه در زندگی ما چیزهایی هست که آنها را درک نکنیم. وقتی آسمان ساکت است، کارهایی را انجام دهید که آموخته‌اید و بلد هستید، و به او اعتماد کنید. خدا همه اجزای زندگی شما را برای به سرانجام رساندن هدف خود کنار هم می‌چیند.

پاسخ برای فردا معمولاً تا فردا به شما نخواهد رسید.

یاد بگیرید خودتان را دوست داشته باشید

«... با مهربی ازلی به تو مهر ورزیده‌ام؛ از این رو تو را به محبت جذب کرده‌ام.»
(ارمیا ۳۱: ۳)

بسیاری خود را واقعاً دوست ندارند. مدام از خود انتقاد می‌کنند؛ خود را طرد می‌کنند و ممکن است از خود متنفر باشند. کلام خدا به ما یاد می‌دهد که خودخواه و خودمحور نباشیم، ولی هرگز به ما نگفته که خود را به شکلی متعادل دوست نداشته باشیم. همیشه گفته‌ام «عاشق خود نباشید، ولی خود را دوست داشته باشید.» اگر خود را دوست نداشته باشید، رقت‌انگیز خواهید شد؛ چون مسلماً نمی‌توانید از خودتان جدا شوید. شما تنها کسی هستید که خودتان را حتا برای یک لحظه تنها نمی‌گذارید.

یک بار شنیدم خانم جوانی از شبان خواست تا برای او دعا کند؛ چون آن خانم از خود متنفر بود. آن شبان هم به او نگاه کرد و با بی‌میلی یک قدم از او دور شد. سپس با صراحت به او گفت: "شما فکر می‌کنید کی هستید که می‌گویید از خودم متنفرم؟ خدا تنها پسرش را فرستاد تا به جای شما عذاب بکشد و بمیرد، اگر خدا شما را تا به این اندازه دوست دارد، مطمئناً می‌توانید خود را دوست داشته باشید." جمله آن شبان، آن خانم جوان را متوجه اشتباه خود کرد، و او سفر خود را به سمت دوست داشتن و پذیرفتن خود آغاز نمود. تشویقتان می‌کنم که شما هم همین کار را بکنید. قدمی از روی ایمان بردارید و بگویید: "خود را با محبت خدا دوست دارم. خود را می‌پذیرم!"

وقتی خود را همان‌طور می‌بینید که خدا شما را می‌بیند، نگرش و موضع شما تغییر خواهد کرد. شخصی مثبت‌تر می‌شوید و اطمینان شما بالا می‌رود و از زندگی بیشتر لذت می‌برید.

چون خدا شما را دوست دارد، می‌توانید خود را دوست داشته باشید.

در مورد همه چیز دعا کنید و از هیچ چیز نترسید

«نیرومند باشید و دل قوی دارید، ای همه کسانی که برای خداوند انتظار می کشید.»
(مزمور ۳۱: ۲۴)

مدتی پیش احساس کردم خدا چنین کلماتی را به من می گوید: «در مورد همه چیز دعا کن و از هیچ چیز نترس!» در هفته های بعدی، او چیزی های مختلفی درباره دعا کردن در برابر ترس به من نشان داد. بسیاری از آنها مربوط به حوزه های کوچکی می شدند که ترس سعی داشت از آن طریق به زندگی من بخزد و برای من مشکلاتی ایجاد کند. او در هر مورد به من نشان داد که مهم نیست موضوع چقدر بزرگ، مهم، یا کوچک و بی اهمیت باشد، جواب همه چیز دعاست. گاهی ما بر شرایط خود تمرکز می کنیم و می ترسیم. هرچه بیشتر بر مشکلات تمرکز کنیم، ترسان تر می شویم. اما در عوض، می توانیم بر خدا تمرکز کنیم. او قادر به حل کردن همه چیزهایی است که در زندگی با آنها روبه رو می شویم. خدا وعده داده که ما را تقویت کند، در مشکلات قوی سازد، بلند کند و به دست راست عدالت خویش از ما حمایت کند (اشعیا ۴۱: ۱۰). همچنین به ما فرمان داده که نترسیم. اما باید به یاد داشته باشید که فرمان نداده هرگز ترس را حس نکنید، بلکه نباید اجازه دهیم ترس ما را کنترل کند. خداوند امروز به ما می گوید: «نترسید، من به شما کمک خواهم کرد»، اما تا وقتی که همه چیز را تسلیم نکنیم، تا وقتی که به اندازه کافی مطیع نشویم و در ایمان گام برنداریم، یاری خدا را هرگز تجربه نخواهیم کرد.

وقتی می ترسید، عقب نکشید. به خداوند اعتماد کنید و به حرکت ادامه دهید.

خوب از بد

«شما قصد بد برای من داشتید، اما خدا قصد نیک از آن داشت تا کاری کند که مردمان بسیاری زنده بمانند، چنان‌که امروز شده است.»

(پیدایش ۵۰: ۲۰)

خدا می‌خواهد جان شما را تازه سازد. هرچه بیشتر به او نزدیک می‌شوید، شفا، قوت، و احیا را بیشتر حس می‌کنید. او شما را در زندگی به جایی که از مسیر اصلی خارج شده‌اید، برمی‌گرداند و همه چیز را از آن لحظه به بعد درست می‌کند. یوسف نمونه کتاب مقدسی کسی است که خدا آنچه هدفش بدی بود را برگرفت و به نیکویی از آن استفاده نمود. یوسف در پیدایش ۵۰: ۲۰ در آن لحظه منقلب‌کننده سخن می‌گوید، او به برادران خود می‌گوید خدا از شرارتی که بر ضد او کردند (که واقعاً هم شرورانه بود)، به نیکویی استفاده کرد تا آنها و خانواده آنها را نجات دهد و صدها هزار نفر دیگر در زمان قحطی زنده بمانند. در مورد زندگی خودم، نمی‌توانم صادقانه بگویم که از آزار دیدن خوشحالم. اما به واسطه قدرت بخشش و تسلیم کردن دردم به خدا، او مرا شفا داد و بهتر و قوی‌تر ساخت و از نظر روحانی تقویت کرد و به شخصی حساس‌تر بدل نمود. او جان مرا احیا نمود و ترس و ناامنی را از من بیرون کرد. می‌توانم توکل کنم، محبت کنم، ببخشم و با سادگی زندگی کنم؛ چون خدا جان مرا احیا کرد، و می‌تواند همین کار را برای شما نیز انجام دهد.

اگر اتفاقات بد در زندگی شما می‌افتد، این را به یاد داشته باشید: تنها خدا می‌تواند وضعیت را به حالت اول برگرداند. او می‌تواند از بدی خوبی را حاصل آورد.

قدرت شادی و سلامتی

«هشیار و مراقب باشید، زیرا دشمن شما ابلیس همچون شیری غزان در گردش است و کسی را می‌جوید تا بلعد.»

(اول پطرس ۵: ۸)

وقتی خود را در شرایط سخت می‌بینید، آرامش را هدف خود قرار دهید. هر بار که ناراحت یا مایوس می‌شوید، مکث کنید و از خود بپرسید: "در این شرایط، دشمن به دنبال چیست؟"

اگر شیطان نمی‌تواند شما را بترساند و نسبت به آن مشکل هراسان سازد، پس قدرتی بر شما ندارد. اگر آرام و سلامت بمانید، و دیدگاهتان اعتماد و توکل به خدا باشد، در قوت و قدرت او باقی خواهید ماند.

روح‌القدس در فضایی شاد و آرام عمل می‌کند نه در آشفتگی. در دوران آزمایش، قوت شما در نزدیک شدن به خدا و ورود به آرامی او یافت می‌شود. تمام واژگان کتاب‌مقدسی -مانند ماندن، سکون، آرامی، ایستادن و در مسیح - اساساً یک مفهوم را بیان می‌کنند: شادی و آرامی خود را از دست ندهید.

در مسیح، خوانده شده‌اید تا غالب آیید. ضمانت پیروز شدن در او به شما داده شده است. اگر با مشکلات به نوبت روبه‌رو شوید، همه چیز مرتب خواهد شد. عیسای مسیح همیشه و در هر موقعیتی با شما خواهد بود. به یاد داشته باشید که امروز می‌توانید برای شادمانی و آرامی به او اعتماد کنید.

گام برداشتن در آرامی و شادی بدون توجه به شرایط، قدرتی عظیم در خود دارد.

وقتی نگران هستید

«و به آنان که در صهیون سوگواری، تاجی به عوض خاکستر ببخشم، و روغن شادمانی به عوض سوگواری، و ردای ستایش به جای روح یأس. آنان بلوط های پارسایی، و نهال های مغروس خداوند خوانده خواهند شد، تا جلال او نمایان شود.» (اشعیا ۶۱: ۳)

خدا می خواهد از ما استفاده کند، اما برای این که به او اجازه این کار را بدهیم، باید دست از نگرانی برداریم. بسیاری می گویند خدا می خواهد از آنها مراقبت کند، ولی همیشه نگران هستند یا به جای این که انتظار هدایت خدا را بکشند، سعی می کنند خود پاسخی بیابند. اما در واقع در «خاکستر» خود می غلطند، و همچنان می خواهند خدا به آنها تاجی ببخشد. اگر می خواهیم خدا به ما تاجی ببخشد، باید "خاکستر" خود را به او دهیم.

ما دلواپسی های خود را با ایمان داشتن به کاری که خدا برای حل مشکل مان می تواند انجام دهد، به او معطوف می سپاریم. عبرانیان ۴: ۳ می گوید: "ولی ما که ایمان آورده ایم (به خدا ایمان داریم و اتکا کرده ایم)، به آن آسایش راه می یابیم..."

ما با ایمان آوردن به آسایش خدا وارد می شویم. نگرانی، نقطه مقابل ایمان است. نگرانی، آسایش ما را می رباید و جسماً ما را خسته و حتماً ممکن است مریض کند. اگر نگرانیم، در واقع به خدا اعتماد نمی کنیم و به آرامی او وارد نمی شویم.

خدا معامله ای عالی برای ما در نظر دارد: ما خاکستر خود را به او می دهید و او تاج را به ما می بخشد. نگرانی و دغدغه خود را به او می دهیم و او محافظت، ثبات، ملجا، و شادی را به کمال به ما می بخشد؛ وقتی او مراقب و نگران ماست، چنین امتیازی شامل حال ما می شود.

عیسا نگران هیچ چیز نبود و شما هم نباید نگران چیزی باشید.

انگیزش برای انجام کار

«آنگاه موسی، بِصَلَّیْل و اُمُولِیَاب و همه افراد ماهر را که خداوند بدیشان مهارت بخشیده بود فراخواند، هر که را که دلش راغب بود بیاید و این کار را انجام دهد.»
(خروج ۳۶: ۲)

وقتی دل شما برای انجام کاری برانگیخته می‌شود، اتفاق نیرومندی در زندگیتان رخ می‌دهد. فایده‌ای ندارد که بگوییم: «کاش چنین حسی داشتم!» ما می‌توانیم تصمیم بگیریم در مورد برانگیختگی دل خود کاری بکنیم تا خواندگی خدا را در زندگیمان به انجام برسانیم.

چگونه ایمان خود را برانگیزانیم؟ من یاد گرفته‌ام کلام خدا که به شکل دعا، پرستش، موعظه یا اعتراف از دهانم بیرون می‌آید، بهترین راهی است که می‌توانم به آن طریق شعله‌های آتش دل خود را گداخته سازم. چنین کاری عطای درون را برمی‌انگیزاند و ایمان و امید مرا فعال می‌سازد و نمی‌گذارد جانم خمیده شود.

دشمن از ابزاری مانند تنبلی، انفعال و به تعویق انداختن کارها استفاده می‌کند. شخص منفعل منتظر می‌ماند تا با قوایی بیرونی قبل از عمل کردن به حرکت درآید. اما می‌توانیم با کمک روح القدس درون خود نه قوای بیرونی، برانگیخته و هدایت شویم. انجام دادن کاری که پیش روی شماست، با تمام قوا، بهترین حربه بر ضد انفعال است.

عطای خدادادی خود، آن آتش درون را حفظ کنید و برانگیخته شوید.

روح فرزندخواندگی

«چرا که شما روح بندگی را نیافته‌اید تا باز ترسان/و اسیر/ باشید، بلکه روح پسرخواندگی/روحي که فرزندی ایجاد می‌کند/ را یافته‌اید که به واسطه آن ندا درمی‌دهیم: ابا(پدر)، پدر.»

(رومیان ۸: ۱۵)

پولس رسول تعلیم می‌دهد که روح‌القدس روح فرزندخواندگی است. کلمه «فرزندخوانده» یعنی ما وارد خانواده‌ی الهی شده‌ایم، حتا اگر قبلاً بیگانه بوده و به هیچ وجه با خدا رابطه‌ای نداشتیم. گناهکار بودیم و جدا از خدا، اما خدا به رحمت عظیم خود، ما را احیا نمود، باز خرید کرد، و بار دیگر به واسطه خونِ پسر خود ما را به خود نزدیک‌تر گردانید.

ما درکی عینی و جسمانی از فرزندخواندگی داریم. می‌دانیم که برخی از کودکان بنا به دلیلی یتیم می‌شوند و خانواده‌ای دیگر آنها را با هدف قبلی انتخاب می‌کند و به فرزندی می‌پذیرد. انتخاب شدن توسط کسانی که محبت به ما را برگزیده‌اند، مایهٔ فخر است.

این دقیقاً همان کاری است که خدا برای ما ایمانداران به مسیح انجام داد. به خاطر کاری که عیسا بر صلیب برای ما کرد، عضو جاودانی خانوادهٔ او شده‌ایم و روح او در روح ما ساکن شده است و به درگاه خدا استغاثه می‌کند. خدای پدر، پیش از بنای عالم، تصمیم گرفت که هر کس به مسیح ایمان آورد، به عنوان فرزند او محبت و پذیرفته شود. او تصمیم گرفت کسانی که عیسا را به عنوان منجی می‌پذیرند، به فرزندخواندگی قبول کند. ما وارثان خدا و هم‌ارث پسر او، عیسی مسیح گشته‌ایم.

**شناخت سابقهٔ خانوادگیمان، جسارت حضور نزد تخت پادشاهی
را به ما می‌بخشد و اجازه می‌دهد که تقاضای ما شنیده شود.**

یک چیز را بجوید

«یک چیز از خداوند خواسته‌ام، و در پی آن خواهم بود: که همه روزهای زندگیم در خانه خداوند ساکن باشم، تا بر زیبایی خداوند چشم بدوزم و در معبدش، پاسخم را بجویم.»

(مزمور ۲۷: ۴)

اگر به شما گفته می‌شد که تنها می‌توانید یک درخواست داشته باشید، چه چیزی را طلب می‌کردید؟ داوود گفت تنها به دنبال یک چیز است: سکونت در حضور خدا.

نزدیکی به خدا، اولویتی است که در زندگی باید به دنبال آن باشیم. اما رویدادهای زندگی آنچنان حواس ما را پرت می‌کنند که ممکن است از اصل مطلب غافل شویم - یعنی از وقت گذراندن با خدا، شناختن او، ستایش او و طلبیدن هدایتش.

در این دنیا مردم پوچی را در خود حس می‌کنند و سعی می‌کنند این پوچی را با داشتن ماشین جدید، ترفیع پیدا کردن، داشتن رابطه، یا هر چیز دیگری پر کنند. اما تلاش آنها برای رسیدن به حس رضایت هرگز کارآمد واقع نمی‌شود؛ چون هر یک از ما حفره‌ای به شمایل خدا در خود داریم و هیچ چیز جز خدا نمی‌تواند آن را پر کند.

تشویقتان می‌کنم که ابتدا خدا را بجوید و بعد از او به دنبال چیزهای دیگر در زندگی خود باشید. اگر در همه کارهای خود او را در اولویت قرار دهید، فراتر از صورتتان برکت خواهید یافت.

خدا «تنها چیزی» است که می‌تواند به شما شادی، آسایش، رضایت و قناعت بخشد.

مطمئن و متفاوت

«خورشید جلال خاص خود را دارد، ماه جلالی دیگر، و ستارگان نیز جلالی دیگر؛ جلال هر ستاره نیز با جلال ستاره دیگر متفاوت است.»

(اول قرنیتیان ۱۵: ۴۱)

همه ما با هم متفاوتیم. مثل خورشید و ماه و ستارگان، خدا هر یک از ما را متفاوت از دیگری خلق کرده و به عمد چنین کرده است. هر یک از ما با نیازی روبه‌رو می‌شود، ولی از ابتدا برنامه خدا همین بود. وقتی سعی می‌کنیم مثل دیگری باشیم، خود را گم می‌کنیم و از خدایی که ما را خلق کرده، دور می‌شویم. خدا ما را طراحی کرده تا در نقشه او جای داشته باشیم و حس نکنیم که باید در نقشه دیگران جایی برای خود باز کنیم.

نه تنها متفاوت بودن، ایرادی ندارد، بلکه ما این‌گونه خلق شده‌ایم. همه با رفتاری متفاوت، ویژگی‌های فیزیکی، اثر انگشت متفاوت و عطایا و قابلیت‌های گوناگون به دنیا آمده‌ایم. هدف ما باید این باشد که به صورت انفرادی چه باید بکنیم، سپس در انجام آن کار موفق شویم. به همین خاطر است که رومیان ۱۲ به ما تعلیم می‌دهد خود را وقف عطایمان کنیم. باید بفهمیم که در چه زمینه‌ای خوب عمل می‌کنیم و سپس با تمام وجود خود را وقف آن نماییم.

شما می‌توانید آزادانه خود و اطرافیان‌تان را بدون احساس فشار یا رقابت محبت کنید و بپذیرید. کسانی که احساس امنیت می‌کنند و می‌دانند خدا آنها را دوست دارد و برنامه‌ای برایشان دارد، از قابلیت‌های دیگران احساس خطر نمی‌کنند، بلکه از آنچه دیگران می‌توانند انجام دهند و از آنچه خود می‌کنند، لذت می‌برند.

خدا عطایا و امیالی را به شما داده تا از آنها لذت ببرید. به جای محدودیت‌ها بر پتانسیل خود تمرکز کنید.

شادمانی کردن در هر قدم

«همیشه در خداوند شاد باشید؛ باز هم می‌گویم: شاد باشید.»

(فیلیپیان ۴: ۴)

پولس حس می‌کرد که شاد بودن در نیکویی خدا بسیار مهم است، آنقدر که در این آیه از فیلیپیان دو بار به آن اشاره می‌کند. او در آیات بعدی اشاره می‌کند که در مورد هیچ‌چیز غمگین و مضطرب نباشیم، بلکه دعا کنیم و همواره خدا را برای همه‌چیز شکر کنیم — نه فقط بعد از رفع شدن مشکلات.

اگر برای شادی و شکرگزاری، منتظر باشیم تا همه‌چیز مرتب شود، دیگر اوقات خوشی نخواهیم داشت. لذت بردن از زندگی، حتا در آزمایش‌ها، تنها راه نزدیک‌تر شدن به خداست. پولس نیز می‌نویسد: «و همه ما که با چهره بی‌نقاب، جلال خداوند را، چنانکه در آینه‌ای، می‌نگریم، به صورت همان تصویر، از جلال به جلالی فزون‌تر دگرگون می‌شویم.» (دوم قرنتیان ۳: ۱۸). این بدان معناست که می‌توانیم از این جلال در هر مرحله از رشد خود استفاده کنیم، چون هر روز قدمی دیگر به سوی آن شخصی است که خدا ما را بدان بدل می‌سازد.

وقتی خدمت را شروع کردم، شادی من متکی بر شرایط بود. نهایتاً خداوند راه به سوی شادی را به من نشان داد. او پری شادی در «حضور» خود را به من شناساند و تنها پرکاتش نبود که مرا به این نقطه رساند (مزامیر ۱۶: ۱۱).

شادی حقیقی زمانی یافت می‌شود که روی خدا را می‌جوئیم.

طردشدگی را از خود دور کنید

«هر که به شما گوش فرادهد، به من گوش فراداده است؛ و هر که شما را نپذیرد، مرا نپذیرفته است؛ اما هر که مرا نپذیرد، فرستنده مرا نپذیرفته است.»
(لوقا ۱۰: ۱۶)

بی‌شک در زندگی، گهگاه با طردشدگی روبه‌رو می‌شویم. داوود هم با طردشدگی روبه‌رو بود، پولس هم همین‌طور، حتاعیسا هم طرد شد. پس وقتی از طردشدگی به خاطر آنچه خدا شما را برای انجام آن هدایت کرده، رنج می‌کشید — مثل انجام دادن کاری متفاوت از اطرافیان — ناامید نشوید؛ همسنگران خوبی دارید.

وقتی تازه موعظه کردن را شروع کردم، احساس ناامنی می‌کردم و به اندازه کافی طرد شدم و از من انتقاد شد. بارها پیش می‌آمد که مایوس می‌شدم. نهایتاً، خداوند با روح من سخن گفت: "من کسی هستم که تو را خوانده است. نگران نباش که مردم چه فکر می‌کنند. اگر نگران فکر و حرف مردم باشی، همه زندگی خود را صرف آن خواهی کرد؛ چون شیطان هرگز دست از سر افرادی که نکته‌ای منفی در مورد تو می‌یابند، برنمی‌دارد."

در اعمال ۲۸: ۱-۵، وقتی مار پولس رسول را نیش زد، او مار را از خود تکاند و هیچ آسیبی به او نرسید. با طردشدگی می‌توانیم چنین رفتار کنیم. وقتی به خدا نزدیک‌تر می‌شویم و به جای نظر مردم، هویت خود را در خدا می‌یابیم، می‌توانیم هرچه ما را مایوس می‌کند، کنار بزنیم. امروز هرچه با آن روبه‌رو هستید - ترس، طردشدگی، یاس، ناامیدی، تنهایی — آن را از خود بتکانید و حرکت کنید.

حتا وقتی از سوی نزدیکان خود طرد می‌شویم، می‌توانیم همچنان استوار به سوی تحقق آنچه خدا ما را بدان خوانده است، پیش رویم.

محافظت خدا

«آن که در مخفیگاه آن متعال قرار گزیند، زیر سایهٔ قادر مطلق به سر خواهد برد.»
(مزمور ۹۱: ۱)

حضور خدا مکانی نهان است که می‌توانیم در آن با آرامش ساکن شویم، احساس امنیت کنیم و به آرامی خدا داخل شویم. این مکان رازآلود فیزیکی نیست؛ مکانی روحانی است که در آن نگرانی‌ها محو می‌شود و آرامی حکمرانی می‌کند و حضور خدا دیده می‌شود. وقتی برای دعا کردن و طلبیدن روح خدا زمان می‌گذاریم و در حضور او ساکن می‌شویم، در آن مکان رازآلود قرار می‌گیریم.

وقتی من و شما در مسیح ساکن می‌شویم یا در حضور رازآلودش قرار می‌گیریم، تنها گاهی به آن مکان سر نمی‌زنیم، بلکه در پناهگاه خود اسکان دائم می‌یابیم. آنجا جایی است که هنگام بدرفتاری، جفا، و یا نیاز شدید به سوی آن می‌شتابیم. همچنین مکانی است که برای نیکویی خدا در زندگی‌مان، شکرگزاری کرده و ستایش‌هایمان را تقدیم او می‌کنیم. باید بگویم که حضور خدا نخستین جایی است که هنگام نیاز به سوی آن می‌روم.

این بسیار مهم است که در خداوند غرس شویم و بدانیم او در هر شرایط و موقعیتی منشاء کمک است. با کمک خدا، و تنها با اتکا و توکل کامل بر او می‌توانیم به مکان آسایش و امن خود وارد شویم. تنها لحظه‌ای از حضور خدا فاصله داریم، و با یک لحظه اندیشیدن به حضور او وارد می‌شویم!

خدا می‌خواهد زیر سایهٔ حفاظت‌گر بال‌هایش آرامی بیابیم. او می‌خواهد به سوی او برویم.

دل بی نکوهش

«زیرا چشمان خداوند در تمام جهان گردش می‌کند تا قوت خود را بر کسانی که دلشان به تمامی وقف اوست، نمایان سازد. تو در این کار ابلهانه عمل کردی، و از این پس به جنگ‌ها گرفتار خواهی آمد.»

(دوم تواریخ ۱۶: ۹)

دلی بی نکوهش داشتن به چه معناست؟ یعنی میلی درونی برای انجام کار درست و خشنود کردن خدا در خود دارید. شخصی که دلی بی نکوهش دارد، حقیقتاً خدا را دوست دارد، اگرچه خود او ممکن است در همهٔ طریق‌های خود بی نکوهش یا بی نقص نباشد. شاید همچنان ضعف داشته باشید. چنین فردی شاید اشتباه کند و کنترل خود را از دست بدهد، اما وقتی این اتفاق برایش می‌افتد، سریعاً توبه و بخشش خدا را دریافت می‌کند. اگر به کسی توهین کرده، خود را فروتن می‌سازد و معذرت خواهی می‌کند. بنابراین روح القدس به راحتی می‌تواند به چنین فردی تعلیم دهد؛ زیرا دل او نسبت به خدا در موضع درستی قرار دارد. وقتی خدا به دنبال کسی می‌گردد تا از طریق او عمل کند، شخصی با عملکرد بی نقص را مدنظر ندارد. اگر کسی از ما می‌توانست رفتاری بی عیب داشته باشد، پس احتیاجی به عیسا نبود. البته می‌توانیم خدا را با تمامی دل محبت کنیم، و آن موقع، او با تمام قوت برای ما وارد عمل می‌شود.

خداوند کسانی را تقویت می‌کند که دلی درست نسبت به او دارند.

نمی‌گذارد غرق شوید

«بر او که قادر است شما را از لغزش محفوظ نگاه دارد و در حضور پر جلال خویش بی‌عیب (بی‌نکوهش و خطا) و آکنده از شادی عظیم حاضر سازد.»
(یهودا ۲۴)

بسیاری از کودکانی که تازه شناکردن را می‌آموزند، از استخر می‌ترسند. اگر پدر و مادر یا شخص دیگری با آنها نباشد، احساس ناامنی به آنها دست می‌دهد؛ چون می‌دانند ممکن است عمق استخر زیاد شود.

در دوره‌های مختلف زندگی، ما همه می‌ترسیم شرایط طاقت‌فرسا شود یا احساس کنیم به آخرین حد توان خود رسیده‌ایم. حقیقت این است که بدون خدا، همیشه شرایط طاقت‌فرساست. اینها مشکلات و چالش‌های زندگی هستند که ما را درگیر خود می‌کنند. برخی جزیی و ناخوشایند، و برخی عظیم و ترسناک: ماشین خراب می‌شود، بیکار می‌شوید، یکی از دوستان یا اعضای خانواده‌تان فوت می‌کند، بحث درمی‌گیرد، پزشک خبر بدی می‌دهد و الی آخر. هنگام رخ دادن چنین اتفاقاتی، آسان می‌توان ترسید و هراسان شد؛ چون حس می‌کنیم این مشکلات فراتر از توان ماست.

اما حقیقت این است که در لحظات حساس زندگی، کنترلی از خود نداریم. همیشه متکی بر فیض خداییم تا ما را از آن شرایط عبور دهد. توان و ظرفیت خدا پایانی ندارد. وقتی به او اتکا می‌کنیم، می‌توانیم آرام باشیم، می‌دانیم که او ما را از این شرایط عبور خواهد داد و هرگز رهایمان نمی‌کند.

جای شما در آغوش خدا امن است. حتا وقتی حس می‌کنید که به آخرین حد توان خود رسیده‌اید، او به فیض خود شما را بلند می‌کند.

بگذارید حاکم و داور تصمیم بگیرد

«صلح مسیح بر دل‌هایتان حکمفرما باشد؛ زیرا فراخوانده شده‌اید تا چون اعضای یک بدن در صلح و صفا به سر برید، و شکرگزار باشید.»

(کولسیان ۳: ۱۵)

پولس در کولسیان ۳: ۱۵ می‌گوید این صلح، بسیار شبیه داور یا حکمفرماست، بدین معنا که هر جایی که نیاز به تصمیم‌گیری است به ما کمک می‌کند.

این بدان معناست که اگر در مورد تصمیم یا عملی احساس آرامش نمی‌کنید، آن را انجام ندهید. بگذارید "داور" تصمیم‌گیری کند. برخی در مورد شغل خود تصمیماتی می‌گیرند؛ ولی آرامشی در آن مورد ندارند، و سپس تعجب می‌کنند که چرا نسبت به شغل خود معذب و مضطرب هستند. بسیاری بدون داشتن آرامش، اجناس گران‌قیمتی را خریداری می‌کنند، و هر ماه قسط خریدهای خود را پرداخت می‌کنند.

اما ما می‌توانیم اجازه دهیم آرامی مسیح در دل‌های ما حکمفرمایی کند (و مانند داوری دائم عمل نماید) آرامش داشتن اجازه می‌دهد با اطمینان در مورد سوالاتی که به ذهن ما خطور می‌کند، تصمیم‌گیری کنیم. اگر به دعا و کلام خدا مرتب وقت بدهید، دیدگاه و حکمتی درست نسبت به خداوند خواهید یافت. نیازی نیست از خود بپرسید: این کار را بکنم یا نه؟ تصمیم‌گیری درست است یا اشتباه؟ به عنوان فرزند خدا، که در رابطه‌ای نزدیک با پدر آسمانی زندگی می‌کند، قادر خواهید بود آسایش به‌وجودآمده توسط او را تجربه نمایید.

وقتی مطمئن نیستید چه باید بکنید، همیشه از آرامش خود پیروی کنید!

زندگی کردن مانند مسیح

«آنگاه خدا گفت: انسان را به صورت خود و شبیه خودمان بسازیم، و او بر ماهیان دریا و بر پرندگان آسمان و بر چارپایان و بر همه زمین و همه خزندگانی که بر زمین می‌خزند، فرمان براند.»

(پیدایش ۱: ۲۶)

در پیدایش ۱: ۲۶، وقتی خدا گفت انسان را ... شبیه خودمان بسازیم، مقصود او ویژگی‌های جسمانی نبود، بلکه به شباهت شخصیتی اشاره می‌کرد. ما خلق شده‌ایم تا بازتاب‌دهنده ذات و شخصیت او باشیم؛ همان‌طوری که در عیسای مسیح بازتاب یافت.

بزرگترین هدف هر ایماندار، شباهت یافتن به مسیح است. والاترین خواندگی ما در زندگی همین است. مایه شعف است که بدانیم آنقدر می‌توانیم در رابطه خود به خداوند نزدیک شویم که مانند عیسا با شرایط مختلف روبه‌رو شویم و با مردم همان‌طوری رفتار کنیم که او رفتار کرد. هدف ما این است کارهای خود را مانند عیسا انجام دهیم.

عیسا نمونه ماست. در یوحنا ۱۳: ۱۵، او پس از شستن پای آنها به عنوان خدمتگزار به آنها گفت: «من با این کار، سرمشقی به شما دادم تا شما نیز همان‌گونه رفتار کنید که من با شما کردم». هر روز و به هر طریقی، باید به عیسا بنگریم و از سرمشقی که در کلام خدا تعیین نموده، پیروی نماییم.

خدا به فیض خود با هر یک از ما کار می‌کند تا به جایی برسیم که بتوانیم در هر موقعیت از زندگی همان‌طور که عیسا عمل کرد، عمل نماییم.

پرورش پتانسیل

«آیا نمی‌دانید که در میدان مسابقه، همه می‌دوند، اما تنها یکی جایزه را می‌برد؟ پس شما چنان بدوید که جایزه را ببرید.»

(اول قرنیتان ۹: ۲۴)

وقتی به خدا نزدیک می‌شویم و شک و ترس و ترید را به خود راه نمی‌دهیم، می‌توانیم پتانسیل خود را پرورش دهیم و با موفقیت، آن چیزی باشیم که خدا می‌خواهد. ولی اگر از شکست بترسیم، نمی‌توانیم پتانسیل خود را پرورش دهیم. آنقدر از شکست یا اشتباه خواهیم ترسید که دیگر نمی‌توانیم پا پیش بگذاریم.

اغلب کسانی را می‌بینیم که دارای پتانسیل فراوانی هستند، اما با این حال وقتی فرصتی دست می‌دهد و ترفیعی به آنها پیشنهاد داده می‌شود، به سرعت آن را رد می‌کنند. در بسیاری از موارد، احساس امنیت نمی‌کنند و نمی‌دانند که خدا با آنهاست.

وقتی احساس امنیت نمی‌کنیم، همیشه به جای خطر کردن و پیش قدم شدن و پذیرش شکست، به آنچه ایمن و آشناست، می‌چسبیم. از پذیرفتن مسئولیت‌های بزرگتر خودداری می‌کنیم، چون حس می‌کنیم آماده نیستیم؛ ولی حقیقت این است که هیچ یک از ما هرگز آماده نخواهد بود. اما خدا همیشه آماده است و وقتی در زندگی ما حرکت کند، خواهید دید که هنگام نیاز شما را تجهیز می‌کند.

اتکای فروتنانه به خدا سبب موفقیت ما خواهد شد. وقتی به جای خود بیشتر به مسیح ایمان داریم، آزادانه می‌توانیم پتانسیل خود را گسترش دهیم، چون از ترس شکست آزاد گشته‌ایم.

جذابیت زندگی را حفظ کنید

«هر کاری را از جان و دل چنان انجام دهید که گویی برای خداوند کار می‌کنید، نه برای انسان.»

(کولسیان ۳: ۲۳)

قرار نبود زندگی کسالت‌آور و خسته‌کننده باشد. خدا ما را تنها برای انجام کاری تکراری که معنایی ندارد، خلق نکرده است. خدا خلاق است. اگر موافق نیستید، پیشنهاد می‌دهم که به اطراف خود دقت کنید. حیوانات، حشرات، گیاهان، پرندگان، درختان و دیگر موجودات زنده و منحصر و غیرعادی، همه فوق‌العاده هستند.

شما خلق شده‌اید که منحصر به فرد، خارق‌العاده، و شگفت‌انگیز باشید. به همین خاطر احساس می‌کنم که باید گهگاه کاری کنید که دیگران آن را حتا برای شما خارج از حد بدانند. کاری کنید که مردم انتظار آن را ندارند. به این طریق، جذابیت زندگی‌تان حفظ می‌شود و دیگران فکر نمی‌کنند که خود را در جعبه‌ای که خود طراحی نموده‌اید، مخفی کرده‌اید.

خانم ۷۶ ساله‌ای به من گفت هدفش این است که هر هفته کاری دور از انتظار و توانش انجام دهد. عالی نیست؟ اگر به دنبال این هستید که همیشه کاری خارج از عرف انجام دهید، به این طریق قادر خواهید بود که گرفتار دور باطل و کسالت نشوید و همیشه مشتاق باشید.

امروز می‌خواهید چه کار بی‌نظیری انجام دهید؟

از کسالت و لنگان لنگان زندگی کردن خودداری کنید. خلاق باشید و به هر چیزی، تفنن را بیفزایید.

دعای جسورانه

«تاکنون به نام من چیزی نخواست‌اید؛ بخواهید تا بیاید و شادی‌تان کامل شود.»
(یوحنا ۱۶: ۲۴)

موثرترین نوع دعا، دعای جسورانه است. ایماندارانی که به جزییات دقت می‌کنند و جسارت دارند با چنین دعایی به حضور خدا آمده و نیاز حقیقی خود در زندگی طلب کنند، بی‌آنکه خجالت بکشند، تقاضای خود را اعلام می‌کنند. یکی از اصلی‌ترین مسائلی که نمی‌گذارد مردم جسورانه دعا کنند، این است که به جای کاری که عیسا به خوبی انجام داد، به کار نادرست خود می‌نگرند. کتاب مقدس به روشنی تعلیم می‌دهد که خدا «کسی را که گناه را نشناخت، در راه ما گناه ساخت، تا ما در وی پارسایی خدا شویم» (دوم قرنتیان ۵: ۲۱). چون در او پارسا هستیم، می‌توانیم با شهامت به تخت فیض او نزدیک شویم و نیاز خود را مطرح نماییم (عبرانین ۴: ۱۶).

یوحنا ۱۶: ۲۳-۲۴ به ما می‌گوید که می‌توانیم با شهامت در نام عیسا به تخت او نزدیک شویم. نام عیسا قدرتمند است. استفاده کردن از نام عیسا در دعای خود، فرمول یا جادویی نیست که آخر هر دعا ورد زبان ما باشد و آن را به کار گیریم. وقتی به نام عیسای مسیح وارد می‌شویم، در واقع می‌گوییم: «پدر، امروز با همه آنچه عیسا هست، به حضور تو می‌آیم، نه آنچه خودم هستم!»
میهم حرف نزنید یا نترسید — جسور باشید! از پاسخی که دریافت می‌کنید، تعجب خواهید کرد.

خدا منتظر است تا شما را با چیزهای فوق‌العاده سورپرایز کند —
آماده دریافت کردن هستید؟

خدا برنامه‌ای عالی برای زندگی شما دارد

«همانا نیکویی و محبت، تمام روزهای زندگیم در پی من خواهد بود، و سالیان دراز در خانه خداوند ساکن خواهم بود.»

(مزمور ۲۳: ۶)

مزمور ۲۳ بابی نیرومند از کلام خداست و شرایطی را توصیف می‌کند که خدا می‌خواهد همیشه در آن زندگی نماییم. او می‌خواهد ایمن، در مسیر درست و آرام باشیم. می‌خواهد سفرهٔ برکات خود را جلوی ما و جلوی چشم دشمنان برپا کند. او می‌خواهد به جای سوگواری ما را با روغن شادی مسح کند. می‌خواهد جام برکاتِ ما از شکرگزاری و ستایش او به خاطر نیکویی، رحم و محبت شکست‌ناپذیرش پر شود.

همهٔ این خواسته‌ها بخشی از برنامهٔ خدا برای ما هستند. علیرغم میزان سقوط ما، او می‌خواهد ما را نزدیکِ خود و به برنامهٔ عالی و بی‌نقصی که برای زندگیمان در نظر دارد، بازگرداند.

به نفع همهٔ ماست که روزی چند بار به خود بگوییم: «خدا نقشه‌ای فوق‌العاده برای زندگی من دارد. آن نقشه را برای زندگی خود می‌خواهم. محبت و نیکویی او را در زندگی خود دریافت می‌کنم. در حضور او راه می‌روم و زندگی می‌کنم!»

به یاد داشته باشید که مهم‌ترین چیز در دریافت برکت خدا، ایمانِ عظیم ما نیست، بلکه اتکا بر وفاداریِ اوست.

همیشه مطمئن بودن

«زیرا در انجیل، آن پارسایی که از خداست به ظهور می‌رسد، که از آغاز تا به انجام بر پایه ایمان است / و از ایمان به ایمان حرکت می‌کند / چنان که نوشته شده است: پارسا به ایمان زیست خواهد کرد.»

(رومیان ۱: ۱۷)

اطمینان به خدا در ایمان ریشه دارد. به همین خاطر باید همیشه «مطمئن بودن» را برگزینیم، نه گاهی.

به همین خاطر وقتی از دوستان و خانواده می‌شنیدم که زُن نباید کلام خدا را تعلیم دهد، مجبور شدم بیاموزم که چگونه اطمینان خود را حفظ کنم. می‌دانستم خدا مرا به تعلیم کلام خود خوانده است، اما همچنان طرد شدن از سوی دیگران، مرا تحت تاثیر قرار می‌داد. باید به جایی می‌رسیدم تا نظرات و پذیرش یا طردشدگی از سوی دیگران، سطح اطمینان مرا تحت تاثیر قرار ندهد. اطمینان من باید بر خدا بنا می‌شد.

رومیان ۱: ۱۷ در اصل یونانی به ما می‌گوید که از ایمان به ایمان حرکت کنیم. من سال‌های بسیاری از ایمان به شک و ناپاوری حرکت کردم و سپس به ایمان بازگشتم. بعدها متوجه شدم که وقتی اطمینان خود را از دست می‌دهم، در اصل دری را برای شیطان باز می‌گذارم. اگر به او اجازه دهم اطمینان مرا براباید، دیگر ایمانی برای خدمت کردن به مردم برایم باقی نمی‌ماند.

اگر می‌خواهید موفق شوید، اطمینانِ همیشگی را برگزینید. از عطایا و خواندگی خود، و توانایی‌تان در مسیح مطمئن باشید. باور داشته باشید که از خدا می‌شنوید و روح القدس شما را هدایت می‌کند. در خداوند جسور باشید. خود را در او برنده بدانید.

تمرکز بر محبت عظیم خدا، کمک می‌کند تا با اطمینان، انتظار
اتفاقات عظیم را بکشید!

تسلط یافتن

«شریران می‌گریزند؛ حتی آنگاه که تعقیب‌کننده‌ای نیست، اما پارسایان همچون شیر شجاع‌اند.»

(امثال ۲۸: ۱)

ترس ایمان بسیاری را می‌رباید. ترس از شکست، ترس از انسان و ترس از طردشدگی، قوی‌ترین ترس‌هایی هستند که شیطان از آنها استفاده می‌کند تا مانع پیشرفت ما شود.

مهم نیست که دشمن چگونه ترسی را به سوی ما روانه می‌کند، تنها غلبه کردن بر آن ترس مهم است. وقتی با ترس روبه‌رو می‌شویم، نباید تسلیم آن شویم. برای پیروز شدن باید بگوییم: «به یاری خدا، غالب خواهم آمد!»

عکس‌العمل معمول به ترس، گریز است. دشمن می‌خواهد فرار کنیم؛ خدا می‌خواهد پابرجا بایستیم و رهایی او را شاهد باشیم. بسیاری از مردم به خاطر ترس با مشکلات روبه‌رو نمی‌شوند و در زندگی خود تنها مشغول گریز هستند. باید ایستادگی و رویارویی با ترس را یاد بگیریم و احساس امنیت کنیم؛ چون اطمینان داریم که به واسطهٔ مسیح برتر از پیروزمندانیم (رومیان ۸: ۳۷).

ترس از شکست بسیاری را آزار می‌دهد. می‌ترسیم که اگر شکست بخوریم، دیگران ممکن است چه فکری در مورد ما بکنند. اگر کاری کنیم و شکست بخوریم، دیگران ممکن است خبر آن را بشنوند؛ اما اگر ما شکست خود را فراموش کنیم و راه خود را پی بگیریم، دیگران هم خیلی زود این موضوع را فراموش می‌کنند. بهتر است چیزی را امتحان کنیم و در آن شکست بخوریم تا این که هیچ کاری نکنیم.

در زندگی با جسارت پیش روید. روح خداوند در شماست؛ پس تصمیم بگیرید که نترسید.

قدرتی که در دل تازه شده هست

«خداوند همچون انسان نمی‌نگرد؛ انسان به ظاهر می‌نگرد، اما خداوند به دل.»
(اول سموئیل ۱۶: ۷)

خدا به دل‌ها می‌نگرد. او تنها به ظاهر فرد یا حتا اعمال او نگاه نمی‌کند و شخص را طبق چنین معیاری داوری نمی‌کند. انسان، ظاهر را داوری می‌کند، ولی خدا دل را.

شاید کارهای خوبی انجام دهیم، ولی با این حال دیدگاه و دل ما درست نباشد. شاید کار غلطی انجام دهیم ولی باز از درون، دل صافی داشته باشیم. خدا مایل است از شخصی با دل پاک و مشکلات جزئی استفاده کند تا شخصی که ظاهری نیکو دارد و دلی ناپاک!

اگر می‌خواهیم صدای خدا را بشنویم و در رابطه‌ای نزدیک با او زندگی کنیم، باید با حیات باطنی و منش دل خود، و همچنین نحوه احساس و فکرمان در مورد مسائل (آنچه کلام خدا مخفی از دل انسان می‌داند) در ارتباط باشیم.

وقتی خدا به دنبال بلندکردن کسی است، شخصی را برمی‌گزیند که جویای دل اوست.

اشتیاق

«سپس آن تخت‌نشین گفت: اینک همه‌چیز را نو می‌سازم. و گفت: اینها را بنویس؛ زیرا این سخنان درخور اعتماد است و راست است.»

(مکاشفه ۲۱: ۵)

بسیاری زندگی رقت‌انگیزی دارند؛ چون با اشتباهات گذشته خود درگیر هستند و بار سنگین آنها را حس می‌کنند. اگر به خاطر اتفاقات گذشته، ناخوش یا مایوس هستید، تشویقتان می‌کنم که طرز فکر خود را تغییر دهید و بر مسیری جدید تمرکز کنید. تصمیم بگیرید آن کسی شوید که خدا می‌خواهد باشید، آنچه خدا می‌خواهد داشته باشید را به دست آورید و آنچه عیسا برای آن جان داد را بپذیرید.

حیات تازه شما در مسیح، بدان معناست که گناهان شما کاملاً بخشیده شده است. خدا حساب شما را صفر کرده و در دل شما ساکن شده است. می‌توانید گذشته را رها کنید و مشتاق آینده باشید.

وقتی یاس به سراغتان می‌آید، بگویید: "من دیگر در اسارت زندگی نخواهم کرد. کاری در مورد گذشته از من بر نمی‌آید، اما می‌توانم برای آینده کاری کنم. از زندگی خود لذت خواهم برد و آنچه عیسا به خاطر آن جان سپرد را دریافت می‌کنم. گذشته را رها می‌کنم و در روزهای آینده خدا را دنبال خواهم کرد!"

دیروز به تاریخ پیوست، فردا هم نامشخص است، اما امروز هدیه‌ای از جانب خداست.

وقتی که بیش از همیشه به او نیاز داریم

«با تمام دل خود بر خداوند توکل کن، و بر عقل خویش تکیه منما؛ در همه راه‌های خود او را در نظر داشته باش، و او طریق‌هایت را راست خواهد گردانید.»
(امثال ۳: ۵-۶)

پیش می‌آید که می‌گوییم به خدا اعتماد و توکل داریم، ولی در اعماق وجود خود هنوز می‌ترسیم که شاید لحظه‌ای که بیش از همیشه به او نیاز داریم، برای یاری رساندن به ما وارد عمل نشود. پس به اشتباه، فرض را بر این می‌گیریم که اگر در مورد مشکل خود فکری کنیم و به اندازه کافی نگران باشیم، در نتیجه کسی به نحوی مشکل ما را رفع خواهد کرد - اگر در موعد مقرر خدا وارد عمل نشود و طبق زمان‌بندی ما کاری نکند.

مشکل این نوع دیدگاه این است که ما را به مشکلات خود نزدیک‌تر می‌کند نه به خدا. اما هنگامی که باور داریم خدا همه‌چیز را تحت کنترل دارد و وضعیتی که در آن هستیم را مدیریت خواهد کرد، به خدا نزدیک‌تر می‌شویم و دیگر مشکل ما آنقدرها نگران‌کننده به نظر نمی‌رسد.

اعتماد کردن به خدا شما را از استدلال کردن و تلاش برای دریافت آنچه هنوز پاسخی برای آن ندارید، بازمی‌دارد. وقتی با موقعیتی سخت روبه‌رو می‌شوید، به صدای درون خود گوش ندهید که شکوه می‌کند: «چه می‌خواهی بکنی؟ چه خواهی کرد؟» تنها به خود یادآوری کنید من به خدا اعتماد خواهم کرد و او آنچه باید انجام دهم را به من نشان خواهد داد... اگر نیاز به انجام کاری باشد.

آرامش خود را حفظ کنید، آرام بمانید؛ خدا برای شما خواهد جنگید.

زمان‌بندی خدا، زمان‌بندی درست است

«ای برادران من، هر گاه با آزمایش‌های گوناگون روبه‌رو می‌شوید، آن را کمال شادی بینگارید!؛ زیرا می‌دانید گذشتن ایمان شما از بوتۀ آزمایش‌ها، پایداری به بار می‌آورد. اما بگذارید پایداری کار خود را به کمال رساند تا بالغ و کامل شوید و چیزی کم نداشته باشید.»

(یعقوب ۱: ۲-۴)

معمولاً حین رخ دادن آن را نمی‌بینیم، ولی خدا نقشه خود را پشت صحنۀ زندگی ما اجرا می‌کند. اگرچه ما به دنبال نتیجه هستیم، ولی لازماً پرورش شخصیت، زمان و شکیبایی است.

کتاب مقدس می‌گوید شکیبایی عملی کامل در زندگی ما انجام می‌دهد. وقتی منتظر خدا می‌شویم، او ما را پرورش می‌دهد و کامل می‌کند، و کم و کسری نخواهیم داشت. طبق تجربه متوجه شده‌ام که شکیبایی چیزی بیش از توانایی صبر کردن است؛ شکیبایی یعنی بتوانیم نگرش مناسبی را حین صبر کردن حفظ کنیم. این نتیجه عملی روح، از رابطه نزدیک با خدا حاصل می‌شود و در دیدگاهی آرام و مثبت علیرغم شرایط، تجلی می‌یابد.

زمان‌بندی خدا با زمان‌بندی ما یکی نیست. ما عجله داریم ولی خدا عجله‌ای ندارد. او برای انجام کار درست، وقت کافی می‌گذارد. پیش از این که ساختمانی بنا کند، بنیان آن را شکل می‌دهد. ما ساختمان خدا هستیم که در دست ساخت است. او هم سازنده ارشد است و می‌داند چه می‌کند.

وقتی شکیبایی خود را از دست می‌دهید، به یاد داشته باشیم که زمان‌بندی خدا بی‌نقص است!

پراز شادی

«تو راه حیات را به من خواهی آموخت؛ در حضور تو کمال شادی است، و به دست راست تو لذت‌ها تا ابدآباد!»

(مزمور ۱۶: ۱۱)

حضور خدا همیشه با ماست، اما همیشه آن را تشخیص نمی‌دهیم یا زمانی جهت آگاهی یافتن نسبت به آن نمی‌گذاریم. فکر می‌کنم به همین خاطر شادی را در زندگی بسیاری از ایمانداران نمی‌بینیم. بسیاری از کسانی که خوشحال نیستند زندگی خود را صرف مادیات می‌کنند، در حالیکه هیچ چیز جز خدا ما را راضی نمی‌کند.

وقتی مردم از دورن احساس رضایت نمی‌کنند، به دنبال عاملی خارجی می‌گردند تا اشتیاق آنها را ارضا کند. و معمولاً جستجوی آنها برای یافتن آن و پر کردن پوچی خود بی‌ثمر می‌ماند. بارها شنیده‌ایم که مردم در زندگی مشغول بالا رفتن از نردبان موفقیت هستند، ولی وقتی بالای نردبان می‌رسند می‌فهمند که نردبان خود را بر دیوار اشتباه تکیه داده‌اند.

وقتی اولویت‌های ما درست است، متوجه می‌شویم که همه نیازهای خود را در خداوند می‌یابیم. به دنبال اسکان در حضور او باشید. در او مسیر زندگی، شادی لبریز، و خوشیِ همیشگی را می‌یابیم.

دلیلی که می‌توانیم بخندیم و علیرغم شرایط کنونی از زندگی لذت ببریم این است که عیسا شادمانی ماست.

امتحان کتاب باز

«خداوند پارسا و شریر را می‌آزماید؛ جان او بیزار است از آن که خشونت را دوست می‌دارد.»

(مزمور ۱۱: ۵)

معلمانی گاهی به دانش‌آموزان اجازه باز کردن کتاب سر امتحان را می‌دهند، یعنی دانش‌آموزان می‌توانند حین پاسخ دادن به سوالات، کتاب‌های خود را باز کنند. همه آزمایش و امتحان می‌شویم. استثنایی در کار نیست، همه در سطوح مختلف زندگی آزموده می‌شوند، اما در همه امتحانات حق باز کردن کتاب را دارید؛ پاسخ همه سوالات در این کتاب، یعنی کلام خدا یافت می‌شود. مهم نیست چه شرایطی دارید، خدا در کلام خود پاسخ را برایتان مهیا کرده است.

نزدیک شدن به خدا در شرایط سخت، ما را تقویت کرده و پاسخی که نیاز داریم را به ما می‌بخشد. خدا اغلب به ما اجازه می‌دهد به جایگاهی سخت وارد شویم؛ چون ما را آزمایش می‌کند، پرورش می‌دهد و تقویت می‌کند. در چنین شرایطی، شیطان در ذهن به ما حمله‌ور می‌شود و به دروغ می‌گوید: "خدا تو را دوست ندارد، اگر قرار بود به تو کمک کند، تا الان کمک می‌کرد. بهتر است تسلیم شوی و به خدا اعتماد نکنی و نقشه فراری برای خود بکشی!" ولی وقت استقامت کردن و تسلیم نشدن است!

زندگی همیشه آسان نیست. روزها و دوره‌ای پیش می‌آید که با چالش‌ها روبه‌رو می‌شویم. ولی اگر در آن دوره‌ها تصمیم بگیریم که به خدا اعتماد و توکل نماییم، متوجه خواهیم شد که هنوز حتا در این روزهای سخت شادمان هستیم. قوت، حکمت، معرفت، بلوغ و شخصیتی الهی هنگام عبور از آزمایش‌ها در ما پرورش می‌یابد.

باید وفاداری را برگزینیم تا در خدا رشد کنیم و خواندگی او را برای خود محقق کنیم. شخصیت او در طول زمان در زندگی ما آشکار می‌شود.

زندگی پادشاهی

«زیرا پادشاهی خدا خوردن و نوشیدن نیست، بلکه پارسایی، سلامتی و شادی در روح القدس است.»

(رومیان ۱۴: ۱۷)

پادشاهی خدا از چیزهای عظیم‌تر و مفیدتری از تعلقات مادی تشکیل شده است. خدا ما را با دارایی‌های مادی برکت می‌دهد، ولی پادشاهی چیزی بیش از آن است: پارسایی، سلامتی و شادی در روح القدس.

پارسایی نتیجه کاری که می‌کنیم نیست، بلکه نتیجه عملی است که عیسا برای ما به انجام رساند (اول قرن‌تینان ۱: ۳۰). او گناه ما را برمی‌دارد و پارسایی خود را به ما می‌بخشد (دوم قرن‌تینان ۵: ۲۱). وقتی این حقیقت را به ایمان می‌پذیریم و شخصاً آن را دریافت می‌کنیم، با آزادی زندگی می‌کنیم و از حیاتی که عیسا جان سپرد تا به ما بدهد، لذت می‌بریم.

سلامتی شگفت‌انگیز است، قطعاً زندگی در پادشاهی به همین معناست. به همین خاطر به دنبال آرامی هستیم و آن را می‌طلبیم و می‌خواهیم (مزمور ۳۴: ۱۴؛ اول پطرس ۳: ۱۱). هرچه بیش‌تر به خدا نزدیک شویم، بیش‌تر می‌فهمیم عیسا آرامی و سلامتی ماست (افسیسیان ۲: ۱۴). اراده خدا برای من و شما این است که از آسایشی و رای تصور، لذت ببریم.

شادی می‌تواند چیزی مثل آرام بودن در خوشی تا شمع باشد. شادی چهره ما، سلامتی، و کیفیت زندگی ما را تغییر می‌دهد. شهادت ما را در برابر دیگران تقویت می‌کند و دیدگاهی الهی به زندگی می‌بخشد (نحمیا ۸: ۱۰).

در کلام خدا آشکارا بیان شده: خدا و پادشاهی او را بجویید، و او مابقی را حل خواهد کرد. (متی ۶: ۳۳)

زندگی بهتری از زندگی در پادشاهی خدا نمی‌یابید.

وقتی احساس ناامنی می‌کنید

«تا مسیح به واسطهٔ ایمان [حقیقتاً] در دل‌های شما ساکن شود(و آن را منزلگاه خود کند)، و در محبت ریشه دوانیده، استوار گردید.

(افسیان ۳: ۱۷)

بسیاری از مردم نسبت به خود احساس ناامنی می‌کنند؛ چون نمی‌توانند آن کسی که هستند را قبول کنند. آیا شما هم از تحت فشار بودن، ماسک بر چهره زدن، و تلاش برای شخص دیگری بودن خسته‌اید؟ آیا می‌خواهید آزادی پذیرش آن کسی که هستید را تجربه کنید؛ بدون این که فشاری به خود بیاورید تا به فرد دیگری تبدیل شوید؟!

با کمک خدا درمی‌یابیم ارزش ما به کاری که انجام می‌دهیم نیست، بلکه آن که در او هستیم، به ما ارزش می‌بخشد. او می‌خواهد همان‌طور که هستیم، به حضورش بیاییم و به او اعتماد کنیم تا کسی باشیم که او می‌خواهد.

نقشهٔ شیطان این است که ما را فریب دهد تا بر عملکرد خود تمرکز کنیم و سپس تمرکز ما را معطوف اشتباهات و کمبودهایمان می‌کند. شیطان می‌خواهد نسبت به خودمان دیدگاهی حقیرانه و پست داشته باشیم تا به این طریق ما را از خدا دور کند و درمانده شویم و چون خود را نالایق می‌دانیم، پذیرای برکات او نباشیم.

بسیار مهم است که حس مثبتِ ارزشمندی و امنیت در مسیح را در خود پرورش دهیم. تصمیم بگیرید خود را بپذیرید؛ چون عیسا در حال حاضر شما را پذیرفته است. او هرگز دست رد به سینهٔ کسی نمی‌زند که به سمتش می‌رود. شما بسیار عزیز و ارزشمند هستید!

خدا از اشتباهات شما باخبر است، اما به هر حال دوستتان دارد.
هیچ چیز محبت او نسبت به شما را تغییر نمی‌دهد.

وجدانی حساس

«از این رو، سخت می‌کوشم [جسم خود را تقویت می‌کنم و اشتیاقات شهوانی، اشتیهای جسمانی و امیال دنیوی را می‌کشم و در هر وجه تلاش می‌کنم] تا نسبت به خدا و مردم با وجدانی پاک [نامتزلزل، بی‌نکوهش] زندگی کنم.»
(اعمال ۲۴: ۱۶)

یکی از شیوه‌هایی که می‌توانیم از طریق آن به خدا نزدیک‌تر زندگی کنیم، داشتن دلی حساس است. وجدان حساس، ما را قادر می‌سازد به خدا نزدیک‌تر زندگی کنیم. ما به لمس او حساس هستیم و می‌توانیم به راحتی رفتار درست و غلط خود را تشخیص دهیم. سپس بی‌درنگ می‌توانیم توبه کنیم و کاملاً به شکلی شگرف احیا شده و از مشارکت با او تازه شویم.

وقت خود را با بهانه‌تراشی برای ناطاعتی‌های خود تلف نکنید. وقتی خدا به شما نشان می‌دهد که کار اشتباهی کرده‌اید، فقط بگویید: «خداوندا، درست می‌گویی، من اشتباه می‌کنم. بهانه‌ای ندارم، پس لطفاً مرا ببخش و کمک کن که دیگر آن کار را نکنم!»

فوق‌العاده است که چقدر این کار به شما کمک خواهد کرد تا نسبت به خدا وجدانی حساس داشته باشید. وقتی نسبت به خدا پاک هستیم، می‌توانیم در برخوردهای خود با مردم هم پاک و حساس باشیم. دنیا پر از مردم آسیب‌دیده، زخمی و درهم‌شکسته است که به لمس مهربان و محبتانه خدا نیاز دارند. اجازه دهید خدا از طریق شما آنها را لمس کند.

وقتی نسبت به خدا دلی حساس دارید، صدای او را آشکارا می‌شنوید و از کلام او به سرعت اطاعت می‌کنید.

فیض او شما را عبور خواهد داد

«اگر به خاطر نام مسیح شما را ناسزا گویند، خوشا به حالتان؛ زیرا روح جلال که روح خداست بر شما آرام می‌گیرد.»

(اول پطرس ۴: ۱۴)

آیا تا به حال به خاطر مسیحی بودن رنج کشیده‌اید - کسی شما را مسخره کرده، طرد شده‌اید یا از رفتار شما اشتباه برداشته شده است، یا از ترفیع یا چیزی بهتر محروم شده‌اید؟

برخی فکر می‌کنند وقتی به خاطر مسیحی بودن با آنها بد رفتاری می‌شود، بد است، اما خدا از زاویه‌ای دیگر به این مساله نگاه می‌کند. خدا هرگز انتظار ندارد که بدون کمک او به خاطرش رنج ببریم. ما می‌توانیم ایمان داشته باشیم که هر وقت سرکوفتی می‌شنویم یا به خاطر ایمان به عیسای مسیح با ما بد رفتاری می‌شود، خدا فیض لازم را در مقابل چنین حمله‌ای به ما می‌بخشد. برای غلبه و پیروزی، قوت خدا در اختیار ما قرار گرفته است!

وقتی حضور خدا را در زندگی خود تشخیص می‌دهیم و بر آن توکل می‌کنیم، می‌توانیم با شرایط سخت روبه‌رو شویم و آرامی و شادی خود را حفظ نماییم؛ مانند سدرک، میشک، عبْدِنغو در دانیال ۳: ۲۱-۲۷، می‌توانیم وارد آتشی سوزان شویم، یا با مشکلات و چالش‌ها روبه‌رو شده، بدون این که گزندی به ما برسد، از سوی دیگر بیرون بیاییم.

اگر ثابت‌قدم بمانیم و در شرایط سخت به خدا اعتماد کنیم، می‌توانیم مطمئن باشیم که جلال خدا پاداش ما خواهد بود.

پذیرای حضور خدا در زندگی خود باشید و هنگامی که می‌بینید فیض او شما را برای رویارویی با هر مشکلی تقویت می‌کند، هیجان‌زده شوید.

نقشه‌ای بزرگ‌تر

«عیسا بدیشان چشم دوخت و گفت: این برای انسان ناممکن است، اما برای خدا همه چیز ممکن است.»

(متا ۱۹: ۲۶)

باید از خدا بخواهید رویایی برای زندگیتان به شما ببخشد. بدون هدف پیشرفت نمی‌کنیم، اما خدا ما را برای هدفی خلق کرده است. افسسیان ۳: ۲۰ می‌گوید خدا «... که می‌تواند به وسیله آن نیرو که در ما فعال است، بی‌نهایت فزون‌تر از هر آنچه بخواهیم یا تصور کنیم، عمل کند» به همین خاطر، به عنوان مسیحیان، می‌توانیم فکر و اهدافی وسیع‌تر داشته باشیم و به چیزهای بزرگ‌تر امید داشته باشیم.

بسیار پیش می‌آید که به وظیفه یا کاری فکر می‌کنیم و به خود می‌گوییم به هیچ‌وجه نمی‌توانم آنچه لازم است را انجام دهم. وقتی به جای خدا، که قادر به انجام هر کاری است، بر خودمان تمرکز می‌کنیم، چنین می‌شود.

وقتی خداوند یوشع را خواند تا جانشین موسا شود و قوم اسرائیل را به سوی سرزمین موعود هدایت کند، به او گفت: «در همه ایام عمرت، هیچ‌کس را یارای ایستادگی در برابر تو نخواهد بود. همان‌گونه که با موسا بودم، با تو نیز خواهم بود. تو را ترک نخواهم کرد و وانخواهم گذاشت.» (یوشع ۱: ۵).

اگر خدا وعده داده که با ما باشد - که همین‌طور هم هست - واقعاً به آن نیاز داریم. قوت او در ضعف ما به کمال می‌رسد (دوم قرنتیان ۱۲: ۹). هر وضعی که داشته باشید، قوت خدا در دسترس شماست تا در زندگی کارهایی بزرگ‌تر از آنچه فکر می‌کردید ممکن است، انجام دهید.

وقتی برای انجام کارهای بزرگی که به نظر غیرممکن می‌رسند،
به خدا اعتماد می‌کنید، در واقع او را حرمت می‌نهیید.

دیگر به خود شک نکنید

«داوود سخت پریشان حال بود؛ زیرا مردم از سنگسار کردن او سخن می‌گفتند، چراکه جان هر یک از مردم به خاطر پسران و دخترانشان تلخ شده بود. اما داوود خویشتن را در یهوه خدای خود تقویت کرد.»

(اول سموئیل ۳۰: ۶)

اگر ما به خود باور نداریم - یعنی به استعداد و قابلیت‌هایی که خدا به ما داده است - پس چه کسی به ما باور خواهد داشت؟ خدا به ما باور دارد که خوب است؛ در غیر این صورت قادر به پیشرفت نبودیم. نمی‌توانیم منتظر کسی باشیم تا بیاید و ما را تشویق کند تا همه آن چیزی شویم که می‌توانیم.

وقتی داوود و مردانش در موقعیتی به نظر مایوس‌کننده گرفتار شدند، موقعیتی که سربازانش داوود را به خاطر آن سرزنش می‌کردند، داوود خود را در خداوند تشویق و تقویت می‌کرد. بعداً، موقعیت کاملاً معکوس شد (اول سموئیل ۳۰: ۱-۲۰).

وقتی داوود پسری جوان بود، اطرافیانش هنگام مبارزه او با جولیات توانایی‌هایش را دست‌کم گرفتند و او را مایوس کردند. می‌گفتند جوان است و بی‌تجربه، حتا زره و اسلحه مناسب هم ندارد. اما داوود به خدا نزدیک بود و به او اعتماد داشت. داوود باور داشت که خدا از طرف او وارد عمل می‌شود و او را پیروز خواهد ساخت.

تردید داشتن نسبت به خود، عذاب‌آور است، ولی می‌توانیم آن را از بین ببریم. مثل داوود، می‌توانیم شناختن خدا را بیاموزیم - محبت او، راه‌هایش و کلامش - سپس نهایتاً می‌توانیم مطمئن باشیم که او قوتی که نیاز داریم را در اختیارمان قرار خواهد داد.

راه خلاصی از شک و تردید نسبت به خود، این است که به خدا بنگریم و به قوت عظیم او ایمان داشته باشیم.

قدرت اعلان

«مرگ و زندگی در قدرت زبان است آنان که دوستش می‌دارند، از میوه‌اش خواهند خورد.»

(امثال ۱۸: ۲۱)

اگر می‌خواهیم پاسخ دعای خود را دریافت کنیم، باید بیاموزیم که در مورد شرایط خود، دعا کنیم و سپس اعلام مثبت همراه با ایمان داشته باشیم. اعتراف منفی و ایمان با هم سنخیتی ندارند.

فرض کنید مادری برای پسر خود که در مدرسه به مشکل برخورد، دعا می‌کند. از روی ایمان دعا می‌کند و باور دارد که خدا وارد عمل خواهد شد. سپس ناهار با دو نفر از همسایه‌ها بیرون می‌رود و یک ساعت تعریف می‌کند و می‌گوید: «از مشکلاتم با این پسر کلافه شده‌ام. اوضاع بهتر نخواهد شد. چرا من؟» این اعتراف منفی بر ضد ایمان شما عمل می‌کند.

بعد از این که دعا کردید، تصمیم بگیرید در توافق با دعای خود سخن بگویید. کلام خدا را اعلام کنید! ایمان خود را اعلام کنید! وقتی همسایه‌ها می‌پرسند وضعیت پسرت چگونه است، بگویید: «در وضعیت عادی او تغییر چندانی دست نداده، ولی برایش دعا می‌کنم و در دل اطمینان دارم که خدا با اوست و کاری عظیم در زندگی‌اش انجام خواهد داد!»

وقتی ایمان شما، افکارتان، کلام دهانتان، و همه چیز با وعده‌های خدا هم‌سو می‌شوند، تنها باید منتظر تغییر مثبت در وضعیت خود باشید.

دعا کنید و سپس کلام خود را هم‌سو با دعایتان قرار دهید و قطعاً نتیجه را خواهید دید.

جو پرستش

«وصف جلال نام خداوند را بگویند! خداوند را در قرآن قدوسیتش پرستش کنید!»
(مزمور ۲۹: ۲)

وقتی خدا را می‌پرستیم، در واقع تشخیص می‌دهیم که او کیست، در زندگی ما چه کرده، و قرار است چه کار کند.

پرستش مختص ما نیست، بلکه به خدا مربوط می‌شود. اما اگرچه پرستش به شما ارتباطی ندارد، ولی سبب تبدیل‌تان می‌شود. با آغاز پرستش خدا برای تغییری که در حال حاضر در شما ایجاد کرده، خواهید دید که آن تغییرات بیشتر و بیشتر در شما تجلی می‌یابند و سطحی تازه از جلال خدا را تجربه خواهید کرد. به عبارت دیگر، خدا به پرستندگان خود نزدیک است و نیکویی خود را بر کسانی می‌باراند که برمی‌گزینند تا او را تجلی بخشند.

به واسطه پرستش، رهایی رخ می‌دهد. گاهی این رهایی ذهنی یا عاطفی است. حینی که خداوند را می‌پرستیم، بار عاطفی یا ذهنی‌ای که بر ما سنگینی می‌کند، رها می‌کنیم. شگفتی و نیرومندی خدا بار وجود ما را در برمی‌گیرد.

تشویقتان می‌کنم که صبح زود پرستش کنید. هنگامی که برای آغاز روز آماده می‌شوید، پرستش خود را شروع کنید، و همچنین وقتی سر کار هستید یا کارهایتان را انجام می‌دهید. و در پایان روز هم خدا را به خاطر آنچه در آن روز شما را از آن گذراند، بپرستید. وقتی خدا را در بالاترین نقطه زندگی خود می‌گذارید، خواهید دید که شرایط زندگی شما و کارتان تغییر خواهد کرد.

پرستش قادر است فضایی برای عمل داستان خدا ایجاد کند.

هیچ وقت تنها نیستید

«و به آنان تعلیم دهید که هرآنچه به شما فرمان داده‌ام، به جا آورند. اینک من هر روزه تا پایان این عصر با شما هستم!»

(متا ۲۸: ۲۰)

خدا می‌خواهد بدانید که هیچ وقت تنها نیستید. شیطان می‌خواهد باور کنید که تنها بید، ولی این دروغ است. او سعی می‌کند به شما بگوید که هیچ کس احساس شما را درک نمی‌کند، و به این طریق شما را فریب بدهد ولی بدانید که دروغ است. علاوه بر این که خدا با شماست، بسیاری از ایمانداران نیز هستند که می‌فهمند چه حسی دارید، چه شرایطی را پشت سر می‌گذارید و می‌دانند چه چیزی را تجربه می‌کنید.

وقتی از خدا پیروی می‌کنید و از نظر روحانی پیشرفت می‌کنید، شیطان با وارد کردن سختی و مشکلات سعی می‌کند شما را مایوس کند و حس تنهایی را به شما القاء نماید. به یاد دارم چندین سال پیش وقتی خدا مرا خواند تا کار تازه‌ای انجام دهم، مستلزم این بود که خودم را از بسیاری از مردم و چیزهایی که برایم ارزشمند بودند، جدا کنم. گاهی باید چیزها و طریق‌های کهنه را رها کنیم تا آنچه تازه است و خدا برایمان در نظر دارد، به دست آوریم. هنگامی که داشتم زندگی تازه خود را بنا می‌کردم، احساس تنهایی می‌کردم؛ اما خدا در هر قدم با من بود. اگر با تنهایی و درد می‌جنگید، از خدا قوت بیابید. بدانید که خدا با شماست، و شما را به جلو حرکت می‌دهد. او قدرت دارد تا اندوه شما را به شادمانی بدل کند و در غم و اندوهتان، شما را تسلی بخشد. با تمام دل به خدا اعتماد کنید و نگذارید شیطان سرنوشت شما را بریابد.

به محبت خدا امیدوار باشید و بدانید که او همواره با شماست.

محبت شده

«محبت همین است، نه آن که ما خدا را محبت کردیم، بلکه او ما را محبت کرد و پسر خود را فرستاد تا کفّاره گناهان ما باشد.»

(اول یوحنا ۴: ۱۰)

خیلی از ما باور داریم که خدا جهان را دوست دارد، اما از محبت ویژه او به خود مطمئن نیستیم، یا حس می‌کنیم تنها هنگامی که خوب هستیم، خدا ما را محبت می‌کند، نه هنگامی که مرتکب اشتباه و گناه می‌شویم. محبت خدا بنا بر هویت اوست نه آنچه ما می‌کنیم. او هرگز از محبت و دوست داشتن ما دست نخواهد کشید، حتی برای یک لحظه!

خدا شما را دوست دارد! شما برای او خاص هستید! او شما را به خاطر این که خوب هستید یا کار درستی انجام داده‌اید، دوست ندارد. او شما را دوست دارد؛ چون او محبت است. محبت کاری نیست که خدا انجام می‌دهد؛ او خود محبت است.

محبت خدا را نمی‌توانید کسب کنید یا شایستگی آن را بیابید. باید با ایمان آن را دریافت کنید. او خدای ازلی و ابدی است، و خسته نمی‌شود. بسیاری از ما، فکر می‌کنیم خدا را با شکست و اشتباهات خود خسته کرده‌ایم، ولی نمی‌توانیم چنین کاری بکنیم. شاید او همیشه از کاری که می‌کنید، خشنود نباشد؛ اما شما را دوست دارد. محبت، ذاتی شکست‌ناپذیر دارد.

مهم نیست چقدر تلاش کنید و در پی آنچه از خداست باشید، اگر نپذیرفته‌اید که خدا شما را دوست دارد، آنقدرها پیشرفت نخواهید کرد.

بگذارید خدا شما را محبت کند. محبت خدا به خود را دریافت کنید. بر آن تامل نمایید. بگذارید شما را تقویت کند و به رابطه‌ای نزدیک‌تر با خود بکشاند. سپس به دنبال فرصت‌هایی بگردید که محبت او را با دیگران قسمت کنید.

اگر تنها شما بر زمین بودید، عیسا همچنان می‌آمد و برای شما رنج می‌برد.

رها از اضطراب

«پس نگران نباشید و نگویید چه بخوریم یا چه بنوشیم و یا چه بپوشیم؛ زیرا اقوام بت پرست در پی همه این‌گونه چیزهایند، اما پدر آسمانی شما می‌داند که بدین همه نیاز دارید.»

(متا ۶: ۳۱-۳۲)

نگرانی ما را از ترس و اضطراب پر می‌سازد و باعث می‌شود فکر کنیم: «اگر به اندازه کافی نداشته باشم چه؟ چطور شغل دیگری پیدا کنم؟ اگر اوضاع خوب پیش نرود، چه؟» به عبارت دیگر، «چه خواهیم کرد اگر خدا به خاطر ما وارد عمل نشود؟»

به جای این که وعده‌های خدا را وقتی دچار عدم اعتماد هستیم اعلام کنیم، اغلب در مورد نگرانی‌ها و خستگی‌های خود صحبت می‌کنیم که باعث بدتر شدن مشکل و تشدید آن می‌شود.

مردم نگرانی و اضطراب را هنگامی حس می‌کنند که نمی‌دانند پدری آسمانی دارند؛ کسی که بی‌قیدوشرط آنها را دوست دارد. اما من و شما می‌دانیم پدری آسمانی داریم که به ما نزدیک است و وعده داده نیاز ما را فراهم می‌آورد. باید این را به یاد داشته باشیم و به ایمان عمل کنیم، و مطمئن باشیم و هر روز به خدا اعتماد نماییم. تنها به این خاطر که وسوسه می‌شویم، بدان معنا نیست که باید چنین کنیم!

عیسا ما را مطمئن می‌کند که پدر آسمانی پیش از آن که بدانیم به چه چیز نیاز داریم، از آن باخبر است. پس چرا باید نگران باشید؟ به جای آن، خدا را شکر کنید؛ چون از پیش نیاز زندگیتان را رفع می‌کند.

بلکه نخست در پی پادشاهی خدا و عدالت او باشید، آنگاه همه اینها نیز به شما عطا خواهد شد. (متی ۶: ۳۳)

دلی مستحکم

«دل من مستحکم است، خدایا، دل من مستحکم است؛ سرود خواهم خواند و خواهم نواخت.»

(مزمور ۵۷: ۷)

برای پیروزی در زندگی‌مان و انجام کارهای بزرگ برای خدا، باید استوار و پابرجا باشیم. کتاب مقدس می‌گوید: «چون زمان صعود عیسا به آسمان نزدیک می‌شد، با عزمی راسخ رو به سوی اورشلیم نهاد» (لوقا ۹: ۵۱)، و ما نیز چون برای خدا زندگی می‌کنیم، قادر به انجام این کار خواهیم بود. اگر به دنبال دستاوردی ارزشمند هستیم، باید با «عزمی راسخ» به سوی آن حرکت کنیم و تسلیم نشویم.

وقتی مسیح را به عنوان منجی و خداوند خود می‌پذیریم، ممکن است شیطان در هر نقطه به مقابله با شما بپردازد. او می‌خواهد تسلیم شوید! قرار نیست شیطان به خاطر این که تصمیم گرفته‌اید مسیح را به عنوان نجات‌دهنده خود برگزینید، فرش قرمز برایتان پهن کند. اما عیسا بر شیطان غالب آمد. شیطان دشمنی شکست خورده است. اگر به خدا نزدیک هستید و در زندگی به قوت و اراده او پیش می‌روید، ضدیت او با شما نمی‌تواند به حدی قوی باشد که مانع رابطه نزدیک شما با خدا شود.

فکر نکنید که در زندگی همه چیز باید برای ما آسان باشد، به این دام نیفتید. از خدا کمک بخواهید، فیض را دریافت کنید و از اراده خدا مطمئن باشید، مثبت و شاد باشید و علیرغم شرایط در آسایش خدا گام بردارید.

با عزمی راسخ و مقدس به جلو بروید، برنامه خدا در زندگی شما اجرایی خواهد شد.

حرکت رو به جلو

«از این رو، تو را یادآور می‌شوم که آن عطای خدا را که به واسطه دست گذاشتن من، در تو جای گرفته، شعله‌ور سازی.»

(دوم تیموتائوس ۱: ۶)

در زندگی روحانی خود معمولاً یا با تمام سرعت جلو می‌رویم یا به عقب می‌لغزیم. چیزی به اسم مسیحیت را کد نداریم. پیشرفت حیاتی است. به همین خاطر به تیموتائوس توصیه شده بود که غیرتی که زمانی دلش را پر ساخته بود، شعله‌ور سازد. او خسته شده بود و آتشی که زمانی در او شعله‌ور بود، اکنون تبدیل به سوسوی بی‌جان گشته بود.

ظاهراً تیموتائوس پسرفت کرده بود، شاید از روی ترس. به راحتی می‌توان درک کرد که تیموتائوس چطور شجاعت و اطمینان خود را از دست داده است. او دوره‌ای را سپری می‌کرد که در آن جفا شدت گرفته و استاد او، پولس، به زندان افتاده بود. با این وجود، پولس قویاً تیموتائوس را تشویق می‌کرد که خود را برانگیزد و به مسیر اصلی بازگردد. خواندگی زندگی خود را به خاطر آورد و در مقابل ترس، مقاومت نماید و به یاد آورد که خدا روح قوت و محبت و حکمت را به او بخشیده است.

هر بار که اجازه می‌دهیم ترس کنترل ما را به دست گیرد، پسرفت می‌کنیم. ترس مانع پیشرفت ما شده و باعث می‌گردد به جای پیشرفت با تمام قوا، به دنبال راه گریز باشیم. اگر مطمئن نیستید، یا حتی امروز می‌ترسید، تشویق پولس به تیموتائوس را دریافت کنید. ایمان خود را شعله‌ور سازید و برای خدا برانگیخته شوید و فراموش نکنید که او با شماست. وقتی او را کنار خود دارید، مهم نیست شرایط چقدر سخت به نظر برسد، می‌توانید به واسطه او هر کاری که می‌بایست را انجام دهید.

هرگز، هرگز و هرگز تسلیم نشوید!

چه چیزی مانع شما شده است؟

«پس چون چنین ابری عظیم از شاهدان را گرداگرد خود داریم، بیا بید هر بار اضافی و هر گناه را که آسان به دست و پای ما می‌پیچد، از خود دور کنیم و با استقامت ... بدویم.»

(عبرانیان ۱۲: ۱)

وقتی نویسنده کتاب عبرانیان نوشت که می‌توانیم هر بار اضافی و هر گناه را از خود دور کنیم، به دوندگان روزگار خود فکر می‌کرد که هنگام دویدن لباس خود را از تن درمی‌آوردند و با پایین‌پوش خود می‌دویدند. آنها نمی‌خواستند چیزی مانع‌شان شود و آنها را از سریع دویدن تا آخرین حد توان بازدارد. آنها می‌دویدند تا پیروز شوند!

یکی از بخش‌های مهم نزدیک‌تر شدن به خدا، بررسی کردن زندگی و کنار گذاشتن هر چیزی است که مانع ما می‌شود یا ما را پایین می‌کشد. لازمه رابطه نزدیک با او این است که از آنچه او را محزون کرده و حواس ما را پرت می‌کند و مانع تحقق و زندگی کردن نقشه خدا می‌شود، دوری کنیم.

معمولاً باید نگاهی دقیق‌تر به زندگی خود بیاندازیم و آنچه دست‌وپاگیر است و ما را از خدا دور می‌کند را کنار بگذاریم. بدون این کار، رشد روحانی غیرممکن است. وقتی خدا چیزی را به شما نشان می‌دهد که باید کنار بگذارید، تشویقتان می‌کنم بی‌درنگ آن را انجام دهید. با خدا بحث نکنید یا برای خود غصه نخورید. آنچه او از شما می‌خواهد، در آخر به نفعتان خواهد بود. چه دوستی مخرب باشد، چه عادات آسیب‌رسان، چه رنجیده شده باشید، یا هر گناه دیگری در زندگی، جسور باشید و به خوبی با آن کنار بیاوید. از خدا بخواهید به شما کمک کند و سپس از او و کلامش قوت بیاوید.

هر چیزی که مانع دویدن شما به سوی قدوسیت می‌شود را کنار بگذارید. پاداش، خود خداست.

داشتن قوت مدافع روحانی

«با این حال، من به شما راست می‌گویم که رفتنم به سود شماست؛ زیرا اگر نروم، آن مدافع نزد شما نخواهد آمد؛ اما اگر بروم او را نزد شما می‌فرستم.»
(یوحنا ۱۶: ۷)

چقدر در جسم گام برداشتن با مسیح شگفت‌انگیز است. او به شاگردان خود گفت که رفتن او به سود آنها خواهد بود، چون روح خود را می‌فرستد تا در هر ایماندار ساکن شود. عیسا به شاگردان گفت که اگرچه از خبر رفتنش محزون هستند، ولی مثل زنی که درد زایمان می‌کشد و پس از تولد کودکش شادمان می‌شود، آنها نیز شادمان خواهند شد.

عیسا می‌دانست هنگامی که آنها جلال روح‌القدس را در خود و قدرتی که به واسطهٔ دعا در دسترس آنها قرار خواهد گرفت را ببینند، ذهنشان دگرگون خواهد شد. او به معنای واقعی کلمه به شاگردانش و همه کسانی که به او ایمان دارند، وکالت کامل و اختیار قانونی بخشید، یعنی حق قانونی استفاده از نامش. نام او جای خودش را گرفت؛ به نوعی نام او معرف خود اوست.

عیسا برای ما بی‌نقص عمل کرد. موجب حسنودی پدر نسبت به ما گردید؛ پس، نیازی نیست بر خود فشاری احساس کرده و تلاش کنیم که سابقهٔ رفتاری خود را پاک نگه داریم تا بتوانیم دعا کنیم. وقتی در نام عیسا به حضور پدر می‌آییم، می‌توانیم به گناهان خود اعتراف کنیم، بخشش او را دریافت نماییم و با جسارت تقاضای خود را به گوش او برسانیم.

وقتی نام عیسا با ایمان از زبان ایمانداران خارج می‌شود، آسمان و زمین به گوش می‌شوند.

رود به آسایش خدا

«خوشا به حال آنان که در راستی گام برمی‌دارند، و از شریعت خداوند پیروی می‌کنند.»

(مزمور ۱۱۹: ۱)

هنگامی که حقیقتاً کلام خدا را دوست دارید و آن را می‌شنوید و اطاعت می‌کنید، به آزادی آسمانی و آسایش خاصی می‌رسید. حتی در شرایط سخت، زندگی شما آزاد از خستگی و فرسودگی خواهد شد. وقتی از طریق کلام خدا به او نزدیک می‌شوید، به وعده‌هایش برای زندگیتان ایمان دارید و از فرامین او اطاعت می‌کنید، شادی شما کامل می‌شود.

کلید غالب آمدن بر مشکلاتی که در زندگی با آنها روبه‌رو هستید، باور کردن کلام و اطاعت کردن از آن چیزی است که خدا در دلتان قرار داده است. ماندن در کلام او شما را از مشکلاتی که با آنها درگیر هستید، می‌رهاند تا بتوانید در وعده‌های خدا زندگی کنید. عبرانیان ۴: ۳ می‌گوید: «ولی ما که ایمان آورده‌ایم، به آن آسایش راه می‌یابیم.»

اگر امروز حس می‌کنید شکست خورده‌اید، اگر مشکلات شما را زمین‌گیر کرده است، بهترین چاره این است که خود را وقف شنیدن، دریافت کردن و اطاعت کردن از کلام خدا کنید. اینجاست که کلام حیات را می‌یابید. به محض آن که به کلام خدا ایمان می‌آورید، شادیتان بازمی‌گردد و آرام می‌شوید.

زندگی آرام در او، جایی است که خدا می‌خواهد هر روز آنجا باشید.

مانند کودکان بیایید

«عیسا کودکی را فراخواند و او را در میان ایشان قرار داد و گفت: «آمین، به شما می‌گویم، تا دگرگون نشوید و همچون کودکان نگریدید، هرگز به پادشاهی آسمان راه نخواهید یافت.»

(متا ۱۸: ۲-۳)

یکی از زیبایی‌های کودکان، سادگی آنهاست. همیشه شما را از نیاز خود باخبر می‌کنند، هنگام ترس به آغوش شما می‌دوند و گاهی بی‌دلیل شما را می‌بوسند. ارتباط داشتن با کودکان ما را تازه می‌کند، چون به دنبال مخفی کردن ترس یا احساسات خود نیستند.

فکر می‌کنم خدا انتظار دارد هنگام صحبت با او همین‌طور باشیم. وقتی با سادگی و ایمانی کودکانه به او نزدیک می‌شویم، خشنود می‌شود. مانند کودکان که به اعتماد کامل به والدین خود گرایش دارند، ما هم می‌توانیم در حالی که به خدا توکل و اعتماد می‌کنیم، پاک و مشتاق باشیم. سفره دل خود را پیش خدا باز کنید و به یاد داشته باشید: می‌توانید همه چیز زندگی خود را به او بسپارید و بدانید که او به شما اهمیت می‌دهد.

خدا به دنبال رابطه‌ای پیچیده نیست. او به دنبال دلی پاک و ایمانی کودکانه است. می‌توانید خواسته خود را با او در میان بگذارید (فیلیپیان ۴: ۶)، و می‌توانید هنگام ترس به سوی او بدوید (مزمور ۹۱: ۱-۷). خدا می‌خواهد هنگام ملاقات با او احساسات واقعی خود را نشان دهید و آزادانه دل خود را پیش او باز کنید. هر چه بیشتر با ایمانی کودکانه پیش او بیایید، رابطه‌ای نزدیک‌تر با او خواهید داشت.

نمی‌خواهیم در رابطه خود با خدا بچگانه رفتار کنیم؛ ولی می‌خواهیم مانند کودکان باشیم.

وفادار در بیابان

«خدایا، تو خدای من هستی، با تمام وجود، تو را می‌جویم؛ جان من تشنهٔ توست، و پیکرم مشتاق تو، در زمین خشک و بی‌طراوت و بی‌آب!»

(مزمور ۶۳: ۱)

نهایتاً مهم نیست که چقدر خداوند را محبت می‌کنیم و چقدر به او نزدیک می‌شویم، هر چه کنیم، همچنان در زندگی به دورانی خشک برمی‌خوریم ... زمانی که چیزی اثری بر ما نمی‌گذارد یا جانمان را آبیاری نمی‌کند. به کلیسا می‌رویم، ولی بدون هیچ تغییری به خانه بازمی‌گردیم. دورانی که دعای ما خشک به نظر می‌رسد، زمانی است که نمی‌توانیم چیزی از خدا بشنویم یا احساس کنیم. من دوره‌های پرفرازونشیب بسیاری را گذرانده‌ام، گاهی بر قلّه کوه و گاهی ته درّه. در زندگی دعایی، پرستش‌ها و ستایش‌ها، دورانی خشک داشته‌ام. گاهی صدای خدا را به وضوح می‌شنیدم و گاهی سکوت کامل.

هنگام گذراندن چنین فصلی، اجازه مایوس شدن به خود ندهید. خدا با شماست، چه حضور او را احساس کنید چه نکنید. ایماندار بالغ نمی‌گذارد نحوهٔ احساسات او رابطه‌اش با خدا را تعیین کند. می‌توانید باور کنید که خدا امروز با شماست. می‌توانید پرستش و محبت کردن خدا از روی ایمان را برگزینید. می‌توانید دعا کنید و ایمان داشته باشید که او صدای شما را می‌شنود و مطمئن باشید که نیاز شما را رفع می‌کند. با این انتخاب‌ها، در گام‌های خود با خداوند آسایشی تازه می‌یابید و در هر دوره از زندگی خود باثبات خواهید بود.

خدا شما را دوست دارد و با شماست؛ فرقی نمی‌کند که آن را احساس کنید یا نه. در بیابان مثل قلّه کوه وفادار باشید.

محبت بردبار است

«محبت بردبار و مهربان است...»

(اول قرنیتان ۱۳: ۴)

امروزه اکثر مردم ناشکیبا هستند. به نظر همه عجله دارند، میزان اضطراب بالاست و همه تحت فشار هستند که خود باعث نابردباری می‌شود. ما مسیحیان هم مانند همه با فشارها روبه‌رو می‌شویم و به اندازه دنیا ناشکیبایی می‌کنیم؛ در حالی که نباید چنین باشد.

کتاب مقدس به ما تعلیم می‌دهد که محبت شکیباست. هرچه بیشتر محبت خدا را دریافت می‌کنیم، در عوض او و اطرافیان خود را بیشتر محبت می‌کنیم و بردبارتر می‌شویم. این بردباری به ما کمک می‌کند که در آرامش زندگی کنیم. همیشه عجله نداشته باشید. زمان بگذارید و منتظر خدا باشید و با او مشارکت کنید. خدا از روی محبت خود با ما بردباری به خرج می‌دهد، پس ما هم می‌توانیم با دیگران همین‌گونه رفتار کنیم.

وقتی زندگیتان به محبت نشانه‌گذاری می‌شود، نه تنها با دیگران بردبار می‌شوید، بلکه با خود نیز بردباری به خرج خواهید داد. وقتی اشتباه می‌کنید، به جای عصبانی شدن از دست خودتان، توبه کنید و آرام باشید. سپس درمی‌یابید که خدا عمل می‌کند تا آن خطایا را در زندگی شما تصحیح کند، و شما با بردباری می‌توانید به او اعتماد کنید تا او کار خود را انجام دهد.

بردباری خصلتی فوق‌العاده است که می‌توانید آن را در زندگی خود پرورش دهید، ولی کلید کار این است که با هر روز اعتماد کردن به او نزدیک‌تر شوید. هرچه بیشتر به خداوند نزدیک شوید، راحت‌تر می‌توانید یاس و ناامیدی دنیا را رها کنید. چون خدا در مرکز زندگی شماست، احساس تازه آرامی و اطمینان را تجربه خواهید کرد.

وقتی می‌آموزید با بردباری به همه آزمایشات زندگی خود پاسخ دهید، کیفیتی از زندگی را می‌یابید که تنها تحمل نمی‌کنید، بلکه به کمال از آن لذت می‌برید.

آماده کردن پُмп

«... زیرا شادی خداوند، قوت شماست.»

(نحمیا ۸: ۱۰)

وقتی دوره‌ای سخت را پشت سر می‌گذاریم، می‌توانیم برای جاری کردن شادی، پیش از آن که در ناامیدی سقوط کنیم، کاری انجام دهیم. می‌توانیم شادمان باشیم؛ چه شادی را احساس کنیم چه نه. این مانند پمپ زدن است که دسته پمپ را بالا و پایین می‌کنیم تا پمپ به حرکت درآید و آب از آن جاری شود.

یادم می‌آید پدر بزرگ و مادر بزرگم پمپی قدیمی داشتند. بچگی سر ظرفشویی دسته پمپ را بالا و پایین می‌کردم و گاهی حس می‌کردم که انگار قرار نیست آب بیرون بیاید. مثل این بود که به هیچ چیز وصل نبود و من فقط هوا پمپ می‌کردم. اما اگر تسلیم نمی‌شدم، پمپ زدن سخت‌تر و سخت‌تر می‌شد. این نشان می‌داد که آب آرام آرام جاری خواهد شد.

برخورد ما با شادی باید همین‌طور باشد. ما در روح خود چاه آبی داریم. دسته پمپ انتخاب‌های ما برای آب کشیدن است: لبخند می‌زنیم، آواز می‌خوانیم، می‌خندیم و الی آخر. ابتدا از نظر جسمانی ممکن است حس خوبی نداشته باشیم، بعد از مدتی سخت‌تر می‌شود، اما اگر ادامه دهیم، به زودی شادمانی از وجود ما فوران می‌کند.

شادی خداوند قوت ماست. می‌توانیم در شادی زیست کنیم و قوی بودن را برگزینیم.

حقیقت کلام خدا

«اگر لشگری به مقابله با من اردو زند، دلم نخواهد ترسید؛ اگر جنگ بر من بر پا شود در آن نیز اطمینان خواهم داشت.»

(مزمور ۲۷: ۳)

در این سالها، متوجه شده‌ام اطمینان به آن کسی که خدا ما را برای آن خلق کرده، کلید زندگی شادمان و به دست آوردن زندگی‌ای است که عیسا جان سپرد تا آن را به ما ببخشد.

شیطان مدام سعی می‌کند افکاری را به ذهنمان وارد کند تا مجبور شویم اطمینان خود را از دست بدهیم. ذهن میدان نبرد است و شیطان به ما دروغ می‌گوید تا فکر ما را منحرف سازد. سعی می‌کند به ما بگوید به اندازه‌ای که باید خوب نیستیم، اشتباه زیاد کرده‌ایم، خدا از ما خشمگین است و هر فکری که ما را نسبت به محبت خدا دچار تردید می‌کند. اگر بر آن افکار نادرست تمرکز کنیم، اطمینان خود را از دست می‌دهیم.

کلید پیروزی در نبرد ذهن، جنگیدن بر ضد دروغ‌های دشمن با حقیقت کلام خداست. نیازی نیست که در افکار غلط بمانید، بلکه به جای آن می‌توانید به وعده‌های خدا باور داشته باشید و با جسارت آن وعده‌ها را بر زندگی خود اعلام کنید. تشویقتان می‌کنم که با اطمینان، کلام خدا را در مورد خود اعلام کنید: «در همه این امور ما برتر از پیروزمندانیم، به واسطه او که ما را محبت کرد.» (رومیان ۸: ۳۷)

«قدرت هر چیز را دارم در او که مرا نیرو می‌بخشد.» (فیلیپیان ۴: ۱۳)

«اما خدا را سپاس که همواره ما را در مسیح، در موکب ظفر خود می‌برد و رایحه خوش شناخت او را به وسیله مادر همه جامی پراکند.» (دوم قرنتیان ۲: ۱۴)

وقتی شیطان سعی می‌کند به شما دروغ بگوید، با جسارت حقیقت کلام خدا را بر زندگی خود اعلام کنید.

مثبت ماندن

«زیرا شخصی است دو دل و در تمامی رفتار(افکار، احساسات و تصمیمات) خویش ناپایدار.»

(یعقوب ۱: ۸)

اگر در دعا نگرانی خود را به حضور خداوند ببریم، اما باز نگران باشیم، در واقع کاری ضد و نقیض انجام داده ایم. دعا قدرتی مثبت، و نگرانی نیرویی منفی است. اگر آنها را با هم جمع بزنیم، نتیجه صفر می شود. شما را نمی دانم، اما نمی خواهم بی قوت شوم، پس با کمک خدا، تصمیم می گیرم که دعا و نگرانی را با هم مخلوط نکنم.

اگرچه می خواهیم زندگی موثر و قدرتمندی داشته باشیم، ولی بسیاری بدون قوت عمل می کنند؛ چون همیشه مثبت و منفی را با هم مخلوط می کنند. مدتی اعترافی مثبت می کنند، اما بعداً باز اعتراف منفی جای آن را می گیرد. کمی اعتماد می کنند، ولی مدتی بعد باز راه شک را در پیش می گیرند. در نتیجه، بعد از کمی پس و پیش رفتن، دیگر حقیقتاً پیشرفتی در آنها نمی بینید.

ببایید بدی را بزرگ نکنیم، به جای آن بر نیکویی متمرکز باشیم! ببایید با صحبت کردن در مورد نیکویی های خدا آنها را بلند کنیم، ببایید در فکر، منش، دیدگاه، کلام و اعمال خود مثبت باشیم.

چرا تصمیم نگیریم که با توکل به خدا و دوری از نگرانی، مثبت بمانیم؟

در هر موقعیت، مثبت بودن را تمرین کنید. حتی اگر آنچه در لحظه رخ می دهد، خوب نباشد، انتظار داشته باشید که خدا حاصلی نیکو از آن به وجود آورد.

به شکل او درآمد

«یقین دارم آن که کاری نیکو در شما آغاز کرد، آن را تا روز عیسا مسیح به کمال خواهد رسانید.»

(فیلیپیان ۱: ۶)

طبق کتاب مقدس، خدا کوزه‌گر است و ما کوزه سفالین او (رومان ۹: ۲۰-۲۱). در ابتدا وقتی به حضور خدا می‌آییم، مانند توده‌گی هستیم که منعطف نیست یا به راحتی نمی‌توان بر آن کار کرد. اما خدا ما را بر چرخ کوزه‌گری خود می‌گذارد و به شکلی دیگر درمی‌آورد و از نو می‌سازد تا نقشه شگفت‌انگیزی را که برای زندگی‌مان در نظر دارد، کشف نماییم.

در ابتدا گاهی فرآیند شکل‌گیری خوشایند نیست، و دلیل آن این است که خدا باید چیزهایی را از زندگی ما بتراشد که ما را از او دور می‌کند. پس، از روی محبت خود نسبت به ما مدام روی ما کار می‌کند، نگرش بد و دیدگاه نامناسب ما را می‌تراشد، و به دقت و تدریج ما را شکل می‌دهد تا به شباهت عیسا مسیح، پسر او درآییم.

اگر هنوز به مقصد خود نرسیده‌اید، مایوس نشوید. هرچه خدا بیشتر در زندگی شما کار کند، در رابطه‌تان با او، بیشتر احساس نزدیکی می‌کنید. هر روز از زندگی خود لذت ببرید، حتا هنگامی که خدا به شما شکل می‌دهد. بگذارید کوزه‌گر کارش را بکند و مطمئن باشید که در دل، بهترین را برایتان در نظر دارد.

همیشه مطمئن باشید که خدا در دل، بهترین را برایتان در نظر دارد، و هر کاری که در زندگی شما می‌کند، به نفع شماست.

قوت یافتن از خدا

«باری، در خداوند، و به پشتوانه قدرت مقتدر او، نیرومند باشید.»

(افسیان ۶: ۱۰)

یکی از قدم‌های مهم برای موفق شدن در هر کاری که پیش روی شما قرار می‌گیرد، این است که به پشتوانه قدرت مقتدر خدا، نیرومند باشید.

در زندگی خودم بارها پیش آمده که در چنین موقعیتی قرار گرفته‌ام و نمی‌دانستم چه باید بکنم، اما خدا همیشه به من کمک کرد و مرا به پیروزی رساند. هر بار من را با قدرت خود که برای پیروزی به آن نیاز داشتم ملاقات کرد. می‌توانید انتظار داشته باشید که همین کار را، برخلاف جدالی که با آن روبه‌رو هستید، برایتان انجام دهد. خدا قوت شماست!

در افسسیان ۶: ۱۰، پولس ما را مطمئن می‌سازد که حین رابطه نزدیک با خدا، او قوت خود را در زندگی ما می‌باراند. اشعیای نبی هم می‌گوید کسانی که رمز منتظر خداوند ماندن را آموخته‌اند، «با بال‌هایی همچون عقاب اوج خواهند گرفت» (اشعیای ۴۰: ۳۱). این آیات و آیات مشابه دیگر، نشان می‌دهند که وقتی برای کمبودهای خود به حضور خدا می‌رویم، قوت می‌یابیم.

خدا وعده داده که ما را رها نخواهد کرد یا به حال خود وانخواهد گذاشت. او در طول سفر با ماست و با آنچه به آن نیاز داریم، ما را قوت می‌بخشد.

خدا می‌خواهد کاری بیش از قدرت بخشیدن به شما انجام دهد؛ او می‌خواهد قوت شما باشد.

در بحران

«آنگاه هر که نام خداوند را بخواند، نجات خواهد یافت.»

(اعمال ۲: ۲۱)

سال‌ها پیش، قبل از این که قانون کمر بند ایمنی فراگیر شود، یکی از دوستانم همراه پسرش در تقاطعی شلوغ رانندگی می‌کرد. در سمت مسافر درست بسته نشده بود، و دوستم از پیچی تند عبور کرد و در ماشین باز شد و پسر کوچکش در خیابان شلوغ از ماشین به بیرون پرتاب شد! آخرین چیزی که دوستم دید، چرخ ماشین پشت سری بود که به سمت پسرش حرکت می‌کرد. تنها توانست بگوید: «عیسا!»

و بعد ایستاد و هراسان به سمت پسرش دوید. در کمال تعجب، پسرش کاملاً سالم بود. اما راننده پشت سری که نزدیک بود به پسرش بزند، به شدت به هم ریخته بود.

دوستم به او گفت: «ناراحت نباش، حالش خوب است. خدا را شکر که ایستادی!»

آن آقا جواب داد: «نه، اصلاً پام را روی ترمز نگذاشتم!»

کاری از انسان بر نمی‌آید، ولی نام عیسا فائق آمد و آن پسر زنده ماند.

در بحران، نام عیسا را بخوانید. هرچه بیشتر وفاداری او را در زمان نیاز و بحران درک کنیم، بیشتر شاهد قدرت نام او در موقعیت‌های مختلف خواهیم بود. هرچه ایمان بیشتر پرورش یابد، اعتماد ما رشد می‌کند و بیشتر به او نزدیک می‌شویم.

در نام عیсай مسیح قدرت وجود دارد و بر هر بحرانی که با آن روبه‌رو می‌شوید، اثرگذار است.

هنگام سفر به سوی مقصد، خود را بپذیرید

«مترس، زیرا شرمسار نخواهی شد، و هراسان مباش، زیرا رسوا نخواهی گشت. شرمساری جوانی‌ات را فراموش خواهی کرد، و رسوایی بیوگی‌ات را دیگر به یاد نخواهی آورد.»

(اشعیا ۵۴: ۴)

باید خود را بپذیریم و قبول کنیم. از خود این سوال را بپرسید که آیا خود را دوست دارید. اگر خود را دوست ندارید، احتمالاً به سختی می‌توانید دیگران را دوست داشته باشید. اگر از وضعیت خود خوشحال نیستید، با دیگران هم به مشکل برخورد خواهید کرد.

وقتی با خدا رابطه‌ای نزدیک داریم، می‌توانیم آرام و راحت باشیم، چون می‌دانیم پذیرش ما طبق عملکرد یا رفتار بی‌عیب ما نیست، بلکه بنا بر عملی است که عیسا برای ما و در ما انجام داده است. این امر بر اساس رابطه شخصی ما با عیسا مسیح شکل می‌گیرد.

دوست داشتن خود - یعنی خود را به عنوان مخلوق خدا - بپذیریم. نیازی نیست همه کارهایمان مورد پسند ما باشد، تا خود را دوست داشته باشیم. خدا بی‌قید و شرط ما را دوست دارد، حتی وقتی که اشتباه می‌کنیم، چیزی از فرزندی ما کم نمی‌شود.

تشویقتان می‌کنم هر روز صبح، در آینه به خود نگاه کنید و بگویید: «خودم را دوست دارم. فرزند خدا هستم و او مرا دوست دارد. صاحب عطایا و استعداد هستم. خاص هستم و خود را دوست دارم و می‌پذیرم!» اگر این کار را بکنید و واقعاً به آن باور داشته باشید، تعجب خواهید کرد که چگونه به شما یاری می‌رساند تا شخصی را بپذیرید که خدا شما را برای تبدیل به آن خلق کرده است.

اگر بدانید در دستان پر محبت خدا هستید، می‌توانید با گذشته کنار بیایید، از شرایط کنونی راضی باشید و از آینده مطمئن!

پدر بهتر می‌داند

«و دیگر همشکل این عصر مشوید، بلکه با نو شدن ذهن خود دگرگون شوید. آنگاه قادر به تشخیص اراده خدا خواهید بود؛ اراده نیکو، پسندیده و کامل او.»
(رومیان ۱۲: ۲)

در زندگی با دورانی مواجه می‌شویم که خدا کاری را می‌خواهد، که آن را درک نمی‌کنیم یا با آن موافق نیستیم. چنین درخواستی بدان خاطر است که نیکویی خاصی را برای ما در نظر گرفته است. راه‌های او والاتر از راه‌های ماست و اراده او همیشه بهترین است.

وقتی خدا از ما می‌خواهد کاری خلاف اراده خود انجام دهیم، می‌توانیم کلام عیسا را به خاطر داشته باشیم: «... اما نه خواست من، بلکه اراده تو انجام شود» (لوقا ۲۲: ۴۲). این دعای آسانی نیست، ولی همیشه سود فراوانی به زندگی ما می‌رساند. وقتی چیزی را می‌خواهیم، به راحتی آن را رها نمی‌کنیم. این اتفاق، به اعتماد و فروتنی بسیاری نیاز دارد تا به جایی برسیم که مثل عیسا بگوییم: «نه خواست من، بلکه اراده تو انجام شود!».

اصل مطلب این است که بدانیم خدا نقشه‌ای عالی برای زندگی ما دارد اما لازمه این نقشه پیروی بی‌قید و شرط از اوست. شاید از شما بخواهد چیزهایی را کنار بگذارید که همچنان به آنها تمایل دارید. شاید از شما بخواهد به جایی بروید، کاری کنید یا با کسانی سر و کار داشته باشید که برای شما سخت است. شاید از شما بخواهد در موقعیتی ساکت باشید و در شرایطی دیگر حرف بزنید. اما هرچه خدا می‌خواهد را انجام دهید و بدانید که اطاعت، باعث نزدیک‌تر شدن شما به خدا می‌گردد.

انتخاب کنید که اراده خدا را برتر از اراده خود بدانید.

رها کنید و بروید

«پس هر گاه به دعا می‌ایستید، اگر نسبت به کسی چیزی به‌دل دارید، او را ببخشید [رها کنید، و راه خود را پیش گیرید] تا پدر شما نیز که در آسمان است، خطاهای شما را ببخشد.»

(مرقس ۱۱: ۲۵)

«او را ببخشید [رها کنید، و راه خود را پیش گیرید]، کتاب مقدس می‌گوید باید نسبت به خطای دیگران چنین عمل نماییم (مرقس ۱۱: ۲۵). باید سریعاً ببخشیم. هرچه سریع‌تر ببخشیم، این کار برایمان آسان‌تر می‌شود. علفی که ریشه عمیق دارد را سخت‌تر از آنکه تازه جوانه‌زده، می‌توان از خاک بیرون کشید.

محبت می‌بخشد و کینه به دل نمی‌گیرد. حساس نیست، به آسانی خشمگین نمی‌شود، یا تلخ نیست (اول‌قرن‌تیاں ۱۳: ۵). وقتی از چنین موضوعی مطلع هستیم، می‌توانیم به زندگی خود دقت کنیم و به آسانی بفهمیم که در محبت هستیم یا نه. اگر چیزی بر ضد کسی در دل دارید، همین الان به انتخاب خود «او را ببخشید» و آنچه در دل دارید را رها کنید و راه خود را پیش بگیرید.

در طول روز فرصت‌های بسیاری برای دلخور شدن داریم و هر بار انتخابی پیش روی ما قرار گرفته است. اگر زندگی با احساسات را انتخاب کنیم، همیشه ناراحت و خشمگین هستیم. ولی اگر زندگی در محبت را برگزینیم، هنگامی که دیگران به ما توهین می‌کنند، آنها را می‌بخشیم و به جای این که احساس کنیم همیشه باید از خود دفاع کنیم، اطمینان داریم که خدا از ما دفاع می‌کند.

خدا محبت است و می‌بخشد و فراموش می‌کند: «همه از خُرد و بزرگ مرا خواهند شناخت، از آن رو که تقصیر ایشان را خواهم آمرزید و گناهشان را دیگر به یاد نخواهم آورد.» (ارمیا ۳۱: ۳۴). و خدا خوشحال است که چنین کند. هرچه بیشتر به او نزدیک‌تر می‌شویم، بیشتر به شباهت او درمی‌آییم. با کمک خدا، می‌توانیم زندگی با محبت و بخشش را بیاموزیم.

وقتی تصمیم می‌گیرید «رها کنید و بروید»، شادی و رضایتی که نتیجه طبیعی آن است، دریافت خواهید نمود.

دلی شادمان

«دل شادمان داروی شفا بخش است، اما روح افسرده استخوان‌ها را خشک می‌کند.»
(امثال ۱۷: ۲۲)

خدا حیات است و هر چیز نیکویی که خلق کرده، بخشی از آن است. ممکن است آنقدر گرفتار کار و زندگی شویم و به دنبال دستاوردهای مختلف باشیم که اگر دقت نکنیم، به پایان زندگی می‌رسیم و ناگهان از خواب می‌پریم و متوجه می‌شویم که تا به حال زندگی نکرده‌ایم. خدا می‌خواهد از زندگی لذت ببریم و به پُری برسیم، آنقدر که از وجودمان سرریز شود.

در زندگی انتخابی پیش روی ما قرار گرفته است. می‌توانیم هنگام مشکلات غر بزنییم یا در مشکلات به خدا نزدیک‌تر شویم، و با دلی شاد آنها را پشت سر بگذاریم. به هر جهت، همه‌گهگاه با مشکلات خاصی روبه‌رو می‌شویم، پس چرا شادمانی خداوند را قوت خود ندانیم و از انرژی و سرزندگی پُر نشویم؟

در یوحنا ۱۵، عیسا در مورد اطاعت کردن از او سخن می‌گوید. در آیه ۱۱، می‌گوید: «این سخنان را به شما گفتم تا شادی من در شما باشد و شادی شما کامل شود». عیسا داشتن دلی شاد را برای ما ممکن ساخت. با کمک او، مهم نیست چه شرایطی را پشت سر می‌گذارید؛ هر چه باشد، می‌توانید لبخند بزنید و در او از زندگی خود لذت ببرید.

زندگی خود را در انتظار رسیدن به چیزهایی نگذرانید که باعث شادی شما می‌شوند. تصمیم بگیرید هم‌اکنون شاد باشید.

انتظار کشیدن برای خدا

«ای جان من چرا افسرده‌ای؟ چرا در اندرونم پریشانی؟ بر خدا امید دار، زیرا که او را بازخواهم ستود؛ او را که رهاننده من و خدای من است.»

(مزمور ۴۲: ۵)

اگر تا به حال مایوس شده‌اید، باید بگوییم که تنها نیستید. داوود هم مایوس شد. اما اجازه نداد ناامیدی او را اسیر خود سازد. هنگامی که این حس به داوود دست داد، به خدا امیدوار بود و انتظار او را می‌کشید، و او را به عنوان مددکننده و خدای خود، ستایش می‌نمود. ما هم می‌توانیم مثل او همین کار را انجام دهیم. داوود برای غلبه بر احساسات بد خود، بر خدا تمرکز کرد و او را برای اعمال شگرف و غنیمت‌های فراوان ستایش نمود. او برگزید تا بر خدا تمرکز کند نه بر مشکل خودش.

داوود می‌دانست اگر بر آنچه منفی است، تمرکز کند، به آسانی افسرده و ناامید می‌شود. به همین خاطر برگزید تا همواره در خداوند، خود را تشویق و تقویت نماید (اول سموئیل ۳۰: ۶).

وقتی خود را در شرایط مایوس‌کننده می‌یابیم، می‌توانیم از نمونه داوود پیروی کنیم و انتظار خدا را بکشیم، و علیرغم شرایط پیرامون خود او را سپاس گوئیم. هرچه به خدا نزدیکتر باشیم، آسان‌تر می‌توانیم در او ملجا بیابیم. به جای این که تسلیم یاس و ناامیدی شویم، می‌توانیم به خداوند اعتماد کنیم، و مطمئن باشیم که او ما را رهایی می‌بخشد.

خداوند پوششی بر ما آورده و از ما دفاع می‌کند. هنگامی که او را می‌ستاییم، او در نبرد ما می‌جنگد (دوم تواریخ ۲۰: ۱۷، ۲۰-۲۱).

درست‌ترین آزمون شخصیت

«و بردباری، شخصیت را می‌سازد، و شخصیت سبب امید می‌گردد.»

(رومیان ۵: ۴)

شخصیت ما حقیقتاً با عملی آشکار می‌شود که دور از چشم همه انجام می‌دهیم. یکی از کلیدهای مهم برای داشتن رابطه‌ای صمیمی و نزدیک با خدا، برخورداری از یک شخصیت قوی است؛ چون وقتی متوجه می‌شوید خدا هر دقیقه از روز با شماست، -بدون در نظر گرفتن این که کسی ببیند یا نه- برای خشنودی او زندگی می‌کنید.

بسیاری از مردم هنگامی که جلوی چشم دیگران هستند، کار درست را انجام می‌دهند. آنها می‌توانند رهبر، کارمند و شخصی موثر باشند، ولی دور از چشم دیگران، راه آسان را انتخاب می‌کنند، غافل از این که خدا می‌بیند. فرآیند فکری ما به عنوان ایماندار باید چنین باشد: «کار درست را انجام می‌دهم، چون می‌خواهم خدا را خشنود کنم.»

وقتی در قبال دیگران کار درست را انجام می‌دهیم، علیرغم رفتار ناحق دیگران نسبت به خودمان، شخصیت ما دیده می‌شود. عیسا چنین خصلتی را بازتاب بخشید: «چون دشنامش دادند، دشنام پس نداد؛ و آنگاه که رنج کشید، تهدید نکرد...» (اول پطرس ۲: ۲۳). می‌توانیم با کسانی که با ما بدرفتاری کرده‌اند، درست رفتار کنیم، و به این طریق از نمونه عیسا پیروی کنیم. می‌توانیم با برکت دادن کسی که ما را برکت نمی‌دهد، و با محبت کردن کسانی که ما را دوست ندارند، این کار را انجام دهیم. این دقیقاً کاری است که عیسا انجام داد و اگر می‌خواهیم مثل او باشیم، باید چنین عملی را انتخاب کنیم.

شخصیت ما زمانی آشکار می‌شود که انجام کاری را علیرغم خواسته خود، برمی‌گزینیم.

شکرگزاری هرروزه

«به دروازه‌های او با شکرگزاری داخل شوید، و به صحن‌های او با ستایش! او را سپاس گویند و نامش را متبارک خوانید!»

(مزمور ۱۰۰: ۴)

بودن با کسانی که شاکر هستند، باعث شادی می‌شود. کسانی را داریم که با غرغر و شکایت، و ناسپاسی زندگی را می‌گذرانند؛ اما کسانی را هم داریم که زندگی شادمان، با دیدی مثبت و شاکر را می‌گذرانند. قطعاً ترجیح می‌دهم اطراف کسانی باشم که شاد، خوش‌بین و شاکر هستند، شما چطور؟

روحیه شکرگزاری، نه فقط بودن با ما را لذت‌بخش‌تر می‌کند، بلکه وقتی با خدا رابطه‌ای ژرف‌تر می‌یابیم، سطوح تازه‌ای از بلوغ را برایمان آشکار می‌سازد. هرچه بیشتر به خدا نزدیک شویم، بیشتر از آنچه او برای ما انجام داده است، آگاه می‌شویم و طبیعتاً شاکرتر هستیم.

باید از خود این سوال را بپرسید: اگر کسی برای آنچه خدا در حال حاضر به او داده شاکر نیست، خدا چرا باید چیز بیشتری به او بدهد؟ دلی شادمان نشان می‌دهد برای آنچه خدا به ما داده، مباحثی امین هستیم و می‌توانیم با دلی درست و مَنِشی صحیح برکات بیشتری را مدیریت کنیم.

دفعه بعد که احساس ناسپاسی کردید، صبر کنید و خدا را به خاطر آنچه در زندگی شما انجام داده، شکر کنید. حتی اگر احساس می‌کنید چیز زیادی ندارید، خدا را به خاطر اندک‌های خود شکر کنید. بعد از انجام این کار از پاداشی که خدا به دل شاکر شما می‌دهد، تعجب خواهید کرد.

به اطراف خود نگاه کنید و چیزی را پیدا کنید که به خاطر آن شاکر هستید: رابطه، تدارکی که فراهم‌شده، پیروزی گذشته، پاسخ به دعا. هیچ چیز آنقدر کوچک نیست که نتوان امروز خدا را برای آن ستود و شکر کرد!

به جای آوردگان کلام

«به جای آورنده کلام باشید، نه فقط شنونده آن؛ خود را فریب مدهید!»

(یعقوب ۱: ۲۲)

بخش مهم زندگی کردن در رابطه نزدیک با خدا این است که بیاموزیم که به جای آورنده کلام خدا باشیم نه فقط شنونده آن. اگر کلام خدا را بخوانیم و بشنویم ولی از به جا آوردن فرامین آن غافل بمانیم، به بهترینی که خدا برایمان در نظر دارد، نمی‌رسیم.

حقیقت کلام، تنها حقیقتی است که ما را آزاد می‌سازد. برای این که این حقیقت در زندگی ما عمل کند، باید آن را به عمل آوریم. اطاعت از کلام او باعث آرامی، شادی، و به شیوه‌های مختلف، موجب زندگی مبارک می‌شود.

اصل مطلب: خدا یاور شماست. او شفادهنده شماست و در کلام خود نقشه‌ای خاص برایتان دارد. هرچه بیشتر کلام او را بخوانید و از آن پیروی نمایید، از نقشه او بیشتر مطلع خواهید شد و سپس قدم به قدم آن را اجرا خواهید کرد. لازمه اطاعت کردن از کلام خدا مداومت و داشتن عزم راسخ است - این کار فرآیندی روزانه است. هرچه بیشتر کلام خدا را مطالعه می‌کنید، بیشتر شیفته آن می‌شوید. وقتی دستورالعمل و وعده‌های خدا را که در کلامش آمده، کشف می‌کنید، اتفاقی شگرف در زندگیتان می‌افتد و همواره می‌خواهید برای یافتن چیزی بیشتر، به کلام مراجعه کنید!

اگر تصمیم بگیرید گفته‌های خداوند را به جا آورید، در پیروزی
گام برخواهید داشت!

رهایی از ناامنی

«آنان که نام تو را می‌شناسند، بر تو توکل می‌دارند، ؛ زیرا تو، خداوند، هرگز جویندگان خود را وانگذاشته‌ای.»

(مزمور ۹: ۱۰)

هر یک از ما میزانی از ناامنی را در وجود خود حس می‌کنیم. گهگاه، وارد عمل می‌شویم تا اقدامی کنیم ولی وقتی قصد تصمیم‌گیری داریم، انگار این حس ناامنی پای ما را می‌خشکاند. اما برنامه‌ خدا برای زندگی ما این نیست. او می‌خواهد در ایمان و اطمینان پیش قدم شویم.

چنین حسی سعی دارد با عذاب دادن ما شک و درماندگی را آنقدر در ما افزایش دهد که مانع انجام مقصود خدا و دریافت آنچه خدا برایمان کنار گذاشته، شود.

اگر ایمان خود را بر آنچه کلام خدا گفته بنا نهیم، می‌توانیم بدون حس ناامنی زندگی نماییم. وقتی دهان خود را باز می‌کنیم و آنچه را که خدا در مورد ما گفته، اعتراف می‌کنیم، کلام خدا قدرت غالب آمدن بر ترس، حس ناامنی و عدم اطمینان را به ما می‌بخشد.

اگر دیدید به خاطر ترس یا حس ناامنی، از مواجهه با برخی مسائل در زندگی خود ممانعت می‌ورزید، تشویقتان می‌کنم که دعا کنید و از خدا بخواهید کاری را که در کلام خود وعده داده، برایتان انجام دهد -از او بخواهید پیش روی شما حرکت کند و مسیر را هموار سازد.

از خدا بخواهید انسان باطنی شما را تقویت کند، تا قوت و قدرت او شما را پر سازد و وسوسه تسلیم شدن به ترس بر شما غلبه نکند.

کلید شکست دادنِ درماندگی

«فیض خدا را باطل نمی‌شمارم؛ زیرا اگر پارسایی از راه شریعت به دست می‌آمد، پس مسیح بهبوده مرد.»

(غلاطیان ۲: ۲۱)

حس درماندگی را می‌شناسم؛ چون خود سال‌ها با آن زندگی کرده‌ام. من خدا را می‌شناختم؛ اما از فیض او آگاهی کمی داشتم و نمی‌دانستم چطور باید در رابطه‌ای نزدیک با او زندگی کنم. از آن موقع آموخته‌ام که هر وقت درمانده یا مایوس می‌شوم، تقریباً همیشه بدان خاطر است که به جای انتظار کشیدن برای خداوند، می‌خواهم کاری را به قوت خودم انجام دهم. اگر درمانده شوم، نشان از آن است که به جای اتکا بر او و دریافتِ فیضش، بر خود تکیه کرده‌ام.

آیا شما هم درمانده شده‌اید؟! مثلاً در روابطتان، در شغل‌تان و یا در سلوکِ خود با خداوند؟ آیا با بخشی از شخصیت خود درگیر هستید که باعث مشکل می‌شود؟ یا در زندگی عادت خاصی دارید که قادر به ترک آن نیستید؟

درماندگی، از تلاش برای انجام کاری نشأت می‌گیرد که با اتکا بر توانایی‌های خود قادر به انجام آن نیستید. خدا تنها کسی است که می‌تواند در زندگیتان ثمری ایجاد کند. اگر بدون او برای انجام کاری تلاش می‌کنید، ناگزیر درمانده خواهید شد. اما لحظه‌ای که بگویید: «خداوندا، خودم نمی‌توانم این کار را انجام دهم، پس رو به تو می‌کنم. می‌خواهم کاری که تو از من می‌خواهی را انجام دهم، ولی به فیض (قدرت) تو برای انجام این کار نیاز دارم!» - وقتی خالصانه چنین دعایی می‌کنید، از آسایش خدا لذت خواهید برد.

همه چیز را رها کنید و به خدا اعتماد نمایید تا آنچه را که تنها از او ساخته است، انجام دهد. بگذارید خدا، خدای زندگی شما باشد.

رامی در هر شرایطی

«همه نگرانی‌های خود را به او بسپارید؛ زیرا او به فکر شما هست.»

(اول پطرس ۵: ۷)

احساس آرامشی که فراتر از تمامی عقل است، شگفت‌انگیز خواهد بود (فیلیپیان ۴: ۷). هنگامی که در شرایطی هستید که باید ناراحت، بیمناک، آشفته و نگران باشید، اما با این حال آرام هستید، حس غیرقابل توصیفی است. دنیا تشنه چنین آرامشی است. این آرامش، خریدنی یا فروختنی نیست، بلکه عطایی رایگان از جانب خداست که از نزدیکی عمیق و مطیعانه با خدا نشأت می‌گیرد و به شادمانی و صفا ناپذیر ختم می‌شود.

وقتی بار خود را به جای این که بر دوش بکشید، به حضور خداوند می‌برید، آرامش بر شما می‌آید. هرچه زودتر این کار را بکنید، بهتر است. مشکلات خود را به خدا بسپارید؛ حتی تلاشی برای روبه‌رو شدن با آنها نکنید. هرچه بیشتر صبر کنید، سخت‌تر می‌توانید از نگرانی و اضطراب رها شوید.

چون خدا وعده داده که همیشه با ما خواهد بود، بنابراین آرامش و شادی خواهیم داشت - حتماً هنگامی که از توفان مشکلات گذر می‌کنیم، تنها اوست که می‌تواند به ما آرامی ببخشد؛ آرامشی که فراتر از تمامی عقل است، به همین معناست.

ایمانداری که آرامش خدا را از طریق رابطه با عیسی مسیح تجربه می‌کند، می‌تواند در سخت‌ترین طوفان‌های زندگی هم آرامش داشته باشد.

ایمان داشتن

«و بدون ایمان ممکن نیست بتوان خدا را خشنود ساخت؛ زیرا هر که به او نزدیک می‌شود، باید ایمان داشته باشد که او هست و جویندگان خود را پاداش می‌دهد.»
(عبرانیان ۱۱: ۶)

قلب مثبت و باورمند، یکی از گرایش‌های دل است که در رابطه با خدا حیاتی است. شاید خنده‌دار به نظر برسد؛ چون اسم ما را «ایماندار» گذاشته‌اند. به راحتی می‌توان فرض را بر این گرفت که ایمانداران، باور دارند اما ایمانداران «ناباور» فراوانی را سراغ دارم. خود من هم گهگاه در چنین شرایطی لغزیده‌ام.

در متی ۸: ۱۳، عیسا می‌گوید مطابق ایمانت به تو داده خواهد شد. آیا این دیدگاهی قدرتمند نیست؟ اگر فقط باور و ایمان داشته باشیم که خدا قادر است در زندگی ما عمل کند، او عمل خواهد کرد و از آنچه که می‌بینیم، شگفت‌زده خواهیم شد... او خواهد توانست. ایمان داشتن یک انتخاب است، و هر وقت که ایمان نداریم، شادی و آرامش خود را از دست می‌دهیم. عادت کنید که هر روز با خود بگویید: «ایمان دارم، ایمان دارم، ایمان دارم. به یاری خدا، ایمان دارم که می‌توانم هر کاری که پیش روی من قرار می‌گیرد را انجام دهم!»

وقتی وسوسه می‌شوید که شک کنید، به خود یادآوری کنید که ایماندار هستید و ایمانداران همیشه ایمان دارند! ایمان داشتن خدا را خشنود می‌سازد و وعده‌های خدا را در زندگیتان تحقق می‌بخشد.

وقتی شادی و آرامش خود را از دست می‌دهید، ایمان خود را
بررسی نمایید!

رهاکردن خاکستر

«و به آنان که در صهیون سوگواری، تاجی به عوض خاکستر ببخشم، و روغن شادمانی به عوض سوگواری، و ردای ستایش به جای روح یأس. آنان بلوط‌های پارسایی، و نهال‌های مغروس خداوند خوانده خواهند شد، تا جلال او نمایان شود.» (اشعیا ۶۱: ۳)

یکی از زیباترین بخش‌های روند احیا در زندگی ما این است که خدا تاجی به عوض خاکستر به ما می‌بخشد، اما اگر خواهان چنین اتفاقی در زندگی خود هستیم، باید مایل باشیم که خاکستر زندگی خود را به او بدهیم.

شاید در گذشته آسیب دیده‌اید و خاکستر آن را دم دست نگه داشته‌اید و هر از چندگاهی آن را بیرون می‌کشید و بار دیگر به حال آن غصه می‌خورید. اگر چنین است، بدانید که درک می‌کنم؛ چون خودم هم زمانی همین کار را می‌کردم.

اما می‌خواهم تشویقتان کنم که کاری را انجام دهید که من کردم، و خاکستر را رها کنید! اجازه دهید وزش روح القدس خاکسترها را با خود به ناکجاآباد ببرد. امروز روزی جدید است. وقتی برای سوگواری بر خاکستر گذشته ندارید. آینده شما جایی برای گذشته ندارد.

خدا همان نقشه نیکویی را برای شما دارد که از ابتدای آمدنتان بر زمین داشت. تصمیم او تغییری نکرده و تغییری نخواهد کرد. از لحظه‌ای که دشمن به شما آسیب رساند، خدا احیای شما را در دل داشت. بدانید که از نظر او ارزشمند، منحصر به فرد، عزیز و خاص هستید. وقت جلو رفتن است!

بگذارید روح القدس بر خاکسترها بوزد و آنها را از شما دور کرده
و تاجی به عوض خاکستر به شما ببخشد.

به فراوانی، بسیارزیاد، و فراتر

«جلال باد بر او که می‌تواند به وسیله آن نیرو که در ما فعال است، بی‌نهایت فزون‌تر از هر آنچه بخواهیم یا تصور کنیم، عمل کند.»

(افسیان ۳: ۲۰)

آیا تا به حال برای همهٔ دردمندان دعا کرده‌اید و مایل بوده‌اید که به آنها کمک کنید؟ من دعا کرده‌ام و چنین میلی در خود داشته‌ام. در چنین لحظاتی حس می‌کنم میل و اشتیاق در من از توانایی‌ام عظیم‌تر است - اما این، به‌هیچ‌وجه از توانایی خدا فراتر نیست.

وقتی آنچه با آن روبه‌رو هستیم، به نظرمان بزرگ می‌آید و ذهن ما قادر به درک آن نیست، بهتر است به یاد بیاوریم که باید با ذهن مسیح فکر کنیم. در شرایط طبیعی، چیزهای بسیاری غیرممکن به نظر می‌رسد. اما خدا می‌خواهد به چیزهای عظیم ایمان داشته و برنامه‌های بزرگ داشته باشیم، و انتظار بکشیم که کارهای فوق‌العاده‌ای برایمان انجام دهد تا دهانمان از تعجب باز بماند.

خدا معمولاً کسانی که دارای قابلیت هستند را نمی‌خواند؛ اگر چنین کاری می‌کرد، جلالی به او نمی‌رسید. او همیشه کسانی را انتخاب می‌کند که در شرایط طبیعی به نظر توانایی و قابلیت خاصی ندارند، اما آماده هستند تا بایستند و قدمی جسورانه بردارند. آنها رمز نزدیک ماندن به خدا را آموخته‌اند و مطمئن هستند که قدرت «بی‌نهایت فزون‌تر» او در آنها کار خواهد کرد.

وقتی امیال شما به نظر بسیار بزرگ می‌آیند و راهی برای انجام آنها نمی‌بینید، به یاد داشته باشید که شاید راه را شناسید، ولی آن راه‌ساز را می‌شناسید!

پابرجا ماندن

خداوندگار یهوه قوت من است؛ او پاهایم را همچون پاهای آهو می‌گرداند، و مرا بر مکان‌های بلندم خرامان می‌سازد.»

(حقوق ۳: ۱۹)

نبی عهد عتیق، حقوق در مورد شرایط سخت سخن گفته، و اسم آن شرایط را «مکان‌های بلند» گذاشته است، و بیان می‌کند که خدا پاهای او را همچون پاهای آهو می‌سازد تا آن مکان‌ها را درنوردد.

کلمه «آهو» در واقع به نوعی «گوزن» [۴] اشاره دارد که ماهرانه از کوه بالا می‌رود. این حیوان از پرتگاه‌ها با شیب تند بالا می‌رود و به راحتی از لبه‌ای به لبه دیگر می‌پرد. این اراده خدا برای ماست که هنگام سختی، نترسیم یا هراسان نشویم.

برای پیروزمند بودن، می‌توانیم به حدی برسیم که از شرایط سخت نترسیم، بلکه با آن به جدال بپردازیم. در حقوق ۳: ۱۹، این مکان‌های بلند، «مشکلات، سختی‌ها یا مسئولیت‌ها» هستند.

اگر به زندگی خود نگاه کنید، می‌بینید که اکثر رشد روحانی‌تان در شرایط آسان رخ نداده است، بلکه در شرایط سخت رشد کرده‌اید. سپس هنگامی که شرایط آسان‌تر می‌شود، می‌توانید از آنچه در دوران سخت به دست آورده‌اید، لذت ببرید. زندگی آمیخته‌ای از فراوانی نعمت و نیازمندی است (فیلیپیان ۴: ۱۲)، و هر دو ارزشمند و لازم هستند.

خدا اغلب عمیق‌ترین تاثیر را در دشوارترین شرایط بر ما می‌گذارد.

به یاد آوردن پیروزی‌های خدا

«داوود سپس افزود: همان خداوندی که مرا از چنگال شیر و خرس رهانید، مرا از دست این فلسطینی نیز خواهد رهانید. پس شائول به داوود گفت: برو، خداوند با تو باشد.»

(اول سموئیل ۱۷: ۳۷)

وقتی داوود داوطلب شد تا به جنگ جولیات برود، درحقیقت هیچ‌کس او را تشویق نکرد. همه از جمله خود پادشاه، به او گفتند که بچه است و بی‌تجربه، قدش کوتاه است و همچنین زره مناسب ندارد. اما داوود با به یاد آوردن پیروزی‌ای که خدا در گذشته به او بخشیده بود، خودش را تشویق و تقویت نمود. نهایتاً، شائول به او گفت که به میدان جنگ برود، ولی همچنان باوری به پیروزی او نداشت.

بارها در زندگی پیش می‌آید که کسی شما را تشویق نمی‌کند، و در آن شرایط باید تنها به خدا توکل کنید. دشمن هرگز دست از مایوس کردن ما نمی‌کشد. او می‌خواهد ما را از وفاداری برای انجام آنچه خدا از ما می‌خواهد بازدارد. امروز می‌خواهم تشویقتان کنم که با خدا می‌توانید هر آنچه لازم است را انجام دهید.

وقتی مجبور می‌شوید مدت طولانی منتظر چیزی بمانید یا هنگامی که همه چیز و همه‌کس بر ضد شماست، به جای منفی‌نگری و ناامیدی، به خدا بگویید: «خداوند، من به تو وفادار خواهم بود. به یاد می‌آورم که در گذشته در زندگیم چه کرده‌ای. می‌دانم که مرا نجات خواهی داد. می‌دانم که اعماق وجودم را می‌بینی!» خدا بیش از آنچه فکر می‌کنید، به شما نزدیک است و هرگز رویتان را زمین نمی‌زند.

خدا قوت شماست و با او همه چیز امکان‌پذیر است.

بهترین چیز در دنیا

«ای عزیزان، اگر خدا ما را این چنین محبت کرد، ما نیز باید یکدیگر را محبت کنیم.»
(اول یوحنا ۴: ۱۱)

محبت کردن و محبت شدن، امری است که زندگی را شایسته زیستن می‌کند. محبت کردن و محبت دیدن طریقی است که خدا ما را برای آن خلق کرده؛ آنها به زندگی هدف و معنا می‌بخشند. محبت بهترین چیز در دنیا است.

همچنین حوزه‌ای از زندگی است که بسیار تحت حمله قرار می‌گیرد. هدف شیطان این است که ما را از محبت خدا جدا سازد و از هر چیزی استفاده می‌کند تا درک ما را از محبت خدا پیچیده کند، یا خود موضوع را به نحوی پیچیده نماید. او بیش از همه به دنبال آن است که به ما بقبولاند که محبت خدا متکی بر ارزش ماست؛ این اصلی‌ترین فریبی است که او به کار می‌گیرد.

در زندگی من چنین اتفاقی افتاده: هر بار که شکست می‌خوردم، دیگر به خود اجازه نمی‌دادم محبت خدا را دریافت کنم و خود را با حس محکومیت و گناه تنبیه می‌کردم. سال‌های بسیاری این‌گونه زندگی کردم، و مثل باری سنگین، کیسه‌ی حس گناه خود را همه جا بر دوش داشتم. مرتب اشتباه می‌کردم و در مورد هر یک احساس گناه می‌کردم. سپس سعی می‌کردم با انجام اعمال نیک، لطف خدا را شامل حال خودم کنم.

خدا را شکر، روز آزادی برایم فرارسید. خدا به فیض خود و به واسطه روح القدس محبتش را برای شخص من آشکار کرد. این مکاشفه، زندگی مرا تغییر داد و با او هم‌گام شدم. این موضوع در مورد شما نیز صدق می‌کند. وقتی متوجه می‌شوید محبت خدا به شما، بی‌قید و شرط است، همه چیز تغییر می‌کند. شما محبت شده‌اید، نه به خاطر کرده و ناکرده خود، بلکه به خاطر کسی که خدا هست.

محبت خدا برای شما بی‌نقص و بی‌قید و شرط است. وقتی شکست می‌خورید، او شما را دوست خواهد داشت؛ چون محبت طبق عملکرد شما نیست، بلکه بنا بر اوست.

بر پتانسیل تمرکز کنید، نه محدودیت

«بر حسب فیضی که به ما بخشیده شده است، دارای عطایای گوناگونیم... [پس] آنها را به کار گیریم.»

(رومیان ۱۲: ۶)

ایمان داشتن به پتانسیلی که خدا درون شما قرار داده، بخش مهمی از ایجاد اطمینان و غلبه بر ناامنی است. وقتی به جای ضعف بر پتانسیل خود تمرکز می‌کنید، به خدا فضایی برای عمل کردن می‌دهید؛ چون اعتماد می‌کنید که او نقشه‌ای برای زندگی‌تان دارد.

ممکن است از بسیاری بشنوید: «هر کاری را که بر آن تمرکز کنی، می‌توانی انجام دهی!»، ولی در واقع به قوت خود کاری از من و شما بر نمی‌آید. همچنین نمی‌توانیم هر کاری که دیگران انجام می‌دهند را انجام دهیم. اما می‌توانیم آنچه را خدا به انجام آن دعوتمان کرده، انجام دهیم. می‌توانیم آن چیزی باشیم که خدا می‌گوید قادر به بودنش هستیم.

هر یک از ما سرشار از عطایا و استعدادها، پتانسیل و قابلیت هستیم. اگر واقعاً بخواهیم با خدا همکاری کنیم، قوت خود را تشخیص دهیم و از آنچه به ما داده است، راضی باشیم، پتانسیل خود را به کمال درک می‌کنیم. عطایا و استعدادها توسط روح‌القدس و طبق فیضی که برای مدیریت آنها به شخص داده شده، توزیع می‌شوند. اگر قرار است که در زندگی پیشرفت کنید، اگر می‌خواهید تماماً از آنچه خدا به شما داده استفاده کنید، باید تمرکز بر پتانسیل خود را بیاموزید - آنچه خدا شما را برای آن خلق کرده است، نه محدودیت‌هایتان!

اگر خدا شما را برای انجام کاری خلق کرده، برخلاف مشکلات و ضدیت‌ها، شیفته آن کار خواهید شد.

دیگران را همان‌گونه که خدا می‌بیند، ببینید

«هیچیک از شما تنها به فکر خود نباشد، بلکه به دیگران نیز ببیندیشد.»

(فیلیپیان ۲: ۴)

یکی از مشکلات ایمانداران امروزی خودخواهی و خودمحوری است. اگر دقت نکنیم، ممکن است آنقدر جذب خود شویم که دیگر هرگز شادمانی از خودگذشتگی و خدمت به خدا با کمک به دیگران را حس نکنیم. وقتی به سمت دیگران می‌رویم، خدا هم به سمت ما می‌آید و نیاز ما را رفع می‌کند. باعث و بانی آنچه در زندگی دیگران می‌شویم، به دست خدا در زندگی خود ما تحقق می‌یابد. راحت می‌توان دیگران را داوری و از آنها انتقاد نمود، ولی خدا می‌خواهد آنها را محبت کنیم. او می‌خواهد به آنها فیض و رحمتی نشان دهیم که او به ما نشان داده است. طبق کلام خدا رحمت بر داوری پیروز می‌شود، پس باید مشغول شویم و برکت و شادمانی دیگران را افزون کنیم.

نمی‌توان در یک آن خودخواه و شاد بود. شادی تنها زمانی تحقق می‌یابد که با محبت خدا به سمت دیگران می‌رویم. هر چه بیشتر غرق خود باشیم، رقت‌انگیزتر می‌شویم. من سال‌های زیادی را در غم و اندوه گذراندم؛ چون کاری برای کسی نمی‌کردم. نهایتاً یاد گرفتم که خدا ما را برای این که در لاک خود باشیم، خلق نکرده، بلکه می‌خواهد به سوی دیگران برویم و کاری برای آنها انجام دهیم. وقتی چنین می‌کنید، خدا دستش را به سوی شما دراز می‌کند و همه نیازهایتان را رفع می‌کند.

امروز از خدا بخواهید به شما نشان دهد که می‌توانید به چه کسی کمک کنید و او را برکت دهید.

اولویت‌ها

«از بدی روی بگردان و نیکویی پیشه کن، آرام بجوی و در پی صلح باش.»
(مزمور ۳۴: ۱۴)

آرامش در زندگی باید اولویت ما باشد. داوود در مزمور ۳۴: ۱۴ می‌گوید که در پی آرامی باشیم. آرامش تا به این اندازه مهم است.

یاس و اضطراب دشمنان آرامی هستند. بارها با اختلال‌گران آرامی درگیر می‌شویم، ولی باید دوباره اولویت‌هایمان را سر جای خود قرار دهیم و آنچه بی‌ثمر است را رها کنیم.

اگر می‌خواهید در آرامی خدا زیست کنید، از محدوده‌های خود تجاوز کنید. در زندگی چیزهای مهم بسیاری وجود دارد، اما آیا همه لازم هستند؟ لحظه‌ای به آن فکر کنید. به زندگی خود بنگرید، تعهداتی که ثمری به بار نمی‌آورند را تشخیص دهید و اضافات را هرس کنید. شما هستید که برنامه خود را تعیین می‌کنید و تنها شما می‌توانید آن را تغییر دهید.

نباید خود را بیش از حد توان، وقف کاری کنید. از خدا حکمت بطلبید و هدایت او را در کاری که انجام می‌دهید و انرژی‌ای که صرف آن می‌کنید، دنبال نمایید. وقتی چنین می‌کنید، زمانی که با او می‌گذرانید را اولویت می‌دانید - و همه چیز بعد از آن قرار می‌گیرد. وقتی خدا را اولویت اول خود می‌سازید و هدایت او را برای صرف زمان و انرژی خود دنبال می‌کنید، از آرامشی که بر زندگی شما می‌آید، شگفت‌زده خواهید شد.

می‌توانید مطمئن باشید که خدا در هر شرایطی که با آن روبه‌رو هستید با شماست. او تنها به شما آرامی نمی‌دهد — او آرامی شماست.

با ایمان آغاز کردید، با ایمان هم تمام کنید

«آیا تا این حد نادانید که با روح آغاز کردید و اکنون می‌خواهید با تلاش انسانی به مقصد برسید؟»

(غلاطیان ۳: ۳)

پولس از غلاطیان سوالی می‌پرسد که به نظر من، امروز هم ما باید از خود بپرسیم: زندگی خود را در مسیح، با روح آغاز کردید و اکنون می‌خواهید با تلاش انسانی به مقصد برسید؟!

همان‌طور که به واسطه فیض (لطف به ناشایستگان) و ایمان، نه اعمال جسم، نجات یافته‌ایم (افسیسیان ۲: ۸-۹)، هر روز نیز به واسطه ایمان به خدا نزدیک‌تر می‌شویم. ما می‌توانیم روزمان را با چنین جمله‌ای شروع کنیم: «خداوند، امروز می‌خواهم بار دیگر بر تو تکیه کنم. مهم نیست به قوت خود قادر به چه کاری هستم؛ بلکه مهم آن است که تو مرا به قوت خود به چه کاری فراخوانده‌ای!»

وقتی نجات یافتیم، در شرایطی نبودیم که به خودمان کمک کنیم. تنها غرور، یا فقدان معرفت مناسب، می‌تواند امروز حسی متفاوت به ما ببخشد، ما همچنان در شرایطی نیستیم که بتوانیم از پس خود برآییم. اما خدا را شکر که می‌توانیم بر خدا تکیه کنیم تا همان چیزی باشیم که او می‌خواهد. تا وقتی که چشم بر او می‌دوزیم، و به عمل بی‌نقص او در زندگی خود اعتماد می‌کنیم، بتوانیم آرام باشیم و واقعاً از حیات تازه‌ای که عیسا جاننش را داد تا به ما ببخشد، لذت ببریم.

زندگی جسمانی -انجام کارها با تکیه بر تلاش انسانی- موجب درماندگی می‌شود. اما زندگی در روح -اطاعت، اعتماد، و اتکا بر خدا- باعث شادی وصف‌ناپذیر می‌شود. دفعه بعد که درماندگی به سراغتان آمد، بهتر است بایستید و از خود بپرسید: «دارم چه کاری را بدون تکیه بر خدا انجام می‌دهم؟» و احتمالاً به این طریق منبع درماندگی خود را خواهید یافت.

قدرت روح القدس شما را قادر می‌سازد تا در حیات تازه مسیح
زندگی کنید.

قدرتِ "من هستم"

«خدا به موسی گفت: هستم آن که هستم به آنان بگو: «هستم» مرا نزد شما فرستاده است.»

(خروج ۳: ۱۴)

«عیسا به ایشان گفت: آمین، آمین، به شما می‌گویم، پیش از آن که ابراهیم باشد، من هستم!»

(یوحنا ۸: ۵۸)

وقتی خدا به موسا و عیسا به شاگردانش گفت: «من هستم»، در واقع سخنی شگفت‌انگیز به آنها زد. اگر حقیقتاً به این سخن باور داشته باشیم، نحوه زندگی روزانه ما می‌تواند تغییر کند.

خدا عظیم است، هیچ کلمه‌ای به درستی قادر به توصیف او نیست. پس ما کسی که توصیف‌ناپذیر است را چگونه می‌توانیم توصیف کنیم؟ خدا تنها یک چیز نیست - او همه چیز است. به همین خاطر به موسا گفت: «من هستم، می‌تواند هر مسئله‌ای را برای تو حل کند. من هستم همه نیاز توست. چیزی نیست که از دست من هستم ساخته نباشد. من قادر به انجام همه چیز هستیم، نه تنها حالا بلکه همیشه. آرام باش چون من هستم. من با تو هستم و می‌توانم آنچه لازم است را انجام دهم!»

امروز هم برای شما همین‌طور است. هرچه نیاز دارید، خدا "من هستم" است. در او، نیاز خود، شادی، آرامی، شفا، احیا و قوت را خواهید یافت. حتی پیش از این که بدانید که باید چه بکنید، من هستم می‌داند و همیشه آنچه نیکوست را فراهم می‌آورد.

وقتی می‌دانید به نیکویی نامحدود، فیض و قدرتِ "من هستم" دسترسی دارید، در زندگی نباید از چیزی بترسید.

آزمایش خادم

«همچون مباحثانِ امین بر فیض گوناگون خدا، یکدیگر را با هر عطایی که یافته‌اید خدمت کنید.»

(اول پطرس ۴: ۱۰)

هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، او فرصت‌های بیشتری برای خدمت به دیگران به ما می‌دهد. اسم آنها را «فرصت» گذاشته‌ام، چون باید خدمت به دیگران را فرصت بدانیم. هر بار که به دیگران خدمت می‌کنیم، تنها باعث برکت آنها نمی‌شویم، بلکه این کار شادمانی را به زندگی ما وارد می‌کند. عیسا با شستن پایهای شاگردان نمونه‌ی یک خادم را در اختیارمان گذاشت و تنها گفت: «من با این کار، سرمشقی به شما دادم تا شما نیز همان‌گونه رفتار کنید که من با شما کردم.» (یوحنا ۱۳: ۱۵)

برخی نمی‌توانند زندگی خدمتی مناسبی داشته باشند؛ چون نمی‌دانند در مسیح که هستند. حس می‌کنند باید کاری انجام دهند که «مهم» است تا حس ارزشمند بودن به آنها دست دهد. اما متوجه نیستند که هویت آنها از آنکه در مسیح هستند نشأت می‌گیرد، نه از شغل یا جایگاه آنها. وقتی از جایگاه خود در مسیح احساس امنیت می‌کنید و وقتی قوت و اطمینان خود را در خدا می‌یابید، از فرصت کمک کردن به دیگران شادی عظیمی به شما دست می‌دهد.

«آزمایش خادم» نحوه‌ی عکس‌العمل ما به فرصت‌هایی است که خدا برای برکت دادن دیگران به ما می‌دهد. چنین امری بر ما آشکار می‌کند که حقیقتاً می‌خواهیم مانند مسیح باشیم. خدا ما را برکت داد و عامل برکت ساخت! قرار نیست که برکت خدا فقط مختص به ما باشد، بلکه همیشه باید آماده شریک شدن آن با دیگران باشیم.

امروز به دنبال راهی باشید که به دیگران، از جمله کسانی که در خانه شما هستند، خدمت کنید. این تجربه‌ای عالی برای شما و آنها خواهد بود.

عبور از کوه

«چون از آبها بگذری، با تو خواهم بود، و چون از نهرها عبور کنی، تو را فرونخواهند گرفت. چون از میان آتش روی، نخواهی سوخت، و شعله‌اش تو را نخواهد سوزانید.»

(اشعیا ۴۳: ۲)

وقتی می‌دانیم که خدا با ماست، می‌دانیم که با او می‌توانیم بر هر مشکلی غالب آییم. نیازی نیست از مشکلات دوری کنیم. می‌توانیم با قدرت و حکمت خدا با مشکلات روبه‌رو شویم. هر چیزی که از آن فرار می‌کنیم یا مخفی می‌شویم، همچنان بر ما قوت دارد.

گاهی مدام دور یک کوه می‌چرخیم و عاقبتمان مثل اسراییلیانی می‌شود که ۴۰ سال در بیابان سرگردان بودند (تثنیه ۲: ۱-۳). اما هرچه به خدا نزدیکتر می‌شویم، با عزمی راسخ‌تر با کوه‌های زندگی خود روبه‌رو می‌شویم و با اطمینان بیشتر با خدا همراه می‌گردیم. این تنها راه پیروزی است. داوود از جولیات فرار نکرد، بلکه در نام خداوند به سمت او دوید.

تشویقتان می‌کنم که علیرغم شرایطی که دشوار به نظر می‌رسد، تسلیم نشوید. مطمئن باشید که خدا برنامه‌ای برایتان دارد، و دعا کنید خدا به شما قوت دهد تا علیرغم کوه‌هایی که مرتفع به نظر می‌رسند، به حرکت ادامه دهید.

مهم‌تر از همه، تشویقتان می‌کنم تا با عزمی راسخ از سفر لذت ببرید. لذت بردن از زندگی از دل نشأت می‌گیرد، تصمیم بگیرید که از همه چیز لذت ببرید، چون خدا می‌تواند از همه چیز استفاده کند - حتی چیزهایی که به نظر دشوار می‌آیند - تا نقشه‌ی نقص او را به سرانجام برسانند.

قدرت و حضور خدا در زندگی، و راه شرایطی که به نظر غلبه بر آن‌ها سخت می‌آید، شما را بلند می‌کند.

آسیاب به نوبت

«بلکه نخست در پی پادشاهی خدا و عدالت او باشید، آنگاه همه این‌ها نیز به شما عطا خواهد شد.»

(متا ۶: ۳۲)

ما اغلب خدا را به خاطر داشته‌ها، برکات، و پاسخ به مشکلاتمان می‌جوییم، درحالی که تنها نیاز ما، خود خداست. هرچه بیشتر خدا را به خاطر این که می‌خواهیم با او در رابطه باشیم، بجویم، در زندگی ما همه چیز بیش از پیش سر جای خود قرار می‌گیرد.

در سال‌های اول خدمت کلیسایی‌ام، خدا را به این خاطر دنبال می‌کردم تا حدود خدمتی‌ام را گسترش دهد، اما نتیجه این بود که هیچ چیزی تغییر نکرد. به سرعتی که امیدوار بودم، خدمتم رشد نکرد و گاهی حتا پس‌رفت هم می‌کرد. اما من متوجه نبودم که باید تنها در پی پادشاهی خدا باشم تا او خدمت مرا گسترش دهد.

حقیقت این است که نیازی نیست به خدا التماس کنیم تا او چیزی را به ما بدهد. اگر خواسته ما اراده او باشد، آنچه بهترین است را در زمان مناسب به ما خواهد بخشید. تنها باید خدا را محبت کنیم و ابتدا او را بجویم و کارها را آن‌طور که او می‌خواهد، انجام دهیم. در چنین شرایطی، به او نزدیک‌تر می‌شویم و این برای داشتن موفقیت و برکاتی که از جانب خدا می‌آید، الزامی است.

همیشه حضور خدا را بجوید، نه آنچه او فراهم می‌آورد. او چیزهای نیکوی بسیاری به شما می‌دهد، ولی خواسته او این است که جایگاه اول را در زندگی ما داشته باشد. نباید جز او خدایی داشته باشیم!

پیش از هر چیز، خدا را بجوید، در او بمانید، و او شما را بیش از پیش به خود نزدیک می‌سازد.

آگاهی از محبت خدا

«پس ما محبتی را که خدا به ما دارد شناخته‌ایم و به آن اعتماد داریم. خدا محبت است و کسی که در محبت ساکن است، در خدا ساکن است و خدا در او.»
(اول یوحنا ۴: ۱۶)

در اول یوحنا ۴: ۱۶، کتاب مقدس می‌گوید محبتی که خدا نسبت به ما دارد را بشناسیم، آن را درک کنیم و نسبت به آن آگاه باشیم. داشتن رابطه نزدیک و شخصی با خدا، یعنی همیشه نسبت به محبت او آگاه باشیم و شگفت‌زده از ای که وقتی لایق نبودیم، او ما را محبت کرد.

یکی از کارهایی که تشویقتان می‌کنم انجام دهید، این است که دفترچه‌ای برای یادآوری کنار خود داشته باشید و کارهای خاصی را که خداوند برایتان انجام می‌دهد، در آن بنویسید. وقتی نیکویی خدا را می‌بینید و آن را به خاطر می‌سپارید، متعجب خواهید شد که خدا چگونه به شکلی عملی و در ابعاد کوچک و بزرگ در زندگیتان، محبت خود را متجلی می‌سازد.

اگر اجازه دهید، محبت خدا می‌تواند زندگیتان را تغییر دهد و دارای قدرتی است که قادر است زخم‌های عاطفی و احساسی‌تان را شفا بخشد. محبت او شما را تقویت می‌کند تا در شرایط سخت پیش روید، و دل شما را نرم ساخته و قادرتان می‌سازد تا محبت بیشتری به دیگران نشان دهید. آیا چیزی بهتر از آگاهی و شناخت محبت عظیم او را متصور می‌شوید؟

شاید بهترین چیز این است که می‌توانید محبت خدا را ببینید، بشناسید، و با شکرگزاری آن را جشن بگیرید.

آماده شدن برای بهترین‌ها

«ای پارسایان، در خداوند بانگ شادی برآورید! زیرا صالحان را ستایش او می‌شاید.»
(مزمور ۳۳: ۱)

نحوه برخورد ما با هر روز تازه و موقعیت‌های پیش آمده، تفاوتی اساسی در زندگی‌مان ایجاد می‌کند. اگر از پیش تصمیم بگیریم که تنها در صورت رسیدن به آنچه می‌خواهیم، شاد یا آرام باشیم، پس به ندرت به آرامی دست خواهیم یافت. گاهی از اطرافیان می‌شنوم که می‌گویند: «اگر فردا باران بیارد، خوشحال نمی‌شوم» یا «اگر کاری پیدا نکنم، ناراحت خواهم بود!»، وقتی این گونه فکر می‌کنیم، پیش از این که مشکلی پیش بیاید، خود را برای عدم رضایت و از دست دادن شادی و آرامی آماده می‌کنیم.

به جای این که خود را آماده ناراحت بودن کنیم، می‌توانیم آماده آرام بودن باشیم. می‌توانیم فکر کنیم و جملاتی این‌چنین بگوییم: «واقعاً امیدوارم فردا هوا خوب باشد، یا امیدوارم کار تازه‌ای پیدا کنم. اما شادی من از رابطه‌ام با عیسی مسیح نشأت می‌گیرد، پس فردا هر چه پیش آید، شادی و آرامی در جان خود را برمی‌گزینم. من شادی خداوند را انتخاب می‌کنم، هوا می‌خواهد بارانی باشد یا آفتابی، یا کاری پیدا کنم یا نه!»

نحوه برخورد ما با زندگی، در کیفیت آن تفاوت ایجاد می‌کند. وقتی نمی‌توانیم به زندگی سر و سامان دهیم، بهتر است به خاطر بیاوریم که می‌توانیم دیدگاه خود را نسبت به آن تغییر دهیم.

تصمیم بگیرید شاد باشید؛ چه روز مطابق میل شما پیش رود یا نرود.

آزاد هستید که پرواز کنید

«روح خداوندگان یهوه بر من است، زیرا که خداوند مرا مسح کرده است تا فقیران را بشارت دهم؛ او مرا فرستاده تا دلشکستگان را التیام بخشم، و آزادی را به اسیران و رهایی را به محبوسان اعلام کنم.»

(اشعیا ۶۱: ۱)

محبت، هم به شخص ریشه می‌بخشد و هم بال؛ به عبارتی حس تعلق (ریشه) و حس آزادی (بال) ایجاد می‌کند. محبت تلاش ندارد که دیگران را فریب دهد یا به نوعی کنترل کند.

عیسا گفت خدا او را فرستاده تا آزادی را اعلام نماید. به عنوان یک ایماندار، ما هم باید چنین عمل نماییم - تا به دیگران برای انجام اراده خدا در زندگی آزادی ببخشیم، نه این که آنها را تحت کنترل درآوریم.

تا به حال والدینی را دیده‌اید که فرزندان خود را مجبور به کاری می‌کنند که میلی به آن ندارند، تنها هدفشان این است که آرزوهای خود را ارضا کنند؟ آیا تا به حال شخصی را دیده‌اید که در برخورد با دوستی تازه رفتاری وابسته و بیش از حد عاطفی از خود نشان دهد، تنها به این دلیل که می‌ترسد آن شخص را از دست بدهد؟ این دو نمونه از شرایطی هستند که شخص را در بند کرده و آزادی او را سلب می‌کنند.

محبت حقیقی به این شکل عمل نمی‌کند. محبت سعی نمی‌کند با هزینه دیگران، رضایت شخصی را به دست آورد. محبت همیشه آزادی را اعلام می‌کند. وقتی خدا و دیگران را محبت می‌کنیم، به مردم اجازه می‌دهیم در زندگیمان نقشه خدا را پیروی کنند - نه نقشه ما را و به این طریق ببینند در مسیح می‌توانند چه کسی باشند و چه دستاوردی کسب کنند.

پرنده در قفس نمی‌تواند پرواز کند! آزادی را اعلام کنید. مردم را آزاد کنید و ببینید می‌توانند چه کنند.

شجاعت برای منحصر بودن

«و این نیز، تنها نه هنگامی که مراقب شما هستند، همچون کسانی که در پی جلب رضایت انسانند، بلکه همچون غلامان مسیح، اراده خدا را با دل و جان به جای آورید.»

(افسیان ۶: ۶)

برای این که کسی باشید که در مسیح بدان خوانده شده‌اید، داشتن رابطه نزدیک با خدا برایتان حائز اهمیت است تا به این طریق، شجاعت منحصر بودن بیابید. این بدان معناست که از نحوه خلقت خود توسط خدا راضی بوده و به دنبال این نباشید تا شخص دیگری شوید.

یکی از دام‌هایی که ممکن است گرفتار آن شویم، به دنبال رضایت انسان بودن است، در حالی که تلاش برای رضایت انسان، باعث درماندگی می‌شود. ابتدا، وقتی برای رضایت مردم شخصیت خود را تغییر می‌دهیم، حرف‌هایی را می‌شنویم که احساس خوبی به ما دست می‌دهد، اما این حس باقی نمی‌ماند. نظرات مردم سطحی و گذرا هستند. تنها نظر خدا مهم است.

شما ارزشمند هستید؛ چون خدا تنها پسرش را فرستاد تا برایتان جان دهد. شما ارزشمند هستید؛ چون خدا نه به خاطر فکر یا حرف مردم، بلکه شما را به خاطر خودتان دوست دارد.

تشویقتان می‌کنم تا آنچه را که باعث خاص بودن‌تان می‌شود، بپذیرید. اگر مدل موی شما کمی متفاوت است، اگر شخصیت شما منحصر به فرد است، اگر استعدادی نامعمول دارید - هر چه که هست - خدا را شکر کنید که شما را به شکلی ویژه خلق کرده و عطایا، استعداد و شخصیتی خاص برای جلال خود به شما بخشیده است.

اگر آن کسی را که خدا شما را برای آن خلق کرده، بپذیرید، حقیقتاً از حیاتی که عیسا جاننش را داد تا به شما ببخشد، لذت خواهید برد.

زندگی هدفمند

«این است تدبیری که برای تمامی جهان اندیشیده شده است، و این است دستی که بر تمامی قوم‌ها دراز شده است؛ زیرا خداوند لشکرها تدبیر کرده است، پس کیست که آن را باطل سازد؟ دست اوست که دراز شده است، پس کیست که آن را برگرداند؟» (اشعیا ۱۴: ۲۶-۲۷)

خدا خدای هدف است - او با استراتژی خاص خود حرکت می‌کند و برنامه بی‌عیب خود را اجرا می‌نماید. ما فرزندان اویم و او می‌خواهد قومی هدفمند باشیم. هرچه بیشتر به او نزدیک شویم، با هدف بیشتری زندگی می‌کنیم. عیسا هدف خود را می‌شناخت. او گفت که به این دنیا آمده تا ما حیات یابیم و کارهای ابلیس را نابود سازد (یوحنا ۱۰: ۱۰؛ اول یوحنا ۳: ۸).

هدف خاص هر یک از ما با دیگری و از یک دوره تا دوره دیگر متفاوت است، اما خدا هدفی عمومی دارد که می‌توانیم هر روز آن را زندگی نماییم. برای مثال، دیگران را محبت کنیم، نه به آن خاطر که همیشه چنین احساسی داریم، بلکه چون هدف ما این است که دیگران را محبت نماییم. همین امر در مورد زمانی که هدیه می‌دهیم، رحم می‌کنیم، مهربانی نشان می‌دهیم، می‌بخشیم و یا کارهای بسیار دیگری انجام می‌دهیم، صادق است. محبت، شادی، آرامی، صبر، مهربانی، نیکویی و دیگر ثمره روح، متعلق به ما هستند تا از آنها لذت ببریم و آگاهانه آنها را به سوی دیگران نیز روانه سازیم. ما این کارها را لزوماً به این خاطر که همیشه چنین احساسی داریم، انجام نمی‌دهیم، بلکه به این خاطر که بدان فراخوانده شده‌ایم.

شادی و آرامی تصادفاً اتفاق نمی‌افتد؛ وقتی زندگی هدفمند را برمی‌گزینیم، چنین اتفاقاتی رخ می‌دهد.

کلام خدا شما را آزاد می‌کند

«پس هرگونه پلیدی و هر فزونی بدخواهی را از خود دور کنید و با حلم، کلامی را که در شما نشانده شده و می‌تواند جان‌های شما را نجات بخشد، بپذیرید.»
(یعقوب ۱: ۲۱)

نیرومندترین و موثرترین ابزاری که در زندگی ما تبدیلی حقیقی و ماندگار ایجاد می‌کند، کلام خداست. کلام خدا ما را به سمت او جذب کرده و نزدیک خدا نگه می‌دارد.

شیطان همیشه سعی می‌کند شما را فریب دهد و در مورد خودتان و موقعیت‌تان برخلاف کلام خدا چیزهایی بگوید. تا وقتی که این دروغ‌ها را باور داریم، مایوس، رقت‌انگیز، و بی‌قوت باقی می‌مانیم، اما وقتی حقیقت کلام خدا این دروغ‌ها را برملا می‌سازد، این حقیقت ما را آزاد می‌کند.

تنها کلام خدا چنین قدرتی دارد و تنها خداست که می‌تواند ما را تغییر دهد. این کلام انگیزه‌های غلط و فکر و کلام نادرست را برملا می‌سازد. حقیقت می‌تواند ما را از حس گناه، طردکردن خود، محکومیت، تنفر از خود، اعمال نفس، و هر دروغی که آن را باور کرده‌ایم و اجازه ورود آن را به زندگی داده‌ایم، آزاد سازد. خدا به دنبال این است که ما را آزاد کند تا بتوانیم از زندگی‌ای که او به ما داده، لذت ببریم.

شمشیرِ غلاف شده، قوتی ندارد؛ باید بیرون کشیده شود و به درستی به کار رود. کلام خدا نیز شمشیر ایمانداران است و می‌توانیم آن را هر روزه به کار ببریم، در دل خود نگاه داریم و از دهان‌مان اعلام نماییم. ایمانداری که این کارها را انجام می‌دهد، پر از قوت است و می‌تواند کارهای عظیمی برای پادشاهی خدا به انجام رساند.

مطالعه کلام، برترین راه برای نزدیک شدن به خداست.

خدا دیر نمی‌کند

«لذا از انجام کار نیک خسته نشویم؛ زیرا اگر دست از کار برداریم، در زمان مناسب محصول را درو خواهیم کرد.»

(غلاطیان ۶: ۹)

بسیاری فکر می‌کنند که تنها هنگام انتظار کشیدن، باید صبوری کنند، اما صبر چیزی بیشتر از منتظر ماندن است. صبر یعنی حین منتظر ماندن، دیدگاهی خوب، مثبت و شاد داشته باشید. صبر، ثمره روح است و در ایمان‌داری تجلی می‌یابد که علیرغم شرایط، تسلیم خداست. شخص صبور همیشه آرام می‌ماند و به تدارکی که پدر آسمانی فراهم می‌آورد، اشاره می‌کند.

ما اغلب می‌خواهیم برنامه‌ی خدا در زندگی‌مان، یک شبه انجام شود، اما عمل بی‌عیب خدا زمان می‌برد و لازمه‌ی آن شکیبایی است. خدا طبق زمان‌بندی ما کار نمی‌کند. شاید ما همیشه عجله داشته باشیم، اما خدا چنین نیست. او در زمان مناسب کار را به خوبی انجام می‌دهد - او با اندیشه، مراقبت و دقت بر شاهکار و ساخته‌ی دست خود کار می‌کند.

ما ساخته‌ی دست خداییم (افسیان ۲: ۱۰). او طراح است و از زندگی شما اثری زیبا خلق می‌کند. زمان‌بندی خدا به نظر رازی است که تنها خود او از آن خبر دارد. کلام خدا به ما وعده می‌دهد که خدا هرگز تاخیر نمی‌کند، اما طبق تجربه می‌گویم که او معمولاً زودتر از موقع هم کاری انجام نمی‌دهد. مهم نیست چه می‌کنید، نمی‌توانید خدا را به انجام کاری وادارید. پس تشویقتان می‌کنم که از صبر کردن لذت ببرید.

از جایی که هستید و از مسیری که به سوی مقصد خود طی می‌کنید، لذت ببرید!

می‌توانید به خود بخندید؟

«آنگاه دهانمان از خنده پر شد، و زبانمان از سرود شادمانی! آنگاه در میان قوم‌ها گفتند: خداوند برای ایشان کارهای عظیم کرده است!»

(مزمور ۱۲۶: ۲)

یکی از زیبایی‌های مسیحی بودن سادگی آن است - در واقع، به ما دستور داده شده که خود را فروتن سازیم و کودک شویم. در حالی که خدا می‌خواهد دیدگاه، رفتار و مسئولیت‌پذیری ما در مسیح رشد یابد (افسیان ۴: ۱۵)، در همان حین می‌خواهد مانند کودکان به او تکیه کنیم و اشتیاق ما نزدیکی به او باشد.

یکی از خصلت‌های کودکانه، خوشگذرانی و تفریح است. کودک راهی پیدا می‌کند که خوش بگذراند. خدا هم همین را از ما می‌خواهد. ما می‌توانیم یاد بگیریم که همواره از همه چیز، و از اوقات خود با او لذت ببریم. ما هم «می‌توانیم» و هم «باید» از همه جنبه‌های زندگی، روحانی و غیرروحانی لذت ببریم. ما می‌توانیم از جلسه مطالعه کلام با دوستان خود لذت ببریم و همچنین از انجام کارهای خانه.

خوب است که از خود لذت ببریم و طنز را در زندگی روزانه خود بیابیم. ما حتا می‌توانیم یاد بگیریم که به خود بخندیم. به قول آرت لینکلتر [۵] «مردم بامزه هستند!» و این شامل ما هم می‌شود.

تا جایی که می‌توانید بخندید، چون دل شاد به نفع شماست.

قانع کردن خدا یا اعتماد کردن به خدا؟

«زیرا کیست که فکر خداوند را دانسته و یا مشاور او بوده باشد؟»

(رومیان ۱۱: ۳۴)

زندگی آسان‌تر می‌شود اگر متوجه شویم که خدا باهوش‌تر از ماست. مهم نیست من و شما چه فکری می‌کنیم، راه‌های خدا همیشه از راه‌های ما بهتر است. گاهی وسوسه می‌شویم و می‌خواهیم فکر کنیم که بهترین را می‌دانیم و سپس همه انرژی خود را صرف انجام آن می‌کنیم. تصمیم می‌گیریم که کاری را به روشی خاص یا در زمانی خاص انجام دهیم، سپس به شدت مایوس می‌شویم و این مانع شادی و لذت می‌شود. وقتی چیزی را قویاً می‌خواهیم، معمولاً به جای این که به خدا اعتماد کنیم و بدانیم که بهترین را برای زندگی ما در نظر دارد، تلاش می‌کنیم اهمیت خواسته خود را به او بقبولانیم و به او بگوییم که چرا باید خواسته ما تحقق یابد.

همان‌طور که رومیان ۱۱: ۳۴ به ما یادآوری می‌کند، خدا نیازی به مشاور ندارد که به او بگوید باید برای ما چه بکند. اراده او بی‌عیب است و برنامه‌های خوبی برایمان در نظر گرفته است تا تبدیل به کسی شویم که او می‌خواهد. ارمیای نبی می‌گوید: "زیرا فکریایی را که برای شما دارم می‌دانم، که فکریهای سعادت‌مندی است و نه تیره‌بختی، تا به شما امید بخشم و آینده‌ای عطا کنم؛ این است فرموده خداوند." (ارمیا ۲۹: ۱۱).

تشویقتان می‌کنم که هنگام برخورد با موقعیت‌های سردرگم‌کننده، چنین دعا کنید: «خداوندا، شاید الان منطقی نباشد، ولی به تو اعتماد دارم. می‌دانم که مرا دوست داری و با من هستی و بهترین را برایم عملی می‌کنی!»

خدا به مشاوره شما برای انجام هیچ کاری نیاز ندارد؛ تنها ایمانتان را می‌خواهد.

دعای پر شور

«... دعای شخص پارسا، با قدرت بسیار عمل می‌کند.»

(یعقوب ۵: ۱۶)

اگر مدتی از ایمان آوردن شما می‌گذرد، احتمالاً شنیده‌اید که دعای موثر باید با قدرت و اشتیاق باشد. اما اگر کلمه «با قدرت» را اشتباه درک کنیم، شاید حس کنیم که باید قبل از دعا احساس خاصی به ما دست بدهد؛ در غیراین صورت، دعای ما موثر واقع نخواهد شد.

می‌دانم که چندین سال چنین باوری داشتم و شاید شما هم به همین شکل مسیر اشتباه را پیش گرفته‌اید، اما دعای پرشور و پر قدرت تنها بدان معناست که باید از دل ما برآید و صادقانه باشد.

به یاد می‌آورم هنگامی که می‌توانستم حضور خدا را حس کنم، از وقت دعای خود لذت می‌بردم، و سپس از خود می‌پرسیدم هنگامی که چنین احساسی ندارم، ایراد کارم کجاست. بعد از مدتی متوجه شدم که ایمان بر اساس احساسات یا عواطف نیست، بلکه بر شناخت دل بنا شده است.

گاهی عواطف فراوانی را هنگام دعا احساس می‌کنم، اما در لحظاتی دیگر حس خاصی ندارم. دعایی که ما را برخلاف حس لحظه‌ایمان به خدا نزدیک می‌کند، دعای از روی ایمان است.

مطمئن باشید که دعای صادقانه و از ته دل شما موثر است؛ چون به خدا ایمان دارید، نه دعایی که از روی شور احساسات و با واژگانی فصیحانه بیان می‌شود.

خدا شما را درک می‌کند

«هیچ‌کس فهمیم نیست، هیچ‌کس جویای خدا نیست.»

(رومیان ۳: ۱۱)

هرکس که تصمیم می‌گیرد با دقت از خدا پیروی نماید، معمولاً توسط کسانی که چنین تصمیمی را در زندگی خود نگرفته‌اند، درست درک نمی‌شود.

همیشه کسانی هستند که نمی‌دانند چگونه با تسلیم شدن ما به خدا برخورد کنند. مردم نمی‌دانستند در مورد عیسا باید چه گونه فکر کنند. هیچ‌کس واقعاً او یا خواندگی اش را درک نمی‌کرد، حتا خانواده اش.

وقتی کاری که دیگران انجام می‌دهند را نمی‌کنیم یا حرفی که آنها می‌زنند را نمی‌زنیم، چون تصمیم گرفته‌ایم به جای دنیا از خدا پیروی کنیم، همیشه از رفتار ما برداشتی اشتباه شده و طرد می‌شویم. وقتی چنین اتفاقی می‌افتد، زجر می‌کشیم؛ ولی باید همیشه به یاد داشته باشیم که عیسا مسیح هرگز ترکمان نمی‌کند و مساله اصلی همین است.

اطاعت کردن شما از خدا شاید بدان معنا باشد که برخلاف پیرامون خود، حرکت کنید. شاید گاهی احساس کنید که جای شما آنجا نیست، ولی در آن لحظات به یاد داشته باشید که خدا وفاداری شما را پاداش می‌دهد. او شما را دوست دارد و وقتی دیگران می‌پرسند: "مشکلت چیست؟" خدا می‌گوید: "مشکلی نداری. تو مال منی و من به تو افتخار می‌کنم!"

تصمیم بگیرید که دوش به دوش خدا بایستید و آنچه می‌گوید را انجام دهید، حتا اگر کسی شما را درک یا حمایت نکند. عیسا شما را درک می‌کند و او برای شما کافی است.

پل به جای دیوار

«چه، برای همین فراخوانده شده‌اید؛ زیرا مسیح برای شما رنج کشید و سرمشقی گذاشت تا بر آثار قدم‌های وی پا نهد.»

(اول پطرس ۲: ۲۱)

به جای ساختن دیوار دور زندگی‌ام، پُل ساختن را یاد گرفته‌ام. به قوت فیض و بخشش خدا، همه شرایط سخت و ناعادلانه در زندگی من تبدیل به بزرگراه‌هایی شدند که دیگران از آن طریق می‌توانند همان آزادی‌ای را بیابند که من یافتم.

خدا تبعیضی میان مردم قائل نمی‌شود (اعمال ۱۰: ۳۴). آنچه برای من انجام داد، برای شما هم انجام می‌دهد. وقتی هر روزه به خدا نزدیک‌تر می‌شوید، می‌توانید همان آزادی‌ای را به دست آورید که من یافتم. می‌توانید برای دیگران به جای دیواری که آنها را زندانی می‌کند، پُلی شوید که از آن عبور کنند.

عیسا برای ما راهی به سوی خدا فراهم آورد؛ بزرگراهی برای ما شد تا از آن عبور کنیم. خود را برای ما فدا کرد و ما اکنون از فداکاری او سود می‌بریم، او فرصت به ما می‌دهد که برای دیگران فداکاری کنیم تا آنها از فوایدی که ما از آن بهره‌مند شدیم، لذت ببرند.

به جای این که همه را رد کنیم، پیشنهاد می‌دهم که از خدا بخواهید اجازه دهد آنها را چون او ببینید. آنها را محبت کنید، ببخشید، و به سوی خدا هدایت کنید تا او بتواند زخم‌های آنها را شفا دهد و از آرامش و شادی پر سازد.

کسانی هستند که گم‌گشته‌اند و به کسی نیاز دارند که جلوی آنها حرکت کند و راه را به آنها نشان دهد. چرا برای آنها چنین شخصی نباشیم؟

ارزشش را دارد؟

«... پس راستی و صلح را دوست بدارید.»

(زکریا ۸: ۱۹)

خدا از ته دل می‌خواهد زندگی شما مملو از آرامی باشد. هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شوید - بیشتر به او تکیه می‌کنید و آرامش شما افزایش می‌یابد.

هیچ موقعیت یا داشته‌ای ارزش از دست دادن آرامش را ندارد. اگر آرامش نداشته باشید، پول، جایگاه و شهرت ارزشی نخواهد داشت. نمی‌توانید برای آرامش خود قیمتی تعیین کنید.

بسیاری تلاش می‌کنند که از نردبانِ موفقیت بالا بروند، اما هر بار که به مرحله‌ای بالاتر می‌روند، آرامش و شادی بیشتری را از دست می‌دهند و زمانی که باید با خانواده بگذرانند را فدا می‌کنند. فشار و اضطراب برای حفظ آنچه به دست آورده‌اند، زندگی آنها را فراگرفته است. ما موفق نخواهیم بود؛ مگر این که آرامش داشته باشیم.

برخی حتی چند شغل دارند تا آنچه را که دنیا به رخ آنها می‌کشد و شرط شادی حقیقی می‌داند، به دست آورند. هرچند شاید به آنچه می‌خواهند می‌رسند، اما آرامشی ندارند.

رومیان ۱۴: ۱۷ به ما می‌گوید: "پادشاهی خدا خوردن و نوشیدن نیست" - چیزی نیست که پول یا مقام بتواند برایمان فراهم آورد - بلکه "پارسایی، سلامتی و شادی در روح القدس است". پادشاهی خدا، در درک کسی که در مسیح هستیم و داشتن "آرامش خدا که فراتر از تمامی عقل است" (فیلیپیان ۴: ۷)، نهفته است.

خدا می‌خواهد نیاز شما کاملاً رفع شود و در موقعیتی قرار بگیرید که دیگران را برکت دهید. شک نکنید که خدا می‌خواهد شما را برکت دهد، اما به دنبال چیزی نباشید که نمی‌توانید آن را با آرامش به دست آورید.

محبت، احترام می‌گذارد

«بگذارید ملایمت شما بر همگان آشکار باشد. خداوند نزدیک است.»

(فیلبیان ۴: ۵)

محبت، سخاوتمند و از خود گذشته است. شخص خودخواه انتظار دارد همه مانند او باشند و هر آنچه او دوست دارد، دیگران هم دوست داشته باشند، اما محبت، به تفاوت در دیگران احترام می‌گذارد.

احترام گذاشتن به حقوق دیگران بسیار مهم است. اگر خدا می‌خواست همه ما مثل هم باشیم، به هر یک از ما اثر انگشتی متفاوت نمی‌داد. فکر می‌کنم این واقعیت، مدرکی کافی بر آفرینش یکسان اما متفاوت ماست. همه اثر انگشت داریم، ولی اثر انگشت ما متفاوت است.

همه ما توانایی، علایق، اهداف متفاوت و انگیزه‌های گوناگون در زندگی داریم و مسلماً این فهرست به همین‌جا ختم نمی‌شود. همه ما ظاهری متفاوت داریم، قامت، سایز و شکل ما متفاوت است و هر یک منحصر به فرد هستیم.

محبت در کمال احترام، دیگران را آزاد می‌گذارد تا آن کسی باشند که برای آن خلق شده‌اند. آزادی، یکی از بهترین هدایایی است که می‌توانیم به دیگران بدهیم. عیسا برای همین آمد، و محبت به ما اجازه می‌دهد که آزادی را به دیگران بدهیم. محبت خدا برای ما بی‌قید و شرط است و ما نیز باید یاد بگیریم که دیگران را به همین شکل محبت کنیم. سخاوتمندانه رحم کنیم و همیشه به بهترینها باور داشته باشیم.

محبت بی‌قید و شرط با از خودگذشتگی، خودخواهان را محبت می‌کند، سخاوتمندانه به بخیلان می‌بخشد و همواره ناسپاسان را برکت می‌دهد.

مهم نیست کجا بروید ... آنجا بید

«... همسایه‌ات را همچون خویشتن محبت نما.»

(مقا ۱۹: ۱۹)

فکر می‌کنم امروزه یکی از مشکلات اساسی مردم احساسی است که به خود دارند. بسیاری در طول زندگی تصویری ضعیف و نازل از خود دارند. اغلب این دیدگاه در آنها نهادینه و کهنه می‌شود، به گونه‌ای که دیگر متوجه وجود آن نیستند.

شما در مورد خود چه فکر می‌کنید؟ چه نوع رابطه‌ای با خود دارید؟ این سوالات را می‌پرسم چون مهم نیست کجا می‌روید یا در زندگی چه می‌کنید، به هر جهت همیشه با خودتان سر و کار دارید و گریزی از خویشتن نیست.

خدا به ما فرمان داده که همسایه خود را همچون خود محبت کنیم، اما اگر خود را محبت نکنیم یا دوست نداشته باشیم، چه؟ نمی‌توانیم آنچه نداریم را بدهیم. خدا ما را دوست دارد و اجازه می‌دهد محبت او را دریافت کنیم و خود را به شکلی متعادل دوست داشته باشیم. بسیاری از ما فکر می‌کنیم که خدا را با شکست و گناه خود خسته کرده‌ایم، ولی این غیرممکن است. خدا هرگز تسلیم نمی‌شود! هرچه بیشتر در زندگی روزمره به خدا نزدیک شویم، بیشتر می‌فهمیم که چقدر محبوب هستیم و آسان‌تر می‌توانیم خود را دوست داشته باشیم.

محبت خدا را دریافت کنید. بر آن تأمل کنید. بگذارید شما را تغییر دهد و تقویت نماید. سپس آن را به دیگری بدهید.

منشاء حقیقیِ اطمینان

«زیرا ختنه‌شدگانِ واقعی ماییم که در روح خدا عبادت می‌کنیم، و فخرمان به مسیح عیسا است و به افتخارات انسانی خود اتکا نداریم.»

(فیلیپیان ۳: ۳)

مهم‌ترین عنصر برای قوی‌تر شدن از نظر روحانی و حس امنیت بیشتر داشتن، این است که منشاء حقیقیِ اطمینان را کشف کنیم.

امروز اطمینان خود را بر چه چیزی بنا کرده‌اید؟ آیا بر میزان تحصیلات، گروه اجتماعی، میزان درآمدی که دارید یا شغلی که بدان مشغولید؟ یا اطمینان شما ریشه در خدا دارد؟! این مسئله باید برای همه ایماندارانی که مایلند هر روزه به خدا نزدیک شوند، حل گردد.

اگر به تحصیلات، ظاهر، مقام، عطایا، استعداد یا نظر دیگران تکیه کنیم، در نتیجه این حس ناامنی مایوس و بیچاره می‌شویم. پدر آسمانی به ما می‌گوید: «مردم و چیزهای دیگر، ممکن است ثمری برای شما نداشته باشند ولی من چنین نیستم. می‌توانید به من اعتماد و اطمینان کنید!»

تشویق می‌کنم به درجه‌ای ارتقا بیابید که به نفس خود یا هر آنچه در این دنیا است، تکیه نکنید، بلکه تنها به مسیح اطمینان داشته باشید. او تنها کسی است که شما را تقویت می‌کند، همیشه کنارتان می‌ایستد و هرگز روی شما را زمین نمی‌زند.

صادقانه بسنجید که اعتماد و تکیه شما بر چیست، اگر چیزی جز خداست، توبه کنید (نظر خود را تغییر داده، آن را بهبود بخشید) و آماده شوید تا کاری متفاوت انجام دهید.

حکمت در سکوت انتظار کشیدن

«اما مریم، این همه را به خاطر می‌سپرد و در دل خود به آنها می‌اندیشید.»
(لوقا ۲: ۱۹)

در سکوت تعمق کردن درباره آنچه حس می‌کنید خداوند به شما گفته، حکیمانه است، به‌ویژه وقتی که دقیقاً در مورد نتیجه آن مطمئن نیستید.

شاید حس می‌کنید که خدا چیزی در مورد فرزندانان به شما وعده داده، یا در مورد شغلان شما را به مسیری تازه هدایت کرده است، یا به شما گفته که در شخصیتان تغییراتی ایجاد می‌کند - هر چه که هست، اگر به خدا اعتماد دارید، با شکیبایی صبر کنید. بر آنچه خداوند گفته تعمق نمایید، و او دقیقاً به شما نشان می‌دهد که چگونه با نقشه او همکاری کنید.

در زندگی مریم اتفاقات فوق‌العاده‌ای رخ داد. او دختری نوجوان بود که خدا را دوست داشت، و روزی فرشته‌ای بر او ظاهر شد و به او گفت که مادر پسر خدا خواهد شد. اما با وجود احساسات و افکاری که بر او هجوم آوردند، مریم به خدا اعتماد نمود و گفت: «آنچه درباره من گفتی، بشود!» (لوقا ۱: ۳۸).

وقتی خدا چیزی به ما می‌گوید، اغلب باید حرف او را پیش خود نگه داریم. اگر چیزی به ما می‌گوید که برای ما قابل فهم نیست یا معنای خاصی برایمان ندارد، می‌توانیم از الگوی مریم پیروی نماییم. می‌توانیم به جای این که با عجله به دنبال توصیه دیگران باشیم، کمی بیشتر تعمق کنیم. شک دیگران می‌تواند ایمان ما را نابود سازد. گاهی بهترین کار این است که وعده خدا را در سکوت پیش خود نگه دارید و از او بخواهید زمان بندی خود را واضح‌تر به شما نشان دهد.

وقتی خدا شما را به انجام کاری دعوت می‌کند، ایمان انجام آن کار را نیز به شما می‌بخشد.

بهترین زمان

«از این رو، باشد که هر پیرو سرسپرده تو در زمانی که یافت می‌شوی به درگاهت دعا کند؛ حتماً اگر آب‌های بسیار سیلان کند، هرگز بدو نخواهد رسید.»
(مزمور ۳۲: ۶)

ساده است: هرچه بیشتر با خدا زمان بگذرانید، بیشتر با قدرت او ارتباط برقرار می‌کنید. داوود می‌گوید این مخفیگاه حضور خداست که از ما مراقبت می‌کند (مزمور ۹۱: ۱). وقتی در حضور خدا، و برای دعا و کلام زمان می‌گذاریم، در مخفیگاه او هستیم. مخفیگاه، مکانی شگفت‌انگیز و مملو از سلامتی و آسایش است.

شکوه حضور خدا در اختیار ما ایمانداران قرار گرفته است، و فکر کردن به این موضوع موجب قوت می‌شود. با در نظر داشتن چنین امری، چرا نباید با خدا وقت بگذرانیم؟ حتماً عیسا هم صبح زود بلند می‌شد تا با خدا تنها باشد. او ارزش حضور خدا را می‌دانست. تنها به واسطه بودن با خداست که قوت و حکمت می‌یابیم!

بهترین کار این است که بخشی از زمان خود را وقف کنیم تا با خدا باشیم. تلاش نکنید شریعت‌گرا باشید ولی سعی کنید به طور مداوم و تا جایی که می‌توانید این کار را انجام دهید. با خدا در مورد هر چیز و همه آنچه در دل دارید، سخن بگویید - او نسبت به هر چیزی که شما را نگران می‌کند یا برایتان جالب است، اهمیت می‌دهد. گاهی ممکن است بخواهید به موسیقی گوش دهید و مشغول پرستش شوید؛ یا گاهی شاید بی‌حرکت بنشینید و از سکوت لذت ببرید. به خدا وقت بدهید و به روح القدس اجازه دهید شما را در سفر شگفت‌نزدیک‌تر شدن به خدا هدایت نماید.

وقت گذراندن در مخفیگاه حضور خدا، شما را از کسی که هستید به کسی که او می‌تواند شما را بدان تبدیل نماید، تغییر می‌دهد.

محبت، اعتماد و ایمان

«زیرا در مسیح عیسا نه ختنه اهمیتی دارد نه ختنه‌ناشدگی، بلکه مهم ایمانی است که از راه محبت عمل می‌کند.»

(غلاطیان ۵: ۶)

به جای این که به سختی تلاش کنیم تا ایمان خود را به کار بیندازیم، حکیمانه است که زمان و تلاش خود را بر دریافت محبت خدا و محبت کردن او متمرکز کنیم. ما تنها قادر هستیم بر اساس باور خود به محبت پدر در ایمان گام برداریم. غلاطیان ۵: ۶ می‌گوید که ایمان از راه محبت عمل می‌کند. ایمان بدون محبت عمل نمی‌کند. این آیه به ما می‌گوید که اگر نمی‌دانیم خدا چقدر ما را دوست دارد، پس چیزی نداریم تا ایمان خود را بر آن بنا کنیم.

اعتماد کردن به خدا و گام برداشتن در ایمان، یعنی برای همه چیز به او تکیه و اعتماد نماییم. تنها زمانی می‌توانید در قبال کسی این کار را انجام دهید که بدانید شما را بی‌قید و شرط محبت می‌کند. محبت خدا عطای رایگان او برای ماست و ما به سادگی می‌توانیم آن را دریافت نماییم، شاکر باشیم و اجازه دهیم این محبت ما را به او نزدیک‌تر سازد.

کتاب مقدس می‌گوید: "ما محبت می‌کنیم؛ زیرا او نخست ما را محبت کرد" (اول یوحنا ۴: ۱۹). وقتی مطمئن هستید که خدا ابتدا شما را محبت کرده، برای محبت کردن او هیجان‌زده خواهید بود - با ذوق و شوق می‌توانیم برای او زندگی کنیم.

هیچ‌کس در این دنیا شما را به اندازه خدا دوست ندارد و محبت نمی‌کند.

وقتی اجازه می‌دهید خدا شما را محبت کند، ایمانتان قوی‌تر می‌شود و با قدرت بیشتری عمل می‌کند.

وقف شده برای او

«پس ای برادران، در پرتو رحمت‌های خدا، از شما استدعا می‌کنم که بدن‌های خود را همچون قربانی زنده و مقدّس و پسندیده خدا تقدیم کنید که عبادت معقول شما همین است.»

(رومیان ۱۲: ۱)

برای این که خدا ما را به کار گیرد، باید زندگی خود را وقف او نماییم. وقتی خود را حقیقتاً وقف خداوند می‌کنیم، از زیر بار اداره کردن زندگی خود بیرون می‌آییم.

وقف کردن زندگیتان به خدا باید صادقانه باشد. راحت می‌توان با بقیه هم‌آواز شد و سرودی مانند «تسلیمت کنم» را خواند. شاید از نظر احساسی برانگیخته شویم، اما در زندگی روزمره وقتی که شرایط باب میلمان پیش نمی‌رود، حقیقتاً آزموده می‌شویم. وقف نمودن جسم و جان و روحمان به خداوند، چیزی بیش از خواندن یک سرود است - تصمیمی هر روزه است.

یکی از مهم‌ترین عناصر برای نزدیکی به خدا، این است که دلی سرسپرده و وقف شده برای او داشته باشیم. وقتی برمی‌گزینیم تا مطیع کلام خدا باشیم، او را خشنود می‌کنیم. وقتی صادقانه خود را وقف خدا می‌کنیم، به سطح رابطه‌ای تازه‌تر و عمیق‌تر کشیده می‌شویم که قوت ما را افزایش می‌دهد و هر روز به هیجان زندگیمان می‌افزاید.

هر بخش زندگی خود را به خدا تقدیم کنید و بگذارید روح القدس، شما را ظرفی مناسب برای استفاده ارباب سازد.

تعادل بین کار و آرامی

«زیرا روحی که خدا به ما بخشیده، نه روح ترس، بلکه روح قوت و محبت و انضباط است.»

(دوم تیموتائوس ۱: ۷)

هر روز ۲۴ ساعت وقت به ما داده می‌شود. باید از زمانی که داریم، استفاده کنیم - چگونه حوزه‌های مختلف زندگی خود را منظم کنیم و همه‌چیز را در افقی مناسب حفظ نماییم. اگر کار ما زیاد است و آرامش نداریم، از تعادل خارج می‌شویم. به کار اعتیاد پیدا کرده و خسته و درمانده می‌شویم.

از کار کردن و به سرانجام رساندن کارها حس رضایت به من دست می‌دهد. وقت‌هدردادن یا کارهای بی‌فایده را دوست ندارم. اما ذاتاً، در زمینه کاری به راحتی از تعادل خارج می‌شوم. باید همیشه آگاهانه تصمیم بگیرم که فقط کار نکنم و به استراحت هم برسم. سلامتی و نزدیکی به خدا باید برایم اولویت باشد. اما شاید در استراحت زیاده‌روی کنید و به اندازه کافی کار نکنید. سلیمان به خوبی به این موضوع اشاره می‌کند: "... از سُستی دست‌ها، خانه چکه می‌کند» (جامعه ۱۰: ۱۸). به عبارت دیگر، کسانی که به اندازه کافی کار نمی‌کنند، به مشکل برمی‌خورند. مسائل مالی، زندگی روحانی، دارایی‌ها، جسم و همه‌چیز آنها آسیب می‌بیند؛ چون کاری که لازم است را انجام نمی‌دهند تا همه‌چیز به نیکویی پیش رود.

از خدا بخواهید به شما کمک کند تا تعادلی مناسب بین کار و استراحت ایجاد نمایید. زمان بگذارید تا کارهای خود را انجام دهید، ولی حتماً از فرصت‌های خود برای آرامش یافتن و لذت بردن از زمان استراحت استفاده کنید. هر دو مهم هستند. کلید کار، تعادل است!

دعا کنید خدا به شما نشان دهد چگونه قدم به قدم، تعادل را وارد زندگی خود نمایید!

دل خود را آزاد بگذارید

«و قرض‌های ما را ببخش، چنان‌که ما نیز قرض‌داران خود را می‌بخشیم.»
(متا ۶: ۱۲)

عیسا مرتب در مورد بخشش دیگران سخن گفته است. اگر می‌خواهیم در رابطه‌ای نزدیک با خدا زندگی کنیم، باید در بخشیدن، سریع عمل نماییم. هرچه سریع‌تر ببخشیم، راحت‌تر می‌توانیم در آرامش زندگی کنیم. چنین ویژگی‌ای اجازه می‌دهد پیش از آن‌که مشکلات در عواطف ما ریشه بدوانند، به آنها رسیدگی نماییم. اگر ریشه تلخی در ما عمیق شود، سخت‌تر می‌توان آن را بیرون کشید.

وقتی نسبت به کسی کینه به دل می‌گیریم، به آن شخص آسیب نمی‌رسانیم بلکه تنها به خود آسیب می‌زنیم. اگر بر ضد دیگران، احساس نابخشودگی در دل داشته باشیم، آنها تغییری نمی‌کنند، ولی این حس ما را تغییر می‌دهد؛ تلخ و رقت‌انگیز می‌شویم و داشتن رابطه با ما سخت می‌شود. این‌طور فکر کنید: هنگامی که کینه به دل می‌گیرید، در واقع کینه است که شما را گرفتار خود کرده است.

نابخشودگی، فریب شیطان است که ما را اسیر خود باقی می‌گذارد. او می‌خواهد فکر کنیم به این شکل بی‌حساب می‌شویم، و از خود مراقبت می‌کنیم تا آسیب نبینیم، ولی این‌طور نیست. نابخشودگی ادامه می‌یابد تا به شما آسیب رساند و از نزدیک‌تر شدن به خدا بازدارد.

اگر کسی به شما آسیب رسانده، تشویقتان می‌کنم از خدا فیض بطلبید تا شخصی که از او کینه به دل دارید را ببخشید. از امروز به بعد، تصمیم بگیرید که دل و زندگی خود را عاری از عواطف منفی و مخرب حفظ نمایید.

تنها زمانی می‌توانید سلامت عاطفی داشته باشید که تلخی و
نابخشودگی را رها کنید.

وقتی احساس یاس می‌کنید

«ای پارسایان، در خداوند شادی کنید و خوش باشید؛ ای همه راستدلان، بانگ شادی برآورید.»

(مزمور ۳۲: ۱۱)

مردم با هر پیشینه‌ای که باشند، با یاس و ناامیدی روبه‌رو شده‌اند. عوامل یاس و درمان‌هایی که برای آن ارائه می‌شود، متفاوت است. برخی موثر هستند، اما بسیاری راه‌حلی موقتی را پیشنهاد می‌کنند. خیر خوش این است که عیسا می‌تواند ما را شفا دهد و از یاس برهاند. او می‌تواند زندگی ما را از شادی و آرامش پر سازد.

اگر به عیسای مسیح ایمان دارید، شادی خداوند در حال حاضر در شماست. حتا زمانی که احساس شادی نمی‌کنید، می‌توانید از شادی بهره‌جسته و با ایمان، آن را آزاد نمایید. شما قادرید آنچه متعلق به شماست را در نتیجه ایمان به عیسای مسیح تجربه کنید. اراده خدا این است که شادی را تجربه نمایید!

خودم هم مدتها با یاس و ناامیدی درگیر بودم. اما خدا را شکر، چون یاد گرفتم که نیازی نیست به احساسات منفی اجازه دهم بر من حکمرانی نمایند. آموخته‌ام که چگونه شادی خداوند را در زندگی خود بپراکنم! وقتی یاس سراغ شما می‌آید، آن را نپذیرید و با آن توافق نکنید، بلکه با نگاه کردن به وعده‌های خدا و پُر شدن از امید، خود را تشویق نمایید. مهم نیست در زندگی چه بلایی بر سر شما آمده یا در حال حاضر در چه شرایطی هستید، به هر جهت یاس و ناامیدی تغییری در شرایط شما ایجاد نمی‌کند. مهم نیست که چه چیزی را از دست داده‌اید، همچنان چیزهای فراوانی برایتان باقی مانده است. در گذشته زندگی نکنید و از خدا بخواهید آینده‌ای که برایتان در نظر دارد را به شما نشان دهد!

وقتی وسوسه می‌شوید که مایوس و ناامید شوید، به وسوسه «نه» بگویید و مثبت بمانید، منتظر باشید تا اتفاق خوبی بیفتد!

پرشده از روح القدس

«حال اگر شما با همهٔ بدسیرتی‌تان می‌دانید که باید به فرزندان خود هدایای نیکو بدهید، چقدر بیشتر پدر آسمانی شما روح القدس را به هر که از او بخواهد، عطا خواهد فرمود.»

(لوقا ۱۱: ۱۳)

باید مدام از روح القدس پر شویم. ما به عنوان ایمانداران به عیسی مسیح، روح القدس را در خود داریم، اما شاید هنوز خود را کاملاً به او تسلیم نکرده‌ایم تا ما را به کار گیرد. من شخصا سال‌ها به همین شیوه زندگی کردم، تا این که به جایی رسیدم که دیگر نمی‌توانستم یک روز را بدون به دست آوردن پیروزی حقیقی، به روز بعد برسانم.

از خدا خواستم کاری کند و به او نشان دادم که پذیرای نقشه‌اش هستم! حتا نمی‌دانستم که به چه چیزی نیاز دارم، اما خدا می‌دانست! او همیشه با وفاداری در لحظهٔ حقیقی، نیاز ما را ملاقات کرده و به ما کمک می‌کند تا به جایی که باید، برسیم.

من باید از روح خدا و فیض و رحمت او پر می‌شدم؛ همین‌طور هم شد. همچنان از خدا می‌خواستم که از نو مرا از حضور و قدرت خود پر سازد و مرا قادر سازد تا آن چیزی باشم که او می‌خواهد. برای انجام ارادهٔ خدا به قوت روح القدس نیاز داریم. هرگز بر خود اتکا نکنید، چون جدا از او کاری از شما ساخته نیست (یوحنا ۱۵: ۵).

هر روز، پُری روح او را بطلبید و به این طریق، نزدیکی با خدا را تجربه خواهید نمود که بسیار شگفت‌انگیز است. وقتی روح القدس بر شما می‌آید، قدرت می‌یابید که شاهد او باشید. هنگامی که به قدرت خدا برای تقویت شدن اعتماد می‌کنید، به شیوه‌ای خارق‌العاده تغییر می‌کنید.

قدرت روح القدس را بطلبید و آن را در زندگی خود دریافت خواهید کرد!

محبت بی قید و شرط

«و ما این حکم را از او یافته‌ایم که هر که خدا را محبت می‌کند، باید برادر خود را نیز محبت کند.»

(اول یوحنا ۴: ۲۱)

طبق کلام خدا، او پیش از بنای عالم ما را محبت کرد؛ پیش از این‌که ما او را محبت نماییم یا به او ایمان آوریم، یا کاری درست یا غلط انجام دهیم. شگفت‌انگیز نیست؟ محبت خدا نسبت به ما بی‌پایان و بی‌قید و شرط بوده، هست و همواره خواهد بود.

خدا نمی‌خواهد ما محبت او را به دست آوریم؛ پس ما هم می‌توانیم از الگوی او پیروی نماییم و محبت ما به گونه‌ای نباشد که دیگران آن را از ما بطلبند. محبت چیزی نیست که گاهی به آن عمل کنیم و گاهی نه. ما نباید محبت خود را به دیگران، بر اساس رفتار مخاطب‌مان نسبت به ما، کم یا زیاد کنیم.

به عنوان ایمانداران مسیحی، محبتی که ما می‌توانیم به دنیا نشان دهیم، محبت بی‌قید و شرط خداست که به واسطهٔ ما به آنها داده می‌شود. ذهن ما قادر به درک این محبت الهی نیست؛ این محبت فراتر از عقل ماست. مکاشفه‌ای است که خدا به فرزنداناش می‌دهد. چیزی است که هنگام نزدیک‌تر شدن به خدا آن را احساس می‌کنیم و بی‌صبرانه منتظریم آن را با اطرافیان خود در میان بگذاریم.

محبت بی‌قید و شرط همواره بهترین را در دیگران می‌بیند؛ یعنی آن چیزی را که می‌توانند در صورت محبت شدن به آن تبدیل شوند. خدا هم برای ما چنین کاری انجام داده است. او در مورد ما به بهترین‌هایمان باور دارد و می‌بیند که محبت بی‌قید و شرط اش می‌تواند ما را به شباهت پسرش درآورد.

اگر محبت خدا را رایگان یافته‌اید، می‌توانید دیگران را هم رایگان محبت کنید.

قربانی ستایش

«پس بیاید به واسطه عیسا قربانی سپاس را پیوسته به خدا تقدیم کنیم. این قربانی، همان ثمره لب‌هایی است که به نام او معترفند.»

(عبرانیان ۱۲: ۱۵)

ستایش و پرستش، فرصتی است که باید آن را غنیمت بشماریم، به خاطرش شاکر باشیم و از نیکویی خدا در زندگی خود یاد کنیم. ستایش، چیزی است که می‌توانیم مدام بدان مشغول باشیم. می‌توانیم خدا را به خاطر اعمال عظیم، شگفتی‌هایی که خلق کرده، و حتا فیض او که همچنان در زندگی ما عمل می‌کند، شکر نماییم. همچنین می‌توانیم او را به خاطر برآوردن نیازهای روزانه خود بستاییم.

قربانی سپاس یعنی حتا هنگامی که چنین احساس نداریم، او را بستاییم. به عنوان ایماندار، در سختی و آسایش، می‌توانیم خدا را به خاطر نیکویی، رحمت، محبت، فیض و رنجی که متحمل شد، بستاییم. حینی که منتظر هستیم دعای ما عملی شود، می‌توانیم نام او را بر زبان آوریم، اعتراف کنیم و او را جلال دهیم. وظیفه ما نیست که نگران باشیم و حرص بخوریم یا سعی کنیم شخصاً وارد عمل شویم و با انجام کاری که مختص به خداست، نقش او را ایفا کنیم، بلکه باید نگرانی‌های خود را به خداوند بسپاریم (اول پطرس ۵: ۷)

حتا روزهایی که سختی می‌کشیم - روزهایی که نمی‌دانیم ممکن است چگونه بگذرند، می‌توانیم قربانی ستایش خود را به او تقدیم کنیم. این خداوند را خشنود می‌کند و هنگامی که علیرغم شرایط پیرامون خود به او اعتماد می‌کنیم، او ایمان ما را تقویت می‌کند.

باشد که همواره قربانی ستایش به خاطر اعمال شگرف فیض او
برای ما، بر زبانمان جاری باشد.

آزاد

«ای فرزندانم، این را به شما می‌نویسم تا گناه نکنید. اما اگر کسی گناهی کرد، شفیع‌ی نزد پدر داریم، یعنی عیسا مسیح پارسا. او خود کفاره گناهان ما است، و نه گناهان ما فقط، بلکه گناهان تمامی جهان نیز.»

(اول یوحنا ۲: ۱-۲)

اگر در دوره‌ای از زندگی، از من می‌پرسیدید: «آخرین اشتباهت چه بود؟» زمان دقیق آن، و میزان بهایی که در قبال حس گناه خود می‌پرداختم را به شما می‌گفتم. نگران اشتباهات کوچک خود بودم و مایوسانه سعی می‌کردم خود را از گناه کردن بازدارم، اما وقتی بخشش خدا را درک کردم، فهمیدم از تحلیل خود که زندگی مرا بغرنج کرده بود، آزاد شده‌ام.

اگر باور دارید برای دریافت محبت و پذیرش خدا باید بی‌نقص باشید، پس بدانید که در زندگی، ناامیدی و یاس انتظارتان را می‌کشد؛ چون هرگز تا وقتی که در جسم خود هستید، بی‌عیب نخواهید بود. هرچه بیشتر به خدا نزدیک‌تر می‌شوید، بیشتر می‌فهمید که او شما را در اوج نقصان دوست دارد. از روی محبتی که به خدا داریم، طبیعتاً به دنبال خشنود کردن او هستیم، اما می‌توانیم مطمئن باشیم که او نقص ما را درک می‌کند.

خود را محکوم نکنید. خدا دل شما را می‌بیند؛ دلی که مایل به خشنود کردن اوست، اما نحوه عملکرد شما تا وقتی که به آسمان نروید، با میل دل شما یکی نخواهد بود. می‌توانید همیشه بهتر شوید و به سمت کمال پیش روید، اما همیشه به رحمت و بخشش عیسا مسیح نیاز دارید.

پاسخ خدا به نقص شما، بخشش است.

عطای پارسایی

«بلکه در حق ما نیز، تا برای ما نیز شمرده شود، ما که ایمان داریم به او که خداوندمان عیسا را از مردگان برخیزانید.»

(رومیان ۴: ۲۴)

یکی از اولین مکاشفات که از کلام خدا یافتم، پارسایی بود. مقصود من از «مکاشفه»، چیزی است که آنقدر آن را درک می‌کنید که بخشی از زندگیتان می‌شود. دانش تنها در ذهن شما نیست، بلکه در دلتان است. شما از حقیقت مطمئن هستید.

پارسایی عطای خدا برای ماست و با ایمان داشتن به آنچه خدا از طریق پسرش برای ما انجام داد، به ما عطا می‌گردد و به حساب ما نوشته می‌شود. عیسا، گناه را شناخت تا ما در وی پارسایی خدا شویم (دوم قرنیتان ۵: ۲۱).

علاوه بر همه اینها، شیطان نمی‌خواهد این حقیقت که موقعیتی درست نسبت به خدا یافته‌ایم را درک کنیم. او می‌خواهد احساس ناامنی، شرم، گناه و محکومیت کنیم تا به این طریق به جای لذت بردن از نزدیکی به خدا از او دور شویم.

عیسا می‌خواهد بدانیم به خاطر آنچه او برای ما انجام داده، در حضور خدا پارسا شمرده شده‌ایم. می‌خواهد از او و رابطه با او لذت ببریم. عطای بخشش، رحمت و پارسایی در حضور خدا را همین امروز بپذیرید و سفر خود را به سوی آزادی و شادی آغاز نمایید.

شما می‌توانید با تامل کردن بر کلام خدا و باور داشته به آنچه در مورد مسیح می‌گویید، مکاشفه عطای پارسایی را دریافت کنید.

پیغامی زنده در دلتان

«این کتاب تورات از دهان تو دور نشود. روز و شب در آن تأمل کن تا مطابق هر آنچه در آن نوشته شده، به دقت عمل نمایی. آنگاه راه خود را فیروز خواهی ساخت و کامیاب خواهی شد.»

(یوشع ۱: ۸)

کلام خدا، افکار او را که برای مطالعه و تأمل مکتوب گشته‌اند، آشکار می‌سازد. کلام او نحوه فکر شما در مورد هر موقعیت و هر موضوعی را نشان می‌دهد. برای نزدیک بودن به خدا، حتماً باید به کلام او اجازه دهید پیغامی تازه در دل‌هایتان باشد. با تأمل کردن بر کلام و تبدیل کردن افکار او به افکار خود، می‌توانید به چنین هدفی دست یابید. وقتی این کار را انجام می‌دهید، ذهنیت مسیح را در خود گسترش می‌دهید. تشویقتان می‌کنم که کلام خدا را دوست داشته باشید و بگذارید نوری راهنما در زندگی شما باشد.

یوشع ۱: ۸ به ما می‌گوید می‌توانیم با تمرین ذهنی کلام خدا، به پیروزی جسمانی دست یابیم. تعمق یا تأمل کردن بر کلام خدا، قدرت تاثیرگذاری بر زندگی شما را دارد. حتماً امثال ۴: ۲۰-۲۲ می‌گوید کلام خدا منشأ سلامتی و شفا برای جسم ماست.

اصل کاشت و برداشت را به خاطر داشته باشید. هرچه من و شما زمان بیشتری به فکر کردن و مطالعه کلام اختصاص دهیم، محصول بیشتری درو می‌کنیم.

خداوند افکار خود را بر کسانی آشکار می‌کند که نسبت به مطالعه کلام او کوشا هستند.

ظرف‌های عالی برای قدرت

«خداوندگار یهوه زبانِ شاگرد به من بخشیده است تا بدانم چگونه خستگان را به کلام تقویت دهم. او صبح به صبح بیدارم می‌کند؛ آری، گوش مرا بیدار می‌کند تا همچون شاگردان بشنوم.»

(اشعیا ۵۰: ۴)

واژگان، ظرفی شگفت‌انگیز برای قدرت هستند. خدا زمین را با کلام خود خلق نمود (عبرانیان ۱۱: ۳). روح القدس زندگی‌ها را با کلام تغییر می‌دهد. عیسا گفت که کلام او روح و حیات است (یوحنا ۶: ۶۳).

قدرت کلام را می‌توان برای بلند کردن مردم یا از میان بردن آنها استفاده کرد -تنها بستگی به این دارد که چگونه هر روز از آن قدرت استفاده می‌کنیم. دیگران با کلامی که ما به کار می‌بریم، تشویق یا مایوس می‌شوند. دل خدا این است که ما از طریق کلام تشویق، مثبت، و حیات‌بخش خود، محبت او را به دیگران نشان دهیم.

چنین امری در زندگی ما نیز صدق می‌کند. وقتی کلام خدا را بر موقعیت خود اعلام می‌کنیم، همه‌چیز تغییر می‌کند. کلام تا به این حد قدرتمند است.

به همین خاطر شناخت کلام خدا مهم است. می‌توانیم کلام را مطالعه کنیم، آن را یاد بگیریم، و سپس طبق موقعیت آن را اعلام نماییم. برای مثال، اگر احساس یاس می‌کنید، نگویید: «هرگز موفق نمی‌شوم»، بلکه بگویید: «ای جان من، چرا افسرده‌ای؟ چرا در اندروم پریشانی؟ بر خدا امید دار؛ زیرا که او را باز خواهم ستود؛ او را که رهاننده من و خدای من است» (مزمور ۴۲: ۵). وقتی نحوه حرف زدن خود را تغییر می‌دهید، از تغییر زندگی خود شگفت‌زده خواهید شد.

تصمیم بگیرید که کلام شما، مشوق، تقویت‌کننده و بناکننده زندگی شما و اطرافیانتان باشد.

هر روزه وجد و شادی کنید

«این است روزی که خداوند ساخته است، در آن وجد و شادی کنیم!»

(مزمور ۱۱۸: ۲۴)

یکی از خواسته‌های من در خدمت این است که ببینم مردم از زندگی‌ای لذت می‌برند که عیسا جاننش را داد تا آن را به ما ببخشد - نه فقط در مورد آن بخوانند یا حرف بزنند، بلکه در آن گام بردارند و آن را هر روزه تجربه نمایند.

بسیاری از ما، از جمله خود من، هدفمند هستیم. بر فردا تمرکز می‌کنیم و با این کار از امروز لذت نمی‌بریم چون همیشه به آینده فکر می‌کنیم و به دنبال رویداد بعدی هستیم، تلاش می‌کنیم کار بعدی خود را به اتمام برسانیم و ببینیم چه موردی را می‌توانیم از فهرست کارهای خود خط بزنیم.

جامعه‌ پر سرعت و فشار، ما را تشویق می‌کند تا جایی که می‌توانیم سریع کار خود را انجام دهیم تا بتوانیم کارهای بیشتری را تقبل کنیم. در طول این سال‌ها، یاد گرفته‌ام که تعقیب شدید هدفی بعد از هدف دیگر، می‌تواند باعث از دست دادن برخی از لذت‌هایی شود که زندگی پیشکش می‌کند. خدا اهداف و نقشه‌های مختلفی دارد و می‌خواهد در طول زندگی زمینی خود به آنها برسیم، اما همچنین می‌خواهد لذت ببریم و از زندگی روزانه خود تا آخرین حد امکان بهره‌مند شویم. خدا همیشه به من یادآوری می‌کند که در لحظه زندگی کنم.

هرچه بیشتر به خدا نزدیک‌تر شوید، بیشتر می‌فهمید که آرام حرکت کردن و لذت بردن از زندگی در او لذت‌بخش است. اشتیاق خدا این است که محبت، آرامش، و شادی او را هر روزه تجربه کنیم.

امروز روزی است که خدا به شما بخشیده است؛ شادی کنید و از بودن در آن وجد نمایید.

مفت یافته‌اید، مفت هم بدهید

«سپس پطرس نزد عیسا آمد و پرسید: ”سرور من، تا چند بار اگر برادرم به من گناه ورزد، باید او را ببخشم؟ آیا تا هفت بار؟ عیسا پاسخ داد: به تو می‌گویم نه هفت بار، بلکه هفتاد هفت بار.»

(متا ۱۸: ۲۱-۲۲)

شما را نمی‌دانم، ولی خوشحالم که خدا برای بخشیدن ما محدودیتی قائل نمی‌شود. هرچقدر هم که شکست خورده باشیم و قاصر آمده باشیم، او محبت خود را با بخشیدن و پذیرش مداوم ما ابراز می‌کند.

جالب است که ما می‌خواهیم خدا دایما ما را ببخشد، اما نمی‌خواهیم دیگران را ببخشیم! رحمت را رایگان دریافت می‌کنیم، اما با این حال باعث تعجب است که می‌توانیم نسبت به دیگران خشک، شریعت‌گرا و بی‌رحم باشیم.

اصل مطلب این است: به عنوان کسانی که بسیار بخشیده شده‌ایم، مهم است که همین بخشش را با دیگران نیز قسمت کنیم. نمی‌توانیم هنگامی که تلخی، بدخلقی، نابخشودگی نسبت به دیگری را به دل می‌گیریم، به خدا نزدیک شویم. چنین احساساتی زنجیرهایی هستند که ما را اسیر خود نگه می‌دارند و از بهترین زندگی‌ای که خدا برایمان در نظر دارد، دور می‌کنند.

اگر کسانی هستند که به شما آسیب رسانده‌اند و حال بخشیدن آنها برایتان سخت است، پیشنهاد می‌کنم همه چیزهایی که به خاطر آنها توسط خدا بخشیده شده‌اید را به خاطر بیاورید. وقتی به این شکل به موضوع نگاه می‌کنید، راحت‌تر می‌توانید دیگران را ببخشید.

فیض خدا به ما کمک می‌کند تا کارهای سخت را آسان‌تر انجام دهیم.

تجربه کردن محبت خدا

«محبت خدا این‌چنین در میان ما آشکار شد که خدا پسر یگانه خود را به جهان فرستاد تا به واسطه او حیات داشته باشیم.»

(اول یوحنا ۴: ۹)

به نظر خیلی‌ها، اگر از آنها بپرسید: «آیا دوست‌داشتنی هستید؟» با خود فکر می‌کنند و می‌گویند: «حقیقتش نه!»

می‌دانم که این موضوع حقیقت دارد؛ چون پیش از آن که ذات حقیقی محبت خدا و دلیل او برای محبتش نسبت به خودم را درک کنم، من هم چنین احساسی داشتم. درک نادرست نسبت به ارزش خود به عنوان فرزند خدا، بر نحوه رفتار من با دیگران هم اثرگذار بود. با مردم صبوری نمی‌کردم، شریعت‌گرا، تندخو، قضاوت‌گر، بی‌ادب، خودخواه و انتقام‌جو بودم.

زندگیم وقتی تغییر کرد که خدا به من نشان داد دیگران را محبت نمی‌کنم، چون محبت او را نپذیرفته‌ام. بله، مسلماً از تعالیم کتاب‌مقدس در مورد این که خدا مرا دوست دارد، باخبر بودم و به آن باور داشتم، اما هنوز آنها را نپذیرفته بودم و به عنوان یک حقیقت، در دل خود جای نداده بودم.

حقیقت این است که خدا از دوست داشتن و محبت کردن ما خشنود می‌شود. وقتی بفهمید خدا شما را دوست دارد و محبت او ارتباطی با عملی که انجام می‌دهید یا نمی‌دهید، ندارد، از تلاش دست می‌کشید و دیگر به دنبال این نیستید که شایسته محبت او شوید یا محبت او را به نحوی به دست آورید، بعد از دست کشیدن از این تلاش، محبت او را دریافت کنید و از آن لذت ببرید. این گامی اساسی برای داشتن رابطه‌ای نزدیک با پدر است.

ده بار با صدای بلند بگویید: «خدا مرا دوست دارد!»

دعا کنید

«برای هیچ چیز نگران نباشید، بلکه در هر چیز با دعا و استغاثه، همراه با شکرگزاری، درخواست‌های خود را به خدا ابراز کنید.»

(فیلبیان ۴: ۶)

اغلب به گونه‌ای دعا می‌کنیم که گویی دعا آخرین راه حل است. دلایل چنین عملی گوناگون است - شاید سعی می‌کنیم مشکل را با تکیه بر قدرت خودمان حل کنیم یا فکر می‌کنیم سر خدا گرم چیزهای دیگر است یا حس می‌کنیم خدا از ما خشمگین است و به دعای ما گوش نمی‌دهد. ولی وقتی از دعا کردن باز می‌مانیم، نتیجه یکی است: باری را بر دوش می‌کشیم که مجبور به حمل آن نبودیم.

برای بسیاری از ایمانداران، زندگی بی‌دلیل سخت می‌شود؛ چون قوت دعا را درک نمی‌کنند. اگر قدرت دعا را درک کنیم، در مورد همه چیز دعا می‌کنیم، و دعا را پناه آخر خود فرض نمی‌کنیم، بلکه آن را اولین عکس‌العمل خود قرار می‌دهیم.

در یعقوب ۵: ۱۳، یعقوب رسول راه‌حلی ساده برای برخورد با جدال‌های زندگی ارائه می‌دهد: «دعا کنید.» این آیه به ما نشان می‌دهد که مهم نیست در طول روز چه اتفاقی می‌افتد، هرچه باشد می‌توانیم به حضور خدا رفته و دعا کنیم. چنین تصمیمی منفعتی عظیم در بردارد - هر چه بیشتر دعا کنید، بیشتر به خدا نزدیک خواهید شد.

هر بار که به مشکلی برمی‌خورید، دعا را اولین عکس‌العمل خود بدانید. اگر نیازی دارید، بدون تردید آن را با خدا در میان بگذارید. وقتی مایوس می‌شوید یا حس می‌کنید که باید تسلیم شوید، بگذارید خدا اولین شخصی باشد که در مورد احساسات با او صحبت می‌کنید. او شما را دوست دارد، و وقتی با دعا به حضور او می‌روید، از تفاوتی که در زندگی شما ایجاد می‌شود، تعجب خواهید کرد.

هر موقعیتی که دارید، دعا را آخرین چاره خود ندانید.

اطمینان به حضور خدا در زندگیما

«زیرا در انجیل، آن پارسایی که از خداست به ظهور می‌رسد، که از آغاز تا به انجام بر پایه ایمان است. چنان‌که نوشته شده است: پارسا به ایمان زیست خواهد کرد.»
(رومیان ۱: ۱۷)

سال‌ها پیش، در مورد حس اطمینان و زندگی کردن در اطمینان، چیزهایی را می‌آموختم، اما با این وجود نگران اشتباهات یا «گم کردن» خدا بودم. یادم می‌آید خدا آشکارا با دل من سخن گفت: «جویس، نگران نباش! اگر مرا گم کنی، من پیدایت خواهم کرد!»

وقتی در مورد ایمان سخن می‌گوییم، معمولاً از کلمه اطمینان استفاده می‌کنیم، چون ایمان نگرشی است که به واسطه آن به خدا کاملاً اطمینان داریم. این اطمینانی است که ما را به آرامی خدا وارد می‌کند.

فکر می‌کنم هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، اطمینان ما افزایش می‌یابد. ما به خود اطمینان نداریم، بلکه به نیکویی او و حضورش در زندگیما مطمئن هستیم. ما می‌توانیم نسبت به دعا، روابط، تصمیمات و انجام مسئولیت‌های روزانه خود اطمینان داشته باشیم.

امروز تشویقتان می‌کنم که بایستید و بگویید: "با اطمینان کامل به رابطه خود با خدا زندگی خواهم کرد. ایمان دارم که او مرا هدایت می‌کند. باور دارم می‌توانم تصمیمات درستی بگیرم. باور دارم که دعای من نیرومند است. باور دارم خدا مرا دوست دارد و نقشه‌ای نیکو برای زندگیما در نظر گرفته است!"

نیازی نیست برای مطمئن بودن، احساس اطمینان کنید!

برداشتن فشار از مردم

«بنابراین، پیش از هر چیز، سفارش می‌کنم که درخواست‌ها، دعاها، شفاعت‌ها و شکرگزاری‌ها برای همهٔ مردم به جا آورده شود.»

(اول تیموتائوس ۲: ۱)

محبت و پذیرفته شدن نیاز عمومی بشر است. این شامل کسانی که در زندگی ما هستند هم می‌شود. اگر می‌خواهیم دیگران را شبیه خود گردانیم یا آنها را با میل خود سازیم، روابط خود را تحت فشار فراوان قرار می‌دهیم.

یادم می‌آید سال‌ها پیش، تلاش می‌کردم همسرم، دیو، و فرزندانم را تغییر دهم و برای هر یک برنامه‌ای خاص داشتم. سال‌های مایوس‌کننده‌ای بود؛ چون هرچه تلاش می‌کردم، فایده‌ای نداشت. تلاش من برای تغییر کسانی که دوستشان داشتم، مفید واقع نشد؛ در واقع شرایط، بدتر هم شد.

ما انسان‌ها، فضا یا آزادی می‌خواهیم تا کسی باشیم که برای آن خلق شده‌ایم. می‌خواهیم همان‌طور که هستیم پذیرفته شویم. نمی‌خواهیم دیگران، حتا در لفافه، پیغامی بدهند که برای تایید یا مورد محبت واقع شدن، باید تغییر کنیم.

این بدان معنا نیست که ما گناه را در زندگی دیگران می‌پذیریم و آن را تحمل می‌کنیم. این یعنی روش تغییرِ دعاست، نه فشار. اگر مردم را دوست داریم و برای آنها دعا می‌کنیم، پس باید بدانیم که خدا عمل خواهد کرد. اگر می‌خواهیم تغییر ماندگاری صورت گیرد، باید تغییر از درون رخ دهد. تنها خدا می‌تواند دل را تغییر دهد.

شکوه کردن، ابزاری موثر برای تغییر نیست. تنها دعا و محبت خدا چنین تاثیری می‌گذارد.

مراقبت کردن از خود

«آیا نمی‌دانید که بدن شما معبد روح‌القدس است که در شماست و او را از خدا یافته‌اید، و دیگر از آن خود نیستید؟ به بهایی خریده شده‌اید، پس خدا را در بدن خود تجلیل کنید.»

(اول قرن‌تینان ۶: ۱۹-۲۰)

خدا هر یک از ما را فراخوانده تا در این زندگی کاری خاص انجام دهیم. اما برای انجام این کار، باید تصمیم بگیریم که از بدن خود مراقبت کنیم - بدن خانه‌ای است که او به ما بخشیده تا در آن ساکن شویم. برای رسیدن به اهداف خدادادی خود، می‌توانیم در خوردن و نوشیدن متعادل باشیم، به اندازه کافی استراحت و ورزش کنیم و سبک زندگی سالمی داشته باشیم.

هیچ چیز بدتر از زندگی کردن با احساسات بد نیست. به عنوان کسی که سال‌ها با مشکلات تغذیه‌ای و اضافه وزن، دست‌وپنجه نرم کرده، با این حس به خوبی آشنا هستم. وقتی سالم و متعادل نیستیم، احساس خوبی نداریم. وقتی بدن ما به خاطر عدم مراقبت از آن، در رخوت به سر می‌برد، به سختی می‌توانیم خواندگی خدا برای خود را به شکلی مناسب به انجام برسانیم.

فکر می‌کنم شناخت بدن و نیازهایش و انتخاب بهترین برای آن، مسئله‌ای روحانی است. وقتی در رابطه‌ای نزدیک با خدا زیست می‌کنید، همه زندگی‌تان - جسم و جان و روح - تحت تاثیر قرار می‌گیرد. تشویقتان می‌کنم که امروز از خدا بخواهید به شما کمک کند تا با عزمی راسخ بتوانید سالم شوید، و تصمیمات حکیمانه‌ای بگیرید که به بدن شما منفعت می‌رساند.

از خدا بخواهید به شما کمک کند تا از هدایت‌های مثبت و سالم روح‌القدس پیروی نمایید و از تحریکات منفی و مخرب نفس پیروی نکنید.

خدا در مورد شما چه می‌گوید

«تا بدین وسیله فیض پر جلال او ستوده شود، فیضی که در آن محبوب به رایگان به ما بخشیده شده است.»

(افسیان ۱: ۶)

خدا نمی‌خواهد در زندگی خود احساس یاس و محکومیت کنیم. او می‌خواهد بدانیم که فرزندان او هستیم و او را خشنود می‌سازیم.

صدهای بسیاری سعی دارند به ما بگویند چه کسی هستیم و چه کسی نیستیم، اما هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، بیشتر صدای او را می‌شنویم که به ما می‌گوید چه کسی هستیم - پارسا در مسیح، محبوب و خوشایند پدر آسمانی.

شیطان به ما می‌گوید که احتمالاً نمی‌توانیم به خاطر خطا و گناه خود مقبول خدا واقع شویم، اما خدا می‌گوید در آن محبوب به خاطر کاری که پسرش برایمان انجام داده، پذیرفته شده‌ایم.

اگر امروز با حس گناه یا محکومیت درگیر هستید، به یاد داشته باشید که خدا هرگز میزان سقوط و لغزش ما را به ما یادآوری نمی‌کند، بلکه همواره به ما یادآور می‌شود که چقدر پیشرفت نموده‌ایم. او یادآوری می‌کند که بر چه چیزهایی غلبه کرده‌ایم، و از نظر او چقدر عزیز هستیم، و چقدر ما را دوست دارد.

هرچه بیشتر با خدا گام برمی‌دارید، احساس بهتری نسبت به شخصی پیدا می‌کنید که خدا شما را برای تبدیل شدن بدان، خلق کرده است.

دلی مطیع

«اما خدا را شکر که هر چند پیش‌تر بندگان گناه بودید، لیکن به تمامی دل مطیع آن
تعلیم گشتید که بدان سپرده شدید.»

(رومیان ۶: ۱۷)

پولس نوشته است که ایمانداران در روم، به تمامی دل مطیع بودند. این موضوع دارای اهمیت است؛ چون به تمام دل اطاعت نکردن هم امکان‌پذیر است؛ مثلاً آنها می‌توانستند از روی اکراه اطاعت کنند و اطاعت آنها با شادی و تمامیت دلشان نباشد.

اطاعت کردن از آنچه خدا می‌گوید، مربوط به ظاهر نمی‌شود؛ بلکه به دیدگاه شخص بستگی دارد. وقتی حقیقتاً به دنبال خشنودی خدا هستید، بی‌صبرانه منتظرید که از هدایت و دستورات او برای زندگی خود پیروی نمایید.

تشویقتان می‌کنم که در اطاعت کردن پیش‌رو باشید؛ سریع و با شادی از او اطاعت کنید. مثل کسی نباشید که خدا باید هفته‌ها بر او کار کند تا ساده‌ترین کار را انجام دهد. شادمانه آنچه را که خدا از شما می‌خواهد، انجام دهید.

اطاعت، چیزی بیشتر از اجبار روحانی است - درحقیقت، فرصتی روحانی محسوب می‌شود! اطاعت شما از خدا نهایتاً پاداش داده می‌شود. اطاعت دانه‌ای را می‌کارد که برای برکت دیگر در زندگیتان الزامی است. نمی‌توانید در سخاوتمندی با خدا رقابت کنید؛ او همیشه پاداش دانه اطاعت شما را می‌دهد.

قلب مطیع، نتیجه برکت خدا در زندگی شماست.

ثمر زندگیتان

«درخت نیکو نمی‌تواند میوه بد بدهد، و درخت بد نیز نمی‌تواند میوه نیکو آورد.»
(متا ۷: ۱۸)

در نخستین سال‌های خدمت، زمان زیادی را صرف دعا می‌کردم و از خدا عطایای پر قوت و پویا را می‌طلبیدم تا در خدمت موثر، به من یاری رسانند. من بر عطایایی که نیاز داشتم، تمرکز می‌کردم ولی به ثمره روح فکر نمی‌کردم. باید اعتراف کنم که بیشتر به قدرت فکر می‌کردم تا شخصیت الهی.

سپس روزی خداوند بر دل من گذاشت: "جویس، اگر نصف انرژی‌ای که صرف دعا برای دریافت عطایا می‌کنی، صرف پرورش ثمره روح در خود می‌کردی، الان به هر دو رسیده بودی!"

ما به عنوان ایماندار، دعا می‌کنیم که خدا قدرت روحانی به ما بدهد، اما درحقیقت نخستین اولویت ما باید ثمره روح باشد - محبت، شادی، آرامی، صبر، مهربانی، نیکویی، وفاداری، حلم و خویشنداری باشد. هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، به طور طبیعی ثمره روح بیشتر در ما ایجاد می‌شود.

ما به ثمره خود شناخته می‌شویم نه عطایایمان. وقتی مردم ثمره روح خدا را در زندگی ما می‌بینند، می‌توانند آنچه خدا در دل ما انجام می‌دهد را تشخیص دهند. تشویقتان می‌کنم که امروز از خدا بخواهید ثمره روح را هر روزه در زندگیتان پرورش دهد. اگر بر آن ثمره تمرکز کنید، قدرت نیز حاصل می‌شود.

دیگران پیش از گوش سپردن به سخنان شما، مایلند از حقیقی بودن داشته‌های شما مطلع شوند.

چگونه ثمره روح را پرورش دهیم

«اگر به روح زیست می‌کنیم، به روح نیز رفتار کنیم.»

(غلاطیان ۵: ۲۵)

وقتی روح‌القدس در ما زندگی می‌کند، هر چیزی که او دارد، به دست می‌آوریم. دانه کاشته شده است. هرچه بیشتر به خدا نزدیک‌تر شویم، بیشتر با پرورش دادن ثمر دانه، به آن اجازه می‌دهیم در ما رشد کند و بالغ‌تر شود.

می‌توانیم ثمره روح را با تمرکز کردن بر محبت و خویش‌تنداری؛ یعنی اولین و آخرین در فهرست عطایا، به شکلی عملی پرورش دهیم. تمام ثمره روح، بر اساس محبت و در واقع نوعی از محبت است، اما با خویش‌تنداری سر جای خود باقی می‌مانند.

اگر به دنبال این باشید که ثمره محبت را گسترش دهید، دیگر با مردم ناشکیبا یا نامهربان نخواهید بود. با آنها خوب رفتار می‌کنید، از آنها پشتیبانی می‌کنید و به آنها وفادار خواهید بود. همچنین زندگی خود را به طریقی پیش می‌گیرید که به جای پرداختن به نیازهای خود، دیگران را برکت دهید.

خویش‌تنداری به ما کمک می‌کند در طول روز این تصمیمات کوچک را بگیریم تا با ثمره روح پاسخ دهیم. وقتی بر اساس این انتخاب‌های کوچک رفتار می‌کنیم، عادات خداپسندانه، سالم و نیکو به وجود می‌آوریم. اگر این عادات را پرورش دهیم، ثمره خود را به زندگی استثنایی در روح بدل خواهیم نمود.

وقتی تحت فشار قرار می‌گیریم و غافلگیر می‌شویم، نقاط پرورش یافته و پرورش نیافته ثمره خود را کشف می‌کنیم.

برای شنیدن وقت بگذارید

«خداوندا، صبحگاهان صدای مرا می‌شنوی؛ بامدادان، استدعایم را به حضورت می‌آرایم و انتظار می‌کشم.»

(مزمور ۵: ۳)

برای شنیدن صدای خدا باید زمانی را برای یافتن آرامش اختصاص دهید. این بخش مهمی از زیستن در مشارکت نزدیک با خداست. به این طریق می‌توانید هدایت خدا را در زندگیتان تشخیص دهید. شیوه زندگی شلوغ، سراسیمه و پر اضطراب، شنیدن صدای خدا را چالش‌برانگیز می‌سازد.

اگر تشنه شنیدن و درک صدای خدا هستید، جایی را بیابید که در حضور او خاموش شوید. با او تنها باشید و به او بگویید که از او می‌خواهید نحوه دریافت هدایت و مسیر را بیابید. از او بپرسید که چه نقشه‌ای برای زندگیتان دارد و امروز از شما چه کاری را انتظار می‌کشد.

بعد از این کار، تشویقتان می‌کنم که برای گوش دادن زمان بگذارید.

حتا اگر در روح خود الهامی آنی احساس نمی‌کنید، خدا وعده می‌دهد اگر او را بجویید، او شما را خواهد یافت (ارمیا ۲۹: ۱۳) و کلامی از خدا دریافت خواهید کرد. او شما را با معرفتی باطنی، عقل سلیم، حکمت یا آرامش هدایت خواهد کرد. و هر بار، به هر شکلی که شما را هدایت کند، هدایت او همیشه با کلامش همسو خواهد بود.

من متوجه شده‌ام که خدا فوراً با ما سخن نمی‌گوید، یا لزوماً در زمان دعا با ما حرف نمی‌زند. ممکن است دو روز بعد، هنگامی که مشغول کاری بی‌ربط هستید، با شما سخن بگوید. شاید زمان‌بندی او با ما متفاوت باشد، ولی خدا با ما سخن خواهد گفت و مسیر را به ما نشان خواهد داد.

گوش سپردن، بخش مهمی از زمانی است که در طول روز با خدا سپری می‌کنید.

هیچ کاری برای خدا سخت نیست

«آه ای خداوندگار یهوه! تویی که آسمان‌ها و زمین را به نیروی عظیم و بازوی
افراشته خود آفریدی! هیچ چیز برای تو دشوار نیست.»

(ارمیا ۳۲: ۱۷)

ما بسیاری از کارها را نمی‌توانیم به قوت خود انجام دهیم، اما همراه خدا و به
قوت او همه چیز ممکن می‌شود. هیچ کاری برای خدا سخت نیست!

خدا می‌خواهد برای انجام کارهای بزرگ، ایمان داشته باشیم. او می‌خواهد
انتظارات و نقشه‌های ما در او آنقدر عظیم باشد که نفس ما از هیجان بند بیاید.
ما می‌توانیم هنگامی که به خدا نزدیک می‌شویم، رویای بزرگ ببینیم چون هیچ
کاری نیست که از او برنیاید. یعقوب ۴: ۲ می‌گوید: "ندارید، چون نمی‌طلبید!" ما
می‌توانیم (و باید) در طلبیدن، جسور باشیم.

شاید با خود فکر کنید من عطا یا استعدادی برای انجام کارهای بزرگ در
زندگیم ندارم، اما حقیقت این است که خدا افراد شایسته را نمی‌خواند، بلکه آنانی
را که فرامی‌خواند، شایسته می‌سازد. اگر در دسترس باشید، خدا از زندگی شما
به شیوه‌ای که وراى تصورتان است، استفاده خواهد کرد.

امروز خدا را در زندگی خود محدود نکنید. قدمی جسورانه از روی ایمان
بردارید و مطمئن باشید که او کاری عظیم‌تر از آنچه که فکر می‌کردید ممکن است،
انجام می‌دهد. برنامه او برای زندگی شما وراى آن چیزی است که می‌طلبید یا
تصور می‌کنید. پس به سادگی بگویید: "خداوندا، من پذیرای هر آن چیزی هستم
که برای زندگی‌ام در نظر داری. اعتماد دارم هر چیزی را که برای به انجام رساندن
برنامه عظیم خود نیاز است، به من خواهی داد. در نام عیسای مسیح!"

وقتی احساس توانایی یا شایستگی نمی‌کنید، بر خداوند توکل
کنید و قوت او را دریافت نمایید. او برای انجام آنچه وراى تصور
شماست، نیازتان را رفع خواهد کرد.

آنچه که هرگز زائل نخواهد شد

«محبت با همه چیز مدارا می‌کند، همواره ایمان دارد، همیشه امیدوار است و در همه حال پایداری می‌کند. محبت هرگز پایان نمی‌پذیرد. اما نبوت‌ها از میان خواهد رفت و زبان‌ها پایان خواهد پذیرفت و معرفت زایل خواهد شد.»

(اول قرن‌تینان ۱۳: ۷-۸)

محبت خدا در همه حال پایدار است و بدون آن که تضعیف شود، همه چیز را تحمل می‌کند. حتا کسانی که در طغیان کردن اصرار می‌ورزند و سرسخت هستند، احتمالاً نهایتاً با محبت خدا نرم می‌شوند. کلام خدا می‌گوید: «... مهربانی خدا از آن روست که تو را به توبه رهنمون شود.» (رومیان ۲: ۴). محبت خدا - نیکویی و مهربانی‌اش — می‌تواند دل ما را تغییر دهد.

این را می‌دانم که محبت کردن به کسی که به نظر قدردان نیست یا عکس‌العملی به محبت شما نشان نمی‌دهد، کار آسانی نیست. به سختی می‌توان به کسانی محبت کرد که همه آنچه مایل به دادن هستیم را از ما می‌گیرند، اما هرگز نمی‌خواهند چیزی به ما بدهند. اما ما در قبال کار دیگران مسئول نیستیم، بلکه تنها مسئول نحوه عملکرد خودمان هستیم.

ما محبت خدا را به واسطه رحمت او تجربه کرده‌ایم و اکنون او به ما دستور می‌دهد که همان محبت را به دنیا نشان دهیم. پاداش ما از انسان نیست، بلکه از خداست. حتا وقتی کسی به عمل نیکوی ما توجه نمی‌کند، خدا می‌بینید و وعده پاداش عیان آن اعمال را به ما می‌دهد (متا ۶: ۴). اگر تصمیم گرفته‌اید محبت خدا را به اطرافیان خود نشان دهید، نه تنها آنها برکت می‌یابند، بلکه خدا شما را نیز برکت می‌دهد.

خدا محبت است و محبت هرگز کسی را رها نخواهد کرد.

گاهی تنها باید قدمی بردارید

«ناتان به پادشاه گفت: برو و هر آنچه در دل داری به جای آور؛ زیرا خداوند با توست.»

(دوم سموئیل ۷: ۳)

آیا کاری هست که بخواهید انجام دهید، ولی تنها انتظار می‌کشید؟ آیا خدا چیزی در دل شما قرار داده که برای اقدام کردن در مورد آن مردد باشید؟ فکر می‌کنم زمان‌بندی خدا بسیار مهم است و مسلماً باور ندارم که باید بدون دعا و مشورت الهی سراسیمه وارد عمل شویم. اگرچه، می‌بینم که برخی در «حالت انتظار» زندگی می‌کنند و منتظر زمانی هستند تا قدم ایمان را بردارند. هیچ چیزی اضطراب‌آورتر از آن نیست که روز، هفته، ماه یا سال را پشت سر بگذارید و ببینید که به رویا یا هدف خود نزدیک‌تر نشده‌اید. خدا نمی‌خواهد در یاس و ناامیدی زندگی نمایید. او می‌خواهد به دنبال اراده‌ او باشید و گامی عملی بردارید. اگر خدا را گم کنید و اگر قدم در راه اشتباه بگذارید، او شما را به مسیر درست بازمی‌گرداند.

مسئله اصلی دیدگاه دل‌شماست. خدا خشنود می‌شود وقتی می‌بیند که قدمی از روی ایمان برمی‌دارید، و سعی دارید او را راضی و خشنود کرده و اراده‌اش را در زندگی‌تان به انجام می‌رسانید. پس امروز ترس را کنار بگذارید. قدمی بردارید، و ببینید خدا چگونه در زندگی شما کار خواهد کرد.

خدا شور و اشتیاق را در دلتان قرار خواهد داد، و به شما کمک خواهد کرد تا آن را به انجام رسانید. وظیفه شما استفاده از ایمانتان، برای گام برداشتن به سوی آن هدف است.

بهانه‌ای ندارید

«از ایشان مترس؛ زیرا من با تو هستم تا رهایی‌ات بخشم؛ این است فرمودهٔ خداوند.»
(ارمیا ۱: ۸)

وقتی می‌دانیم خدا با ماست، می‌توانیم با چالش‌ها، موانع یا حتا فرصت‌های پیش روی خود مواجه شویم. فرار کردن بخشی از گزینه‌های شما نیست. از هرچه که بگریزید، چیز دیگری انتظارتان را می‌کشد. قوت برای پیروز شدن، در نزدیکی با خدا و جلو رفتن با او یافت می‌شود.

ارمیا مرد جوانی بود که وظیفه‌ای سنگین به او محول شد. خدا به او گفت که نبی ملت‌ها خوانده شده و باید دهان خدا باشد. چنین فکری ارمیا را ترساند، و برای انجام ندادن خواستهٔ خدا بهانه و دلیل تراشید.

ارمیا هم نخستین اشتباهی که من و شما مرتکب می‌شویم، مرتکب شد - او به خود و توانایی‌هایش نگاه کرد. اما نیاز داشت که به خدا بنگرد. او به مردم نگاه می‌کرد و از خودش می‌پرسید اگر با جسارت، قدمی را که خدا می‌خواهد، بردارد، دیگران چه فکری کرده و چه کاری انجام می‌دهند؟! خدا به ارمیا گفت که تنها به یاد داشته باشد که خدا با اوست و این تنها نیاز ارمیاست.

در آیه آخر از باب یک، خداوند به ارمیا گفت که مخالفان او، تنها به یک دلیل او را شکست نخواهند داد: زیرا "من با تو هستم!"

با هرچه که روبه‌رو هستید، دل قوی دارید. خدا همراه شما، با آن موقعیت روبه‌رو می‌شود.

وقتی چشم از شرایط برمی‌دارید و آن را به خداوند می‌سپارید، پیروزی شما قطعی خواهد بود.

ایمان داشته باشید و از خدا دریافت کنید

«از پُری او ما همه بهره‌مند شدیم، فیض از پی فیض.»

(یوحنا ۱: ۱۶)

کلام خدا بارها در مورد دریافت کردن از خدا سخن گفته است. او همیشه لطف و برکت خود را بر ما می‌باراند. برای تجربهٔ لطف و برکت خدا - و زیستن در رابطه‌ای نزدیک با او - باید با فراغِ بال آنچه را که او پیشکش می‌کند، دریافت نماییم.

یکی از بزرگترین چالش‌های ما این است که به کلمه «رایگان» باور نداریم. نظام این دنیا به ما یاد داده که هیچ چیز مجانی نیست. حتا وقتی به ما گفته می‌شود: «رایگان»، معمولاً هزینه‌ای پنهان در آن وجود دارد.

اما پادشاهیِ فیض و محبت خدا مانند نظام این دنیا نیست. محبت شگرف خدا عطایی است که او مجانی به ما می‌دهد. تنها باید قلب خود را بگشاییم، کلامش را باور کنیم و با شکرگزاری آن را بپذیریم.

مهم نیست شرایط امروز و پیرامون ما چگونه است، باید بر کلام خدا استوار بمانیم و مطمئن باشیم نیکویی و فیض او بر زندگی ما می‌بارد. امروز ایمان داشته باشید و دریافت نمایید.

نظام دنیا می‌گوید: «وقتی ببینم باور می‌کنم!»، اما پادشاهی خدا می‌گوید: «باور می‌کنم، پیش از این که آن را دریافت نمایم!»

قدرت شادمانی کردن

«همیشه در خداوند شاد باشید؛ باز هم می‌گویم: شاد باشید.»

(فیلیپیان ۴: ۴)

یکی از دستوراتی که خدا در کلام خود به ما داده است، پر شدن از شادی و شادمانی کردن است. چه معامله خوبی! این فرمانی است که خدا را خشنود می‌سازد و فواید جسمانی، عاطفی به همراه دارد و با انجام این کار، فواید روحانی آن را نیز برای خودمان به ارمغان می‌آوریم.

پولس رسول، که از روح القدس الهام گرفت، دو بار به فیلیپیان گفت که شادمان باشید. هر بار که خداوند دو بار می‌گوید کاری را انجام دهیم، حکیمانه آن است که با دقت به آنچه می‌گویید، گوش دهیم.

مردم بارها کلمه «شادی کنید» را می‌شنوند و می‌گویند: «خیلی خوب است، اما چطور؟»، آنها می‌خواهند شاد باشند، اما نمی‌دانند چطور! پولس و سیلاس که کتک خوردند، به زندان انداخته شدند و پاهایشان غل و زنجیر شد، با سراییدن مدح خدا شاد بودند. آن دو، شاد بودن را علیرغم شرایط برگزیدند. به آنچه باور داشتند، توجه کردند، نه آنچه می‌توانستند ببینند.

همان قدرت که درها را به روی پولس و سیلاس و دیگر زندانیان باز کرد، و غل و زنجیر را از پای آنها برداشت، امروز در دسترس من و شماست. مهم نیست با چه چیزی روبه‌رو هستید، مهم نیست همکارانتان در مورد شما چه می‌گویند، مهم نیست فرزندان شما را دیوانه کرده‌اند و ... در این آشوب، لحظه‌ای آرام بگیرید و شاد باشید. سپس تفاوت آن را در خواهید یافت!

شادی کردن چیزی نیست که اتفاقی باشد. تصمیمی آگاهانه است که می‌گوید: «من بدون توجه به شرایط پیرامونم، امروز خدا را ستایش می‌کنم!»

ذهنِ مسیح

«زیرا کیست که فکر خداوند را دانسته باشد تا به او مشورت دهد؟ ولی ما فکر مسیح را داریم.»

(اول قرن‌تینان ۲: ۱۶)

به من و شما ذهن مسیح داده شده است — این وعدهٔ کلام خداست. برای درک معنای این سخن، به چگونگی ذهن عیسا هنگامی که بر زمین بود فکر کنید. او نگذاشت منفی‌گرایی دیگران، حواس او را پرت کند. او به خوبی می‌دانست که خدا او را دوست دارد و متمرکز تحقق نقشهٔ خدا در زندگی‌اش بود.

اکنون وقت بگذارید و فکر کنید که ذهن شما را چه افکاری به خود مشغول کرده است. اگر نظر دیگران حواس شما را پرت می‌کند، آنچه خدا برای زندگیتان می‌خواهد، تجربه نمی‌کنید؛ اما این قابل تغییر است. خدا می‌تواند ذهن شما را تازه سازد و شما را به پیروزی برساند.

تازه شدنِ ذهن فرآیندی است که به زمان نیاز دارد و روندی است که دشمن به شدت علیه آن می‌جنگد. ما باید با هدف قبلی طرز فکر درست را انتخاب نماییم. وقتی حس می‌کنیم مبارزه سخت است، می‌توانیم با عزمی راسخ و به یاری خدا، با هدف قبلی افکاری حیات‌بخش را برگزینیم.

تازه شدنِ ذهن کم‌کم رخ می‌دهد، پس اگر پیشرفت آهسته است، مایوس نشوید. پا بر زمین بکوبید و بگویید: «هرگز تسلیم نمی‌شوم! خدا طرف من است. او مرا دوست دارد و به من کمک می‌کند!»

افکار ما، انسان باطنی، سلامتی، شادی و دیدگاه ما را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

دعای ساده و از روی ایمان

«آنگاه که مرا بخوانید و آمده، نزد من دعا کنید، شما را اجابت خواهم کرد.»
(ارمیا ۲۹: ۱۲)

گاهی هنگام دعایی ساده، وقتی که نیاز خود یا نیاز دیگری را به حضور خدا بلند می‌کنیم، فکر می‌کنیم که باید کار بیشتری انجام دهیم یا چیز بیشتری بگوییم. اما یاد گرفته‌ام که با دعا کردن آنچه روح القدس بر دلم می‌گذارد، بدون اضافه کردن چیزی از خودم، دعای من ساده خواهد بود و بیش از حد طولانی نخواهد شد.

وقتی لحظه‌ای وقت می‌گذاریم و خدا را برای چیزی شکر می‌کنیم، یا از او تقاضایی داریم، ذهنمان به ما می‌گوید: «به اندازه کافی نگفتی یا به اندازه‌ای که باید، فصیح نبودی! اگر واقعاً می‌خواهی خدا صدایت را بشنود، باید با صدایی بلندتر و سخت‌تر دعا کنی!»

اغلب فکر می‌کنیم باید خدا یا مردم را با دعای خود تحت تاثیر قرار دهیم، و همین موقع است که شادی دعای ساده و از روی ایمان از ما ربوده می‌شود. وقتی در مشارکت نزدیک با خدا زندگی می‌کنیم، می‌توانیم آنچه بر دل داریم را به زبان آوریم و باور داشته باشیم که او صدای ما را شنیده است و به روش خود و زمان‌بندی خود به ما یاری می‌رساند.

کودکان نمونه‌ای خوب از سادگی هستند. به دعای کودکان گوش دهید؛ دعای آنها زندگی دعایی شما را تغییر خواهد داد.

ساده دعا کنید، به این شکل بیشتر از آن لذت خواهید برد.

کمی استراحت کنید

«بیا بید نزد من، ای تمامی زحمتکشان و گران باران، که من به شما آسایش خواهم بخشید.»

(متا ۱۱: ۲۸)

در اول پادشاهان باب ۱۰، ایلیا از تهدیدات ایزابل ترسید و آنقدر مایوس شد که به حال مرگ افتاد. چرا ایلیا که روز قبل، بر ۴۵۰ نبی بعل غالب آمده بود، به خود اجازه داد که چنین به ترس و ناامیدی بیفتد؟

اگر داستان را به دقت بخوانید، مشخص است که ایلیا به خاطر فشار بیش از حدی که به خود آورده بود، کاملاً خسته شده بود. ذهن و بدن ایلیا خسته و از نظر احساسی درهم شکسته بود. می ترسید، افسرده بود و مایوس و دلسرد شده بود.

وقتی خسته می شویم، دیگر هیچ چیز در زندگی باب میل ما نیست. به نظر ما هیچ کس دوستان ندارد، هیچ کس به ما کمک نمی کند، و کسی نگران ما نیست. حس می کنیم از ما سوءاستفاده شده، اشتباه درک شده ایم و با ما بدرفتاری شده است. خیلی وقت ها احساس می کنیم که مشکلی عمیق تر داریم، در حالی که بزرگترین مشکل ما خستگی است.

خداوند می دانست که ایلیا خسته است، پس شبی آرام و چند وعده غذای خوب را برایش فراهم کرد. این کار پاسخی ساده به مشکلی جدی بود. شاید پاسخ شما هم همین باشد. استراحت کنید و غذای خوب بخورید. شاید روحانی ترین کاری که امروز می توانید انجام دهید، همین است!

قوت، حکمت و شجاعت از آرامی نشات می گیرند.

محبت خدا بر همه چیز پیروز می‌شود و تبدیل می‌کند

«پس برخاست و راهی خانه پدر شد. اما هنوز دور بود که پدرش او را دیده، دل بر وی بسوزاند و شتابان به سویش دویده، در آغوشش کشید و غرق بوسه‌اش کرد.»
(لوقا ۱۵: ۲۰)

هر کسی می‌تواند با محبت دائمی و پایدار خدا کاملاً تبدیل شود. مهم نیست در زندگی چه کرده‌اید یا از نظر دیگران، خوب یا بد هستید، محبت خدا می‌تواند حتا سخت‌ترین دل‌ها را نیز نرم گرداند.

مذهب، معمولاً قوانین و شریعتی را ارائه می‌دهد که مردم باید از آن پیروی نمایند. آنها را به نحوی هدایت می‌کند تا باور کنند که باید محبت و لطف خدا را به واسطه اعمال نیکوی خود به دست آورند. این دقیقاً نقطه مقابل تعالیم کتاب مقدسی است.

کلام خدا می‌گوید: «رحم بر داوری پیروز خواهد شد!» (یعقوب ۲: ۱۳). نیکویی خدا انسان را به سوی توبه می‌کشاند (رومیان ۲: ۴)، نه به جای آوردن شریعت و قواعد خاص. عیسا آمد تا چیزی بهتر از مذهب را به ما ببخشد - او آمد تا به واسطه خود به ما رابطه‌ای نزدیک و شخصی با پدر ببخشد.

محبت بی‌قید و شرط خدا به مردم اجازه نمی‌دهد که به همین شکل بمانند؛ بلکه حین تغییر آنها را محبت می‌کند. عیسا گفت برای تندرستان نیامده، بلکه برای بیماران آمده است (متا ۹: ۱۲). بیشتر جهان امروز ما بیمار است و برای رنجی که می‌برد، پاسخی جز مسیح و هر آنچه ارائه می‌کند، وجود ندارد.

محبت بی‌قید و شرط بر شیطان غالب می‌آید و زندگی را تبدیل می‌نماید.

دریافت تشویق

«با این حال، من به شما راست می‌گویم که رفتنم به سود شماست؛ زیرا اگر نروم، آن مدافع نزد شما نخواهد آمد؛ اما اگر بروم او را نزد شما می‌فرستم.»
(یوحنا ۱۶: ۷)

آیا گاهی احساس نمی‌کنید که کاش بیشتر تشویق می‌شدید، شاید از طرف خانواده، دوستان یا همکاران؟ فکر می‌کنم گاهی چنین حسی به شما دست داده باشد. وقتی حس می‌کنید که به تشویق نیاز دارید و آن را از دیگران دریافت نمی‌کنید، می‌توانید خود را در خداوند تشویق نمایید (اول سموئیل ۳۰: ۶)، و همچنین می‌توانید از روح خدا قوت بیابید.

می‌دانستید که یکی از اسامی روح القدس «مشوق» است؟ تعریف واژه یونانی «روح القدس» parakletos شامل تسلی، بنا، و تشویق می‌شود.

عیسا با فرستادن روح القدس، کمک‌کننده، تقویت‌کننده، بناکننده، و تشویق‌کننده‌ای را فرستاد - او را فرستاد تا با ما مشارکتی نزدیک داشته باشد. او در ایمانداران که به عیسای مسیح باور دارند، ساکن می‌شود.

اگر به تشویق نیاز دارید، ابتدا به خدا نگاه کنید. او هرگز به شما نمی‌گوید که موفق نخواهید شد. هرگز نمی‌گوید که مایه ناامیدی هستید، بلکه شما را تشویق می‌کند تا بدانید همه چیز در او امکان‌پذیر است. او به شما یادآوری خواهد کرد که شما را دوست دارد، با شماست و به شما قوت می‌دهد تا خواندگی شما را به سرانجام رساند.

دل خود را باز کنید تا از روح القدس اطمینان و تسلی یابید و تشویق شوید.

رهایی از اشتباهات گذشته

«پس اکنون برای آنان که در مسیح عیسا هستند، دیگر هیچ محکومیتی نیست.»
(رومیان ۸: ۱)

مایهٔ تسلی است که بدانیم شفقت و مهربانی خدا هر روز صبح تازه می‌شود. خدا به خاطر محبت عظیمش، راهی برایمان مهیا کرد تا گذشته دیگر هیچ قدرتی بر ما نداشته باشد. نیازی نیست با حس گناه و محکومیت به خاطر شکست‌های گذشته زندگی کنیم؛ به جای آن می‌توانیم با امید به آینده‌ای درخشان زندگی نماییم.

نقش خدا این است که ما را ببخشد - نقش ما این است که عطای پر فیض بخشش، رحمت و شروع تازهٔ او را دریافت کنیم. بسیاری فکر می‌کنند خدا چگونه می‌تواند مرا ببخشد وقتی این همه کار بد از من سر زده است؟! اما حقیقت این است که خدا قادر است غالب آید و کاری و رای تصور ما از توان خود، انجام دهد (افسیان ۳: ۲۰).

وقتی از خدا می‌خواهیم تا ما را ببخشد، او وفادارانه این کار را انجام می‌دهد. او مدام ما را از ناپاکی می‌زاید (اول یوحنا ۱: ۹). به ما گفته شده که هنگام ورود به رابطه با مسیح خلقتی تازه خواهیم شد (دوم قرنتیان ۵: ۱۷). گذشته تمام شده است و ما فرصت یافته‌ایم تا شروعی تازه داشته باشیم. ما توده‌گل روحانی تازه‌ای می‌شویم که خدا می‌تواند در ما کار کند. او می‌خواهد هر یک از ما شروع تازه‌ای داشته باشیم. باید گذشته را رها کنیم و به جلو و به سوی خدا حرکت نماییم.

نگارید اشتباهات گذشته، مانع شما شوند و آینده شما را تهدید نمایند.

بزرگترین برکت

«اگر کسی از مال دنیا برخوردار باشد و برادر خود را محتاج ببیند، اما شفقت خود را از او دریغ کند، چگونه محبت خدا در چنین کسی ساکن است؟ ای فرزندان، بیایید محبت کنیم، نه به زبان و در گفتار، بلکه به راستی و در کردار! از این خواهیم دانست که به حق تعلق داریم، و خواهیم توانست دل خود را در حضور خدا مطمئن سازیم.»

(اول یوحنا ۳: ۱۷-۱۹)

سریع‌ترین روش برای برکت یافتن این است که تصمیم بگیریم دیگران را برکت دهیم. وقتی تصمیم می‌گیرید که دلی سخاوتمند داشته باشید تا به نیاز اطرافیان خود رسیدگی کنید، خدا تدارکات خود را بر زندگی شما می‌باراند. شخصی که نهر برکت است، هرگز خشک نخواهد شد.

انگیزه‌ای عمیق در دل همه‌ایمانداران باعث می‌شود که خواهان کمک به دیگران باشند. اگرچه، خودخواهی ممکن است ما را نسبت به امیال خود پرخاشگر کند، آنقدر که نسبت به نیاز دیگران بی‌توجه می‌شویم.

مردم همه جا رنج می‌کشند. برخی از فقر، برخی از بیماری یا تنهایی و برخی دیگر از نظر عاطفی آسیب دیده‌اند یا نیاز روحانی دارند. عمل ساده و مهربانانه در قبال شخصی رنج دیده، می‌تواند باعث شود آن شخص احساس محبت و ارزشمند بودن کند.

مردم ممکن است در دام تلاش برای کسب چیزی بیشتر گرفتار شوند. این جدال معمولاً نتیجه‌ای جزیی دارد. با کمک خدا، می‌توانیم تلاش کنیم تا چیز بیشتری به دیگران ببخشیم. اگر این کار را انجام دهیم، درمی‌یابیم که خدا نیاز ما و فراتر از آن را رفع می‌کند تا به فراوانی چیزی برای بخشیدن داشته باشیم.

برکتی بالاتر از بخشندگی به نیازمندان نیست.

وقتی احساس ترس می‌کنید

«پس ترسان مباش؛ زیرا من با تو هستم، و هراسان مباش؛ زیرا من خدای تو هستم. تو را تقویت خواهم کرد و یاری خواهم داد، و به دست راست عدالتِ خویش از تو حمایت خواهم نمود.»

(اشعیا ۴۱: ۱۰)

یکی از مزیت‌هایی که در اختیار ما ایمانداران قرار گرفته، آزاد شدن از ترس است. با یاری خدا می‌توانید نحوه غالب آمدن بر ترس را بیاموزید و زندگی‌ای که خدا برایتان در نظر گرفته را به فراوانی تجربه نمایید.

حتا وقتی احساس ترس می‌کنیم، نیازی نیست تسلیم آن ترس شویم. می‌توانیم پیش رویم و طبق آنچه خدا ما را به انجام آن فراخوانده است، عمل نماییم؛ چون خدا با ما خواهد بود تا از ما مراقبت کرده و آنچه که ما را بدان فراخوانده است، برایمان به انجام رساند. او به ما کمک خواهد کرد، پیش‌قراول ما خواهد بود تا به جای ما بجنگد و در حالی که از او اطاعت می‌کنیم، پیروزمندانه ما را از آن مسیر عبور دهد.

پیغام "ترس، من با تو هستم!"، در تمام کتاب‌مقدس شنیده می‌شود. خدا نمی‌خواهد بترسیم؛ چون ترس اجازه نمی‌دهد به جلو حرکت کنیم و آنچه را که او برایمان در نظر دارد، به انجام برسانیم. او ما را دوست دارد و می‌خواهد برکتمان دهد؛ اما ترس سعی دارد ما را از بهترین خدا بازدارد.

بهترین دیدگاهی که یک مسیحی می‌تواند نسبت به ترس داشته باشد، این است: "ترس از خدا نیست، و من نمی‌گذارم ترس زندگیم را کنترل کند! من با ترس مقابله می‌کنم. تسلیم ترس نمی‌شوم. وقتی می‌ترسم، به جلو حرکت می‌کنم؛ چون می‌دانم خدا با من است!"

عیسا رهاننده شماست. حینی که به او نزدیک‌تر می‌شوید، او شما را از ترس آزاد خواهد کرد.

افکار مثبت

«در پایان، ای برادران، هر آنچه راست است، هر آنچه والاست، هر آنچه درست است، هر آنچه پاک است، هر آنچه دوست‌داشتنی و هر آنچه ستودنی است، بدان بیندیشید. اگر چیزی عالی است و شایان ستایش، در آن تأمل کنید.»

(فیلبیان ۴: ۸)

اگر می‌خواهید زندگی خود را بهبود بخشید، یکی از نخستین کارهایی که می‌توانید انجام دهید، این است که طرز فکر خود را بهبود بخشید. هنگامی که افکار مثبت را برمی‌گزینیم، قوت فراوانی می‌یابیم. خدا مثبت است و برای این که به او نزدیک‌تر شویم، باید با او موافقت نماییم (عاموس ۳: ۳) و افکارمان مثبت باشد.

داشتن ذهنیت و دیدگاه مثبت، بدان معنا نیست که با واقعیت روبه‌رو نشویم یا از مشکلات حقیقی چشم‌پوشی کنیم، بلکه تنها بدان معناست که با کلام خدا موافقت نماییم و به جای نکات منفی و افسرده‌کننده دنیا، بر وعده‌های خدا تمرکز کنیم.

دقت کنید که عیسای مسیح رنج بسیاری را متحمل شد، از جمله حملات شخصی، اما مثبت باقی ماند. او همواره دیدگاهی مشوقانه و کلامی دلگرم‌کننده داشت. همیشه به اطرافیان خود و کسانی که نزدیک می‌شد، امید می‌داد. ما امروزه می‌توانیم از این الگو پیروی نماییم. وقتی دیدگاه مثبت را برمی‌گزینیم، یا انتظارات مثبت خود را حفظ می‌کنیم و در گفت‌وگوهای مثبت شرکت می‌کنیم، در واقع از نمونه‌ای که عیسا برایمان به جا گذاشت، پیروی می‌نماییم و به پدر آسمانی خود نزدیک‌تر می‌شویم.

زندگی ما از مسیر افکارمان پیروی می‌کند.

زندگی‌ای که خدا را خشنود می‌سازد

«پس ای عزیزان، حال که این وعده‌ها از آن ما است، بیایید خود را از هر ناپاکی جسم و روح بزداييم و با ترس از خدا، تقدس را به کمال رسانيم.»

(دوم قرن تیان ۷: ۱)

برای زیستن در رابطه‌ای نزدیک با خدا، هر روز باید تصمیماتی بگیریم. زمان‌هایی پیش می‌آید که باید به چیزهایی که می‌خواهیم «نه» بگوییم، «بله» بگوییم و برعکس، به جای چیزهایی که می‌خواهیم به آنها «بله» بگوییم، باید «نه» بگوییم. این کار حکمت و خویشتنداری می‌خواهد، اما خدا را شکر که روح القدس هر دو را به ما می‌بخشد.

این دارای اهمیت است که به مردم زندگی مقدس را بیاموزیم، چون بخشی مهمی از زیستن در رابطه‌ای نزدیک با خداست؛ هر چند بدان معنا نیست که دیگر هرگز اشتباه نمی‌کنیم، بلکه تنها بدان معناست که تمایل دل ما این است که به طریقی زندگی کنیم که خداوند را خشنود می‌سازد. این امر زمانی رخ می‌دهد که در تمام شرایط (در افکار، مکالمات، دوستی‌ها، موسیقی، سرگرمی و ...) در پی خشنودی خدا باشیم.

امیال جسمانی، ما را به راهی دیگر می‌برد، اما کلام خدا به ما تعلیم می‌دهد که راه دیگری را در پیش بگیریم. ما می‌توانیم با اطاعت از آنچه خدا می‌گوید، فیض خدا را دریافت نماییم. خبر خوش این است که با انجام این کار، پاداشی عظیم دریافت خواهیم کرد.

وقتی به جای خود، زندگی کردن با خدا را انتخاب می‌کنیم، پارسایی، سلامتی و شادی روح القدس را تجربه خواهیم کرد و علیرغم آنچه بر ضد ما می‌آید، در پیروزی زیست خواهیم نمود. زندگی فوق العاده همین است - یعنی تجربه حیات وافر و مملو از شادمانی که عیسی مسیح با دادن جانش به ما بخشید.

برای آینده خود سرمایه‌گذاری کنید: زندگی بدون سازش برای خدا را انتخاب نمایید.

جسورانه آمدن به حضور خدا

«زیرا کاهن اعظم ما چنان نیست که نتواند با ضعف‌های ما همدردی کند، بلکه کسی است که از هر حیث همچون ما وسوسه شده، بدون این که گناه کند. پس آزادانه به تخت فیض نزدیک شویم تا رحمت بیابیم و فیضی را حاصل کنیم که به هنگام نیاز یاریمان دهد.»

(عبرانیان ۴: ۱۵-۱۶)

عیسا ضعف بشر را درک می‌کرد؛ چون درست مانند ما وسوسه شد، اما گناه نکرد. بنابراین، چون عیسا کاهن اعظم است و در حضور پدر برای ما شفاعت می‌کند، ما نیز می‌توانیم جسورانه به حضور تخت خدا درآییم و فیض موردنیاز را دریافت نماییم.

خدا در حال حاضر نیز برای همه خطاها، ضعف‌ها، و شکست‌های انسان تدارکی را در نظر گرفته است. نجات و بخشش دائمی گناهان، هدیه‌ای است که خدا در ازای پذیرش پسرش، عیسای مسیح، به ما می‌دهد. با ایمان به او می‌توانید به خاطر هر خطایی که کرده‌اید، بخشیده شوید.

اما فیض خدا بدان معنا نیست که زندگی ما دیگر با گناه کاری ندارد. گناه باعث اسارت و رنج می‌شود. به همین خاطر خدا ما را به توبه کردن در برابر گناهانمان دعوت نموده است. خدا هرگز ما را محکوم نمی‌کند، ولی به گناه متهم می‌کند. او اتهام را بر ما وارد می‌آورد تا توبه کنیم، رفتار خود را تغییر دهیم و در مسیح آزادی بیابیم.

ما به خاطر عیسای مسیح می‌توانیم بخشش را دریافت کنیم، رفتار گناه‌آلود را کنار بگذاریم و جسورانه به نزد تخت فیض خدا بیاییم. همه این اعمال، بخش مهمی از رابطه نزدیک با خدا هستند.

ما در بهترین وضعیت نیز دچار خطا و اشتباه می‌شویم. زندگی کردن تحت محکومیت به ما کمک نمی‌کند که زندگی مقدس‌تری داشته باشیم.

به حد متوسط راضی نشوید

«جلال باد بر او که می‌تواند به وسیله آن نیرو که در ما فعال است، بی‌نهایت فزون‌تر از هر آنچه بخواهیم یا تصور کنیم، عمل کند.»

(افسیان ۳: ۲۰)

خدا مشتاق است از اشخاص معمولی و ساده استفاده کند؛ کسانی که اهداف و رویاهایی غیرمعمول دارند.

من چنین شخصی هستم - شخصی معمولی و ساده با هدف و رویایی که عزم مرا شعله‌ور می‌سازد. اما معمول و عامی بودن من بدان معنا نیست که به حدی متوسط راضی می‌شوم. این کلمه را دوست ندارم و قصد متوسط بودن را هم ندارم. من به خدایی متوسط خدمت نمی‌کنم؛ پس باور به متوسط بودن ندارم - شما هم نباید چنین باشید.

کلام خدا نشان می‌دهد که هرکس می‌تواند توسط خدا به کار گرفته شود. هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، بیشتر امکان انجام اعمال عظیم و شگفت‌انگیز فراهم می‌آید. اگر باور داشته باشیم که خدا می‌تواند از ما استفاده نماید، و اگر جرات کنیم اهداف و رویاهای غیرمعمول برای خود در نظر بگیریم، خدا اعمال شگرفی در ما و از طریق ما انجام خواهد داد.

"هدف غیرمعمول" چیزی است که بدون خدا می‌توان گفت غیرممکن است - قدرت عظیم او که در ما عمل می‌کند، فراتر از چیزی است که می‌توانیم جرات امید داشتن، طلبیدن یا فکر کردن به آن را داشته باشیم. اگر تصمیم بگیریم که به متوسط راضی نشویم، خدا در زندگی ما آن را عملی خواهد کرد.

با عزمی راسخ، ایمان خود را بلند کنید. می‌توانیم انتخاب کنیم که اشخاصی معمولی با اهدافی غیرمعمول باشیم.

تطبیق و تعدیل

«با محبتِ برادرانه سرسپرده هم باشید. در احترام گذاشتن به یکدیگر، از هم پیشی بگیرید.»

(رومیان ۱۲: ۱۰)

ابراز روزانه محبت خدا ترجیح دادن دیگران بر خود است. طبیعتاً نفس انسانی ما دیگری را به خود ارجح تر نمی‌داند؛ چون ابتدا به نیاز خود می‌نگرد، اما محبت مستلزم این است که خود را با نیازهای دیگران تطبیق داده و تعدیل نماییم. ما نیاز داریم ذهنمان را تغییر داده و آن را تعدیل نماییم تا بتوانیم اجازه دهیم دیگران نفر اول باشند و یا حتی از ما پیشی گرفته و بهترین‌ها را داشته باشند. هرچند انسان به طور طبیعی خواستار این است که اولین بوده یا بهترین‌ها را داشته باشد، اما روحیه محبت، مستلزم تعدیل و تطبیق است؛ محبت برمی‌گزیند که دومین باشد. ما عجله داریم سریعاً به جایی که می‌خواهیم برسیم، اما محبت برمی‌گزیند تا از کسی که نیازمندتر است، حمایت نماید.

هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، بیشتر در محبت ریشه می‌دانیم و استوار می‌گردیم (افسسیان ۳: ۱۷) ارجحیت دادن به دیگری، محصول جانبی دریافت کردن محبت خداست. هرچه بیشتر بدانیم خدا ما را دوست دارد، بیشتر مایل هستیم که محبت خدا را با دیگران شریک شویم.

هر روز فرصت‌های فراوانی برای تطبیق و تعدیل یافتن برایمان مهیا می‌شود، اما اگر درگیر نقشه‌های خود باشیم، برایمان سخت خواهد شد. تشویقتان می‌کنم که از خدا بخواهید به شما کمک کند تا با دلی شاد و دیدی مثبت، خود را تعدیل و تطبیق نمایید. از او بخواهید تا به شما کمک کند در محبتی که نسبت به دیگران دارید، احساس شادی و آرامش نمایید.

تنها محبت خدا می‌تواند ما را از افرادی خودمحور، به خادمان فروتنِ خدا و دیگران تبدیل نماید.

خدا شما را رد نمی‌کند

«اگرچه پدر و مادرم ترکم کنند، خداوند مرا خواهد پذیرفت.»

(مزمور ۲۷: ۱۰)

ما برای پذیرفته شدن خلق شده‌ایم، نه طرد شدن. طرد شدن یعنی مانند چیزی بی‌ارزش یا نخواستنی دور انداخته شویم، اما خدا برعکس چنین کاری را انجام می‌دهد. او شما را به خود نزدیک می‌کند و بسیار ارزشمند می‌داند. این حقیقت که خدا عیسا را فرستاد تا برای شما جان دهد، نشان می‌دهد که برای خدا عزیز و ارزشمند هستید.

اگر با تصویری که از خودتان در زندگی دارید، دچار مشکل هستید، شاید ریشه در طردشدگی داشته باشد. درد عاطفی یکی از عمیق‌ترین دردهاست. به خصوص اگر طردشدگی از سوی کسی باشد که برای ما عزیز است یا انتظار محبت از او داریم؛ مانند پدر و مادر یا همسر. غلبه بر طردشدگی آسان نیست، اما می‌توانیم به واسطهٔ محبت مسیح بر آن غالب آییم.

در افسسیان ۳: ۱۸، پولس برای کلیسا دعا می‌کند که به "درازا، پهنا و ژرفا و بلندی محبت خدا نسبت به خود پی ببرند." او گفت این تجربه فراتر از معرفت آنهاست.

در پی راه‌هایی باشید که خدا محبت خود را به شما نشان می‌دهد و چنین امری، بر طردشدگی از سوی مردم غالب می‌آید. هر بار که خدا به شما لطف می‌کند، در واقع نشان می‌دهد که شما را دوست دارد. او همیشه به روش‌های گوناگون محبت خود را به شما نشان می‌دهد. تشویقتان می‌کنم که به دنبال شناختن روش‌های او باشید.

مکاشفهٔ عمیق محبت خدا ریشهٔ طردشدگی را از بین می‌برد.

آگاهی نسبت به خدا

«اندیشه استوار را در آرامش کامل نگاه خواهی داشت؛ زیرا که بر تو توکل می‌دارد.»
(اشعیا ۲۶: ۳)

عیسا مشارکتی مداوم با پدر آسمانی داشت؛ چون تمرکز او بر خدا بود. تنها زمانی مشارکت کامل با کسی میسر می‌شود که کاملاً بر آن شخص تمرکز کنید. این درسی است که می‌توانیم به عنوان ایماندار یاد بگیریم. برای داشتن رابطه‌ای نزدیک با خدا، باید خدا را در ذهن داشته باشیم.

اندیشیدن به نیکویی خدا و همه اعمال شگرفی که او انجام داده، فوق‌العاده است. اگر می‌خواهید پیروزی را تجربه کنید، همواره زمانی را برای تمرکز کردن بر عظمت خدا که ورای تصور است، اختصاص دهید. شکر کردن خدا و آگاهی نسبت به نیکویی‌اش، دو روش مطمئن برای لذت بردن از زندگی است.

عیسا گفت که روح القدس ما را به مشارکتی نزدیک با او وارد می‌کند (یوحنا ۱۶: ۷). اگر تفکر درباره خدا را برگزینیم، او وارد خط مقدم زندگی ما می‌شود و از مشارکت با او که باعث شادی، آرامی و پیروزی در زندگی روزمره است، لذت خواهیم برد.

خدا همواره با ماست، اما باید درباره او بیندیشیم و نسبت به حضور او آگاه باشیم.

رحمت نشان دادن

«خوشا به حال رحیمان؛ زیرا بر آنان رحم خواهد شد.»

(مقا ۵: ۷)

رحیم بودن، یعنی به کسی خوبی کنید که لایق آن نیست. همه می‌توانند آنچه مردم لایقش هستند را به آنها بدهند. کسی که خواهان نزدیکی به خداست، می‌تواند به کسانی که لایق نیکویی نیستند، نیکویی کند.

اما انتقام می‌گوید: «تو به من بدی کردی، پس من هم به تو بدی می‌کنم!» در مقابل، رحمت می‌گوید: «تو به من بد کردی، اما من تو را خواهم بخشید، تو را احیا می‌کنم و طوری با تو رفتار می‌کنم که گویی هرگز به من آسیب نرسانده‌ای!» مایه برکت است که مورد رحمت قرار بگیریم و رحم کنیم.

رحمت، یکی از ویژگی‌های شخصیت خداست که در نحوه ارتباط او با مردم بروز می‌یابد. رحمت وقتی لایق تنبیه هستیم، به نفع ماست. رحمت هنگامی که لایق طردشدن هستیم، ما را می‌پذیرد و برکت می‌دهد. رحمت، ضعف و ناتوانی ما را درک می‌کند و ما را قضاوت و نقد نمی‌کند.

آیا نیاز دارید خدا یا انسان به شما رحمت نشان دهد؟ مسلماً، همه ما همیشه چنین نیازی داریم. بهترین راه برای دریافت کردن رحمت، رحم کردن است. اگر قضاوت کنید، قضاوت می‌شوید. اگر رحم کنید، رحم خواهید دید. به یاد داشته باشید، کلام خدا به ما تعلیم می‌دهد آنچه می‌کاریم، برداشت می‌کنیم. پس رحم کنید! برکت بیابید!

رحمت و محبت خدا را دریافت کنید. نمی‌توانید آنچه ندارید را ببخشید.

مایل به یاد گرفتن هستید؟

«ای برادران، وضع خود را، آن هنگام که خدا شما را فراخواند، در نظر آورید. بیشتر شما با معیارهای بشری، حکیم محسوب نمی‌شدید؛ و بیشتر شما از قدرتمندان یا نجیب‌زادگان نبودید. اما خدا آنچه را که دنیا جهالت می‌پندارد، برگزید تا حکیمان را خجل سازد؛ و آنچه را که دنیا ضعیف می‌شمارد، انتخاب کرد تا قدرتمندان را شرمده سازد.»

(اول قرن‌تیان ۱: ۲۶-۲۷)

با نگاهی گذرا به شاگردانی که عیسا برگزید، درمی‌یابیم که خدا همیشه کسانی را که واجد شرایط هستند، انتخاب نمی‌کند. مهم نیست چه عطایا یا استعدادی دارید، یا چه تجاربی را پشت سر گذاشته‌اید، خدا تعالیم و آموزشی را فراهم می‌آورد تا بتوانید خواندگی خدا برای خود را به انجام برسانید.

این کار همیشه به شکلی مرسوم انجام نمی‌شود، خدا شما را به روشی که خود مایل است، انتخاب می‌کند. گاهی آموزش رسمی می‌بینید ولی اغلب چنین نیست. خدا از هر چیزی در زندگی شما استفاده می‌کند تا شما را تعلیم دهد، اگر مایل به تعلیم دیدن باشید. مایهٔ تأسف است که بسیاری به کارهای عظیم خوانده شده‌اند، اما در دورهٔ آمادگی صبری که برای تجهیز شدن به آن نیاز دارند را از خود نشان نمی‌دهند.

استر هم پیش از آن که اجازه یابد تا در حضور پادشاه حاضر شود، یک سال دورهٔ آمادگی را گذراند. برای دوازده ماه، با شکیبایی دوره پاکسازی را گذراند و خدا از او برای نجات قومش از دسیسهٔ شرورانه هامان استفاده کرد.

شاید احساس می‌کنید که برای آنچه باور دارید خدا شما را به انجام آن خوانده، صلاحیت لازم را ندارید، اما نباید اجازه دهید این حس مانع شما شود. او مریبی شما خواهد بود. دریابید که در دورهٔ کنونی زندگیتان چه چیزی به شما یاد می‌دهد و آمادهٔ پیش‌قدم شدن و حرکت به سمت فرصت‌های پیش رو باشید.

خدا شما را برای رویایی که برایتان در نظر دارد، تجهیز خواهد کرد.

آنقدر پیچیده نیست

«آمین، به شما می‌گویم، اگر کسی به این کوه بگوید، از جا کنده شده، به دریا افکنده شو، و در دل خود شک نکند بلکه ایمان داشته باشد که آنچه می‌گوید روی خواهد داد، برای او انجام خواهد شد.»

(مرقس ۱۱: ۲۳)

مردم فکر می‌کنند زندگی پیچیده است، اما اغلب ما هستیم که بیش از حد نیاز مسائل را پیچیده می‌کنیم. زندگی کردن برای خدا، واقعاً آنقدرها هم پیچیده نیست.

به سادگی و بی‌غل و غش بودن کودکان در زندگی، فکر کنید. هر چیزی بشود، آنها از زندگی خود لذت می‌برند. کودکان شاد، بی‌دغدغه، و خالی از نگرانی هستند. آنها آنچه می‌شنوند را باور می‌کنند. طبیعت آنها این است که هر روز اعتماد کنند و کاملاً از زندگی خود لذت ببرند.

هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، بیشتر مانند کودکان می‌شویم. البته، خدا می‌خواهد رفتاری بالغانه داشته باشیم و همچنین می‌خواهد مانند کودکان به سادگی به او اعتماد و اتکا کنیم. وقتی با دل شما سخن می‌گوید یا وقتی در کتاب مقدس چیزی را می‌خوانید، می‌توانید بگویید: «من به خدا توکل دارم و ایمان دارم که درست است»، به همین سادگی!

اگر خدا می‌گوید که مرا کامیاب می‌گرداند، به او اعتماد می‌کنم و باور دارم که درست است! اگر خدا می‌گوید مرا شفا خواهد داد، به او اعتماد می‌کنم و باور دارم که درست است! اگر خدا می‌گوید که به من در بخشیدن کسانی که به من آسیب رسانده‌اند کمک می‌کند، به او اعتماد می‌کنم و باور دارم که درست است. اگر خدا می‌گوید که با من است و هرگز مرا تنها نمی‌گذارد، به او اعتماد می‌کنم و باور دارم که درست است!

ساده‌ترین کاری که می‌توانید انجام دهید، این است که به خدا اعتماد کنید و در هر بخش از زندگی، از کلام او اطاعت نمایید.

ایستادن بر آنچه که می‌دانید حقیقت است

«این بر شما نمایانده شد تا بدانید که یهوه خداست و خدایی جز او نیست.»

(تثنیه ۴: ۳۵)

عدم معرفت باعث ترس می‌شود، اما معرفتِ راسخ و قطعی، ترس را از میان برمی‌دارد و قدرت و شجاعت ایجاد می‌کند. یک مثال برای تان می‌زنم:

سال‌ها پیش، شبی بر تخت دراز کشیده بودم که صدای عجیبی در خانه شنیدم. هرچه بیشتر به آن گوش می‌دادم، بیشتر می‌ترسیدم. نهایتاً از ترس به لرزه افتادم، از تخت بیرون رفتم تا ببینم چه شده است. وقتی دیدم که از دستگاه یخ‌ساز، قالب‌های کوچک یخ روی سینی پایین می‌افتد و چنین صدایی ایجاد می‌کند، از عکس‌العمل خودم خنده‌ام گرفت. به هر دلیلی، صدایی می‌دادند که معمولاً این‌گونه نبود؛ چون اطلاعی از منشاء صدا نداشتم، بی‌دلیل ترسیده بودم.

چنین احساسی معمولاً به همه دست می‌دهد. نمی‌دانند خدا آنها را دوست دارد و با آنهاست و همه نیاز آنها را رفع می‌کند؛ پس، از چیزهای بسیاری می‌ترسند. وقتی از مشکلات اقتصادی خبری به گوش آنها می‌رسد، می‌ترسند. وقتی می‌شنوند کسی آنها را دوست ندارد، هراسان می‌شوند. وقتی اخبار منفی از تلویزیون می‌شنوند، وحشت می‌کنند.

اگر بدانید خدا کیست و شما در مسیح که هستید، ترس جایی در زندگی شما نخواهد داشت. مهم نیست ظاهر موقعیت شما چگونه به نظر می‌آید، در دل آرامی خواهید داشت؛ تضمینی مطمئن که هر حوزه از زندگی شما را پر می‌سازد.

وقتی در دنیا صدایی می‌شنوید که شما را می‌ترساند، مطمئن باشید که خدا با شماست.

آغاز، میانه و پایان

«پایانِ کار از آغازش بهتر است، و دل صبور از دلِ مغرور نیکوتر.»

(جامعه ۷: ۸)

مهم‌ترین امر، لزوماً نحوه شروع کردن کار نیست. شروع مهم است، ولی وسط و پایان هم دارای اهمیت هستند. در واقع، یادگیری مسائل، مهم‌تر از آغاز کردن آنهاست؛ به ویژه هنگامی که خدا شما را به انجام آن فراخوانده است.

برخی شروعاتی انفجاری دارند، ولی هرگز به پایان نمی‌رسند. دیگران دیرآغاز می‌کنند، اما با قوت تمام می‌کنند. علیرغم نحوه آغاز، خدا می‌خواهد در هر قدم وفادار بمانیم؛ چه در آغاز، چه در میانه راه و چه پایان. خدا می‌خواهد به خوبی کار را به پایان برسانید.

او برای هر یک از ما برنامه نیکویی دارد؛ اما باید بدانیم که این برنامه قطعی نیست، بلکه امکان‌پذیر و شدنی است. اگر با خدا همکاری نکنیم، قطعاً رخ نخواهد داد. ما در تحقق نقشه او سهم داریم. خدا بدون همکاری ما در زندگیمان کاری انجام نمی‌دهد.

شما را به چالش می‌کشم تا هر روز در زندگی خود با خدا همکاری کنید و توان بالقوه خود را گسترش دهید و شاهد اجرای نقشه او در زندگی خود باشید. شما هر روز می‌توانید چیزی جدید بیاموزید. هر روز می‌توانید رشد کنید. هر روز می‌توانید بیش از روز قبل پیشروی کنید. این چنین، آغازی عالی را به پایانی عالی‌تر تبدیل خواهید کرد.

با خدا همکاری کنید تا عطایا، استعدادها، و توانایی‌های شما را تا آخرین حد گسترش دهد. برای جلال خدا همه آن چیزی باشید که می‌توانید.

زندگی کردن در حال

«ای عزیزان، اینک فرزندانِ خداییم، ولی آنچه خواهیم بود هنوز آشکار نشده است. اما می‌دانیم آنگاه که او ظهور کند، مانند او خواهیم بود، چون او را چنان که هست خواهیم دید.»

(اول یوحنا ۳: ۲)

انتخاب‌های امروز ما تعیین می‌کنند که از لحظه کنونی لذت خواهیم برد یا با نگرانی آن را تلف خواهیم کرد. گاهی امروز را از دست می‌دهیم، چون بسیار نگران فردا هستیم. حکیمانه است که بر آنچه خدا می‌خواهد انجام دهیم، تمرکز کنیم.

مهم است که درک کنیم خدا از ما می‌خواهد اکنون چگونه باشیم. برای مثال در دوم قرن‌تین ۶: ۲ می‌گوید: «هان، امروز روز نجات است» و عبرانیان ۴: ۷ می‌گوید: «امروز، اگر صدای او را می‌شنوید، دل خود را سخت مسازید.»

اگر زندگی کردن در لحظه را برگزینیم، برای پادشاهی خدا ثمرآورتر خواهیم شد و زندگی شادتری خواهیم داشت. ما اغلب در گذشته یا آینده سیر می‌کنیم و درحقیقت خود را وقف آنچه در حال حاضر انجام می‌دهیم، نمی‌کنیم، به این طریق دچار نگرانی و اضطراب می‌شویم. اما اگر در حال زندگی کنیم، درخواهیم یافت که خدا با ماست. علیرغم شرایط کنونی زندگی، متوجه می‌شویم که امروز هم بخشی از نقشه خداست، و اگر به او اعتماد کنیم، ما را عبور خواهد داد.

زمانی که در حال حاضر دارید، ارزشمند است. وقت خود را با نگرانی برای فردا تلف نکنید.

حکمت و تعادل

«اگر از شما کسی بی بهره از حکمت است، درخواست کند از خدایی که سخاوتمندانه و بدون ملامت به همه عطا می کند، و به وی عطا خواهد شد.»

(یعقوب ۱: ۵)

اگر چرخ ماشین شما از تنظیم خارج شود، سفر پر دست اندازی خواهید داشت. فکر می کنم همین اتفاق در زندگی ما هم می افتد. اگر در یک حوزه یا حوزه دیگر از تعادل خارج شویم، آنچه که قرار بود سفری بی دغدغه باشد، تبدیل به سفری پر فراز و نشیب و آزاردهنده می شود.

احتمال این وجود دارد که در هر حوزه زندگی از تعادل خارج شوید - حتا در حوزه هایی که بهترین هستید. زنان ممکن است با تمرکز بیش از حد بر فرزندان خود، به رابطه زناشویی شان آسیب برسانند. اگر تمام لحظات و انرژی خود را صرف فرزندان کنید و به نیازهای شوهر خود اهمیتی ندهید، رابطه زناشویی تان آسیب خواهد دید.

مردان (و بسیاری از زنان) غرق شغل خود می شوند. اگر مردی همیشه مشغول کار باشد و از همسر و فرزندانش غافل شود، شاید نیازهای خانواده را رفع کند، اما به عنوان همسر و پدر، وظایف خود را به خوبی انجام نمی دهد. تعادل، کلید کار است.

این امر در حوزه های دیگر زندگی نیز صدق می کند. برخی به ندرت سخن می گویند و برخی بیش از حد! برخی در برنامه ریزی کردن زیاده روی می کنند و برخی دیگر اصلاً برنامه ریزی نمی کنند. گاهی خود را بالا می بینیم و گاهی پایین. حتا کوچکترین چیزها هم می تواند ما را از تعادل خارج کند.

زندگی خود را صادقانه بررسی نمایید و حوزه ای که از تعادل خارج شده را مشخص کنید. از خدا حکمت بطلبید تا اصلاحات لازم را اعمال کنید و زندگی متعادل، سالم و شادی را داشته باشید.

وقتی از خدا حکمت می طلبید، او به شما حکمت می دهد.

امیدی تازه برای هر روز

«محبتهای خداوند هرگز پایان نمی‌پذیرد؛ زیرا که رحمت‌های او بی‌زوال است؛ آنها هر بامداد تازه می‌شود؛ وفاداری تو عظیم است.»

(مراثی ۳: ۲۲-۲۳)

نحوه جدا شدن روز و شب توسط خدا را دوست دارم. مهم نیست چه روز سخت و پرجدالی را پشت سر گذاشته‌اید، بامداد امیدی تازه را فراهم می‌آورد. خدا از ما می‌خواهد گذشته را رها کنیم و جایی برای «شروعی تازه» بیابیم.

شاید حس کرده‌اید که در گناه یا اعتیاد گرفتار شده‌اید، در صورتی که توبه کرده‌اید، ولی همچنان احساس گناه می‌کنید. اگر چنین است، مطمئن باشید که توبه صادقانه، شروعی تازه را فراهم می‌آورد؛ چون خدا وعده بخشش می‌دهد.

هنگامی که رحمت عظیم خدا را درک می‌کنید و می‌پذیرید، به رحم کردن به دیگران گرایش بیشتری می‌یابید. شاید آسیب عاطفی دیده‌اید و رنج می‌بینید. برای رها کردن گذشته باید شخصی که به شما آسیب رسانده است را ببخشید. با بخشیدن او به خود لطف می‌کنید.

خدا برنامه‌های تازه‌ای در افق زندگی شما در نظر گرفته است، و می‌توانید با زندگی کردن در حال حاضر به جای گذشته، آن برنامه‌ها را تحقق بخشید. فکر کردن و حرف زدن در مورد گذشته، شما را اسیر می‌سازد. آنچه دیروز اتفاق افتاده را رها کنید، همین امروز دریافتِ محبت و بخشش خدا را برگزینید تا برای اجرای برنامه آینده، برانگیخته شوید.

رحمت خدا هر صبح، تازه می‌شود.

اهمیت رفتار خوب با دیگران

«روح قدّوس خدا را که بدان برای روز رهایی مهر شده‌اید، غمگین مسازید.»

(افسیان ۴: ۳۰)

آیه‌ای همچون افسسیان ۴: ۳۰ را جدی می‌گیرم - قطعاً نمی‌خواهم باعث غمگین شدن روح القدس شوم و می‌دانم که شما هم چنین خواسته‌ای ندارید. اما چگونه باید از این اتفاق خودداری کنیم؟

با خواندن آیه ۳۰ متوجه می‌شوید یکی از چیزهایی که روح القدس را غمگین می‌سازد، بدرفتاری کردن مردم با یکدیگر است. این را در نظر داشته باشید:

- در آیه ۲۹ تشویق شده‌ایم که دیگران را با کلام یا سخنی که از دهانمان خارج می‌شود، بنا کنیم.
- در آیه ۳۱ تشویق می‌شویم که تلخ، خشمگین یا ستیزه‌جو نباشیم و از ناسزاگویی و بدخواهی دوری کنیم.
- در آیه ۳۲ به ما گفته شده که با یکدیگر مهربان باشیم، و یکدیگر را سریع و فوری ببخشیم.

وقتی متوجه می‌شویم روح القدس هنگام تندگی یا عصبانیت و یا نفرت‌ورزی به کسی محزون می‌شود، باید به دنبال تغییر باشیم.

تشویقتان می‌کنم تا از خدا کمک بخواهید تا دیگران را همان‌طور ببینید که او شما را می‌بیند. از او بخواهید مهربانی و شکیبایی لازم را به شما ببخشد تا با کسانی که در زندگیتان هستند، با لطافت و مهربانی برخورد کنید، به ویژه کسانی که خوش‌برخورد نیستند یا سر و کار داشتن با آنها سخت است. خدا هنگامی که می‌بیند دیدگاه دل شما محبت کردن و برکت دادن دیگران است، خشنود می‌شود.

یکی از مهم‌ترین رازها این است که از گام برداشتن در محبت شاد باشید.

بیش از حد نیاز

«زیرا هرگاه دلمان ما را محکوم کند، خدا بزرگتر از دل‌های ما است و از همه چیز آگاه است.»

(اول یوحنا ۳: ۲۰)

حس گناه و محکومیت مشکلات اساسی بسیاری از ایمانداران است. شیطان خوشحال می‌شود ما را وادار کند تا نسبت به خودمان احساس بدی داشته باشیم. او هرگز نمی‌گوید چقدر پیشرفت کرده‌ایم، بلکه مدام مسیر پیش رویمان را به ما یادآوری می‌کند.

وقتی دشمن حمله می‌کند، می‌توانید به او بگویید: «جایی که باید نیستم، اما خدا را شکر، جایی که بودم هم نیستم. مشکلی ندارم و در این مسیر پیش می‌روم!»

مانند داوود، می‌توانیم خود را در خداوند تقویت کنیم (اول سموئیل ۳۰: ۶). هیچ‌یک از ما به کمال نرسیده‌ایم و نمی‌توانیم خودمان را کامل کنیم. به واسطه روح القدس روند تقدیس شدن در زندگی ما طی می‌شود، پس لذت بردن از این روند را یاد بگیریم.

کلام خدا تعلیم می‌دهد گناهان ما به واسطه خون عیسا بخشیده می‌شود (آزادی کامل از حس محکومیت). نیازی نیست که احساس گناه را به قربانی او اضافه کنیم. او بیش از نیاز، برایمان کافی است.

عیسا همه کاری که نیاز به انجام شدن داشت، انجام داده است - تمام شد! او راهی فراهم آورد تا ما بخشیده شویم. تنها باید آن را دریافت نماییم. بخشش کامل، کاملاً رایگان است!

نگذارید شیطان ذهن شما را با افکاری پر کند که نشان از بی‌ارزشی شماست. خود را پارسایی خدا در عیسیای مسیح بدانید.

مهم‌ترین وقت از روز

«خدا یا، تو خدای من هستی، با تمام وجود، تو را می‌جویم؛ جان من تشنهٔ توست، و پیکرم مشتاق تو، در زمین خشک و بی‌طراوت و بی‌آب!»

(مزمور ۶۳: ۱)

خدا شیفتهٔ آن است که هر روز با او در مشارکت و پرستش وقت بگذرانید. زمانی را که با خدا صرف می‌کنید، دیدگاهتان به زندگی را تغییر می‌دهد و به شما قوت لازم برای غلبه بر شرایط را می‌بخشد و به خدا نزدیک‌تر می‌کند.

در خصوصی‌ترین لحظات با خدا، او عمیق‌ترین کار خود را در دل ما انجام می‌دهد. زمان صمیمانه‌ای که با خدا می‌گذرانید، یعنی محبت کردن او و پذیرای محبت او بودن، باعث رشد و تبدیل حقیقی و روحانی در زندگیتان می‌شود.

زندگی ما پر از مشغله‌های گوناگون است و همیشه بهانه‌ای هست که با خدا وقت نگذرانیم. همیشه کاری پیش می‌آید، یا باید با چند نفر تماس بگیریم، یا خانه را مرتب کنیم و یا ...، اما اگر خدا را در اولویت قرار داده و او را علیرغم حواس‌پرتی‌های روز بجوئید، پاداشی عظیم دریافت خواهید نمود.

هرچه بیشتر با خدا وقت بگذرانید، اطمینان، آرامش، شادی، قوت، لطف و پیروزی را تجربه خواهید کرد. او منشأ همه‌چیز است. وقتی متعهد به وقت گذاشتن با او می‌شوید، همهٔ اینها به صورت طبیعی در زندگیتان جاری می‌شود.

در زندگی شما هیچ‌چیز مهم‌تر از رابطهٔ شخصی‌تان با عیسای مسیح نیست.

آگاهی از محبت خدا نسبت به خود

«ای عزیزان، یکدیگر را محبت کنیم؛ زیرا محبت از خداست و هر که محبت می‌کند، از خدا مولود شده است و خدا را می‌شناسد.»

(اول یوحنا ۴: ۷)

هرچه بیشتر بر محبت بی‌قیدوشرط خدا تامل کنیم، آن را بیشتر تجربه خواهیم نمود. تشویقتان می‌کنم که آگاهی از محبت خدا نسبت به خود را تجربه کنید. پولس در افسسیان ۳ دعا کرد که مردم محبت خدا نسبت به خود را احساس کنند. خدا می‌خواهد چنین زندگی کنیم - زندگی‌ای که حقیقتاً محبت بی‌قیدوشرط و پایان‌ناپذیر خدا را حس می‌کنیم و می‌شناسیم.

من از طریق آموختن مفاهیم آمده در کلام در مورد محبت خدا، نسبت به محبت او به خود آگاه شدم. بر این مفاهیم و تعالیم تامل کردم و با صدای بلند آنها را اعتراف نمودم. این کار را چند ماه انجام دادم و هر روز محبت بی‌قیدوشرط او نسبت به من حقیقی‌تر شد. همین امر در مورد من و شما نیز صادق است. اگر کلام خدا را مطالعه کنید، و بر وعده محبت پدر بمانید، می‌آموزید که چگونه در مکاشفه محیوب او بودن زندگی کنید؛ مکاشفه‌ای که تغییردهنده زندگی است. این‌طور فکر کنید: لحظه‌ای در زندگی نیست که محیوب او نباشید!

شما محیوب هستی!

هدایت‌شده توسط روح القدس

«اما می‌گویم به روح رفتار کنید که تمایلات نفس را به جا نخواهید آورد.»

(غلاطیان ۵: ۱۶)

جالب است که در غلاطیان ۵: ۱۶ پولس نمی‌گوید هوس‌ها یا تمایلات جسم دیگر برای فرزندان خدا وجود نخواهد داشت. اما می‌توانیم برگزینیم توسط روح القدس هدایت شویم و دیگر به هوس‌هایی که سعی دارند ما را از خدا جدا کنند، تن ندهیم.

عوامل بسیاری قصد هدایت کردن ما را دارند: دیگران، شیطان، و نفس خود ما (جسم، فکر، اراده، یا احساسات). صداهای بسیاری در این دنیا با ما سخن می‌گویند، و اغلب همه با هم حرف می‌زنند.

برای داشتن رابطه نزدیک با خدا، باید هدایت شدن توسط او از طریق روح القدس را به جای صدای دیگران برگزینیم. تنها او از اراده خدا خبر دارد و فرستاده شده تا در هر یک از ما ساکن شود و به ما کمک کند تا از همه آنچه که خدا ما را برای آن آفریده و مایل است داشته باشیم، بهره‌مند گردیم.

هدایت‌شدن توسط روح القدس، بدان معناست که او ما را با آرامش و حکمت و همچنین با کلام خدا هدایت می‌کند. حینی که به دنبال زندگی کردن برای خدا هستیم، روح القدس با نجوایی در دل ما سخن می‌گوید. هرچه بیشتر هدایت او را دنبال می‌کنیم، بیشتر در زندگی پیروزمند می‌شویم.

تشویقتان می‌کنم که هر روزتان را با چنین جمله‌ای آغاز نمایید:
 «روح القدس، امروز می‌خواهم به هدایت تو گوش دهم. به من حکمت و آرامش بده تا بتوانم در هدایت تو گام بردارم!»

«... محبت حسد نمی‌برد و فخر نمی‌فروشد.»

(اول قرن‌تینان ۱۳: ۴)

کتاب مقدس تعلیم می‌دهد که محبت حسد نمی‌ورزد، اما اگر حواسمان نباشد، حسادت به راحتی می‌تواند راهش را به زندگی ما باز کند. بهترین راه برای غلبه بر فخر یا حسادت، اعتراف کردن به آن است. وقتی احساس حسادت می‌کنید، با خدا صادق باشید و از او کمک بخواهید تا از آن آزاد شوید.

باید اعتراف کنم، مثل اکثر آدم‌ها، من هم در دوره‌های مختلف زندگی با حسادت درگیر شده‌ام. گاهی وقتی خبر برکت یافتن کسی به گوشم می‌رسید، با خود فکر می‌کردم: «پس کی نوبت من می‌رسد؟»، اما یاد گرفتم وقتی چنین افکاری به ذهنم راه می‌یابند، فوراً زبان باز کنم و بگویم: «من برای او خوشحالم، و از حسادت دوری می‌کنم!»

نشانه بلوغ روحانی و مشارکت نزدیک با خدا، برکت دادن دیگران و نترسیدن از پیشرفت آنهاست. نمی‌توانیم به ظاهر، داشته‌ها، تحصیلات، شرایط اجتماعی، رابطه زناشویی، عطایا و استعدادها، شغل یا هر چیز دیگری حسادت کنیم؛ چون تنها مانع برکت ما می‌شود.

از عطایا و استعدادهای خود مطمئن باشید. خدا هر چیزی را که برای تحقق بخشیدن به خواندگی در زندگیتان نیاز دارید، به شما بخشیده است.

می‌توانید با خدا صادق باشید

«روزی عیسا در مکانی دعا می‌کرد. چون فارغ شد، یکی از شاگردانش به او گفت: ای سرور ما، دعا کردن را به ما بیاموز، همان‌گونه که یحیی به شاگردانش آموخت.» (لوقا ۱۱: ۱)

یک شبه به زندگی دعایی موفق نمی‌رسید؛ همچنین نمی‌توانید زندگی دعایی فرد دیگری را کپی کنید. خدا برای هر یک از ما برنامه‌ی شخصی دارد. نمی‌توانیم همیشه کاری را که دیگری انجام می‌دهد، بکنیم و انتظار داشته باشیم برای ما هم جواب دهد. زندگی دعایی ما پیش‌رونده است — حینی که پیشرفت می‌کنیم آن هم همراه ما پیشرفت می‌کند.

اغلب دعا‌های ما بسیار مبهم است؛ یعنی به خوبی بیان نمی‌شود. وقتی دعا می‌کنیم، می‌توانیم با خداوند صادق و روراست باشیم. کتاب مقدس تعلیم می‌دهد جسورانه، همراه با انتظار، به طور خاص و با جزئیات دعا کنیم. پدر آسمانی ما را دوست دارد، پس می‌توانیم بدون ترس، باطمینان و جسورانه به تخت فیض نزدیک شویم (عبرانیان ۴: ۱۶).

اگر در زندگی دعایی خود به کمک نیاز دارید، با خدا صادق باشید. نیاز خود را به او بگویید. اگر از او بخواهید به شما کمک خواهد کرد. مثل شاگردان از او بخواهید: «خداوندا، طرز دعا کردن را به من بیاموز!»

یکی از کلیدهای مهم برای دعا کردن، اطمینان بیشتر داشتن به نام عیسا مسیح و اطمینان کمتر به خود یا کس دیگر برای حل مشکلات است. در نام عیسا قوت است.

بنگرید که چه راه درازی را آمده‌اید

«تا اصالت ایمانتان در بوتهٔ آزمایش به ثبوت رسد و به هنگام ظهور عیسا مسیح به تمجید و تجلیل و اکرام بینجامد، همان ایمان که بس گران‌بها تر از طلاست که هر چند فانی است، به وسیلهٔ آتش آزموده می‌شود.»

(اول پطرس ۱: ۷)

هر روز در زندگی با آزمایش‌هایی روبه‌رو می‌شویم؛ برای مثال، رئیس‌مان به ما می‌گوید کاری را انجام دهیم که نمی‌خواهیم، یا قصد داریم جایی پارک کنیم، ولی کسی از ما جلو می‌زند و جای ما را می‌گیرد. یا کسی بی‌ادبانه با ما حرف می‌زند؛ در حالی که ما به آنها لطف کرده‌ایم.

پطرس در کتاب اول پطرس ۴: ۱۲ به ما می‌گوید که از آزمایشات و سختی‌هایی که می‌کشیم، متعجب نباشیم و یکه نخوریم، چون خدا از طریق آنها شخصیت ما را می‌سنجد. پطرس ارزش آزمایش شدن در زندگی خود را می‌دانست. همهٔ ما آزمایشاتی را پشت سر می‌گذاریم و نباید تعجب کنیم که چرا این اتفاق برایمان می‌افتد. دل ما آزمایش می‌شود تا شخصیت ما ثابت گردد.

هر بار که خدا ما را آزمایش می‌کند، می‌توانیم میزان پیشرفت خود را تشخیص دهیم و با نحوهٔ عکس‌العمل نشان دادن در آزمایشات نشان دهیم که چقدر مسیر پیشروی داریم. در آزمایشات و مشکلات است که ویژگی‌های قلب ما که از آن بی‌خبر بودیم، نمایان می‌شود. این اتفاق خوبی است؛ چون اگر جایی که هستیم را تشخیص ندهیم، هرگز نمی‌توانیم به جایی که باید برسیم.

هر چیزی که خدا اجازهٔ آن را بدهد، برای نیکویی ماست؛ حتی اگر در لحظه احساس خوبی نسبت به آن نداشته باشیم.

همه محدودیت دارند

«پدرزن موسا به وی گفت: آنچه تو می‌کنی، نیکو نیست. به یقین تو و این قوم که با تو آند از پا خواهید افتاد. این کار برای تو بسیار سنگین است؛ به تنهایی آن را نمی‌توانی کرد.»

(خروج ۱۸: ۱۷-۱۸)

خدا از پدرزن موسی استفاده کرد تا به او بگوید که سر خود را شلوغ کرده است. این پیغام، امروز هم در مورد بسیاری از اعضای بدن مسیح صادق است. ما گاهی دوست داریم خود را شکست‌ناپذیر بپنداریم. دوست نداریم کسی به ما بگوید که انجام این همه کار برای ما سنگین است، ولی باز علیرغم احساس خود جلو می‌رویم.

همیشه شخصی بوده‌ام که فکر می‌کرد هر کاری را که بر آن تمرکز کند، انجام می‌دهد. مطمئن بودم هر کاری که بپذیرم، انجام خواهم داد. اگر کسی چیزی غیر از این به من می‌گفت، مصمم‌تر می‌شدم تا ثابت کنم که اشتباه می‌کند. ولی متوجه شدم اگر فکر کنم که باید همه کاری را انجام دهیم، به رگم سخت یا آسان بودن آن، به هر جهت به خود آسیب می‌رسانم. بعد از مشکلات جسمانی‌ای که برایم پیش آمد، این موضوع بر من ثابت شد. نمی‌شود محدودیت‌های منطقی را عقب راند و در هم نشکست.

حقیقت این است: خدا قدرت کاری را به ما نمی‌دهد که به ما نگفته آن را انجام دهیم؛ ولی همیشه به ما توانایی و قدرت می‌دهد تا کاری را که خود به ما سپرده یا به سوی آن هدایت کرده است، انجام دهیم. خدا می‌خواهد از زندگی لذت ببرید و اگر همیشه مضطرب باشید، نمی‌توانید لذتی از زندگی ببرید.

آیا نیازی می‌بینید که برای سالم، آرام و متعادل بودن، تعدیل یا موازنه‌ای ایجاد کنید؟

سخن دل‌پذیر و بامحبت

«شانهٔ عسل است سخنان دل‌پذیر، شیرین برای جان و شفاف‌بخش استخوان.»
(امثال ۱۶: ۲۴)

یکی از بخش‌های مهم ابراز محبت حقیقی به دیگران، سخن گفتن محبت‌آمیز با آنان است. قوت و تشویق ما تفاوت ایجاد می‌کند! همه به کسی نیاز داریم که به ما باور داشته باشد. مردم با کلام نادرست دیگران، آسیب می‌بینند، ولی سخنی دل‌پذیر می‌تواند شفا را به زندگی آنان وارد نماید.

راحت می‌توان به اشتباهات، ضعف‌ها، و شکست‌های اطرافیانمان اشاره کنیم. این عکس‌العملی طبیعی است؛ عکس‌العملی که از نفس ما نشات می‌گیرد. اما کلمات سبب حیات نمی‌شوند - کلمات هر چیز غلط در شرایط و دیگران را بزرگ می‌کنند. اما کلام خدا در رومیان ۱۲: ۲۱ می‌گوید باید با نیکویی بر شریر غالب آییم.

هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، کلام حیات‌بخش و مشوق را بیشتر می‌آموزیم و این موجب کلام مثبت در ما می‌گردد. خدا مثبت است، و وقتی با او هم‌گام می‌شویم، موافق او بودن را می‌آموزیم (عاموس ۳: ۳).

به راحتی می‌توان از دیگران ایراد گرفت، اما محبت از اشتباهات چشم‌پوشی می‌کند. اول پطرس ۴: ۸ به این شکل این موضوع را بیان کرده است: «مهم‌تر از همه، یکدیگر را به شدت محبت کنید؛ زیرا محبت، انبوه گناهان را می‌پوشاند.»

باور داشتن به بهترین در مردم و بیان سخنی بناکننده، طریقی مهم برای ابراز محبت به آنهاست.

برخورد با ناامیدی

«می‌دانیم در حق آنان که خدا را دوست می‌دارند و بر طبق اراده او فراخوانده شده‌اند، همه چیزها با هم برای خیریت در کار است.»

(رومیان ۸: ۲۸)

یاس دلایل متفاوتی دارد؛ از شکست‌های کوچک گرفته تا عقب‌افتادگی‌های اساسی، و شیطان که از ناامیدهای زندگی ما استفاده می‌کند تا شادی ما را بر بیاورد. او می‌خواهد شما را مایوس کند تا آنچه عیسا با قربانی جاننش فراهم نمود، دریافت ننمایید.

مهم نیست چه چیزی باعث ناامیدی ما می‌شود، ممکن است دلایل جسمی، عاطفی، ذهنی یا روحانی داشته باشد، هر وقت چنین حسی به ما دست می‌دهد می‌توانیم مقاومت علیه آن را برگزینیم و طبق هدایت خداوند عمل نماییم.

به محض ناامید شدن (به خصوص اگر مسئله‌ای تکرار شونده است)، باید به خود بگوییم من امروز بر نیکویی خدا در زندگی خود تمرکز می‌کنم. هرچه از دست بدهم، در مقایسه با آنچه در مسیح به دست آورده‌ام، هیچ است. وقتی چنین دیدگاهی می‌یابید، این ناامیدی به یاس و حتا افسردگی تبدیل نمی‌شود.

عیسا «ردای ستایش را به جای روح یاس» (اشعیا ۶۱: ۳) به ما بخشیده است. ما می‌توانیم این ردا را به جای یاس و سنگینی که ما را رها نمی‌کند، انتخاب نماییم. مقاومت کردن در برابر دشمن و انتخاب آگاهانه و مصمم جهت ستایش خدا حتا در شرایط سخت، اجازه خواهد داد تا بر یاس غالب آید و هر روز ایمانداری قدرتمندتر شوید.

وقتی از کاری که باید انجام دهید، مطمئن نیستید، بر کلام خدا پافشاری کنید و وعده‌های او را بر زندگی خود اعلام نمایید.

همیشه زندگی را برگزینید

«طرز فکر انسانِ نفسانی، مرگ است، اما طرز فکری که در حاکمیتِ روح قرار دارد، حیات و سلامتی است.»

(رومیان ۸: ۶)

بهترین شرایط برای ذهن ما - همان‌گونه که پولس در فیلیپیان ۴: ۸ توصیف کرده - پاک، دوست‌داشتنی، مهربان، ستودنی و شایان ستایش و عالی بودن است، اندیشیدن به این موارد پرهیزکارانه و عالی است. داشتن ذهن مسیح به همین معناست. دوست دارم به همه یادآوری کنم که باید به افکار خود فکر کنند. خیلی‌ها فکر می‌کنند منشاء مشکلات یا بدبختی آنها چیزی غیر از آنچه فکر می‌کنند است. آنها شرایط بیرونی را سرزنش می‌کنند؛ در صورتی که افکارشان باعث مشکلات آنها شده است. اما اگر پاسداری از افکار خود را برگزینیم، می‌توانیم هر اندیشه را به اطاعت از عیسای مسیح اسیر بسازیم (دوم قرن‌تین ۱۰: ۵).

بخش بزرگی از روند نزدیک شدن به مسیح، تسلیم کردن افکارتان به اوست. وقتی این کار را می‌کنید، اگر ذهنتان به سمت مسیری منفی در حرکت باشد، روح‌القدس سریعاً به شما هشدار می‌دهد. سپس تصمیم با ماست آیا به حرکت در آن مسیر ادامه می‌دهیم یا اندیشیدن به ذهن مسیح را انتخاب می‌کنیم؟ یکی از روش‌های فکر کردن به کلافگی، منفی‌بافی، و ناامیدی و دیگری به زندگی ختم می‌شود. امروز زندگی را انتخاب کنید!

افکار، سخنان، نگرش و اعمال شما نتیجه انتخاب‌های روزانه شما هستند.

دلی تشخیص دهنده

«با تمام دل خود بر خداوند توکل کن، و بر عقل خویش تکیه منما؛ در همه راه‌های خود او را در نظر داشته باش، و او طریق‌هایت را راست خواهد گردانید.»
(امثال ۳: ۵-۶)

کسانی که گرایش بیش از حد به فکرکردن دارند، با ایمان به مشکل برمی‌خورند. وقتی بیش از حد به مسائل فکر می‌کنیم، یعنی نگران حل مشکلات یا ایجاد فرصت‌ها هستیم، در اکثر موارد به جای خدا به خود اعتماد می‌کنیم. می‌توان گفت که خود من هم کسی بودم که بیش از حد به مسائل فکر می‌کردم؛ گویی باید همه مسائل را حل کنم. باید دقیقاً برنامه‌ای می‌چیدم تا راضی شوم. مدام می‌پرسیدم: «چرا خدایا، چرا؟ کی خدایا، کی؟!»، سپس یک روز خداوند با دل من سخن گفت: "تا وقتی که به استدلال کردن ادامه می‌دهی، هرگز قدرت تشخیص خواهی یافت!"

تشخیص در دل آغاز می‌شود و اوج می‌گیرد و ذهن را منور می‌سازد. تا وقتی که ذهن من مشغول استدلال‌های جدا از روح القدس باشد و به حقیقتی که در کلام خدا آمده، توجهی نکند، عیسا نمی‌تواند کاری برایم انجام دهد. او می‌خواهد ذهن خود را به کار گیریم، اما مایل است استدلال ما هم‌سو با کلام او باشد و به او اجازه دهیم که همه چیز را کنترل نماید.

متوجه شده‌ام تا وقتی مسئله‌ای مرا گیج نکرده، می‌توانم درباره آن استدلال‌هایی داشته باشم، اما وقتی گیج شدم، باید موضوع را رها کنم و منتظر بمانم تا خدا آن چیزی را که تنها او می‌تواند به من نشان دهد، بر من مکاشفه نماید.

اگر به دنبال یافتن دلیل اتفاقات زندگی خود باشیم، در ذهن و دل آرامشی نخواهیم داشت.

مراقب باشید و دعا کنید

«بیدار باشید(دقت کنید، احتیاط کنید و فعال باشید) و دعا کنید تا در آزمایش نیفتید. روح مشتاق است، اما جسم ناتوان.»

(متا ۲۶: ۴۱)

شیطان ترس را به کار می‌گیرد تا مانع پیشرفت ما شود، و به این طریق از حیاتی که عیسا جان سپرد تا به ما ببخشد، لذت نبریم. ترس به همه حمله می‌کند، اما حقیقت نیست. ترس مدرکی دروغین است که حقیقی به نظر می‌رسد.

اگر تسلیم ترس شویم، می‌تواند زندگی ما را تضعیف کند، اما خدا مایل است چینی که با او در دعا مشارکت می‌کنیم، تقویتمان نماید. ایمان به واسطه دعا رهامی‌گردد و باعث می‌شود قدرت در زندگی ما در دسترس قرار گیرد.

کلام خدا تعلیم می‌دهد که مراقب باشیم و دعا کنیم. با کمک خدا می‌توانیم مراقب خود و شرایط پیرامونمان باشیم و همچنین مراقب حملاتی که دشمن بر ضد ذهن و عواطف ما راه‌اندازی می‌کند. وقتی این حملات شناسایی می‌شوند، می‌توانیم فوراً در دعا به حضور خدا برویم. او دژ مستحکم ماست و وقتی در او هستیم، نباید از چیزی بترسیم.

بهترین راه برای مقاومت کردن در برابر شیطان، دعا کردن است. دعای خالصانه و صادقانه ما را به خدا نزدیک‌تر می‌کند. هرچه بیشتر به خدا نزدیک شویم، آسان‌تر می‌توانیم ترس را عقب برانیم.

در مورد همه چیز دعا کنید و از هیچ چیز نترسید. وقتی ترس در خانه شما را می‌زند، بگذارید ایمان پاسخ آن را بدهد.

قابل استفاده باشید

«پس ای برادران، در پرتو رحمت‌های خدا، از شما استعفا می‌کنم که بدن‌های خود را همچون قربانی زنده و مقدّس و پسندیده خدا تقدیم کنید که عبادت معقول شما همین است.»

(رومیان ۱۲: ۱)

اگر ایماندار هستید، زندگیتان بر خدا متمرکز است و برای به کارگرفته شدن توسط او کنار گذاشته شده‌اید. به خودتان تعلق ندارید؛ دیگر بخشی از چیزی بزرگ‌تر هستید. فوق‌العاده است که فکر کنیم زندگیمان از آن ما نیست؛ بلکه با بهایی خریداری شده‌ایم (اول قرن‌تیان ۶: ۲۰). ما به خدا تعلق داریم و زندگیمان هدفی عظیم در او دارد.

هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، درمی‌یابیم که به او تعلق داریم و در زندگی شریک او هستیم و هر روز باید خود را برای به کار گرفته شدن توسط او در دسترس قرار دهیم.

سال‌ها دعا کردم تا خدا آنچه می‌خواهم را به من بدهد. می‌گفتم: «خدایا، اگر این را به من بدهی، خوشبخت می‌شوم»، اما خدا به من نشان داد که شادی از تسلیم کردن نقشه‌هایمان به او نشأت می‌گیرد؛ به جای این که از او بطلبم که چه می‌خواهم، یاد گرفتم آنچه او برای زندگی می‌خواهد را بطلبم.

خدا می‌خواهد در دسترس و قابل استفاده باشیم. همه ما می‌توانیم چنین کاری را انجام دهیم! می‌توانیم زندگی خود را تسلیم خدا کنیم، و به او جهت اجرا کردن برنامه نیکویش برای آینده خود اطمینان نماییم.

شاید به هرچه می‌خواهیم نرسیم. اما اگر به خدا اعتماد کنیم، متوجه خواهیم شد که آنچه او برای زندگیمان می‌خواهد، عظیم‌تر از چیزی است که تصور می‌کنیم.

پرورش دادن اعتماد

«تا به ابد بر خداوند توکل کنید؛ زیرا که خداوند یهوه، صخره جاودانی است.»
(اشعیا ۲۶: ۴)

چند بار اجازه داده‌ایم آزمایش‌های زندگی ما را مایوس و بیش‌ازحد ناراحت کند؟ چند سال در زندگی گفته‌ایم: «من به خدا باور دارم، به خدا اعتماد می‌کنم!»، اما در واقع نگران بودیم و حرف منفی زده‌ایم و سعی کرده‌ایم خودمان از همه چیز سردرآوریم؟

گاهی فکر می‌کنیم چون چنین جملاتی را می‌گوییم، پس به خدا اعتماد داریم، ولی از درون هراسان و مضطرب هستیم. خوب است که گام‌های اول برای اعتماد کردن به خدا را برداریم، اما باید متوجه باشیم که همچنان می‌توانیم در اعتماد به او رشد نماییم. توکل و اعتماد به خدا چیزی بیش از کلمات است - توکل به او شامل کلام، منش و عمل می‌شود.

اعتماد و اطمینان در طول زمان بنا می‌شود و معمولاً وقت می‌برد که بر عادت نگرانی، اضطراب یا ترسی که در وجود ما حک شده، غلبه نماییم. به همین خاطر باید با خدا شرایط را تحمل کنیم. تسلیم نشویم و همه چیز را رها نکنیم؛ چون حینی که در آن موقعیت رشد می‌کنیم، تجربه و قوت روحانی می‌یابیم و هر بار کمی قوی‌تر از پیش می‌شویم. دیر یا زود، اگر تسلیم نشوید، آرامی، آسایش و اعتماد به خدا را می‌یابید.

اگر در آزمایش هستید، متوجه باشید که نگرانی بی‌فایده است و از زمانی که دارید، برای بناکردن اعتماد به خدا استفاده نمایید.

تلاش خود را بکنید و مابقی را به خدا بسپارید

«این را از سر نیاز نمی‌گوییم؛ زیرا آموخته‌ام که در هر حال قانع باشم.»

(فیلیپیان ۴: ۱۱)

وقتی ذهنی آرام و متعادل داشته باشیم، بهتر عمل می‌کنیم. وقتی ذهن ما آرام است، از ترس، نگرانی یا عذاب خبری نیست. وقتی ذهن ما متعادل است، می‌توانیم موقعیت را بسنجیم و تصمیم بگیریم چه کاری را باید و چه کاری را نباید انجام دهیم.

اکثر ما وقتی به مشکل برمی‌خوریم که از تعادل خارج می‌شویم. به حالت انفعال درمی‌آییم و دیگر کاری نمی‌کنیم، انتظار داریم خدا به جای ما همه کار بکند یا این که بیش از حد فعال می‌شویم، و اغلب در جسم عمل می‌کنیم. هرچه بیشتر به خدا نزدیک می‌شویم، متعادل‌تر می‌گردیم. می‌توانیم با هر موقعیت در زندگی روبه‌رو شویم و بگوییم: «کاری را انجام می‌دهم که خدا مرا به آن هدایت می‌کند، ولی به او اعتماد دارم که مابقی کار را خودش به دست می‌گیرد.»

امتحان کردن آنچه کارآمد واقع نمی‌شود، بی‌فایده است. منتظر خدا بمانید و از او اطاعت کنید و متوجه باشید که زمان‌بندی او در زندگی شما بی‌نقص است. حتماً اگر به نظر برسد خدا کاری درباره وضعیت شما انجام نمی‌دهد، هراسان نشوید. تا وقتی که به او اعتماد دارید، او عمل می‌کند، و نتیجه را در زمان معین خواهید دید.

وقتی آنچه خدا خواسته را انجام می‌دهیم، می‌توانیم برای عملی شدن مابقی آن به او اعتماد نماییم.

پاداش قسمت کردن محبت

«از همین محبت شما به یکدیگر، همه پی خواهند برد که شاگرد من هستید.»

(یوحنا ۱۳: ۳۵)

یکی از بهترین روش‌ها برای در میان گذاشتن عیسا با دنیا، محبت کردن به دیگران است. خود عیسا در مورد محبت و گام برداشتن در محبت تعلیم می‌دهد؛ چون جهان به چنین کاری نیاز دارد. جهان باید بداند که خدا محبت است و همه را بی‌قید و شرط محبت می‌کند (اول یوحنا ۴: ۸).

کلام خدا تعلیم می‌دهد که خدا خواستار این است که شخصیت مسیح را در زندگی خود پرورش دهیم، و سپس به عنوان سفیران مسیح به سراسر دنیا روانه شویم (دوم قرنتیان ۵: ۲۰).

برای این که سفیر او باشیم، باید ذهن خود را نسبت به حقیقت محبت او تازه کنیم. محبت تنها حس ما نیست؛ تصمیمی است که می‌گیریم تا همچون عیسا با مردم رفتار کنیم.

وقتی حقیقتاً تصمیم می‌گیریم تا در محبت گام برداریم، معمولاً تغییری اساسی در زندگیمان ایجاد می‌کنیم. بسیاری از راه‌های ما - افکار، مکالمات، عادات - باید تغییر کنند. محبت ملموس است؛ هر کس که با آن برخورد می‌کند، متوجه آن می‌شود.

محبت کردن به دیگران آسان یا بدون بهای شخصی نیست. هر بار که محبت کردن به دیگران را برمی‌گزینیم، بهایی باید پردازیم: زمان، پول یا زحمت. اما پاداش محبت کردن به دیگران، بیش از بهای آن است.

محبت کردن به دیگران به احساسات ما بستگی ندارد؛ بلکه انتخابی است که می‌کنیم.

درک بخشش

«در او، ما به واسطه خون وی رهایی یافته‌ایم، که این همان آمرزش گناهان است، که آن را به اندازه غنای فیض خود.»

(افسیان ۱: ۷)

یکی از موانعی که نمی‌گذارد از زندگی‌ای که خدا رایگان به ما بخشیده، لذت ببریم، آگاهی نسبت به گناه است. همه با گناه مشکل دارند، اما نباید مشکل را از آنچه هست پیچیده‌تر کنند.

بسیاری از ما درگیر گناهان خود هستیم. وقتی اشتباه می‌کنیم، ضعف نشان می‌دهیم یا به طریقی شکست می‌خوریم، اغلب شک می‌کنیم که خدا ما را دوست دارد، و از خود می‌پرسیم اگر از دست ما عصبانی است، پس باید هر کار خوبی که می‌توانیم انجام دهیم تا به طریقی جبران کنیم و شادی خود را به عنوان قربانی خطایمان تسلیم کنیم.

خدا می‌خواهد عطای بخشش را به ما بدهد. وقتی ما به گناه خود اعتراف می‌کنیم، او گناه ما را می‌بخشد و به اندازه‌ای که مشرق از مغرب دور است، آنها را از خود دور می‌کند و دیگر به خاطر نمی‌آورد (مزمور ۱۰۳: ۱۲). اما اگر می‌خواهیم از بخشش سود ببریم، باید آن را به ایمان دریافت کنیم.

وقتی نوایمان بودم، هر شب بخشش خدا را به خاطر گناهان گذشته‌ام، طلب می‌کردم. یک شب، حینی که کنار تخت زانو زده بودم، خداوند با دل من سخن گفت: «نخستین باری که گفתי تو را بخشیدم، اما عطای مرا دریافت نکردی، چون خودت را نبخشیدی!»

عیسا بار گناه را بر صلیب تحمل کرد. او بخشش را هدیه می‌کند.
دیگر نیازی نیست خود را محکوم کنید.

آگاهی نسبت به پارسایی

«او کسی را که گناه را نشناخت، در راه ما گناه ساخت، تا ما در وی پارسایی خدا شویم.»

(دوم قرنتیان ۵: ۲۱)

ایماندارانی که در مشارکت نزدیک با خدا زندگی می‌کنند، به بدی خود فکر نمی‌کنند. آنها دیدگاهی پارسایانه دارند که به خاطر تأمل مداوم بر کسی که در مسیح هستند، حاصل می‌شود.

با این وجود بسیاری از مسیحیان از افکار منفی ناشی از حس گناه یا ناخشنودی خدا از خود به خاطر ضعف‌ها و شکست‌هایشان، رنج می‌برند. چقدر باید در زندگی زیر بار احساس گناه و محکومیت، وقت تلف کنید.

تشویقتان می‌کنم که فکر کنید چگونه در مسیح پارسایی خدا گشته‌اید. به یاد داشته باشید: افکار به اعمال بدل می‌شوند. اگر می‌خواهید از زندگی‌ای که عیسا با دادن جانش مهیا کرد تا شما از آن لذت ببرید، باید افکار خود را با کلام خدا هم‌سو سازید.

هر بار که افکاری منفی و مخرب به ذهن شما خطور می‌کند، به خود یادآوری کنید که خدا شما را دوست دارد و در مسیح پارسا گشته‌اید.

شما همواره در حال بهتر شدن هستید. هر روز از نظر روحانی رشد می‌کنید. خدا برای زندگیتان برنامه‌ای شکوهمند دارد.

خدا می شنود و درمی یابد

«این است اطمینانی که در حضور او داریم که هر گاه چیزی بر طبق اراده وی درخواست کنیم، ما را می شنود.»

(اول یوحنا ۵: ۱۴)

دعا یکی از چیزهایی است که نزدیکی ما به خدا و اطمینان ما به او را نشان می دهد. اگر در مورد همه چیز به جای نگرانی و تلاش برای حل آن، دعا کنیم، با نگرش و عملکرد خود می گوئیم: «خداوندا، من در این شرایط به تو اعتماد می کنم!».

باور دارم خیلی از ما دعا می کنیم و از خود می پرسیم: او صدای ما را می شنود یا نه، از خود می پرسیم درست یا به اندازه کافی دعا کرده ایم، یا از عبارات و آیات مناسب استفاده کرده ایم یا نه، و سوالاتی از این دست. با شک و ناباوری نمی توان به شکلی مناسب دعا کرد. لازمه دعا، داشتن ایمان است.

خدا مرا تشویق کرد تا بدانم تنها دعایی ساده و از روی ایمان، می تواند کارآمد باشد. نیازی نیست مدام حرف را تکرار کنم. نیازی نیست کلمات فصیح را انتخاب کنم. تنها باید خودم باشم و بدانم که او می شنود و درک می کند.

تشویقتان می کنم که درخواست های خود را خیلی ساده مطرح کنید و باور داشته باشید که خدا صدای شما را شنیده است و در زمان مناسب به آن پاسخ خواهد داد. هنگام دعا اطمینان داشته باشید. بدانید خدا صدای شما را می شنود و از دعای کودکان و ساده شما که از دلتان برمی آید، خوشحال می شود.

مطمئن باشید خدا به روش خود و زمان بندی بی نقص خود به دعای شما پاسخ می دهد.

برگزیده خدا

«شما نبودید که مرا برگزیدید، بلکه من شما را برگزیدم و مقرر داشتم تا بروید و میوه آورید و میوه شما بماند، تا هر چه از پدر به نام من درخواست کنید به شما عطا کند.»

(یوحنا ۱۵: ۱۶)

وقتی خدا ما را برای برنامه و اهداف آسمانی خود انتخاب می‌کند، از معیارهایی غیر از معیارهای دنیا استفاده می‌کند. دنیا طبق ظاهر، استعداد، تحصیلات یا دستاوردها، شخصی را انتخاب می‌کند، اما خدا چنین نیست. در واقع، در اول قرن‌تین ۱: ۲۶-۲۹ به ما گفته شده که خدا آنچه دنیا ابلهانه می‌پندارد را انتخاب می‌کند تا حکیمان را خجل سازد و آنچه دنیا ضعیف می‌پندارد را برمی‌گزیند تا زورمندان را خجل سازد.

خوشحالم که می‌دانم خدا عمداً و بدون توجه به ضعف‌های ما، ما را انتخاب می‌کند. وقتی خدا ایده شروع سازمان خدماتی جویس مایر را به من بخشید، به دنبال شایسته‌ترین نبود. او کسی را انتخاب کرد که او را دوست دارد، کسی که سخت کار می‌کند و مصمم است. خود من استعداد خاصی جز ارتباط برقرار کردن نداشتیم، اما حتا آن موقع هم صدای من هم کمی غیرعادی بود. مطمئنم دنیا مرا واجد شرایط نمی‌دانست و رد می‌کرد، اما شکر که خدا چنین نکرد.

اتفاقی که در زندگی من افتاد، برای شما هم امکان‌پذیر است. مردم شاید ظاهربین باشند، اما خدا به دل نگاه می‌کند. دیگران شاید به نظر شایسته‌تر یا بااستعدادتر به نظر برسند، اما انتخاب او طبق ظاهر، تحصیلات، دارایی یا حتا استعداد ما نیست؛ بلکه مطابق نگرش دل ماست. اگر نسبت به خدا دلی نیکو دارید و نگرش شما این است که در دسترس خدا باشید، او می‌تواند از طریق زندگی شما کاری فراتر از آنچه ممکن می‌دانید، انجام دهد.

اگر وفاداری به خدا را برگزینیم، نهایتاً به جایی می‌رسیم که خدا
برایمان در نظر دارد.

خودداری از تسلیم شدن

«عیسا برای شاگردان متلی آورد تا نشان دهد که باید همیشه دعا کنند و هرگز دلسرد نشوند.»

(لوقا ۱۸: ۱)

بسیاری هنگامی که شرایط سخت می‌شود، عقب‌نشینی می‌کنند؛ اما با یاری خدا می‌توانیم علیرغم شرایط سخت پیش رویم. همیشه آسان نیست، اما همیشه ارزشش را دارد. اگر به پیشرفت ادامه دهیم، پیروزی انتظار ما را می‌کشد.

عیسا در یوحنا ۱۶: ۳۳ گفت: «در دنیا برای شما زحمت خواهد بود؛ اما دل قوی دارید؛ زیرا من بر دنیا غالب آمده‌ام». رویارویی با مشکلات نباید دلیل یأس و تسلیم شدن ما شود. می‌توانیم باور داشته باشیم که عیسا بر هر مشکل ما غالب می‌آید و به این طریق می‌توانیم دلگرم شویم. ما خلق نشده‌ایم تا از مشکلات روبرگردانیم؛ بلکه آفریده شده‌ایم تا در خداوند و قدرت عظیم او تقویت شویم. اگر قرار نبود با چالشی روبه‌رو شویم، پس به ایمان هم نیازی نداشتیم.

در کتاب مقدس چندین شخصیت را پیدا می‌کنید که به سادگی از تسلیم شدن سر باز زدند. زکّا علیرغم کمبودهایش از عیسا جدا نمی‌شد. زنی که دچار خونریزی مداوم بود، انبوه جمعیت را کنار زد و به خاطر مصمم بودن خود، پاداش گرفت. همه به اهداف خود رسیدند؛ چون با جسارت پیش رفتند تا هرچه خدا برایشان در نظر داشت، دریافت نمایند.

هنگام روبه‌رو شدن با موانع، به جای عقب‌نشینی از روی ترس، از خدا بخواهید به شما قوت و شجاعت بدهد تا در او پیش روید.

وقتی احساس می‌کنید باید از کار دست بکشید، اعلام کنید: «من تسلیم نمی‌شوم! خدا با من است و به من کمک خواهد کرد تا گام به گام پیش بروم!»

بگذارید محبت جنگ را ببرد

«زیرا هرچند در این دنیا به سر می‌بریم، اما به روش دنیوی نمی‌جنگیم. چرا که اسلحه جنگ ما دنیوی/خون و جسم/ نیست، بلکه به نیروی الهی قادر به انهدام دژهاست.»

(دوم قرن‌تیاں ۱۰: ۳-۴)

ما قطعاً در میدان نبرد هستیم. کتاب مقدس تعلیم می‌دهد که اسلحه جنگ ما جسمانی یا اسلحه‌ای طبیعی نیست، بلکه سلاح نیرومند خداست که دژها را فرو می‌ریزاند.

یکی از بخش‌های نزدیک‌تر شدن به خدا، همکاری با روح القدس جهت فروریختن دژهای خودخواهی، غرور، و خودمهم‌بینی است. یکی از مهم‌ترین عوامل در غالب آمدن بر شریر این است که در حالی که رنجیده‌خاطرید، آگاهانه تمرکز را از خودتان بردارید و برای دیگری، کاری انجام دهید.

وقتی عیسا بر صلیب بود و رنج می‌برد، وقت گذاشت تا دزد روی صلیب را تسلی دهد (لوقا ۲۳: ۲۹-۴۳). وقتی استیفان سنگسار می‌شد، برای سنگسارکنندگان خود دعا کرد و از خدا خواست گناهشان را نادیده بگیرد (اعمال ۷: ۵۹-۶۰).

اگر کلیسای عیسای مسیح، یعنی بدن او بر زمین، بر ضد خودخواهی بجنگد و در محبت گام بردارد، دنیا متوجه این عملکرد می‌شود.

گام برداشتن در محبت، بخش مهمی از نبرد روحانی است.

از جلال به جلال

«و همه ما که با چهره بی نقاب، جلال خداوند را، چنان که در آینه‌ای، می‌نگریم، به صورت همان تصویر، از جلال به جلالی فزون‌تر دگرگون می‌شویم؛ و این از خداوند سرچشمه می‌گیرد که روح است.»

(دوم قرن‌تینان ۳: ۱۸)

خود را چطور می‌بینید؟ آیا می‌توانید خود و رفتارتان را صادقانه بسنجید و احساس محکومیت نکنید؟ آیا می‌توانید تشخیص دهید که چه مسیری پیش رو دارید، و همچنین چقدر پیش آمده‌اید؟

پولس در دوم قرن‌تینان ۳: ۱۸، می‌گوید خدا ما را «از جلال به جلالی فزون‌تر» دگرگون می‌سازد. به عبارت دیگر، تغییرات در حوزه شخصی و همچنین شرایطمان، به صورت تدریجی رخ می‌دهد. شرایط کنونی شما مقصد نهایی شما نیست.

اگر تولد تازه یافته‌اید، پس در مسیر پارسایی هستید. هنوز حتی به آنچه ممکن است تبدیل شوید، نزدیک هم نیستید؛ اما خدا را شکر که بر مسیر درست قرار گرفته‌اید. اکنون از جلالی که در آن هستید، لذت ببرید و به جایگاهی که دیگران دارند، حسادت، یا جایی که هستید را محکوم نکنید. شاید تا وقتی که لذت بردن از آن کسی که هم‌اکنون هستیم را یاد نگیریم، به حدی دیگر از جلال انتقال نیابیم.

به خود سخت نگیرید. خدا هر روز شما را تغییر می‌دهد و به خود نزدیکتر می‌سازد.

ایمان پادزهر است

«زیرا روحی که خدا به ما بخشیده، نه روح ترس، بلکه روح قوت و محبت و انضباط است.»

(دوم تیموتائوس ۱: ۷)

اگر امروز در هر حوزه‌ای از زندگی خود با شک، نگرانی، اضطراب یا ترس روبه‌رو هستید، ایمان پادزهر شماست.

این‌طور فکر کنید: اگر زهر وارد بدن من یا شما بشود، فوراً به پادزهر احتیاج پیدا می‌کنیم. چنین امری در مورد رویارویی با سم شک، نگرانی، اضطراب و ترس هم صادق است. ما به پادزهر نیاز داریم و آن پادزهر، ایمان است.

وقتی این سارقان شادی به در خانه شما می‌آیند و در می‌زنند، می‌توانیم با ایمان پاسخ دهیم، می‌دانیم که ایمان به خدا، دشمن را شکست می‌دهد و ما را به او نزدیک‌تر می‌سازد و اجازه می‌دهد در او آرامی و امنیت بیابیم.

یعقوب ۱: ۵-۷ به ما می‌گوید هنگام نیاز پیدا کردن به چیزی، می‌توانیم با ایمان دعا کنیم و خدا بدون توجه به معایبمان به ما پاسخ خواهد داد. این امری ساده، اما مهم است. حتی اگر در طریق‌های خود بی‌عیب نبوده‌ایم، همه‌کاری که باید انجام دهیم، این است که با ایمان از خدا طلب کنیم و او به ما کمک خواهد کرد!

به خداوند ایمان آورید. او قدرت دارد شما را برهاند و زندگیتان را در مسیری تازه قرار دهد.

باور به بهترین‌ها

«ای افعی‌زادگان، شما که بدسیرت هستید، چگونه می‌توانید سخن نیکو بگویید؟
زیرا زبان از آنچه دل از آن لبریز است، سخن می‌گوید.»

(متا ۱۲: ۳۴)

کسی که به خدا نزدیک است، طرز فکر مثبت، انگیزش‌بخش و بناکننده در مورد دیگران، خود و شرایط اش دارد.

می‌توانید دیگران را با سخنان خود تشویق کنید و در مورد هر یک، افکاری محبت‌آمیز داشته باشید. به یاد داشته باشید که هرچه در دل دارید، به دهان شما می‌آید (متا ۱۲: ۳۴). افکار و کلمات ظرف یا سلاحی هستند که می‌توانند قدرتی خلاق یا مخرب داشته باشند (امثال ۱۸: ۲۱). به همین خاطر باید آگاهانه، از روی محبت فکر کرد.

تشویقتان می‌کنم افکار محبت‌آمیز خود را به دیگران ابراز کنید. سخنان تشویق‌کننده بگویید. کنار دیگران بایستید و آنها را ترغیب کنید تا در زندگی روحانی خود پیشروی داشته باشند. سخنانی بگویید که به دیگران احساس بهتری می‌دهد و آنها را تشویق و تقویت می‌کند.

همه به اندازه کافی مشکل دارند. نیازی نیست با به هم ریختن آنها بر مشکلشان بیفزاییم. می‌توانیم در محبت یکدیگر را بنا کنیم (اول تسالونیکیان ۵: ۱۱). محبت همواره به بهترین هر شخصی باور دارد (اول قرنتیان ۱۳: ۷).

وقتی افکار، اعمال و دیدگاه ما با آنچه کلام خدا می‌گوید هم‌سوست، در واقع مطیع آن کلام زندگی می‌کنیم.

بهتر از اعتماد به نفس

«قدرت هر چیز را دارم در او که مرا نیرو می‌بخشد.»

(فیلیپیان ۴: ۱۳)

اطمینان، عموماً همان «اعتماد به نفس» در نظر گرفته می‌شود؛ چون همه می‌دانیم اگر قرار بر این باشد که در زندگی کاری کنیم، باید نسبت به خود احساس خوبی داشته باشیم. ما آموخته‌ایم که همه مردم نیاز به خودباوری دارند. اگرچه، این تمامی حقیقت نیست.

بیش از باور به خود، باید به عیسای مسیح در خود باور داشته باشیم. جدا از او نمی‌توانیم دیدگاهی والا در مورد خود داشته باشیم. می‌توانیم کارهای فوق‌العاده انجام دهیم، اما تنها به واسطهٔ مسیح!

اگر به فرضیات نادرستی دربارهٔ «اعتماد به نفس» باور داشته باشیم، موجب بروز مشکلات پیچیده‌ای خواهیم شد. در ترس و ناامنی زندگی می‌کنیم و راضی به پتانسیلی کمتر از آنچه در مسیح می‌یابیم، می‌شویم.

نگران خود، نقاط ضعف، یا نقاط قوت‌تان نباشید. تمرکز خود را بر خدا بگذارید. اگر ضعیف هستید، او می‌تواند شما را قوت بخشد. اگر قوت دارید، بدان خاطر است که او آن را به شما می‌دهد. به هر شکل، بر خداوند تمرکز کنید و به او اطمینان داشته باشید.

به اعتماد به نفس نیازی ندارید، تنها نیاز شما اعتماد به خداست!

دو واژه نیرومند برای زندگی

«... مترسید. بایستید و نجات خداوند را ببینید، نجاتی را که امروز برایتان به عمل می‌آورد...»

(خروج ۱۴: ۱۳)

عیسا گفت شیطان دروغگو و پدر دروغگویان است (یوحنا ۸: ۴۴) و حقیقتی در او یافت نمی‌شود. شیطان سعی می‌کند با به کارگیری دروغ، قوم خدا را فریب دهد و بترساند تا برای اطاعت کردن از خدا جسور نباشند و برکاتی که او برایشان در نظر دارد، برداشت نکنند.

معمولاً ترس از چیزی، بدتر از خود آن است. اگر شجاع باشیم و تصمیم بگیریم کاری که از آن می‌ترسیم را انجام دهیم، درمی‌یابیم به بدی آن چیزی نیست که تصورش را می‌کردیم.

در کلام خدا می‌بینیم که او به قوم خود می‌گوید: «مترسید!» فکر می‌کنم او با این کار می‌خواهد آنها را تشویق کند تا اجازه ندهند شیطان برکات را از آنها برباید.

به همین ترتیب، چون خداوند می‌داند انسان همواره نگران و ترسان است، مدام ما را تشویق و ترغیب می‌کند تا دروغ‌ها را کنار زده و اراده او را به انجام رسانیم. چرا؟ چون می‌داند برکات عظیم در انتظار ما هستند.

دشمن می‌خواهد به شما بگوید شرایط کنونی نشان از شکستی است که در آینده انتظارتان را می‌کشد؛ اما کلام خدا تعلیم می‌دهد که مهم نیست شرایط کنونی شما چگونه است، با خدا همه چیز ممکن خواهد بود (مرقس ۹: ۲۳).

**اگر این کلمه را در زندگی خود به کار گیرید، پیروز خواهید شد:
مترسید!**

دیدگاه شاکر

«به دروازه‌های او با شکرگزاری داخل شوید، و به صحن‌های او با ستایش! او را سپاس گویند و نامش را متبارک خوانند!»

(مزمور ۱۰۰: ۴)

کسی که در ذهن مسیح سیر می‌کند، افکار او را سرشار از ستایش و شکرگزاری می‌یابد. بدون شکرگزاری نمی‌توانید زندگی پرقوتی داشته باشید. کلام خدا بارها اصول شکرگزاری را به ما تعلیم داده است. شکرگزاری یکی از اصول زندگی است.

با غرغر و شکایت، درهای فراوانی را برای شیطان باز می‌گذاریم. برخی جسماً بیمار هستند و در نتیجه این بیماری که اسم آن شکایت کردن است، زندگی ضعیف و بی‌قوتی دارند؛ بیماری‌ای که به افکار و مکالمات مردم هجوم می‌برد.

ما می‌توانیم همواره شکرگزار باشیم؛ در هر موقعیت و برای هر چیزی، و با این کار، وارد زندگی پیروزمندانه‌ای شویم که عیسا جانش را داد تا آن را به ما ببخشد. لازمه چنین کاری، شاید قربانی ستایش یا شکرگزاری لب‌های ما باشد، اما شخصی که آگاهانه برای شکرگزاری وقت می‌گذارد، همواره از کسی که این کار را نمی‌کند، خوشحال‌تر است.

می‌توانیم برگزینیم که نسبت به خدا و مردم، سرشار از شکرگزاری باشیم. ابراز و بیان سپاس‌گزاری، اطرافیان شما را برکت می‌دهد و همچنین برای خود شما هم نیکوست؛ چون شادی را در زندگیتان آزاد می‌سازد.

خدا را شکر کنید، زیرا حین این کار، دلتان از حیات و نور پر می‌شود.

فیض در مقابل عمل

«فیض خدا را باطل نمی‌شمارم؛ زیرا اگر پارسایی از راه شریعت به دست می‌آمد، پس مسیح بیهوده مرد.»

(غلاطیان ۲: ۲۱)

جالب است که ما به واسطه عیسای مسیح، همان‌گونه که هستیم، به حضور خدا می‌آییم و بر هیچ‌چیز جز خون عیسای مسیح، جهت پاک شدن از گناه خود اتکا نمی‌کنیم. دل ما سرشار از شکرگزاری است؛ چون می‌دانیم لایق آن نیستیم. اما از آن لحظه به بعد، بنا به دلیلی، می‌خواهیم هر چیز دیگری که او به ما می‌بخشد را خود شخصا به دست آوریم.

فرض را بر این می‌گیریم که خدا ما را برکت نخواهد داد؛ چون فکر می‌کنیم لایق آن نیستیم. کلام به اندازه کافی نخوانده‌ایم، یا به اندازه‌ای که باید دعا نکرده‌ایم یا در ترافیک کنترل اعصاب خود را از دست داده‌ایم. هزاران دلیل برای ناشایستگی خود نسبت به محبت خدا می‌یابیم. خدا هرگز از محبت کردن ما دست نمی‌کشد، اما ما اغلب از دریافت آن باز می‌مانیم.

با این که ما بر ایمان تاکید داریم، اما همواره تلاش می‌کنیم زندگی‌ای را که خدا طراحی نموده تا با فیض او پیش رود، با تکیه بر قوت خودمان به پیش ببریم. بنابراین، جای تعجب نیست که کلافه و سردرگم می‌شویم؛ زیرا با این شیوه نشان می‌دهیم که از فیض خارج گشته و به اعمال تکیه کرده‌ایم.

وقتی در زندگی مشکلی دارید که نمی‌دانید چطور باید آن را حل کنید، به استدلال و تحلیل بیشتری نیاز نیست، بلکه نیاز شما فیض است. اگر نمی‌توانید راه‌حلی برای مشکل خود بیابید، به سادگی اطمینان داشته باشید که خدا آن را برایتان آشکار می‌کند. نیازی نیست کمک خدا را به دست آورید یا شایسته آن شوید؛ او می‌خواهد شما را تجهیز کند و با فیض خود هر روزه قوت بخشد.

جایی که اعمال جوابگو نیستند، فیض سر بلند می‌شود.

دعای راحت و بااطمینان

«پیوسته دعا کنید.»

(اول تسالونیکیان ۵: ۱۷)

هرچه بیشتر در رابطه خود به خدا نزدیکتر می‌شویم، بیشتر در دعای خود اطمینان می‌یابیم. حقیقت این است که خدا می‌خواهد مانند نفس کشیدن، در دعاهایمان با اطمینان و راحت باشیم؛ درست مانند کاری بی‌زحمت و آسان که هر لحظه انجام می‌دهیم. برای نفس کشیدن، نیازی به زحمت و کار نیست، همچنین اگر سادگی دعا را درک کرده باشیم، نیازی نیست برای آن به زحمت بیفتیم.

همانطور که پولس در اول تسالونیکیان ۵: ۱۷ می‌گوید، «پیوسته دعا کردن» بدان معنا نیست که هر لحظه و ۲۴ ساعت شبانه‌روز باید رسماً دعا کنیم. این بدان معناست که در طول روز می‌توانیم در دیدگاهی دعایی باشیم. هنگامی که با موقعیت‌های مختلف روبه‌رو می‌شویم یا مسائل مختلف توجه ما را به خود جلب می‌کنند، می‌توانیم در دعا همه را به سادگی تسلیم خدا نماییم. من اغلب می‌گویم: «روز خود را با دعا بگذرانید.»

فراموش نکنید: مدت یا رسایی و فصاحت دعای شما نیست که آن را نیرومند می‌سازد، بلکه دعای خالصانه و ایمانی که در آن است، دارای قوت است.

ما می‌توانیم همواره، در هر مکانی و در مورد هر چیزی دعا کنیم. دعای ما می‌تواند رسا یا بی‌صدا، طولانی یا کوتاه، درملاءعام یا نهان باشد؛ مهم‌ترین نکته این است که دعا کنیم.

هر روز نزدیکتر شدن به خدا

«زیرا اراده پدر من این است که هر که به پسر بنگرد و به او ایمان آورد، از حیات جاویدان برخوردار شود، و من در روز بازپسین او را برخوام خیزانید.»
(یوحنا ۶: ۴۰)

زندگی مسیحی به معنای پیروی از قوانین و فهرستی از قواعد نیست. بله، خدا هدایت و دستورالعملی خاص برای زندگی ما دارد، اما این قواعد و وظایف مذهبی نیستند؛ این اصول به ما کمک می‌کنند تا زندگی‌ای را که عیسا جان سپرد تا به ما ببخشد، شادمانه، به پری و فراوانی دریافت نماییم.

خدا می‌خواهد از «مذهب» عبور کنید و رابطه عمیق، نزدیک و صمیمی با او داشته باشید. این بدان معناست که به خدا نزدیکتر شوید. او وجودی دور و شریعت‌گرا، و سرد و دست‌نیافتنی نیست. خدا پدر آسمانی ماست که بی‌قید و شرط و همواره ما را دوست دارد.

مهم نیست که در گذشته چه اتفاقی افتاده، مهم نیست چقدر شکست خورده‌اید، مهم نیست فکر می‌کنید چه معایبی دارید، می‌توانید در رابطه‌ای نزدیک با خدا زندگی کنید. او شما را خواهد بخشید. او شما را تسلی خواهد داد و با شما همراه خواهد شد. او هرگز شما را رها نکرده یا تنها نخواهد گذاشت. خدا شما را بیش از خودتان و فراتر از صورتان دوست دارد. تنها امروز باید محبت او را دریافت نمایید.

برای این که هر روز بیشتر و نزدیکتر به خدا زندگی کنیم، باید محبت او را دریافت کرده و در پاسخ، محبت کردن به او را بیاموزیم.

درباره نویسنده

جويس ماير يکي از برترين آموزگاران است که کتاب مقدس را به صورت عملي تعليم مي دهد. برنامه روزانه او به نام «زندگي شاد روزانه»، از صدها شبکه تلويزيوني و ايستگاه راديويي پخش مي شود.

جويس بيش از صد کتاب الهام بخش نوشته است. برخي از پرفروش ترين کتاب هاي او عبارتند از: قدرت فکر؛ بانوي مطمئن؛ ظاهر خوب، احساس خوب؛ روزتان را به نيکويي آغازکنيد و شب را به نيکويي به پايان برديد؛ اعتياد به تاييد؛ چگونه صدای خدا را بشنويم؛ تاجي به عوض خاکستر؛ و نبردگاه ذهن.

جويس، دايم در سفر است و در طول سال، کنفرانس ها و سخنراني هاي فراواني را با شرکت هزاران نفر در سراسر جهان برگزار مي نمايد.

زندگی هر روزه ممکن است انرژی زیادی از شما بگیرد؛ راحت می‌توان با چیزهایی که به نظر مهم می‌آیند، حواس خود را پرت کرد، اما برای رسیدن به زندگی‌ای که حقیقاً اقناع‌کننده باشد، باید هر روزه برای آنچه که مهم‌ترین است؛ یعنی رابطه خود با خدا، وقت بگذاریم .

جوئیس مایر، نویسندهٔ فروش نیویورک تایمز، در کتاب "نزدیکی هر روزه به خدا"، روش‌های عملی‌ای را شرح می‌دهد که با به‌کارگیری آنها می‌توانید به خدا نزدیک‌تر شوید. جوئیس، تجربه‌های شخصی خود را با توجه به آیاتی نیرومند، با شما در میان می‌گذارد و به این طریق کمک می‌کند تا با خدا رابطه‌ای نزدیک‌تر را تجربه نمایید.

در کل کتاب مقدس می‌بینیم که خدا می‌خواهد شخصاً در زندگی قوم خود دخالت داشته باشد. او خواهان همین رابطه با شماست تا در فائق آمدن بر جدال‌های زندگی، یاریتان دهد. او دنیای شمارارو به سوی شادمانی عظیم و شعفی که تنها از اوست، می‌گشاید. این دوره شمارا تشویق می‌کند تا هر روزه حضور خدا را در زندگی‌تان بچشید و بدین ترتیب، بهتر تصمیم بگیرید، زندگی موثرتری داشته باشید و از زندگی شادی که او برایتان در نظر گرفته است، نهایت لذت را ببرید.

کانال توئیتر ما را دنبال نمایید: @FaithWords

کانال اینستاگرام ما را دنبال نمایید: @FaithWordsBooks

www.faithwords.com

این کتاب به صورت چاپی و الکترونیکی در دسترس شماست

صفحه‌آرایی: Candace Gerard

عکس: David Dobson

جلد @2015 Hachete, Inc Book Group

چاپ شده در آمریکا