

عنوان پادکست: دل آرام در دنیای پُر تلاطم

## دل آرام در دنیای پُر تلاطم (بخش اول)

**نازی:** اگر شما خود را در بحران‌های مختلف زندگی درگیر می‌بینید، از شما دعوت می‌کنیم که در برنامه امروز با ما همراه شوید چون خبر خوشی در انتظار شماست.

**سابرینا:** آخرین فصل کتاب پیروزی خدا هنوز به پایان نرسیده! اما به یاد داشته باشید که خدا هنوز بر تخت سلطنت خود نشسته است. او هنوز هم بر قدرت‌های شرارت پیروزی و تفوق دارد. و این خداست که حرف آخر را می‌زند.

**نازی:** با سلام به شما شنوندگان عزیز، امروز با برنامه‌ای دیگر از پادکست «دل‌هایمان احیا کن» با صدای سابرینا اصلان در خدمت شما عزیزان هستیم.

به نظر می‌رسد که در دنیایی زندگی می‌کنیم که اخبار هولناک از قبیل تروریسم، فجایع مربوط به حکومت‌های استبدادی، تغییر و تبدیل‌های سیاسی و اقتصادی، به صورتی توقف‌ناپذیر، دنیای ما را مورد تهدید جدی خود قرار داده است. در این سری برنامه‌ها تحت عنوان **دل آرام در دنیای پُر تلاطم** خواهیم دید که از لحاظ کتاب مقدس ما ایمانداران به مسیح چه واکنشی نسبت به شرایط موجود در دنیای کنونی باید از خود نشان دهیم.

**سابرینا:** آیا شما نیز جزو کسانی هستید که پس از سپری کردن تمام روز در کار، مدرسه، یا کارخانه و اخبار شامگاهی، خستگی فکری‌تان چند برابر می‌شود؟ و از فرط خشم و نگرانی نسبت به اتفاقات اطراف، نمی‌دانید که چه باید بکنید؟

در واقع، آنچه که اکثریت محتوای شبکه‌های اجتماعی را در بر می‌گیرد، حاوی خشونت، سوءاستفاده‌های مختلف جنسی و فرهنگی و اجتماعی و سیاسی، تروریسم، بلایای طبیعی، و هزار و یک جور اخبار نگران‌کننده، مایوس‌کننده، و ترسناک دیگر است. و به هر حال، به هر سو که نگاه می‌کنی، با معیارها و استانداردهایی برخورد می‌کنی که کاملاً مخالف معیارهای کلام خدا یعنی کتاب مقدس است.

این کاملاً مشهود است که ما در دنیای سقوط کرده‌ای زندگی می‌کنیم که هیچ چیز در آن در حال بهبودی نیست ... بر عکس، تاریکی آن پُررنگ تر و پُررنگ تر می‌شود. اما متأسفانه، این فقط مربوط به اوضاع فرهنگی، اجتماعی

و یا سیاسی نیست. هر یک از ما در سطح زندگی شخصی، اعم از خانه، محل کار، و حتی گاهی اوقات در کلیسا نیز خود را در بحران و کشمکش می‌بینیم. خانمی در پیام خود به ما می‌نویسد: "من در محیط شغلی خودم متأسفانه همیشه خودم را در بحران می‌بینم. یکی از همکارانم دائماً بدگویی مرا می‌کند و می‌خواهد زیر پایم را خالی کند. تا به حال خیلی از خودم صبر و تحمل نشان داده‌ام ولی دیگر صبر و تحمل تمام شده ... و احساس می‌کنم از شخصیت ساکت و درون‌گرای من خیلی سوء استفاده شده است. متأسفانه، او با زبانی که دارد، طوری صحبت می‌کند که رؤسا طرف او را می‌گیرند و بدون اینکه به من گوش دهند، من را مورد توبیخ و مؤاخذه قرار می‌دهند."

خانم دیگری می‌نویسد: "با مردی نامزد کرده‌ام که واقعاً مشکل‌حادِ خشم و عصبانیت دارد. حداقل هفته‌ای یک بار، ما با هم بحث و مجادله داریم. که اغلب این بحث و گفتگو از جایی شروع می‌شود که من یک جوری انتظارات او (یعنی نامزد) را برآورده نکرده‌ام. او هیچوقت دست خودش را بر من دراز نکرده، ولی خیلی راحت، وقتی که عصبانی می‌شود، فحش می‌دهد و بعد هم برای آنکه عذر موجه بیاورد، می‌گوید: خُب، همه ما اشتباه می‌کنیم." و چه بسا زنانی هستند که این گونه مشکلات و بدتر از آن را در زندگی زناشویی و در ازدواج خودشان تجربه می‌کنند.

اینجور شرایط به صورتی فرسایشی در ما حس خشم، آشفتگی، و پریشان‌حالی ایجاد می‌کنند، حسی که با ترس، ناامیدی، دلسردی، و سردرگمی عجین است. این‌ها همه، واکنش‌های طبیعی ما نسبت به مسائل و وقایع مربوط به دنیای سقوط یافته اطرافمان است، واکنش‌هایی که عکس‌العمل طبیعی و فراگیر همه مردم است.

امروز، ما به بخشی از کلام خدا می‌پردازیم که نقطه نظر خدا را در واکنش‌های ما نسبت به شرارت و بی‌عدالتی‌های اطراف ما نشان می‌دهد. برای این منظور به مزمور ۳۷ مراجعه می‌کنیم و ۱۱ آیه اول را مورد بررسی قرار می‌دهیم. به شما پیشنهاد می‌کنم که در طول چند روز آتی، این آیات را چندین بار بخوانید، بر آنها تفکر و تعمق کنید، آنها را به عنوان آیات حفظی حفظ کنید، آنها را به دیگران نقل قول کنید، و در نهایت، در شرایط و اوضاعی که در آنها قرار می‌گیرید، آنها را به کار بگیرید.

اگر این مزمور را بخوانید، می‌بینید که اشاره به شرایطی می‌کند که هر ایمان‌داری، در هر عصر، با اینگونه اوضاع و شرایط رو به رو می‌شود، وضعیتی که در آن شاهد حضور شریران و شرارت در دنیا هستیم. شرایطی که نشان می‌دهد که بدی و شرارت به صورتی بسیار فعال، در حال فعالیت و عمل است. شرایطی که شرارت و بدی، گویا به هر سو موج می‌زند و دایره نفوذ آن همه را فرا می‌گیرد.

سوال مهم این است که ایمانداران یا قوم خدا در اینگونه شرایط چه واکنشی باید نشان دهند؟

وقتی بیشتر در این مزمور پیش می‌رویم، می‌بینیم که نه تنها شرارت و بدی به صورت قدرتمند در حال فعالیت است، بلکه نیروهای شریر گویا به صورتی پیشرونده همواره موفقیت بیشتر و بیشتری کسب می‌کنند، و برعکس،

آنانی که می‌خواهند خدا را اطاعت کنند، غالباً در حال تحمل سختی و رنج هستند. و سوال این است: چرا؟ چرا غالباً شریبان موفق و کامیاب‌اند ... و ایمانداران حقیقی غالباً در رنج و سختی به سر می‌برند؟ چرا مثلاً در محل کار، کارمندی که غالباً تقلب می‌کند، سرِ مردم کلاه می‌گذارند و حق‌خوری می‌کنند، موفق‌ترند و به مرتبه‌های بالاتر ارتقا پیدا می‌کنند؟ چرا برای مرد غیر مسئولی که زن و بچه‌های خود را رها می‌کند و با زنان دیگر روابط جنسی دارد، اتفاق بدی نمی‌افتد؟ و برعکس، همه چیز وفقِ مُرادِ اوست؟ در حالی که همسر و بچه‌های او در تنهایی و بی‌کسی زجر می‌کشند و در حال تلف‌شدن هستند؟ چرا کسانی که در هزار جور قرض و قوله هستند، کیفِ دنیا را می‌کنند و آن کسی که همیشه در مسائل مالی با نگرش و مسئولیت‌پذیری حساب و کتاب می‌کند، همیشه کم می‌آورد و نمی‌تواند از زندگی‌اش لذت ببرد؟

مزمور ۳۷ واقعاً برای همه این بی‌عدالتی‌ها توضیحی ارائه نمی‌دهد. اما از هر یک از ما به عنوان ایمانداران به مسیح دعوت می‌کند تا به این موقعیت‌ها از زاویه‌ای متفاوت نگاه کنیم. این مزمور، در واقع ما را دعوت می‌کند که به این مسائل از درون لنزِ ابدیت نگاه کنیم. این مزمور ما را به چالش می‌کشد تا در نور این واقعیت که خدا بر همه چیز حاکمیت مطلق دارد، به این بی‌عدالتی‌ها واکنش نشان دهیم.

مسیح قطعاً با این مزمور آشنا بود. به نظر می‌رسد که در موعظه‌ی سرِ کوه، او این مزمور را در فکرِ خود داشت. درست در وسطِ موعظه‌ی سرِ کوه، او گفت: «خوشا به حلیمان زیرا آنان زمین را به میراث خواهند بُرد.» یا در ترجمه‌ی دیگر می‌گوید: «خوشا به حال فروتنان زیرا ایشان مالکِ جهان خواهند شد.» (متی ۵: ۵) زمانی که مسیح درباره‌ی این خوشا به حال‌ها سخن می‌گفت، هرچه که او گفت، بر خلافِ خوشابه‌حال‌هایی است که این دنیا ارائه می‌دهد. آنچه مسیح گفت، برعکسِ معیارهای طبیعی است که در فکرِ هر انسانی وجود دارد. مسیح گفت: خوشابه‌حالِ مسکینان در روح ... در حالی که دنیا می‌گوید: خوشا به حال ثروتمندان. مسیح گفت: خوشابه‌حالِ ماتمیان ... در حالی که دنیا به ما می‌گوید: خوشابه‌حالِ عیاشان. مسیح می‌گوید: خوشابه‌حالِ حلیمان و فروتنان ... دنیا به ما می‌گوید: خوشابه‌حالِ متکبران.

بسیاری از مفسرین کتاب مقدس بر این عقیده‌اند که مزمور ۳۷ در واقع توضیح و تفسیر تشریحی خوشابه‌حالِ سوم است. «خوشابه‌حالِ حلیمان، زیرا ایشان وارث زمین خواهند شد» (ترجمه‌ی قدیمی). ترجمه‌ی مُژده می‌نویسد: «خوشابه‌حالِ فروتنان، زیرا ایشان مالکِ جهان خواهند شد.»

کلام خدا نشان می‌دهد که این مزمور توسط داوود پادشاه نوشته شده است. او ظاهراً در زمان پیری این مزمور را نوشته است. چرا؟ چون در آیه ۲۵ داوود می‌گوید: «من جوان بودم و اینک سالخورده‌ام، با این همه، هرگز [شخص] پارسایی را ندیده‌ام که وانهادده شده باشد و نه فرزندانش را که گدای نان شوند.» ترجمه‌ی مُژده می‌گوید: «از جوانی تا به امروز که پیر شده‌ام، به یاد ندارم که خداوند درستکاران را فراموش کرده باشد، و یا فرزندان آنها دست به گدایی دراز کرده باشند.»

داوود حالا مردی پیر و سالخورده بود. او سال‌های زیادی را با تجربیات زیاد پشت سر گذاشته بود. او چیزهای زیادی دیده بود. جاهای زیادی رفته بود. و حالا، این مزمور انعکاسی است از همه آن چیزهایی که از گذشته و زندگی با خدا دریافت کرده است. او در زندگی خود با بدی و شرارت بسیاری مواجه شده بود. در واقع، داوود خیلی اوقات، قربانی ظلم، بی‌عدالتی، بی‌انصافی، و شرارت افراد مختلف واقع شده بود. پسر خود او، ابشالوم، به ضد او کودتا کرد و خواست که پادشاهی را از دست پدر خود بدزدد. شمعیا شخصی بود که در مقابل قوم و ارتش داوود، داوود را لعن کرد، به او فحش داد، بر او سنگ پرتاب کرد، و با بی‌احترامی، او را تحقیر کرد. اشخاص مختلف با حيله و تقلب به داوود خیانت کردند. او سال‌ها از دست شائول پادشاه، که می‌خواست او را به قتل برساند، در تبعید و انواع سختی و فشار به سر می‌برد.

بله، داوود در جوانی دریافت‌کننده شرارت و بی‌عدالتی از سوی افراد مختلف بود. اما از سوی دیگر، با نگاه به گذشته، داوود این را هم به یاد می‌آورد که در برهه‌ای از زمان، خود او مسبب شرارت، بی‌انصافی، و بدی در زندگی شخص دیگری شده بود. او به اوریای حتی شرارت ورزید و زن او را از دستش گرفت. بعداً برای پوشاندن آنچه کرده بود، اوريا را به قتل رسانید. بنابراین، داوود، هم مورد شرارت و بی‌انصافی از سوی دیگران واقع شده بود ... و هم نسبت به دیگران شرارت و بی‌انصافی کرده بود. اما حالا که به گذشته نگاه می‌کند، در عکس و تصویری بزرگتر، می‌تواند ببیند که خدا چگونه با شخص عادل و پارسا رفتار می‌کند و از طرف دیگر، چه برخوردی با شخص شریر دارد. داوود شائول را به یاد می‌آورد که چطور سال‌ها او را تعقیب می‌کرد، به او حمله می‌کرد، و در صدد به قتل رساندن او بود. در آن زمان، به نظر می‌رسید که شائول برنده است و همیشه موفق! اما داوود، با مرور گذشته، می‌بیند که خدا بر همه قضایا حاکمیت مطلق داشت، از او مواظبت کرده، و او را از همه این مخالفت‌ها و حملات بیرون آورده بود.

داوود فهمیده بود که آخرین فصل کتاب پیروزی خدا هنوز به پایان نرسیده است.

خدا هنوز بر تخت سلطنت خود نشسته

خدا هنوز بر قدرت‌های شرارت پیروزی و تفوق دارد

و در نهایت، این خداست که حرف آخر را می‌زند.

داوود به حاکمیت خدا شک نداشت.

حالا همانطور که این مزمور را مطالعه می‌کنیم، خواهیم دید که در رویارویی با مردم شریر، یک چیز هست که ما نباید انجام دهیم. در واقع، خدا ما را از آن نهي می‌کند. و امروز آن را مورد بررسی قرار خواهیم داد و بعد در برنامه‌های آینده بر مواردی تمرکز خواهیم کرد که برعکس در واکنش به اشخاص شریر باید انجام دهیم.

اما این مزبور با آنچه نباید انجام دهیم آغاز می‌شود. این مورد سه بار در آیات اول و هفتم و هشتم تکرار شده است. ولی آن یک چیزی که در واکنش به شرارت مردم شریر، چه در حیطة زندگی شخصی و چه در مسائل

فراگیرتر، ما نباید از خود نشان دهیم چیست؟ چه چیزی است که ما نباید انجام دهیم؟ چه چیزی است که خدا ما را از آن نهی می‌کند؟

متأسفانه آن یک موردی را که ما نباید انجام دهیم، معمولاً همگی ما تمایل داریم که در اولین واکنش از خود نشان دهیم. و برای همین، داوود سه بار تأکید می‌کند که «نه» آن را انجام نده!

آیهٔ اول مزمور ۳۷ می‌گوید: «به سببِ بدکاران، خویشتن را مُکدَر مساز و بر ستمکاران حَسَد مبر ...» (ترجمهٔ مُرده) سپس در آیهٔ ۷ دوباره می‌گوید: «به سببِ آنان که در راه‌های خویش کامرانند، و نقشه‌های پلید خود را به اجرا درمی‌آورند، خویشتن را مُکدَر مساز!» (ترجمهٔ هزاره) بعد در آیهٔ ۸ ادامه می‌دهد: «خویشتن را مُکدَر مساز که جز به شرارت نمی‌انجامد.» (ترجمهٔ هزاره) در ترجمهٔ قدیمی کتاب مقدس فارسی، این آیات به ترتیب زیرند:

به سبب شریران خویشتن را مشوش مساز و بر فتنه انگیزان حسد مبر. (آیهٔ ۱)

از شخص فرخنده طریق و مردِ حيله‌گر خود را مشوش مساز. (آیهٔ ۷)

خود را مشوش مساز که البته باعث گناه خواهد شد. (آیهٔ ۸)

بنابراین، آنچه که ما نباید انجام دهیم این است که **مُکدَر و مشوش نشویم**. معنی اصلی این عبارت عبری به معنی برافروخته شدن است. این واژه به معنی سوختن و داغ شدن در خشم و عصبانیت و اوقات تلخی و آزرده‌گی است. در واقع، یعنی در حرارتِ خشم و آزرده‌گی برافروخته نشو. در واقع، از بدکاران و شریران و اعمالشان، از خشم برافروخته نشو. در نهایت، عصبانی نشو یا بهتر بگوییم از خشم و عصبانیت اجتناب کن.

گاهی اوقات این خشم در وهلهٔ اول خشم و آزرده‌گی خاطر از خداست. شما ممکن است بگویید: نه، من از خدا عصبانی نیستم. خشم من از پسر من است ... از شوهرم و کارهای اوست ... از رئیس من است که تصمیماتی غیرمنطقی اتخاذ می‌کند ... من از خدا خشمگین نیستم. من از اشخاص اطرافم عصبانی هستم.

ولی بسیاری اوقات، این خشم‌ها در واقع از خشم نسبت به خدا سرچشمه می‌گیرد. چون ضمیر ناخودآگاه ما خیلی اوقات درون ما سؤال می‌کند که اگر واقعاً خدا بر همه چیز حاکم است و او بسیار بزرگ و عظیم است، پس چرا در قبال این ظلم و بی‌انصافی، او کاری نمی‌کند؟ چرا او می‌گذارد این اتفاقات بیفتند؟ چرا او جلوی اینها را نمی‌گیرد؟ چرا چیزی را عوض نمی‌کند؟ چرا او مرا از این شرایط و اوضاع رهایی نمی‌دهد؟ چرا او اصلاً اجازه می‌دهد اشخاص مُستبد حکومت کنند؟

بنابراین، اولین موردِ خشم و برافروختگی، نسبت به خدا و اعمال اوست. و بعد ما معمولاً نسبت به شرایط و اوضاع حاکم خشمگین می‌شویم. و سپس، خشم و عصبانیت ما بر افراد تمرکز پیدا می‌کند: افرادی که به صورت‌های مختلف بر زندگی و سرنوشت ما تأثیر می‌گذارند. گاهی اوقات از معیارها و قوانینی که باید از آنها اطاعت کنیم، عصبانی می‌شویم. احساس می‌کنیم که این قوانین به نفع ما نیستند. گاهی از خود می‌پرسیم که چه فایده که من

زنی باشم که به عنوان یک زن راستین از معیارهای خدا اطاعت کنم؟ ظاهراً اینگونه زندگی، مرا از دردهای این دنیای فانی خلاص نمی‌کند! اصلاً این همه اطاعت و زندگی پارساگونه برای چیست؟ ... چه فایده‌ای دارد؟ و در نهایت از افراد و شرایط شیرانه مکر می‌شویم. مشوش می‌شویم ... خشمگین و عصبانی می‌شویم ... برافروخته می‌شویم و حرارت‌مان بالا می‌رود. اما کلام خدا به ما نصیحت می‌کند که از خشم بر حذر باشیم و آن را ترک کنیم. کلام خدا می‌گوید: «خویشتن را مکر مساز که فقط به شرارت می‌انجامد.»

و بعد به واژه «شیران و بدکاران» می‌رسیم. کلام خدا می‌گوید: «به سبب بدکاران (یا شیران) خود را مکر و مشوش مساز.» ما هر کجا که باشیم، با افراد شریر و بدکردار مواجه خواهیم شد. کلام خدا صریحاً به ما می‌گوید که اگر از شیران خشمگین و مکر شویم، عاقبت و سرانجام آن، جز شرارت بیشتر، چیز دیگری نیست.

در واقع، اگر شما در موقعیتی هستید که مردم، خشم و غیرت شما را به هیجان می‌آورند و حتی با اعمالشان باعث خشم خدا نیز می‌شوند، شما با عصبانیت و خشم‌تان، درست شبیه آنها می‌شوید. این چیزی است که در درون همه ما اتفاق می‌افتد.

برخی از ما این خشم را حتی بروز نمی‌دهیم. اما واقعیت امر این است که وقتی که کسی شما را به دشمنی با خودش تحریک می‌کند، اگر شما با او با روحیه خشم برخورد کنید، و به قول کلام خدا مکر شوید، شما هم مثل خود آن شخص، شرارت می‌کنید و تبدیل به شخصی شریر می‌شوید. این فقط منجر به شرارت بیشتر می‌گردد. و بنابراین، کلام خدا می‌خواهد لب مطلب را به ما بگوید: اجازه نده شیران و آنهایی که بدی می‌کنند باعث گناه کردن تو شوند. این نصیحت کلام خدا با این عبارت شروع می‌شود: مکر نشو ... مشوش نشو ... خشمگین نشو. اجازه نده حرارتت بالا برود.

برای همین است که ما همیشه باید مراقب باشیم که عصبانیت در قلب ما ریشه ندهد. چون اگر خشم در ما ریشه بدواند، با خود روحیه غرغر و شکایت، کلافگی، تلخی، و گناهان گوناگون دیگر نیز به همراه خواهد آورد. پس، مکر نشو، مشوش نشو، و اجازه نده که خشم به درونت رسوخ کند و در تو ریشه بدواند. باید به یاد داشته باشیم که واکنش ما نسبت به افراد گناهکار و شرارت اعمال آنها، و واکنش ما به شرایط و اوضاع و اتفاقات زندگی، در واقع آشکار کننده وضعیت درونی و قلبی ماست.

اگر ما با کلمات تند و تیز و خشن عکس‌العمل نشان دهیم، اگر مسائل بر ما چنان اثر می‌گذارند که به قول معروف فشار خونمان را بالا می‌برند، اگر ما با تشویش و نگرانی شروع به صحبت می‌کنیم، اینها همه انعکاسی است از وضعیت قلبی ما. این عکس‌العمل نشان می‌دهد که واقعاً در قلب خود، ما شخصی خشمگین، نگران، مکر و پر از تشویش هستیم که باعث می‌شود حرارت‌مان زیاد شود. و هنگامی که این حرارت زیاد شود، آتشفشان درون ما بالاخره آنچه را که در درون ماست به بیرون منتقل می‌کند. اما کلام خدا در کتاب یعقوب فصل اول آیه بیستم می‌گوید: «عصبانیت انسان به هدف‌های نیکوی الهی کمک نمی‌کند.» کلام خدا به ما نشان می‌دهد که



بدی و شرارت، هیچگاه با بدی و شرارتِ متقابل مغلوب نمی‌شود. وقتی که شما مُکدر، مشوش، و خشمگین می‌شوید، شما هم تبدیل به شخصِ شریر و بدکردار می‌شوید.

ولی چرا واقعاً ما نباید مُکدر، مشوش، و عصبانی شویم؟ دلیل اصلی این است: «چون، ما خدا نیستیم. این خداست که همه چیز را کنترل می‌کند. او بر همه چیز حاکم است. این خداست که روزی با شریران و مردمی که بدی می‌کنند برخورد خواهد کرد.» و این نکته مهمی است که در مزمور ۳۷ به آن اشاره شده است.

یک نویسنده معروف مسیحی به نام اوزوالد چیمبرز می‌نویسد: "تمام خشم و نگرانی ما زمانی بروز می‌کند که در محاسبات‌مان فاکتورِ خدا را در نظر نگرفته باشیم." یعنی، بدون خدا مسائل را ارزیابی کرده‌ایم. در اصل، روحیه مشوش، نگران، خشمگین، و مکدر ما به این علت است که ما سعی می‌کنیم به جای خدا، خدایی کنیم. ما سعی می‌کنیم که خودمان را مسئول اصلاح و فیکس کردن دنیا و افراد اطراف بکنیم. در حالی که، این مسئولیت به ما داده نشده است. خدا این مسئولیت را دارد، نه ما!

حالا چگونه می‌توانیم این موضوع را در زندگی عملی خودمان پیاده کنیم؟ در فرهنگ اطراف، در واکنش‌های سیاستمداران و قانونگذاران، در مسائل غیر اخلاقی محیط اطراف، در بی‌عدالتی‌های اجتماعی، و بالاخره اینگونه مسائل در خانه و خانواده‌ها، محیط شغلی‌مان و حتی در کلیساها، بدی و شرارت عمل می‌کند. ولی ما چه باید بکنیم؟ وقتی می‌بینیم که چیزی درست نیست، چه واکنشی ما باید نشان دهیم؟

کلام خدا به ما نشان می‌دهد که از وجود بدی و گناه، ما باید ناراحت و غمگین شویم. کلام خدا از ما انتظار ندارد که مثل کبک سر خود را در برف فرو کنیم و وانمود کنیم که شرارتی اتفاق نیفتاده. ولی آنچه که کلام خدا می‌خواهد به ما بگوید این است که بله، تمام این بدی‌ها و شرارت‌ها اتفاق می‌افتد ولی تو اجازه نده که این چیزها آرامش تو را به هم بزند و شادی تو را بدزد.

عزیزان، ایمانداران به مسیح نباید به داشتن روحیه خشمگین و تدافعی معروف باشند. قطعاً در دنیا خیلی مسائل شریرانه و پُر تألم و دردناک اتفاق می‌افتند، مسائلی که واقعاً گناه‌آلود هستند. اما نباید با نگاه کردن به ما و واکنش‌های ما، به این نتیجه رسید که "این گروه همیشه در باره مسائل موجود مثل ترقه منفجر می‌شوند و زود واکنش نشان می‌دهند ... آنها افرادی خشمگین هستند!!!"

بله، کلام خدا می‌گوید: مُکدر مشو، مشوش مشو، خشمگین مشو، حرارتت بالا نرود. آیا شما در حال حاضر در شرایطی هستید که وضعیت حاکم، شما را خشمگین کرده است؟ شرایطی که شما را مُکدر، مشوش، و عصبانی کرده است؟ آیا چیزی در زندگی شما هست که از درون، شما را می‌جوشاند و اگر این حرارت و خشم درونی همانطور باقی بماند، بالاخره مثل کوه آتشفشان منفجر خواهد شد؟ آیا شما در باره چیزی نگران و مشوش هستید؟ آیا افرادی با اعمالشان، خشم شما را تحریک و تهییج می‌کنند؟ کلام خدا به ما نشان می‌دهد که باید مراقب باشیم، چون هرگاه این خشم و تشویش درونی از ما به بیرون منتقل شود، ما هم تبدیل به همان افراد شریر و بدکرداری می‌شویم که ما را آزرده کرده‌اند.

به زندگی زناشویی و ازدواج خودتان فکر کنید ... به بچه‌ها، به پسر یا دختری که روحیات و کارهایش انگار در هیچ کتاب روان‌شناسی نوشته نشده است! در محیط شغلی، چطور؟ و بالاخره، هر نوعی از روابط که پُر از تنش و نارضایتی است ... آیا اینها حرارت شما را بالا می‌برند؟ آیا شما را خشمگین و مکدر و مشوش می‌سازند؟

قبل از اینکه به نکات بعدی این مزمور برسیم، بیایید خودمان را تفتیش کنیم. بیایید با خدا هم‌منظر شویم و بپذیریم که در قلب گناه‌آلود ما خشم و تشویش هست ... خشمی که شادی و آرامش ما را می‌دزدد ... نگرانی و تشویش و عصبانیتی که سلامت روح و روان ما را مختل کرده است ... خشم و غیرت انسانی‌ای که مانع انجام اهداف نیکوی خدا در ما و در اطرافیان ما می‌شود ... و بالاخره، تشویش و عصبانیتی که اعلام می‌کند ما می‌خواهیم جای خدا خدایی کنیم و زمام امور را به دست گیریم و کاری کنیم!

بیایید به عنوان گناه، آن را در حضور خدا به او اعتراف کنیم. و به او بگوییم: "خداوندا، من با روحیه خشمگین، مشوش، و مکدر خود، به تو گناه ورزیده‌ام. و در صدد آن بوده‌ام که بجای تو خدایی کنم و در جایی که به نظر من تو کاری نکردی، جلو بیفتم و من، کاری بکنم."

در برنامه امروز، ما دیدیم که چه نباید بکنیم و آن این بود که از اشخاص شریر، خود را مکدر و مشوش نکنیم. در بررسی‌های آینده از این سری برنامه‌ها خواهیم دید که در مقابل شرارت، خدا نه فقط ما را از یک سری واکنش‌ها نهدی می‌کند، بلکه در عین حال، ما را به انجام یک سری موارد امر می‌کند.

**نازی:** خشم و تشویش قدرتهایی هستند که ممکن است در قلب و وجود ما تنیده شده باشند. اما در سری برنامه‌های **دل آرام در دنیای پرتلاطم** کلام خدا به من و شما می‌آموزد که چگونه در این دنیای طوفانی از هرگونه نگرانی و تشویش در امان بمانیم. در این برنامه‌ها خواهیم دید که چگونه از وسوسه نگران شدن و تشویش و عصبانیت اجتناب ورزیم. تا برنامه آینده، مسیح خداوند، سرور صلح و سلامتی و آرامش، با شما باد!

آنچه در این برنامه‌ها خدمت شما شنوندگان گرامی ارائه می‌شود، تعالیم نانسی دیماس و لگموت، با صدای فارسی سابرینا اصلان است که به سمع شما می‌رسد. ترجمه و تهیه این برنامه‌ها حاصل همکاری دو مؤسسه «دل‌هایمان احیا کن» و «راستی» می‌باشد.