

# ارزش خود را بدانید



ارزش خود را بدانید

## جول اوستین

آنچه که خداوند آفریده را دست کم نگیرید



## گروه تحقیقاتی لیمبیکسا تقدیم می کند

[www.limbicsa.ir](http://www.limbicsa.ir)

برای دانلود و مطالعه مطالب بیشتر

وارد سایت لیمبیکسا شوید

به خانواده صمیمی لیمبیکسا خوش آمدید

امروز می خواهم با شما در مورد اینکه «ارزش خود را بدانید» صحبت کنم.

اکثر اوقات ما ارزش خودمان را در اینکه دیگران چگونه با ما رفتار می کنند یا چقدر در زندگی موفق بوده ایم یا اینکه چقدر زندگی بی نقصی داشته ایم، میدانیم.

مسأله اینجاست که تمام این موضوع ها می توانند تغییر کنند.

اگر شما ارزش خود را در اینکه دیگران چطور با شما رفتار می کنند، بدانید، اگر زمانی به شما آسیب بزنند یا شما را ناامید کنند، آنوقت شما احساس بی ارزش بودن می کنید.

اگر شما ارزش خود را از دستاوردهای خود بگیرید، مثل اینکه چقدر درآمد دارید؟ چه ماشینی دارید؟ یا چه اسم های مستعاری برای خود ساخته اید؟، آنوقت اگر مشکلی پیش بیاید و جایگاه

قبلتان را از دست بدهید، مثلاً اگر کسب و کارتتان شکست بخورد، آنوقت شما نیز احساس بی ارزشی می کنید.

بعضی افراد به خاطر اینکه در زندگی شان اشتباهات مختلفی کرده اند احساس خوبی نسبت به خودشان ندارند. مثلاً در موقعیتی قرار ندارند که انتظارش را داشتند و حالا در زندگی شان احساس ناامنی و حقارت می کنند. اینجور افراد ارزش خود را در عملکرد خود می دانند.

نکته مهمی که باید بدانید این است که شما باید ارزش خود را در این بدانید که فرزند خداوند بلندمرتبه هستید. خالق جهان هستی به شما زندگی بخشیده است.

اینکه دیگران چگونه با شما رفتار می کنند ارزش شما را تغییر نمی دهد.

اینکه در مورد شما چه می گویند یا با شما چه کاری می کنند مشخص نمی کند که شما چه کسی هستید.

اشتباهاتی که مرتکب شده اید از ارزش شما کم نمی کند. آنها کارهایی هستند که صرفاً شما انجام دادید و نشان دهنده ی شخصیت شما نیست.

شما می توانید خانه بزرگتری بخرید یا ماشین بهتری داشته باشید، اما این ها شما را ارزشمندتر نخواهد کرد.

این چیزها فقط میزان دارایی شما را افزایش می دهد، نه میزان ارزش درونی شما را.

شما با داشتن یک آپارتمان کوچک و بدون هیچ لقبی هم ارزشمند بودید.

یک موقعیت شغلی خوب ممکن است به شما اعتبار ببخشد اما تأثیری در میزان ارزش شما ندارد. شما ممکن است یک مادر خانه دار باشید که در حال بزرگ کردن بچه هایش هست. ممکن است اعتبار یک مدیر را نداشته باشید اما همان قدر ارزشمند باشید.

ارزش شما در اینکه چه می کنید، چه درآمدی دارید یا چه کسانی را می شناسید، نیست.

این ها معیارهایی ظاهری هستند که قابل تغییر می باشند.

ارزش شما از خالق شما گرفته شده است. خداوند به شما زندگی بخشیده است و شما دی ان ای خدای بلندمرتبه را دارید. شما اشرف مخلوقات هستید.

اما دشمن تمام مدت تلاش می کند تا ما را بی ارزش جلوه دهد. او عاشق این است که:

\* شما اجازه دهید حرفی که دیگران در مورد شما می زنند، به شما احساس حقارت بدهد

\* یا اینکه زندگی خود را با زندگی دیگران مقایسه کنید

\* یا مثلاً وقتی احساس خوبی نسبت به خودتان داشته باشید که به جایگاه آنها برسید

\* یا در همسایگی آنها زندگی کنید

\* یا عملکرد بی نقصی داشته باشید

\* یا حتماً وقتی اعتیادتان را ترک کردید بعد احساس ارزشمندی

کنید.

اما بدانید که انجام دادن هیچ کاری باعث نمی شود که شما ارزشمندتر شوید.

نه چیزی که بدست می آورید، نه چیزی که بر آن غلبه می کنید، شما همین الان هم ارزشمند هستید.

خداوند شما را اشرف مخلوقات آفریده است، شما بی نظیر هستید. از شما فقط یکی در جهان موجود است. شما خاص هستید و خداوند شما را بی همتا آفریده است.

هیچوقت مثل شما در جایی وجود نخواهد داشت. پس شانه-هایتان را عقب ببرید و با اعتماد به نفس حرکت کنید. چون شما خارق العاده آفریده شده اید.



در کتاب مقدس آمده است که مسیح در بیابانی قرار گرفت که ۳ بار وسوسه شد.

او ۴ روز را در آنجا بدون اینکه چیزی بخورد سپری کرد. دشمن او را مجبور کرد که اگر تو واقعاً فرزند خداوند هستی، این تکه سنگ را به نان تبدیل کن.

او قصد داشت مسیح را متقاعد کند که ارزش او در کارهایی است که می تواند انجام دهد.

اگر بتوانی این تکه سنگ را به نان تبدیل کنی، آنوقت می توانی ثابت کنی که فرزند خداوند هستی.

آنوقت می توانی احساس خوبی نسبت به خودت داشته باشی چون معجزه انجام دادی.

مسیح این کار را انجام نداد. او گفت انسان فقط به نان زنده نیست.

درواقع داشت می گفتم که من مجبور نیستم کاری کنم تا ثابت کنم که چه کسی هستم. من مجبور نیستم کاری کنم تا احساس خوبی نسبت به خودم پیدا کنم. من می دانم که چه کسی هستم.

بنابراین دشمن نتوانست او را فریب دهد و قانع کند که ارزش او در کارهایی که می تواند انجام بدهد، هست.

پس او به سراغ معیار ثروت و دارایی رفت تا مسیح را فریب دهد.

او مسیح را به یک بلندی برد و تمام قلمروی پادشاهی را به او نشان داد.

به مسیح گفت اگر مرا بپرستی کل این قلمرو می تواند مال تو باشد.

مسیح گفت نه ممنون، من برای اثبات ارزش خودم نیازی به ثروت ندارم.

من برای اینکه احساس خوبی نسبت به خودم داشته باشم نیازی به داشتن چیزهایی که تو فکر می کنی مهم هستند، ندارم.

قانع کردن مسیح به دانستن ارزش خود بر مبنای ثروت و عملکرد تأثیری نداشت.

پس دشمن آخرین حيله اش را نیز به کار برد، یعنی محبوبیت. او مسیح را به بلندترین نقطه معبد برد. جایی که خیلی شلوغ بود و افراد زیادی آنجا بودند.

به مسیح گفت اگر تو فرزند خداوند هستی از این ارتفاع پیر.  
تو گفتی که فرشتگان تو را حفظ خواهند کرد.  
او داشت تلاش می کرد تا مسیح را مجبور به خودنمایی کند.  
همه می دیدند و شگفت زده می شدند و مسیح هم محبوبیت  
زیادی به دست می آورد.

مسیح دوباره تکرار کرد که من نیازی به ثروت و محبوبیت و  
عملکرد بی نقص ندارم تا احساس ارزشمندی کنم.  
من می دانم که چه کسی هستم. من فرزند خداوند بلندمرتبه  
هستم.

دشمن سعی کرد تا مسیح را فریب دهد که ثابت کند که چه  
کسی هست.

بسیاری از مردم همیشه می خواهند خودشان را ثابت کنند. آنها نمی توانند نسبت به خودشان احساس خوبی داشته باشند، مگر اینکه به دیگران ثابت کنند که چقدر مهم هستند.

به همکاران شان ثابت کنند که با استعداد هستند. به منتقدانشان ثابت کنند که آنها مشکلی با انتقاد آنها ندارند.

یک درگیری بی وقفه برای اینجور افراد وجود دارد. آنها همیشه مجبورند که بهتر از دیگران کار کنند، بهتر از بقیه رانندگی کنند یا بهتر از بقیه لباس بپوشند.

بسیار حس آزادی بخشی است وقتی متوجه می شوید که نیازی ندارید چیزی را به کسی اثبات کنید.

مجبور نیستید دیگران را تحت تأثیر قرار بدهید. اینگونه فشارها را از روی دوش خود بردارید.

رقابت کردن، ثابت کردن چیزی به دیگران یا تحت تأثیر قرار

دادن آنها انرژی بسیار زیادی می خواهد.

اگر شما همواره در حال اثبات کردن چیزی به دیگران هستید انگار دارید روی تردمیل می دوید (درجا می زنید). کافست به یک نفر ثابت کنید که شما خوب هستید، آنوقت می بینید که نیاز دارید خودتان را به افراد دیگر هم ثابت کنید و این یک چرخه ی پایان ناپذیر است. پس از این تردمیل پیاده شوید. شما سخت تلاش می کنید اما به هیچ جایی نمی رسید.

**بدانید که مجبور نیستید**

**چیزی را به کسی ثابت کنید.**

این روزها استفاده از برندهای معروف خیلی مهم شده است. خیلی علاقه داریم فلان کفش را بپوشیم، فلان عینک را بزنیم، فلان کیف را داشته باشیم یا فلان ماشین را داشته باشیم، فلان گوشی موبایل را بخریم.

اگر خیلی باحال تر از این حرف ها باشید، حتی می خواهید زیرپوش تان هم برند باشد و اینگونه می توانیم احساس خوبی نسبت به خودمان داشته باشیم.

گاهی اوقات آنقدر اسم مارک و برندهای دیگر را روی خودمان می گذاریم که اسم خودمان را هم فراموش می کنیم.

ما روی اسم تمام برندهای دیگر برای اینکه احساس مهم بودن بکنیم، حساب می کنیم.

می خواهم به شما بگویم که اسم شما بسیار مهم تر از اسم تمام آن برندهایی هست که روی خود می گذارید.

منی خواهم به برندها بی احترامی کنم. اما تفاوت شما و یک برند این است که خداوند از روحش در شما دمیده است. شما پسر و دختر خدای بلندمرتبه هستید و هیچ مشکلی در داشتن این برندها، راندن ماشین های خوب و پوشیدن لباس های مارک نیست.

اما اجازه ندهید که آنها دلیل احساس خوبتان نسبت به خودتان باشند.

به خاطر اینکه چیزی که امروز برایتان خیلی جذاب هست و به نوعی آخرین و جدیدترین مدل هست، چندوقت دیگر قدیمی خواهد شد.



اگر شما ارزش خود را در دارایی های خود بدانید باید مدام دنبال برندها، موقعیت ها و دوست های جدید باشید و این کار انرژی را از شما می گیرد.

انقدر سخت نگیرید. شما نمی توانید ارزشمندتر از الان تان شوید. شما می توانید لباس های بیشتری بخرید، دوستان بیشتری داشته باشید. اما این چیزها ارزش شما را تغییر نخواهند داد.

شما هر مارکی که بخرید، ارزش شما تغییر نخواهد کرد.

چندروز پیش به یک فروشگاه ورزشی رفته بودم تا چندتا تیشرت برای ورزشم بخرم، آنجا تقریبا ۱۰ ردیف قفسه تیشرت بود که در همه آنها اسم تولیدکننده روی تیشرت ها با حروف بزرگ و برجسته نوشته شده بود.

با خودم فکر کردم که شما از من می خواهید که من تیشرت شما را بخرم و مثل یک بیلبورد متحرک برای شما عمل کنم؟  
قصد بی احترامی ندارم اما من دوست ندارم اسم شما را روی تیشرتم داشته باشم، دوست دارم اسم خودم باشد.

آیا شما به اسم دیگری غیر از اسم خودتان نیاز دارید تا حس خوبی نسبت به خودتان داشته باشید؟

آیا شما تلاش می کنید تا ارزش و منزلت خود را با افرادی که می شناسید، لباسی که می پوشید یا ماشینی که زیرپایتان دارید، ثابت کنید؟

یا اینکه می توانید مثل مسیح بگویید که من برای داشتن احساس خوب نسبت به خودم نیازی به محبوبیت، ثروت و عملکرد خوب خاصی ندارم.

من با شخصیت خودم احساس امنیت می کنم و می دانم که خدا مرا آفریده تا چه کسی باشم.

وقتی مسیح در روز عید مسیحی ها وارد شهر شده بود، مردم به او ادای احترام می کردند. جشن می گرفتند و فریاد می زدند و خدا را سپاس می گفتند.

از جوان و پیر همه دست تکان می دادند، خوشحالی می کردند و از دیدن او بسیار هیجان زده بودند.

مسیح آن روز یک خوش آمدگویی قهرمانانه را دریافت کرد. اما چند روز بعد همان مردم به جای اینکه با دیدن مسیح خدا را سپاس بگویند، فریاد می زدند او را به صلیب بکشید، ما نمی خواهیم او اینجا باشد.

وقتی که مسیح وارد جایگاه محاکمه شد و نیاز داشت تا نزدیک-ترین دوستانش در آن لحظه از او حمایت کنند، افرادی که به او مدیون بودند و مسیح زندگی اش را به پای آنها ریخته بود، آن روز اصلاً آنجا نیومده بودند.

مسیح از آنها خواسته بود که بیدار بمانند و دعا کنند، اما آنها خیلی خسته بودند و خوابیدند.

اگر ارزش خود را در اینکه چقدر دیگران پشت شما هستند یا چقدر شما را تأیید یا تشویق می کنند، بدانید، اگر به هر دلیلی ناگهان دیگر این کارها را نکنند، آنوقت شما احساس بی ارزشی می کنید.

تا زمانی که به شما می گویند شما عالی هستید شما احساس خوبی دارید.

مشکل اینجاست که اگر نظرشان عوض شود و به شما این

حرف ها را نزنند، شما دیگر احساس خوبی نخواهید داشت.

شما نمی توانید معیار ارزشمندی خود را در اینکه دیگران چه چیزی به شما می دهند، قرار دهید.

کار مردم جالب است. یک روز به شما می گویند که خوشگل هستی و روز بعد می گویند هیچ اهمیتی برایم نداری.

یک روز با دیدن مسیح خدا را سپاس می گویند و روز بعد می گویند که او به صلیب کشیده شود.

اگر بدون وجود دیگران نمی دانید که چه کسی هستید، پس وقتی آنها شما را ترک کنند، سردرگم خواهید شد. آنها شما را در گمراهی قرار می دهند.

هویت فردی شما در گروهی چیزی بود که آنها از شما ساخته بودند.

سپس شما تلاش خواهید کرد تا فردی دیگر را پیدا کنید تا به شما بگوید که چه کسی هستید.

بدانید که شما به دیگران احتیاج ندارید تا به شما بگویند که چه کسی هستید.

آنها شما را ناامید می کنند، به شما حسادت می کنند، آنها همچنین مشکلات خودشان را دارند.

اجازه بدهید تا خدایتان به شما بگوید که شما چه کسی هستید. ارزش و قدر و منزلت خود را از خدای خود بگیرید.

او به شما می گوید که شما اشرف مخلوقات هستید. شما بی نظیر هستید، شما یک ثروت ارزشمند هستید.

ممکن است کسی دقیقا برخلاف این حرف ها را به شما بگوید. تو استعداد نداری، جذاب نیستی، شخصیت خوبی نداری.

شما باید این حرف ها را با یک گوش بشنوید و از گوش دیگر

بیرون کنید.

آنها نمی توانند میزان ارزش شما را مشخص کنند. چیزی که آنها می گویند یا کاری که آنها می کنند، چیزی از اشرف بودن مخلوقات شما کم نمی کند.

دیگر اجازه ندهید که طرز رفتار دیگران با شما باعث شود که شما احساس کوچکی و حقارت بکنید. آنها سرنوشت شما را کنترل نمی کنند. آنها به شما زندگی نبخشیده اند. آنها شما را وارد این جهان نکردند، آنها شما را به برتری انتخاب نکرده اند آنها شما را تأیید نکرده اند.

ارزش شما برگرفته از خالق شماست، کسی که این جهان را خلق کرد.

خبر خوب این است که نه دیگران و نه خودتان نمی توانید میزان ارزش خود را تغییر دهید.

بلکه خداوند قبل از اینکه وارد این دنیا شوید، ارزش وجودی-تان را مشخص کرد. شما نیازی ندارید کسی شما را تأیید کند ریال شما نیازی ندارید کسی شما را تشویق کند. آنها به شما اعتبار نمی بخشند.

البته حس خوبی است که دیگران این کارها را بکنند. اما مشکل اینجاست که اگر برای داشتن حس امنیت به خودتان نیاز به دیگران داشته باشید، اگر یک وقت آنها دیگر این کارها را نکنند، آنوقت شما احساس ناامنی می کنید.

قدرت تان را از دست ندهید. ارزش و هویت خودتان را در اختیار دیگران قرار ندهید.



حتی انسان های خوب اطرافتان هم نمی توانند هر چیزی که شما به آن نیاز دارید را به شما بدهند.

کسی که شما را خیلی دوست دارد نمی تواند همواره به شما حس تأیید، ارزش و اعتبار و احساس امنیت بدهد. شما باید این چیزها را از خدای خود بخواهید.

گاهی اوقات ما به دیگران فشار می آوریم تا به ما احساس خوبی دهند و به ما اعتبار بخشند.

دست از سرشان بردارید. آنها ناجی شما نیستند.

شما همین الان یک ناجی دارید، او روی تخت پادشاهی نشسته است. از او بخواهید تا به شما بدهد، نه از بندگان او.

مشکل این که می گویم از مردم این چیزها را نخواهید این است که مردم مشکلات خودشان را دارند.

آنها هم در حال دست و پنجه نرم کردن با احساس ناامنی، ترس، آسیب و زخم و ناکارآمدی هستند.

آنها نمی توانند بهتر از این عمل کنند، این برایشان عادی است.

کسانی که زندگی خودشان خوب نیست می توانند زندگی شما را هم خراب کنند.

اگر شما ارزش خود را در چیزی که آنها به شما می دهند، بدانید شما هم مثل آنها ناکارآمد خواهید شد.

اخیراً با خانومی صحبت می کردم که دوران کودکی خیلی بدی را گذرانده بود.

مورد بی توجهی و سوءاستفاده دیگران قرار گرفته بود. او در شرف طلاق دوم خودش بود.

همسر قبلی اش به او گفته بود که تو لایق این نیستی که کسی  
تو را دوست داشته باشد و می توانم به شما بگویم که او این  
حرف را باور کرده بود.

چون خیلی در خودش فرو رفته بود و هیچ احساسی در صورتش  
دیده نمی شد.

چیزی که به او گفتم را به شما هم می خواهم بگویم. اجازه  
ندهید افرادی که زندگی خودشان را خراب کرده اند بقیه زندگی  
شما را هم خراب کنند.

اگر کسی به شما آسیبی بزند یک میلی به درونی کردن این  
احساس وجود دارد که فکر کنید حتما مشکل از من است. اگر  
من جذاب تر بودم او مرا ترک نمی کرد.

اگر باهوش بودم دوران کودکی بدی نداشتم.  
اما بدانید که این موضوع هیچ ربطی به شما ندارد.  
رفتار دیگران با شما ناشی از آسیب ها و عقده های گذشته  
خودشان است.

صدمه زدن به آدم ها باعث صدمه زدن به آدم های دیگر هم  
می شود.

اجازه ندهید که چیزی که آنها می گویند شخصیت شما را  
تعریف کند.

به خاطر چیزی که نتوانستید به آن دست پیدا کنید خود را  
سرزنش نکنید.

بدانید که اگر کسی به شما می گوید شما لایق این نیستید که

کسی شما را دوست داشته باشد، این یک دروغ است.  
اگر به شما می گویند که شما جذاب نیستید، این هم یک  
دروغ دیگر است.

اما اگر شما ارزش خودتان را بر مبنای این دروغ ها قرار دهید  
آنوقت شما هیچ ارزشی برای خود قائل نخواهید بود.

تحقیقات نشان می دهد که بچه هایی که مورد سوءاستفاده  
و بی توجهی قرار گرفتند و دوران کودکی بدی داشته اند، اغلب  
آنها خودشان را مقصر می دانند و احساس می کنند که مشکل  
از خود آنهاست.

آن خانم هم دقیقا همین فکر را می کرد. او فکر نکرد که لایق  
این است که کسی او را دوست داشته باشد.

دشمن می خواهد حس ارزشمند بودن تان را از شما بدزدد. اگر کسی به شما بدی کرده به جای اینکه به خودتان بگیرید تا حالا اینگونه فکر کردید که شاید آنها به زندگی خود گند زده باشند، شاید آنها احساس بدی نسبت به خود داشته باشند یا شاید آنها خود را لایق دوست داشتن کسی نمی دانند و الان به این دلایل می خواهند کاری کنند تا شما هم همین احساس را داشته باشید.

مرد جوانی را می شناسم که هیچوقت حس نکرد توسط دیگران پذیرفته شود. بزرگ شدن در خانه ای که عشق کمی در آنجا وجود داشته است.

هیچوقت احساس مورد تأیید واقع شدن نداشته و کسی برای وجود او خوشحال نبود، مثل این که سربار خانواده بوده است.

او در دوران نوجوانی اش متوجه شد که پدر و مادرش یک دختر می خواستند و وقتی آنها دیدند او به دنیا آمده است، ناامید شده بودند.

و حالا در سن ۲۰ سالگی او سرافکنده بود و احساس ناامنی و بی ارزشی به او دست داده بود.

من به او گفتم شاید پدر و مادر تو یک دختر می خواستند، اما خالق جهان هستی یک پسر می خواست.

خدا اشتباه نمی کند، تو تصادفی وارد این دنیا نشدی.

او تو را دست چین کرده است. او تو را قبل از اینکه تو بتوانی او را انتخاب کنی، انتخاب کرده است.

پدر و مادرت ممکن است بهتر از این بلد نباشند عمل کنند، اما اجازه نده که عدم تأیید آنها تو را از سرنوشتت دور کند.

مادرت تو را نیافریده است، تو فقط از طریق او به دنیا آمدی،  
تو آفریده ی خداوند متعال هستی.

بنابراین به او گفتم که تو شاهکار خلقت هستی، بی نظیر  
هستی، انتخاب شده ای، مجهز شده ای، بذر عظمت در وجود  
تو قرار گرفته است.

هیچکس تا الان در مورد ایمان داشتن با او صحبت نکرده بود.  
او سرش را بالا گرفته بود، شانه هایش را عقب انداخته بود.

می توانستم کم کم شکل گرفتن لبخند را روی صورتش ببینم.  
وقتی ارزش خود را در چیزی که دیگران می گویند یا کاری که  
آنها می کنند، بدانید، آنوقت ناامید خواهید شد.

اما وقتی ارزش خود را در چیزی که خداوند راجع به شما گفته



است، بدانید آنوقت به خود افتخار می کنید و باعث می شود که همیشه لبخند روی لب داشته باشید و گام هایتان محکم و مصمم باشد.

شما قرار نیست به خاطر چیزی که بدست نیاوردین یا به خاطر کسی که از شما حمایت نکرد، تسلیم شوید.

مانند آن مرد جوان ممکن است کسی هم تا الان به شما نگفته باشد که خداوند در مورد شما چه چیزی می گوید. خداوند می گوید شما شگفت انگیزید، به شما افتخار می کنم و شما نور چشمان من هستید.

ممکن است مردم از وجود شما خوشحال نباشند اما مهم این است که خداوند از وجود شما خشنود است.

جایی شنیدم که اگر خداوند یخچال داشت، عکس شما را روی آن می چسباند.

اگر او کامپیوتر داشت عکس شما را روی صفحه اول آن می گذاشت.

کتاب مقدس می گوید خداوند اسم شما را روی دستانش حک کرده است و همیشه به شما فکر می کند.

شما ممکن است فکر کنید که هیچوقت پدر و مادر یا اطرافیان-تان شما را نپذیرفته اند، حتی از وجود شما خوشحال نیستند و شما را تأیید نمی کنند.

حقیقت این است که این موضوع هیچ ارتباطی به شما ندارد بلکه ناشی از مشکلات و احساس ناامنی ای هست که خودشان در زندگی دارند.

وقت خودتان را صرف گرفتن چیزی از آنها نکنید که نمی توانند به شما بدهند.

من افرادی را می شناسم که ۸۰ ساعت در هفته کار می کنند تا فقط به پدر و مادرشان ثابت کنند که آدم موفقی هستند، تا به اطرافیان شان ثابت کنند که به اندازه کافی خوب هستند.

دست از این کارها بردارید وگرنه به زودی ناامید خواهید شد.

به سمت خدای خود بروید و از او بخواهید شما را تأیید کند، او به شما لبخند خواهد زد، او برتری را در شما می بیند.

شما نیازی به تأیید دیگران ندارید تا خوشحال باشید، خدا شما را تأیید می کند، تنها او مهم است.

در کتاب مقدس آمده که حضرت داوود مورد قبول پدرش نبود. وقتی که پیامبر ساموئیل وارد خانه شان شد تا یکی از پسران جسی را انتخاب کند، جسی حتی داوود را از زمین چوپانی به خانه نیاورد.

او داوود را حقیر، بی استعداد، خیلی جوان و کوچک می دانست.

گاهی اوقات حتی نزدیک ترین افراد به شما نمی توانند بزرگی را در وجود شما ببینند.

جسی در وجود داوود یک پادشاه، یک جنگجوی قوی هیکل و یک رهبر استراتژیک را ندید.

او در وجود داوود یک پسر جوان دید که چیز زیادی برای ارائه دادن نداشت. جسی او را نادیده گرفت و به او توجهی نشان نداد.

خانواده تان ممکن است شما را نادیده بگیرند و شما را تنها بگذارند.

به خودتان نگیرید، فقط سعی کنید بهترین نسخه خودتان باشید و تأیید خودتان را از خداوند بگیرید.

این اتفاق برای مسیح هم افتاد. برادرانش به او ایمان نداشتند. او را یک آدم معمولی می دانستند. افرادی که باید بیشترین حمایت را از او می کردند، اما کاری کردند که او احساس حقارت کند.

نزدیک ترین افراد به شما ممکن است قدردان شما نباشند، شما را بی ارزش بدانند، اما خدا اینگونه نیست.

داوود کلا نادیده گرفته شده بود. خیلی غیرمنصفانه بود. اما

وقتی ساموئل به پسران جسی نگاه کرد به جسی گفت هیچ کدام از این ها را قبول ندارم، آیا پسر دیگری داری؟

مردم ممکن است شما را تنها بگذارند  
اما خدا هیچوقت شما را تنها نمی گذارد

اگر داوود مجبور بود که حتما مورد تأیید خانواده اش قرار گیرد هیچوقت به تخت پادشاهی دست پیدا نمی کرد.  
دیگر تلاش نکنید افرادی را که قرار نیست برای شما باشند را مجبور کنید که به نفع شما کار کنند.

به خاطر اینکه افراد نزدیک به شما از وجود شما خوشحال نیستند، احساس حقارت نکنید.

اگر نیاز به تأیید آنها داشتید، تا الان گرفته بودید.  
اگر نگرفتید به این معناست که شما برای تبدیل شدن به کسی  
که خدا شما را برای آن خلق کرده است، نیازی به تأیید آنها  
ندارید.

بله ممکن است رنج آور باشد ولی نمی تواند شما را از رسیدن  
به سرنوشت تان دور کند.

بعضی وقت ها خداوند می خواهد به ما یاد بدهد که به سمت  
او برویم، نه به سمت بندگان.

برای ما خیلی مهم است که مردم در مورد ما چه فکری می کنند.  
چه کسانی ما را باور دارند؟  
چرا آنها از ما حمایت نمی کنند؟

برادران داوود او را مسخره می کردند، پدرش به او بی توجهی می کرد، او در زمین چوپانی گیر افتاده بود.

اما به جای شکایت کردن و احساس حقارت کردن به خداوند رجوع کرد و در کتاب مقدس گفته است که:  
اگر پدر و مادرم مرا رها کنند خداوند مرا به فرزندگی قبول خواهد کرد.

پدر و مادر خیلی از ماها سعی کردند بهترین کاری که بلد بودند را برایمان انجام بدهند.  
اما همه ما افرادی را در زندگی مان داریم که ما را قبول نداشتند،  
قدردان استعدادهای ما نیستند و مهارت هایی که برای ارائه داریم را نمی بینند.



پس ناامیدانه زندگی نکنید، فکر نکنید که مشکل از شماست. سعی نکنید که به کسی ثابت کنید که چه کسی هستید، سعی نکنید متقاعدشان کنید تا شما را تأیید کنند. دست از این کارها بردارید. مطمئناً مشکل از شما نیست.

اگر به آنها نیاز داشتید حتماً به شما داده می‌شد. پس از آنجایی که به آنها نیازی ندارید ولش کنید، سرتان را بالا بگیرید و بدانید که خداوند متعال شما را پذیرفته، تأیید و انتخاب کرده است.

تمام ارزش شما گرفته شده از خداوند است

نه بندگان او.

چند وقت پیش یک نفر یک ساعت مخصوص کشیش ها به من هدیه داد. من خارج از شهر بودم. مردی داخل شد و یک جعبه زیبا به من داد.

جعبه را باز کردم. یک ساعت زیبا داخل آن بود. خیلی قیمتی نبود اما جذاب و اسپورت بود.

کلی از او تشکر و قدردانی کردم، آن را در جعبه گذاشتم و درون کشوی میزم قرار دادم.

چند ماه بعد آن کشور را باز کردم تا چیزی را بردارم. ناگهان چشمم به آن جعبه ساعت خورد.

کلا آن را فراموش کرده بودم، دوباره نگاهی به آن انداختم. فکر کردم که فقط چند هزار دلار می ارزد.

متوجه نشدم مال کدام شرکت است. وقتی بنا به دلایلی اسم آن را در گوگل سرچ کردم، شوکه شدم.

این ساعتی که به من هدیه داده شده بود بیش از ده هزار دلار می ارزید و ساخت یک شرکت ساعت سازی معروف و معتبر بود.

به نظر من شبیه ساعت های دیگری بود که دیده بودم و تقریباً ۷ هزار دلار می ارزیدند.

اما صرفاً به خاطر شرکت سازنده اش این ساعت به شدت باارزش بود.

می توانستید آن را با ساعت های دیگر مقایسه کنید و خیلی هم تفاوت زیادی بین آنها نبینید.

خیلی معمولی و متوسط به نظر می رسید، مردم آن را کپی می کردند و تقلبی آن را می فروختند.

به ظاهر این ساعت هم شبیه آنها بود اما چیزی که آن را ارزشمند کرده بود، سازنده ی آن ساعت بود.

گاهی اوقات ما نمی دانیم که چه کسی هستیم. ممکن است احساس کنید معمولی و متوسط هستید و هیچ چیز بزرگی در وجودتان نیست.

اما به خاطر خالق تان چیزی در وجود شما هست که شما را بسیار ارزشمند ساخته است.

شما کپی یا تقلبی نیستید، شما اصیل هستید.

خالق جهان هستی شما را آفریده است، شما نمی توانید ارزشمندتر از چیزی که الان هستید، بشوید.

اما اگر نمی دانید که چه کسی هستید، مثل کاری که من با آن ساعت کردم، خودتان را دست کم می گیرید، فکر می کنید که من معمولی هستم. فکر می کنید که من چیزی برای ارائه دادن ندارم، هیچ ویژگی خاصی ندارم، پس شما هم باید اسم سازنده خود را در گوگل سرچ کنید و خواهید دید که اثر انگشت

خداوند در تمام زندگی شما وجود دارد.

کتاب مقدس می گوید خداوند من تو را ستایش می کنم چون  
مرا بسیار شگفت انگیز آفریدی، کاری که انجام دادی بسیار  
فوق العادست.

اگر می خواهید ارزش خود را بدانید باید خودتان را شگفت-  
انگیز و فوق العاده بدانید. نه صرفا به خاطر کسی که هستید  
بلکه به خاطر کسی که شما را آفریده است.

زندگی مدام تلاش می کند تا شما احساس کنید که همه چیز  
هستید به جز شگفت انگیز.

نامیدی ها، خیانت ها، پس زدن های دیگران، همه ی این ها  
احساس ارزشمندی را از شما می گیرد.

اما در تمام طول روز برخلاف چیزی که افکارتان به شما می-گویند و برخلاف کسی که شما ترک کرده است، شما باید به خودتان یادآوری کنید که:

من شگفت انگیزم، من اشرف مخلوقات هستم و به طرز فوق العاده ای خلق شده ام.

**چیزی که خداوند آفریده است را دست کم نگیرید**

وقتی که شما حقیقتاً فوق العاده هستید، به هیچ عنوان با حس معمولی بودن زندگی نکنید.

دیگران ممکن است تلاش کنند تا شما احساس معمولی بودند بکنید. مثل کاری که پدر داوود انجام داد.

ممکن است اعتقاد داشته باشند که شما چیز زیادی برای ارائه

دادن ندارید.

آیا شما حرف هایی که مردم در مورد شما می زنند را باور

می کنید یا حرف هایی که خداوند در مورد شما می زند؟

**خداوند می گوید شما فوق العاده هستید.**

**تا حالا این جمله را به خودتان گفتید؟**

**این چیزی است که باید از درون تان شروع شود**

جایی خوانده بودم که پیراهنی که «تام بریدی» در مسابقات

فوتبال آمریکایی پوشیده بود، ۵ هزار دلار ارزش داشت.

من می توانم دقیقا همان پیراهن را به صورت آنلاین به قیمت

۴۹ دلار بخرم.

چه تفاوتی دارند؟

این که به چه کسی تعلق دارد.

همان پیراهن، همان سایز، همان رنگ، اما همین که متعلق به او است فوق العاده باارزش اش می کند.

کتاب مقدس می گوید که تو به خداوند تعلق داری.

ممکن است احساس معمولی و متوسط بودن بکنید، اینکه هیچ ویژگی خاصی در وجود شما نیست. اما همین که بدانید به چه کسی تعلق دارید شما را بی نهایت ارزشمند می کند.



حالا چالش من برای شما این است که به دیگران اجازه ندهید که شما را دست کم بگیرند. اجازه ندهید که افکارتان شما را ناامید کنند.

شانه هایتان را عقب ببرید، شما به خداوند تعلق دارید. شما نیازی ندارید چیزی را به کسی ثابت کنید، شما نیازی ندارید تلاش کنید تا دیگران را تحت تأثیر قرار دهید.

**فقط سعی کنید خودتان باشید  
فوق العاده باشید.**

اگر این کار را انجام بدهید من ایمان دارم و اعلام می کنم که:

\* هر چیزی که فکر می کنید شما را محدود کرده است، از بین خواهد رفت.

\* از این به بعد شما آزاد، با اعتماد به نفس، امن و بارزش زندگی خواهید کرد

\* و به همان شاهکاری تبدیل خواهید شد که خداوند شما را  
برای آن منظور خلق کرده است.



**گروه تحقیقاتی لیمبیکسا تقدیم می کند**

[www.limbicsa.ir](http://www.limbicsa.ir)

**برای دانلود و مطالعه مطالب بیشتر**

**وارد سایت لیمبیکسا شوید**

**به خانواده صمیمی لیمبیکسا خوش آمدید**