

تو بی نظیری

۷ روش برای یک زندگی پرشور، مقتدرانه و خودساخته

اثر: ویکتوریا اوستین | ترجمه: سهیلا کولیوند | ویراستار: احسان کریمخانی

۱	مقدمه
۵	بخش اول بدان که تو برگزیده شده‌ای
۷	۱ تاج پادشاهی‌ات را بر سرت بگذار
۲۲	۲ بگو آمین
۴۱	بخش دوم چشمت به آسمان باشد
۴۳	۳ منتظر وعده‌های خداوند باش
۵۸	۴ با خداوند هماهنگ شو
۷۷	بخش سوم جعبه‌خاطرانت را انباشته نگه دار
۷۹	۵ قدرت یادآوری
۹۶	۶ خودت را دلگرم کن
۱۱۱	بخش چهارم سبک سفر کن
۱۱۳	۷ بر آینده‌ات سرمایه‌گذاری کن
۱۲۸	۸ روزت را بی‌نظیر کن
۱۴۳	بخش پنجم خوب عشق بورز
۱۴۵	۹ باهم بودن بهتر است
۱۶۳	۱۰ مایه رحمت باش
۱۸۱	بخش ششم در زمان حال زندگی کن
۱۸۳	۱۱ در سپاس‌گزاری تعلل نکن
۱۹۸	۱۲ روی هر فصل حساب کن
۲۱۳	بخش هفتم قدرتمند شو
۲۱۵	۱۳ به خداوند نزدیک شو
۲۳۲	۱۴ به منشأ متصل شو
۲۴۶	سپاس‌گزاری
۲۴۹	درباره نویسنده

مقدمه

بی نظیر یعنی چیزی که بهتر از خوب باشد؛ برجسته باشد. بی نظیر در جمع شاخص است، استثنایی است و ارزشش جشن گرفتن دارد. خداوند تورا بی نظیر آفریده است.

کتاب مقدس می گوید تو شاهکار خداوند هستی، او از روح خود در تو دمیده و تورا برای کارهای بزرگی خلق کرده است. تو با هدف و تقدیری منحصر به فرد، به گونه ای اعجاب انگیز آفریده شده ای. تو از خط تولید یک کارخانه به وجود نیامده ای. تو اصل جنس هستی. خداوند پیش از تولدت تورا می شناخت و نقشه زندگی ات را طراحی کرد تا تو خودت باشی؛ بی همتا و بی نظیر.

اما ما اغلب هدفی را که خداوند برای آن خلقمان کرده گم می کنیم و استعداد های ذاتی و موهبت هایی را که در اختیار ما قرار داده ارج نمی نهیم. اگر هشیار نباشیم اجازه می دهیم خصیصه های خدادادی مان در ذهنمان کم رنگ شوند و این امر باعث می شود خودمان را میانه، متوسط و پیش پا افتاده فرض کنیم.

ما باید به این درک برسیم که خداوند نمی خواهد ما در نگرشمان یا شیوه

زندگی مان معمولی باشیم. او می خواهد ما در هر زمینه ای بی نظیر باشیم. خداوند از ما می خواهد از خودمان و از او انتظار بیشتری داشته باشیم. او از ما می خواهد برای پیشرفت تلاش کنیم و بهترین آنچه او خلق کرده است باشیم.

با خداوند هر روز، روز جدیدی است. الطاف او هر روز صبح تجدید می شوند؛ فارغ از اینکه تو خودت را کجا می یابی یا با چه مشکلاتی مواجه ای، خداوند کنار توست. او همیشه شروع جدید و طلوعی دوباره را به تو پیشنهاد می دهد.

یادم می آید در گذشته وقتی با چالش یا مشکلی مواجه می شدم، بارها پیش می آمد که ناامید می شدم و از خودم می پرسیدم یعنی ارزشش رو داره؟ اصلاً موضوع مهمیه؟ اما امروز درک کرده ام که وقتی با قدرت ایمانم مشکلات را پشت سرمی گذارم، به توانایی های فوق العاده ای که خداوند در اختیارم قرار داده پی می برم و درس های ارزشمندی در زندگی ام می آموزم. همه ما با شرایط سخت و موقعیت های ناعادلانه ای مواجه می شویم اما اگر تصمیم بگیریم گام های ایمان را برداریم و آنها را به خداوند بسپاریم، به موجودی بی نظیر تبدیل خواهیم شد.

من متوجه شده ام که وقتی تمرینات خاصی را به موقع انجام داده ام و در زندگی ام دائماً از آنها استفاده می کنم، هر روز خودم را بی نظیرتر احساس می کنم. هدف من از نوشتن این کتاب ارائه هفت تمرین است که مرا در مسیر بی نظیر شدن حفظ می کنند. این تمرینات شما را پرانگیزه و قدرتمند نگه می دارند و در مسیر زندگی تان الهام بخش هستند.

خداوند برای هر یک از ما مسیرهای متفاوتی در نظر دارد. مسیر هیچ یک از ما شبیه مسیر دیگری نیست اما سرنوشتی که خداوند برای همه ما در نظر

دارد پیروزی است. زمانی که به آنچه خداوند در اختیار تو قرار داده ایمان داشته باشی و اجازه ندهی معمولی یا متوسط باشی، زندگی بی نظیری خواهی داشت. من دعا می کنم این کتاب برای تو موهبتی باشد و تو را به خداوند و کسی که او از تو انتظار دارد نزدیک تر کند. تو شگفت انگیز و عجیب آفریده شده ای.

اکنون این واقعیت را زندگی کن: تویی نظیری!

تاج پادشاهی‌ات را بر سرت بگذار

من دوست خوبی به اسم جیم دارم که سال‌هاست او را می‌شناسم. روزی جیم قصه‌ای برایم تعریف کرد که از آن زمان در خاطر من نقش بسته است. قصه مربوط به زمانی است که او خواهر نوزادش را برای اولین بار ملاقات کرد. جیم هشت ساله بود. تا آن زمان او تک‌فرزند بود و از به دنیا آمدن خواهر کوچک‌ترش بسیار هیجان‌زده شده بود. بالاخره روزی فرا رسید که سروکله پدرش در مدرسه پیدا شد و اجازه‌اش را گرفت تا او را با خود به بیمارستان ببرد. پس از عبور از چند خیابان، پدرش ماشین را در پارکینگ پارک کرد و او و جیم به سمت راهروهای طولانی بیمارستان به راه افتادند. انتظار، جیم را بی‌تاب کرده بود. آنها جلوی پنجره بزرگ اتاق نوزادان ایستادند. جیم با کنجکاوی از پنجره نگاهی به داخل اتاق انداخت و ردیف‌هایی از نوزادان کوچک را دید که همه در تخت‌هایشان مانند ساندویچ پارچه‌پیچ شده بودند. پرستاری سرش را بالا آورد و پدر جیم را شناخت. لبخندی زد و از اتاق نوزادان بیرون آمد، سپس به سمت جیم رفت و به سوی او خم شد. دستش را روی شانه‌اش گذاشت، به سمت نوزاد خانواده آنها اشاره کرد و گفت: «خواهر کوچولوت اونجاست.» به محض اینکه جیم بچه را برای

اولین بار دید، صورتش غرق شادی شد. او بالاخره خواهر کوچولویش را دیده بود.

همان روز، وقتی پدر جیم متوجه شد جیم با دیدن خواهر کوچولویش تا چه اندازه تحت تأثیر قرار گرفته است، تصمیم گرفت خاطره روز به دنیا آمدن خودش را برایش تعریف کند. او روی کاناپه کنار پسر عزیزش نشست. به چشمانش نگاهی انداخت تا مطمئن شود تمام توجهش به اوست، سپس گفت: «جیم، وقتی توبه دنیا اومدی من و مادرت از پنجره بزرگ اتاق نوزادان نگاهی به همه بچه‌ها انداختیم، درست مثل کاری که من و تو امروز انجام دادیم اما با یک تفاوت. اون روز پرستار به ما گفت: "شما هر بچه‌ای رو که بخواید می‌تونید داشته باشید." ما همه اون بچه‌ها رو دیدیم و تو رو انتخاب کردیم.»

درواقع، جیم یک فرزندخوانده بود. او تا آن لحظه در این مورد چیزی نمی‌دانست. اما آن روز پدرش قصد داشت مطلب مهمی را به او بگوید. او می‌خواست جیم این حقیقت مهم را بداند: «جیم، تو انتخاب شده‌ای تا پسر ما باشی. تو برای ما خیلی ارزشمند و مهم هستی چون ما خودمون انتخاب کردیم که تو عضوی از خانواده ما باشی.»

در سراسر زندگی‌اش، پدرش همیشه به او اطمینان خاطر می‌داد تا بداند آنها چقدر دوستش دارند و چقدر از حضورش در خانواده خود سپاس‌گزار هستند.

امروز این دقیقاً همان چیزی است که خالقتان از شما می‌خواهد بدانید؛ شما انتخاب شده‌اید.

پدر جیم اغلب به او می‌گوید: «جیم، تو انتخاب شده‌ای. به کسی اجازه نده غیر از این چیز دیگه‌ای بهت بگه.»

درست مثل پدر جیم که به او یادآوری می‌کرد، تو هم لازم است هر روز

صبح که از خواب بیدار می‌شوی به خودت یادآور شوی که خالق جهان تو را انتخاب کرده و برای او ارزشمند هستی.

اجازه نده اشتباهات، شکست‌هایت یا انسان‌های دیگر چیزی غیر از آنچه هستی به تو بگویند.

زندگی همیشه سعی دارد با ترفندی ما را پایین بکشد، تحقیقمان کند یا باعث شود هویت واقعی مان را فراموش کنیم؛ شاید مردم ما را قضاوت کنند، ما را رها کنند و باعث شوند احساس بی‌هو دگی کنیم. اما هیچ‌یک از این اتفاقات تعیین نمی‌کند تو چه کسی باشی؛ خداوند تو را فرا خوانده و تو را شایسته می‌داند. شاید در زندگی مرتکب اشتباهاتی شده‌ای - همه ما مرتکب اشتباهاتی شده‌ایم - اما این باعث نمی‌شود نظر خداوند نسبت به تو تغییر کند. او عاشق توست؛ نه به جهت عملکردت، نه به این دلیل که هر کاری را بی‌نقص انجام می‌دهی، بلکه به این دلیل که تو اشرف مخلوقات او هستی. برچسب‌های منفی را از خودت جدا کن و خودت را از یوغ آنچه دیگران به تو نسبت داده‌اند رها کن. از اینکه نمی‌توانی چیزهایی را تغییر دهی خودخوری نکن. خداوند از تومی خواهد با ایمان پیش بروی و باور داشته باشی که انتخاب شده‌ای، تویی نظیری و به خوبی قادری آنچه را که خداوند تو را به انجامش فرا خوانده به سرانجام برسانی.

بدان چه کسی هستی

وقتی پادشاه داوود^۱ چوپان جوانی بود، گوسفندان پدرش را برای چرا به مزرعه برده بود که سموئیل^۲ نبی به خانه آنها آمد تا پادشاه بعدی اسرائیل را

1. David
2. Samuel