**خوانده شده برای رنج و زحمت، و وجد و شادی: جهت بار جاودانی جلال**

دوم قرنتیان ۴:‏۷-‏۱۸

لیکن این خزینه را در ظروف خاکی داریم، تا برتری قوت از آن خدا باشد، نه از جانب ما. در هر چیز زحمت کشیده، ولی در شکنجه نیستیم؛ متحیر، ولی مأیوس نی؛ تعاقب کرده شده، لیکن نه متروک؛ افکنده شده، ولی هلاک شده نی. پیوسته قتل عیسی خداوند را در جسد خود حمل می‌کنیم، تا حیات عیسی هم در بدن ما ظاهر شود. زیرا ما که زنده‌ایم، دایماً به خاطر عیسی به موت سپرده می‌شویم، تا حیات عیسی نیز در جسد فانی ما پدید آید. پس موت در ما کار می‌کند، ولی حیات در شما. اما چون همان روح ایمان را داریم، به حسب آنچه مکتوب است: «ایمان آوردم، پس سخن گفتم»، ما نیز چون ایمان داریم، از این‌رو سخن می‌گوییم. چون می‌دانیم او که عیسی خداوند را برخیزانید، ما را نیز با عیسی خواهد برخیزانید؛ و با شما حاضر خواهد ساخت. زیرا که همه‌چیز برای شماست، تا آن فیضی که به وسیلۀ بسیاری افزوده شده است، شکرگزاری را برای تمجید خدا بیفزاید. از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم، بلکه هرچند انسانیت ظاهری ما فانی می‌شود، لیکن باطن، روز‌به‌روز تازه می‌گردد. زیرا که این زحمتِ سبکِ ما، که برای لحظه‌ای است، بارِ جاودانیِ جلال را برای ما زیاده و زیاده پیدا می‌کند. در حالی که ما نظر نمی‌کنیم به چیزهای دیدنی، بلکه به چیزهای نادیدنی؛ زیرا که آنچه دیدنی است، زمانی است؛ و نادیدنی، جاودانی.

آیۀ ۱۶، مطلبی را خاطرنشان می‌سازد که همگان خواهان تجربه نمودنش هستند. پولس می‌گوید: «خسته‌خاطر نمی‌شویم، بلکه هرچند انسانیت ظاهری ما فانی می‌شود، لیکن باطن، روز‌به‌روز تازه می‌گردد.» در این آیه چیزی وجود دارد که هیچ‌کس آن را نمی‌خواهد؛ و چیزی وجود دارد که همه خواهانش هستند.

**آنچه هیچ‌کس نمی‌خواهد؛ و آنچه همه می‌خواهند**

هیچ‌کسی که در این جلسه حضور دارد، نمی‌خواهد دلسرد شود. هیچ‌کس اینجا نیامده، تا بگوید: «امیدوارم خواندن سرودها، و گوش سپردن به موعظه، مرا یاری رسانند که دلسرد شوم. امروز واقعاً می‌خواهم با آنچه واعظ می‌گوید، دلسرد گردم.» حتی یک نفر از شما چنین چیزی نمی‌گوید. هیچ‌کس نمی‌خواهد حس و حال زندگی کردن از او گرفته شود. همان‌طور که پولس هم این را نمی‌خواست.

برعکس، همه خواهان این هستند که باطنشان روز‌به‌روز تازه گردد. همۀ ما می‌دانیم که احساساتی چون حس قوی بودن و تازگی و امید و شادابی و شهامت و شور و شوق برای زندگی، اندک زمانی باقی است؛ و دیری نمی‌پاید که همگی تحلیل روند. اگر می‌خواهیم در باطن قوی باشیم؛ و از امید و شادی و سرچشمه‌ای برای محبت ورزیدن برخوردار باشیم، باید که روز‌به‌روز تازه شویم. ما این را می‌دانیم. زندگی، راکد و ایستا نیست. زندگی بالا و پایین می‌رود. ما از حس زندگی سرشار می‌گردیم، حسمان تحلیل می‌رود، دوباره پر از حس زندگی می‌شویم. تازه می‌گردیم، تحلیل می‌رویم، دوباره تازه می‌شویم؛ و دوباره تحلیل می‌رویم؛ و دوباره تازه می‌شویم. همۀ ما خواهان قدرتی هستیم که بتوانیم تازه شویم. هیچ‌کس نمی‌خواهد در وادی تحلیل رفتن و تهی بودن و دلسردی و ناامیدی باقی بماند. اگر برای قوی شدن، و امیدوار شدن، و شادمان شدن، و با محبت شدنِ دوباره و دوباره و دوباره، و رو‌ز‌به‌روز، رازی وجود دارد، ما علاقه‌مندیم که به آن راز پی بریم.

**دو واژۀ مهم: «از این جهت»، و «زیرا»**

در این آیات، دو واژه وجود دارند که باید به آنها توجه نماییم. واژۀ «از این جهت» در ابتدای آیۀ ۱۶، و واژۀ «زیرا» در ابتدای آیۀ ۱۷. چرا این دو واژه از اهمیت برخوردارند؟

**آیۀ ۱۶، رأس مثلث است**

آیۀ ۱۶ را رأس یک مثلث فرض نموده، که بر پایۀ دو ضلع دیگرش استوار است؛ و خواستۀ قلبی ما را نیز همین دو ضلع، پابرجا نگاه می‌دارند: «خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . لیکن باطن، روز‌به‌روز تازه می‌گردد.» امروز همۀ ما خواهان این هستیم، خواهان اینکه قادر باشیم این حقیقت را بر زبان آورده، و گفته‌مان از صمیم قلب باشد.

آیۀ ۱۶: خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . لیکن روز‌به‌روز تازه می‌گردیم.

**آیات ۷-‏۱۵، آن ضلعی است که رأس را استوار نگاه می‌دارد**

واژۀ «از این جهت» در ابتدای آیه، به این معناست که پولس از پیش، مطلبی را بیان کرده، که او را به تجربۀ آیۀ ۱۶ رسانده، و آن را پشتیبانی می‌نماید: او می‌گوید که آنچه در آیات ۷-‏۱۵ عنوان شد، «حقیقت دارد، حقیقت دارد، حقیقت دارد.» «از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . از این جهت، روز‌به‌روز تازه می‌گردیم.» پس اولین ضلع این مثلث، حقیقت آیات ۷-‏۱۵ است، که به این تجربه ختم شده، و آن را پشتیبانی می‌نماید. این حقیقت، باید توجه ما را به خود جلب نموده، و پیگیر مفهومش باشیم، شاید که برای ما نیز کاربرد داشته باشد!

**آیات ۱۷-‏۱۸، ضلع دیگر مثلث است، که رأس را استوار نگاه می‌دارد**

واژۀ «زیرا»، در ابتدای آیۀ بعدی (آیۀ ۱۷)، به این معناست که پولس می‌خواهد مطلبی را عنوان کند، که دلیلی برای آیۀ ۱۶ می‌باشد: «خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . و روز‌به‌روز تازه می‌گردیم»، زیرا (به این دلیل که) آنچه بیان شد، حقیقت دارد، حقیقت دارد، حقیقت دارد. بنابراین، دومین ضلع مثلث، حقیقت عنوان شده در آیات ۱۷-‏۱۸ می‌باشد، که تجربه‌ای را که پولس شرح داده بود، پشتیبانی می‌نماید.

پس اکنون می‌توانید این مهم را درک نمایید؟ آنچه ما در آرزوی تجربه کردنش به سر می‌بریم، در رأس این مثلث قرار گرفته، و دو ضلع، آن را استوار نگاه می‌دارند. از آنجایی که آیات ۷-‏۱۵، حقیقت محض می‌باشند: «از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم، بلکه روز‌به‌روز تازه می‌گردیم.» این یک ضلع است؛ و همچنین «خسته‌خاطر نمی‌شویم، بلکه روز‌به‌روز تازه می‌گردیم»، زیرا آیات ۱۷-‏۱۸ حقیقت دارند.

از این‌رو، قصد ما این است که دو ضلع این مثلث را بررسی نموده، تا ما را نیز همان حقیقتی حفظ گرداند که پولس را حفظ نموده بود.

**آیۀ ۱۶، در میانۀ رنج و زحمت رخ می‌نمایاند**

اما نخست، این مهم را به طور مختصر از نظر می‌گذرانیم: آیۀ ۱۶ تصدیق می‌کند که دلسرد نشدن، و روز‌به‌روز تازه گشتن، در میانۀ رنج و زحمت رخ می‌نمایاند. «خسته‌خاطر نمی‌شویم، بلکه هرچند انسانیت ظاهری ما فانی می‌شود، لیکن باطن، روز‌به‌روز تازه می‌گردد.» پولس می‌دانست که روزی هم عمر خودش، و هم عمر همه به پایان خواهد رسید. او رنجها و زحمات عظیمی را متحمل گشته بود؛ و در آن رنجها و زحمات، زوال و تحلیل زندگی زمینی‌اش را شاهد بود. کم نبودند ضعفها و بیماریها و صدمات و سختیها و فشارها و درماندگیها و ناامیدی‌هایی که با آنها مواجه گشته بود؛ و هر یک از آنها در زوال زندگی جسمانی‌اش سهمی داشتند؛ و اشاره‌اش به این نکته که «موت در او کار می‌کرد» (آیۀ ۱۲)، طریقی برای بیان همین حقیقت بود.

و به این منظور است که می‌گوید: «خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . همواره تازه می‌گردیم.» پس پرسشی که اکنون به راستی برایمان مطرح است، این نیست که «چگونه می‌توانم در زندگی دلسرد نگردم؟»؛ و «چگونه می‌توانم روز‌به‌رو تازه گردم؟»، بلکه پرسش اینجاست که «چگونه می‌توانم بدون دلسرد شدن، برای رنج و زحمت آماده گردم؟» «چگونه می‌توانم فرسودگی جسمم، و زوال زندگی زمینی‌ام را بپذیرم؛ و در عین حال، دلسرد نگشته، بلکه در باطن، روز‌به‌روز تازه و قوی شده، و با شادی، و سرشار از محبت، تا پایان ادامه دهم؟»

حال، آماده‌ایم تا پاسخ پولس به این پرسش را مشاهده کنیم. ابتدا آیات ۷-‏۱۵، و سپس ۱۷-‏۱۸ را بررسی می‌نماییم.

**آیات ۷-‏۱۵: چهار دلیل برای دلسرد نگشتن**

در آیات ۷-‏۱۵، دست‌کم چهار دلیل ارائه شده، که پولس را به آنجا می‌رساند تا بگوید: «از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم.» هر یک از این دلایل، به گونه‌ای به زوال زندگی زمینی‌اش اشاره می‌کنند. او هرگز این بینش را از دست نمی‌دهد که انسانی فانی است که عمرش سپری گشته، و روزی به پایان می‌رسد. پس او در این آیات نشان می‌دهد که با وجود اینکه انسانیت ظاهری‌اش فرسوده گشته، و رو به زوال است، اما حقیقت چیز دیگری است.

**۱. جلال یافتن قدرت خدا، و پسر خدا**

نخست اینکه، اگرچه انسانیت ظاهری پولس فرسوده می‌گشت، اما در این رنج و زحمت، و از طریق این رنج و زحمت، قدرت خدا، و حیات پسر خدا جلوه‌گر شده، جلال می‌یافتند.

آیۀ ۷: «این خزینه را در ظروف خاکی داریم [یعنی انسانیت ظاهری، ضعیف، و رو به زوال]، تا برتری قوت از آن خدا باشد، نه از جانب ما.» از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . زیرا قدرت خدا در ضعف ما نمایان می‌گردد.

آیۀ ۱۰: «پیوسته قتل عیسی خداوند را در جسد خود حمل می‌کنیم [این جنبۀ دیگری از فرسوده شدن انسان ظاهری است]، تا حیات عیسی هم در بدن ما ظاهر شود.» از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . زیرا حیات پسر خدا، در زوال روزمرۀ ما نمایان می‌گردد.

آیۀ ۱۱: «زیرا ما که زنده‌ایم، دایماً به خاطر عیسی به موت سپرده می‌شویم، تا حیات عیسی نیز در جسد فانی ما پدید آید.» از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . زیرا حیات پسر خدا، در بدنهای رو به زوال ما آشکار گشته، جلال می‌یابد.

بنابراین، هرچند انسانیت ظاهری پولس فرسوده می‌شد، اما نخستین دلیلش برای دلسرد نگشتن این بود که در ضعف، و در مرگ روزمره‌اش به خاطر دیگران، قدرت خدا، و حیات پسر خدا، جلال می‌یافت؛ و این چیزی بود که پولس بیش از هر چیز دیگری دوست می‌داشت.

**۲. قوت یافتن کلیسا**

دوم اینکه، اگرچه انسانیت ظاهری‌ پولس فرسوده می‌گشت، اما در این رنج و زحمت، و از طریق این رنج و زحمت، حیات از او به کلیسا منتقل می‌گشت. مسیحیان با ضعیف شدن پولس، قوت می‌یافتند.

آیۀ ۱۲: «پس موت در ما کار می‌کند، ولی حیات در شما.» از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . زیرا نه تنها خدا جلال می‌یابد، بلکه شما عزیزانم نیز حیات و قوت و امید می‌یابید.

آیۀ ۱۵: «زیرا که همه‌چیز برای شماست، تا آن فیضی که به وسیلۀ بسیاری افزوده شده است [از طریق رنج و زحمت پولس برای آنها]، شکرگزاری را برای تمجید خدا بیفزاید.» از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . زیرا [و توجه کنید که آیۀ ۱۵ به چه صورت، دو دلیل اول را کنار هم قرار می‌دهد] در خدمت رنج و زحمت من، به شما فیض رسیده، و خدا جلال یافته است. این دو مهم، چیزهای مورد علاقۀ پولس در زندگی‌اش بودند: فیض رساندن به دیگران، و جلال دادن خدا. این آیه خاطرنشان می‌سازد که این دو مهم، با تجربه‌ای یکسان عملی خواهند گشت. از این جهت، پولس دلسرد نمی‌گشت.

**۳. حضور خدا، حضوری که نگهدارنده است**

سوم اینکه، اگرچه انسانیت ظاهری‌ پولس فرسوده می‌گشت، اما در این رنج و زحمت، و از طریق این رنج و زحمت، خدا او را حفظ نموده، و نمی‌گذاشت که مغلوب گردد.

آیات ۸-‏۹ (توجه کنید در هر یک از نکاتی که پولس بدان اشاره می‌کند، در واقع می‌گوید: آری، انسانیت ظاهری ما فرسوده می‌شود، ولی خیر، دلسرد نمی‌گردیم): «در هر چیز زحمت کشیده، ولی در شکنجه نیستیم؛ متحیر، ولی مأیوس نی؛ تعاقب کرده شده، لیکن نه متروک؛ افکنده شده، ولی هلاک شده نی.» از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌گردیم . . . زیرا خدا ما را حفظ نموده، و نمی‌گذارد مغلوب گردیم.

**۴. رستاخیز ما از مردگان**

چهارم اینکه، اگرچه انسانیت ظاهری‌ پولس فرسوده می‌گشت، اما با کلیسا، و با عیسی، از مردگان قیام می‌نمود.

آیۀ ۱۴: «می‌دانیم او که عیسی خداوند را برخیزانید، ما را نیز با عیسی خواهد برخیزانید؛ و با شما حاضر خواهد ساخت.» از این جهت، خسته‌خاطر نمی‌شویم . . . زیرا همه‌چیز رو به راه خواهد بود؛ و حتی مرگ نیز پایانی غم‌انگیز نخواهد بود. من دوباره زیست خواهم نمود؛ و با شما که دوستتان دارم، زیست خواهم نمود؛ و با عیسی زیست خواهم نمود؛ و تا ابدالاباد در جلالش شریک خواهم بود.

از این جهت . . . این ضلع اول مثلث است (آیات ۷-‏۱۵)، که آن تجربۀ عظیم دلسرد نگشتن، بلکه روز‌به‌روز تازه شدن را استوار نگاه می‌دارد.

۱. من تازه می‌گردم، زیرا قدرت خدا، و حیات پسر خدا، در ضعفِ رو به زوال من، آشکار گشته، جلال می‌یابند.

۲. من تازه می‌گردم، زیرا با رنج و زحمت من، حیات به کلیسایی که بسیار دوستش می‌دارم، منتقل می‌گردد.

۳. من تازه می‌گردم، زیرا خدا مرا در رنج و زحمتم حفظ نموده، و نمی‌گذارد مغلوب گردم.

۴. من تازه می‌گردم، زیرا می‌دانم که با شما، و با عیسی، از مردگان خواهم برخاست؛ و تا ابدالاباد با هم زیست خواهیم نمود.

از این جهت، دلسرد و خسته‌خاطر نمی‌گردم!

**آیات ۱۷-‏۱۸: چهار دلیل برای دلسرد نگشتن**

حال، ضلع دیگر مثلث؛ یعنی آیات ۱۷-‏۱۸ را بررسی می‌نماییم؛ و این همان ضلعی است که تجربۀ عالی پولس در آیۀ ۱۶ را استوار نگاه می‌دارد. او خسته‌خاطر نمی‌شود؛ و روز‌به‌روز تازه می‌گردد، زیرا آیات ۱۷-‏۱۸ حقیقت محض هستند. باز هم پولس با وجود انسانیت ظاهری رو به زوالش، و با وجود ضعف و بیماری و صدمات و سختیها، به چهار دلیل دلسرد نمی‌گردد.

**۱. زحمت لحظه‌ای**

او خسته‌خاطر نمی‌گردد، زیرا رنج و زحمتی که متحمل می‌گردد، برای لحظه‌ای است.

آیۀ ۱۷: «زیرا که این زحمتِ سبک که لحظه‌ای است . . . » این لحظه‌ای بودن به این معنا نیست که زحماتش تنها شصت ثانیه دوام خواهند داشت، بلکه به این معناست که این زحمات، فقط محدود به طول عمر در این دنیاست (که این طول عمر، در مقایسه با میلیونها دوران هزار ساله، لحظه‌ای است.) این لحظه‌ای بودن، معنایی جز این ندارد. واژۀ «لحظه‌ای»، به معنای «زمان حاضر» است؛ یعنی «رنج و زحمت حاضر»، رنج و زحمتی که محدود به زندگی کنونی ماست. من خسته‌خاطر نمی‌شوم . . . زیرا زحماتم پایان خواهند یافت. آنها در زندگی‌ام حرف آخر را نمی‌زنند.

**۲. زحمت سبک**

او خسته‌خاطر نمی‌شود، زیرا زحمتش سبک است.

آیۀ ۱۷: «زیرا که این زحمتِ سبک که لحظه‌ای است . . . » این پنداشت یک آمریکایی امروزی و راحت‌طلب نیست، این پنداشتِ خودِ پولس است؛ و او گفته‌اش در دوم قرنتیان ۱۱:‏۲۳-‏۲۷ را فراموش نکرده بود.

در محنتها افزون‌تر، در تازیانه‌ها زیادتر، در زندانها بیشتر، در مرگها مکرر. از یهودیان پنج مرتبه از چهل، یک کم تازیانه خوردم. سه مرتبه مرا چوب زدند. یک دفعه سنگسار شدم. سه کرّت شکسته‌کشتی شدم. شبانه‌روزی در دریا به سر بردم. در سفرها بارها، در خطرهای نهرها، در خطرهای دزدان، در خطرها از قوم خود، و در خطرها از امتها، در خطرها در شهر، در خطرها در بیابان، در خطرها در دریا، در خطرها در میان برادران کذبه. در محنت و مشقّت، در بی‌خوابی‌ها بارها، در گرسنگی و تشنگی، در روزه‌ها بارها، در سرما و عریانی. بدون آنچه علاوه بر اینهاست، آن باری که هر روزه بر من است؛ یعنی اندیشه برای همۀ کلیساها.

وقتی پولس می‌گوید زحماتش سبک است، منظورش این نیست که زحماتش، آسان، یا بدون درد است، بلکه منظورش این می‌باشد که رنج و زحمتش، در مقایسه با آنچه پیش روست، هیچ است. آن زحمات، در مقایسه با بار جلال آینده، همچون پَر، سبکند. «دردهای زمان حاضر، نسبت به آن جلالی که در ما ظاهر خواهد شد، هیچ است» (رومیان ۸:‏۱۸). من دلسرد نمی‌شوم . . . زیرا زحماتم سبکند.

**۳. بار جاودانی جلال**

پولس خسته‌خاطر نمی‌شود، زیرا رنج و زحمتش در واقع، بار جاودانی جلال را برایش به ارمغان می‌آورد، که با آن رنج و زحمت، قابل قیاس نمی‌باشد.

آیۀ ۱۷: «زیرا که این زحمتِ سبکِ ما، که برای لحظه‌ای است، بارِ جاودانیِ جلال را برای ما زیاده و زیاده پیدا می‌کند.» آنچه پیش روی پولس قرار دارد، لحظه‌ای نیست، بلکه ابدی است؛ سبک نیست، بلکه سنگین است؛ رنج و زحمت نیست، بلکه جلال است؛ و با آن رنج و زحمت، قابل قیاس نیست. آنچه خدا برای دوستداران خود مهیا نموده است را چشمی ندیده، و گوشی نشنیده است (اول قرنتیان ۲:‏۹).

و نکته اینجاست که آن زحمات، صرفاً مقدم بر جلال نیستند، بلکه در به بار آوردن جلال، نقش خود را ارائه می‌دهند. در واقع، میان چگونگی تحمل سختیها در زمان حاضر، و اینکه چقدر قادر خواهیم بود که از جلال خدا در عصر آینده، لذت ببریم، رابطه‌ای علت و معلولی وجود دارد. حتی یک لحظه از صبورانه تحمل نمودن درد و رنج، به هدر نمی‌رود. من خسته‌خاطر نمی‌شوم . . . زیرا همۀ مشکلاتم، بار جاودانی جلال را برایم به ارمغان می‌آورند، که با آن رنج و زحمت، قابل قیاس نمی‌باشد.

**۴. جلال نادیده و ابدی که پیش روست**

پولس دلسرد و خسته‌خاطر نمی‌گردد، زیرا ذهنش را بر جلال نادیده و ابدی که پیش روست، متمرکز می‌نماید.

آیۀ ۱۸: «ما نظر نمی‌کنیم به چیزهای دیدنی، بلکه به چیزهای نادیدنی.» شاید خدا همۀ جلال موجود در عالم هستی را به شما ارزانی دارد، تا شما را از دلسرد شدن حفظ نماید؛ و جان شما را روز‌به‌روز تازه گرداند، ولی اگر به آن جلال چشم ندوزید، هرگز از آن بهره‌مند نخواهید شد.

**دعوت سخاوتمندانۀ خدا**

در اصل، این کاری است که خدا اکنون در این موعظه به انجام می‌رساند. این آیات، دعوتی سخاوتمندانه از جانب خدا برای شماست، تا همۀ دلایلی را که چرا نباید دلسرد شوید، از نظر بگذرانید، همۀ دلایلی که چرا می‌توانید روز‌به‌روز تازه گردید.

* بنگرید! قدرت خدا، و حیات پسرش، در ضعف شما نمایان می‌گردند.
* بنگرید! حیات عیسی، از طریق رنج و زحمت شما، به زندگی دیگران منتقل می‌گردد.
* بنگرید! خدا شما را در زحماتتان حفظ نموده، و نخواهد گذاشت تلف شوید.
* بنگرید! زحمات شما در زندگی‌تان حرف آخر را نمی‌زنند؛ شما با عیسی، و با کلیسای خدا، از مردگان قیام نموده، و تا ابدالاباد با شادی زیست خواهید نمود.
* بنگرید! زحمات شما لحظه‌ای هستند. آنها فقط محدود به این زمان بوده، و در عصر آینده جایی ندارند.
* بنگرید! زحمات شما سبک بوده، و در مقایسه با لذت و خوشی که پیش روست، هیچ می‌باشند.
* بنگرید! این زحمات، بار جاودانی جلال را برایتان به ارمغان می‌آورند، که با آن رنج و زحمت، قابل قیاس نمی‌باشد.

پس بنگرید! تمرکز کنید! تأمل کنید! به این چیزها بیندیشید! کلام خدا را باور کنید؛ و همۀ اینها سبب خواهد شد که دلسرد و خسته‌خاطر نشوید، بلکه باطنتان روز‌به‌روز تازه گردد.