

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

سمیه امیری | ترجمه: فاطمه محیی‌الدین



مرکز مطالعات متین

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان |

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

نویسنده: سمیه امیری

ترجمه: فاطمه محیی‌الدین

ویراست اول: پاییز ۱۴۰۳



مرکز مطالعات متین

MatinStudies.com

فهرست

۸.....	حیا
۱۷.....	نفس
۳۲.....	صبر
۴۵.....	تسلیم

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان |

بسم الله الرحمن الرحيم

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان کتابی است که با پاک‌ترین نیت‌ها برای کمک و مشاوره به خواهران مسلمان در سراسر جهان نوشته شده است. خواهرانی که ممکن است در درک و شناخت خویش و یافتن جایگاهی که بدان تعلق دارند با مشکل مواجه شده باشند.

من ابتدا این کتاب را برای خود و همچنین برای عزیزانم نوشته بودم، کتابی که مملو از راهنمایی و پند و اندرز است. گاهی اوقات ممکن است اصلاح یک شخص به طور مستقیم دشوار باشد؛ به همین خاطر من به جای آن افکار و تأملات متنوعی را در یک دفتر یادداشت گردآوردم که می‌تواند به شیوه‌ای زیبا پیام را منتقل نماید.

شاید برای بسیاری از افراد بیان مشکلات خود به صورت علنی دشوار باشد و غالباً چیره شدن بر یک بحران و معضل چالش برانگیز است. بنابراین این اثر به زنان مسلمان کمک کرده و ثابت می‌کند که در این امر تنها نیستند.

از همهٔ کسانی که در نوشتن این کتاب به من کمک کردند مشتکرم و از تصویرگر کتابم که مرا در ساخت بهترین طرح جلد یاری نمود و تعدادی از دوستانم که در تصحیح این اثر به من کمک کردند تشکر ویژه دارم. همچنین از خانواده و همسر

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان |

عزیزم سپاسگزارم که همیشه در کنار من بودند و به من انگیزه می‌دادند که باور کنم واقعا می‌توانم نوشتن این کتاب را به واقعیت مبدل سازم.

همهٔ چیزهای خوب در این اثر از جانب الله است و هر چیز بدی که ببینید از من نویسنده است. از صمیم قلب امیدوارم این کتاب را برای خود و ایمان و دینتان سودمند بدانید و به شما کمک کند تا پیوند خود با خداوند را تحکیم ببخشید. مسئولیت کامل هر گونه خطا و اشتباهی در این کتاب را به عهده می‌گیرم و از هر گونه پیشنهادی برای بهبود آن استقبال می‌نمایم.

حیا

۱- برون‌گرا بودن می‌تواند خوب باشد، اما بهتر از آن محجوب و با حیا بودن است. صفات یک زن مسلمان نباید رفیق‌بازی، بازیگوشی و توجه‌طلبی باشد بلکه باید شرم و حیا و تواضع باشد.

۲- کمبود حیا به دو موضوع مختلف می‌انجامد. در جامعه ما گفتگو با جنس مخالف به یک امر عادی تبدیل شده است.

اما باید مراقب این مسئله باشید چرا که می‌تواند حیای شما را از بین ببرد، حیای شما چیزی است که نیاز به مراقبت دارد زیرا با ایمانتان مرتبط است و برعکس.

در حدیثی از پیامبر - صلی الله علیه وسلم - این مطلب آمده است: «حیا و ایمان قرین یکدیگرند، اگر یکی رفت دیگری هم به همراه آن می‌رود». [شعب الایمان: ۷۲۱۱]

۳- هر چه شما و کسب و کارتان را کمتر بشناسند برای خودتان و آبرو و اعتبارتان بهتر است.

اما اگر در موقعیت‌هایی قرار گرفتید که نتوانستید حرف دیگران را کنترل کنید اجازه ندهید سخن آن‌ها بر شما تأثیر بگذارد، چرا که هر چه بیشتر آن‌ها در مورد شما به ناحق سخن بگویند در قیامت برای شما بهتر خواهد بود.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۴- ما به چیزهایی گرایش داریم که نمی‌توانیم آن‌ها را بدست بیاوریم، معمولاً به این دلیل که دستیابی به آن‌ها سخت است. پس چرا چیزی نباشیم که هیچ‌کس نمی‌تواند داشته باشد به جای اینکه بیرون برویم و کسی باشیم که همه می‌توانند داشته باشند؟

۵- جهان امروزه به جایی رسیده است که نداشتن حیا مطلوب و پسندیده است و انجام هر کاری برای گرفتن چند «لایک» و داشتن تعدادی مخاطب به هدف اصلی تبدیل شده است.

شما این را هدف خود قرار ندهید چراکه برای آخرتتان سودی جز افزودن بر گناهانتان ندارد.

۶- قلب خود را همیشه پاک و طاهر نگاه دارید.

۷- به عنوان مسلمان؛ نباید فقط به دانش دینی خود تکیه کنیم بلکه باید دین را از طریق شخصیت خود نیز منعکس نماییم.

ممکن است تلاشتان این نباشد که به وسیله خود عبادات آن را نشان دهید اما اگر اخلاق نیکویی نداشته باشید اسلام را به شیوه‌ای منفی به تصویر خواهید کشید.

۸- جامعه تأثیر زیادی در این دارد که:

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

چطور لباس بپوشید، چه لباسی بپوشید و چگونه رفتار کنید. ساده و بی‌تکلف باشید، مراقبت از خود در برابر نظرات ناخواسته (تحمیلی) و به‌یادآوری ارزش خود، کلید اصلی نیفتادن در دام دنیا است.

۹- وقتی قصد انجام حرامی را داشتید و ناگهان احساس شرمندگی کردید، بدانید این درواقع به خاطر ایمان و حیایی است که هنوز در قلبتان دارید.

پیامبر - صلی الله علیه وسلم - می‌فرماید: «اگر حیا نداری هر چه دلت خواست، انجام بده» [صحیح بخاری: ۶۱۲۰]

۱۰- متأسفانه جامعه غربی ارزش کمتری برای حیا قائل است اما این نیرنگ شما را نفریبید، بی‌حیایی چیزی نیست که شایسته زن مسلمان باشد.

۱۱- انتظار داشتنِ همسری که با شما با وفاداری و با احترام و به نیکویی رفتار کند فقط در صورتی امکان پذیر خواهد بود که شما نیز خود را به این صفات بیارایید. بدون تردید یک مرد شایسته لیاقت یک زن شایسته را دارد.

{الْحَبِیْثَاتُ لِلْحَبِیْثِیْنَ وَالْحَبِیْثُونَ لِلْحَبِیْثَاتِ وَالطَّیِّبَاتُ لِلطَّیِّبِیْنَ وَالطَّیِّبُونَ لِلطَّیِّبَاتِ أُولَئِكَ مُبَرَّوْنٌ مِّمَّا یَقُولُونَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ کَرِیْمٌ} [نور: ۲۶] (زنان پلید برای مردان پلید و مردان پلید برای زنان پلیداند و زنان پاک برای مردان پاک و مردان پاک برای

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

زن پاکند، این پاکان از سخنان ناروایی که [تهمت زندگان] درباره آن‌ها می‌گویند مبرا و پاک هستند، برای آنان آمرزش و روزی نیکویی است).

۱۲- حیا یکی از شاخه‌های بسیار مهم ایمان است. اگر ایمان ندارید به طور خودکار در حیا نیز کاستی خواهید داشت.

«ایمان (اعتقاد) شصت و اندی شعبه دارد و حیا نیز شعبه‌ای از ایمان است». [صحیح بخاری: ۹]

۱۳- حیا واژه‌ای است متشکل از: لباسی که به تن می‌کنید، کلماتی که بر زبان می‌رانید و کارهایی که انجام می‌دهید.

بنابراین؛ محجوب و مطابق با حیا لباس بپوشید، زیبا سخن بگویید و کارهایتان را بر اساس دستورات اسلام انجام دهید.

۱۴- اخلاقیات و آداب ویژگی‌های بسیار مهمی در اسلام هستند.

این اخلاق و رفتارهای شماست که بیان می‌کند شما چه کسی هستید.

۱۵- برای به دست آوردن نصیبی از این دنیا حیای خود را نفروشید. این زندگی دنیوی چیزی جز فریب نیست و لذت آن بی‌سرانجام است.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

سعی و تلاش ورزید، اما خواستگاه واپسین خود را که بهشت جاویدان است، به فراموشی نسپارید.

۱۶- برخورداری از اخلاق نیک نه تنها برای شما در دنیا خوب و پسندیده است بلکه در آخرت هم به سودتان خواهد بود.

۱۷- دوستانی را که برای شما عامل خیر نیستند عوض کنید، این کار نه تنها بر سلامت روان شما بلکه بر سلامت معنویتان نیز تأثیر زیادی خواهد گذاشت.

گاهی اوقات دوستان ناباب ما برایمان عزیزاند و رها کردنشان سخت است اما باید به یاد داشته باشیم که اگر از چیزی به خاطر الله دست بکشیم سرانجام چیز بهتری از آنچه که پیش‌تر داشتیم به سوی ما باز خواهد گشت.

رسول الله - صلی الله علیه وسلم - می‌فرماید: «هیچگاه به خاطر الله چیزی را ترک نمی‌کنید مگر آنکه خداوند متعال چیز بهتری را جایگزین آن خواهد کرد». [مسند احمد: ۲۲۵۶۵]

۱۸- پیامبر گرامی ما - صلی الله علیه وسلم - بسیار خوش اخلاق بود. اخلاق و منش او بی‌نظیر و زبانزد بود، حتی دشمنانش به دلیل صداقت و راستگویی وی نمی‌توانستند درباره‌اش به بدی سخن بگویند.

این یک مثال گویاست از اینکه چرا داشتن اخلاق نیک مهم است.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

اخلاق نیکو شما را از شر افرادی که به بدی سخن می‌گویند نجات می‌دهد زیرا هیچ‌کس سخن آنان را باور نخواهد کرد.

۱۹- داشتن دوستان بد می‌تواند تأثیری منفی بر شما بگذارد، سعی کنید تا جایی که امکان دارد با افراد خوب معاشرت داشته باشید.

از افرادی که بداخلاق و بدزبان و دارای پوشش نامناسب دوری کنید چراکه می‌توانند بر شما تأثیر منفی بگذارند.

اما اگر اطمینان دارید که به خاطر آن‌ها به بیراهه کشیده نمی‌شوید و فکر می‌کنید دوستی با آنان می‌تواند خوبی‌هایی داشته باشد مثلاً اینکه می‌توانید به نصیحت کردنشان ادامه دهید و به آن‌ها بگویید چه چیزی برایشان خوب و مفید است، در این صورت ادامه دادن دوستی با آنان بهتر است.

عمر بن الخطاب رضی الله عنه می‌فرماید: «همنشین خوب بهتر از تنهایی است و تنهایی بهتر از همنشین بد است»^۱.

۲۰- همیشه برای حفظ حیای خود تلاش کنید حتی در خلوت.

در همه حال حیا بورزید چراکه خداوند همیشه نظاره‌گر است.

۱ - منبعی نیافتم که این سخن را از سیدنا عمر بن الخطاب رضی الله عنه نقل کرده باشد، اما همین سخن را در مصنف ابن ابی شیبہ به نقل از سیدنا ابوذر رضی الله عنه یافتیم. (ویراستار)

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

۲۱- شاید شما علم بسیاری داشته باشید که در نظر مردم احترام بسیاری را برای شما به ارمغان آورده باشد اما آنچه که آن‌ها را واقعا نسبت به شما به شگفتی و تحسین وامی‌دارد، اخلاق نیکو است.

۲۲- از خود بپرسید؛ آیا شما دوست خوبی هستید؟ آیا به دوستان خود در انجام گناه با اینکه می‌دانید مرتکب حرام می‌شوند باز هم کمک می‌کنید؟ اگر واقعا دوست آن‌ها هستید باید بخواهید همسایه شما در بهشت باشند. یا آن‌ها را نصیحت کنید یا برایشان دعا کنید.

۲۳- حیای شما باید بها و ارزشمندی بسیاری در قلبتان داشته باشد.

۲۴- بر شما واجب است با مردمی که دین را به شوخی می‌گیرند معاشرت و دوستی نکنید.

مراقب باشید زیرا به راحتی می‌توانید به یکی از آن‌ها تبدیل شوید.

{وَذَرِ الَّذِينَ اتَّخَذُوا دِينَهُمْ لَعِبًا وَلَهْوًا وَغَرَّتْهُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَذَكَرَ بِهِ أَنْ تَبْسَلَ نَفْسٌ بِمَا كَسَبَتْ لَيْسَ لَهَا مِنْ دُونِ اللَّهِ وَلِيٌّ وَلَا شَفِيعٌ وَإِنْ تَعْدِلْ كُلُّ عَدْلٍ لَا يُؤْخَذُ مِنْهَا أُولَئِكَ الَّذِينَ أُبْسِلُوا بِمَا كَسَبُوا لَهُمْ شَرَابٌ مِّنْ حَمِيمٍ وَعَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْفُرُونَ} [انعام]

(۷۰) و آنان که دین خود را به بازیچه و سرگرمی گرفتند و زندگانی دنیا آن‌ها را فریفت

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

به حال خود واگذار، همین قدر [آن‌ها را] به این [قرآن] تذکر بده تا مبادا گرفتار [عواقب شوم] اعمال خود شوند).

۲۵- اگر حجاب دارید باید بدانید آن تکه پارچه روی سرتان شما را به شیوه‌ای زیبا معرفی می‌کند.

این را بدانید که الله به این تکه پارچه چنان قدرتی داده است که نه تنها بیانگر دینتان است بلکه نمایانگر ارزش شما نیز می‌باشد.

آن را مانند یک تاج بر سر کنید و تنها برای خشنودی الله آن را بپوشید.

۲۶- عزت نفس صفت پسندیده‌ای است که الله می‌تواند به شما عطا کند، اما باید بتوانید آن را از تکبر تمیز دهید. هرگز فکر نکنید بدون یاری خداوند می‌توانید به چیزی دست یابید.

همیشه نسبت به آنچه به دست می‌آورید متواضع و فروتن باشید و هرگز افراد ضعیف را نادیده نگیرید.

۲۷- مراقب باشید دین خود را بخاطر تأیید و وجهه و اعتبار نفروشید و هرگز بخاطر لذتی اندک و گذرا آن را به خطر نیندازید.

دین شما بسیار با ارزش است و هیچ چیزی در این دنیا در ارزشمندی قابل مقایسه با آن نیست.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

۲۸- زبان خود را از دروغ، چشمانت را از خیانت، و نفس خود را از ریا و دورویی حفظ کنید.

۲۹- آیا تا به حال توجه کرده‌اید که حجابتان خود نمادی از قدرت است؟ همچون سپر محکمی است که عبور از آن برای یک پسر سخت و دشوار است. عزت و شرافت شما را حفظ می‌کند و برایتان احترام به ارمغان می‌آورد.

نفس

۳۰- آنچه را که الله دوست دارد بر خواسته‌های و آرزوهای خود ترجیح دهید چرا که او می‌داند چه چیزی برای شما بهترین است.

۳۱- اگر کارهایی که انجام می‌دهید مانع از این می‌شود احساس خوشبختی و لذت کنید، بدانید قطعا این کارها مختص دنیای شماست و نه آخرتتان!

۳۲- افرادی که در ایمانشان به مراتب از ما قوی‌تر هستند خود را از فتنه خلوت با جنس مخالف حفظ می‌کنند بنابراین چگونه می‌توانیم فکر کنیم که در این‌گونه مواقع عملکرد ما بسیار خوب خواهد بود با این‌که هنوز در دام شیطان گرفتار نشده‌ایم؟

۳۳- هرگز خود را در موقعیت‌هایی که حتی نزدیک به حرام هستند قرار ندهید.

شما گمان می‌کنید کنترل خود را در دست دارید، اما هنگامی که پای شیطان در میان باشد شما نخواهید توانست از آن موقعیت‌ها پاک و سالم بیرون بیایید.

۳۴- فاصله گرفتن از امور مشکوک و شبهه‌آلود وظیفه و مأموریت شما است.

۳۵- اگر نفس خود را به حق مشغول نکنید و سوسه خواهد شد که به باطل مشغول شود.

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان |

۳۶- اگر به خودتان اجازه بدهید که بیدار بمانید یا دیر از خواب بیدار شوید منجر به تنبلی و انجام کارهای بیهوده می‌شود که همگی از صفات سمی و خطرناک به شمار می‌روند.

این عادات ناپسند در تضاد با سُنّت هستند و نفستان را به شیوه‌ای منفی تغذیه خواهد کرد؛ برای مثال: تا دیر وقت بیدار ماندن مانع از بیدار شدنتان برای نماز صبح خواهد شد حتی اگر موفق شوید از خواب برخیزید آنقدر خسته خواهید بود که نمی‌توانید به حق نماز بپردازید و با عجله آن را به پایان می‌رسانید تا بتوانید دوباره به رختخواب برگردید.

صرف مدت زیادی از اوقات خود در رختخواب برای تماشای مجموعه‌های تلویزیونی یا چت با دوستانتان مانع این خواهد شد که روزتان را به شکل مفیدی سپری کنید. متوجه باشید چه مدت زمانی از روز شما را می‌گیرد که می‌توانستید از آن به شکل مطلوب و سازنده استفاده کنید یا به انجام عبادات مشغول باشید.

۳۷- بخش‌هایی از دین را که مناسب خود می‌دانید جدا و انتخاب نکنید در حالی که بخش‌هایی از آن را که برایتان جذابیت ندارد کنار بگذارید. اسلام یک دین جامع و فراگیر است.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

ما نمی‌توانیم نگاه‌گزینشی داشته باشیم و بخش‌هایی را برای پیروی انتخاب کنیم و از سایر بخش‌ها چشم‌پوشیم و نادیده‌اش انگاریم.

۳۸- اگر اهداف آینده‌یتان فقط بر اساس لذت‌های دنیوی است، مانند: دستیابی به خانه‌ای بزرگ و مجلل یا خرید یک اتومبیل پرسرعت... در این صورت شما از راه الله منحرف شده و به سوی شیطان کشیده خواهید شد.

هیچ‌کسی نمی‌گوید که نمی‌توانید اهدافی در این دنیا داشته باشید اما باید میان دنیا و آخرت تعادل برقرار سازید.

۳۹- ممکن است اموری به دلایل قابل قبولی حرام باشد. الله همیشه دانای‌تر از ماست و همیشه حکمتی بزرگ در ورای آن امور نهفته است، حکمتی که شاید نتوانیم آن را درک کنیم بنابراین هنگامی که چیزی حرام است از آن فاصله بگیرید که هرگز هیچ سودی برای شما نخواهد داشت.

ممکن است شیطان شما را وسوسه کند که مرتکب آن حرام شوید، قوی بمانید و به الله تقرب جوید و با نفس خود بجنگید.

۴۰- به انجام گناهان کوچک ادامه ندهید. به این فکر کنید که شما تحت نظارت هستید؛ در این صورت می‌توانید به آسانی آن را متوقف کنید اما هرگاه گناه تبدیل به عادت شود، آن هنگام دست کشیدن از آن دشوار خواهد بود.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۴۱- خود را از رابطه های حرام به دور دارید و دوست داشتن علم و اخلاق و محبت الله تمرکز کنید. رابطه ای که بر لبه سست پرتگاه بنا شده باشد فقط عشقی مصنوعی و غیر واقعی است.

۴۲- آیا تا به حال دقت کرده اید پس از دستیابی به برخی چیزها که تمایل بسیاری به آن داشتید باز هم به طور کامل احساس رضایت و خُرسندی نمی کنید؟ شاید به این دلیل است که زندگی بهشت نیست و دنیا شامل چیزهایی نیست که روح ما به آن اشتیاق دارد.

ما هرگز احساس رضایت واقعی نخواهیم داشت تا روزی که به خواستگاه واپسین خود یعنی بهشت نائل آییم.

۴۳- گاهی دل مانند سنگ سنگین می شود به این خاطر که از هدف اصلی زندگی فاصله گرفته اید سنگینی امورات دنیوی در قلبتان انباشته شده است و اکنون تبدیل به یک توده گشته است که در نزد خداوند ارزشی هم ندارد.

چیزهایی که برای آخرتتان سودمند است را جایگزین مسائل دنیوی کنید و آنگاه ببینید که چگونه قلبتان نرم و سبک خواهد شد.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۴۴- این جامعه ممکن است گمراه و فاسد باشد اما باز هم ما باید خود را از انحراف و فروافتادن در فساد اخلاقی در تکاپوی دستیابی به خوشبختی زودگذر حفظ نماییم.

۴۵- بر حذر باشید از اینکه مبدا یکی از افرادی تبدیل شوید که مردم را از نزدیک شدن به دین باز می‌دارند.

۴۶- وقتی چیزی بر شما حرام شد شیطان آن را زیبا جلوه می‌دهد در حالی که وقتی چیزی برای شما خوب و پسندیده است آن را برایتان نامطلوب و ناپسند جلوه می‌دهد و رسیدن به آن را برای شما سخت و دشوار می‌گرداند.

همین باید برایتان کافی باشد که از امور ناپسند دور بمانید و با انگیزه و اشتیاق خود را به سمت کارهای پسندیده و نیکو سوق دهید.

{يَعِدُّهُمْ وَيَمْنِيهِمْ وَمَا يَعِدُّهُمْ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا} [نساء: ۱۲۰] (شیطان به آن‌ها وعده می‌دهد و در آرزوها می‌اندازد و جز وعده فریبنده به آنان نمی‌دهد).

۴۷- شاید در یک نگاه محبوب و مشهور شدن و داشتن دوستان بسیار خوب به نظر برسد اما چه فایده اگر آن دوست‌ها بهترین‌ها را برای شما آرزو نکنند.

در نهایت هرچه بزرگتر می‌شوید بیشتر متوجه خواهید شد یافتن دوستی که بهترین‌ها را برای شما بخواهد، دشوار است.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۴۸- از فخر فروختن و خودنمایی بپرهیزید بیش از حد خود را درگیر رسانه‌های اجتماعی نکنید این کار نه تنها در این دنیا به شما آسیب می‌زند بلکه به زیان آخرتتان نیز خواهد بود.

۴۹- به نمایش گذاشتن خود در تمام رسانه‌های اجتماعی، تصویر نادرستی از توجهات را به شما نشان می‌دهد. تصویری که یک زن مسلمان باید از آن اجتناب بورزد.

۵۰- با ناخشنود ساختن الله شما شیطان را خشنود خواهید کرد.

۵۱- ما در جامعه‌ای آکنده از مردمی زندگی می‌کنیم که چه بسا هدف واقعی زندگی را درک نکرده باشند. به عبارتی دیگر شما به مسیر درست هدایت شده‌اید و می‌دانید چرا الله شما را روی زمین قرار داده است.

مسلمان بودن یک موهبت بسیار بزرگ است حال که چنین است چرا باید آن را رها کنیم و مانند جاهلان شویم؟

۵۲- با وعده‌های دروغین و سخنان پوچ از جوانی خود سوء استفاده نکنید (آن را ضایع نگردانید).

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

منتظر کسی بمانید که سخنانش یادآور خالق‌تان باشد، همسری که نگران آخرت شماست همانگونه که نگران آخرت خود است، اگر او برای خود اهمیتی قائل نباشد چرا باید به شما اهمیت بدهد؟

۵۳- شما در حال تغییر کمال مطلوب خواهید بود اگر ظاهر خود را که الله شما را بر آن آفریده است تغییر دهید. بنابراین ناسپاس نباشید، چون در این صورت طعمه وسوسه‌های شیطان خواهید شد که فکر و ذکرتان را به تغییر چیزی که نیاز به تغییر ندارد مشغول خواهد کرد.

۵۴- روح شما هرگز با جمع‌آوری لذت‌های دنیوی راضی و قانع نخواهد شد، این تنها نیازهای ضروری زندگی است که خواسته واقعی ما را برآورده می‌سازد.

۵۵- به لذت حاصل از دستیابی به خواسته‌های دنیوی بیانیدیشید: برای مدتی شکوفا می‌شوند و به اوج می‌رسند اما پس از آن همه چیز محو و ناپدید می‌گردد. آیا این همان چیزهایی است که ما باید واقعا نگران و مشتاق آن باشیم؟

۵۶- شاید احساس کنید که کافران به نسبت شما زندگی بهتری دارند و شاید برایتان کاملاً قابل درک نباشد چرا الله امورات را برای آن‌ها به نسبت مسلمانان آسان‌تر می‌کند اما دلیل آن واضح است آن‌ها فقط این زندگی را دارند الله فقط همه آن چیزهایی که در این زندگی می‌توانند داشته باشند را به آن‌ها می‌دهد در حالی

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

که ما زندگی بهتری در انتظارمان است. اگر الله همه چیزهای خوب را به جای آن‌ها به ما می‌داد بسیار دلبسته این دنیا می‌شدیم و هدف واقعی خود را فراموش می‌کردیم.

۵۷- باور به آخرت سخت است اما افتادن در تله‌های این دنیای زودگذر آسان است. اما درباره آن بیاندیشید اگر از اسلام پیروی کنید واقعا چه چیزی را از دست می‌دهید؟ هیچ چیز!

هنگامی که از اسلام پیروی کنید به زندگی شما هدفی می‌بخشد که تلاش برای زندگی آخرت است.

۵۸- کسی باشید که در نهان و آشکار از الله پروا می‌کند چرا که در این صورت در دنیا و آخرت رستگار خواهید شد.

۵۹- چرا با این زندگی موقتی به خود استرس وارد می‌کنید؟ چرا برای دستیابی به لذتی زودگذر به سختی کار می‌کنید؟

زندگی دنیا انوده و مصیبتی بیش نیست، حال آنکه سعادت پایدار و ابدی در آخرت یافت می‌شود.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۶۰- اگر همه چیز به خوبی و به آرامی پیش می‌رود و به تازگی احساس نکرده‌اید که مثلاً بلا و مصیبتی به شما رسیده باشد، شاید باید نگران باشید! اگر خداوند این دنیا را به جای آخرت به شما بدهد چه؟

چنانچه پیامبر - صلی الله علیه وسلم - فرمودند: «این دنیا زندان مؤمن و بهشت کافر است». [صحیح مسلم: ۲۹۵۶]

۶۱- هنگامی که می‌گویید زندگی زودگذر است، کلیشه‌ای و تکراری به نظر می‌رسد اما واقعاً اینطور است نه تنها زودگذر، بلکه کوتاه است.

در یک چشم بر هم زدن فارغ‌التحصیل شدید و در چشم بر هم زدن دیگری خانواده خود را خواهید داشت. والدینتان از دنیا خواهند رفت و فرزندان بزرگ خواهند شد و زمانش که برسد شما نیز به جایی که به آن تعلق دارید کوچ خواهید کرد. زمان را هوشمندانه برای کارهایی که به سود آخرتتان است به کار گیرید.

۶۲- آیا دین باید بر زندگی شما حاکم باشد یا شما باید بر دین حکومت کنید؟ به تربیت و تهذیب نفس بر اساس دین خالقان بپردازید که این شیوه صحیح زندگی انسان‌ها است و نه مطابق با خواهشات نفسانی خویش چرا که آن شیوه زندگی بهائم است.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۶۳- فتنه و وسوسه جنس مخالف برای بسیاری از ما قابل تشخیص است و الله این را می‌داند و به همین خاطر داستان یوسف پیامبر - علیه السلام - را در قرآن برای ما بیان می‌کند.

یوسف با مجموعه‌ای از فتنه‌ها و وسوس‌های گنگامی که عزیز مصر او را به خانه‌اش برد رو به رو شد. زیبایی همسر عزیز مصر، مال و دارایی و جایگاه و منزلتش... همه اینها برای یوسف وسوسه برانگیز و اغوا کننده بود، با این حال او باز هم از آنها امتناع ورزید.

برخی از ما به معنای واقعی کلمه به سوی آن مواهب (گنجینه‌ها) فرار خواهیم کرد اما نصیحت الله را بپذیر و این را به عنوان نمونه‌ای برای دوری از فتنه و وسوسه‌ها و محافظت توسط الله متعال بدان.

۶۴- اضطراب و غم دو احساسی هستند که آمیخته با روابط حرامند. سرپیچی از فرمان الله برای مدت طولانی شما را خوشحال نخواهد کرد.

۶۵- امر به معروف و نهی از منکر کنید و به یاد داشته باشید این بر هر مسلمانی واجب است که هر آنچه از دین الله می‌داند را ابلاغ نماید. اکنون چه چیزی باعث می‌شود فکر کنید شما از این امر مستثنی هستید؟

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۶۶- داشتن دنبال‌کننده‌های بسیار در شبکه‌های اجتماعی و روزی یک‌بار پست گذاشتن برای بسیاری از ما تبدیل به یک هدف شده است، شاید برای شما هم همین‌گونه باشد.

با این کار نه تنها خود را در معرض نظر (چشم زخم) قرار می‌دهیم بلکه شاهدان بیشتری بر ضد خود برای روز قیامت گرد می‌آوریم.

۶۷- هدر دادن وقت خود با هر کسی برای رهایی از افکار منفی یا زندگی دشوار و نابسامان، به زیان سلامتی روحی و روانی شماست.

مردم از سادگی شما سود می‌برند و شیطان فرصت مناسبی خواهد دید تا از ضعف شما به عنوان یک آجر در بازی خویش استفاده کند. (اشاره به یک بازی الکترونیکی)

۶۸- هنگامی که خود را در تاریکی‌های زندگی یافتید ناگهان غریبه‌ای از جنس مخالف وارد زندگیتان می‌شود و همه چیز را خوب و روبه‌راه می‌کند. اما مراقب باشید و حواستان را جمع کنید که این از دسیسه‌های خود شیطان است.

مشکلات خود را با افراد غریبه در میان نگذارید و خریدار سخنان شیرین آن‌ها نباشید. بیدار باشید و اطراف خود را با افراد مؤمن پر کنید چرا که این آنان هستند که واقعا به شما کمک خواهند کرد.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۶۹- مراقب باشید بسیار دلبسته مسائل و امور دنیایی نشوید، چراکه آن‌ها گذرا و ناپایدارند.

۷۰- متأسفانه انگیزه و اراده پولادینی که الله را خشنود می کند کمتر از امیال نفسانی است که خشم الله را برمی‌انگیزد.

دستِ کم کوشش کنید در مورد آتش جهنم آگاهی به دست بیاورید که این سرانجام شما را منقلب و بیدار خواهد کرد.

۷۱- هرگز فراموش نکنید هر بار که برای خشنودی الله با نفس می جنگید پاداش خواهید گرفت، حتی آن‌هایی که از آن خبر ندارند.

۷۲- حواستان باشد در شبکه‌های اجتماعی دچار چه خطایی می‌شوید زیرا برخی از گناهان را که با به اشتراک گذاری یک عکس یا یک ویدیو مرتکب می‌شوید حتی پس از اینکه از دنیا رفتید هم آنجا خواهد ماند.

اکنون تصور کنید حتی پس از مرگتان در حال افزودن بر گناهانتان هستید!

۷۳- ممکن است افراد شریف و پاک به سمت افراد شریف و پاک جذب شوند و افراد شرور به همین ترتیب افراد شرور را به سوی خود جلب کنند. روح شما می‌تواند میل به خوبی و جستجوی آن را احساس کند.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

با انسان‌های خوب بر اساس مبانی و آموزه‌های اسلامی و نه بر طبق خواست‌ها و امیال نفسانی خود معاشرت کنید.

۷۴- هنگامی که خود را دیدید که در مسیر اشتباه قدم می‌گذارید یا در دنیا بیش از حد راحت و آسوده هستید، مرگ را به یاد آورید چرا که به راستی مرگ نابود کننده همه لذت‌ها است.

۷۵- هنگامی که دریافتید ترک گناه برایتان دشوار است پس عواقب و پیامدهای اسلامی آن را بخوانید، از گزند گناه آگاه باشید و بدانید گناهی که انجام می‌دهید می‌تواند منجر به شکست امت شود و بلایا و مصیبت‌هایی را در این عالم به بار آورد بنابراین ترس از زیان‌ها و عواقب آن سرانجام شما را مجبور به ترک گناه خواهد کرد.

۷۶- برخی چیزها فقط وقتی زیبا هستند که برایتان حلال و جایز باشد.

توجه کنید که چقدر ناخوشایند است کسی را که دوست دارید از والدینتان پنهان کنید یا انجام گناهان کبیره‌ای که از مردم مخفی می‌کنید، یا داشتن زندگی پنهانی و دوگانه.

برای رسیدن به چیزی که می‌خواهید صبور بمانید زیرا خُرسندی و رضایتمندی واقعی با اموری به دست می‌آید که ما برای دستیابی به آن صبور بوده‌ایم.

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان |

۷۶- گاهی بنظر می‌رسد حتی نزدیکانتان هنگامی که عملکردتان از آن‌ها بهتر است به شما حسادت می‌کنند.

اگر بگویید حسادت نکرده‌اید دروغ می‌گویید ما همگی آن را تجربه کرده‌ایم حتی فرزندان ارشد یعقوب پیامبر علیه السلام نسبت به برادرشان یوسف علیه السلام حسادت می‌ورزیدند.

مهمترین امر این است که اجازه ندهید حسادت کنترل شما را در دست بگیرد، با عمل بر طبق حسادتتان شیطان را خوشحال خواهید کرد.

اگر بر طبق حسادت خود عمل نمی‌کنید مطمئن باشید اکنون از آزمون الهی سربلند بیرون آمده‌اید.

۷۷- به خود یادآوری کنید هر بار که میل به چیزی را در سردارید اما تصمیم می‌گیرید آن وسوسه را در هم بشکنید، در حال دریافت پاداش هستید.

۷۸- بازداشتن خود از امور حرام می‌تواند بسیار دشوار باشد بخصوص در دورانی که ما زندگی می‌کنیم و در میان مردمی که در اطرافمان هستند.

حتی پیامبر - صلی الله علیه وسلم - می‌فرماید: «در برابر شما روزهایی قرار دارد که در صبر کردن در آن مانند نگه داشتن اخگر آتش در دست است». [ترمذی: ۳۰۵۸]

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان |

۷۹- کسی باش که چشم به راهِ پاداش بزرگی در بهشت است به جای اینکه کسی باشی که خواهان بهشت است اما برای رسیدن به آن کاری انجام نمی‌دهد.

صبر

۸۰- هرگاه با سختی‌ها و شدائد امتحان شدید به خود بگویید: نیکی‌هایتان برای دستیابی به مقام و مرتبه‌ای از بهشت که الله برایتان می‌خواهد کافی نبوده است، بنابراین اکنون در خلال آزمون الهی آرام بمانید چراکه ممکن است برای صبری که پیشه می‌سازید به شما پاداش داده شود.

۸۱- گاهی ممکن است احساس کنید هرچند وقت یکبار گرفتار همان سختی و مصیبت به‌خصوص می‌شوید. شاید شما درس خود را نیاموخته‌اید و به همین دلیل است که دوباره اتفاق می‌افتد.

۸۲- اگر احساس می‌کنید کمکی از جانب الله نمی‌آید پس هرگز نخواهد آمد. هرگز فراموش نکنید هر مشکلی که با آن روبه‌رو هستید امتحانی از جانب الله است حتی سختی انتظار کشیدن برای دریافت کمک؛ که این خود آزمونی از سوی الله است. بنابراین صبور باشید، چراکه شما نه تنها به خاطر صبرتان بلکه به این دلیل که به شکلی درست از پس مشکلاتان برآمدید پاداش خواهید گرفت.

۸۳- احساس گناه بخاطر گناهانتان نشان‌دهنده نیکی‌های بسیار است.

شخص مؤمن اینگونه است:

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

اللّٰه را دوست دارد، به رحمت او امیدوار است، و از عذاب او بیمناک است.

۸۴- هنگامی که متحمل درد و رنج می‌شوید احساس می‌کنید که هیچ کمکی به شما نمی‌رسد، شاید به این خاطر است که اللّٰه این درد و رنج را کفّاره‌ای برای گناهانتان قرار داده است.

۸۵- صبوری همیشه این نیست که بتوانید چشم به راه باشید. نمی‌توانید بگویید صبور هستید در حالی که ناراضی هستید و گمان می‌کنید زندگی در حق شما ناعادلانه است.

صبر واقعی هنگامی است که شما توانایی بردباری کردن را دارید و در عین حال نگرش مثبتی در برابر دیگران و در برابر خالق‌تان دارید.

اللّٰه آنچه لیاقتش را دارید به شما عطا می‌کند بنابراین به شیوه‌ای درست صبرپیشه سازید و بر اللّٰه توکل کنید.

۸۶- گاهی داشتن احساس غمگینی و افسردگی کاملاً طبیعی است. مطمئن باشید یک مؤمن واقعی نیز چنین احساسی را تجربه خواهد کرد اما چیزی که شخص مؤمن را از شخص کافر متمایز می‌کند روش مدیریت آن در بدایت امر است.

آیا غم و اندوهی شما را از اللّٰه دور می‌کند؟ یا شما را به او نزدیک‌تر می‌سازد؟ اینگونه می‌توانید ایمان خود را بسنجید.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

۸۷- هنگام مواجهه با مشکلات داشتن ذهنیت مثبت و ادامه زندگی به گونه‌ای که انگار اتفاقی رخ نداده می‌تواند بسیار دشوار باشد. سعی کنید مشکلات را در زندگی خود بزرگ جلوه ندهید و اجازه ندهید مشکلات شما را ببلعند. این لزوماً به این معنا نیست که به مشکلات کاملاً بی‌اعتنا باشید، بلکه بدین معناست که به الله توکل می‌کنید و او راهی برای نجاتتان پیش خواهد آورد. بر این مسئله واقف باشید که تنها اکنون زمان آن فرا نرسیده است.

۸۸- به حدود الهی پایبند باشید چراکه واقعاً شما را از شر و گناه نگه می‌دارد. بدانید هنگامی که از آن عبور کردید هیچ چیز شما را از حرام باز نخواهد داشت.

۸۹- چه بسا به وسیله عزیزانتان آسیب ببینید یا کسانی را از دست بدهید.

شاید شغل‌تان را از دست بدهید یا در آزمونی مهم مردود شوید. به هر طریقی شاید احساس کرده باشید که از نظر احساسی آسیب دیده و زخم خورده‌اید. احساس می‌کنید هرگز خوب نخواهید شد و یا هرگز قادر به ادامه دادن نخواهید بود.

مهم نیست تا چه حد باور دارید به اینکه هرگز بهبود پیدا نخواهید کرد، همان ایمان کم یا زیادی که به الله دارید برای بهبودی شما کافی است.

۹۰- هنگامی که اندوهگین هستید خود را منزوی می‌کنید و به کنج عزلت می‌روید که این کار شیطان است.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

آیا واقعا می‌خواهید تسلیم وسوسه او شوید؟ تصور کنید که منزوی شدن تا چه حد می‌تواند مخرب باشد.

۹۱- الله حافظ شماست و او بهترین یاری دهنده است و همیشه به شما کمک خواهد کرد. حتی هنگامی که از شما ناراحت است باز هم در کنارتان خواهد بود.

به محض اینکه از با تمام وجود توبه کنید آنچه را که انجام داده‌اید می‌بخشد و بی‌درنگ شما را می‌آمرزد... چه بزرگ و با عظمت است او...

هرگز بهتر از او را نخواهید یافت، حال سؤال این است: چرا با این حال شما از او دور می‌شوید؟

{أَفَلَا يَتُوبُونَ إِلَى اللَّهِ وَيَسْتَغْفِرُونَهُ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ} [مائده: ۷۴] «آیا توبه نمی‌کنند و به سوی الله باز نمی‌گردند حال آنکه الله آمرزنده مهربان است».

۹۲- گاه ما احساس تنهایی می‌کنیم با اینکه همه عزیزانمان در اطرافمان هستند، چه دوستان، چه خانواده و یا حتی همسر و فرزندان.

کسانی را دارید که در مواقع نیاز و در مواقعی که افسرده‌اید در کنارتان می‌مانند اما باز هم احساسی شبیه به این دارید که آن‌ها نمی‌توانند یاری‌تان دهند، اما ما به عنوان مسلمان از موهبتی شگفت‌انگیز برخورداریم؛ اینکه هنگامی که فکر می‌کنید کسی قادر به کمک و درک شما نیست، الله را دارید و او حتی از خود شما بهتر

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

می‌داند چه احساسی دارید و بهتر از هر کس دیگری می‌داند چه چیزی برای شما خوب و مناسب است بنابراین به خاطر نعمت اسلام شکرگذار باشید.

۹۳- هنگامی که در زندگی شکست می‌خوریم، نمی‌توانیم اشتباهاتمان را جبران کنیم اما هرگز برای ایجاد تغییر دیر نیست، به روزهای پیش‌رو به عنوان فرصتی برای ایجاد تغییر فکر کنید.

۹۴- پیوسته دعا کنید و از الله بخواهید که احساسات منفی شما را اعم از احساس ترس، غم و اندوه، خشم یا اضطراب از بین ببرد.

۹۵- اگر الله می‌دانست شما قادر به مواجهه با آن نیستید چرا شما را در این موقعیت قرار داده است؟ اجازه ندهید تنها یک چیز همه دیدگاهتان به زندگی را از بین ببرد، صبور و بردبار باشید چرا که خالقان وعده داده است:

{فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا} [انشراح: ۵] (بنابراین به همراه هر سختی، آسانی است).

۹۶- در هنگام غم و اندوه معمولاً احساس می‌کنیم دنیا بر ضد ماست و به آن تعلق نداریم.

این اندیشه در واقع کاملاً درست است.

ما به اینجا تعلق نداریم.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

اینجا سرزمین ما نیست.

اینجا منزل ما نیست.

منزلگاه ابدی ما بهشت است.

داشتن این احساس به شما یادآوری می‌کند که این دنیا زودگذر و ناپایدار است و زندگی ابدی دیگری در انتظار شماست.

۹۷- چه غم‌انگیز است هنگامی که از این باور که در نگاه الله خوب و پسندیده هستیم دست بکشیم.

از دیگران می‌خواهیم برای ما دعا کنند زیرا فکر می‌کنیم خدا ممکن است راز و نیاز آن‌ها را بشنود چرا که آن‌ها به طور منظم نماز می‌خوانند و قرآن را تلاوت می‌کنند، اما الله همه ما را دوست دارد، اگر دوستان نداشت و اگر به شما امید نداشت، پس شما اینجا چه کار می‌کردید؟

۹۸- یک سه‌گوشه رسم کنید و الله را بر فراز آن و یک مرد و زن را نیز در هر یک از گوشه‌های باقی‌مانده قرار دهید. اکنون ببینید هنگامی که این دو نفر از الله دور هستند چقدر از هم فاصله دارند.

اکنون سعی کنید آن‌ها را به الله نزدیک‌تر کنید و ببینید نزدیک‌تر شدنشان به الله آن‌ها را به یکدیگر نزدیک می‌سازد. الباقی آن در دستان خدا است.

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان

۹۹- هرگز آرزو نکنید که ای کاش با چیز دیگری امتحان می‌شدید و همچنین در امتحان شدن با چیزهایی که سخت‌تر از دیگران است، ناراحت و آشفته نشوید.

همه امتحان خواهند شد. برخی از آزمایش‌ها ممکن است سخت‌تر از بقیه باشد اما واقعیت این است که به همراه امتحان‌ها پاداش آن نیز می‌آید.

و دلیلی که چرا الله به طور مشخص می‌خواهد با مسئله‌ای معین شما را امتحان کند، این است:

چه بسا این امتحان درایت و بردباری شما را بالاتر ببرد.

شاید پاداش آن در این دنیا باشد یا در قیامت پاداش آن را ببینید.

امتحانی که برای شما و تنها شما در نظر گرفته شده است.

و آنچه از سر می‌گذرانید آزمونی است که الله می‌داند شما از آن با موفقیت عبور خواهید کرد، بنابراین سر خود را بالا نگه دارید و به الله ایمان داشته باشید و بدانید تنها در این صورت است که موفق خواهید شد.

۱۰۰- هرگز از دعا دست نکشید به ویژه در هنگام اضطرار...

الله همیشه شنوای دعا است، گاهی اندکی زمان می‌برد تا به جواب برسید و این بدین خاطر است که الله بردباری شما را می‌آزماید.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۱۰۱- اگر احساس کردید که هیچ‌کس قادر به کمک و درک شما نیست، پس نشانی الله را بجویید.

یک مکان آرام بیابید، شمع‌ی روشن کنید^۱ و دست به دعا بردارید و هر چه را که در قلبتان است برای الله بیرون بریزید.

به من اعتماد کنید، خواهید دید که قلب شما به‌ناگاه خالی می‌شود و تمام دل‌مشغولی‌ها و نگرانی‌ها رخت برمی‌بندند.

{وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ} [طلاق: ۳] (هرکس بر الله توکل کند پس الله برایش کافی است).

۱۰۲- پشت دروازه دنیا نایستید چرا که بسته است. به جای آن نگاه خود را به دری از بهشت بدوزید که برای شما گشوده‌اند.

۱۰۳- نگرانی و اضطراب به خاطر مسائل پیش‌آمده، چیزی را برای شما تغییر نخواهد داد، اما به سلامت روحی شما آسیب جدی وارد خواهد کرد.

۱- نیازی به ساختن فضای خاص برای مناجات نیست به ویژه اگر همراه با روشن کردن شمع و عود و این دست کارها باشد. با این حال سکوت و تاریکی شب برای مناجات خوب است زیرا هنگام خالی بودن ذهن و دل است. (ویراستار)

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

چیزهایی را که خارج از کنترل شماست، رها کنید و پشت به الله ببندید که او به آنها رسیدگی خواهد کرد.

۱۰۴- به محض اینکه به سن خاصی می‌رسیم چنین احساس می‌کنیم که تمرکزمان به سمت ازدواج و تشکیل خانواده می‌رود، اما باید تمرکز ما بر روی خود و ارتباط با خالقمان باشد. او از قبل اسم شما را در کنار اسم کسی که برای شما و فقط شما مناسب است نوشته است، بنابراین اگر توکل و توجه شما فقط به الله باشد و شریک آینده‌تان نیز توجه و توکل خود را فقط به الله مبذول دارد در این صورت بدون تردید الله به زودی هر دوی شما را به وصال هم می‌رساند.

۱۰۵- بله، چه بسا ستمکاران بهترین زندگی را داشته باشند و شما به عنوان مؤمن پیوسته در مواجهه با سختی‌ها و مشکلات باشید. باید همیشه به خاطر داشته باشید که پاداش مؤمنان در سرای دیگر در انتظار آنان است.

{وَلَا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غَافِلًا عَمَّا يَعْمَلُ الظَّالِمُونَ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ} [ابراهیم: ۴۲] (و هرگز مپندار که الله از آنچه ستمکاران انجام می‌دهند غافل است، فقط [کیفر] آن‌ها را به روزی که چشم‌ها در آن از شدت وحشت خیره می‌مانند به تأخیر می‌اندازد).

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۱۰۶- دست و پنجه نرم کردن با هر مشکلی آسان خواهد شد، اگر فکر کنید این نیز مانند سایر مشکلات است و امری موقت و گذرا است و همیشگی نیست.

۱۰۷- صبر از راه‌های مختلفی می‌آید.

صبوری برای همسر آینده ممکن است برای برخی دشوار باشد اما هرگز از این باور دست نکشید که الله کسی را برای شما در نظر دارد، دقیقا همانگونه که برای همه این را در نظر دارد.

همچنین از خصوصیتی که برای همسر آینده خود در نظر گرفته‌اید عدول نکنید و در آن مسامحه به خرج ندهید.

در انتظار همسری باشید که خصوصیتی که شما به دنبال آن هستید را داشته باشد و همیشه برای صفات درونی به نسبت سیمای بیرونی ارزش و اهمیت بیشتری قائل باشید.

۱۰۸- هرگاه چیز خوبی از شما سلب شد، به خود یادآوری کنید چه بسا چیزی را که خوب می‌پنداشتید برایتان خوب نبوده است و به خواست الله همچون یک موهبت و نعمت از سر راه شما برداشته شده است.

۱۰۹- گاهی نیاز دارید تا با کسی که قلبتان را آفریده است گفتگویی عمیق داشته باشید. ارتباط خود را با الله تحکیم ببخشید چرا که تنها او می‌تواند آرامشی را که به

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

دنبال آن هستید به شما ارزانی دارد و تنها اوست که می‌تواند درد و رنجی را که متحمل شده‌اید تسلی بخشد.

در هر درد و رنجی حُسنی نهفته است، صبور باشید، چرا که این تنها یک امتحان است. پیوسته در خاطرتان باشد که الله کسانی را می‌آزماید که بیشتر دوست دارد.

پیامبر - صلی الله علیه وسلم - می‌فرماید: «اگر الله خوبی را برای کسی بخواهد او را به سختی‌ها و مشقت‌ها مبتلا می‌سازد». [صحیح بخاری: ۵۳۲۱]

۱۱۰- این زندگی فقط یک امتحان است.

شما به کُرّات و بارها امتحان خواهید شد. اینگونه الله شما را شایسته ورود به بهشت خود می‌سازد. او خواهد دید که آیا می‌توانید صبور بمانید و به برنامه‌های او حتی در روزهایی که احساس غمگینی و دل‌شکستگی می‌کنید ایمان داشته باشید. صبر و بردباری آسان نیست و هرگز هم نبوده است، با این حال یادتان باشد الله آگاه و خبیر است و مطمئن باشید که تلاش شما عبث و بیهوده نخواهد بود. بردباری و شکیبایی شما در نزد الله بسیار ارزشمند است.

۱۱۱- در سختی‌ها کوشش کنید صبور و خرسند باشید، الله شما را برای رویارویی با این رنج انتخاب کرد تا وابسته و دلبسته دنیا نشوید.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

تصور کنید اگر هر چیزی که آرزو و اشتیاق آن را داشتید به دست می‌آوردید، آیا زندگیتان شگفت‌انگیز می‌بود؟

آیا در این هنگام وابسته دنیا نمی‌شدید؟

بنابراین اینک خوشحال باشید که در حال عبور از مشکلات هستید، این به ما یادآوری می‌کند که این عالم زودگذر است و اینکه پس از این زندگی سعادت و خوشبختی ابدی در انتظار ما است.

۱۱۲- هنگامی که در میانه انجام گناه ناگهان متوجه خود می‌شوید، به آن به عنوان نشانه‌ای از جانب الله بنگرید که به یادتان می‌آورد گناه را متوقف کنید و از آن دست بکشید.

۱۱۳- اگر این‌گونه فکر کنید که چیزی میان شما و الله وجود ندارد،

پس در هر زمان از شبانه روز می‌توانید دستان خود را به دعا بلند کنید و از الله آنچه را که قلبتان تمنا می‌کند، بخواهید.

۱۱۴- توجه کنید که این دنیا چقدر پوچ و غم‌انگیز می‌شود زمانی که تمام نگاه و تمرکزتان بر روی دنیا و آنچه در آن است، باشد.

۱۱۵- غم و اندوه را هدیه‌ای از جانب الله بدانید.

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان

پس از مدت زیادی که از الله دور بودید، او می‌خواهد به سویش بازگردید. به بیانی دیگر او کمکتان می‌کند تا به راه راست بازگردید، به همین خاطر شما را در شرایطی قرار می‌دهد که تنها راه نجات از آن بازگشت به سوی او است.

تسلیم

۱۱۶- پیشرفت خود را ارزیابی کنید.

آیا مسلمان بهتری شده‌اید؟

آیا شناخت بیشتری از اسلام کسب نموده‌اید؟

آیا کاری متفاوت برای نزدیک‌تر شدن به الله انجام داده‌اید؟

از سال گذشته تا کنون چه پیشرفتی داشته‌اید؟

۱۱۷- سبب سختی و عذاب هیچ‌کس نباشید به ویژه پدر و مادرتان...

۱۱۸- چگونه انتظار دارید از شما محافظت شود اگر حاضر نباشید هیچ زمانی را به

حامی و محافظ خود (الله) اختصاص دهید؟

۱۱۹- می‌گویند چیزهای زیبا غالباً در قلب احساس می‌شوند و با چشم دیده

نمی‌شوند این مثال بسیار خوبی است از اینکه چطور با اینکه الله را نمی‌بینیم اما

وجود او را در اعماق قلب خود احساس می‌کنیم.

۱۲۰- این صدایی که در سرتان است و پیوسته به شما می‌گوید چه چیزی حلال یا

حرام است... مترصد این صدا باشید، سرچشمه این صدا از ایمان شما به الله نشأت

می‌گیرد.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۱۲۱- طولی نمی‌کشد که می‌فهمید بیش از هرکس دیگری به او (الله) نیاز دارید.

۱۲۲- اگر شما از آن دسته افرادی هستید که در انجام نمازهای پنج‌گانه ثابت قدم نیستید، به احتمال زیاد شما نیز از کسانی هستید که از جهات دیگری از الله دور هستید.

۱۲۳- نماز بر شما واجب است، بنابراین همیشه ارتباط خود با الله را به یاد داشته باشید. روزی که نماز خود را از دست دادید در واقع همه چیز را از دست داده‌اید.

۱۲۴- هرگز نسبت به اصول و آموزه‌های اسلامی به ویژه در مقابل کافران احساس شرم نکنید. ممکن است متمایز بودن و همچنین ایستادگی در میان انبوهی از مردمی که اعتقادی به چیزی که انجام می‌دهید ندارند، آزار دهنده باشد.

اما ما می‌دانیم در ورای هر چیزی که خداوند برای ما مقرر می‌کند، حکمتی نهفته است و این زمانی است که باید بر دین خود ثابت قدم و محکم بمانید.

۱۲۵- چیزی که شخص مؤمن را از شخص کافر متمایز می‌سازد این است: شخص باورمند و مؤمن هنگامی که گناهی از او سر می‌زند بلافاصله احساس شرم می‌کند و به سوی خالق خود توبه می‌نماید و از او آمرزش می‌طلبد.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

هر دوی شیطان و آدم - علیه السلام - مرتکب گناه شدند اما آدم به سوی الله بازگشت و توبه نمود در حالی که شیطان چنین نکرد. اینک شما می‌خواهید شبیه به کدامیک باشید؟

۱۲۶- به جای ساختن قصری در دنیا، به فکر ساختن آن برای خود در بهشت باشید...
۱۲۷- هرگز احساس نکنید که می‌توانید کارهای خاصی را به تنهایی انجام دهید، حتی اگر کارهایی را در گذشته انجام داده باشید. باید بدانید اگر رحمت الله نمی‌بود آن کار انجام نشده باقی می‌ماند.

۱۲۸- ما از درخواست و آرزو به درگاه الله خسته می‌شویم اما الله هرگز از شنیدن آرزوهای ما خسته نمی‌شود.

مهم نیست که چند بار درخواست می‌کنیم، فضل و برکت الله پایانی ندارد.
۱۲۹- اگر واقعا به خود اهمیت می‌دهید پس اجازه بدهید قلبتان با تلاوت یا گوش دادن به قرآن آرام گیرد...

۱۳۰- بر مشکلاتی که دارید بیش از حد تمرکز نکنید چرا که آن‌ها در مقایسه با بارانِ نعمت‌هایی که الله بر سر شما می‌باراند، بسیار کوچک و ناچیزند.

۱۳۱- به هیچ چیز و هیچ کس جز الله اعتماد نکنید.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۱۳۲- هیچ چیزی بدون اراده‌ی الله اتفاق نمی‌افتد، توجه خود را به او معطوف دارید چراکه تنها اوست که می‌تواند تمامی مشکلاتتان را رفع کند و تنها اوست که می‌تواند از رسیدن هر گزندى به شما جلوگیری کند، آن هم زمانی که روی چیزی تمرکز دارید که به شما آسیب می‌رساند.

او فقط خیر و خوبی را برای شما می‌خواهد.

۱۳۳- یکی از زیباترین امور در اسلام عهدِ خواهری است. خود را با خواهران دینی همراه کنید و ببینید که چقدر پیشرفت می‌کنید. شما به آرامی رفتار و نگرش زیبا و عادات نیکوی آنان را اقتباس خواهید کرد.

۱۳۴- از بینایی خود تا زمانی که آن را دارید بهره ببرید، آن را در جستجوی دانش و حفظ کردن کلام الله به کار گیرید.

یک روز نه چندان دور، دیگر آن بینایی را نخواهید داشت و افسوس می‌خورید که از حداکثر توانمندی آن برای رضای الله و به سود آخرت خود استفاده نکردید.

۱۳۵- اقامه‌ی نماز به صورت مستمر باید جزء اصلی زندگی روزمره‌ی شما باشد و باید به آن به عنوان یک امتیاز که توسط خالقان به شما داده شده است و نه همچون کارهای معمولی دیگر بنگرید.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

۱۳۶- چیزهایی که بدان‌ها اهمیت می‌دهیم اغلب برای ما کاملاً بی‌فایده و بی‌ارزش هستند. اینها می‌توانند امتحان‌های کوچکی باشند که الله از ما می‌گیرد تا عملکرد ما را ببیند و مورد محک قرار دهد.

دعا کنید که الله شما را از دلبستگی دنیا حفظ نماید و محبت به خود و آخرت را به شما عطا فرماید.

۱۳۷- مرگ در راه است و دنیا محدود و فانی است. زندگی بسیار کوتاه است ولی ما از درک آن عاجزیم.

۱۳۸- گاهی دوست داریم فراموش کنیم که نفس بعدی‌مان ممکن است آخرین نفسی باشد که سر می‌کشیم.

غرق در این دنیا شده‌ایم و هدفمان را بر طاق نسیان و فراموشی نهاده‌ایم.

دعا کنید که هرگز از آن دسته افرادی نباشید که چرایی خلقت خویش را فراموش کردند.

دعا کنید یکی از افرادی باشید که هنگامی که با این دنیا وداع کردند، بیش از همه الله از آنان خشنود باشد.

۱۳۹- گاهی گرفتار حرام می‌شویم. شاید به این خاطر که هیچ چیز ما را متوقف نمی‌کند یا چنین باور داریم که هیچ چیزی نمی‌تواند به ما زیان برساند، اما باید

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

بدانیم که اگر الله می‌خواست ممکن بود آن گناه آخرین کاری باشد که انجام می‌دادیم با این حال باز هم فرصتی برای تغییر به ما می‌دهد.

{وَلَوْ يُعَجِّلُ اللَّهُ لِلنَّاسِ الشَّرَّ اسْتِعْجَالَهُمْ بِالْخَيْرِ لَقُضِيَ إِلَيْهِمْ أَجْلُهُمْ فَنَذَرُ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ} [یونس: ۱۱] (و اگر الله به عقوبت عمل زشت مردم و دعای شری که در حق خود می‌کنند به همان شتاب که آنان در کار خیر می‌طلبند شتاب می‌کرد قطعا اجلشان فرا می‌رسید ولی ما کسانی را که به لقای ما امیدی ندارند در سرگشتگی و کفر و طغیان رها می‌سازیم).

۱۴۰- قرآن می‌تواند هادی و راهبر شما در دنیا باشد یا در آخرت بر ضد شما گواهی دهد. مراقب باشید در زمره گروه دوم نباشید.

۱۴۱- دوست داریم در مورد اینکه الله همه چیز را بر ما حرام گردانیده است ناله و شکایت کنیم و چندین آیه را پشت سر هم فهرست می‌کنیم اما بدانید چیزی را که الله بر شما حرام کرده است، همان چیزی است که برای شما بهتر است حتی زمانی که باوری جز این نداشته باشید.

{كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ} [بقره: ۲۱۶] (جهاد در راه الله بر شما مقرر شد در حالی که برای شما ناخوشایند است، چه بسا چیزی را ناخوش

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

دارید حال آنکه خیر شما در آن باشد و چه بسا چیزی را دوست دارید حال آنکه به زیان شما است و الله می‌داند و شما نمی‌دانید).

۱۴۲- اگر زمانی احساس کردید که ایمانتان کاهش یافته است این حقیقت را بپذیرید که با یک چشم برهم زدن افزایش نخواهد یافت.

شیطان بازگشتن به مسیر را برای شما ناممکن جلوه می‌دهد، اما بدانید که برای ساختن ایمانی که زمانی داشتید، گام‌های کوچک لازم است. به آرامی عادات بد را از بین ببرید و قدم‌های کوچکی به سمت خوبی بردارید. به ناگاه آماده خواهید شد که بار دیگری به آن سعادت درونی نائل آیید.

۱۴۳- رسیدن به ایمانی خوب و پایدار زمان می‌برد.

برای برخی می‌تواند سفری طولانی و سخت باشد، اما از هر روز خود به عنوان یک فرصت برای یادگیری بیشتر در مورد دین زیبایمان استفاده کنید و ببینید که چقدر شکرگزار خواهید شد، ضمن اینکه ارتباطتان با الله نیز تحکیم خواهد یافت.

۱۴۴- شما انتظار دارید الله همیشه هر آنچه را که می‌خواهید به شما عطا کند، اما آیا شما نباید آنچه که الله می‌پسندد را به طور پیوسته و با اراده و پشتکار انجام دهید؟

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۱۴۵- همیشه به یاد داشته باشید که آموزش بطلبید و همیشه به یاد داشته باشید که اشتباهات خود را اصلاح کنید.

شما زمان و فرصت بسیاری در اختیار دارید که آن را ساده و بدیهی می‌انگارید، اما وقتی همه چیز پایان یافت، آخرین فرصت همان چیزی خواهد بود که برای آن در روز قیامت از الله درخواست و خواهش می‌کنید.

۱۴۶- به این بیندیشید اگر شما به چشم نیاز داشته باشید و کسی بخواهد با گرفتن هزینه آن یک چشم جدید به شما اهدا کند، شما آن را می‌پذیرید و همیشه سپاسگزار خواهید بود، درست است؟

بنابراین چرا نمی‌کوشید که اگر نه بیشتر، به همان اندازه شکرگزار الله باشید. او دو چشم رایگان به شما عطا فرموده است، همیشه قدردان چیزهایی باشید که دارید و قدردان چیزهایی باشید که آن را به دست آورده‌اید.

۱۴۷- ممکن است احساس کنید نمازهای پنج‌گانه مسئولیت سنگینی هستند. باری که احساس می‌کنید می‌خواهید آن را از دوش خود بردارید.

این معضل از اندیشه شما نشأت می‌گیرد که تصور می‌کنید در حال انجام کاری هستید که برای خودتان نیست. ما چند بار کاری را برای دیگران انجام می‌دهیم،

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

بدون اینکه انتظار جبران آن را داشته باشیم؟ این همان نگرشی است که در رابطه با نمازها وجود دارد.

شما احساس می‌کنید چیزی را به خاطر الله انجام می‌دهید چراکه او این را از شما می‌خواهد و این چرخه بی‌پایانی است که شما چیزی در ازای آن دریافت نمی‌کنید، اما در واقع این افکار از شیطان سرچشمه می‌گیرد.

در حقیقت به این سبب به درگاه الله نماز می‌خوانید که خود به آن نیاز دارید و این را می‌توان با مثال ساده‌ای اثبات کرد؛ هنگامی که مصیبتی فرامی‌رسد به سوی نماز می‌شتابید اما هنگامی که زندگی به آرامی پیش می‌رود دچار ضعف و سستی می‌شوید، بنابراین شما فقط به خاطر خودتان و نه برای الله نماز می‌خوانید.

۱۴۸- پیش از آنکه دیر شود به سوی الله بازگردید.

۱۴۹- فکر کنید وقتی نمازی را از دست می‌دهید، فرصتی برای درخواست بخشش از الله را از دست داده‌اید.

۱۵۰- بکوشید هدفی را تعیین کنید که به سود آخرتتان باشد و احساس خود را هنگامی که به آن دست می‌یابید با احساسی که به واسطه رسیدن به هدفی دنیایی دارید مقایسه کنید، سپس تفاوت میان هدفی که برای دنیا است در مقایسه با هدفی که برای آخرت است را درک کنید.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

اگر از دستاوردی دنیایی بیشتر احساس رضایت کنید متأسفانه شما بیش از حد به زندگی زودگذری که آکنده از چیزهای فانی و گذرا است وابسته شده‌اید.

۱۵۱- چه بسا یافتن یک دوست خوب و صالح که بتواند شما را در پاپی‌د بودن به حق و حقیقت یاری نماید، دشوار باشد. در حالی که در تلاش برای یافتن یک دوست خوب این چنینی هستید خود نیز بکوشید به یکی از آن‌ها تبدیل شوید.

وظایف شما نسبت به دوستانتان این است که توصیه‌های ارشادی و صمیمانه‌ای را به آن‌ها ارائه کنید و الله را به یاد آن‌ها آورید و اینکه مرگ یک حقیقت است و این دنیا ابدی و جاودانه نیست.

۱۵۲- شکرگزار باشید که الله اسلام را به شما عطا فرموده است با اینکه آن را از او درخواست نکرده بودید.

۱۵۳- ما تمایل داریم که امور معینی را به عادت تبدیل کنیم و به آن‌ها خوب بگیریم. به جای خو گرفتن به دنیا تلاش خود را بیشتر بر روی آخرت متمرکز کنید. نمازهای خود را به یک روتین و تلاوت قرآن روزانه و صدقه دادن را به یک عادت تبدیل کنید.

۱۵۴- هرگز فکر نکنید که والدینتان بدترین چیزها را برای شما می‌خواهند. آن‌ها راهنمای شما هستند و برای پیشرفتتان مهم و حیاتی‌اند.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

به خواست الله آن‌ها همیشه در تمام مراحل زندگیتان در کنار شما خواهند بود. آن‌ها شما را به گونه‌ای بزرگ می‌کنند که بتوانید برای چالش‌های آینده آماده باشید و کمک می‌کنند تا بر سختی‌ها فائق آیید و شما را به راه راست راهنمایی می‌کنند.

هرگز وجود آن‌ها را ساده و بدیهی نپندارید، زیرا آن‌ها واقعا از گرانبهاترین موهبت‌های خداوندی هستند. متأسفانه این چیزی است که ما خیلی دیر آن را درک می‌کنیم.

والدینتان را نزدیک خود نگه دارید و آن‌ها را از وضعیت زندگی خود آگاه کنید و از آن‌ها راهنمایی بخواهید و در حق آن‌ها همانگونه باشید که آن‌ها در حق شما هستند. هرگز به آن‌ها بی‌احترامی نکنید و پیوسته عزیز و گرامیشان بدانید.

هیچ‌کسی در روی زمین نمی‌تواند شما را به اندازه والدینتان دوست داشته باشد و هیچ‌کسی به جز والدینتان زندگی خود را فدای شما نمی‌کند.

۱۵۵- متأسفانه ما هرگز درک نمی‌کنیم که والدینمان چقدر برای ما وقت می‌گذارند. از زمانی که به این دنیا می‌آییم تا زمانی که به بزرگسالی می‌رسیم و حتی بعد آن... بنابراین چرا به خود می‌قبولانید که آن‌ها بدترین‌ها را برای شما می‌خواهند؟ چگونه می‌توانید فکر کنید که شما بیشتر از آن‌ها می‌دانید؟

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

به یاد داشته باشید که شما از آن‌ها به وجود آمده‌اید، بنابراین با آن‌ها با بی‌احترامی رفتار نکنید.

۱۵۶- چطور می‌توانید هنگامی که با دوستان خود صحبت می‌کنید آرام و مهربان باشید، اما هنگامی که نوبت به مادرتان می‌رسد تا این اندازه خشن و بی‌رحم باشید.

۱۵۷- چقدر ناراحت کننده است که اینفلوئنسرها (کابران معروف شبکه‌های اجتماعی) به جای صحابه و همسران پیامبر محبوبمان - صلی الله علیه وسلم - به الگو تبدیل شده‌اند.

۱۵۸- هنگامی که دوستان خود را عصبانی می‌کنید بسیار نگران خواهید شد، اما هنگامی که نوبت به والدینتان می‌رسد سهل‌انگارانه و سبکسرانه عمل می‌کنید. چرا تمرکز خود را بر روی دیگران می‌گذارید و چرا زنی که به خاطر شما متحمل درد و رنج شد حتی پیش از اینکه به دنیا بیاید، برای شما هیچ معنا و ارزشی ندارد؟

۱۵۹- هنگامی که جوان هستید دوست دارید تمرکز خود را به چیزی که دوستانتان درباره شما می‌اندیشند بگذارید، به جای اینکه به این فکر کنید که والدینتان درباره شما چه فکری می‌کنند.

یادداشت‌های روزانهٔ یک زن مسلمان |

برروی شاد کردن و افتخار نمودن به والدین خود تمرکز کنید و نه برروی دوستانتان، چراکه این والدینتان هستند که در نمازهایشان دعاگوی شما هستند و نه دوستانتان.

۱۶۰- به خود یادآوری کنید که هیچ چیزی حتی والدینتان همیشه ماندگار نخواهند بود، بنابراین تا زمانی که آن‌ها هنوز در کنار شما هستند دوستشان بدانید.

۱۶۱- هر از چند گاهی ارتباطی را که با خالق خود داریم از دست می‌دهیم. احساس می‌کنیم ایمانمان فروکش کرده است و نوعی از غم و اندوه و خلأ را در زندگی خود احساس می‌کنیم.

مطمئن باشید که این دورهٔ زمانی فقط برای مدت کوتاهی خواهد ماند، چراکه عادت کردن به این احساسِ دوری، بازگشت به مسیر [ایمانی] را برای شما سخت و دشوار می‌کند.

۱۶۲- به خود بیاموزید که از مردم درگذرید حتی زمانی که آن‌ها درخواست بخشش نمی‌کنند. شما این کار را برای آن‌ها انجام نمی‌دهید، بلکه آن‌ها را بخاطر خودتان انجام می‌دهید.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

بخشش به خودی خود به شما کمک خواهد کرد تا اجر بیشتری کسب کنید. جایگاه شما را بالا خواهد بُرد و از اضطرابات بی‌مورد شما را دور خواهد کرد. مهم‌تر از همه موفق به کسب غفران الهی خواهید شد.

۱۶۳- هنگامی که افسرده هستید باید تمرکزتان بر روی الله باشد. باید زمانی داشته باشید تا پیوند خود با الله را تحکیم ببخشید، زیرا ما در مواقع نیاز تمایل داریم در جستجوی دستی باشیم که برای کمک به سمت ما دراز شده است و هنگامی که هیچ مخلوقی نمی‌تواند ما را یاری رساند، امیدمان را از دست می‌دهیم.

وقتی کسی نمی‌تواند به شما کمک کند، پس به جای آن، دست یاری به سوی خالق خود دراز کنید.

۱۶۴- همه دچار اشتباه می‌شوند و از ما نیز خطا سر خواهد زد اما بگذارید اشتباهات چیزی باشد که از آن درس می‌گیرید. زمانی که با حقایق رو به رو شدید، خود را اصلاح کنید و از آن‌ها (خطاها) عبور کنید و اسیر اشتباهات خود نشوید که تا آخر عمر شما را آزار خواهند داد.

۱۶۵- پیوسته برای آمرزش والدین خود به درگاه الله دعا کنید و به خاطر وجود آن‌ها شکرگزار باشید.

پیوسته دعا کنید که الله پدر و مادران را بیامرزد و آن‌ها را مورد رحمت قرار دهد.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۱۶۶- مهم نیست چگونه در مورد خودتان فکر می‌کنید یا اینکه فکر می‌کنید چقدر صالح و نیکوکارید... برای اینکه متواضع و فروتن باقی بمانید، باید خود را در احاطه اشخاص دین‌دار قرار دهید. نصیحت، راهنمایی و تذکر صادقانه در سایه قرآن و سنت همیشه مورد نیاز است.

۱۶۷- چه بسا در ادای نمازها، تلاوت قرآن یا پوشیدن لباس‌های ساده و محجوب مشکل داشته باشید، اما به یاد داشته باشید الله همه اینها را می‌بیند و به شما به خاطر مبارزه و تلاشتان پاداش می‌دهد. از این رو تا جایی که می‌توانید تلاش کنید از چیزهایی که بخاطرشان در جدال و کشمکشید، توبه نمایید. الله بسیار بخشنده و مهربان است.

۱۶۸- اگر شما به ناگاه بر آن شدید که ایمان و رابطه خود را با الله بهبود ببخشید، پس هرگز خود را ضعیف و ناتوان تصور نکنید.

این احساس ناگهانی، نعمتی از جانب الله است، به شما یادآوری می‌کند که الله همیشه در کنار شماست.

۱۶۹- همیشه برای روزه نگرفتن و نماز نخواندن و عمل نکردن به اسلام بهانه آوردن آسان است، اما باید از جایی آغاز نمایید پیش از آنکه خیلی دیر شود.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

بدانید هر چه نسبت به آن سست‌تر شوید، شروع کردن آن برایتان دشوارتر خواهد بود.

لازم نیست گام‌های بزرگ بردارید... تنها با نماز خواندن شروع کنید. اگر هم‌اکنون نماز می‌خوانید پس اینبار نمازتان را سر وقت ادا کنید. گام بعدی می‌تواند اضافه کردن چند دقیقه دیگر به آن [نماز] برای دعا کردن باشد.

وقتی در نمازهایتان به ثبات رسیدید، این بار سراغ تلاوت قرآن بروید. هر چند وقت یکبار کمی قرآن بخوانید و اگر نمی‌دانید چطور قرآن بخوانید در این صورت به تلاوت آن گوش فرا دهید.

فقط گام‌های کوچکی به سوی الله بردارید و ببینید به لطف و برکت الهی پیمودن این مسیر چقدر برایتان آسان‌تر و ساده‌تر خواهد شد.

۱۷۰- ممکن است الله را رها کنید اما همیشه دعا کنید که الله شما را به حال خود رها نکند! روزی که خداوند را از دست دادید، در واقع همه چیز خود را از دست داده‌اید.

۱۷۱- اگر شما به فکر انجام یک کار نیک یا یاری نمودن شخصی هستید پس منتظر نمانید که آن را فردا یا هفته دیگر انجام دهید. همین امر هنگامی که می‌خواهید برخی از باورهای نادرست و شیوه زندگی خود را تغییر دهید نیز صادق است.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

اگر شما خواستار تغییر باشید همین امروز تغییر کنید. اگر می‌خواهید به مسلمان بهتری تبدیل شوید پس همین امروز این کار را انجام دهید.

هر چه بیشتر به خود بگویید «به زودی» این کار را انجام خواهید داد، برای شیطان آسان‌تر خواهد شد که همیشه شما را از رسیدن به هدف باز دارد.

۱۷۲- خود را با اصحاب پیامبر - صلی الله علیه وسلم - مقایسه کنید. بکوشید با آن‌ها رقابت کنید، به آن‌ها نگاه کنید و سعی کنید همانند آن‌ها باشید. اگر برای شما سخت است که اعمال خود را هم‌سنگ و برابر با اعمال آنان کنید پس بکوشید در طلب مغفرت از خداوند با گناه‌کاران رقابت کنید.

۱۷۳- هنگامی که احساس می‌کنید ایمانتان فروکش کرده است، به فکر راه‌هایی برای بالا بردن دوباره آن باشید. یک قلم و کاغذ بردارید و چیزهای کوچکی از روزتان را که شما را از مشغول شدن به آخرت باز می‌دارد در آن بنویسید. هر روز یکی از آن‌ها را از روز خود حذف کنید و آن را با اموری که الله دوست دارد، جایگزین نمایید و ببینید چطور ایمانتان دوباره متعالی خواهد شد.

۱۷۴- الله برای چیزهایی اعم از کوچک و بزرگ که نمی‌توانید به دستشان آورید، یک فرصت در اختیارتان قرار داده است و بدانید که آن فرصت، همان امکان دعا نمودن و درخواست از اوست.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان |

۱۷۵- ما را الله برای خود آفریده است. شما با هیچ چیزی به جز بودن با الله خشنود و راضی نخواهید شد. شما مجبور نیستید کسی جز الله را از خود راضی و خشنود سازید.

۱۷۶- حتی اگر در حال تجربه غم و اندوه، شکست و نومیدی و یا از دست دادن هستید و یا اینکه با وسوسه‌های شیطانی رو به رو شده‌اید، باید بدانید که الله می‌تواند تمامی آنچه را که نیاز دارید برآورده سازد. همه چیز به خواست خداوند به نوعی قابل تغییر است.

۱۷۷- الله می‌تواند جای خالی هر چیزی را برای شما پر کند. او می‌تواند هر دردی را که با آن دست و پنجه نرم می‌کنید درمان کند و گناهی را که نگران و غمگینتان ساخته است، بیاورد.

به سوی الله باز گردید چراکه این اوست که می‌تواند شما را از غم و اندوه رهایی بخشد.

۱۷۸- به زندگی به عنوان «سفری به سوی الله» بنگرید.

۱۷۹- هر کمکی که از سوی مردم می‌آید بیانگر لطف و رحمت الهی نسبت به آنهاست، چراکه به وسیله این لطف و مهربانی الله است که آنها قادر خواهند بود به شما یاری رسانند.

یادداشت‌های روزانه یک زن مسلمان

۱۸۰- داشتن احساس خوشبختی عالی است اما به نوعی ما را از الله دور می‌سازد. ما احساس نمی‌کنیم که اکنون به چیزی نیاز داریم، پس چرا باید فرمانبردار الله و شکرگزار او باشیم؟

اما هر اندازه هم احساس آسودگی و آسایش، خوشایند و لذت‌بخش است اما در نهایت این سختی‌ها و مشکلات است که شما را به الله نزدیک می‌سازد.

۱۸۱- داشتن توکل، صبر و دعا کردن شما را به بسیاری از خواسته‌ها می‌رساند.

۱۸۲- چه بسا دستیابی به برخی چیزها برایتان ناممکن به نظر برسد. شاید هم واقعا همین‌طور باشد زیرا همه چیز به وسیله خود ما قابل دستیابی نیست. به همین دلیل است که ما با مشکلاتی رو به رو می‌شویم تا به وسیله دعا و مراقبت از نمازهای خود و در نهایت با داشتن توکل، از الله طلب یاری نموده و به او روی آوریم.

۱۸۳- هرگز فکر نکنید تنها هستید. تا زمانی که الله را دارید، همه چیز دارید.

۱۸۴- ما هرگز نمی‌توانیم به امور، مردم و حتی خودمان تکیه کنیم، اما کسی که می‌توانیم به او اعتماد و تکیه کنیم خداوند است.

۱۸۵- هنگامی که در مورد مسلمان بودن احساس سردرگمی می‌کنید، از خود بپرسید: اگر اسلام دین راستین نیست، پس چرا بسیاری از مردم دنباله‌رو آن هستند؟ و چگونه است که اسلام رو به رشدترین دین در جهان است؟