

جويس ماير

ساعِدني

أنا محبط

الله انتصار

في
المعارك

النفسيه

بإستخدام

قوة

كلمة الله

JOYCE MEYER

Help Me I'm

Discouraged

ساعدنى

أنا محبط

**الانتصار فى المعارك النفسية
باستخدام قوة كلمة الله**

بقلم

جويس ماير

ساعدني .. أنا محبط

المؤلف	:	جويس ماير
الناشر	:	خدمات جويس ماير
الموزع بالشرق الأوسط	:	P.T.W للترجمة والنشر
المطبعة	:	ت: ٢١١٧٨٩٨٠ / ٢١١٧٨٩٨١
رقم الدولي	:	شركة الطباعة المصرية ت: ٦١٠٠٥٨٩
الترقيم الدولي	:	٢٠٠٨ / ٤٦٦٦
	:	٨ - ٠٣٩ - ٤٤٣ - ٩٧٧ - ٩٧٨

المراجعة والجمع والتصويري و الإعداد الفني والتوزيع
للترجمة والنشر P.T.W

ت: ٢١١٧٨٩٨٠ - ٢١١٧٨٩٨١

جميع حقوق الطبع في اللغة العربية محفوظة للناشر وحده،
ولا يجوز استخدام أو اقتباس أى جزء من الوارد
في هذا الكتاب بأي شكل من الأشكال بدون إذن مسبق منه.

English title:
Help me I am Discouraged
copyright © By Joyce Meyer
Arabic edition © ٢٠٠٨ by PTW



Prepare The Way
www.ptwegypt.com

المحتويات

صفحة

٥	مقدمة
٧	الجزء الأول: أحرار من تسلط إبليس علينا
٩	١- الأعظم يحيا فينا
١٧	٢- اسهروا وصلوا
٢٧	٣- ستة أشياء تفعلها بكل قوتك
٣٩	٤- معالجة الإحباط
٥١	٥- الثقة في يسوع
٦١	٦- الهج في أمور الله
٧١	٧- آمال وتوقعات
٧٩	٨- أمر جديد
٩١	٩- خمر جديدة وزقاق جديدة
١٠١	خاتمة

الجزء الثاني- أجزاء كتابية للتغلب على

١٠٥	الإحباط
١٠٦	- لمواجهة الإحباط
	صلاة

١١٠	- للتغلب على الإحباط
١١١	- من أجل علاقة شخصية مع الرب

٤ ساعدنى أنا محبط

مقدمة

نشعر جميعاً بالإحباط وخوار العزيمة في وقت أو آخر. وقد نندهش لو قضينا أسبوعاً دون أن نواجه نوعاً من خوار العزيمة والإحباط، فنحن نأخذ اتجاهات معينة لحدوث شيء ما بطريقة معينة. وعندما لا يحدث هذا الشيء بتلك الطريقة تخور عزميتنا ونشعر بالإحباط.

فإن لم نعالج الشعور بخيبة الأمل، يتحول هذا الشعور إلى إحباط، ولو استمر الإحباط فترة طويلة نصبح عرضة للخوار النفسى، ويتركنا هذا الخوار عاجزين عن التعامل مع أى شيء.

يقف كثير من المؤمنين الخائرين على جانبى طريق الحياة لأنهم لم يتعلموا التعامل مع الإحباط، فالخوار النفسى الذى يمرُّون به الآن بدأ بسبب بعض

حوادث الإحباط البسيطة التى لم يتم التعامل معها.
 تعامل يسوع مع كل من تسلط عليهم إبليس
 (أعمال ١٠: ٣٨)، فאלله لا يريد أن نحيا محبطين أو
 يتسلط علينا الشيطان! عندما نصاب بخيبة الأمل يجب
 أن نشحذ أنفسنا حتى لا نصاب بالإحباط ثم الخوار
 النفسى.

عندما نتعلم أن نضع رجاءنا وثقتنا فى يسوع
 الصخرة (١ كورنثوس ١٠: ٤)، ونقاوم الشيطان،
 سنعيش فى فرح الرب وسلامه بلا إحباط.



الجزء الأول

**أحرار من تسلط
إبليس علينا**



الأعظم يحيا فينا

«يَسُوعُ الَّذِي مِنَ النَّاصِرَةِ كَيْفَ مَسَحَهُ اللَّهُ بِالرُّوحِ
الْقُدُسِ وَالْقُوَّةِ، الَّذِي جَالَ يَصْنَعُ خَيْرًا وَيَشْفِي جَمِيعَ
الْمُتَسَلِّطِ عَلَيْهِمْ إِبْلِيسُ، لِأَنَّ اللَّهَ كَانَ مَعَهُ»

(أعمال ١٠: ٣٨)

أثناء خدمة يسوع على الأرض والتي يمكن أن
نطلق عليها أيضاً «وظيفته» كان يجول بمسحة الروح
القدس عليه يحرر الذين تسلط عليهم إبليس. وهذه
القوة هي لنا اليوم، فليست إرادة الله لأولاده أن يتسلط
عليهم أحد أو يضايقهم باستمرار. وقوة يسوع هي لنا
لكي نحررنا من تسلط إبليس علينا اليوم.

تعرف القواميس العدوانى بأنه الذى يبادر باتخاذ
فعل قوى وأن يكون «فعالاً، أو ثابتاً بكل مجاهرة

ومغامراً». الأمر الذى يعنى أن تكون خلاقاً.

عندما خلق الله قدرة الإنسان على التخيل لم يكن يقصد أن تتحول هذه القدرة إلى شىء شرير، ولكن الخيال المبدع للإنسان يبدع أفكاراً جديدة ويأتى بعملیات جديدة. فكر كيف كان آدم مبدعاً عندما أطلق على الحيوانات أسماء عندما كان فى حالة مقدسة قبل سقوطه فى الخطية.

منقاد بالروح

عندما نتبع قيادة الروح القدس ونسمح لثمار الروح أن تظهر فى حياتنا (غلاطية ٥: ٢٢، ٢٣)، نصبح مبدعين ونأخذ زمام المبادرة. ويشعر كثيرون بالملل لأنهم يشعرون أن هناك من يسيطر عليهم بدلاً من أن يكونوا هم المبادرين بما أسميه «العدوان التقوى». وممارستنا لقوة الإبداع التى وهبها لنا الله تقلل من شعورنا بالملل!

يجد بعضنا نفسه أكثر إبداعاً بطبيعته وأكثر تخيلاً وأكثر مبادرة من الآخرين، ولكن يمكننا جميعاً أن نستخدم قدرتنا الإبداعية والتخيلية وقدرتنا على المبادرة التي وضعها الله فينا ليجعل حياتنا أكثر شبعاً وإثماراً.

فيمكننا أن نأخذ زمام المبادرة بدلاً من انتظار حدوث شيء ما. فيمكننا مثلاً أن نبادر بإقامة صداقات مع الآخرين بدلاً من أن ننتظر من الآخرين أن يكونوا ودودين معنا.

اجعل إبليس يهرب

إبليس يكذب علينا (يوحنا ٨: ٤٤)، فإن لم نأخذ بزمام المبادرة ونمتنع عن الاستماع لأكاذيبه سيسيطر على حياتنا، فهو يجول مثل أسد زائر (١ بطرس ٥: ٨)، ولكن لدينا أسد يهوذا أى يسوع فى داخلنا. فيجب أن

نكون المبادرين بالزئير فى وجهه!

عندما يتحرك الشيطان تجاهنا، يجب أن نكون فى حالة مرتفعة من الانسجام الروحى حتى نعى تماماً ما يحاول أن يفعله ونجعله يتراجع، ولا يستغرق هذا الأمر أكثر من ثوانٍ معدودة.

يحاول الشيطان دائماً أن يعوقنا، وطالما أننا نتراجع فهو يستمر فى تقدمه، ولكن سيتراجع لو اتخذنا خطوة واحدة ضده بسلطان يسوع المتاح لنا.

يجب أن نستمر فى مقاومته بسلطاننا، فإن توقفنا سيبدأ فى التقدم تجاهنا، ليجعلنا نتراجع، فالشيطان كذاب ومخادع ويستقوى على من هم أضعف منه، فهو يأتى كأسد ولكنه ليس بأسد. فلنا نحن المؤمنين ببسوع المسيح سلطان ذاك الشخص الأعظم الذى يعيش فينا «لأن الذى فيكم أعظم من الذى فى العالم» (١ يوحنا ٤: ٤).

يجب أن تعرف الكلمة المقدسة معرفة جيدة حتى أنه في اللحظة التي تأتي لذهنك فكرة لا تتوافق مع كلمة الله يمكنك أن تقول للشيطان: «أنت كذاب، ولن أستمع لك» .

يمكنك أن تقضى حياتك وأنت تهرب وتختبئ من أمام الشيطان، أو تقضيها وأنت تدفعه لكي يرحل من أمامك .

اختر الحياة

«أَشْهَدُ عَلَيْكُمْ الْيَوْمَ السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ. قَدْ جَعَلْتُ
قَدْامَكَ الْحَيَاةَ وَالْمَوْتَ. الْبَرَكَهَ وَاللَّعْنَةَ. فَاخْتَرِ الْحَيَاةَ
لِتَحْيَا أَنْتَ وَنَسْلُكَ»

(تثنية ٣٠: ١٩)

لا تأتى السعادة والفرح من الخارج ولكنهما يأتیان
من الداخل، فهما قرار إرادى واختيار محدد يجب أن
نتَّخِذه بأنفسنا فى كل يوم نحياه.

تعمل معنا شابة فى الخدمة تود أن ترى أشياء
كثيرة تتغير فى حياتها. وبالرغم من كل تلك التحديات
التي أمامها إلا أنها سعيدة وفرحة.

تمتلئ هذه الشابة بالسعادة والفرح لا لأنها لا تعاني
من مشكلات ولكن بسبب القرار الذى اتخذته وهو أن
تستمتع بحياتها وتعمل فى وسط تلك الظروف الصعبة.
ففى كل يوم لديها اختيار: إما أن تمتلئ بالبؤس، أو
أن تمتلئ بفرح الرب.

وهو نفس الاختيار الذى نواجهه كلنا فى كل يوم
من حياتنا.

فإما أن نختار الاستماع للشيطان ونسمح له أن يدمر
حياتنا ويجعلنا بائسين، أو أن نختار أن نقاومه بشدة
حتى يمكننا أن نحيا ملء الحياة التى يعطيها لنا الله
فى ابنه يسوع المسيح.

والطريقان سيصلان بنا إلى السماء. ولكن هل نود
أن نذهب إلى السماء ونكتشف كم المتعة التى كان
يمكننا أن نحصل عليها فى الطريق؟ لنختار الحياة
الآن ونستمتع بها بالطريقة التى يريدنا الله.

اسهروا وصلوا

«اسهروا وصلُّوا لئلا تَدْخُلُوا فِي تَجْرِيةٍ. أَمَّا الرُّوحُ
فَنَشِيطٌ، وَأَمَّا الْجَسَدُ فَضَعِيفٌ»

(متى ٢٦: ٤١)

افترض أنك عرفت أن منزلك محاط بالأعداء وأنه
بإمكانهم في أى لحظة أن يكسروا الباب ويدخلوا
ليهاجموك، هل تعتقد أنك ستظل مستيقظاً وتراقب
الباب؟

ماذا ستفعل لو أنه لسبب ما لم يمكنك أن تظل
مستيقظاً لتراقب الباب؟ ألن تتأكد من أن هناك شخصاً
آخر في العائلة قد استيقظ وانتبه لهذا الخطر؟

يخبرنا يسوع فى هذه الآية أن نظل مستيقظين،
ومنتبهين نصلّى ونسهر.

يجب أن نكون متنبهين وأحياء وساهرين بصفتنا
مؤمنين، ثم يجب أن نكون مستعدين لمواجهة هجمات
العدو إن لزم الأمر.

كن مجاهداً

«جَاهِدْ جِهَادَ الْإِيمَانِ الْحَسَنَ»

(١ تيموثاوس ٦: ١٢)

معنى أن تبدأ بالعدوان أن تكون محارباً ومجاهداً.
فكما قال الرسول بولس «جَاهَدْتُ الْجِهَادَ الْحَسَنَ»
(٢ تيموثاوس ٤: ٧)، ولهذا يوجّه تلميذه تيموثاوس إلى
ضرورة أن يجاهد هو أيضاً جهاد الإيمان الحسن.

وهكذا يجب عليك أن تجاهد جهاد الإيمان الحسن
ضد الأعداء الروحيين فى الأعالي وفى ذهنك وقلبك.

من الجوانب الهامة لكى تجاهد جهاد الإيمان
الحسن أن تتمكن من التعرف على العدو، ومتى تكون
الأمر طبيعية ومتى لا تكون على ما يرام.
دعنى أوضح لك الأمر بمثال :

منذ فترة كنت مشغولة بالحديث مع شخص معين،
وفيما كنت أستمع لهذا الشخص شعرت بالتشويش،
وكان هذا يحدث فى كل مرة أحاول فيها التحدث مع
هذا الشخص.

عادة ما أفكر قائلة: «أين الخطأ؟ أنا لا أفهم ما
يحدث، ولا أشعر بالراحة تجاه هذا الشخص».

وكلما فكرت فى الأمر رأيت المشكلة. ففى كل مرة
نتقابل فيها ونتحدث أشعر بالقلق من أن يسىء هذا
الشخص فهم شىء مما فعلته.

وقررت أن أتخذ اتجاهأ أكثر عدوانية، فتوقفت عن
الحديث وصليت: «باسم يسوع المسيح لى سلطان على

هذه الروح، ولن أقلق، فإن لم يعجب ذلك الشخص بما فعلت فهذا بينه وبين الله».

«يجب أن أتحرك. لا يمكننى أن أقضى كل حياتى أتخذ قرارات بناءً على ما سيعتقده الآخرون فى». يا إبليس، لن أقلق بهذا الشأن، فى اسم يسوع، لقد انتهى الأمر».

أخذت هذا الموقف وشعرت بالحرية، فقد كان الشيطان يعذبنى طوال الوقت الذى كنت فيه سلبية.

هذه هى مشكلتنا:إننا سلبيون للغاية! كثيراً ما لا نفعل شيئاً تجاه العدو عندما يهاجمنا بالقلق أو الخوف أو الشك أو الشعور بالذنب، فننسحب لركن فى مكان ما ونسمح له أن يضربنا.

ليس من المفترض أن أكون أنا وأنت مجرد جراب ملاكمة للشيطان، ولكن من المفترض أن نكون محاربين.

الشیطان یریدنا أن ندخل فی حروب مع کل من هم حولنا، ولكن الله یریدنا أن ننسى کل التوافه التي یثیرها فی داخلنا حتی یجعلنا نغضب من الآخرين، ویریدنا أن نحارب الأعداء الروحیین الذين یحاولون شن حرب على حیاتنا ویسلبون منا السلام والفرح.

ما هو الطبیعی ؟

«لأنَّه حَيْثُ الْغَيْرَةُ وَالتَّحَرُّبُ هُنَاكَ التَّشْوِيشُ وَكُلُّ أَمْرٍ رَدِیءٍ. وَأَمَّا الْحِكْمَةُ الَّتِي مِنْ فَوْقُ فَهِيَ أَوَّلًا طَاهِرَةٌ، ثُمَّ مُسَالَمَةٌ، مُتَرْفِقَةٌ، مُدْعِنَةٌ، مَمْلُوءَةٌ رَحْمَةً وَأَثْمَاراً صَالِحَةً، عَدِيمَةُ الرِّيبِ وَالرِّيَاءِ»

(یعقوب ٣: ١٦، ١٧)

لیس التشویش هو الوضع الطبیعی للمؤمن الذی حصل على الولادة الثانیة. هذا من وجهة نظر الله على الأقل، لهذا ففی أى وقت نشعر فیہ بأن هناك تشویشاً یجب أن نهاجمه.

فيستخدم العدو مثل هذه الأحمال ليهاجم الإنسان الروحى، وليحرمه من الفرح والخفة، وليمنع روحه من العمل مع الروح القدس.. فالروح الحرة هى أساس النصره.. وعندما تعاني الروح من الضغوط لا يمكن أن يعمل الذهن بطريقة سليمة».

تعمل جميع أعضائنا معاً، فيجب علينا أن نحفظ أنفسنا فى حالة الحرية وفى حالة الاتزان. ويجب أن نضع أنفسنا تحت قيادة الرب يسوع المسيح لكي نفعل هذا.

سيادة المسيح

«هَادِمِينَ ظُنُونًا وَكُلَّ عُلُوٍّ يَرْتَفِعُ ضِدَّ مَعْرِفَةِ اللَّهِ،
وَمُسْتَأْسِرِينَ كُلَّ فِكْرٍ إِلَى طَاعَةِ الْمَسِيحِ»
(٢ كورنثوس ١٠: ٥)

سيعطينا الرب النصره على الشيطان، ولكنه سيفعل

هذا فى حالة واحدة فقط: عندما نصرخ له ونطلب منه أن يكون الأساسى فى حل مشكلاتنا.

فلن يتغير شىء فى وضعنا إن كان كل ما نفعله هو أننا نجلس ونتمنى لو أن الأمور كانت مختلفة. فيجب أن نفعل شيئاً.

الرب مستعد، ويرغب ويستطيع أن يفعل شيئاً لشعبه فى مجال السلبية والفتور والكسل، والبلادة والإرجاء وكل تلك الأشياء التى تحيط بنا وتجذبنا نحو الاكتئاب والإحباط وخوار العزيمة واليأس. ولكن علينا دوراً لنلعبه!

لسنا مدعوين للتعامل مع الأمور وفقاً لمشاعرنا، ولكننا مدعوون لنتمسك بكلمة الله ونطبقها على حياتنا اليومية، ولهذا يجب أن نظل متيقظين روحياً طوال الوقت.

ستة أشياء تضعها بكل قوتك

«وَمَنْ أَيَّامٍ يُوحِنَّا الْمَعْمَدَانِ إِلَى الْآنَ مَلَكَوتُ
السَّمَاوَاتِ يُغْصَبُ، وَالْغَاصِبُونَ يَخْطُفُونَهُ»
(متى ١١: ١٢)

يجب أن تغتصب ملكوت السماوات بالقوة، أى البر
والسلام والفرح (رومية ١٤: ١٧).

بمجرد أن تشعر أنك محبط، أوقف العدو بقوة من
بداية الهجوم.

تعلّمت من سنوات خدمتى ومن السنوات التى
قضيتها فى مسيرة الإيمان أن هناك ستة أشياء يجب
أن نبادر بالهجوم فيها.

١ - بادر بالتفكير

«وَأَيُّ مَلَكٍ إِنْ ذَهَبَ لِمُقَاتَلَةِ مَلِكٍ آخَرَ فِي حَرْبٍ، لَا يَجْلِسُ أَوَّلًا وَيَتَشَاوَرُ: هَلْ يَسْتَطِيعُ أَنْ يُلَاقِيَ بَعَشْرَةَ آلَافٍ الَّذِي يَأْتِي عَلَيْهِ بِعَشْرِينَ أَلْفًا؟»

(لوقا ١٤: ٣١)

التفكير والتخطيط من الاستعدادات الهامة فى الحرب، فيخطط المرء ويحسب كيف يمكنه الاشتباك مع العدو وهزيمته بأقل مخاطرة ممكنة من جانبه ومن جانب جيشه.

نحتاج أنا وأنت إلى فعل نفس الأمر فى حروبنا الروحية وكذلك فى حياتنا اليومية.

فيجب أن نفكر: «كيف يمكننى سداد هذا الدين؟ كيف يمكننى أن أنظف منزلى؟ كيف يمكننى أن أرفع عائلتى بطريقة أفضل؟».

ولكن يجب أن نفكر أيضاً: «كيف يمكننى أن أصل إلى مزيد من النفوس من خلال خدمتى؟ كيف يمكننى

أن أؤثر على جيرانى تأثيراً جيداً؟ كيف يمكننى أن أكون بركة للفقير؟ وكيف يمكننى أن أقدم المزيد لله؟ . فكر فى الأمر، وأسأل نفسك كيف يمكنك أن تشترك أكثر فى عمل الرب، وكيف يمكنك أن تكون أكثر فعالية فيه .

إن كانت لديك أسرة فلا بد أن يكون لها الأولوية، فهى مسؤوليتك الأولى، ويجب ألا تغير ترتيب أولوياتك إن كان لديك أطفال صغار، فيجب أن تقضى معهم وقتاً طويلاً وبصفة خاصة أثناء سنوات تشكيلهم . ولكن أحياناً يمكنك أن تتولى مسؤولية أسرتك ومسؤولية فى الخدمة أيضاً، وقد فعلتُ هذا لسنوات طويلة، وبدأت خدمتى «حياة فى الكلمة» عندما كان عمر ابنى سنة واحدة .

ستجد أنه بإمكانك أن تفعل أى شىء قد يبدو للوهلة الأولى أنه مستحيل إن كان الله دعاك لتفعل هذا الأمر، وإن كنت ترغب بشدة فى فعله .

فكر بأسلوب مبدع، لا تجلس متمنياً أن تفعل المزيد،
ولكن خذ زمام المبادرة وابدأ.

٢ - بادر بالصلاة

«فَلتَقْدَمْ بِثَقَّةٍ إِلَى عَرْشِ النُّعْمَةِ لِكَيْ نَنَالَ رَحْمَةً،
وَنَجِدَ نِعْمَةً، عَوْنًا فِي حِينِهِ»

(عبرانيين ٤: ١٦).

كيف سنأتى أمام عرش النعمة؟ هل بلا خوف
وبثقة وبكل مجاهرة؟

وهذا يعنى أن نأخذ زمام المبادرة بالصلاة!

فيجب ألا نكون أنا وأنت خجولين أو جبناء أمام
الله، فيمكننا أن نخطو للأمام بثقة ونخبره بما نحتاج،
ويمكننا أن نطلب منه ما نتوقع أن يفعله لنا وفقاً لوعوده
فى كلمته.

فى أفسس ٣: ٢٠ يخبرنا بولس أن الله هو «القَادِرُ

أَنْ يَفْعَلَ فَوْقَ كُلِّ شَيْءٍ أَكْثَرَ جِدًّا مِمَّا (نَجْرُو أَنْ)
نَطْلُبُ أَوْ نَفْتَكِرُ (ما نرجوه ونحلم به) .

لاحظ كلمة (نجرؤ) ، فيجب أن نكون مؤمنين
واثقين شجعان ، ومبادرين ولنا جرأة .

عندما نقرب من عرش الله يجب أن نقرب بكل
ثقة !

٣- بادر بالكلام

«إِنْ كَانَ يَتَكَلَّمُ أَحَدٌ فَكَأَقْوَالِ اللَّهِ»

(١ بطرس ٤: ١١)

بما أننا أولاد الله فلدينا صوت قوى .

عندما أتحدث عن أخذ زمام المبادرة فى الكلام
فأنا لا أتحدث عن أن أكون عدوانياً بالجسد، ولكنى
أتحدث عن العدوانية الروحية ضد قوى الشر .

دعنى أوضح هذا الأمر بمثال :

يُعَلِّمُنَا الكتاب المقدس أن نكون ودعاء كالحمام
(متى ١٠: ١٦)، وَيُعَلِّمُنَا فِي مَكَان آخِر أن يكون المؤمن
منا في جرأة الشبل (أمثال ١٠: ٢٨). وقد قضيت وقتاً
عصياً في المصالحة بين الصورتين.

ثم فكرت في شخص كان في وظيفته عندما
استدعاه رئيسه غير المؤمن، ليوبخه. وبدأ يعنفه ظلماً،
وعرف هذا الموظف أنه لورد على رئيسه فسي فصله،
لهذا لم ينبس ببنت شفة منتظراً الرب ليحامي عنه.

وعلى الرغم من أنه كان وديعاً كالحمام من الخارج
إلا أنه من الداخل كان قوياً وجريئاً وشجاعاً مثل الأسد.

وبهذا ربما يكون على وعليك في بعض الأحيان
أن نقف سلبيين في الجسد، ولكن أن نأخذ رد فعل
عنيف بالروح، فيمكننا أن نسمح للكلمات القاسية أن
توجه لنا جسدياً، ولكن يجب أن نرفض تلك الكلمات
روحياً.

يمكننا أن نرفض السماح لأنفسنا أن نأتى تحت الدينونة، ويمكننا أن نصلى بالروح عندما نتعرض لإهانة فى الجسد.

ثم بمجرد أن نخرج من الموقف يمكننا أن نتحدث بكل قوة من أفواهنا ونأخذ سلطاناً على الأعداء الروحيين الذين أتوا بمثل هذا الموقف السيء ضدنا.

عندما يبدأ شخص ما فى الوقوف ضدى بالجسد، أبدأ على الفور فى الصلاة بالروح، وأنا أعلم أنه ليس على أن يثقل كاهلى بسوء المعاملة. لهذا أحمى نفسى روحياً.

لسنوات طويلة سمحت للآخرين أن يثقلونى بكل التفاهات، ثم حاولت أن أقف ضدهم بالجسد، وأخيراً تعلمت أن الأسلوبين لا ينجحان. ومنذ ذلك الحين اكتشفت ما هو الشئ الذى ينجح فى التعامل مع مثل هذه المواقف.

اكتشفت أننا لا نحارب جسداً ودماً، لكننا نقف ضد

أجناد الشر الروحية فى السماويات، لهذا تعلمت كيف
أشن حرباً روحية .

ربما تحتاج أن تتعلم نفس الشيء، ولكن كن وديعاً
كالحمام وشجاعاً جريئاً كالأسد، وليكن لك صوت
قوى .

عندما تتحدث إلى الناس لا تحن رأسك وتقدمم أو
تتمتم أو تنتحب، ولكن قف منتصباً وأنظر لهؤلاء الناس
فى عيونهم وحدثهم بإيجابية وبوضوح وبأسلوب
محدد. ولتنطق كلماتك بكل وضوح حتى يفهمك من
تحدثهم .

لا تتملقهم، ولا يجب أن ينتابك شعور بعدم الأمان
وعدم الثقة، ولكن كن شجاعاً جداً حتى تفتح فمك
وتتحدث بما يجب أن تقوله بكل ثقة .

وإن كنت سترنم وتتعبد للرب فلتفعل هذا بكل قوة .

فحينما تفتح فمك لتنطق بأى شىء أفعَل هذا كما
لو أنك تتكلم بأقوال الله، بكل حماس، وبفرح ومجاهرة .

٤ - بادر بالعطاء

«أَعْطُوا تُعْطَوْا كَيْلًا جَيِّدًا مُلَبَّدًا مَهْرُوزًا فَائِضًا يُعْطُونَ فِي أَحْضَانِكُمْ. لِأَنَّهُ بِنَفْسِ الْكَيْلِ الَّذِي بِهِ تَكِيلُونَ يُكَالُ لَكُمْ»

(لوقا ٦: ٣٨)

عندما نعطي فنحن نعطي بسخاء وبكل قوتنا، لأنه بنفس الطريقة التي نعطي بها سنأخذ أيضاً.

عندما ننظر إلى محفظة النقود، فلن نسحب منها أصغر عملة نجدها، ولكن يجب أن نعطي كما يعطينا الرب بسخاء.

والآن أدرك أنه ليس هناك مقدمة صغيرة للغاية ولا توجد أيضاً مقدمة كبيرة للغاية، ولكن في نفس الوقت يجب أن نتعلم أن نكون مبادرين في العطاء كما هو الحال في باقية جوانب حياتنا المسيحية الأخرى.

إنى أسعى أن أكون معطاءة، وأرغب أن أعطى طوال الوقت.

ذات مرة كنت فى مكتبة مسيحية، ورأيت صندوق للعتاء لإرسالية مسيحية تطعم الأطفال الجائعين، وعليه لافتة تقول: «يمكن لطفلين أن يأكلا مدة يومين بخمسين سنتاً».

ففتحت محفظتى وقدمت منها، وإذا بصوت داخلى يقول: «لا يجب أن تفعلى هذا، فأنتِ تعطين طوال الوقت».

وفى الحال أصبحت عنيفة روحياً، ولا يمكن لأحد أن يشعر بهذا العنف من الخارج ولكنى شعرت بعنف شديد من الداخل، فأخذت محفظتى مرة أخرى وأخرجت منها مالا أكثر وضعته فى الصندوق حتى أثبت أنه بإمكانى أن أعطى بإرادتى الحرة!

يمكنك أن تفعل نفس الأمر. فعندما تُجرب بأن تتراجع عن العطاء، أعط أكثر! أظهر للشيطان أنك تبادر بتقديم العطاء بكل قوة.

٥- بادر بالعمل

«كُلُّ مَا تَجِدُهُ يَدُكَ لَتَفْعَلَهُ فَأَفْعَلْهُ بِقُوَّتِكَ»

(جامعة ٩: ١٠)

كل ما نضع أياديها فيه لنفعله فلنفعله بكل قوة.

لا تواجه أية مهمة من مهام حياتك خائفاً، وبداخلك
رغبة للتهرب من القيام بتلك المهمة، ولكن لتحفز
نفسك بالروح القدس وتعلن بكل مجاهرة: «هذا هو العمل
الذي أعطاه لى الرب، وسأفعله بكل قوتي من أجل
مجد الله بمعونة الروح القدس!». .

٦- بادر بالمحبة

«هَذِهِ هِيَ وَصِيَّتِي أَنْ تُحِبُّوا بَعْضُكُمْ بَعْضًا كَمَا
أَحْبَبْتُكُمْ. لَيْسَ لِأَحَدٍ حُبٌّ أَكْثَرَ مِنْ هَذَا أَنْ يَضَعَ أَحَدٌ
نَفْسَهُ لِأَجْلِ أَحِبَّائِهِ»

(يوحنا ١٥: ١٢، ١٣)

بما أننا أولاد الله يجب أن نحب الآخرين كما أحبنا الله . وهذا يعنى أن نحب بكل قوتنا، وأن تكون محبتنا مضحية .

فالمحبة جهد نبذله، ولن نحب أى شخص إن لم تكن لدينا الرغبة فى دفع الثمن .

ذات مرة أعطيت امرأة حلقاً جميلاً كنت أريد أن أحتفظ به لنفسى، ولكن روى قالت إنى يجب أن أطيع الرب وأعطى الحلق لهذه السيدة .

وفيما بعد وقفت تلك السيدة فى اجتماع وقالت إنها حصلت على ذلك الحلق الذى ترتديه «كعطية مجانية» .

وقال الرب لى: «كان هذا عطية مجانية لها، ولكنه كلفك . فهذا مثل الخلاص الذى هو عطية مجانية لك ولكنه كلف يسوع حياته» .

المحبة هى أعظم عطية على الإطلاق . وعندما تُظهر محبة الله، افعَل هذا مجاناً وبتضحية وبكل قوة .

معالجة الإحباط

الإحباط هو الفشل فى تحقيق رجاء أو رغبة أو توقع .. فعندما نضع لأنفسنا آمالاً أو رغبات أو توقعات ولا نتممها سنُصاب بخيبة الأمل.

لا يوجد مكان أو شخص فى العالم لا يواجه خيبة الأمل، فخيبة الأمل إحدى حقائق الحياة التى يجب أن نواجهها ونتعامل معها لأننا لو لم نواجهها تقودنا إلى الإحباط الذى يدمرنا.

عندما ينتهى الأمر بأحد إلى الدمار، وهو لا يفهم السبب وراء هذا، يجب أن يدرك أن مشكلته بدأت منذ وقت طويل بخيبة أمل بسيطة، كان يجب أن تكون مؤشراً على مجيء مزيد من المشكلات بعدها.

انتبه لعلامات الخطر

إن استيقظت فى الصباح وعطست وشعرت بوجود التهاب فى حلقى وبصداع، أدرك أنى مصابة بالبرد، وقد وجدت أنه لو صليت وأخذت مزيداً من فيتامين أ، ج، وحصلت على مزيد من الراحة، ففى أحيان كثيرة أتغلب على المرض.

فعادة ما تصاحب المرض أعراض مبكرة وعلامات تدل على أن هناك شيئاً ما ليس على ما يرام ويحتاج إلى بعض العناية حتى لا يتطور الأمر للأسوأ.

تعمل خيبة الأمل بنفس الطريقة، فعادة ما تسبقها علامات تحذيرية تخبرنا بأننا نحتاج إلى اتخاذ فعل جريء ضد ما نشعر بأنه يواجهنا.

وكما قلنا فإنه بمجرد أن نكتشف العلامات الأولى التى تدل على أن هناك هجوماً من الشيطان علينا، يجب أن نقاومه فى الحال، فمن الأكثر فعالية أن نتخذ

موقفاً من البداية عندما نشعر بأية خيبة أمل، ولا ننتظر حتى نكون فى أعماق خيبة الأمل واليأس .

فجميعنا نعرف أنه من الأسهل جداً أن نغفر لشخص ما أخطأ فى حقنا فى الحال بعدما ارتكب خطأه عن أن نغفر له بعدما نعطى للشيطان وقتاً ليعمل فينا ويجعلنا نشعر بالغضب والمرارة وصعوبة الغفران .

وينطبق نفس الأمر على خيبة الأمل، فمن الأسهل والأكثر فعالية أن نتعامل معها فى الحال، ولا ننتظر حتى تتحول خيبة الأمل إلى إحباط واكتئاب وخوار داخلى .

أسباب خيبة الأمل

افترض أنك تخطط للقيام بنزهة أو حفل شواء أو أى نشاط آخر خارج المنزل مثل حفل زفاف، ووجدت أن السماء قد أمطرت .

لقد دعوت كل أفراد أسرتك وأصدقائك، وقمت بعمل استعدادات كبيرة، وقضيت وقت طويلاً، وأنفقت مصروفات كثيرة لكى ترى كل شىء على أكمل وجه، ثم ينتهى بك الأمر إلى الأمطار الغزيرة.

هذه خيبة أمل، ولكنها على نطاق صغير، أى يمكن النجاة منها.

لقد تعلمت أن أقول فى مثل هذه الأوقات: «هذه خيبة أمل ولكنها ليست نهاية العالم، سيكون على أن أستفيد من هذا الموقف بأفضل طريقة ممكنة، بدلاً من الشعور بإثارة مشاعرى.

وهناك أشكال أخرى من خيبة الأمل أكثر قدرة على تدمير الإنسان، وبصفة خاصة إن كان الأمر يتعلق بأناس لا بأشياء مثل الجو.

ثق في قليلين

«لَكِنَّ يَسُوعَ لَمْ يَأْتَمْنَهُمْ عَلَى نَفْسِهِ، لِأَنَّهُ كَانَ يَعْرِفُ
الْجَمِيعَ»

(يوحنا ٢: ٢٤)

والى جانب خيبة الأمل التى يجب أن نواجهها
جميعاً لأن الحياة ليست كاملة، هناك أيضاً خيبة الأمل
التى يجب أن نتحملها بسبب أن الناس أنفسهم ليسوا
كاملين.

فسيخيب الناس جميعاً أملنا بغض النظر عن من
هم، إن وضعنا فيهم ثقة كبيرة. وليس هذا إدانة أو
سخرية، ولكنها حقيقة الحياة! فمن الأفضل ألا نعتمد
على الآخرين حتى ولو كانوا أقرب الناس إلينا.

والآن قد يبدو هذا غريباً وبصفة خاصة عندما
يأتى من شخص قضى سنوات طويلة محاولاً أن يتعلم
الثقة فى الناس.

ولكن كما رأينا فى حياة يسوع: من الممكن أن نثق فى الناس إلى حد معين دون أن نفتح أنفسنا عليهم بطريقة غير حكيمة وغير متزنة.

ويجب علينا أن نحب بعضنا بعضاً مثلما أحبنا يسوع، ولكننا لسنا مطالبين أن نثق فى الجميع بنسبة مائة بالمائة، فالحمقى فقط هم من يفعلون هذا. لماذا؟ لأن الناس سيحبطوننا إن عاجلاً أم آجلاً، تماماً كما نحبط نحن الآخرين أيضاً إن عاجلاً أم آجلاً.

فالقابلية للسقوط فى الخطأ جزء من الطبيعة الإنسانية. والحكيم هو الذى يحفظ نفسه من هذا الأمر سواء كان مع نفسه أو مع الآخرين.

إن أفضل حل لخيبة الأمل هو تجنبها بقدر الإمكان، وأفضل طريقة لهذا هو أن نكون واقعيين فى آمالنا ورغباتنا وتوقعاتنا، وبصفة خاصة فيما يتعلق بالجنس البشرى بما فى ذلك أنفسنا.

«الابْنُ الْحَكِيمُ يَسُرُّ أَبَاهُ، وَالابْنُ الْجَاهِلُ حُزْنُ أُمِّهِ»

(أمثال ١٠: ١)

أحياناً يكون الأطفال سبب خيبة أمل لآبائهم، واليوم يبدو بالنسبة لكثير من الأمهات والآباء أن أطفالهم لا يسمعون كلمة مما يقولونه، وأن كلامهم يدخل من أذن ويخرج من الأخرى.

أعرف معنى هذا، فعندما كان ابني دانيال في مرحلة النمو كان بهذا الشكل، فكنت أحاول الحديث معه عن بعض الأمور الهامة ولكنه كان ينظر إلى محملاً كما لو أنه لم يسمع كلمة مما أقول.

وذات مرة ارتكب حماقة في المدرسة، فكان عليه أن يمكث في المدرسة أثناء الظهر عقاباً له. وعندما سألته لماذا فعل هذا، هز كتفيه.

فقلت: «هذه ليست إجابة. أخبرني لماذا فعلت هذا؟»

فقال: «لقد فعلتها»

وبغض النظر عن عدد المرات التى سألته فيها عن السبب وراء ارتكابه لهذه الحماقة كانت إجابته هى نفسها: «لقد فعلتها».

فأعطيته محاضرة صغيرة عن أهمية أن يهذب نفسه، وأن ينتبه ويتعلم كل ما يمكن أن يتعلمه حتى يستعد لمواجهة مستقبل حياته.

وفى اليوم التالى أرسلته إلى المدرسة متوقعة أن أرى تقدماً ملحوظاً فى سلوكياته واتجاهاته. ولكنه رجع من المدرسة ومعه ملحوظة من المدرس تقول إنه قضى أسوأ يوم منذ بداية المدرسة.

وهذا كان بمثابة خيبة أمل لأى أم، وعادة ما يزداد الأمر سوءاً كلما تقدم الطفل فى العمر لأنك تتوقع الكثير منه.

كلما كان الأمل أو الرغبة أو التوقع كبيراً كانت خيبة الأمل كبيرة. ولكن يمكن أن تتسبب الأحداث الصغيرة فى حدوث إحباط وخبية أمل مريرة يمكن

أن تقودنا إلى مشكلات أكثر خطورة إن لم تتم معالجتها في الحال وبطريقة سليمة .

الثعالب الصغيرة التي تفسد الكروم
«خُذُوا لَنَا الثَّعَالِبَ، الثَّعَالِبَ الصَّغَارَ الْمُفْسِدَةَ الْكُرُومِ»
(نشيد الأنشاد ١٥: ٢)

يمكن لخيبة الأمل البسيطة أن تقودنا للشعور بالإحباط، والذي بدوره قد يدخلنا في مشكلات أكبر يمكن أن تتسبب في حدوث خسائر كبيرة .

يمكننا أن نتضايق ونشعر بالإحباط بسبب سلسلة من المضايقات التافهة، هذا إلى جانب أحداث خيبة الأمل العظيمة التي يمكن أن تحدث عندما نفشل في الحصول على وظيفة أو ترقية في عملنا أو المنزل الذي نريده .

فعلى سبيل المثال افترض أن هناك شخصاً ما يجب

أن تقابله لتناول الغداء معاً ولم يظهر فى الموعد المحدد. أو افترض أنك ذهبت إلى وسط المدينة أو إلى أحد المجمعات التجارية لتشتري شيئاً معيناً فى التخفيضات، وعندما تصل إلى المكان تجد هذا الشيء قد نفذ. أو افترض أنك ارتديت ملابسك لتذهب إلى مناسبة معينة وفجأة لاحظت فى اللحظة الأخيرة أن هناك تمزيقاً بسيطاً فى ملابسك.

كل هذه الأشياء تعتبر تافهة. ولكن إن تراكمت عليك من الممكن أن تسبب لك كثيراً من الحزن، ولهذا يجب أن نعرف كيف نتعامل معها ونضعها فى نصابها السليم، وإلا سيخرج الأمر عن نطاق سيطرتنا، وهذا بدوره يمكن أن يعرضنا لمشكلات خطيرة عندما نواجه تحدياً حقيقياً.

دعنى أوضح لك هذا الأمر بمثال:

تخيل أنك بدأت يومك متأخراً، وبالتالى فإنك بالفعل تشعر بالإحباط. وفى طريقك إلى مكتبك تسبّب

المرور فى تعطيلك عن الوصول فى الميعاد الذى كان من المفترض أن تصل فيه .

وعندما وصلت أخيراً إلى مكان عملك وجدت أن هناك شخصاً آخر ينم عليك من وراء ظهرك .

فتذهب لتناول القهوة لكى تساعدك على الهدوء ولتتماسك فتسكبها على نفسك! هذا علماً بأن لديك اجتماعاً هاماً مع رئيسك ولا يوجد وقت لتغيير ملابسك!

كل تلك الأمور قد تتراكم واحداً تلو الآخر حتى تجد نفسك قلقاً للغاية .

وبعدها تحصل على تقرير من الطبيب لا يتماشى مع أملك وصلواتك . والأكثر من كل ذلك تتصل بك خطيبتك فى التليفون وتهددك بفسخ الخطبة التى تم إعلانها للعالم كله!

ماذا سيكون رد فعلك ؟ الإيمان ؛ أم الغضب الشديد ؟

لقد شعرتَ بالضيق الشديد بسبب تلك الأحداث المحبطة الخاصة بالمرور والنميمة والقهوة والتي استنفدت طاقتك عندما واجهت مشكلة كبيرة مثل المرض أو علاقة فاشلة.

لهذا يجب أن نحترس من الثعالب الصغيرة التي تفسد الكروم، لأنها تفعل نفس الخسارة التي يتسبب فيها الشعور بخيبة الأمل الحقيقية التي عادة ما تصاحبهم أو تتبعهم.

يجب أن نفعل كما فعل بولس فى مألطة عندما نشبت الحية فى يده، فنفضها ببساطة! (أعمال ٢٨: ١-٥). فإن عالجن الشعور بخيبة الأمل بسرعة بمجرد أن يظهر لن تتراكم الأمور لتصبح جبلاً.

الثقة في يسوع

«لِمَاذَا أَنْتَ مُنْحَذِيَّةٌ يَا نَفْسِي، وَلِمَاذَا تَذُنِّينَ فِيَّ؟
ارْتَجِيَ اللَّهَ لِأَنِّي بَعْدُ أَحْمَدُهُ، لِأَجْلِ خَلَاصِ وَجْهِهِ»
(مزمور ٤٢: ٥)

يجب ان نضع رجاءنا في الله لأننا لا نعرف ما
يخبئه المستقبل لنا.

في أماكن كثيرة في الكتاب المقدس (مثل
١ كورنثوس ١٠: ٤) يوصف المسيح بأنه «صخرة».
ويأمرنا الرسول بولس في كولوسي ٢: ٧ أن نكون
متأصلين وموطّدين في المسيح.

ولكن الكتاب لا يقول أبداً أن نتأصل ونتوطد فى
بشر أو وظيفة أو كنيسة أو أصدقاء، أو حتى فى ذواتنا!
فإن تأصلت جذورنا فى المسيح صخرنا نكون على
ما يرام. ولكننا نقع فى المشاكل إن تأصلنا فى أى
شخص أو شىء عداه.

لا يوجد من هو أثبت وأضمن من المسيح. لهذا لا
أريد أن يتأصل الناس فىّ أو فى خدمتى. أريد أن
أوجه النظر إلى يسوع وحده، فإنى أعلم أنى سأخيب
انتظاراتهم فىّ، كما أعلم أنهم سيخيّبون انتظاراتى
فيهم!

هذه مشكلتنا نحن البشر:إننا معرضون للفشل!

وليس هذا حال يسوع.

تأصل وتوطد فى يسوع. ضع رجاءك الذى
لا يتغير فيه، ولا تضعه فى إنسان أو ظروف أو رصيد
بنك أو وظيفة، أو أى شىء آخر.

إن لم تضع ثقتك ورجاءك فى صخرة خلاصنا
فإنك تسعى وراء خيبة الأمل المدمرة .

البشر خطاؤون

«سِنَّ مَهْتُومَةٌ وَرَجُلٌ مُخْلَعٌ الثَّقَّةُ بِالْخَائِنِ فِي يَوْمِ
الضِّيقِ»

(أمثال ٢٥: ١٩)

كانت ابنتى مخطوبة على وشك الزواج، وقد اشترى
خاتم الزواج ودبرا المال اللازم للزواج ورتبا كل شىء .
وبعد إعلان الخطبة بوقت قصير تم فك الخطبة
بسبب عدم أمانة العريس .

كان الموقف محزناً خصوصاً للعروس الجميلة
الشابة التى عانت من خيبة أمل كثيرة قبل ذلك .

ولكنها هذه المرة هاجمت هى الشيطان، وبدل أن
ترثى لذاتها وخبية أملها قالت: «أشكر يا رب لأنى
اكتشفت هذا الرجل على حقيقته قبل الزفاف . ولو كنت

اكتشفته بعد ذلك لكان الوقت سيكون قد تأخر للغاية ولا يصلح أن أفعل شيئاً تجاه الأمر.

وكنت فخورة بها، وسُرت بالأسلوب الذى تعاملت به مع هذا الموقف المخيّب للأمل.

وعلى الرغم من أنها الآن تعرف أنه كان من الأفضل أن يحدث هذا قبل الزفاف بدلاً من أن يحدث بعده، إلا أنها ما زالت تشعر بالألم، لهذا شجّعتهَا ووالدها، وقدمنا لها المشورة وصلينا لأجلها.

بالإضافة إلى ذلك بدأت تستمع لبعض الشرائط من تعليمى وتقرأ كتباً شجّعتهَا ورفعتهَا.

وقد اجتازت هذه الصعاب، ولم تضع إيمانها وثقتها فى إنسان معرضٍ للسقوط، ولكن فى يسوع الذى هو بلا خطية. وظلت تنظر إليه على أنه قدوتها فى المثابرة فى وجه الشعور بخيبة الأمل والإحباط، وهو ما يجب أن نتعلمه كلنا.

واليوم هى متزوجة من إنسان رائع وهما يعملان معنا فى الخدمة.

استمر فى النظر إلى يسوع

«لِذَلِكَ نَحْنُ أَيْضاً إِذْ لَنَا سَحَابَةٌ مِنَ الشُّهُودِ مَقْدَارُ هَذِهِ مَحِيطَةٌ بِنَا، لِنَطْرَحَ كُلَّ ثَقَلٍ وَالْخَطِيئَةِ الْمَحِيطَةِ بِنَا بِسَهُولَةٍ، وَلِنَحَاضِرُ بِالصَّبْرِ فِي الْجِهَادِ الْمَوْضُوعِ أَمَانًا، نَاطِرِينَ إِلَى رَئِيسِ الْإِيمَانِ وَمُكَمِّلِهِ يَسُوعَ، الَّذِي مِنْ أَجْلِ السَّرُورِ الْمَوْضُوعِ أَمَامَهُ احْتَمَلَ الصَّلِيبَ مُسْتَهِينًا بِالْخِزْيِ، فَجَلَسَ فِي يَمِينِ عَرْشِ اللَّهِ. فَتَفَكَّرُوا فِي الَّذِي احْتَمَلَ مِنَ الْخُطَاةِ مُقَاوِمَةً لِنَفْسِهِ مِثْلَ هَذِهِ لئَلَّا تَكْلُوا وَتَخْوَرُوا فِي نَفُوسِكُمْ»

(عبرانيين ١٢: ١-٣)

لا يحتاج الأمر إلى مهارة خاصة لتقف على طريق الحياة وتقول: «توقفت ولن أكمل المسيرة». فيمكن لأي شخص غير مؤمن أن يفعل هذا.

فليس عليك أن تكون مؤمناً لكى تتوقف عن فعل
أى شىء.

ولكن بمجرد أن تتمسك بيسوع، أو دعنى أقول
«يمسك هو بك» ويضخ قوته وطاقته وشجاعته فيك
فإن شيئاً غريباً ورائعاً سيحدث، إذ لن يسمح لك أن
تتوقف.

ربما تقول: «يا رب، فقط دعنى وشأنى، فأنا لا
أريد الاستمرار». ولكنه لن يدعك تيأس حتى ولو أردت
هذا.

اعتدت أن أرغب فى التوقف واليأس، ولكنى الآن
أقوم من السرير وأبدأ كل يوم جديد بالصلاة وقراءة
الكتاب المقدس والتحدث بالكلمة وطلب الله.

ربما يصرخ الشيطان فى أذنى: «لن يجدى هذا،
فقد فعلته لسنوات طويلة، ومع ذلك لم يفلح، فما زلت
فى مشكّلة».

وعندها أقول: «أخرس يا شيطان! فالكتاب المقدس يخبرنى أنى يجب أن أتبع يسوع، فهو قائدى ورئيس إيمانى ومُكَمِّله» .

وهذا هو ما فعلته ابنتى لكى ترفع روحها وتواصل حياتها بالرغم مما حدث لها، فكان بإمكانها أن تنظر إلى سجل ماضيها وتقول: «حسناً! لقد تكرر الأمر معى مرة أخرى، وواجهتُ مزيداً من الرفض. لقد حدث هذا مرة ثم مرتان، والآن تكرر للمرة الثالثة» . ولكنها ثبتت نظرها على يسوع .

يجب أن نأخذ قراراً اليوم أنه مهما يحدث فسنستمر فى مسيرتنا .

تشجع

مُهْتَمِّينَ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ اِهْتِمَامًا وَاحِدًا، غَيْرَ
مُهْتَمِّينَ بِالْأُمُورِ الْعَالِيَةِ، بَلْ مُنْقَادِينَ إِلَى الْمُتَضَعِينَ»
(رومية ١٢: ١٦)

مؤخراً كنت أفكر فى كل ما فعله الرب لأجلى فى
مسيرة حياتى وخدمتى . وهو شىء رائع عندما أنظر
إلى الوراء، ولكن لم يكن الأمر سهلاً، فقد كانت هناك
أوقات عندما أردت بشدة أن أتوقف .

لقد شاركتكم كيف أنه عندما أُخذل وأُشعر بالإحباط
يقول لى الرب: «يا جويس، عندما ينتابك الشعور
بالإحباط يجب أن تتشجعى لأنك إن لم تتشجعى
فسينتهى بك الأمر إلى الإحباط وسيدمرك هذا» .

لهذا يجب أن نتعلَّم أن نُكَيِّفَ أنفسنا ونُغَيِّرَ اتجاهنا .
فهذا ما فعلته ابنتى وقادها هذا إلى حياة جديدة
ومختلفة تماماً .

والآن لن يكون الأمر سهلاً بالطبع، فالأصعب هو أن تتقبل فسخ خطبة عن أن تتقبَّل جواً ممطراً أثناء نزهة! ولكن الإجابة هى نفس الإجابة بغض النظر عن الظروف التى تواجهها أو يجب أن تعالجها.

فإن لم نتعلم أن نتشجع وأن نتكيف مع وضعنا وأن نحصل على اتجاه جديد، فلن نكتشف أبداً الحياة الجديدة المثيرة التى يدخرها الله لنا ونستمتع بها.

٦٠ ساعدنى أنا محيط

الهج في أمور الله

«لَا تَهْتَمُّوا بِشَيْءٍ، بَلْ فِي كُلِّ شَيْءٍ بِالصَّلَاةِ
وَالدُّعَاءِ مَعَ الشُّكْرِ، لِتَعْلَمَ طُلُبَاتُكُمْ لَدَى اللَّهِ. وَسَلَامَ
اللَّهِ الَّذِي يَفُوقُ كُلَّ عَقْلٍ يَحْفَظُ قُلُوبَكُمْ وَأَفْكَارَكُمْ فِي
الْمَسِيحِ يَسُوعَ»

(فيلبى ٤: ٦، ٧)

إن أردت إلا يدمرك الإحباط فلا تفكر فى الأمور
التي سببت لك شعوراً بخيبة الأمل.

هل تعرف أن مشاعرك مرتبطة بتفكيرك؟ فإن
اعتقدت أن هذا ليس صحيحاً، اصرف عشرين دقيقة
لا تفكر فيها إلا فى مشكلاتك، وأؤكد لك أنه بنهاية
هذا الوقت ستتغير مشاعرك وربما أيضاً ملامح وجهك،
وتصبح مكتئباً أو غاضباً أو متضائقاً، ولكن لم يتغير

موقفك قيد أنملة .

لهذا يمكنك أن تذهب إلى الكنيسة وترنم وتسمع العظات، وترجع بنفس الاتجاه والنظرة السلبية التي شعرت بها حين تركت منزلك . وهذا لأنك جلست في الكنيسة ولهجت في مشكلاتك بدلاً من أن تركز ذهنك وروحك على الرب .

مع من تتعامل ؟

في أحد الأعداد الصادرة من مجلتى الشهرية أثرتُ هذا السؤال: «هل تعبد الله أم تعبد مشكلاتك؟» .

والسبب وراء توجيه هذا السؤال للقراء أن الرب وجّه لى هذا السؤال فى ذلك الصباح . فاستيقظت وذهنى يفكر فى مشكلتى، وفجأة تحدث إلى روح الله، ويمكننى أن أخبرك من نبرة صوته أنه كان غاضباً منى .

وقال لى: «جويس، هل ستعبددين مشكلتك أم ستعبديننى؟». ثم استمر يقول لى: «لا تلهجى فى الأمور التى جعلتك تشعرين بخيبة الأمل».

عندما تشعر بخيبة أمل لا تجلس وتشعر بالأسى على نفسك، لأنه مهما كان ما تشعر به فلن يصنع هذا فرقاً.

أحياناً يصعب علينا أن ندرك هذا لأن الشيطان يحاول بكل جد أن يجعلنا نفكر أننا الوحيدون الذين نمر بهذه الظروف الصعبة.

وهذا ليس صحيحاً.

ذات يوم شجعت ابنتى بقوة لأنى جلست معها وشاركتها بشكل حياتى من سن الثامنة عشرة حتى سن الثالثة والعشرين، وعندما انتهيت من حديثى معها شعرت بأن هناك بركة فى حياتها.

فقد عانت من بعض الأمور السيئة التى يمكن أن تحدث لأى شخص من وقت لآخر، ولكنى قضيت سنوات وسنوات من حياتى فى مأساة فظيعة.

فأخبرتها عن نفسى حين كنت فى الثامنة عشرة أو التاسعة عشرة ووجدت نفسى أجلس فى حجرة فى منزل بأوكلاند بولاية كاليفورنيا على بُعد ثلاثة آلاف ميل من منزلى، بلا سيارة أو جهاز تليفزيون أو تليفون، ولا يوجد من يهتم بى. وأخبرتها كيف كنت أجلس كل ليلة وأكتب قصائد حزينة وأشعر بالأسى على نفسى، ثم أستيقظ فى صباح اليوم التالى لأذهب إلى عملى سيراً على الأقدام.

وقلت لها: «اشكرى الله لأنه لديك عائلة جيدة، ووظيفة، ومنزل وسيارة لأنه لم يكن لدى أى شىء من هذه».

وعندما انتهيت من إخبارها بقصتى فى الحياة شعرت بالسعادة تجاه موقفها الحالى ومستقبلها.

هذا خيار لكل واحد منا، فيمكننا أن نشعر بالسعادة بالتفكير في كل ما نملكه وكل ما يمكن أن نمتلكه أو يمكن أن نصاب بالإحباط بالتفكير في كل ما لا نملكه.

فإن لم يكن هذا لدينا فهو ليس لدينا. والجلوس والرغبة في أن نمتلكه لن يغير شيئاً، وربما رغبتنا في أن يغير هذا من الأمر شيئاً ولكنه لا يغير.

فإن أردنا أن نتغلب على الشعور بخيبة الأمل ونتجنب الإحباط فيجب أن نكون واقعيين ونتعامل مع هذه الحقائق.

والحقيقة هي أن لدينا اختياريين مهما بدت الأمور سيئة: فربما نختار أن نعبد مشكلاتنا؛ أو نعبد الله.

لا يهم ما فقدناه أو كيف نشعر، فما زال لدينا القدرة على توجيه أفكارنا بعيداً عن الأمور السلبية إلى الإيجابية.

فى هذه افكروا

«أَخِيرًا أَيُّهَا الْإِخْوَةُ، كُلُّ مَا هُوَ حَقٌّ، كُلُّ مَا هُوَ جَلِيلٌ، كُلُّ مَا هُوَ عَادِلٌ، كُلُّ مَا هُوَ طَاهِرٌ، كُلُّ مَا هُوَ مُسَرٌّ، كُلُّ مَا صَيِّتُهُ حَسَنٌ - إِنْ كَانَتْ فَضِيلَةٌ وَإِنْ كَانَ مَدْحٌ، فَفِي هَذِهِ افْتَكِرُوا»

(فيلبى ٤: ٨)

فى الآيتين ٦ و ٧ من فيلبى ٤ يخبرنا الكتاب أنه إن صادفتنا مشكلة فلا يجب أن نقلق أو نغتاظ، ولكن علينا أن نضعها أمام الرب فى الصلاة، ويؤكد لنا أنه إن فعلنا هذا، فإن سلام الله سيحفظنا من الخوف والقلق وسيحرس قلوبنا وأفكارنا.

ولكن هنا فى الآية ٨ نرى أن هناك شيئاً آخر يجب أن نفعله لنحصل على الفرح الرائع وسلام الله ونتمتع بهما، فيجب أن نسيطر على أفكارنا، ونوجّه أذهاننا بعيداً عن الأمور السلبية، ونركزها على الأمور الإيجابية.

وأول ما يخبرنا الكتاب المقدس أن نفعله هو أن نفكر فى ما هو حق، وهذا لا يعنى ألا نفكر الأشياء السيئة التى حدثت لنا فى الماضى، لأنها حدثت بالفعل.

فهناك فرق بين الحق والحقيقة، فالأشياء التى حدثت فى الماضى هى حقائق، ولكن يسوع والكلمة هما الحق وهما أعظم من الحقائق.

دعنى أوضح لك هذا الأمر مستخدمة مثلاً من حياة إحدى صديقاتى.

منذ فترة مات زوج صديقتى هذه، وذهب ليكون مع الرب، فهو الآن فى السماء ولن ترى صديقتى هذه زوجها مرة أخرى حتى تذهب هى أيضاً إلى السماء.

هذه حقيقة .

ولكن الحق يقول إن حياتها لم تنته، وإنه الآن لم يعد لديها شيء لتحيا من أجله، فالشيطان يريد لها أن تصدق هذا، ولكن الأمر ليس كذلك .

والحقيقة أيضاً هي أن الشاب الذى خطبت له ابنتى كذب عليها وجرحها . ولكن الحق أن حياتها لم تنته بخيبة أملها فى هذا الأمر، فالحق يقول إنه ما زال أمامها حياتها كلها، وأن حياتها ستمتلئ بالكثير من البركات .

الحقيقية هي أنها فقدت خطيبها، ولكن الحق أن ما زال أمامها مستقبل ومنزل مسيحى وعائلة وسيارة ووظيفة جيدة وأصدقاء يهتمون بها ومحبة الله لها .

لقد حدثت هذه الخسارة قبل عيد ميلادها التاسع عشر، ويا لها من هدية فى عيد ميلادها! ولكن بدلاً من أن تشعر بالحزن والمرارة اختارت أن تأخذ توجهها ومسلماً مختلفاً .

قالت: «غداً سيكون عيد ميلادى التاسع عشر، ويقدر علمى فإنه أول يوم فى باقية حياتى» .

لقد دهشت من موقفها ومن نظرتها للموقف حتى أنى أهديتها مفكرة صغيرة وقلت لها: «دوّنى فى هذه المفكرة كل المعجزات التى يفعلها الله من أجلك فى السنة التالية، وفى عيد ميلادك العشرين سنقرأها معاً ونحتفل بها» .

وهذا ما فعلناه .

وهذا ما يجب أن نفعله أنا وأنت . فبالرغم من أننا لا نملك القدرة دائماً لنمنع حدوث خيبة الأمل، إلا أن لدينا القدرة لاختار كيف سنتجاوب معها .

يمكننا أن نسمح لأفكارنا أن تمتلئ بخيبة الأمل حتى نحبط تماماً، أو يمكننا أن نوجه انتباهنا لكل الأشياء الصالحة التى حدثت فى حياتنا، وعلى كل الأشياء الصالحة التى ما زال الله يذخرها لنا فى الأيام المقبلة .

٧٠ ساعدنى أنا محبط

آمال وتوقعات

«لَأَعْرِفَهُ، وَقُوَّةَ قِيَامَتِهِ، وَشَرِكَةَ آلامِهِ، مُتَشَبِّهًا
بِمَوْتِهِ»

(فيلبى ٣: ١٠)

قال بولس فى هذه الآية إنه فعل شيئاً أعتقد أننا
جميعاً بحاجة إلى فعله، وهو أنه وضع هدفاً لحياته.

يجب أن يكون لديك هدف، يجب أن يكون لدينا
رجاء واتجاه وتوقع فى الحياة.

أحياناً عندما يشعر الناس بخيبة الأمل مرات
ومرات، يفقدون الاتجاه والتوقع، ويصيبهم الخوف
من أن يضعوا رجاءهم فى أى شىء أو أى شخص
خشية أن يصابوا بخيبة الأمل مرة أخرى، فيكرهون

الألم المترتب على خيبة الأمل كثيراً لدرجة أنهم يفضلون ألا يؤمنوا على الإطلاق عن أن يخوضوا مغامرة الشعور بالألم.

الجزء المحزن هو أنه فى لعبة الحياة هم الخاسرون وليسوا الرابحين، لأن النصرة لا تأتى إلا من خلال المخاطرة.

الألم ينتج الشك

«لَعَلِّي أَبْلُغُ إِلَى قِيَامَةِ الْأَمْوَاتِ»

(فيلبى ٣: ١١)

عندما تعاني فتاة من شاب تكون قد اهتمت به مرتين أو ثلاث مرات، تفكر فى نفسها قائلة: «لن أثق بأى شخص مرة أخرى».

وهذا ما يريد منا الشيطان أن نفعله.

فلو أن لدينا أصدقاء خذلونا، فإن الشيطان يريدنا أن نقول: «هذا ما سيحدث. لن نثق في أى شخص مرة أخرى».

عندما نفعل هذا نصبح فى يدى الشيطان.
قال أحدهم: «إن شعرت بالألم أو الأذى فإنك تصبح متشككاً».

ربما يكون هذا صحيحاً. ولكن هذه مجرد أداة أخرى من الأدوات التى يستخدمها الشيطان ليخدعنا ويبعدنا عن الوصول إلى الهدف الذى وضعه الله لحياتنا.

يريدنا الشيطان أن نؤمن أن الجميع يشبهون الذين أصابونا بخيبة الأمل.

ولكن ليست هذه هى الحقيقة.

فعادة ما يحاول الشيطان أن يأخذ بعض الخبرات السيئة القليلة ويستخدمها ليقنعنا أننا يجب ألا نثق فى أحد.

إن كنت قد تألمت، لا تفكر أنه لا يمكنك أن تثق
فى أى شخص. لو فعلت هذا ستسمح للشيطان أن يسلب
منك كثيراً من بركات الله العظيمة.

كان للرسول بولس هدف (أى حلم روحى): أن
يصل إلى المكان الذى لا يهم فيه ما يحدث له فى
الحياة، فهو لا يؤثر عليه أو يبعده عن أن يحيا ملء
هذه الحياة الأرضية وهو يتمم الهدف الذى أعطاه له
الله.

ولكى يحقق الرسول بولس هذا الهدف كان عليه
أن يخاطر. لم يكن عليه أن يثق فى الله وحسب ولكن
كان عليه أن يثق فى الآخرين أيضاً، كان يجب أن
يفتح نفسه على المخاطرة بالشعور بالألم والخسارة.

وهكذا نفعل أنا وأنت. يجب أن نستمر فى مسيرتنا
على الرغم من كل شىء قد يلقيه العدو فى طريقنا
مما قد يصيبنا بالإحباط واليأس والابتعاد عن الوصول
إلى الهدف.

امتد!

«لَيْسَ أَنِّي قَدْ نَلْتُ أَوْ صِرْتُ كَامِلاً، وَلَكِنِّي أَسْعَى
لَعَلِّي أَذْرِكُ الَّذِي لِأَجْلِهِ أَذْرَكُنِي أَيْضاً الْمَسِيحُ يَسُوعُ.
أَيْهَا الْإِخْوَةُ، أَنَا لَسْتُ أَحْسَبُ نَفْسِي أَنِّي قَدْ أَذْرَكْتُ،
وَلَكِنِّي أَفْعَلُ شَيْئاً وَاحِداً: إِذْ أَنَا أَنْسَى مَا هُوَ وَرَاءَ وَأَمْتَدُّ
إِلَى مَا هُوَ قُدَّامٌ. أَسْعَى نَحْوَ الْغَرَضِ لِأَجْلِ جَعَالَةٍ دَعْوَةٍ
اللَّهِ الْعُلْيَا فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ»

(فيلبي ٣: ١٢-١٤)

في آية ١٢ يقول بولس إنه بالرغم من أنه لم يحقق هدفه بعد أو يصل إلى غايته، ألا أنه لن يتوقف، ولكنه
يمتد!

ويستمر في آية ١٣ ليخبرنا أنه يفعل شيئاً واحداً.

هذا الشيء الواحد يجب أن نعيده اهتمامنا وانتباهنا،
لأنه شيء يأتي من رجل كتب ثلثي العهد الجديد
بإعلان من الروح القدس.

ما هو المبدأ الذى عمل به الرسول بولس فى حياته
والذى يعتقد أنه مسؤول عن أن يصل به إلى تحقيق
أحلامه وأهدافه؟

يتكون هذا المبدأ من جزئين: الأول نسيان ما هو
وراء فى الماضى؛ والثانى هو الامتداد إلى الأمام تجاه
ما ينتظرنا فى المستقبل.

وهذا درس هام لنا جميعاً لكى نتعلمه.

فكر مثلاً فى السيدة التى فقدت زوجها. عندما
نقول إنها يجب أن تنسى ما هو وراء فى الماضى
وتمتد نحو ما ينتظرها فى المستقبل، فنحن لا نقول
إنها يجب أن تنسى كل شيء يتعلق بزوجها ولا تذكره
أبداً. ولكننا فقط نقول إنه إن ركزت تفكيرها كثيراً
على حياتها القديمة فستقع فى مشكلات، وتحيا فى
الماضى بدلاً من أن تتقدم نحو المستقبل.

وقد تَذَكَّرْتُ سيدة فى كنيسةنا مات ابنها مصاباً
بسرطان الدم فى سن السادسة عشرة، واصلنا جميعاً

وآمن أن الله سيشفيه، وشفاه بطريقته، فقد ذهب ليكون مع الرب. وفي وسط هذا الضياع المأساوى شجع الرب هذه الأم الشابة.

وفي أحد الأيام بعد ذكرى وفاته كانت تقوم بغسل الملابس ووقع بصرها على أحد قمصانه. فأخذته واحتضنته وبكت دون أن تسيطر على نفسها، وملاك الحزن عليها.

وعندما أدركت ما يحدث معها، بدأت فجأة تتحدث باسم يسوع، فأخذت قميص ابنها وأعلنت بكل مجاهرة: «أيها الشيطان، هل ترى هذا؟ سأستخدمه كرداء تسبيح، ولن أغرق في الحزن ولكنى سأقوم لأسبح الرب!».

من الطبيعى أن نحزن على ما حدث فى الماضى ولكن فقط إلى مرحلة معينة وإلى وقت معين. وآجلاً أم عاجلاً يجب أن نسيطر على أحزاننا وخسارتنا، ونقرر أن نضعها وراءنا ونستمر فى حياتنا.

يتحدث بولس عن نقائصنا عندما يتحدث عن نسيان ما هو وراء والامتداد نحو ما هو قدام. ولكن يمكننا أن نطبق هذا المبدأ على كل الحياة.

فإن كنا سنتمم ما دعانا الله لأجله ومسحنا وأعطانا إياه لنتممه فى هذه الحياة، يجب أن يكون لنا هدف لنتقدم نحو تحقيقه مثل بولس.

٨

أمر جديد

«لَا تَذْكُرُوا الْأَوَّلِيَّاتِ، وَالْقَدِيمَاتُ لَا تَتَأَمَّلُوا بِهَا. هُنَذَا صَانِعُ أَمْرٍ جَدِيدٍ. الْآنَ يَنْبَغُ. أَلَا تَعْرِفُونَهُ؟ أَجْعَلُ فِي الْبَرِّيَّةِ طَرِيقاً، فِي الْقَفْرِ أَنْهَاراً»

(إشعياء ٤٣: ١٨، ١٩)

عندما نتعامل مع الماضي يجب أن نتجنب خطر السماح له بأن يبقينا في الحزن بدلاً من أن نكون منتمين إلى ما سيحدث وما نتوقعه أن يحدث.

كان على أن أترك مكانتي كراعية في كنيسة حتى أبدأ خدمتي. وكان أمراً صعباً للغاية. وقد حزنت لفترة طويلة على خسارة علاقاتي مع الناس في هذه الكنيسة والأشياء التي اعتدنا أن نفعلها معاً ولم نعد

نفعلها معاً.

كان يجب أن أترك الماضى وأستمر، ولكن حاول
ذهنى وعواطفى التعلق به، وأخيراً حصلت على
النصرة، وأصبحت شغوفة بالمستقبل. ولكن فى نفس
الوقت كنت أشعر بخيبة أمل بسبب فقدانى لهذا المنصب
وللعلاقات الحميمة مع الناس.

وكان هذا الشعور بخيبة الأمل يؤثر على فرحى
بخدمتى الجديدة، وكان بمثابة وقت مشوش بالنسبة
لى، ولكنى تعلمت من خلاله أن أترك الأمور التى فى
الماضى ورائى وأتقدم نحو الأمام.

وكان الله يذكرنى مراراً وتكراراً: «يجب أن تنسى
ما هو وراء، فلم يعد الماضى هو حياتك، فأنا الآن أفعل
أمراً جديداً».

أهيه

«فَقَالَ اللَّهُ لِمُوسَى: «أَهْيَهِ الَّذِي أَهْيَهُ». وَقَالَ: «هَكَذَا تَقُولُ لِبْنِي إِسْرَائِيلَ: أَهْيَهُ أَرْسَلَنِي إِلَيْكُمْ». وَقَالَ اللَّهُ أَيْضاً لِمُوسَى: «هَكَذَا تَقُولُ لِبْنِي إِسْرَائِيلَ: يَهُوَهْ إِلَهُ آبَائِكُمْ، إِلَهُ إِبْرَاهِيمَ وَإِلَهُ إِسْحَاقَ وَإِلَهُ يَعْقُوبَ أَرْسَلَنِي إِلَيْكُمْ. هَذَا اسْمِي إِلَى الْأَبَدِ وَهَذَا ذِكْرِي إِلَى دَوْرٍ فَدَوْرٍ»

(خروج ٣: ١٤، ١٥)

لو أننا ركزنا طويلاً على الماضي، سنواجه مشكلات، فمن وقت لآخر على الرب أن يذكرنا (كما فعل مع موسى وبني إسرائيل) أنه هو «أهيه الذي أهيه» (الكائن الذي يكون).

يجب أن نتذكر كل الأشياء الصالحة التي فعلها الله لأجلنا في الماضي، كما فعل مع إبراهيم وإسحاق ويعقوب وكل الرجال والنساء الأمناء في الكتاب المقدس. ولكن يجب ألا نتعلق كثيراً بأفراح الماضي وانتصاراته حتى لا نقدر ما يفعله الله معنا الآن

ونستمتع به، ولا نقدر ما يذخره لنا المستقبل ونستمتع به.

نقرأ فى يوحنا ٨: ٥٨ «قَالَ لَهُمْ يَسُوعُ: «الْحَقُّ الْحَقُّ أَقُولُ لَكُمْ: قَبْلَ أَنْ يَكُونَ إِبْرَاهِيمُ أَنَا كَائِنٌ». . وتخبرنا الرسالة إلى العبرانيين ١٣: ٨ «يَسُوعُ الْمَسِيحُ هُوَ هُوَ أَمْسًا وَالْيَوْمَ وَإِلَى الْأَبَدِ».

فهذا هو الأسلوب الذى يجب أن يكون عليه إيماننا الآن!

لا تنظر إلى الوراء

«فَقَالَ لَهُ يَسُوعُ: «لَيْسَ أَحَدٌ يَضَعُ يَدَهُ عَلَى الْمِحْرَاثِ وَيَنْظُرُ إِلَى الْوَرَاءِ يَصْلَحُ لِمَلَكُوتِ اللَّهِ»

(لوقا ٩: ٦٢)

لا يريدنا الله أن نحيا فى الماضى، فهو يعلم أنه حتى لو كان باستطاعتنا أن نرجع للوراء ونعيد خلق

كل شيء كما كان فى أيام الماضى ، فلن تكون لنا نفس الأشياء . هل تعرف لماذا؟ لأن هذا كان فى الماضى ، والذى نعيش فيه هو الآن .

لقد ذهب الماضى ، ونحن نعيش الآن ولدينا إله للآن ، ونحن شعبه الآن ويجب أن نحيا حياتنا الآن ، كل يوم .

يفقد الناس فرحهم لأن لديهم شيئاً فى الماضى جعلهم فرحين ولكنه زال عنهم الآن . وكثيرون تعلقوا بحركة الله التى كانت فى الماضى ولم تعد موجودة الآن .

هذا سىء للغاية ، فلم تعد تلك الأمور كما كانت ، ولا يوجد ما يمكننا أن أفعله إزاء هذا . ولكن يجب أن نتعلم أن نحيا الحاضر فالله يتحرك الآن . دعونا نستمتع بالآن !

يجب أن نضع الماضى وراءنا ونتقدم نحو ما يفعله الله فى حياتنا حيث نحن فى تلك اللحظة .

شكراً لله لأنه يمكننا أن نمتد إلى ما يدخره لنا،
ولكن فى الوقت المناسب يجب أن نضع أيدينا على
المحراث ونتوقف عن النظر للوراء إلى ما كان موجوداً
فى وقت ولن يكون موجوداً فيما بعد.

ترجع للوراء أم تمتد؟

«فَإِنَّ الَّذِينَ يَقُولُونَ مَثَلٌ هَذَا يُظْهِرُونَ أَنَّهُمْ يَطْلُبُونَ
وَطَنًا. فَلَوْ ذَكَرُوا ذَلِكَ الَّذِي خَرَجُوا مِنْهُ، لَكَانَ لَهُمْ
فُرْصَةٌ لِلرَّجُوعِ. وَلَكِنَّ الْآنَ يَبْتَغُونَ وَطَنًا أَفْضَلَ، أَيْ
سَمَاوِيًّا. لِذَلِكَ لَا يَسْتَحْيِ بِهِمُ اللَّهُ أَنْ يُدْعَى إِلَهُهُمْ،
لَأَنَّهُ أَعَدَّ لَهُمْ مَدِينَةً»

(عبرانيين ١١: ١٤-١٦)

تشير هذه الآيات إلى بنى إسرائيل الذين تركوا
أرضهم، وكان عليهم أن يمروا ببعض الصعاب ليصلوا
إلى وطنهم الجديد.

وتقول إنه لو أنهم كانوا يشعرون بحنين عند تذكر وطنهم القديم الذى تركوه لتوهم، لكانت لديهم فرصة أن يرجعوا له. ولكنهم كانوا ينظرون نحو وطنهم الجديد الذى أعده الله لهم، فاستمروا يتقدمون للأمام برغم الصعاب والعوائق.

هذا هو الاختيار الذى يجب أن نتخذه أنا وأنت، فيمكننا أن نختار النظر للوراء، وشعوراً بحنين نحو ذكريات الماضى؛ أو يمكننا أن نختار النظر للأمام بتوقع.

لا يعنى هذا الجزء أننا يجب ألا نسترجع الأوقات الجيدة من ماضينا، أو ننسى أحبائنا الذين رحلوا، ولكنها تعنى أننا يجب ألا نركز أفكارنا وقلوبنا باستمرار نحو الماضى، لأننا لو فعلنا هذا سنفقد ما يعده الله لنا فى المستقبل.

نحن بحاجة أن نأخذ عهداً بأننا لن نضيع حياتنا بالنظر إلى الوراء، ولكننا سنتقدم إلى الأمام.

هذه هى رسالة اليوم، وهو شىء يمكننا أن نفعله اليوم وفى كل يوم جديد من أيام حياتنا، وهو ما يجب أن نفعله.

اعتدت أن أفكر فى أن نسيان الماضى ينطبق فقط على الأخطاء والإخفاقات، ثم أدركت أنى السبب وراء شعورى بالبوؤس باستمرار عندما أستعرض انتصاراتى ونجاحى فى الماضى.

عندما ينتهى شىء يجب أن نسدل عليه الستائر ونتجه إلى الأمر التالى دون أن نقارن بينهما، فيجب ألا نقارن بين أخطاء الحاضر أو انتصاراته مع أخطاء الماضى وانتصاراته. فلو فعلنا ذلك سنختبر إما الشعور بالإحباط أو الكبرياء.

يجب أن نستمتع بحياتنا بالكامل كما نختبرها الآن، فيمكننا أن نفعل هذا بألا نقارن بين خبرات الماضى أو أجزاء من حياتنا فى الماضى.

لهذا أخبرنا الرب في إشعياء ٤٣: ١٨، ١٩ ألا نتذكر القديمات. لماذا؟ لأنها ذهبت وانتهت. والآن يفعل الله أمراً جديداً، ينبت الآن أمام أعيننا، ويجب أن نفهمه ونعطيه انتباهنا إن كنا نريد أن نكون جزءاً منه وننتفع به.

ازرع بالدموع واحصد بالابتهاج

«الَّذِينَ يَزْرَعُونَ بِالْדُّمُوعِ يَحْصُدُونَ بِالِابْتِهَاجِ»

(مزمور ١٢٦: ٥)

لا يهم ما حدث لنا في الماضي أو ما يحدث لنا الآن، لأن حياتنا لم تنته بعد. لهذا يجب ألا نسمح للشيطان أن يقنعنا بأنها انتهت.

سيحاول عدونا أن يخبرنا أننا ارتكبنا نفس الخطأ مرات عديدة وقد فات الأوان.

يجب ألا نسمع له ولكن يجب أن نقول له: «يا شيطان، أنت كذاب وأبو الكذاب. وهذا يوم جديد وأنا أتوقع فيه معجزة».

والسبب وراء أننا نمضى فى حياتنا متوقعين معجزة فى أى وقت هو أننا لا نعرف أبداً متى ستحدث المعجزة، ولا متى سيمر الله من طريقنا. وهذا ما يجعل الحياة مثيرة للغاية.

يريدنا الشيطان أن نفكر أن وقتنا لن يأتى أبداً وأن معجزتنا لن تحدث، ولكن لو أننا استمررنا فى غرس أنفسنا فى يسوع المسيح فحتماً سيأتى وقتنا وستحدث معجزتنا.

ولكن يجب أن نكون مستعدين لها. ولهذا يجب أن نمنع الشيطان من أن يحبطنا حتى لا نياس ونتوقف. فلو أننا يؤسنا وتوقفنا فلن يتم ما خططه الله لأجلنا لأنه لن يحدث.

لهذا يحثنا الله في الكتاب المقدس على ألا نياس أو نحبط، لأنه يعلم أنه «لأنَّ للحظة غضبه. حياة في رضاه. عند المساء يبیت البكاء، وفي الصباح ترثم» (مزمور ٥: ٣٠)

سيتم الله عمله

«وأتقاً بهذا عينه أن الذي ابتدأ فيكم عملاً صالحاً يكمل إلى يوم يسوع المسيح»

(فيلبي ١: ٦)

لا يبدأ الله في شيء لا ينوي إتمامه، فهو الرئيس والمكمل (عبرانيين ١٢: ٢).

عادة ما نكون نحن سبب المشكلة لا الله، فنحن مرتبطون بالماضي وبالأشياء القديمة. لهذا لا نعي الأمور الجديدة التي يفعلها الله هنا والآن ولا نتجه نحوها. والسبب وراء عدم انتباهنا للأمور الجديدة هو أننا ما زلنا متعلقين بالأمور القديمة.

فما فعله فى حياتنا بالأمس كان رائعاً، ولكنه لديه
القدرة ليضاعف ما فعله لنا بالأمس اليوم وغداً.
لهذا فالسؤال الذى يجب أن نسأله لأنفسنا هو: ما
الذى نريده؟ الأمور القديمة أم الأمور الجديدة؟

خمر جديدة وزقاق جديدة

«وَقَالَ لَهُمْ أَيْضاً مَثَلًا: «لَيْسَ أَحَدٌ يَضَعُ رُقْعَةً مِنْ ثَوْبٍ جَدِيدٍ عَلَى ثَوْبٍ عَتِيقٍ، وَإِلَّا فَالْجَدِيدُ يَشُقُّهُ، وَالْعَتِيقُ لَا تَوَافِقُهُ الرُّقْعَةُ الَّتِي مِنَ الْجَدِيدِ. وَلَيْسَ أَحَدٌ يَجْعَلُ خَمْرًا جَدِيدَةً فِي زِقَاقٍ عَتِيقَةٍ، لِئَلَّا تَشُقَّ الْخَمْرُ الْجَدِيدَةُ الزِّقَاقَ، فَهِيَ تَهْرَقُ وَالزِّقَاقُ تَتَلَفُّ. بَلْ يَجْعَلُونَ خَمْرًا جَدِيدَةً فِي زِقَاقٍ جَدِيدَةٍ، فَتَحْفَظُ جَمِيعًا»

(لوقا ٥: ٣٦-٣٨)

فى السنوات الأخيرة أعطانى الله فهماً لهذا الجزء من كلمته.

كنت أعتقد أن هذه الآيات تنطبق على الخلاص بالنعمة بدلاً من الخلاص بحفظ الناموس فقط، ولكنى

الآن أرى أنها تنطبق على أسلوب الحياة الجديدة، وعلى ذهن الذين أصبحوا خليفة جديدة فى المسيح. فعادة ما نرغب فى أن نحصل على الجديد ونحتفظ بالقديم، ولكن يسوع يقول إن هذا غير ممكن، ويوضح وجهة نظره إذ يخبرنا بهذا المثل عن الرقعة الجديدة فى الثوب العتيق، وعن وضع الخمر الجديدة فى زقاق قديمة.

مَثَلُ الرِّقْعَةِ

يعرف الذين يمارسون الخياطة أنه لا يمكنك أن تضع رقعة جديدة فى ثوب قديم.

فلو أن لديك ثوباً عتيقاً غسلته وانكمش وبهت لونه أو تمزق، وتحاول أن تضع عليه رقعة باستخدام قطعة قماش جديدة، ستنكمش قطعة القماش الجديدة مع

الوقت وستنقطع. وحتى لو لم يحدث هذا فإن القطعة الجديدة لن تتماشى مع الثوب القديم لأنها لم تُستخدم ولم تبهت بفعل الزمن والغسيل.

يخبرنا يسوع فى هذا المثل ألا نحاول أن نأخذ حياة جديدة ونرقع بها حياتنا القديمة، فلن يفلح هذا الأمر.

وكذلك لن يفلح أن تضع خمرأ جديدة فى زقاق عتيقة.

أيهما أفضل؟

«وَلَيْسَ أَحَدٌ إِذَا شَرِبَ الْعَتِيقَ يُرِيدُ لِلْوَقْتِ الْجَدِيدِ،
لأنَّهُ يَقُولُ: الْعَتِيقُ أَطْيَبُ»

(لوقا ٥: ٣٩)

هل تعلم لماذا يقول المرء إن الخمر العتيقة أطيب

من الخمر الجديدة؟ يقول هذا لنفس السبب الذى
نفضل نحن لأجله الحياة القديمة على الجديدة،
لأن القديم مريحٌ أكثر.

يفضل معظمنا الحياة القديمة على الحياة
الجديدة لأننا اعتدنا عليها، فحتى لو كان هناك
جزء منا يريد الخمر الجديدة والشئ الجديد واليوم
الجديد والحركة الجديدة، فهناك جزء آخر منا يريد
التشبث بالقديم لأن هذا هو ما نشعر تجاهه
بالراحة.

فنحاول أن نبقى حيث نحن لأن هذا أسهل
بكثير؛ بدلاً من أن نتقدم للأمام مع الرب، فالتقدم
للأمام صعب.

صعب أن تنتقل إلى مدينة جديدة وأن تقيم
صداقات جديدة وأن تجد طبيباً ومدرسة وكنيسة
جديدة. (أحياناً أشعر أنه صعب أن أضع قطعة
أثاث جديدة فى مكانى القديم)، فإنه من المريح

أكثر أن نبقي حيث نحن ونتمتع بما لدينا وبما نعرفه .
ولكننا نرغب في أن ننسى أننا كمؤمنين قد أصبحنا
خليقة جديدة .

جاء الجديد !

«إِنْ كَانَ أَحَدٌ فِي الْمَسِيحِ فَهُوَ خَلِيقَةٌ جَدِيدَةٌ . الْأَشْيَاءُ
الْعَتِيقَةُ قَدْ مَضَتْ . هُوَذَا الْكُلُّ قَدْ صَارَ جَدِيداً»
(٢كورنثوس ٥: ١٧)

يجب أن ندرك أننا خليقة جديدة في المسيح يسوع
ونفهم هذا جيداً، فقد دُعينا إلى حياة جديدة تماماً
فيه، ويجب ألا نشعر بالخوف الشديد من التنازل عن
طبيعتنا القديمة، وما كان لدينا في حياتنا القديمة
لدرجة أنه لا يمكننا أن نقبل ما يدخره الله لنا في
حياتنا الجديدة ونستمتع به .

وقد فهمت هذا الأمر عندما تحدث الله إلى

وقال: «ألا تدركين يا جويس أن أساس حقيقة الخليقة الجديدة أن الأشياء العتيقة قد مضت، وهوذا الكل قد صار جديداً؟» .

وهذا ليس صحيحاً فقط عندما نجيب على دعوة الله بالإيجاب ونأخذ قراراً بأن نتبع المسيح، ولكنه مبدأ مستمر لأسلوب حياة الخليقة الجديدة.

مضى القديم وجاء الجديد

«إِذْ سَبَقَ اللَّهُ فَنَظَرَ لَنَا شَيْئاً أَفْضَلَ، لِكَيْ لَا يُكْمَلُوا بِدُونِنَا»

(عبرانيين ١١: ٤٠)

ألم تدرك بعد أن ما تمتلكه الآن ليس سيئاً للغاية إن توقفت عن مقارنته بما كان لديك؟

عندما ذهبنا للخدمة فى الهند حيث ينتشر الفقر والأحوال المعيشية السيئة للغاية، كان انزعاجنا من

حالة الناس أكبر من انزعاجهم. لماذا؟ لأن ليس لديهم شيء آخر يقارنون به أسلوب حياتهم.

فما نراه لدى الناس في الهند اليوم هو ما كان لديهم دائماً، وقد عشنا دائماً في أمريكا، وهى أرض الرخاء، وبالتالي عندما نذهب إلى الهند فكل مكان ننظر إليه نرى فيه أحوالاً فظيعة بالمقارنة بالأحوال التى اعتدنا عليها.

ما هو شعورك عندما تحيا يوماً محبطاً ومكتئباً وخائراً لأن الحياة القديمة لم يعد لها وجود؟

لا تجلس وتفكر فى الأمور القديمة، ولا تتذكر الأوليات فيما بعد، فقد ذهب كل هذا الآن وحل محله شيء جديد وأفضل، لو أنك لم تعرف غيره.

امتد إلى الأشياء التى قدام.

ماذا ستفعل عندما يأتى الإحباط، وهو ما سيحدث لأن هذا أحد حقائق الحياة؟ ربما يكون شيئاً صغيراً

أو كبيراً، وقد يكون فى أمر غير هام مثل الاستعداد للخروج لنزهة ثم نجد أن السماء قد أمطرت، أو فى أمر ضخم وهام مثل فسخ خطبة.

مهما كان شكل الإحباط وخيبة الأمل التى ستأتى عليك، ولكن عندما تصبح ثَقَلًا عليك مثل الحجر يمكنك أن تفعل أمراً من اثنين: إما أن تسمح لها أن تضغط عليك فتُحْبَط بل وتتدمر نفسياً؛ أو يمكنك أن تستخدمها كدرج سلم إلى أمور أفضل وأعلى.

فلا يوجد سبيل لأن تجلس وتفكر بطريقة سلبية وتحظى بحياة إيجابية، فهذا لن يفلح، فكلما فكرت فى الأحداث التى أصابتك بخيبة أمل أصبحت محبَطاً. ولكن إن كنت قد عانيت من الإحباط لفترة طويلة فستعانى من التدمير النفسى، وعندما تتدمر نفسياً تكون قد أوقعت نفسك فى مشكلة كبيرة.

ولكن عند الله أمور أفضل من هذا لك!

فهذا يوم جديد. فى المرة التالية التى تعترض

فيها خيبة الأمل طريقك، تشجّع وتكيّف مع الوضع،
وانسَ ما وراء وامتد إلى ما هو قدام.

تذكر أن الرب يفعل أمراً جديداً في حياتك. فانسَ
الماضى وعشْ في ملء الحياة الجديدة التي أعدها
لك.

١٠٠ ساعدنى أنا محيط

الخاتمة

«لِيَحِلِّ الْمَسِيحُ بِالْإِيمَانِ فِي قُلُوبِكُمْ، وَأَنْتُمْ مُتَّصِلُونَ
وَمُتَّاسُونَ فِي الْمَحَبَّةِ»

(أفسس ٣: ١٧، ١٨)

أشجعك أن تنتبه إلى المكان الذي تضع فيه رجاءك
وثقتك.

تخبرنا أفسس ٣: ١٧ أن نتأصل ونتأسس في المحبة،
فيجب أن نتأصل ونتأسس في محبة المسيح يسوع.
«فيه» لا في الآخرين ولا في أولادنا ولا في أصدقائنا
ولا في وظيفتنا، ولا في أى شيء آخر.

يسوع هو الصخرة، ثابت دوماً دون تغيير.

فإنك كانت جذورك متأصلة في الصخرة، عندما
تواجهك بعض الأحداث البسيطة التي قد تجعلك تشعر
بخيبة أمل فستقول: «حسناً» وتستكمل مسيرة حياتك.

وعندما تأتى أحداث ضخمة تجعلك تشعر بخيبة الأمل يمكنك أن تحصل على شفاء عاطفى من الرب. ومن خلال قوته يمكنك أن تقرر مواصلة الحياة.

فلو أنك متأصل ومتأسس فى أى شىء آخر سينتهى بك الأمر إلى خيبة الأمل والإحباط والاكتئاب والدمار، لأنه لا يوجد شخص آخر أو شىء آخر ثابت. يسوع المسيح وحده هو الصخر الثابت!

تعلم أن تتكيف مع وضعك. ويمكنك أن تفعل هذا! لماذا يجب أن تفعل هذا؟ من أجل نفسك ومن أجل مصلحتك.

احسبه امتيازاً أن تتكيف مع المواقف والأشخاص المختلفين.

لا تلهج فى الأحداث التى تسببت فى شعورك بخيبة الأمل. دعها تمضى ودع الرب يهتم بك. واجه خيبة الأمل من بدايتها وكن سريعاً فى اتخاذ كافة التعديلات المطلوبة حتى تُشفى من الموقف الذى تعرضت له.

ركز على الله بدلاً من أن تركز على مشكلاتك
وتشعر بالإحباط. الهج في وعوده. اعترف بصدق
كلمته وسلم نفسك له في الصلاة.

ضع قائمة بكل الأمور التي بقيت لك، لا بالأمور
التي فقدتها، فهذا يجعل ذهنك مركزاً على الحاضر
حيث يوجد الله. وتذكر أن يسوع قال عن نفسه «أنا
هو» لا «أنا من كان» أو «أنا من سيكون». فهو هنا من
أجلك الآن، واليوم يمكنك أن تبدأ في الاستمتاع
بحياتك!

١٠٤ ساعدنى أنا محيط

الجزء الثاني

آيات كتابية

آيات كتابية لمواجهة الإحباط

«لَوْلَا أَنَّنِي آمَنْتُ بِأَنْ أَرَى جُودَ الرَّبِّ فِي أَرْضِ
الْأَحْيَاءِ - اُنْتَظِرِ الرَّبَّ. لِيَتَشَدَّدَ وَلِيَتَشَجَّعَ قَلْبُكَ، وَانْتَظِرِ
الرَّبَّ»

(مزمور ٢٧: ١٣، ١٤)

«لِكُلِّ كَمَالٍ (إنسانى) رَأَيْتُ حَدًّا، أَمَّا وَصِيَّتُكَ
فَوَاسِعَةٌ جِدًّا (إلى الأبد)»

(مزمور ١١٩: ٩٦)

«سِنَّ مَهْتُومَةٍ وَرَجُلٌ مُخْلَعٌ الثَّقَّةُ بِالْخَائِنِ فِي يَوْمِ
الضِّيقِ»

(أمثال ٢٥: ١٩)

آيات كتابية لمواجهة الإحباط ١٠٧

«لَأَنِّي عَرَفْتُ الْأَفْكَارَ الَّتِي أَنَا مُفْتَكِرٌ بِهَا عَنْكُمْ يَقُولُ
الرَّبُّ، أَفْكَارَ سَلَامٍ لَا شَرٍّ، لَأَعْطِيَكُمْ آخِرَةً وَرَجَاءً»
(إرميا ٢٩: ١١)

«وَلَكِنِّي أُرَاقِبُ الرَّبَّ. أَصْبِرُ لِإِلَهِ خَلَاصِي.
يَسْمَعُنِي إِلَهِي»
(مicha ٧: ٧)

«مُهْتَمِّينَ بَعْضَكُمْ لِبَعْضٍ اهْتِمَاماً وَاحِداً، غَيْرَ
مُهْتَمِّينَ بِالْأُمُورِ الْعَالِيَةِ، بَلْ مُنْقَادِينَ إِلَى الْمُتَضَعِينَ.
لَا تَكُونُوا حُكَمَاءَ عِنْدَ أَنْفُسِكُمْ»
(رومية ١٢: ١٦)

«لَا تَنْتَقِمُوا لِأَنْفُسِكُمْ أَيُّهَا الْأَحْبَاءُ، بَلْ أَعْطُوا مَكَاناً
لِلْغَضَبِ، لِأَنَّهُ مَكْتُوبٌ: «لِيَ النَّقْمَةُ أَنَا أُجَارِي يَقُولُ الرَّبُّ»
(رومية ١٢: ١٩)

«أَمِينَ هُوَ اللَّهُ الَّذِي بِهِ دُعِيتُمْ إِلَى شَرِكَةِ ابْنِهِ يَسُوعَ
الْمَسِيحِ رَبَّنَا»

(١ كورنثوس ١: ٩)

«بَلْ كَمَا هُوَ مَكْتُوبٌ: «مَا لَمْ تَرَ عَيْنٌ، وَلَمْ تَسْمَعْ
أُذُنٌ، وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ مَا أَعَدَّهُ اللَّهُ لِلَّذِينَ
يُحِبُّونَهُ»

(١ كورنثوس ٢: ٩)

«وَلَكِنْ شُكْرًا لِلَّهِ الَّذِي يَقُودُنَا فِي مَوَكِبِ نَصْرَتِهِ
فِي الْمَسِيحِ كُلِّ حِينٍ، وَيُظْهِرُ بَنَاءَ رَائِحَةِ مَعْرِفَتِهِ فِي
كُلِّ مَكَانٍ»

(٢ كورنثوس ٢: ١٤)

آيات آيات كتابية لمواجهة الإحباط ١٠٩

«فَلَا نَفْشَلْ فِي عَمَلِ الْخَيْرِ، لَأَنَّا سَنَحْصِدُ فِي وَقْتِهِ
إِنْ كُنَّا لَا نَكِلُ»

(غلاطية ٦: ٩)

«إِذْ سَبَقَ فَعَيَّنَا لِلتَّبَنَّى بِيَسُوعَ الْمَسِيحِ لِنَفْسِهِ، حَسَبَ
مَسَرَّةِ مَشِيئَتِهِ، لِمَدْحِ مَجْدِ نِعْمَتِهِ الَّتِي أَنْعَمَ بِهَا عَلَيْنَا
فِي الْمَحْبُوبِ»

(أفسس ١: ٥، ٦)

وَالْقَادِرُ أَنْ يَفْعَلَ فَوْقَ كُلِّ شَيْءٍ أَكْثَرَ جِدًّا مِمَّا نَطْلُبُ
أَوْ نَفْتَكِرُ، بِحَسَبِ الْقُوَّةِ الَّتِي تَعْمَلُ فِيْنَا»

(أفسس ٣: ٢٠)

«أَمَّا أَنْتُمْ أَيُّهَا الْإِخْوَةُ فَلَا تَفْشَلُوا فِي عَمَلِ الْخَيْرِ»
(٢ تسالونيكي ٣: ١٣)

صلاة للتغلب علي الإحباط

أبى السماوى ،

سراج لرجلى كلامك ونور لسبيلى .

أصلى أن تحفظنى من التعلق بالآمال والتوقعات
فى بشر مثلى ، لأننا جميعاً نحبط بعضنا بعضاً .

دعنى أطلق الغفران نحو هؤلاء الذين أحبطونى
فى الماضى ، وأنسى كل الذكريات المؤلمة الخاصة
بهذا الإحباط .

يا رب امتلكنى بالتمام حتى أشبهك أكثر وأكثر .
زد أنت فى واجعلنى أنا أنقص وأنقص .

أطلب منك هذا باسم ابنك يسوع القدوس . آمين .

صلاة من أجل علاقة شخصية مع الرب

إن لم تكن قد دعوت يسوع رئيس السلام ليكون رباً ومخلصاً لك فإنى أدعوك أن تفعل هذا الآن. صل الصلاة التالية. وإن كنت فعلاً صادقاً ستختبر حياة جديدة فى المسيح:

أيها الآب،

لقد أحببت العالم جداً، وبذلت ابنك الوحيد ليموت من أجل خطايانا حتى أن كل من يؤمن بك لا يهلك، بل تكون له حياة أبدية.

كلمتك تقول إننا نخلص بالنعمة بالإيمان الذى هو عطية منك، ولا يوجد شيء يمكننى أن أفعله حتى أحصل على الخلاص.

أؤمن واعترف بفمى أن يسوع المسيح هو ابنك
مخلص العالم، وأؤمن أنه مات على الصليب من
أجلى وحمل جميع خطايى، ودفع ثمنها، وأؤمن
فى قلبى أنك أقمت يسوع من الأموات.

أطلب منك أيها الآب أن تغفر لى خطايى،
وأعترف بأن يسوع ربى، فقد خلصت وسأقضى
الأبدية معك وفقاً لكلمتك، وأشكرك أيها الآب جداً!
فى اسم يسوع آمين.

اقرأ: يوحنا ١٦: ٣ وأفسس ٢: ٨، ٩
ورومية ٩: ١٠، ١٠ واكورنثوس ١٥: ٣، ٤
وايوحنا ٩: ١؛ ٤: ١٤-١٦؛ ٥: ١، ١٢، ١٣.

٤	ساعدي أنا محبط
٦	ساعدي أنا محبط
٨	ساعدي أنا محبط
١٠	ساعدي أنا محبط
١٢	ساعدي أنا محبط
١٤	ساعدي أنا محبط
١٦	ساعدي أنا محبط
١٨	ساعدي أنا محبط
٢٠	ساعدي أنا محبط
٢٢	ساعدي أنا محبط
٢٤	ساعدي أنا محبط
٢٦	ساعدي أنا محبط
٢٨	ساعدي أنا محبط
٣٠	ساعدي أنا محبط
٣٢	ساعدي أنا محبط
٣٤	ساعدي أنا محبط
٣٦	ساعدي أنا محبط
٣٨	ساعدي أنا محبط
٤٠	ساعدي أنا محبط
٤٢	ساعدي أنا محبط
٤٤	ساعدي أنا محبط
٤٦	ساعدي أنا محبط
٤٨	ساعدي أنا محبط
٥٠	ساعدي أنا محبط
٥٢	ساعدي أنا محبط
٥٤	ساعدي أنا محبط
٥٦	ساعدي أنا محبط
٥٨	ساعدي أنا محبط
٦٠	ساعدي أنا محبط

٦٢	ساعدنى أنا محبط	٩٠	ساعدنى أنا محبط
٦٤	ساعدنى أنا محبط	٩٢	ساعدنى أنا محبط
٦٦	ساعدنى أنا محبط	٩٤	ساعدنى أنا محبط
٦٨	ساعدنى أنا محبط	٩٦	ساعدنى أنا محبط
٧٠	ساعدنى أنا محبط	٩٨	ساعدنى أنا محبط
٧٢	ساعدنى أنا محبط	١٠٠	ساعدنى أنا محبط
٧٤	ساعدنى أنا محبط	١٠٢	ساعدنى أنا محبط
٧٦	ساعدنى أنا محبط	١٠٤	ساعدنى أنا محبط
٧٨	ساعدنى أنا محبط	١٠٦	ساعدنى أنا محبط
٨٠	ساعدنى أنا محبط	١٠٨	ساعدنى أنا محبط
٨٢	ساعدنى أنا محبط	١١٠	ساعدنى أنا محبط
٨٤	ساعدنى أنا محبط	١١٢	ساعدنى أنا محبط
٨٦	ساعدنى أنا محبط	١١٤	ساعدنى أنا محبط
٨٨	ساعدنى أنا محبط		

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعدنى أنا محبط

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدني أَنَا محبَط

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعدنى أنا محيط

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

سَاعِدْنِي أَنَا مُحِيطُ

ساعدنى أنا محبط

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِبُّ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعدنى أنا محبط

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيط

ساعِدْنِي أَنَا مُحِبُّ

ساعِدني أَنَا محبَط

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِبُّ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيطٌ

سَاعِدْنِي أَنَا مُحِيطُ

ساعِدْنِي أَنَا مُحِيط

ساعدي، أنا محيط

ساعدي أنا محيط

ساعدي، أنا محيط

ساعِدْنِي، أَنَا مُحِيطُ

ساعِدْنِي، أَنَا مُحِيطُ

ساعِدْنِي، أَنَا مُحِيط

ساعِدْنِي، أَنَا مُحِيطُ

ساعِدْنِي، أَنَا مُحِيطُ

ساعِدْنِي، أَنَا مُحِيط

ساعدين، أنا محيط

ساعِدْنِي، أَنَا مُحِيطُ

ساعِدْنِي، أَنَا مُحِيطُ

ساعدين، أنا محيط

ساعذن، أنا محيط

ساعدين، أنا محيط

صلاة للخلاص

الله يحبك ويريد ان تكون له علاقة شخصية بك. ان لم تكن بعد قد قبلت يسوع المسيح كمخلصك الشخصي، يمكنك فعل ذلك الان. فقط افتح قلبك له وصل هذه الصلاة...

"ابي السماوي، أعلم اني اخطأت بحقك. من فضلك سامحني. اغسلني طاهراً. أعدك بوضع ثقتي في يسوع ابنك. أومن انه قد مات لاجلي اخذاً خطيئتي عندما مات على الصليب. أومن انه اقيم من الموت. الآن اسلم حياتي ليسوع.

أشكرك ابي السماوي على عطية الغفران والحياة الابدية. أرجوك ساعدني كيما احيا لك. باسم يسوع المسيح. امين."

وبصلاتك من القلب، الله قد قبلك، طهرتك، وحررك من عبودية الموت الروحي. خذ وقتاً لقراءة ودراسة هذه الايات وأسأل الله ان يتكلم اليك وأنت تسير وإياه خلال هذه الرحلة في حياتك الجديدة.

يوحنا 3: 16 1 كورنثوس 15: 3-4

افسس 1: 4 افسس 2: 8-9

1 يوحنا 1: 9 1 يوحنا 4: 14-15

1 يوحنا 5: 1 1 يوحنا 5: 12-13

صلي وأسأل الله لمساعدك لتجد كنيسة تعتمد الكتاب المقدس في التعليم لتتشجع في النمو في علاقتك الشخصية مع المسيح. الله دائماً معك سوف يقودك يوماً ويريك كيف تعيش الحياة الفياضة التي اعدّها لك!