

قبول الذات

SELF ACCEPTING

جويس ماير

قبول الذات

بقلم
جويس ماير

قبول الذات

المؤلف : جويس ماير

الناشر : خدمات جويس ماير

الموزع بالشرق الأوسط : P.T.W للترجمة و النشر

ت: ٢٦٦٧٨٩٨٠ / ٢٦٦٧٨٩٨١

المطبعة : دار إلياس العصرية

ت: ٢٢٩٨٥٧١٥ / ٢٢٩٨١٧٣٥

الجمع التصويري : P.T.W للترجمة و النشر

رقم الإيداع :

الترقيم الدولي :

الطبعة الأولى :

المراجعة والجمع التصويري و الإعداد الفني والتوزيع

P.T.W للترجمة و النشر

ت: ٢٦٦٧٨٩٨٠ – ٢٦٦٧٨٩٨١

جميع حقوق الطبع في اللغة العربية محفوظة للناشر وحده،

ولا يجوز استخدام أو إقتباس أى جزء من الوارد

في هذا الكتاب بأي شكل من الأشكال بدون إذن مسبق منه.

English title:

How To Succeed At Being Yourself

Self Accepting

copyright © By Joyce Meyer

Arabic edition © 2007 by PTW

(١)

قبول الذات

“لأنه كما شعر في نفسه
هكذا هو” أمثال ٢٣: ٧

هل تحب ذاتك؟ وهل تعرف أن معظم الناس لا يحبون ذاتهم؟.. من خبرة سنوات طويلة في التعامل مع الناس حاولت أن أساعد كثيرين ليكونوا أصحاباً عاطفياً وذهنياً وروحياً واجتماعياً. وكم شعرت أنه إعلان من الرب عندما اكتشفت أن معظم الناس لا يحبون أنفسهم، وقد يعرف البعض هذه الحقيقة، وقد يجهلها البعض الآخر، غير عالم أنها سبب كثير من مشاكل الحياة.

وأحياناً يكون رفض الذات وكرها سبباً أساسياً في كثير من المشاكل في العلاقات بين الناس. يريد الله لكل منا أن يتمتع بعلاقات رائعة مع الآخرين، وقد وجدت أن الكتاب المقدس يتحدث كثيراً عن العلاقات، كما أنه يحتوي على كثير من التعليم حول العلاقة بين الإنسان والله، وبين الإنسان وأخيه الإنسان، وبين الإنسان وذاته.

اطلب السلام في علاقاتك مع الآخرين

“ليطلب السلام ويجدّ في أثره” (لا تكتفِ بمجرد الرغبة في علاقة يملأها السلام مع الله والناس والذات، بل جدّ في طلبها) (ابطرس ٢: ١١).

تعلمنا كلمة الله كيفية تكوين علاقات جيدة، كما تعلمنا كيف تطور هذه العلاقات ونحافظ عليها.

وقد جدت في الترجمة التفسيرية لهذا العدد استنارة حقيقية، وعندما عكفت على دراسة هذا الجزء، أعلن لي الروح القدس أنه ينبغي أولاً أن يكون لي سلام مع الله، وأن أوّمن أنه يحبني، وهو لا ينتظر حتى أصبح كاملة ليحبني، ولكنه يحبني محبة كاملة وبلا شروط وفي كل وقت.

وثانياً ينبغي أن أقبل هذه المحبة. وقبل هذه المحبة قضية كبيرة، فالقبول من الله يعني أن نقبل في دواخلنا ما يقدمه الله لنا. وعندما نقبل محبته، تسكن هذه المحبة في دواخلنا. وبمجرد أن نمتلئ من محبة الله نستطيع أن نحب نواتنا، ونستطيع أيضاً أن نرد هذه المحبة مرة أخرى لله ونمنحها للآخرين.

تذكر دائماً أن فاقد الشيء لا يعطيه!

محبة الله

“لأن محبة الله قد انسكبت في قلوبنا بالروح المعطى لنا” (رومية ٥: ٥).

يعلّمنا الكتاب المقدس أن محبة الله قد انسكبت في قلوبنا بالروح القدس المعطى لنا، وهذا يعني أنه عندما يسكن الله الروح القدس في قلوبنا بسبب إيماننا بالمسيح، فإنه يسكن ومعه المحبة، لأن الله محبة (١ يوحنا ٤: ٨).

وهنا نحتاج أن نسأل أنفسنا: ماذا نفعل بهذه المحبة التي منحها لنا الله مجاناً؟ هل نرفضها لأننا نعتقد أننا لا نستحق أن نكون محبوبين؟ هل نعتقد أن الله يشبه الآخرين الذين رفضونا وآذونا؟ أم هل نقبل محبته بالإيمان مؤمنين بأنه أعظم من عيوبنا ونقائصنا؟

ما هي طبيعة العلاقة التي بينك وبين الله، وما هي طبيعة العلاقة التي بينك وبين ذاتك، وأخيراً التي بينك وبين الآخرين؟ لم يخطر ببالي أنه توجد علاقة بيني وبين ذاتي، ولم أفكر في هذا الأمر حتى بدأ الرب يعلمني بعض الأمور

في هذه الناحية. لقد أدركت الآن أنني كنت أصرف وقتاً أطول مع ذاتي من الوقت الذي كنت أصرفه مع الآخرين. ومن هنا كانت أهمية حُسن التواصل مع الذات.

تذكر أنك الشخص الذي لا يمكن أن تهرب منه. كلنا نعرف كم هو غير مسر أن نعمل يوماً بعد الآخر مع شخص لا ننسجم معه، ولكننا على الأقل لن نضطر للتعامل معه عندما نعود لمنازلنا. أما ذواتنا فهي معنا طول الوقت ليلاً ونهاراً، فلا تمر لحظة يمكن أن نبتعد فيها عن ذواتنا! ولذلك نحن في أمس الحاجة لأن يكون لنا سلام مع ذواتنا.

فائد الشيء لا يعطيه

“مجاناً أخذتم مجاناً أعطوا” (متى ١٠: ٨). تعلمت بمعونة الرب أن أقبل محبته وأن أحب ذاتي بطريقة متوازنة، وأن أحب الرب مقابل محبته لي، وأن أحب الآخرين من حولي. لكن الأمر لم يحدث بسرعة كما لم يكن سهلاً عليّ بسبب ما تعرضت له في الماضي.

أعرف أنني كنت أجد صعوبة في إقامة علاقات مع الآخرين، ولكنني كنت أجهل السبب. لم يكن سهلاً عليّ أن أجد أشخاصاً أعجب بهم وأستمتع بصحبتهم وأتبادل معهم

نفس المشاعر. ولكنني اكتشفت أخيراً وبمعونة الرب أن المشكلة كانت في محاولتي منح ما لا أملكه.

وعندما قبلت الإيمان، سمعت الكثير من العظات عن أهمية المحبة بين المؤمنين وبعضهم، كنت أحاول بكل جد وإخلاص أن أسلك بالمحبة، ولكنني كنت أفشل في كل مرة. كنت في حاجة أن يعلن لي الرب عن سبب هذه المشكلة. سمعت بأذني عن محبة الله لي ولكنني لم أؤمن أن هذه المحبة كانت لي بصفة شخصية. ربما كنت أؤمن أنها محبة عامة، ولكنني لم أعرف أنها محبة شخصية. كانت المشكلة أمامي كما كان الحل أيضاً، ولكنني لم أستطع أن أربط بين الاثنين.

أحياناً كثيرة نعرف طبيعة المشكلة التي تواجهنا، ولكننا لا نستطيع أن نجد لها الحل الصحيح، والعكس صحيح. فكثيراً ما نعرف الحل من كلمة الله ولكننا لا نعرف المشكلة. يريد الله في كلمته أن يعلن لنا طبيعة المشاكل التي تواجهنا، وأيضاً الحلول الصحيحة لها. وعندما نتوصل للعلاقة بين الاثنين نستطيع أن نربط المشكلة بالحل الصحيح. وقتها يكون إبليس في طريقه للخروج والحرية في طريقها للدخول.

وكمثال على ذلك: تعلمت من كلمة الله أهمية السلوك بالمحبة، وعرفت أنني أعاني من مشكلة نقص المحبة، ولكني لم أعلم أن لمشكلتي جذوراً متأصلة بعمق في داخلي.

نحاول كثيراً أن نتعامل مع الثمار السيئة التي تظهر في حياتنا دون أن نتعامل مع جذور هذه الثمار. فإن بقيت الجذور في التربة ستستمر الثمار في الظهور مهما حاولنا قطفها كلما ظهرت. وهكذا ندخل في دائرة مفرغة. فبالرغم من محاولتنا للسلوك بالحق، إلا أننا لا نجد حلاً دائماً لمشكلاتنا.

حاولت بكل الطرق أن أسلك بالمحبة وأعلنها للآخرين، ولكن لأنني فشلت في قبول محبة الله لي فشلت أيضاً في منحها للآخرين لأنني كنت أفقر إليها.

تحب قريبك كنفسك

(الإنسانية) في كلمة واحدة يكمل: "تحب قريبك كنفسك" (غلاطية ٥: ١٤).

بينما كنت أبحث عن حل للمشكلات التي كنت أعاني منها فتح الرب عيني على ما جاء في غلاطية ٥: ١٤، فرأيت هذه

الآية في ضوء جديد لم يسبق أن سمعته أو رأيته من قبل. كنت وقتها أعاني من مشاكل كثيرة في زواجي، فلم أستطع أنا وزوجي أن نتفق على شيء، وكانت الخلافات بيننا مستمرة، أثرت على أبنائنا بطريقة سلبية، وسببت بعض المشاكل الصحية لي، فكنت في أمس الحاجة لإيجاد حل لهذا الوضع الصعب.

المحبة هي الحل

”لا خوف في المحبة، بل المحبة الكاملة تطرح الخوف إلى خارج“ (يوحنا ٤: ١٨).

عندما أعلن لي الروح القدس هذا الجزء من الآية، تساءلت: هل يمكن أن يحدث هذا؟ هل يمكن أن يكون الحل بمثل هذه البساطة (يسوع يحبني، وهذا ما تؤكد كلمة الله؟).. كنت أخاف من أمور كثيرة، بينما يخبرني الرب في ١ يوحنا ٤: ١٨ أن المحبة الكاملة تطرح الخوف إلى خارج. كنت أحاول أن أسلك بالمحبة الكاملة ولكنني كنت أفشل كل يوم، لأنني كنت أعتقد أن المحبة الكاملة تعني محبتي الكاملة للآخرين. ولكنني أدركت أن المحبة الكاملة تعني محبة الله لي، لأنه الشخص الوحيد القادر أن يحب بكمال. محبة الله

كاملة حتى وإن كنا غير كاملين

محبوبون لكي نحب آخرين

“ليحل (ليسكن، ليستقر، ليلتصق) المسيح بالإيمان في قلوبكم، وأنتم متأصلون ومتأسسون في المحبة، حتى تستطيعوا أن تدركوا مع جميع القديسين (المكرسين الذين اختبروا محبة الله) ما هو العرض والطول والعمق والعلو (لهذه المحبة)” (أفسس ٣: ١٧، ١٨).

وعندما تأملت هذه الأعداد وأعداداً أخرى مشابهة، شعرت وكأنني كنت عمياء انفتحت عيناها فأبصرتُ لأول مرة. تلخّصت مشكلتي في نقص المحبة، فطوال حياتي لم يحبني أحد بطريقة صحيحة، وبالتالي لم أتعلم أن أحب ذاتي، بل كنت في الواقع أكرهها.

فإن لم يحبنا أحد فلن نجد سبباً نحب نفوسنا من أجله. وإن لم يحبنا الآخرون سنعتقد أننا لا نستحق أن نكون محبوبين.

يجب أن نحب ذواتنا، لا بطريقة أنانية متركزة حول الذات، ولكن بطريقة متوازنة تتفق مع كلمة الله، وتؤكد أن

كل ما خلقه هو حسن جداً. وقد نتأثر بالسنوات التي اختبرنا فيها أموراً لا تُسرّ. ولكن هذا لا يعني أننا غير مستحقين لشيء سوى أن نكون سلة مهملات.

يجب أن تسكن فينا المحبة التي تعلن بوضوح (أستطيع أن أحب كل ما يحبه الله.. وبالرغم من أنني لا أحب كل أفعالي إلا أنني أقبل ذاتي لأن الله يقبلني). وعلينا أن ننمي هذا النوع من المحبة الناضجة التي تقول (أنا أعلم أنني محتاج إلى تغيير، وأني أريد أن أتغير. وأنا أؤمن أن الرب يغيرني كل يوم. ولكن إلى أن يحدث هذا التغيير الكامل لن أرفض ما يقبله الله، سأقبل ذاتي كما أنا، عالماً بأنني لن أظل هكذا إلى الأبد). يمنحنا الإيمان أملاً في المستقبل، فكما فعل الرب في القديم مع بني إسرائيل هكذا سيفعل معنا حتى ننتصر على كل أعدائنا شيئاً فشيئاً (تثنية ٧: ٢٢)، وسيغيرنا من مجد إلى مجد (٢ كورنثوس ٣: ١٨)، فهو رئيس إيماننا ومكمله (عبرانيين ١٢: ٢). ومن بدأ فينا عملاً صالحاً فهو قادر أن يتممه (فيلبي ١: ٦).

وبمجرد أن نقبل محبة الله نحب ونقبل ذواتنا، مما يحسّن ويطوّر علاقتنا مع الله. فإن لم نقبل محبته لن تكتمل

الدائرة، لأننا نحبه لأنه أحبنا أولاً (١ يوحنا ٤: ١٩). فما أصعب تقديم هدية لشخص يصر على رفضها مرة بعد أخرى.

كم أحب مفاجأة أشخاص بتقديم هذا يودون الحصول عليها أو هم في احتياج لها. ذات مرة جهزت مفاجأة لشخص وذهبت للتسوق من أجله وأنفقت الكثير من المال. ولكن هذا الشخص الذي كان يشعر بعدم الأمان لم يعرف كيف يقبل الهدية ببساطة وبحب.

إن الشعور بعدم الأمان وعدم القيمة يحرماننا من القدرة على تقبل الأشياء بطريقة جيدة. قد تشعر في بعض الأحيان أنك يجب أن تجتهد أو تكون مستحقاً للحصول على كل ما تنال، وقد تتساءل (لماذا يريد شخص أن يعطيني شيئاً بلا مقابل)؟ وقد تشك في نواياه وفي ما يبغي الحصول عليه من وراء ما يقدمه. أحياناً أقدم هدية لشخص ما ولكنني أصرف الكثير من الوقت والجهد في إقناعه بأني أريده أن يأخذها مني حتى أن الموقف يكون محرراً للغاية. فأنا ببساطة أريده أن يأخذ ما أقدمه له، وأريده أن يعبر عن تقديره لهذه الهدية فقط بقبولها والتمتع بها.

فإن كانت هذه مشاعرنا نحن البشر، فما بالك بمشاعر الله عندما يحاول أن يمنحنا محبته ونعمته ورحمته، ولكننا نرفض نتيجة لمشاعر زائفة بعدم القيمة وعدم الاستحقاق؟ يحاول الرب أن يغلق الدائرة عندما يقدم محبته لنا حتى تتبارك حياتنا وحياة الآخرين أيضاً. خطة الله هي كالتالي: يريدنا الرب أن نقبل محبته، وأن نحب أنفسنا بطريقة متوازنة تتفق مع كلمته، وأن نحبه في مقابل هذه المحبة، وأخيراً أن نحب كل من هم حولنا. وربما فشلنا في تنفيذ هذه الخطة لسنوات، فنحن لا نحب من هم حولنا بالمحبة التي يمنحها الرب لنا. فلنذكر أننا كنا نفتقر لأي نوع من المحبة إلى أن أحبنا الله أولاً.

قبول أم رفض؟

ورأى الله كل ما عمله فإذا هو حسن جداً (مناسب ومسر). وكان مساء وكان صباح يوماً سادساً “ (تكوين ١: ٣١). لا يغير رفضنا لذواتنا منا شيئاً وإنما يضاعف المشاكل التي نعاني منها. أما القبول فيجعلنا نواجه الواقع ونتعامل معه، فنحن لا نستطيع التعامل مع ما نرفض قبوله أو ننكر حقيقته.

يعرّف قاموس وبستر II كلمة (قبول) بأنها:

(١. قبول الشيء المقدم برضا. ٢. التسليم لمجموعة أو مكان. ٣. أ. اعتبار الأمر عادياً أو مناسباً أو صحيحاً ب. اعتبار الأمر حقيقة).

لاحظ من خلال هذا التعريف أن القبول يشمل الإرادة. وعندما حاولت تطبيق هذا التعريف على قبول النفس وجدت أنه من الممكن أن أختار أو أرفض أن أقبل ذاتي. يقدم الرب لي الفرصة حتى أقبل ذاتي كما هي، ولكنني أمتلك إرادة حرة وأستطيع أن أرفض هذه الفرصة إن اخترت ذلك. لاحظت من خلال هذا التعريف أيضاً أنه عندما أقبل شيئاً، أراه عادياً ومناسباً وصحيحاً. يرى الشخص الذي يرفض ذاته أنه شخص غير مناسب وغير صحيح، فهو لا يرى إلا عيوبه ونقاط ضعفه دون نقاط القوة والجمال فيه. تلك هي نظرة غير متوازنة، ربما يكون السبب فيها أحد أصحاب السلطة على حياتنا، الذين ركزوا أنظارهم على نقاط الضعف فينا أكثر من نقاط القوة. ويعرّف قاموس وبستر أيضاً كلمة القبول بأنها (الموافقة والاتفاق). فإن كنا نرفض ذواتنا، فإننا نرفض الاتفاق مع الله في أن كل ما

خلقه هو حسن جداً، بما فيه نحن! نقرأ في عاموس ٣: ٣ "هل يسير اثنان معاً إن لم يتواعدا (يتفقاً)؟".

فإن أردنا أن نسير مع الله فيجب أن نتفق معه. يقول الله إنه يحبنا ويقبلنا، فإن اتفقنا معه فلا يمكن أن نكره أو نرفض ذواتنا بعد الآن. نحتاج أن نتفق مع الله في أنه خلق شيئاً رائعاً عندما خلقنا.

ولكن دعوني أؤكد أن كل ما نفعله ليس حسناً، ولكننا نناقش موضوع قبول الذات وليس قبول السلوك أو الأفعال. وفي فصل لاحق من هذا الكتاب سنتحدث بتفصيل عن نظرة الله لكل ما نفعله. أما الآن وفي هذا الفصل فسنركز على من نكون من وجهة نظر الله.

قد تكون في نفس الوضع الذي كنتُ أنا فيه عندما أعلن لي الرب هذه المبادئ. قد ترى في ذاتك كل الأشياء التي تحتاج إلى تغيير، وتجد أنه من الصعب جداً أن تقول (أنا أقبل ذاتي) وقد تشعر أن مثل هذا التصريح يعني أنك تقبل كل الأشياء الخاطئة التي تفعلها، ولكن هذا ليس صحيحاً. ولا أعتقد أن عملية التغيير تصير ممكنة إن لم يتم التعامل مع مشكلة قبول الذات أولاً.

التغيير يتطلب التصحيح

“لأن الذي يحبه الرب يؤدبه، ويجلد كل ابن يقبله”
(عبرانيين ١٢: ٦).

حقيقة تأديب الرب وتهذيبه لكل من يحبه نجدها أيضاً في رؤيا ٣: ١٩ “عندما يقول (إني كل من أحبه أؤبّخه وأؤدبه (أهذبه وأعلمه) فكن غيوراً وتب (تغيير الفكر واتجاه القلب)“ يتطلب التغيير تأديباً، لذلك يجد الأشخاص الذين لا يعرفون أنهم محبوبون صعوبة شديدة في قبول هذا التأديب. ولا يفيد التأديب شيئاً إن لم يتم قبوله.

من معاملاتنا مع أولادي ومئات العاملين معي على مر السنين وجدت أن التأديب أو الإصلاح يجب أن يكون بمحبة. فنجاح عملية التأديب والإصلاح يتوقف على علم المؤدّب أن الذي يؤدّبه يحبه. يمكن أن أصرف وقتاً طويلاً في محاولة تأديب أو إصلاح شخص، ولكن هذا الوقت يضيع هباءً إن لم يقبل الشخص ما يُقال له. وهكذا يجب أن نقبل تأديب الله إن أردنا أن نتغير. ولكننا لن نقبل تأديبه بطريقة صحيحة إن لم يعلن لنا عن مدى محبته لكل فرد فينا. فمن الممكن أن نسمع تأديبه ونتفق معه، ولكن هذا

التأديب يجعلنا نثور ونشعر بإدانتنا. يجب أن نعرف جيداً أن هذا التأديب سيُجري التغيير المطلوب في حياتنا.

تأكد من محبة الله لك

“فإني متيقن أنه لا موت ولا حياة، ولا ملائكة ولا رؤساء ولا قوات، ولا أمور حاضرة ولا مستقبله، ولا علو ولا عمق ولا خليقة أخرى، تقدر أن تفصلنا عن محبة الله التي في المسيح يسوع ربنا” (رومية ٨: ٣٨، ٣٩).

لا يمكن أن نثق إن لم نؤمن أننا محبوبون. فإن أردنا أن ننمو في معرفة الله، وإن أردنا أن نتغير، يجب أن نثق فيه. سيقودنا الرب أحياناً بطرق لا نستطيع فهمها. ولكن خلال هذه الأوقات علينا أن نثق جيداً في محبته لنا. وثق الرسول بولس في أنه لا يوجد ما يستطيع أن يفصله عن محبة الله التي في المسيح. فيجب أن تكون لنا مثل هذه الثقة واليقين في محبة الله الأبدية لكل فرد فينا.

اقبل محبة الله لك واجعلها الأساس الذي تبني عليه محبتك وقبولك لذاتك. اقبل قبوله لك عالماً أنه سيغيرك لتكون الإنسان الذي يريده الله أن تكونه، ثم تمتع بذاتك حيثما أنت واقف، عالماً أنك في طريقك إلى النضج الروحي.

(٢)

صورتك التي ترى بها نفسك تؤثر على مستقبلك

“فسجد وقال: من هو عبدك حتى تلتفت إلى كلب ميت مثلي؟” (٢ صموئيل ٩: ٨).

ذكرنا فيما سبق أن الشعور بعدم الأمان نتيجة لتكوين صورة سيئة عن الذات يؤثر على كل علاقاتنا.. وأضيف: إنها تؤثر أيضاً على مستقبلنا.

فإن كنا رسمنا صورة سيئة عن أنفسنا، فمن المؤكد أنها من نتاج الماضي، ولكننا نستطيع أن ننال الشفاء فلا نسمح للماضي أن يتكرر. دعونا ننسى ما هو وراء، بما في ذلك المشاعر السلبية التي نشعر بها تجاه نفوسنا، ولنتقدم نحو الأشياء الصالحة التي أعدها الرب لأجلنا.

عند الله خطة لكل شخص فينا

“لأننا نحن عمله (صنعة يديه الخاصة) مخلوقين (مولودين ثانية) في المسيح يسوع لأعمال صالحة قد سبق الله (خطط الله لها) فأعدها لكي نسلك فيها (لنعيش الحياة الصالحة التي أعدها الرب لنعيش فيها)” (أفسس ٢: ١٠).

لدى الله خطة صالحة لكل شخص فينا، ولو أن كثيرين لا يختبرونها. وأحياناً يعيشون دون المستوى الذي قصده الرب أن يتمتعوا به. عشت سنوات طويلة دون ممارسة حقوقي والتمتع بامتيازاتي كابنة لله، كان ذلك لسببين؛ الأول هو جهلي بهذه الحقوق والامتيازات، فبالرغم من إيماني بيسوع وعلمي أنني سأذهب للسماء عندما أموت، إلا أنني لم أكن أعلم أن الله يستطيع أن يتعامل مع ماضيّ وحاضري ومستقبلي.

والسبب الثاني كان الصورة الخاطئة التي كوَّنتها عن نفسي. كنت قد كونت صورة سيئة عن نفسي، وأثَّرت هذه الصورة على حياتي اليومية وعلى نظرتي للمستقبل أيضاً.

عند الله خطط لحياتك

“لأنني عرفت الأفكار التي أنا مفتكر بها عنكم يقول الرب، أفكار سلام لا شر، لأعطيكم آخرة ورجاء” (إرميا ٢٩: ١١). إن كنت قد كوَّنت فكرة سيئة عن نفسك، فأقترح عليك أن تقرأ قصة مفيبوشث الموجودة في ٢ صموئيل ٩. لقد تأثرت حياتي جداً بهذه القصة، وأنا أثق أنها ستساعدك لا فقط لأن ترى السبب الذي لأجله تعيش دون المستوى الذي قصد الله

لك أن تعيش فيه، ولكن ستدرك أيضاً السبب الذي لأجله قد لا تتمتع بما أعده الرب لمستقبلك.

هل يوجد بعد من أستطيع أن أباركه؟

“وقال داود: هل يوجد بعد أحد قد بقي من بيت شاول فأصنع معه معروفاً من أجل يوناثان؟” (٢ صموئيل ٩: ١).

كان مفيبوشث حفيد الملك شاول وابن يوناثان الصديق الذي قطع داود معه عهداً. وبعد أن مات شاول ويوناثان في المعركة تم تتويج داود ملكاً. وأراد داود أن يبارك شخصاً من عائلة الملك شاول من أجل يوناثان، فسأل إن كان قد بقي أحد من بيت شاول يستطيع أن يفعل معه معروفاً. عندئذ أخبره أحد عبيده أن مفيبوشث لا يزال حياً يسكن في مدينة تدعى لودبار. ولودبار تعني مكان بلا خضرة أو عشب. وفي مجتمع يقوم أساساً على الزراعة، يمثل مثل هذا المكان الفقر والعوز. فلماذا يسكن حفيد الملك مثل هذا المكان؟ لماذا لم يأت إلى قصر الملك ويطالب بحقوقه وامتيازاته كوريث للملك شاول وكابن ليوناثان الصديق الذي قطع مع الملك الحالي عهد صداقة؟ لا شك أنه كان على

علم بالعهد الذي قطعه والده مع الملك داود، وعلى علم بأن هذا العهد يمتد ليشمل الأبناء والورثة.

في القديم كان العهد بين شخصين يعني إتاحة ممتلكات كل منهما للآخر، كما كان يعني رعاية ومساندة كل منهما الآخر، وأن يحارب الواحد عن الآخر، ويفعل كل ما بوسعه لسد احتياجات الشخص الآخر. ولكن بالرغم من كل ذلك ظل مفيبوشث، الوريث الشرعي ليوناثان وشريك الملك داود في العهد، في فقر وعوز. لماذا؟ يرجع السبب للأيام الأخيرة من حكم الملك شاول جد مفيبوشث. عندما وردت الأخبار إلى القصر بموت شاول ويوناثان في المعركة، كان مفيبوشث طفلاً صغيراً. ولما سمعت مربيته الأنباء المزعجة حملته وخرجت من القصر خوفاً من أن يحاول داود الأخذ بالثأر نتيجة لما فعله الملك شاول معه. وفي هروبها وقع الصغير منها وأصاب العرج قدميه (٢ صموئيل ٤: ٤). وعندما طلب داود أن يحضر مفيبوشث، سجد الأخير أمام الملك معلناً عن خوفه، فقال له داود أن لا يخاف لأنه قصد أن يعمل معه خيراً. ويُعتبر رد مفيبوشث مثلاً رائعاً عن الصورة السيئة التي نكوّنُها عن أنفسنا، والتي نحتاج أن نغيرها وننتصر عليها.

صورة الكلب الميت

“فجاء مفيبوشث بن يوناثان بن شاول إلى داود وخرَّ على وجهه وسجد، فقال داود: يا مفيبوشث، فقال: هأنذا عبدك، فقال له داود: لا تخف فإني لأعملنَّ معك معروفاً من أجل يوناثان أبيك وأردّ كل حقول شاول أبيك، وأنت تأكل خبزاً على مائدتي دائماً. فسجد وقال: من هو عبدك حتى تلتفت إلى كلب ميت مثلي؟” (٢ صموئيل ٩: ٦-٨).

كانت صورة مفيبوشث عن ذاته سيئة للغاية، فكان يشعر أنه يشبه كلباً ميتاً. لم تكن الصورة التي كوَّنها عن نفسه جيدة، فبدل أن يرى أنه الوريث الشرعي لوالده وجدّه شعر أنه مرفوض منبوذ. ولو لم تكن هذه فكرته عن نفسه لذهب إلى القصر وطالب بحقوقه كوريث شرعي منذ زمن طويل.

إن الصورة السيئة التي كوَّنها عن أنفسنا تجعلنا نسلك بخوف بدلاً من أن نسلك بإيمان، فننظر إلى العيوب الموجودة فينا بدلاً من أن ننظر للكمال الموجود في يسوع. لقد أخذ يسوع ذنوبنا وألبسنا رداء بره (٢ كورنثوس ٥: ٢١). ونحتاج أن نسلك من واقع هذا الحق.

عندما قرأت هذا الجزء الكتابي أدركت أن صورتني عن

ذاتي تشبه كثيراً صورة هذا الكلب الميت، وأدركت أن هذه الصورة تحرمني من التمتع بكل ما يمكن أن أحصل عليه وأكونه

في الحياة. فبدأت أغير نظرتي لذاتي، واستغرق الأمر وقتاً طويلاً بمعونة الروح القدس. ولكنني عازمت ألا أعيش دون مستوى البركة الذي يريدني الله أن أعيش فيه.

تقول كلمة الله إنه بسبب العهد الذي أقامه الله معنا نستطيع أن نكون الرأس وليس الذنب، وفي الارتفاع لا الانحطاط (تثنية ٢٨: ١٣). ربما عشت سنوات طويلة في ذنب مثلي ولكن حان الوقت لتنهض وتقبل ميراثك الشرعي من الله.

بارك داود مفيبوشث، وأعطاه عبداً وأرضاً وسد كل احتياجاته. ويختم الوحي القصة قائلاً: "فسكن مفيبوشث في اورشليم لأنه كان يأكل دائماً على مائدة الملك، وكان أعرج (بالرغم من كونه أعرج) من رجليه كليهما" (٢ صموئيل ٩: ١٣). وكم أحب نهاية القصة، فأنا أشبه عرج مفيبوشث بنقاط الضعف الموجودة في. وبالرغم منها نستطيع أن نجلس إلى مائدة ملك الملوك ورب الأرباب،

وتكون لنا شركة معه. فلا يزال هناك عهد بينا وبين الله مختوم بدم المسيح. ولا يزال عهد الدم أقوى العهود التي يمكن أن تقام بين طرفين.

نحن نقدم للرب ما نملك، في حين يقدم لنا هو ما يملك. فهو يأخذ خطايانا وضعفاتنا وفشلنا ويعطينا قدرته وبره وقوته. يأخذ فقرنا ويعطينا غناه. يأخذ أمراضنا وأسقامنا ويعطينا الشفاء والصحة. يأخذ ماضي القدر المملوء بالفشل ويعطينا رجاءً وأملاً في المستقبل.

نحن لا شيء في أنفسنا، وبرنا يشبه الرداء البالي القذر (إشعياء ٦٤: ٦). ولكن في المسيح لنا مستقبل يستحق أن نتطلع إليه. إن عبارة "في المسيح" تعني أن نثق فيه بخصوص كل أمور حياتنا. لقد دخلنا في عهد معه، ويا له من أمر مشجع!

هل أنت جريئة؟

"أنا هناك الجبارة، بني عناق من الجبارة، فكنا في أعيننا كالجراد، وهكذا كنا في أعينهم" (عدد ١٣: ٣٣).
ومن القصص التي أثرت كثيراً في حياتي قصة الاثني

عشر جاسوساً المذكورة في أصحاب ١٣ من سفر العدد. أرسل موسى اثني عشر رجلاً ليتجسسوا أرض الموعد ليروا إن كانت صالحة أم لا، فعاد عشرة منهم وقدموا تقريراً سلبياً، أو كما تطلق عليه كلمة الله (مزمّة) (عدد ١٣: ٣٢). أما كالب ويشوع فكان اتجاه قلبيهما بحسب مشيئة الله.

عاد الاثنا عشر رسولاً وأخبروا موسى أن الأرض التي أرسلهم إليها أرض جيدة تفيض لبناً وعسلاً (عدد ١٣: ٢٧) ولكنهم أضافوا "غير أن الشعب الساكن في الأرض معتز، والمدن حصينة عظيمة جداً، وأيضاً قد رأينا بني عناق (الأقوياء الشجعان) هناك" (عدد ١٣: ٢٨). وكأنهم يقولون إن الأرض جيدة ولكن يسكنها عمالقة وذو بأس. لقد منعهم الخوف من العمالقة من دخول الأرض التي وعد الرب أن يعطيها لهم، لأنهم رأوا العمالقة دون أن يروا الله. لم يهزم الشعب من العمالقة، ولكنه انهزم نتيجة للصورة الضعيفة التي رسمها عن نفسه. لقد نظروا للآخرين على أنهم عمالقة، ونظروا لأنفسهم على أنهم كالجراد. أما كالب ويشوع فكانت نظرتهم لأرض الموعد نظرة صحيحة، فقالا لموسى وللشعب "إننا نصعد ونمتلكها لأننا قادرون عليها"

(عدد ١٣ : ٢٠). وكانت النتيجة أن الرب لم يسمح إلا لكالب ويشوع أن يدخلوا أرض الوعد.

أعد الرب خطة مستقبلية رائعة لكل بني إسرائيل، ولكن لم يدخل كل هذا الشعب أرض المستقبل إلا كالب ويشوع لأنهما تمتعا بنظرة صحيحة عن الله وعن نفسيهما. “إننا نصعد ونمتلكها لأننا قادرون عليها” يا لها من عبارة انتصار! يا لها من نظرة صحيحة!

حدثت هذه القصة منذ آلاف السنين ولكنها لا زالت تؤثر في حياتي حتى هذا اليوم. فإن كنت ترى نفسك وكأنك كلب ميت أو جرادة، فلا شك أن هذه النظرة ستؤثر على مستقبلك. وهذا ما رأيناه في قصة مفيبوشث والجواسيس العشرة. وتأكد أنك لن تختبر ما أعده الله لمستقبلك إن لم تتفق معه أولاً.

لا ينظر الله إلينا بنظره سيئة ولذلك لا يجب أن تكون نظرتنا لأنفسنا سيئة. انزع الماضي عنك وركز نظرك على المستقبل. أراد الرسول بولس أن يفعل ما هو صواب، ولكنه أدرك أنه لا يزال ينمو ويتعلم، وأنه لم يصل بعد إلى حد الكمال.

استمر

“ليس أني قد نلت (الكمال) أو صرت كاملاً، ولكني أسعى، لعلّي أدرك الذي لأجله أدركني أيضاً المسيح يسوع (فيلبي ٣: ١٢).

وفي العدد التالي يقول بولس إنه ينسى ما هو وراء، ويمتد نحو ما هو قدام. ويتكرر هذا المبدأ في أكثر من موضع في كلمة الله المقدسة، فنجد النبي إشعياء يقول بإعلان من الرب: “لا تذكروا الأوليات، والقديمات لا تتأملوا بها. هأنذا صانع أمراً جديداً (إشعياء ٤٣: ١٨، ١٩). أنا وأؤمن الرب قادمك لتقرأ هذا الكتاب، لأنه يريد أن يصنع أمراً جديداً بداخلك وفي حياتك.

لا شك أنه من المفيد أن نطور ونحسن صورتنا عن أنفسنا، ولكن الأمر قد يستغرق وقتاً طويلاً حتى ندرك أن هناك أملاً في ذواتنا، ذلك الأمل الذي يريدنا الله أن نتحلى به في الحياة. وحتى ندرك مقدار الأمل الذي يراه الرب فينا، ما عليك إلا أن تنظر للحالة التي كنت أنا عليها عندما دعاني الرب للتفرغ للخدمة. بالتأكيد لم أكن الخامة التي يمكن أن يختارها العالم للقيام بالعمل الذي أعمله اليوم.

والحقيقة هي أنني كنت أعتقد أن كل الناس كانوا قد فقدوا الأمل فيّ. فما أروع وما أعظم أن نعرف أن الله لا يزال يرى فينا إمكانيات وقدرات، في الوقت الذي لا يرى فيه كل من حولنا سوى عيوبنا. في الوقت الذي اختارني فيه الرب ليستخدمني لخدمة الآخرين كانت حياتي لا تزال ممتلئة بالعيوب والعادات السيئة، وكنت في حاجة للكثير من الإصلاحات والتعديلات. فبالرغم من محبتي للرب ومن رغبتي في عمل كل ما هو صالح ومُسِرُّ لقلبه، إلا أنني كنت أجهل الكثير من إعلانات الرب لحياتي. كنت أعرف الوصايا العشر، وكنت أواظب على حضور الكنيسة، وأحاول أن أكون إنسانة صالحة. كنت أقوم ببعض الأعمال الخيرية على أمل أن تكون كافية لتوصيلي إلى بوابة السماء. وبالرغم من كل هذا لم تكن هناك نصرّة حقيقة في حياتي اليومية. كنت مخلصّة في كل ما أفعله، ولكنني كنت أفترق إلى معرفة الحق. عانيت في حياتي من مشاكل لا حصر لها، وتعرضت للاعتداء الجنسي وأنا طفلة لسنوات كثيرة مما أثر كثيراً على حياتي. تعرضت أيضاً للأذى والإهانة في علاقاتي الشخصية مع الآخرين حتى أنني لم أعرف معنى المحبة الحقيقية.

كنت أشعر دائماً بالعار والذنب نتيجة لما تعرضت له في الماضي مما أثر على كل جوانب حياتي المختلفة. لم أحب ذاتي ولا شك أنني كنت أرسم لنفسي صورة سيئة للغاية. كنت أشعر بعدم الأمان والخوف إلى أقصى حد. ولكني كنت أظهر أمام الناس بشخصية مستقلة ذاتية الاكتفاء، وكأني لا احتاج لأي إنسان، ولا أهتم بما يظنه الآخرون عني. من المؤكد أنني كنت بالنسبة لمن لا يعرفونني شخصية جريئة وعنيفة. لم تتماش حياتي الظاهرية أمام الناس مع حياتي الداخلية. كنت أشعر في داخلي بفوضى لا نهاية لها. ولكن بالرغم من كل هذا ملأني الرب بروحه القدوس، وأعلن لي أنه يريد أن يستخدمني لخدمة الآخرين.

لم ينتظر الرب حتى تتعدل حياتي وتنصلح ليستخدمني، فبدأ العمل في حياتي حيثما كنت عندئذ، وكان هو المسؤول عن الوصول بي لما أنا عليه الآن. ويقيني أنه سيفعل معك الشيء نفسه.

سيتقابل الله معك حيثما أنت

“فسمع الله صوت الغلام، ونادى ملاك الله هاجر من السماء وقال لها: ما لك يا هاجر؟ لا تخافي لأن الله قد سمع

لصوت الغلام حيث هو“ (تكوين ٢١: ١٧).

نجد في الكتاب المقدس أن الله كان يتقابل مع الناس حيثما كانوا ليعينهم. وكم أشكر الله أنه لا ينتظر حتى يتسنى لنا أن نأتي إليه، ولكنه هو الذي يأتي إلينا. طلب الله من إبراهيم أن يفصل إسماعيل (ابن المجهودات الذاتية) عن إسحاق (ابن الموعد)، فطرد إبراهيم هاجر وابنها إسماعيل إلى الصحراء حيث واجها الموت. ولم يكن عمل الرب في حياة إسماعيل قد انتهى بعد، فالله لم يرفضه كما كان يبدو في تلك اللحظة، ولكنه كان ينقله إلى فصل جديد من فصول حياته.

من المؤكد أن الناس كانوا ينظرون إلى إسماعيل على أنه (غلطة). كان الله قد أخبر أبرام وساراي (الذين تسميًا بعد ذلك بإبراهيم وسارة) بأنه سيرزقهما بطفل ولكنهما، مثل كثيرين منا، سئما الانتظار والاتكال على الرب، وبدءا في تنفيذ خطتهما الخاصة. ولكن بالرغم من أنهما أخطئا إلا أن الرب لم يتوقف عن التعامل معهما.

أعطت ساراي هاجر لإبراهيم لتكون زوجة ثانية له ليرزقا منها بطفل. واعتقدت أنه بمثل هذا التصرف سيكون

لهما ابن الموعد. ولكن خطة الله كانت مختلفة. لقد تسبب هذا التصرف في كثير من المشاكل نقرأ عنها في سفر التكوين الأصحاحات ١٦-١٨. وبقراءتنا نجد أن الجميع أخطأوا. ولكن الواضح أن الرب كان يعرف قلوبهم، وكان يقف في انتظار الوقت المناسب للتصحيح وإصلاح الفوضى التي تسبب فيها الجميع. والله دائماً يصنع معجزات من الأخطاء التي نرتكبها.

لا شك أن الاعتداء الذي تعرّضتُ له وأنا طفلة كان خطأ لم يكن من المفروض أن يحدث. فهو لم يكن خطأ بالنسبة لي فقط، بل بالنسبة لكل من اشتركوا فيه.

ولكن الله في عظمته أخذ هذا الخطأ وصنع منه خدمة عظيمة لمساعدة الآخرين. لقد تقابل معي حيثما كنت ودعاني لخدمته في الوقت الذي لم يظن فيه الآخرون أنني أصلح للخدمة.

يختار الله غير المرغوب فيهم،

مثلي ومثلك!

“بل اختار الله (عن قصد) جهّال العالم ليخزي الحكماء، واختار الله (عن قصد) ضعفاء العالم ليخزي الأقوياء، واختار الله أدنياء العالم والمزدرى وغير الموجود ليبطل الموجود، لكي لا يفتخر كل ذي جسد أمامه” (١كورنثوس ١: ٢٧-٢٩).

يختار الله عن قصد غير المرغوب فيهم ليقوموا بالعمل، لأنه بذلك يعلن أمام العالم كله عن نعمته ورحمته وقوته على تغيير حياة البشر. لأنه عندما يستخدم الله أشخاصاً مثلي ومثل آخرين أيضاً نتأكد أن مصدر القوة والعظمة ليس فينا بل فيه وحده “لأن جهالة الله أحكم من الناس، وضعف الله أقوى من الناس” (١كورنثوس ١: ٢٥). لكل منا رسالة، ولا يوجد عذر لعدم تتميمها في حياتنا، فلا نستطيع أن نلقي اللوم على ضعفنا لأن الله يقول إن قوته في الضعف تكمل (٢كورنثوس ١٢: ٩).

كما لا يمكن أن نستخدم ماضينا كمبرر، لأن الله يقول لنا إنه “إن كان أحدٌ في المسيح فهو خليفة جديدة. الأشياء

العتيقة قد مضت. هوذا الكل قد صار جديداً
(٢كورنثوس ٥: ١٧). المشكلة ليست في الطريقة التي
يستخدمنا الرب بها وإنما في الطريقة التي ننظر بها
لأنفسنا والتي تقف عقبة أمام نجاحنا. يستطيع كل منا أن
ينجح في أن يكون كل ما قصد الرب أن نكون عليه.

لماذا لا تنفرد قليلاً بنفسك وتسترجع الطريقة التي تشعر
بها تجاه ذاتك؟ ما هي نظرتك لذاتك؟ ما هي الصورة التي
ترسمها عن نفسك؟ هل ترى نفسك مثل كلب ميت أو جرادة؟
هل ترى فيك شخصاً لا رجاء فيه ولا أمل منه ولا يحبه أحد؟
أم ترى نفسك خليفة جديدة على صورة الله ومثاله، تصبو
وتتطلع لحياة أفضل تنتظرك في المستقبل؟

(٢)

أنا على ما يُرام، وفي طريقي للأمام

“واثقاً بهذا عينه: أن الذي ابتدأ فيكم عملاً صالحاً يكمل (العمل الصالح) إلى يوم المسيح يسوع (حتى موعد مجيئه ثانية)” (فيلبي ١ : ٦).

بالتأكيد لم أصل أنا، ولا وصل أحدٌ منا إلى الكمال، ولكننا نسعى للوصول إليه. لقد عشت معظم سنوات حياتي معتقدة أنني لن أكون على ما يرام حتى أصل لحد الكمال، ولكنني عرفت أن كلمة الله تتنافى مع هذا الاعتقاد. فقلبي يشتاق أن يكون كما يريد الله، وأنا أريد أن أكون مثل يسوع، ولكن جسدي لا يتعاون دائماً معي لتحقيق هذه الرغبة وهذا الشوق. يقول بولس في رومية ٧ إنه عاجز عن فعل ما يريده، وإنه يفعل الشر الذي لا يريده، فشعر أنه إنسان بائس يائس. وهذا ما كنت أشعر به، فماذا عنك أنت؟ وفي عدد ٢٤ صرخ “ويحي أنا الإنسان الشقي. من ينقذني من جسد هذا الموت؟”. وكأنه نال إعلاناً من الرب فقال في العدد التالي: “أشكر الله (لأنه) بيسوع المسيح ربنا.. لكل منا

طريق يجب أن يسلكه، ولكني كنت أتساءل عن المسافة التي ينبغي أن أسيرها.

وكان إبليس يذكرني أحياناً كل يوم وكل ساعة بعدم كمالي، فكنت أشعر بالفشل وأنا لست الإنسانية التي يجب أن أكونها، وأن كل ما كنت أفعله لم يكن ليكفي، فكنت أشعر أنني أحتاج أن أحاول بجد أكثر، ولكني كنت أشعر بفشل أكبر في كل مرة. أما الآن فقد تغيرت طريقة تفكيري: (أعرف أنني لم أصِلْ لما أريد الوصول إليه، ولكن أشكر الرب أنني لم أعد كما كنت في الماضي. أنا على ما يُرام، وفي طريقي للأمام!).

استمر في السير

”أما سبيل الصديقين (الذين لا يساومون) فكنور مشرق يتزايد (في القوة والوضوح) وينير إلى (حتى يصل إلى كامل قوته ومجده) النهار الكامل (الاستعداد)“ (أمثال ٤: ١٨).

الآن أعلم بكل قلبي أن الله غير غاضب مني لأنني لم أصِلْ بعد لحد الكمال، ولكنه مسرور بأنني أواصل السير، وأنا لا زلت في الطريق الصحيح. فإن واصلنا المسير والتقدم للأمام سيكون الله مسروراً بالتقدم الذي نحزره.

استمر في السير في الطريق، فالسير يعني أخذ خطوة واحدة بعد الأخرى. عليك أن تتذكر ذلك جيداً. فإن دعوتك لأن تسير معي مسافة معينة، فمن السخف أن أغضب منك بعد أن سرتَ بضع خطوات بدعوى أنك لم تقطع المسافة كلها.. ومع أننا ندرك هذه الأشياء العادية بدون صعوبة، إلا أننا لا نتوقع أن الوصول للنضج الروحي سيستغرق بعض الوقت. نشعر عادة أنه من الطبيعي أن طفلاً في السنة الأولى من عمره لا يجيد المشي، فهو يتعثّر ويسقط كثيراً، فنساعده على النهوض، ونضمد جراحه إن وُجدت، ونستمر في تشجيعه على المشي. لا شك إن إلهنا العظيم يستطيع أن يفعل معنا أكثر مما نفعله نحن مع أولادنا.

حافظ على توازنك

“أصحوا (لتنقيظ أذهانكم) واسهروا، لأن إبليس خصمكم كأسد زائر يجول ملتصقاً من يبتلعه هو” (١بطرس ٥: ٨).

من المهم جداً أن نحافظ على التوازن في كل أمور الحياة، لأننا إن لم نفعل نفتح باباً أمام إبليس. تحدثنا فيما سبق عن أهمية رسم صورة صحيحة للذات. وإحدى الطرق لعمل ذلك هي أن ندرك أننا لم نصل بعد لحد الكمال، وأن علينا أن

ننمو وننضج. ولكننا في الوقت الحالي على ما يُرام. صحيح أننا يجب أن نستمر في تقدمنا للأمام، ولكن شكراً للرب لأننا لا يجب أن نكره أو نرفض ذواتنا خلال ذلك الوقت الذي نحاول فيه الوصول لمسعانا.

تُرى، ما هي النظرة المسيحية الطبيعية والصحية للذات؟ إليك بعض الأفكار التي تعكس طبيعة هذه الصورة التي مركزها الله:

١- أنا أعرف أن الله خلقني وأنه يحبني.

٢- لا تزال هناك بعض العيوب والضعفات في حياتي ولكنني أريد أن أغير. أوّمن أن الله لا يزال يعمل في حياتي وأنه يغيرني شيئاً فشيئاً يوماً بعد الآخر. وبينما يفعل ذلك أستطيع أن أتمتع بما أنا عليه وبحياتي.

٣- لكلّ منا عيوبه، فأنا لست فاشلاً لأنني لم أصل لحد الكمال بعد.

٤- سأسير مع الله لأتغلب على ضعفاتي، ولكنني أدرك أن هناك أموراً يجب أن أتعامل معها ستبقى معي، فلن أفشل عندما يبكتني الرب على أمر في حياتي يحتاج إلى تطوير أو تغيير.

٥- أريد أن أسعد الآخرين كما أريدهم أن يحبوني، ولكني لا أستمد قيمتي وأهميتي مما يعتقد الآخرون عني. لقد سبق وأكد يسوع على أهمية ذاتي عندما اختار أن يموت لأجلي.

٦- لن تتسلط أفكار وأقوال وأفعال الآخرين على حياتي حتى وإن كانوا يرفضونني. لقد وعدني الرب بأنه لن يرفضني ما دمت أوّمن به.

٧- مهما كان عدد المرات التي فشلت فيها فلن أستسلم، لأن الله معي وسيقويني ويعضدني. لقد وعد ألا يرفضني وألا يتركني.

٨- أنا أحب نفسي بالرغم من أني لا أحب كل ما أفعله. أعلم أني محتاج إلى تغيير ولكني لن أرفض ذاتي.

٩- أنا بلا عيب أمام الله بيسوع المسيح.

١٠- لدى الله خطة صالحة لحياتي وسأتممها بمعونة الرب ولمجده. لقد أعطاني الرب مواهب وقدرات سأستخدمها لخدمة الآخرين.

١١- أنا لا شيء في ذاتي، ولكني كل شيء أحتاج إليه في

المسيح.

١٢- أستطيع أن أفعل كل ما يجب أن أفعله وكل ما يدعوني الله لأتممه بالمسيح (فيلبي ٤: ١٣).

وهناك بعض اقتراحات إضافية قد تعينك على الحفاظ على صورة متوازنة وصحيحة عن ذاتك:

١- ارفض دائماً خطاياك وكرهها، لكن لا ترفض نفسك.

٢- تب سريعاً.

٣- كن أميناً مع الله ومع ذاتك بخصوص ذاتك.

٤- لا تخف عندما يعطيك الله نوراً جديداً.

٥- لا تتفوه بمزيد من الأشياء السلبية المحبطة عن ذاتك،

بل بالحري افتخر.

٦- لا تفرط في التعبير عن أهميتك، ولكن في نفس الوقت

لا تعتبر نفسك بلا قيمة.

٧- لا تفترض دائماً أنك المخطئ عندما لا تسير الأمور

على ما يرام، ولكن لا تخش الاعتراف بخطئك عندما تخطئ.

٨- احذر من التفكير في ذاتك أكثر من اللازم. لا تكثر من

التفكير في الأشياء الجيدة أو السيئة التي فعلتها، لأن ذلك

يجعل تفكيرك متركزاً حول ذاتك. يجب أن يكون المسيح ومبادئه محور تفكيرك “ذو الرأي الممكن تحفظه سالماً، لأنه عليك متوكل” (إشعياء ٢٦: ٣).

٩- اهتم بنفسك من الناحية الصحية وحافظ بقدر استطاعتك على كل ما أعطاك الرب دون أن تهمل مظهرك الخارجي أو تهتم به أكثر من اللازم.

١٠- تعلّم كل ما تستطيع أن تتعلمه، ولكن لا تسمح لتعليمك أن يكون مصدر افتخارك، فالله لا يستخدمنا لأننا حصلنا على درجات علمية عالية، ولكن لأن قلوبنا مستقيمة أمامه.

١١- لاحظ أن المواهب والقدرات التي أعطاه لك الرب هي عطايا من لدنه وليست من صنع يديك، ولا تحتقر من لا يمتلكون كل ما تمتلك أنت.

١٢- لا تحتقر ضعفاتك لأنها تجعلك معتمداً ومتكللاً بالكامل على الله.

كيف يمكن أن أتغير؟

”لا تشاكروا (لا تتبعوا ولا تتكيفوا مع عادات وتقاليد) هذا

الدهر (هذا العالم) بل تغيروا عن شكلكم بتجديد أذهانكم
(عن طريق الأفكار الجديدة واتجاهات القلب الجديدة)
(رومية ١٢ : ٢).

لا يحدث التغيير بالقوة أو نتيجة للمجهودات البشرية
دون تدخل إلهي، وإلا ستكون النتيجة حيرة وكراهية
ورفضاً للذات ومشاعر ذنب وأموراً أخرى ضارة. لكن
التغيير يحدث في حياتنا نتيجة لتغيير أذهاننا وتجديدها
بكلمة الله.

فعندما نتفق مع الله ونؤمن بأن كل ما يقوله حق، يبدأ
هذا الحق في التحقق في حياتنا، ويتغير أسلوب تفكيرنا
وطريقة حديثنا، وأخيراً تتغير تصرفاتنا. إنها عملية تحدث
على عدة مراحل. ويجب أن نتذكر أنه خلال كل مرحلة
يمكننا أن نعلن قائلين (أنا على ما يُرام، وفي طريقي
للأمام).

تعلم أن تتمتع بذاتك أثناء عملية التغيير. تمتع بما أنت
عليه الآن حتى تصل لما تريد أن تصل إليه. تمتع برحلة
الحياة ولا تضيع الأوقات التي تمر بك الآن في التفكير في
المستقبل.

ولا تهتم بالغد“ لأن الغد يهتم بما لنفسه“
(متى ٦: ٢٤). قد تحارب اليوم حدة الطبع معتقداً أنك
بمجرد أن تتحرر من هذا الأمر ستكون حياتك على ما يُرام.
لكن الحقيقة هي أن الرب سيعلم لك عن أمر آخر يحتاج إلى
تغيير، وعندئذ ستعتقد مرة أخرى أنك إن استطعت أن
تتخلص من هذه المشكلة ستعيش سعيداً بعد ذلك.

يجب أن تنظر لمثل هذه الأمور بنظرة جديدة.

طريقاً حياً حديثاً

“طريقاً كرسه (بدأه وخصصه وفتحه) لنا حديثاً (جديداً)
حياً بالحجاب (عندما انشق حجاب قدس الأقداس) أي
جسده“ (عبرانيين ١٠: ٢٠).

كان على شعب الله في القديم أن يتبعوا الناموس، فإن
أخطأ أحدهم، كان عليه أن يقدم ذبيحة للتكفير عن خطيته.
وما أكثر القوانين التي كان يجب أن يتبعوها، فكانت
النتيجة أعمالاً وأعمالاً، ومحاولة بعد أخرى، وفشلاً بعد
الآخر، ومشاعر ذنب تدفعهم للمحاولة مرة أخرى ثم فشل ثم
تقديم ذبيحة. لقد كانت دائرة من العمل الذي لا ينتهي
سالباً الحياة من الناس. أعطى الرب موسى الناموس على

لوحين من الحجارة كتب عليهما الوصايا العشر، وتحولت قلوب الشعب إلى قلوب حجرية قاسية نتيجة لمحاولاتهم حفظ هذا الناموس.

أما في العهد الجديد فقد تمَّ استبدال خدمة الموت بخدمة الروح.

الناموس أم الروح؟

“ثم إن كانت خدمة الموت المنقوشة بأحرف في حجارة قد حصلت في مجد، حتى لم يقدر بنو إسرائيل أن ينظروا إلى وجه موسى لسبب مجد وجهه الزائل، فكيف لا تكون بالأولى خدمة الروح (التي تحت الناس على سكنى وقيادة الروح القدس في حياتهم) في مجد؟” (٢كورنثوس ٣: ٧، ٨).

كان حفظ الناموس خدمة موت بدلاً من أن يكون خدمة حياة. وبالنسبة لي يعني حفظ الناموس أن أعمل كل شيء بكمال وإلا حدثت مشاكل بيني وبين الله، فالناموس يعني قوانين وقواعد بلا حرية. لقد عشت خاضعة للناموس سنوات طويلة، فحرمت من السلام والفرح. كنت أحيى حياة تمتلئ موتاً من كل أنواع البؤس والشقاء.

فالناموس يجعل الناس يعيشون في توتر وقسوة دون أن يعرفوا شيئاً عن الرحمة، فهم لا يقبلونها من الله، وبالتالي لا يمنحونها للآخرين. أدركت، أثناء محاولتي للسلوك بالمحبة، أنني شخصية غير رحيمة على الإطلاق، ومرة أخرى علّمني الرب أنني لا أستطيع أن أعطي ما لا أملكه، فأنا لم أقبل رحمته في كل مرة كنت أفشل فيها وبالتالي لا أستطيع أن أمنح الرحمة للآخرين. كنت أحاول اتباع كل القواعد والقوانين التي تسلمتها من الآخرين، والتي أصدرتها الكنيسة، وآلاف القوانين التي سمحتُ لإبليس أن يضعها في ذهني، والتي لم تكن كتابية بالمرّة، ولكنها كانت قوانين اتبعتها، فجعلتني أشعر دائماً بالذنب.

أعطى الرب موسى عشر وصايا، ولكني سمعت أحد المتكلمين يقول إنه عندما جاء يسوع لأرضنا كان رجال الدين اليهود قد زادوا هذه الوصايا حتى بلغت ٢٢٠٠ وصية وقانوناً، فرضوها على الناس وطالبوهم بتنفيذها. ولا أستطيع أن أجزم بخصوص صحة هذا العدد، ولكني أعلم يقيناً أن هذه الوصايا كانت أكثر بكثير من أن يحفظها أي إنسان.

يميل البعض نحو الالتزام بالحرف أكثر من الآخرين، فنستنتج إن أمزجتنا ونزعاتنا البشرية تميل نحو الكمال والتمسك بالقانون أو الناموس. ولكن علينا أن نتذكر أنه أينما وُجد الناموس، وُجد الموت أيضاً. قال يسوع أنه جاء ليعطينا حياة (يوحنا ١٠: ١٠) وهكذا أصبح روح الله هو الشريعة الجديدة للناس بدلاً من الناموس، طريقاً حياً حديثاً. واحتوت هذه الشريعة على الرحمة عند الفشل، وعلى غفران الخطايا واستبدال الذبائح بالإيمان بالمسيح.

كان الأمر أروع من أن يُصدق وأبسط من أن يقبله بعضنا، ولذلك استمروا في محاولاتكم لإبهار الله بعظمة وصلاح أعمالكم. تقول كلمة الله إننا مبررون بالإيمان وليس بالأعمال (أفسس ٢: ٨، ٩). ولذلك فإن أي محاولة للحصول على البر والتبرير بطريقة أخرى لن تؤدي إلا إلى الحيرة واستنفاد كل طاقة لدينا.

انتهى عهد الناموس وبدأ عهد الحياة الجديدة

“وأما الآن فقد تحررنا من الناموس، إذ مات الذي كنا مُسَكِّين فيه، حتى نعبد بجدَّة (بطاعتنا) الروح لا بعق

(بعبودية) الحرف “ (رومية ٧: ٦).

وهكذا نرى مرة أخرى أن خدمة الله في العهد الجديد تنعش الحياة وتجدها. إنها طريق حي حديث، ولذلك نحتاج إلى تجديد أذهاننا حتى نستوعب هذا الحق، كما يجب أن نتعلم كيف نفكر بطريقة مختلفة عن ذواتنا وعن ما يتوقعه الله منا.

فرح التقدم للأمام

“حتى أتم بفرح سعيي والخدمة” (أعمال ٢٠: ٢٤).

أراد الرسول بولس أن يكون كما أراده الرب أن يكون، وأن يفعل كل ما يكلفه به، وأراد أن يفعل كل هذا بفرح. نحتاج أن نتعلم كيف نفرح بالتقدم الذي نحزّه، لا أن ننظر إلى طول المشوار الذي يجب أن نسلكه. يجب أن نتعلم أن ننظر للأمور بإيجابية لا بسلبية.

من الأعراض التي يعاني منها الذي يتمسك بالناموس أنه لا يشعر بالرضا أبداً إن لم يحفظ كل الناموس، فإن سقط في وصية واحدة فقد صار مذنباً في الكل يعقوب ٢: ١٠. أما نحن ففي ظل العهد الجديد نستطيع أن نشعر بالرضى خلال

الرحلة بكاملها. فهذا الشعور لا نستمدّه من حُسن أدائنا بل من يسوع نفسه.

قال يسوع في يوحنا ١٠: ١٠ إنه جاء ليعطينا الحياة والحياة الأفضل التي يمتعنا بها. وفي نفس العدد يقول إن اللص لا يأتي إلا ليسرق ويقتل.. والمقصود باللس هنا هو الناموس أو النظرة الناموسية لله. فالناموس يسرق منا كل شيء ولا يعطينا شيئاً في المقابل سوى الشعور بالذنب والبؤس. إنه لا يبررنا ولا يعطينا السلام أو الفرح، ولكن في المسيح نستطيع أن نتمتع بكل هذه الأشياء التي يهبها لنا مجاناً عندما نوّمن بنعمة الله، لا بأعمال الجسد.

ليسكن الفرح والسلام والرجاء حياتك

“وليملاكم إله الرجاء كل سرور وسلام في الإيمان (أي بالإيمان) لتزدادوا في الرجاء بقوة الروح القدس (رومية ١٥: ١٣).”

ذات ليلة انتابني شعور قوي بعدم الرضا وعدم الفرح، فتوجهت إلى صندوق الوعود الذي أهده لي أحد الأصدقاء، وهو صندوق صغير يحوي كروتاً كثيرة سُجِّلت عليها بعض الآيات الكتابية، فتلتقط أحدها وتتذكر بعض وعود الله التي

تكون في احتياج إليها. شعرتُ في ذلك الوقت أنني محتاجة إلى شيء ما ولكني لم أعلم ما هو، لقد اختفى السلام والفرح من حياتي وحل البؤس مكانهما. وكان مسجلاً على الكارت الذي سحبته رومية ١٥: ١٣ فكانت بالحق الكلمة التي كنت أحتاجها (إشعياء ٥٠: ٤).

كانت مشكلتي أنني كنت أشك بدلاً من أن أؤمن. شككت في محبة الله غير المشروطة، وشككت في قدرتي على سماع صوته، وشككت في دعوته لحياتي، كما شككت في سروره

بي..

ولكن عندما أدركت أن الشك هو المشكلة، عدتُ مرة أخرى إلى الإيمان، فعاد إلي فوراً فرحي وسلامي.

وقد تكرر هذا الموقف في حياتي عدة مرات.. فعندما تفقد فرحك وسلامك، افحص إيمانك واختبره، وعادة ستجده قد رحل هو الآخر. فعندما تبدأ في عقلنة الأمور والشك في ذاتك، تأكد أنك ستفقد فرحك وسلامك.

أتذكر السنوات التي قضيتها في شك من نحو ذاتي. كنت أشك في صحة قراراتي، وفي حسن مظهري، وفي قيادة الروح القدس لحياتي، وفي صحة أقوالي وأفعالي.

كنت أتساءل: هل أجلب السرور لقلب الله والآخرين أم لا؟
كنت أعلم أنني لم أكن راضية عن ذاتي، فكيف يرضى
الآخرون عني؟ وكم أنا سعيدة بأن هذه السنوات أصبحت
تاريخاً من الماضي.

فأنا اليوم أستطيع ممارسة ما جاء في غلاطية ٥: ١ إذاً في
الحرية التي حررنا المسيح بها، ولا ترتبكوا أيضاً بنير
"فاثبتوا (التي تحررتم منها بالفعل)".

لقد استعبدت كثيراً في الماضي للناموس، ولذلك عليّ أن
أواجهه بكل حزم وصرامة بعد أن عرفته وعرفت أعراضه.
وتساعدني هذه المعرفة على مقاومة إبليس والتمتع بالحرية
التي أعطاها المسيح لي.

لكلّ منا مطلق الحرية أن يؤمن بأنه على ما يُرام، وأنه في
طريقه للأمام، بالرغم من أنه لم يصل بعد.
لنا مطلق الحرية أن نستمع بالحياة وبالله وبأنفسنا.

رأيك يهمنا

إذا كان لديك تعليق أو تأثرت بهذا الكتاب

إكتب تعليقك داخل الموقع الإلكتروني:

www.ptwegypt.com

أو إرسل لنا E-mail على:

ptw@ptwegypt.com

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. أو من انه قد مات لاجلي اخذاً خطييتي عندما مات على الصليب. أو من انه اقيم من الموت. الآن اسلم حياتي ليسوع.

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

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

يوحنا 3: 16 1 كورنثوس 15: 3-4

افسس 1: 4 افسس 2: 8-9

1 يوحنا 4: 14-15

1 يوحنا 1: 9

1 يوحنا 5: 12-13

1 يوحنا 5: 1

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