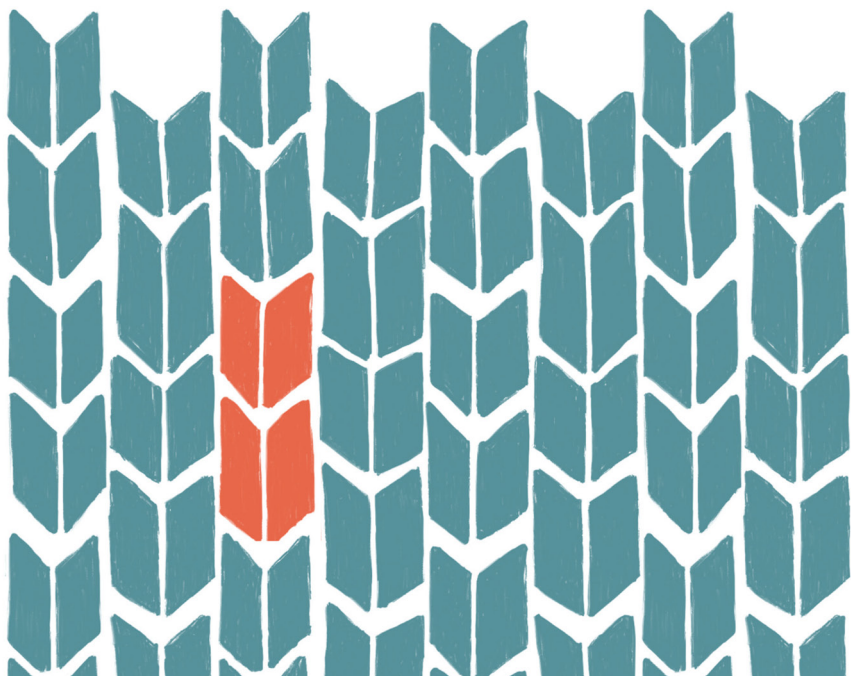




رجاء

للأوقات الصعبة

جويس مایر



رجاء

للأوقات الصعبة

جويس — س — ماير

Originally published in English under the title:

رجاءً للأوقات الصعبة

المؤلف : جويس ماير

الناشر: P.T.W للترجمة والنشر

المطبعة :

حقوق الطبع محفوظة

النشر والتوزيع:

P.T.W. للترجمة والنشر

تليفون : 28406981 - 28406980 - (202 +)



**Prepare The Way
Translators & Publishers**

E-mail: ptw@ptwegypt.com

www.ptwegypt.com

رقم الإيداع:

الترقيم الدولي :

جميع الحقوق محفوظة. لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب.

أو أي جزء منه. أو تخزينه في نطاق استعادة المعلومات أو نقلها.

أو استنساخه بأي شكل من الأشكال. دون إذن خطي مسبق من الناشر.

المُحتَوَيات

مُقدِّمة	٥
الإمتلاء بالرجاء	٩
ماذا تفعل عندما تشعُر بالعجز؟	١٥
إختر الرجاء	٢٢
الثِّقة في الله في وسط العاصفة	٢٧
الكل صار جديداً	٣٣
كيف تنظر لأعلى عندما تشعُر بالإنحاء؟	٤٠
هل تجتاز في وقتٍ صعب؟	٤٨

مُقدِّمة

يسعدني أنك اخترت أن تقرأ هذا الكتاب.

ربما تشعُر الآن بالألم بطريقة أو بأخرى، أو تشعُر أن ما يحدث في حياتك يطغى عليك. ومع أنني لا أعرف ظروفك بالضبط، إلا أنني أعرف شيئاً أكيداً:

أنت لست وحدك - الله يحبك، ونحن أيضاً.

في الحقيقة، كتبت هذا الكتاب لكي يُشجِّعَك، ويملاً قلبك بالرجاء. أريدك أن تعرف وسط ما تجتاز فيه، وبينما أنت في هذا الوقت، أن الله في صفك، وليس شيء غير ممكن لديه (انظر لوقا ١: ٣٧). لدى الله خطة صالحة لمستقبلك، وهو يعمل بالفعل خلف الستار لكي يعينك (انظر إرميا ٢٩: ١١).

ربما تتعامل مع مأساة لم تكن متوقعة، ولا تعرف كيف تستجمع قواك وتمضي قدماً. أو ربما تعاني من مشكلة صحية ولا تجد وسيلة لزيارة الطبيب. أعرف أن الكثيرين جدًّا يعيشون حياتهم يوماً بيوم، وهم لا يعلمون من أين ستأتي وجبة الطعام القادمة.

عندما نجتاز في أمر بالغ الصعوبة، قد نميل إلى أن ننسحب ونستسلم. إلا أن أعظم شيء نستطيع أن نفعله هو أن نضع ثقتنا في الله، ونظل مملوئين بالرجاء. لكن ما هو الرجاء في حقيقته؟

الرجاء هو التوقع الواثق أن شيئاً صالحاً سوف يحدث. وهو يرتبط ارتباطاً وثيقاً بإيماننا وبما نصدق. عندما نجرؤ أن نرجو، يغمر هذا حياتنا بالفرح والسلام.

يريدنا العدو أن نكون بلا رجاء. يريد أن يقنعنا أن كل شيء قد ضاع، ولن يأتي أي خير أبداً. لكن الله يريدنا أن نكون مملوئين بالرجاء - أن نُصدِّق ونتوقع منه أشياء عظيمة. في الحقيقة، يقول الكتاب المقدس إن الله هو «إله الرجاء»، المملوء بالرحمة والبدائيات الجديدة (انظر رومية ١٥: ١٣).

نتيجة الإساءة الجنسية والشفهية والعاطفية التي تعرضت لها على يد والدي في طفولتي، نما بداخلي توجُّه عدم الرجاء. حدثت لي العديد من الأمور السلبية، لدرجة أنني بدأت أتوقع طوال الوقت أن شيئاً سيئاً سيحدث، حتى بعد أن أصبحت مسيحية مؤمنة.

لكنني أستطيع أن أقول بكل صدق، إن الله قد غيرني من السلبية والتشاؤم إلى شخصية مليئة بالرجاء، والتوقع الدائم لصلاحه في كل موقف. كما ساعدني شيئاً فشيئاً على أن أكتشف قوة الرجاء وما تعنيه بالنسبة لأفكاري وكلماتي وتوجُّهاتي، وكل جانب من جوانب

حياتي. لهذا، حتى وأنا أواجه ظروفًا قاسية، أو أقابل مُعَوِّقًا ما، أظل متمسكة بالرجاء، عالمة أن الله سيجعل كل الأشياء تعمل لخيري!

ربما تكون قد احتملت الكثير من الألم، أو خيبة الأمل، أو المُعَوِّقات ولا تستطيع أن تتخيل أن شيئًا ما سيتحسن. يريد العدو أن يقنّعك أن الأمور لن تتغير أبدًا. لكن الله يريدك أن تعرف أنه يحبك، ويمكنك أن تثق في أنه سيُخرج من فوضى حياتك معجزة! دورك هو ألا تتخلى أبدًا عن الرجاء - وأن تتوقع أن يُظهر الله صلاحه في أيّة لحظة.

تشتمل هذه الصفحات على بعض الدروس العظمى التي علمني الله إياها في هذا المجال - دروس من شأنها أن تقوي إيمانك، وتساعدك أن تتعامل مع الحياة بتوجّه جديد تمامًا.

كثيرًا ما أقول إن الشخص الذي يظل مليئًا بالرجاء - الذي يظل مُصَدِّقًا لكلمة الله، ويرفض أن يستسلم - لا يمكن حقًا أن ينهزم. لأنه حتى في وسط عواصف الحياة، وبينما تضع ثقتك في الله، يستطيع هو أن يملأ حياتك بسلامه العجيب وبفرحه، ويُخرج الخير من ظروفك.

أنا لا أعرف بالضبط ما الذي تمر به في حياتك، أو ما الذي تختبره الآن. لكنني أعرف أن الله يحبك محبة عظيمة، وأن عينيه عليك، وهو سيساعدك (انظر رومية ٨: ٣٨-٣٩؛ مزمور ٣٣: ١٨).

إنه إله كل رجاء، وهو الذي يستطيع أن يحوّل حتى أصعب أوقاتك إلى شيء رائع.

الفصل الأول الإمتلاء بالرجاء

أقول أحياناً إننا جيل «أرني». فنحن نريد أن نرى الأمر قبل أن نؤمن به. الحقيقة أن معظمنا يواجهون صعوبة في تصديق أن الله يعمل لصالحنا قبل أن نرى بعيوننا الطبيعية شيئاً يحدث.

لكن الله لا يعمل هكذا – إنه يعمل وراء الستار. ربما لا ترى أي شيء يحدث، لكن هل تؤمن أن الله يعمل داخل الأمور الحادثة في حياتك الآن؟ هل تصدق أن لديه خطة ليساعد أولادك، أو زواجك، أو تلك الأمور التي كنت تصلي لأجلها لسنوات؟

يقول الكتاب المقدس في إرميا ٢٩: ١١ إن الله لديه خطة صالحة لحياتك، تُعطيك رجاءً في النهاية. أي إن الله يبحث عن فرصة ليظهر بها صلاحه من نحوك!

ربما يصعب عليك أن تتخيل نفسك شخصاً إيجابياً، مملوءاً بالإيمان، مملوءاً بالرجاء. إن كنت كذلك، فأنا أعرف ما تشعر به! بعض الناس ببساطة يخشون أن يتحلوا بالرجاء؛ لأنهم قد اختبروا الكثير من خيبات الأمل، ولا يظنون أن باستطاعتهم مواجهة المزيد من الألم.

لكن لا بأس، لأن الله هو «إله الرجاء»، المملوء بالرحمة
والبدايات الجديدة (انظر رومية ١٥: ١٣). ومعه، لم يفت الأوان لكي
تبدأ في التصديق، والانتظار، والرجاء، والتوقع.

توقعات عظيمة ..

واحدٌ من تعريفات الرجاء هو أنه «توقع مُسرٍ وواثق».

أرى أننا كثيرًا ما نتخذ موقفًا سلبيًا، ونقرر أننا فقط «سننتظر
ونرى»، إن كان شيءٌ ما سيتغير أو «يصادف» أن يسير حسنًا
بالنسبة لنا. لكن الله يريدنا أن نتوقع عن قصد. إنه يريدنا أن نتوقع
بإيجابية شيئًا صالحًا.

لهذا، أنا أسألك: ما الذي تتوقعه؟!

ما الذي تراه في ذهنك ومخيلتك؟ كيف تتحدث عن مستقبلك؟
عندما تستيقظ في الصباح، هل تقول لنفسك «حسنًا، أظن أنني
سأحاول أن أكمل يومًا آخر بأي شكل»؟ أم تستيقظ بتوقع أن اليوم
ربما يكون هو اليوم الذي تستقبل فيه اختراقًا لحياتك؟

اعتدنا عندما نعرف أن امرأة ما حُبلى، أن نقول عنها إنها
«تنتظر» طفلًا. ومع مرور الأيام، يزداد انتظارها لما سيأتي.

كانت مَرَات حملي فريدة من نوعها؛ لأنني ظلت أحمل أولادي
الأربعة، لما يقرب من شهر بعد الموعد المتوقع لولادتهم. أخبرني

طبيببي أنني كنت المرأة الوحيدة التي يعرفها، واستمر حملها لمدة تعادل مدة حمل الفيل!

مع اقتراب نهاية كل حمل منها، كنت أستيقظ كل يوم وأقول «اليوم سيكون هو اليوم المنتظر - لا بد أن يكون اليوم!» كانت حقائبي كلها مجهزة، وكنتُ مستعدة. كنت باستمرار أعيد مراجعة كل شيء، وأتأكد من أن كل شيء مرتب، واثقة من أن وليدي سيأتي في أية لحظة. كل مرة كنت أشعر فيها بوخزة، كنت أقول في نفسي «ها هو! إنه قادم!»

هكذا بالضبط يريدك الله أن تكون معه! إن لديه خطة مذهلة لحياتك، وهو يريدك أن تتوقع أن الأمور الصالحة قريبة منك. يقول الرجاء: «ربما كانت الأمور كما هي لوقت طويل، لكن الله هو إله المستحيلات، ويمكن أن تتغير الأمور».

هل أنت أسير الرجاء؟

كما ذكرت، لم أعرف في حياتي شخصاً أكثر سلبية مما كنت عليه قبلاً. كنت أرى نصف الكوب الفارغ دائماً - كنت أرى الجانب السيئ في كل موقف.

وهذا يفسر لماذا كنت في غاية التعاسة. إن الشك والسلبية يسببان لنا الإحباط، لكن الرجاء يطلق فينا الفرح!

يعني الرجاء أن يكون لك تفكير أو توجُّه إيجابي. إن الشخص المملوء بالرجاء يرفض رفضاً تاماً أن يكون سلبياً بأي شكل من الأشكال. ومع أنه يدرك عواصف الحياة، ويتعامل معها، إلا أنه يظل مملوءاً بالرجاء في الفكر والتوجُّه والكلام.

في أوقات كثيرة، أظن أننا نَعلَق في فخ الانتظار حتى نشعر بالتفاؤل أو الرجاء. لكن الرجاء عبارة عن قرار أن نكون إيجابيين، ولا نحيا بموجب ما نشعر به. الحقيقة هي أننا عندما نتخذ قراراً ملموساً أن نفكر أفكاراً إيجابية مليئة بالرجاء، سوف تتحرك مشاعرنا في النهاية وفقاً لهذا!

كم أحب ما جاء في زكريا ٩: ١٢! حيث يقول الرب «أَرْجِعُوا إِلَى الْحِصْنِ [حصن الأمان والرخاء] يَا أَسْرَى الرَّجَاءِ. الْيَوْمَ أَيْضاً أُصْرِحُ أَنِّي أَرُدُّ عَلَيْكَ ضِعْفَيْنِ».

ما معنى أن نكون «أسرى الرجاء»؟ هذا يعني، أن نرفض الكَفَّ عن الرجاء والثقة في قدرة الله على أن يعبر إلينا، بغض النظر عما يحدث في حياتنا.

عندما تصبح أسير الرجاء، لن يعرف العدو ماذا يفعل. قد يقاومك بالأفكار السلبية، لكن ليس له السلطان أن يؤذيكَ عندما تكون عازماً على أن تضع باستمرار كل ثقتك في الله.

إن الله يريد أن يباركك ويعوضك ضعفين عن كل ألم الماضي،

وعن الأمور التي فُقدت (انظر إشعياء ٦١: ٧). ودورنا هو الذي يصنع الفرق. دورنا هو أن نؤمن، وأن نثق، وأن نرجو.

حان وقت إلقاء المرساة

يقول عبرانيين ٦: ١٩ «الَّذِي هُوَ [الرجاء] لَنَا [الآن] كَمِرْسَاةٍ لِلنَّفْسِ مُؤْتَمَنَةً وَثَابِتَةً [لا يمكن أن تنزلق ولا يمكن أن تنكسر أيًا كان من يدوس عليها]...»

دعنا نفصل هذه الكلمات. أعتقد أن جميعنا يعرف ما هي المرساة. عندما تريد أن يقف القارب في مكان واحد، أنت تُلقي بالمرساة، التي تثبت حركة القارب.

تقول الكلمات إن الرجاء هو «مرساة النفس». نفسنا هي ذهننا وإرادتنا ومشاعرنا. ونفسنا تُملي علينا ما نفكر فيه، وما نريده، وما نشعر به.

ماذا يعني هذا كله إذا؟ يعني أنه عندما يبدو كل شيء قاتمًا، ولا شيء يبدو منطقيًا، وكأن وعود الله لن تتحقق أبدًا في حياتنا، يكون الرجاء هو المرساة التي تعيدنا ثانية، وتقول: «تمسك! سوف يحدث الأمر بالرغم من هذا!»

لكن دعنا نتعمق في هذا قليلاً. يقول عبرانيين ٦: ١٩ إن الرجاء هو مرساتنا وإنها [لا يمكن أن تنزلق ولا يمكن أن تنكسر أيًا كان من يدوس عليها!]

الرجاء مرساتنا، والشيء الذي يجعلنا «نخطو للخارج». لا يختبر البعض وعود الله وقوته؛ ببساطة لأنهم لا يخطون للخارج بالإيمان. إن هذا الخروج هو ما يضع وعود الله حيز التنفيذ!

أريد أن أعطي مثالاً. لأكثر من ٤٠ سنة، سافرت حول العالم وكنت أعلم كلمة الله. لكني ظلت هناك أوقات قبل بعض المؤتمرات لا أشعر فيها أنني ممسوحة أو مؤهلة أو جاهزة لما أنا على وشك أن أفعله.

قبل الصعود إلى المنبر، كنت أقول في داخلي: «يا رب، أنا أرجو بالتأكيد أن تظهر أنت، وإلا فسأكون في ورطة كبيرة». ثم عندما أخطو لأفعل ما أؤمن أن الله قد طلب مني أن أفعله، دائماً ما يتدخل الله ويساعدني أن أوصل رسالتي. لم يخذلني ولا مرة واحدة!

بالنسبة لكثيرين منكم، ينتظر الله فقط أن تخطوا بناء على مرساة الرجاء هذه. إنه ينتظر منكم أن تقوموا بدوركم حتى يستطيع هو أن يظهر في حياتكم ويصنع أمراً يذهلكم.

لا تدع ظروف الحياة تبعدك عن المسار الصحيح. ألقِ بمرساتك واخطُ للخارج على أساس ثابت من الرجاء. لأنك عندما تضع رجاءك في الله، لن تخزي.

الفصل الثاني

ماذا تفعل عندما تشعر بالعجز

هل سبق لك أن وجدت نفسك عاجزاً؟ هل وصلت لموضع شعرت فيه أنه طريق مسدود، وأنه لم يعد أمامك أيُّ اختيارات؟

أنا مررت بهذا كثيراً، وأعلم يقيناً أن معظم الناس اختبروا هذا الأمر. لكنني ممتنة أن الله كان يعلمني بمرور السنوات، أننا حتى عندما نشعر بالعجز، لا يوجد موقف أصعب من أن يتعامل هو معه!

لنبدأ بالنظر إلى قصة يوسف في سفر التكوين (انظر تكوين ٣٧-٥٠). يقول الكتاب المقدس إنه كان الابن المفضل لأبيه من بين ١٢ ابناً، وكان إخوته يغارون منه كثيراً بسبب هذا.

في أحد الأيام، شارك يوسف إخوته بحلمه. في هذا الحلم، كانوا كلهم يسجدون له. غني عن القول إن الأمور لم تسر حسناً بعد هذا!

نتيجة لذلك، اجتمع الإخوة لكي يقرروا كيف سيتخلصون من يوسف. أولاً، ألقوا به في بئرٍ ليتركوه هناك حتى يموت. لكنهم قرروا

بعد هذا أن يبيعه عبداً لقافلة من التجار الإسماعيليين. بعدها وضعوا خطة ليقنعوا أباهم بموت يوسف!

كما تعلم، تنتهي هذه القصة نهاية انتصارية، إذ يصبح يوسف الرجل الثاني بعد فرعون، وفي النهاية يلتم شمله مع عائلته ويغفر كل شيء.

ما حدث مع يوسف برهان على أنه مهما كان ما تجتاز فيه في حياتك، هناك دائماً رجاء. تستطيع أن تتمم قصد الله لك لأن كل شيء ممكن لدى الله.

لكن الجزء الذي نحتاج حقاً أن نركز عليه من القصة هو ما حدث ما بين البئر والقصر. مرت حياة يوسف بعدة منحنيات في تلك الفترة. لكن السمة الشخصية التي أوصلته لهذه النهاية الانتصارية كانت هي المثابرة. لم يستسلم يوسف أبداً، بسبب إيمانه بالله!

الانسحاب ليس اختياراً

في حياتنا، قد نسقط في بئر بين الحين والآخر. قد يكون بئر المرض، أو العوز المالي، أو أمور تخص العلاقات، أو مشكلات أخرى. كلما يحدث هذا، عليك أن تصمم أنه أيّا كان الظرف، فإنك لن تستسلم!

لنتذكر دائماً أنه لكي تكون لنا شهادة صالحة عما فعله الله، لا بد أولاً أن نجتاز الامتحانات. بل إن يسوع قال لنا:

فِي الْعَالَمِ سَيَكُونُ لَكُمْ ضِيقٌ [وتجارب ومحن وإحباطات]، وَلَكِنْ ثَقُّوا [تشجعوا وكونوا واثقين ومتيقنين وغير خائفين]: أَنَا قَدْ غَلَبْتُ الْعَالَمَ [حرمته من سلطانه أن يؤذيكم وانتصرت عليه لأجلكم] (يوحنا ١٦: ٣٣).

لا بد أن تجتاز أموراً صعبة. أحياناً ربما تريد أن تستسلم. لكنك إن ثبتت، ووضعت ثقتك في الله وسط كل هذا، يستطيع أن يعوضك. يستطيع أن يأخذ كل الشر، ويخرج منه الخير (انظر رومية ٨: ٢٨).

يقال إن وينستون تشرشل ألقى الكلمات التالية في مدرسة Harrow School في عام ١٩٤١:

«إياكم أبداً، أبداً، أبداً، أبداً أن تستسلموا! لا في الأمر الكبير ولا الصغير، لا في الضخم ولا الضئيل – إياكم أن تستسلموا!»

لا أعرف إن كان هذا هو الشيء الوحيد الذي قاله حقاً أم لا، لكنني أوّمن أن الروح القدس يتكلم بهذا الأمر لكثيرين منا اليوم – «لا تستسلم لأن الله لديه كثير مما هو مُدْخَر لحياتك!»

سهل جداً أن ترغب في الاستسلام عندما تصبح الأمور عصيبة. أحياناً يجد الناس أنهم عالقون في مكانهم ولا يعرفون طريقاً للخروج، لهذا يظنون أن الاستسلام أسهل.

ربما يشعرون أنهم ليسوا أذكىء أو موهوبين بالقدر الكافي؛
ربما حدثت لهم صدمة ما؛ أو ربما فشلوا في شيء ما أو ارتكبوا
أخطاء مروعة في الماضي.

لكن الروح القدس يمنحنا القوة والقدرة أن نثابر، أن نستمر
ونواصل التقدم إلى أن نحقق نصرتنا، حتى إذا لم تسر الأمور
بالطريقة التي خططنا لها.

لا يعني الفشل أن الخيارات قد انتهت. تستطيع أن تتعلم من
أخطاء الماضي - لقد وجدت أن التاريخ معلم جيد! عندما يفشل
كل شيء، حاول مرة أخرى. إن لم يحدث أي شيء، على الأقل سوف
تتعلم ما هي الأشياء المُجدية وما هي غير المُجدية، حينها يمكنك
أن تبدأ من تلك النقطة. تستطيع أن تحول معوقاتك إلى فرصة للنمو
في الحكمة وللنضوج روحياً.

يريدنا الله أن نحيا حياة حسنة، لكن لا بد من الثَّقة والمثابرة.
سوف يقودنا الروح القدس بخطوة إيمان واحدة بعد الأخرى؛ لكي
يأتي بنا إلى خطط الله الصالحة لنا. ودورنا هو أن نخطو تلك
الخطوات. ولا نستسلم أبداً!

ماذا تفعل عندما تتألم؟

إن نظرتك للأمور أثناء وجودك في «البئر» يمكنها أن تصنع
فرقاً كبيراً أيضاً.

تذكر أن هذا وقت امتحان.. وقت تتطور فيه شخصيتك. هذه الفترة هي ما أسميه أحياناً «السنوات الصامتة» لأنها وقت قد تشعُر فيه أن حياتك لا يحدث فيها الكثير.

أوربما تجتاز في قدر كبير من الألم والاضطراب، ويبدو وكأن الله لا يفعل أي شيء حيال ذلك.

لكن من المهم للغاية أن تثق فيه خلال هذا الوقت، لأنه يعمل في قلبك لكي يجعلك تشبه المسيح أكثر فأكثر.

إذاً، ما الذي ينبغي أن تفعله عندما توجد في البئر؟

- لا تستسلم! قاوم إغراء التفكير الذي يقول «إنه لا يوجد طريق للخروج من موقفك». يسوع هو الطريق. هذا هو الوقت الذي يمكنك فيه أن تقترب منه وتتبعه.
- تجنب إلقاء اللوم على الله، أو الظن بأنه يعاقبك على خطية ما. إنه فقط يستخدم الموقف لكي يعمل في حياتك. وبينما لا تشعُر دائماً أنك بخير، إلا أن مقاصده ستكون دائماً لخيرك.
- افعل الصواب حتى في وسط ألمك، حتى عندما لا يبدو ذلك الصواب حينها صائباً، أو عندما يعاملك الآخرون بسوء.

افعل شيئاً صالحاً لأكبر عدد ممكن من الناس كلما أمكنك ذلك.

- لا تنسحب وتعبس أو تعزل نفسك عن الآخرين. تذكر أنك إما أن تكون بائساً أو قوياً، لكن لا يمكن أن تكون في الحالتين معاً! في أوقات كثيرة، يمكن أن يستخدم الله الآخرين لكي يشجعوك في هذا الوقت.
- لا تكف عن الإيمان.. لا تتخلَّ عن رجائك في أن الله يستطيع أن يحسِّن موقفك!

انفض التراب

ربما سمعت قصة الحمار الذي سقط في حفرة.

عندما رأى صاحب الحمار ما حدث، فكر في الأمر قليلاً، ثم قرر الآتي: «بما أن الحفرة عميقة جداً، والحمار متقدّم في السن، إذاً سوف يدفنه في البئر!»

استدعى بعض الأصدقاء والجيران لمساعدته، وبدأوا يلقون بالتراب داخل الحفرة.

في البداية بدأ الحمار يصيح، لأنه كان مرعوباً من الموقف. لكن بعد هذا، لاحظ صاحبه أنه هدأ، واعتقد أنه ربما مات بالفعل. لكن الحمار لم يمت.

عندما نظر صاحب الحِمار إلى داخل الحفرة، رأى أن الحِمار كان في كل مرة يقع فيها التراب على ظهره، ينفذه، ويخطو فوقه، فيكومه تحت حوافره. استمر هذا لساعات، إلى أن كَوَّم الحِمار أخيرًا ما يكفي من التراب لكي يرتفع ويخرج من الحفرة!

نستطيع أن نتعلم شيئًا من ذلك الحمار. سوف تلقى الحياة علينا بالتراب من وقت لآخر. ربما يكون هذا في العلاقات أو في أحوالنا المالية أو صحتنا. لكن هذا الوقت هو وقت نتعلم فيه كيف نتبع قيادة الروح القدس. هو سوف يريك كيف تنفض التراب، وتخطو لأعلى، ويعطيك لمحات عن الأمور الصالحة التي تأتي مع كل خطوة تخطوها للخروج من البئر إلى القصر!

سيكون هناك دائمًا عوائق يجب التغلب عليها. سيكون هناك دائمًا «مشكلات» يجب تجاوزها. لكن سيكون هناك أيضًا فرص ثانية وبدايات جديدة.

لم يفت الأوان - لهذا لا تستسلم! عندما تقوم بدورك وتفعل ما تستطيع فعله - عندما تتمسك بالرجاء، وتتقدم للأمام، وترفض أن تيأس من الله - هو سيكون أمينًا فيفعل ما لا تستطيع أنت أن تفعله. لهذا، إذا وجدت نفسك عاجزًا، ولا تعرف ماذا تفعل، لا تتخلَّ عن الرجاء، لأنك في موضع رائع يؤهلك للحصول على بداية جديدة.

الفصل الثالث

إختر الرجاء

نظرًا لأنني تعرضت للإساءة في طفولتي، نما داخلي خوف غامض دائم من أن شيئًا سيئًا على وشك أن يحدث لي. ربما مررت أنت أيضًا بهذا الشعور.

حدثت لي أمور سيئة كثيرة جدًا، لدرجة أنني وصلت إلى النقطة التي أصبحت أتوقع فيها شيئًا سيئًا طوال الوقت، حتى بعد أن أصبحت مسيحية مؤمنة.

أتذكر ذلك الصباح الذي صليت فيه أخيرًا وسألت الله: «ما هذا؟ لماذا أشعر هكذا طوال الوقت؟»

تكلم الله إلى قلبي وقال: «إنها هواجس شريرة». لم أكن قد سمعت هذا المصطلح من قبل، لكن بعدها بأيام قليلة وجدته في أمثال ١٥: ١٥ الذي يقول:

كُلُّ أَيَّامِ الْحَزِينِ شَقِيَّةٌ [بسبب أفكار القلق والهواجس]، أَمَّا طَيِّبُ الْقَلْبِ فَوَلِيْمَةٌ دَائِمَةٌ [بغض النظر عن الظروف].

سوف نواجه جميعنا أوقاتًا صعبة في الحياة، وعندما يحدث هذا، يصبح سهلًا علينا أن نرهب المستقبل وترادونا أفكار القلق والهواجس. لكننا ينبغي أن نصل إلى النقطة التي نتعلم فيها أن نتفق مع الله، ومع كلمته عندما يأتي الضيق.

يمكننا أن نطلق إيماننا بأن نقول: «أنا أعلم أن الله يحبني. هو سيعتني بي ويحميني. أو من أنه سوف يمنحني النعمة والقوة لأفعل ما ينبغي عليّ فعله، وسوف يخرج من كل هذا شيء صالح».

لا ترهب!

لا يريدنا الله أبدًا أن نكون تعساء أو نقضي «يومًا بشعًا»، حتى عندما لا تسير الأمور كما نريد. إنه يريدنا أن نتوقع الخير ونبقى مملوئين بالرجاء، أيًا كانت ظروفنا.

ها هي العبارة التي سوف تساعدك على ذلك: لا ترهب!

ما هي الرهبة؟ الرهبة ببساطة هي توقع اجتياز خبرة غير محببة - إنها نقيض الرجاء تمامًا.

أعتقد أن كثيرًا من الناس يقضون يومهم في رهبة، بدون حتى أن يدركوا هذا. نستطيع أن نرهب الذهاب للعمل، نرهب ازدحام المرور، أو غسيل الملابس، أو تنظيف الفناء، أو إعداد العشاء، وهكذا. لكن الرهبة يمكن أن تسلبنا فرحنا وتُفسد يومنا. يمكن أن

تجعلنا الرهبة بلا رجاء. لكنني أشجعك أن تكف عن الشعور بالبؤس تجاه أمور لا يمكنك أن تفعل شيئاً حيالها. اختر أن تبقى سعيداً، وتدع الله يهتم بالأمر!

في كل موقف، لا بد أن يكون لنا التوجُّه الذي يقول «أستطيع أن أفعل كل ما أحتاج لفعله، ولن أكف عن الاستمتاع بحياتي، بغض النظر عما يحدث. لم أخطئ لحدوث هذا الشيء، لكنني أعرف أن الله يستطيع أن يجعل كل شيء يعمل لخيري».

أنا لا أقول إن اختيار عدم الرهبة سيجعل كل مشكلاتك تختفي دائماً. لكنه بالتأكيد سيجعل الحياة أفضل!

ابحث عن الفرحة في الأمور الصغيرة

لا تتعلق الحياة المنتصرة فقط بالأمور «الكبيرة» في الحياة - بل إنها تبدأ بالأمور الصغيرة. يريدنا الله أن يكون باستطاعتنا أن نمتلك النجاح والفرح في كل جانب من حياتنا، ويعتبر التغلب على الرهبة جزءاً رئيساً من هذا. إن اختيارنا أن يكون لنا التوجُّه الإيجابي المليء بالرجاء يمكن أن يغير المشهد كلياً!

بالتأكيد هناك أمور في الحياة أصعب أو أقل إمتاعاً؛ لكنها لا يجب أن تجعلنا بالضرورة تعساء أو تفسد أيامنا. الاختيار حقاً يعتمد علينا، وعلى التوجُّه الذي نختار أن نحيا به.

يذهلني كيف أننا يمكن أن نشعر بالأسى على نفوسنا، ثم نسمح لتوجُّهنا أن يفسد يومًا جيدًا لنا ولغيرنا. صدقني، أنا أعلم - كنت أجد لعب دور «الشهيد» عندما يتعلق الأمر بتأدية مهام المنزل.

كنت كثيرًا ما أتجول في المنزل في غضب، وأتمتم بكلمات مثل: «كلهم هنا يتوقعون مني أن أفعل كل شيء. ديف يخرج ويلعب الجولف، والأولاد ينشرون الفوضى. وأنا أطهو الوجبات وأنظف الأطباق وأغسل الثياب. أريد أن أعرف من الذي يهتم بأمرى!»

الحقيقة هي أنه لم يكن هناك من يجبرني أن أفعل تلك الأمور. أنا التي أختار أن أفعلها لأنني أحب عائلتي. لكنني نادرًا ما كنت أستمتع بنفسني لأنني كنت مصممة للغاية على التمسك بالتوجُّه السلبي.

هل يبدو هذا مألوفًا؟ ربما لا يتعلق موقفك بالمهام المنزلية، لكننا كلنا نميل للشعور بالأسى على أنفسنا، والرغبة من شيء ما، في وقتٍ أو آخر.

حتى عندما تحدث لنا أمور سيئة أو غير مريحة، نستطيع أيضًا أن نختار التجاوب بطريقة إيجابية. عندما نفعل هذا، نحن نتفق مع الله، لأن الله دائمًا إيجابي.

ركز على ما هو إيجابي

كثيرًا ما أشجع الناس أن يلعبوا «لعبة السرور». ما هي؟ عندما يواجهك موقف سلبي، إختر عن عمد أن تنظر إلى الخير المحتمل!

على سبيل المثال، إذا علقت في زحام المرور، قل: «أنا أتحرك ببطء وتأخر عن مواعيدي، لكن ربما يحميني الله من حادث ربما كان سيحدث لو كنت أسير بسرعة».

ينطبق هذا على أي موقف، كبير أو صغير. حتى إذا كان الأمر مهمًا مثل فقدان الوظيفة، تستطيع أن تختار أن تحول تركيزك إلى ما هو إيجابي وتقول: «ربما توقفت عن العمل، لكن الآن لديّ الفرصة لأراقب كيف يعولني الله ويدبر لي وظيفة أفضل مما كانت لديّ قبلًا!»

يقول الكتاب المقدس «... وَلِذَلِكَ يَنْتَظِرُ [يتوقع، وينظر، ويشتاق] الرَّبُّ [جديًا] لِيَتَرَافَ عَلَيْكُمْ. وَلِذَلِكَ يَقُومُ لِيَرْحَمَكُمْ ...» (إشعياء ٣٠: ١٨).

أيًا كان ما تضعه الحياة في طريقك، فإن الله لديه خطة لكي يجعلها أفضل - خطة مليئة بالرجاء والخير. أشجعك أن تتوافق معه. ابدأ كل يوم بتوجّه إيجابي مملوء بالرجاء، وإختر ألا ترهّب. أوّمن أنك عندما تفعل هذا سوف تبدأ في العثور على الفرح في كل جانب من حياتك.

الفصل الرابع

الثقة في الله في وسط العاصفة

بمرور السنوات، تعلمت أن الثقة في الله لأجل شيء ما - أنه سيغير شيئاً ما أو شخصاً ما في حياتك - تختلف تماماً عن الثقة في الله في وسط شيء ما.

تعزيني كثيراً كلمات إشعياء ٤٣: ٢-٣. تقول «إِذَا اجْتَرَزْتَ فِي الْمِيَاهِ فَأَنَا مَعَكَ، وَفِي الْأَنْهَارِ فَلَا تَغْمُرُكَ. إِذَا مَشَيْتَ فِي النَّارِ فَلَا تُلْذَعُ، وَاللَّهيبُ لَا يُحْرِقُكَ. لِأَنِّي أَنَا الرَّبُّ إِلَهُكَ...»

عندما تجتاز في أوقات ضيق، مهم للغاية أن تتذكر أن الله معك فيها، وأنت تستطيع أن تثق فيه أنه سيساعدك لاجتيازها.

على سبيل المثال، قد يكون من الصعب أن تحتفظ بإيمانك عندما لا تكون ظروفك منطقية أو عندما لا تبدو الحياة عادلة. ويكون هذا صعباً بالذات عندما تشعر أنك تفعل ما ينبغي فعله لكنك لا تحصل على النتيجة الصحيحة.

أو مثلاً عندما ترى شخصاً ما لا يفعل الصواب، لكنه يبدو أنه يحصل

على نتائج أفضل من تلك التي تحصل أنت عليها! ستكون هناك أوقات في حياتنا يبدو كل شيء وكأنه يتزعزع ولا شيء مضمون، والجواب الحقيقي الوحيد هو أن تثق في الله وتظل تثق فيه.

كما تعلمت أيضًا من الاختبار أن الله سوف يستخدم تلك الأوقات لمنفعتنا. عندما تبدو الحياة غير مستقرة، هو سيستخدم ظروفنا لكي يساعدنا أن نقرب إليه أكثر ونتشبث بصخرة خلاصنا - يسوع المسيح - الذي لا يتزعزع! (انظر مزور ٦٢: ٢، ٦).

«النمو» خلال الأوقات القاسية

قد يبدو هذا مضحكًا، لكنني وصلت للنقطة التي أوْمَنَ فيها أن التجارب والصعاب يمكن أن تكون من أفضل أصدقائنا. لماذا؟ لأن الرب يستخدمها لكي يعلمنا ويدربنا ويساعدنا أن ننمو بطرق لا نقوى عليها بمفردنا.

في الحقيقة، يخبرنا يعقوب ١: ٢-٣ أن «إِحْسِبُوهُ كُلَّ فَرْحٍ يَأْخُذُوتِي حِينَما تَقْعُونَ فِي تَجَارِبِ مُتَنَوِّعَةٍ، عَالِمِينَ أَنَّ أَمْتِحَانَ إِيمَانِكُمْ يُنْشِئُ صَبْرًا».

لا تنشأ التجارب والآلام من الله، لكنه سيستخدمها ليقوينا ويساعدنا أن نستمتع بحياة أكثر سلامًا واستقرارًا وشبعا.

إن الأوقات الصعبة في حياتنا تجعلنا ننمو لنصبح الشخص

الذي نريد أن نكونه. عندما نواجه موقفًا «خارجًا عن أيدينا»، يساعدنا هذا أن نضع اتكالنا على الله، عالمين أننا لا نستطيع أن نحل كل مشكلاتنا.

يريدنا الرب أن نأتي إليه ليقويننا، وأن نصل إلى نقطة نستطيع فيها أن نبقى ثابتين، حتى عندما نقابل تجارب الحياة. إنه يريدنا أن نتمتع بالفرح والرضا فيه، حتى عندما لا تكون ظروفنا مثالية (انظر نحميا ٨: ١٠).

مثلما يتكون الماس تحت ضغط شديد، كثيرًا ما يستخدم الله الصعوبات في حياتنا ليقيننا متضعين، ولينمي شخصياتنا، ويغيرنا إلى صورته.. ويجهزنا للأمور الصالحة التي أعدها لمستقبلنا.

التجارب تساعدنا أن نثق

توجد حرية هائلة في الثِّقَة في الله. عندما لا يسير أمر ما بحسب رغبتنا، بدلًا من أن نتضايق ونستاء، نستطيع أن نثق أن الله لديه خطة أفضل من خطتنا، وأنه في النهاية سيعمل في الموقف ليحوله لخيرنا (انظر رومية ٨: ٢٨).

لا بد أن نفهم هذا لأننا عندما نواجه أحيانًا مشكلة ما، يمكن أن نستاء من الله أو حتى من الناس الذين يتمتعون بالبركة. يمكن

أن نحمل توجُّه البر الذاتي الذي يقول: «أنا مؤمن أفضل منك. أنا أستحق تلك البركات».

على سبيل المثال، ربما تريد ترقية في العمل، لكن شخصاً آخر هو الذي يأخذها بدلاً منك. ماذا ينبغي أن تفعل؟

يمكن أن تغتاز، وتشعر بالبر الذاتي، وتؤذي نفسك حقاً روحياً. أو يمكنك أن تثق في الله وتقول: «يا رب، إن كان هذا هو ما تريده لي الآن، فسوف أخدم مديري بابتسامة على وجهي. وأنا أعلم أنك إذا أردت أن تضعني في مكان آخر، تستطيع أن تفعل هذا في توقيتك المثالي».

لقد تعلمت أن الله أذكى منا! أحياناً يؤجل إعطاءنا ما نريد لأن لديه في فكره قصداً مختلفاً - شيئاً أفضل مما يمكن أن نتخيله.

على سبيل المثال، كثيراً ما سمح الرب لي أن أجتاز في أمور بالطريقة الصعبة. أحياناً كان الأمر صعباً للغاية، خصوصاً وأنا أرى آخرين يحصلون على اختراقات في المناطق ذاتها بصورة أسرع.

لكن عندما يسمح الله لي أن أسير في طريقه، فإنه يريدني أن أختبر وأفهم ما يجتاز الناس فيه؛ حتى أشعر بألمهم، وأساعدهم أن يجتازوا الأمر بنجاح.

لولا الأوقات الصعبة في حياتي - الظروف التي استخدمها

الرب ليساعدني أن أنمو وأتغير - ما كنت استطعت بالتأكيد أن أساعد كل هؤلاء الناس الذين أساعدهم اليوم!

لم يعدنا الله إطلاقاً بحياة خالية من المتاعب، لكنه يعدنا بالألا يتركنا أو يهملنا أبداً (انظر عبرانيين ١٣: ٥).

في أوقات الضيق، نستطيع أن نتعزى بمعرفة أنه يحبنا حباً هائلاً ولديه بالفعل خطة ليساعدنا.

الله معك طوال الطريق

أريد أن أشجعك أن تتخذ قراراً حاسماً، بأن تثق في الله في كل جوانب حياتك. عندما تضربك عواصف الحياة، أو تختبر أموراً لا تفهمها، عندها يكون عليك أن تختار أن تبقى واثقاً فيه - مهما كان ما تظنه أو تشعر به، ومهما بدت ظروفك.

وإذ تثق في الله في كل شيء، هو سيمنحك شيئاً ثابتاً - سيمنحك من نفسه المزيد.

هل تجتاز في أمر صعب اليوم؟ هل هناك تجربة تهددك بأن تغرق؟ إن كنت كذلك، أشجعك أن تقضي الآن لحظة لتصلي.

«يارب، أشكرك لأنك دائماً معي - في الأوقات الجيدة، أيضاً عندما تصبح الحياة صعبة. أرجوك أن تساعدني أن أقرب منك عندما تبدو الحياة غير

منطقية. إنني أثق فيك، وأنا أعلم أنك سوف تجعل كل الأشياء تعمل لخيري. في اسم يسوع أصلي. آمين».

تذكر أن ما تجتاز فيه الآن لن يدوم للأبد. عندما أجتاز وقتاً صعباً، أحب أن أذكر نفسي بأن «هذا أيضاً سينتهي». في هذا الوقت، تستطيع أن تختار أن تضع ثقتك في الله، وتسمح له أن يمنحك الفرح في وسط ما تجتاز فيه.

من المفيد أيضاً أن تواظب على كلمة الله، وتشجع نفسك بنصوص كتابية مثل إشعياء ٤١: ١٠؛ حيث يقول الله: «لَا تَخَفْ [لا يوجد ما يخيفك] لِأَنِّي مَعَكَ. لَا تَتَلَفَّتْ لِأَنِّي إِلَهُكَ. قَدْ أَيْدُتَكَ وَأَعَنْتَكَ ...»

أيًا كان ما تجتاز فيه الآن، أشجعك أن تثبت مكانك، ولا تستسلم. اتخذ قراراً أن تحافظ على التوجُّه الحسن، وتستمر في وضع ثقتك في الله. لأن يسوع معك وسط كل العواصف، وستخرج منها أقوى.

الفصل الخامس

الكل صار جديداً

عندما تشعُر بخيبة الأمل واليأس، من المفيد للغاية أن تتذكر كيف ساعدك الرب في الماضي. أمر مشجع أيضاً أن تُذكر نفسك بأمانته تجاه الآخرين - تجاه أناس مثلك كانوا في أمس الحاجة لمعونة الله.

هل سبق لك أن لاحظت كل الأشخاص عبر الكتاب المقدس الذين منحهم الله بداية جديدة؟

موسى كان رجلاً عجوزاً قبل أن يتقابل مع العليقة المشتعلة، وقبل أن يدعوه الله ليقود الأمة. لكن قبل هذا قضي ٤٠ سنة مختبئاً في آخر الصحراء! لم تكن لديه فكرة عما خطه الله (انظر خروج ١-٤).

داود، الصبي الراعي المتواضع، مُسح ليكون ملك إسرائيل. في الأصل كان نكرة من مكان مغمور - كان آخر شخص يمكن أن يختاره أي واحد ليكون ملكاً. لكن الله استخدمه ليقود شعبه. (انظر ١ صموئيل ١٦).

بطرس، الرسول الذي أنكر المسيح، نال الغفران، ودُعِيَ ليقضي بقية حياته في الكرازة وتمجيد الله. (انظر لوقا ٢٢: ٥٤-٦٢؛ يوحنا ٢١: أعمال ٣).

وبولس، الذي كان يضطهد شعب الله، تغير في الطريق إلى د، مشق وانتهى به الأمر أن كتب الكثير من العهد الجديد! (انظر أعمال ٩: ٢٢-٢٣).

عندما تفكر في كل هؤلاء الذين بطول الكلمة المقدسة غفر الله لهم، وافتداهم، واستخدمهم بطرق عظيمة، هل تشك في أنه قادر أن يفعل الشيء ذاته لك؟

إن إلها هو إله الرجاء. هو إله «البدايات الجديدة» والفرص الثانية. ولا توجد حدود لعدد البدايات، أو الفرص التي يمكنك الحصول عليها.

الرؤية بعين الرجاء

تذكر أن الرجاء هو مرساة النفس. عندما تبدو الأمور قاتمة، ولا يوجد لدينا إجابة، عندها يأتي الرجاء ليزكرنا لأن بدايتنا الجديدة قريبة.

عندما يبدو وكأن الجميع يحصلون على البركات، ونحن قد تعبنا ونريد أن نستسلم، يصبح الرجاء هو الذي يثبت قلوبنا، ويجعلنا نتمسك بإيماننا بوعد الله.

أقول أيضاً إن الرجاء هو التوقع الواثق والمُسَرِّ؟ إنه التوجُّه الإيجابي، والانتظار السعيد أن شيئاً صالحاً سيحدث.

ليس الرجاء الحقيقي هو الأمنيات الغامضة التي تقول «لننتظر ونرى ما يحدث»، لكنه الإيمان، والثقة بأن ما وعد به الله سوف يفعله. إن الله يبحث عن فرص يُظهر بها صلاحه نحو أولاده، وهو يريدنا أن نتوقع هذا، ونتطلع إليه!

في ١ تسالونيكي ٥: ٨، يُوصف الرجاء بأنه خوذة. لا بد إذاً أن ما نفكر فيه مهم للغاية. إن توجُّهنا وما نتوقعه مرتبط ارتباطاً وثيقاً بما نفكر فيه ونقوله!

أشجعك أول كل شيء، أن تمسك بزمام أفكارك وكلماتك، في كل صباح. عندما تستيقظ في الصباح، لا ترض بأفكار مثل، أظن أنني سأحاول أن أكمل يوماً آخر بأي شكل.

لكن بدلاً من هذا انتظر أموراً صالحة من الله. فكر واعلن أشياء مثل:

يا رب أشكرك لأجل هذا اليوم! أعلم أنك تحبني، وأن لديك خطة صالحة لي اليوم. بدونك لا أستطيع أن أفعل شيئاً، لكن في المسيح أستطيع أن أفعل كل ما أحتاج لفعله. وبمعونتك، سأتحلى بتوجُّه حسن وأفكار إيجابية.

بعد هذا توقع اختراقًا لحياتك وبداية جديدة. قل: «ربما يكون اليوم هو اليوم المنتظر!»

من المهم أن ندرك أننا لا نستطيع أن نحيا بالكيفية التي نشعر بها، إن كنا نريد أن تكون حياتنا إيجابية ومليئة بالرجاء. عندما تأتي الأفكار السلبية، إن لم نستسلم لها ونغذيها، فسوف تموت.

لهذا، لا تسمح لنفسك أن تقع في فخ انتظار أن تشعر بالرجاء، لكن قرر أن تمتلئ بالرجاء. عندما تتخذ قرارًا واعيًا أن تفكر أفكارًا إيجابية مليئة بالإيمان طوال اليوم، في النهاية ستتبع مشاعرك قرارك!

اخرج من خيمتك

منذ عدة سنوات، سألت الرب: «لماذا لم تعد هناك أمور مثيرة وخاصة تحدث في حياتي؟» تحدث الله إلى قلبي وقال: «يا جويس، ما زلت أفعل تلك الأمور طوال الوقت. أنت فقط اعتدت عليها».

يريدنا الله أن نحيا مندهشين من صلاحه في حياتنا.. أن نلاحظ عن قصد الأمور الرائعة التي يفعلها لأجلنا. لماذا؟ لأننا عندما نحيا في اندهاش، لن نكف أبدًا عن الرجاء! لننظر إلى قصة إبراهيم.

بارك الله إبراهيم كثيرًا. لكن كان هناك شيء واحد لم يمتلكه هو وزوجته سارة - الابن. قال إبراهيم.. «أَيُّهَا السَّيِّدُ الرَّبُّ، مَاذَا تُعْطِينِي وَأَنَا مَاضٍ [من هذا العالم] عَقِيمًا...؟

ثُمَّ أَخْرَجَهُ [الله] إِلَى خَارِجِ [خيمته إلى الخلاء] وَقَالَ:

«أَنْظُرْ إِلَى السَّمَاءِ وَعَدَّ النُّجُومَ إِنْ اسْتَطَعْتَ أَنْ تَعُدَّهَا».
وَقَالَ لَهُ: «هَكَذَا يَكُونُ نَسْلُكَ» (تكوين ١٥: ٢، ٥).

مع أن ظروف إبراهيم بدت طاغية، أخرجته الرب خارج خيمته لكي يدهشه، ويذكره بأنه يستطيع أن يصنع المستحيل.
أو من أننا جميعاً يمكننا أن نقضي وقتاً طويلاً جداً «في خيمتنا»،
ننظر إلى مشكلاتنا. لهذا يخبرنا الكتاب المقدس أن نحول نظرنا
عن مشتتات الحياة، ونركز على يسوع، رئيس الإيمان ومكمّله.
(انظر عبرانيين ١٢: ٢).

كل مرة نقرر فيها أن نصلي، أو نقرأ كلمة الله، أو أن نتأمل فقط
في الأمور العظيمة التي فعلها لأجلنا في الماضي، ينتج هذا رجاء.
وسرعان ما نبدأ، مثل إبراهيم، في أن نقول لأنفسنا، يا للروعة! ربما
يستطيع أن يفعل هذا لأجلي!

عندما تكون الأوقات عصيبة، وتشعر بالإحباط، يكون هذا هو
وقت الخروج من الخيمة، والنظر إلى ما يريد الله أن يقوله. عندما
تفعل هذا، ستجد أنه فقط ينتظر أن يدهشك.

ضِعْفَانِ عَنْ ضَيْقِكَ

إن كنت تشبهني، فستجد أنه أمر سهل أن تتحلى بالرجاء لأجل
شخص آخر. لا يحتاج الأمر إلى جهد كبير مني أن أرى شخصاً آخر

وأشجعه بكلمات مثل «كل شيء سيكون بخير - فقط ثق في الله وهو سيحول كل الأمور».

لكن ماذا عندما يتعلق الأمر بنا؟ هذا أمر مختلف! عندما نكون في وسط لحظة الألم أو الإحباط، نميل للغاية أن نستسلم لأفكار مثل، لقد انتهى الأمر. لقد فات الأوان بالنسبة لي.

لكن الأوان لم يفت! يمكنك دائماً أن تحظى ببداية جديدة عندما تكون لك حياة في المسيح. ماضيك ليس هو مستقبلك. إن رفضت أن تتخلى عن الرجاء، وسمحت للروح القدس أن يقودك، لن يرد الله ما كان لك فقط، بل سيجعل حياتك أفضل.

كم أحب يونس ٢: ٢٥-٢٦. بينما تقرأ، دع هذا النص يدخل إلى قلبك. اقبله لنفسك اليوم.

وَأَعُوْضُ لَكُمْ عَنِ السَّنِينَ الَّتِي أَكَلَهَا الْجَرَادُ، الْغَوْغَاءُ
وَالطَّيَّارُ وَالْقَمَمُ، جَيْشِي الْعَظِيمُ الَّذِي أَرْسَلْتُهُ عَلَيْكُمْ.
فَتَأْكُلُونَ أَكْلاً وَتَشْبَعُونَ وَتُسَبِّحُونَ اسْمَ الرَّبِّ إِلَهُكُمْ
الَّذِي صَنَعَ مَعَكُمْ عَجَبًا، وَلَا يَخْزَى شَعْبِي إِلَى الْأَبَدِ.

في بداية شبابي، كنت مقتنعة أن التعرض للإساءة في طفولتي قد شوهني إلى الأبد. كنت أشعر أنني لا يمكن أن أكون مثل باقي الناس، أو أن أحظى بالحياة التي كان يمكن أن أحظى بها لولا ذلك. لكن كل شيء مستطاع لدى الله! عندما نرى الطرق المسدودة،

يرى هو بدايات جديدة. إنه يريد أن يأخذ ألم ماضينا، ولا يشفيه فحسب، بل يريد أن يعوض لنا أكثر مما كان لدينا في المقام الأول!

انظر معي إلى إشعياء ٦١: ٧. يقول: «عَوْضًا عَنْ خِزْيِكُمْ ضِعْفَانِ، وَعَوْضًا عَنْ الْخَجَلِ يَبْتَهِجُونَ بِنَصِيبِهِمْ. لِذَلِكَ يَرْتُونَ فِي أَرْضِهِمْ ضِعْفَيْنِ. بِهَجَّةٍ أَبَدِيَّةٍ تَكُونُ لَهُمْ».

كثيراً ما أقول إن مع الله، إذا فشلت الخطئة (أ)، دائماً ما يكون لديه الخطئة (ب) - وهي أفضل حتى من الخطئة (أ)! الله إله التعويض والبدايات الجديدة. إذا سمحت له، سوف يعطيك بداية جديدة - سوف يعطيك ضعفين! وسيكون أفضل مما يمكن أن تتخيله.

الفصل السادس

كيف تنظر لأعلى عندما تشعر بالإنحناء؟

نختبر جميعنا أوقاتًا في الحياة نشعر فيها بالإنحناء لأسباب متعددة، لكن لا يمكن أن نسمح لظروفنا أن تتحكم في مشاعرنا.

يريد إبليس أن يملأ أذهاننا بأفكار سلبية تجعلنا في النهاية نفقد فرحنا ونشعر بالحزن. إنه محبط، وهو يريد أن يجذبنا لأسفل عاطفيًا وروحيًا وماليًا ويكل طريقة ممكنة لديه.

لكن يسوع هو مشجعنا، وقد جاء لكي يرفعنا! جاء لكي يمنحنا البر والسلام والفرح. وهو يريدنا أن نتوقع الخير لمستقبلنا وأن يملأنا بالرجاء.

يختبر الجميع أوقات إحباط وضيق بسبب الخطط أو الأحلام غير المتحققة. عندما لا تسير الأمور بالطريقة التي نرجوها، من الطبيعي أن نشعر بالإحباط أو خيبة الأمل.

لكننا لا بد أن ننتبه للكيفية التي نتعامل بها مع هذه المشاعر، لأننا إذا مكثنا فيها لوقت طويل، يمكن أن تقودنا إلى الاكتئاب.

يقول مزمور ٣٠: ٥ إنه «عِنْدَ الْمَسَاءِ يَبِيتُ الْبُكَاءُ، وَفِي الصَّبَاحِ تَرْنُمٌ».

قد تجعلنا الأمور نشعر بالحزن مؤقتًا، لكننا لا يجب أن نبقى حزانى. إن فعلنا هذا، سوف يستغل العدو هذا الباب المفتوح ويشق طريقه إلى حياتنا أكثر، ويجلب معه المزيد من المشكلات الخطيرة. لكن، مع الله، عندما نشعر بخيبة الأمل، نستطيع دائمًا أن نتخذ القرار أن نعيد توجيه أنظارنا. نستطيع أن نختار أن ننظر إليه طالبين رجاءً جديدًا وقوة متجددة للمضي قدمًا.

انتبه لمشاعرك

إذا سبق لك أن اختبرت الاكتئاب، فأنت تعرف أنه أمر حقيقي للغاية. يستطيع أن يجعلنا نشعر بالانعزال والوحدة واليأس.. وكأن كل شيء حولنا ينهار.

أنا أدرك أن الاكتئاب يمكن أن يكون نتيجة لخلل عضوي أو كيميائي، وأنا لا أريد أن أستبعد هذه الأسباب. هناك أوقات يقود فيها الرب شخصًا ما أن يذهب إلى متخصص طبي، أو طبيب نفسي ماهر، يستطيع أن يساعده في الوصول إلى جذور المشكلة. أو من أن المعرفة الطبية تأتي من الله، وأنه يعمل من خلال الأطباء ليصنع أمورًا عظيمة.

لكن بالنسبة لعدد كبير من الناس، فإن الاكتئاب مشكلة روحية أيضًا. كما ترى فإن إبليس يستخدم الاكتئاب لكي يسرق قوة الشخص وحيثه الروحية - إنه يسعى لكي يملأ أذهاننا بالظلام والكآبة، ويحنينا عاطفيًا.

لكن الله يريد أن يساعدنا أن نحيا حياة خالية من الاكتئاب. إنه يريد أن يملأنا بفرحه ورجائه، وتوقع الخير لحياتنا. ولكي نتعاون معه، يجب علينا أن نتعلم ألا نحيا بموجب مشاعرنا.

قلت مرارًا إن المشاعر يمكن أن تكون واحدة من أخطر أعدائنا. من السهل أن نساق بالكيفية التي نشعر بها، لكننا لا بد أن ندرك أن المشاعر متقلبة - إنها تتغير من يوم ليوم!

لا ينبغي أن ننساق وراء كل فكرة، أو عاطفة تأتي؛ لأنها يمكن كثيرًا أن تناقض الحق الذي يقوله الله عنا.

لسنوات كثيرة من حياتي، كنت أختبر اكتئابًا منتظمًا. كنت أستيقظ في الصباح وصوت منخفض في رأسي يقول: «أنا أشعر بالاكتئاب». كنت أصدق أن هذه هي فكرتي أنا، ولم أدرك أن العدو كان يحاول أن يتكلم بالأكاذيب إلى ذهني.

بعد هذا، عندما جذبني الله للاقتراب منه أكثر، وبدأت أدرس كلمته بجدية، تعلمت أنني غير مجبرة أن أنساق وراء كل شعور أو فكرة لدي. بدأت أرفع صوتي وأقول: «لن أحبط أو أكتئب!»

دائمًا ستكون لدينا مشاعر – فهي لن تختفي على الإطلاق. لكن لنا اختيار أن نسمح لمشاعرنا أن تملئ علينا حياتنا أو نرفض ذلك.

أحصِ أفكارك

الذهن هو مفتاح رئيسي آخر للتغلب على الإحباط والاكتئاب. هل تعرف أن ما تفكر فيه له القدرة على أن يؤثر على كل جانب من حياتك؟

يقول أمثال ٢٣: ٧ «لأنَّه [الإنسان] كَمَا شَعَرَ [فكر] فِي نَفْسِهِ هَكَذَا هُوَ ...»

إن أذهاننا قوية! عندما نختار أن نتأمل في الأمور السلبية عن أنفسنا، أو الأشياء السيئة التي حدثت لنا، فإن هذا يغذي الإحباط والاكتئاب.

منذ سنوات، صارعت مع سرطان الثدي، وكان وقت امتحان حقيقي بالنسبة لي. كنت أعرف أنني يمكن بسهولة أن أفقد عقلي إذا سمحت لذهني أن يصير سلبيًا.

أثناء تلك الفترة، وضع الله في قلبي أن أملأ ذهني بالأمور التالية، ثم أتكلّم بها بصوت مرتفع مرارًا كثيرة. كنت أفكر وأقول:

«يا رب، أنا أعلم أنك تحبني. أوّمن أن كل الأشياء

تعمل معًا للخير للذين يحبونك، الذين هم مدعوون

حسب قصدك. إنني أضع ثقتي فيك، ولن أخاف». (انظر رومية ٨: ٢٨، ٣٥-٣٩؛ يشوع ١: ٩؛ أمثال ٣: ٥).

كلما زاد الوقت الذي تقضيه في قراءة كلمة الله، والتفكير فيها، استقرت أكثر بداخلك، وبدأت تغيرك من الداخل إلى الخارج.

يقول عبرانيين ٤: ١٢ إن كلمة الله حية وفعّالة. إن لها القدرة على تغيير الطريقة التي تنظر بها إلى نفسك، بل وأيضاً مستقبلك.

عندما تملأ ذهنك بما يقوله الله عنك، وتعلن أن وعوده هي لك، سوف يأتي هذا بالرجاء، ويبني إيمانك.

روشة كتابية للاكتئاب

كما ذكرت، فإن الاكتئاب أحياناً ما يكون نتيجة مشكلة عضوية أو كيميائية، وأنا أوّمن أن من المهم أن نسمح للأطباء بمساعدتنا بحسب قيادة الرب. لكنني، حتى عندما أزور الطبيب، أعتقد أنه أمر جيد أن أتأكد أنني أضع ثقتي في الله شافينا.

لكن الاكتئاب كثيراً جداً أيضاً ما يكون معركة روحية.. والكتاب المقدس يعطينا توجيهات عظيمة حول كيفية محاربته.

يخبرنا إشعياء ٦١: ٣ أن نلبس «رِدَاءَ تَسْبِيحٍ عَوْضًا عَنِ الرُّوحِ الْيَاسَةِ».

قد لا نشعر دائماً بالرغبة في أن نسبح الله، لكن قضاء دقائق

قليلة في الحديث إلى الرب، وحمده على صلاحه يعتبر واحدًا من أعظم الأسلحة التي لنا لكي نحارب بها الإحباط والاكتئاب.

إننا نستدعي فعليًا حضور الله لموقفنا، وهو ما يجلب لنا قوّته وسلامه وفرحه. يقول فيلبي ٤: ٤ «افرحوا في الربّ كلّ حين [سرّوا واسعدوا فيه]، وأقول أيضًا: افرحوا».

إن تسبيح الرب وسط ألمنا هو أعظم شيء يمكن أن نفعله. لماذا؟ لأننا عندما نختار أن نثبت انتباهنا على الله، ونفرح بالخير الذي فعله، فإننا نجعله أكبر من مشكلاتنا.

الحقيقة هي أن الله دائماً صالح، بغض النظر عما يحدث في حياتنا. إنه هو مصدر فرحنا، ونستطيع أن نركض إليه ليغيثنا في أي وقت نحتاج فيه إلى هذا.

يقودني هذا إلى مزمور ١٦: ١١. يقول: «أمامك [في محضرك] شبع سرور. في يمينك نعم إلى الأبد».

عندما نتعبد لله، فإننا نستدعي حضوره إلى حياتنا. وهو يستبدل الإحباط والحزن بفرحه وسلامه. فيمنحنا الرجاء، ويخلق في ظروفنا حياة جديدة.

لا نستطيع دائماً أن نغير كل ما يحدث حولنا، لكن حضور

الله سوف يغيرنا - يغير كيفية تفكيرنا، وكيفية شعورنا، وكيفية نظرتنا إلى ظروفنا.

دع الله يأخذ أهلك

لن تخلص حياتنا بالتمام أبدًا من اختبار الألم، أو خيبة الأمل، لكننا لا يجب أن نسمح لما يحدث اليوم أن يفسد الغد.

أمامنا اختيار. نستطيع أن نحول الأمور فعليًا عن طريق اتخاذ قرار، بأن نترك المواقف التي سببت لنا الإحباط أو الاكتئاب، ونتقدم للأمام نحو الأمور الصالحة، التي خططها الله لمستقبلنا.

كم أحب ١ بطرس ٥: ٩، الذي يقول إننا يجب أن نقاوم الشيطان منذ البداية. من المهم للغاية أن نقاوم مشاعر الإحباط والاكتئاب على الفور، لأننا كلما سمحنا لها أن تبقى لوقت أطول، صارت مقاومتها أصعب!

قلت هذا مرارًا لسنوات: إذا لم تسمح للشيطان أن يبهرك بما يفعله، لن يستطيع أن يقمعك؛ وإذا لم يستطع أن يقمعك، لن يستطيع أن يحبطك.

في المرة القادمة التي تواجه فيها موقفًا يمثل خطرًا يُمكن أن يحنك، اتخذ قرارًا أن تلتفت إلى الروح القدس، وتسمح له أن يملأك

بالرجاء. إختَر أن تؤمن بما يقوله الله بدلاً من مشاعرك. املأ ذهنك وفمك بأمور إيجابية مليئة بالرجاء من كلمة الله.

ليس عليك أن تسمح للإحباط والاكْتئاب أن يحكما حياتك. عندما «تجري الحياة»، دع إله كل رجاء يقويك ويُسجِّعُك من الداخل قبل الخارج.

لأنه مهما كان ما تجتاز فيه، فإن الله مستعد وراغب في أن يساعدك أن تأخذ ألك.. وتحوله إلى شيء عظيم.

الختم

هل تجتاز في وقت صعب؟

إن كنت تجتاز الآن في وقت صعب، أريدك أن تعرف أن الله يحبك. إنه يرى ما تمر به، هو معك، ويريد أن يساعدك في الموضع الذي أنت فيه.

يقول مزمور ٣٤: ١٨ «قَرِيبٌ هُوَ الرَّبُّ مِنَ الْمُتَكَسِّرِي الْقُلُوبِ، وَيُخَلِّصُ الْمُتَسَحِّقِي الرُّوحِ». عندما نتألم، يتألم الله معنا.

ربما تواجه الآن ما يبدو أنه موقف مستحيل. لكنني أريدك أن تعرف أن الله يستطيع أن يجدد كل شيء. يستطيع أن يأخذ مشكلتك ويحولها إلى خير. إن كنت تتعامل مع ظروف صعبة، أو شيء يهددك، أو يطغى عليك، أشجعك أن تقضي لحظات قليلة لتصلي الآن:

أيها الآب، إنني أحتاج إليك الآن. أنت تقول إنك تحبني وتراني تمامًا كما أنا. وبالرغم مما أشعر به، فإنني أختار أن أصدق كلمتك. في مواجهة كل ما أجتاز فيه، أطلع إليك أن تعينني. أحتاج إلى قوتك لكي أتعامل مع كل ما يبدو أكبر بكثير مني

الآن. ساعدني أن أثبت عيني عليك. أرجوك أعلن
عن حقيقتك لي.. وشجّعني في الطريق الذي أمامي.
ساعدني أن أختبر محبتك وحضورك بشكل ملموس.
أقدم لك كل نفسي. في اسم يسوع، آمين.

كما أشجّعك أيضًا أن تقضي بعض الوقت في قراءة النصوص
الكتابية التالية. أستطيع أن أقول من واقع خبرتي إن كلمة الله
سوف تغير حياتك – تغير الطريقة التي تفكر بها، والطريقة التي
تشعر بها، بل حتى الطريقة التي ترى بها مستقبلك.
أحب إرميا ٢٩: ١١. يقول إن الله لديه خطة صالحة لمستقبلك –
أفكار سلام.. أفكار تجلب لك الرجاء.

تذكر دائماً أن الله في صفك. إنه إله المستحيل.. والشخص الذي
يستطيع أن يخرج من أي موقف معجزة.
الله يحبك

«مَحَبَّةٌ أَبَدِيَّةٌ أَحَبَبْتُكَ، مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ أَدُمْتُ لَكَ الرَّحْمَةَ».

إرميا ٣١: ٣

«فَإِنَّ الْجِبَالَ تَزُولُ، وَالْأَكَامَ تَتَزَعَزَعُ، أَمَّا إِحْسَانِي
فَلَا يَزُولُ عَنْكَ.. قَالَ رَاحِمُكَ الرَّبُّ».

إشعياء ٥٤: ١٠

«تَيَهَّأْنِي رَاقِبَتَ. آجَعْلُ أَنْتَ دُمُوعِي فِي زِقِّكَ. أَمَّا هِيَ
فِي سَفَرِكَ؟»

مزمور ٥٦: ٨

«قَبْلَمَا صَوَّرْتُكَ فِي الْبَطْنِ عَرَفْتُكَ [ورضيت أن تكون أداة لي]، وَقَبْلَمَا خَرَجْتَ مِنَ الرَّحِمِ قَدَّسْتُكَ».

إرميا ١: ٥

الله سوف يعينك

«لَا تَخَفْ لِأَنِّي مَعَكَ. لَا تَتَلَفَّتْ لِأَنِّي إِلَهُكَ. قَدْ أَيْدْتُكَ وَأَعَنْتُكَ وَعَضَّدْتُكَ بِيَمِينِ بَرِّي».

إشعيا ٤١: ١٠

«أَيْضًا إِذَا سِرْتُ فِي وَادِي ظِلِّ الْمَوْتِ لَا أَخَافُ شَرًّا، لِأَنَّكَ أَنْتَ مَعِي».

مزمو ٢٣: ٤

«طَلَبْتُ إِلَى الرَّبِّ فَاسْتَجَابَ لِي، وَمِنْ كُلِّ مَخَافٍ فِي أَنْقَذَنِي».

مزمو ٣٤: ٤

«إِذَا أَجْتَرَزْتُ فِي الْمِيَاهِ فَأَنَا مَعَكَ، وَفِي الْأَنْهَارِ فَلَا تَغْمُرُكَ. إِذَا مَشَيْتَ فِي النَّارِ فَلَا تُلْذَعُ، وَاللَّهيبُ لَا يُحْرِقُكَ».

إشعيا ٤٣: ٢

الله هو رجاؤك

«لِأَنِّي عَرَفْتُ الْأَفْكَارَ الَّتِي أَنَا مُفْتَكِرٌ بِهَا عَنْكُمْ، يَقُولُ الرَّبُّ، أَفْكَارَ سَلَامٍ لَا شَرٍّ، لِأَعْطِيَكُمْ آخِرَةً وَرَجَاءً».

إرميا ٢٩: ١١

«لِأَنَّهُ [الله نفسه] قَالَ: «لَا أَهْمُكَ وَلَا أَتْرُكُكَ»».

عبرانيين ١٣: ٥

«لَآئِنَّهُ لَيْسَ شَيْءٌ غَيْرُ مُمَكِّنٍ لَدَى اللَّهِ».

لوقا ١: ٣٧

«أَلْقِ عَلَى الرَّبِّ هَمَّكَ [تحرر من ثقله] فَهُوَ يَعُولُ».

مزمور ٥٥: ٢٢

«فِي يَوْمِ خَوْفِي، أَنَا عَلَيْكَ أَتَكَلُّ».

مزمور ٥٦: ٣

الله هو عزاءك وقوتك

«يَشْفِي الْمُنْكَسِرِي الْقُلُوبِ، وَيَجْبُرُ كَسْرَهُمْ [فيعالج
المهم وأحزانهم]».

مزمور ١٤٧: ٣

«يُعْطِي الْمُعْيِي قُدْرَةً، وَلِعَدِيم الْقُوَّةِ يَكْثُرُ شِدَّةٌ ...
وَأَمَّا مُنْتَظِرُوا الرَّبِّ فَيَجِدُّونَ قُوَّةً. يَرْفَعُونَ أَجْنَحَةً
كَالنُّسُورِ. يَرْكُضُونَ وَلَا يَتْعَبُونَ. يَمْشُونَ وَلَا يُعْيُونَ».

إشعياء ٤٠: ٢٩، ٣١

«تَعَالَوْا إِلَيَّ يَا جَمِيعَ الْمُتْعَبِينَ وَالثَّقِيلِي الْأَحْمَالِ،
وَأَنَا أَرْيَحُكُمْ [أريح نفوسكم وأنعشها]».

متى ١١: ٢٨

«اللَّهُ لَنَا مَلَجَأٌ وَقُوَّةٌ. عَوْنًا فِي الضِّيقَاتِ وَجِدَ شَدِيدًا».

مزمور ٤٦: ١

صلاة لطلب الخلاص

إن الله يحبك، ويريد أن تكون له علاقة شخصية معه. إن كنت لم تقبل يسوع المسيح مخلصاً لك، تستطيع أن تفعل هذا الآن. فقط افتح قلبك له وصل هذه الصلاة..

«أيها الآب، أنا أعلم أنني أخطأت إليك. أرجوك أن تغفر لي. اغسلني فأطهر. أعدك أن أثق في يسوع ابنك. أوّمن أنه مات لأجلي - حمل عني خطيئتي عندما مات على الصليب. أوّمن أنه قام من الأموات. إنني أسلم حياتي ليسوع الآن. أشكرك أيها الآب لأجل عطية الغفران والحياة الأبدية التي تقدمها لي. من فضلك ساعدني أن أحيأ لأجلك. في اسم يسوع، آمين».

إن كنت قد صليت هذه الصلاة من قلبك، فقد قبلك الله وطهرك وحررك من عبودية الموت الروحي. اقضِ وقتاً في قراءة هذه الأجزاء الكتابية ودراستها، واطلب من الله أن يتكلم إليك، وأنت تسير معه في هذه الرحلة في حياتك الجديدة.

يوحنا ٣: ١٦ ١ كورنثوس ١٥: ٣-٤ أفسس ١: ٤

أفسس ٢: ٨-٩ ١ يوحنا ١: ٩ ١ يوحنا ٤: ١٤-١٥

١ يوحنا ٥: ١ ١ يوحنا ١٢: ١٣-١٤

اطلب من الله أن يساعدك أن تجد كنيسة جيدة مؤمنة بالكتاب المقدس؛ حتى يمكنك أن تتشجع على النمو في علاقتك بالمسيح. إنه دائماً معك. سيقودك يوماً بيوم، ويريك كيف تحيا الحياة التي نذرها لك بملئها!

إن كنت مستعداً أن تبدأ رحلتك الشخصية مع يسوع، أو ربما تريد أن تتعرف عليه بصورة أعمق، قم بزيارة:

joycemeyerarabic.org

عن المؤلفة

جويس ماير كاتبة حققت أفضل المبيعات بحسب صحيفة نيويورك تايمز، وهي واحدة من رُواد معلمي الكتاب المقدس في العالم. تُقدم جويس ماير، من خلال خدماتها، تعليمًا عمليًا وصريحًا، إذ تشارك بانفتاح باختباراتها، وتساعد ملايين الناس على تطبيق المبادئ الكتابية على مواقف حياتهم، لكي يجدوا الرجاء والتعويض من خلال يسوع المسيح. ظل كتابها معركة الذهن دائمًا على قائمة أفضل المبيعات، حيث يعلمُ الناس كيف يكسبون الحرب في أذهانهم، وكيف «يفكرون فيما يشغلهم». عقدت جويس مؤتمرات كثيرة عبر الولايات المتحدة الأمريكية، وحول العالم، ويُبث برنامجها بعنوان استمتع بحياتك كل يوم على التلفزيون والإذاعة والإنترنت للملايين بأكثر من ١٠٠ لغة. كما أنها ألّفت أكثر من ١٣٠ كتابًا، تُرجمت إلى أكثر من إجمالي ١٥٥ لغة.

خدمات جويس ماير

نشارك بالمسيح - نحب الناس

إن دعوة خدمات جويس ماير هي مشاركة الإنجيل وتلمذة الأمم وتوصيل محبة المسيح.

من خلال وسائل الإعلام، نقوم بتعليم الناس كيف يطبقون الحق الكتابي على كل جانب من حياتهم، ونشجع شعب الله أن يخدموا العالم من حولهم. من خلال ذراعنا الكرازي، يد الرجا، نوفر معونات إنسانية عالمية، ونطعم الجوع، ونكسو الفقراء، ونخدم المسنين، والأرامل والأيتام، ونصل إلى الناس من كل الأعمار في كل مناحي الحياة.

تقوم خدمات جويس ماير على أساس الإيمان، والاستقامة، والداعمين المكرسين الذين يشتركون معها في هذه الدعوة.

* * *

للحصول على تشجيع إضافي من خدمات جويس ماير، يرجى زيارة:

joycemeyerarabic.org



لست وحدك!

هل تجتاز في وقت صعب؟ سواء كنت تتعامل مع مأساة لم تكن متوقعة، أو مشكلة صحية متأصلة، أو حتى تتساءل من أين ستحصل على وجبة الطعام القادمة، لا يريدك الله أن تواجه المعركة وحدك. بل إن أعظم شيء نستطيع أن نفعله هو أن نضع ثقتنا فيه، عالمين أنه معنا، ونستطيع أن نظل مملوئين بالرجاء.

في هذا الكتاب، تعلمنا جويس ماير:

- كيف ننال تعزية الله في الأوقات الصعبة.
- كيف يؤدي تغيير نظرتك للأمور إلى تغيير كامل ليومك.
- كيف تبدأ من جديد وتترك الماضي وراء ظهرك.
- المفاتيح الكتابية لمحاربة الاكتئاب والإحباط.

أيًا كان ما تجتاز فيه، سوف يساعدك هذا الكتاب على أن ترفع سقف توقعاتك، ولا تيأس أبدًا من الله. في النهاية، إنه هو "إله الرجاء" (انظر رومية ١٥: ١٣)، وهو الذي يستطيع أن يأخذ ظروفك، ويحولها إلى أمر عظيم.

خدمات جويس ماير

نشارك بالمسيح – نحب الناس