

جويس ماير

ساعدني أنا أشعر بعدم الأمان

الانتصار في المعارك النفسية باستخدام قوة كلمة الله

JOYCE MEYER

Help Me I'm

INSECURE

ساعدني

أنا أشعر بعدم الأمان

الانتصار في المعارك النفسية
باستخدام قوة كلمة الله

بقلم
جويس ماير

ماعدني .. أنا أشعر بعدم الأمان

المؤلف	:	جويس ماير
الناشر	:	خدمات جويس ماير
الموزع بالشرق الأوسط	:	P.T.W للترجمة والنشر
المطبعة	:	ت: ٢١١٧٨٩٨٠ / ٢١١٧٨٩٨١
رقم الدولي	:	٢٠٠٨ / ٤١٦٨ شركة الطباعة المصرية ت: ٦١٠٠٥٨٩
التقييم الدولي	:	١ - ٤١ - ٤٤٣ - ٩٧٧ - ٩٧٨

المراجعة والجمع التصويري 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 Insecure

copyright © By Joyce Meyer

Arabic edition © ٢٠٠٨ by PTW



Prepare The Way

www.ptwegypt.com

المحتويات

صفحة	
٧	مقدمة
١٥	الجزء الأول: أنت شخص مقبول
١٧	١- ابتعد عن السلبية
٣٧	٢- ابتهج بكل ما هو إيجابي
٥١	٣- تجنب المقارنة
	٤- ركز على الإمكانيات الكامنة لا على محدوديتك
٦٣	٥- مارس موهبتك
٧٩	٦- تجاسر أن تكون مختلفاً
٩٥	٧- تعلم كيف تتعامل مع النقد
١١٧	٨- اعرف قيمة نفسك
١٢٣	٩- ضع عيوبك في نصابها الصحيح
١٣٣	١٠- تعرّف على مصدر الثقة
١٣٩	الحقيقي
	الجزء الثاني- آيات كتابية تتناول
١٦١	موضوع الثقة صلاة
١٦٦	لطلب الثقة
١٦٧	- لإقامة علاقة شخصية بالرب

مقدمة

هل سمعت من خداع الآخرين ومن ارتداء الأقنعة
حتى تبدو على غير حقيقتك؟ ألا تريد أن تختبر الحرية
عندما تدرك أنك مقبول كما أنت بدون أى ضغوط
من أى إنسان لكى تصير شخصاً لا تعرف كيف
تكونه؟

هل تريد أن تتعلم كيف تنجح فى أن تكون على
طبيعتك؟

يريد الله من كل واحد فينا أن يقبل ذاته ويحبها
كما هى، كما يريدنا أن نتعلم كيف نتعامل مع ضعفاتنا
لأنها كثيرة. فهو لا يريدنا أن نرفض ذاتنا بسبب
هذه الضعفات.

الله يفهم ضعفاتنا (عبرانيين ٤: ١٥) .

والروح القدس يشفع فينا ونحن ضعفاء
(رومية ٨: ٢٦).

الله يختار ضعفاء العالم والجهال ليخزي الأقوياء
(١كورنثوس ١: ٢٧).

فإن نظرتُ لضعفاتي وأخبرتكم كم أساوى فى
رأبى، لكان قدرى أقل من لا شىء. ولكن الحقيقة
هى أن قيمتنا ليست فى ما نفعله، وإنما فى ما فعله
الله بالفعل.

الله يقبلنا كما نحن، إلا أن إبليس يحاول بكل الطرق
أن يبعدنا عن فهم هذه الحقيقة، فيضع ضغوطاً مختلفة
على متوننا ليشعرنا أننا لا نرقى للمستوى الذى يجب
أن نكون عليه. إنه لا يريدنا أن نكتشف أننا يمكن أن
نقبل ذواتنا ونحبها كما نحن، لأنه يعلم أن إدراكنا
لهذه الحقيقة سيُنتج أموراً رائعة فى حياتنا.

إن نظرتنا لذواتنا تؤثر على علاقتنا مع الناس ومع
الله. ولأنها تؤثر على علاقتنا بالله، فهى تؤثر على
حياة صلاتنا.

مقدمة ٧

قد نصلى ونصلى مؤسسين صلواتنا على وعود كلمة الله المذكورة في الكتاب المقدس، وقد نقول كل الكلمات الصحيحة في الصلاة دون أن تكون صلاتنا فعالة ومؤثرة، لأن نظرتنا السيئة لذواتنا تجعلنا لا نؤمن بأن الله قادر أن يفعل لأجلنا ما نطلبه في الصلاة. وهكذا يصعب علينا تصديق أن الله سيفعل الأمور العظيمة التي نصلى لأجلها، لأننا لا نتوقع منه أن يفعلها. إننا نحدد قيمة ذواتنا بحسب مستوى أدائنا، ونسمح لضعفاتنا وأخطائنا وفشلنا أن تؤثر بسلبية على نظرتنا لذواتنا.

تمركز اهتمام الناس حول الأداء، فقد تعلمنا منذ نعومة أظافرنا أنه كلما ارتفع مستوى أدائنا زادت محبة الناس لنا. حتى في علاقتنا مع الله، نستمر نفكر بهذا المنطق، معتقدين أنه سيحبنا أكثر وسيباركنا أكثر كلما تحسّن أدائنا. ولكن لأننا لا ننجح في أن نسلك باستقامة طوال الوقت، نبدأ صراع التغلب على الضعفات

معتقدين أن هذه هى الطريقة التى نكسب بها محبة الله التى تجعله يفعل لنا ما نطلبه منه.

إن قيمتنا ليست فى ما نفعله، وإنما فى ما فعله الله من أجلنا. إن كل مسيحي مؤمن يعلم هذه الحقيقة، فهى أساس الخلاص. لقد صرنا أبراراً وتبررنا بموت المسيح على الصليب، ولا يقدر أحد أن ينال الخلاص بالأعمال، فهو عطية مجانية من الله نتيجة لعمل يسوع (١ كورنثوس ١ : ٣٠؛ أفسس ٢ : ٨).

وبالرغم من حصول كل مؤمن على الخلاص بالإيمان، وأننا صرنا بر الله بعمل يسوع من أجلنا، إلا أن قلة قليلة من المؤمنين الناضجين هم الذين يسلكون بهذا الحق ويتخذونه منهجاً لحياتهم (غلاطية ٣ : ٣). وهنا نرى أن هذا النوع من التفكير يختلف عن طريقة التفكير التى نشأنا عليها، لذلك نحتاج أن نجدد أذهاننا بكلمة الله حتى نعرف مكاننا الصحيح لدى الله فى المسيح يسوع، لا بالأعمال.

إن قيمتنا لا تُبنى على قدرتنا على إحضار أنفسنا كمقبولين أمام الله، فالله يبحث عن أناس لهم اتجاه قلب صادق من نحوه، بغض النظر عن إن كانت لديهم سجلات حافلة بالأعمال الصالحة، لَأَنَّ عَيْنَي الرَّبِّ تَجُولَانِ فِي كُلِّ الْأَرْضِ لِيَتَشَدَّدَ مَعَ الَّذِينَ قُلُوبُهُمْ كَامِلَةٌ نَحْوَهُ (٢ أيام ١٦: ٩).

وعبارة «قُلُوبُهُمْ كَامِلَةٌ نَحْوَهُ» تعني من له اتجاه قلب سليم نحو الله— أن يحب الله بكل ما لديه من قدرة على محبته؛ أن يريد ما يريد؛ أن يبغى مشيئته؛ وأن يريد عمل مشيئته.

لقد أعد الله لنا مكاناً في المسيح (إن قبلناه) فهو يحبنا ويبحث عن أشخاص منفتحين على مشيئته حتى يعلن عن قدرته نيابة عنهم ويباركهم.

نحن لا نعمل شيئاً لنستحق محبة الله أو بركاته. يستطيع كل منا أن يلجأ إليه في أي وقت لتسديد احتياجاته. يقول كاتب رسالة العبرانيين ٤: ١٦

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

لكن، يؤثر أسلوب حياتنا الذى نختاره على قدرتنا على قبول كل ما يريد الله أن يعطينا إياه . فالذى يخدم الله ويطيعه، يضعه الرب فى مكان يُمكنه من فتح أبواب عديدة يستخدمها الرب لبركته . فالأمانة تطلق البركة (أمثال ٢٨ : ٢٠) .

أما أسلوب الحياة العاصى فيوقف ما يفعله الله فى حياتنا، لأن كلمة الله تُعلمنا أننا إن زرعنا بذاراً رديئة سنحصد محصولاً رديئاً (غلاطية ٦ : ٨) .

إن الذين يحيون ويسكون فى عصيان غير محدود ويريدون بركات الله لهم مهما كان حالهم، قد يعتقدون أن ليس عليهم أن يبذلوا الجهد للتغلب على ضعفاتهم حتى ينالوا قبول الله . فهم يؤمنون أنه، حتى ولو كانوا ضعفاء فى بعض جوانب حياتهم، فهناك ما يبرر خطيتهم . ولكن الحقيقة هى أن الله سيستخدمنا بالرغم

مقدمة ١١

من ضعفنا وسيساعدنا حتى نتغلب على كل ضعف،
فنحن لا نتغلب على ضعفاتنا بأنفسنا، ولكن علينا أن
نجاهد في التغلب عليها.

قال الرب لبولس «تَكْفِيكَ نِعْمَتِي، لَأَنْ قُوَّتِي فِي
الضَّعْفِ تَكْمَلُ» (٢ كورنثوس ١٢: ٩). ويخبرنا بولس
في ٢ كورنثوس ١٣: ٤ «نَحْنُ أَيْضاً ضَعْفَاءُ فِيهِ، لَكِنَّا
سَنَحْيَا مَعَهُ بِقُوَّةِ اللَّهِ».

ولما علّم بولس أهل رومية عن رسالة النعمة قال
لهم

«أَبْقَى فِي الْخَطِيئَةِ لَكِي تَكْثُرَ النِّعْمَةُ؟ حَاشَا! نَحْنُ
الَّذِينَ مَتْنًا عَنِ الْخَطِيئَةِ كَيْفَ نَعِيشُ بَعْدَ فِيهَا؟»
(رومية ٦: ١، ٢).

وبكلمات أخرى أقول هل نجرب أنفسنا إلى أي حد
يمكن أن نخطئ لأن الخطية تعطى الرب فرصة كي
يعطينا نعمة؟ وكان جواب بولس «كيف نخطئ وقد
متنا عن الخطية؟».

أراد بولس أن يُعرِّفهم مكانتهم فى المسيح، فقال
إنهم مقبولون لأنه جعلهم مقبولين
(رومية ٦: ١٦-٥).

يريدنا الله أن نتصالح مع ذواتنا وندرك أن قيمتنا
لا تتحدد بناءً على ما نفعله، وإنما على من نكون.
يريدنا الرب أن نكون مستعدين لأن نبذو على طبيعتنا
بكل ضعفنا وكل شىء.

ما أروع أن تبدأ يومك وأنت لا تكره ذاتك لمدة
نصف ساعة كل يوم حتى قبل أن تنهض من فراشك.
ما أجمل أن تبدأ يومك دون أن تسمع إبليس يردد فى
أذناك قائمة الأخطاء التى ارتكبتها فى اليوم السابق،
موبخاً إياك على فشلك، مؤكداً لك أن الله لا يمكن أن
يفعل شيئاً صالحاً لأجلك. كثيرون ينهزمون حتى قبل
أن يتركوا فراشهم كل صباح.

إن خطة إبليس هى أن يخدعنا فنعتقد أن قيمتنا
تبنى على مستوى أدائنا، وذلك عندما يجعلنا نركز

أنظارنا على أخطائنا وعيوبنا، لأنه يريدنا أن نحتقر ذواتنا وأن نشعر بعدم الأمان، وبذلك نعيش حياة غير مؤثرة وغير فعّالة، نحيا في بؤس غير نائلين بركات الله لأننا لا نؤمن أننا نستحقها.

ولكن بمجرد أن نتصالح مع ذواتنا، سنتصالح أيضاً مع الآخرين. فإن تعلّمنا كيف نقبل ذواتنا ونحبها، سنتعلم كيف نقبل الآخرين ونحبهم. أنا أعلم عن خبرة شخصية أنه كلما قبلت وأحببت ذاتي بالرغم من العيوب والضعفات الموجودة فيّ، زاد قبولى وحبى للآخرين بالرغم من عيوبهم وضعفاتهم.

فإن أردت أن تتغلب على الشعور بعدم الأمان، وإن أردت أن تُجهّز نفسك لإتمام خطة الله الرائعة لحياتك، يمكنك تطبيق المبادئ الكتابية الواردة في هذا الكتاب.

الجزء الأول

أنت شخص مقبول

ابتعد عن السلبية

إن أردت أن تزيد من قبولك لنفسك وتحسن من نظرتك لذاتك، فخذ قراراً الآن بأن لا تخرج كلمة سلبية واحدة من فمك عن ذاتك.

اعرف الأمور الحسنة

«لَكَيْ تَكُونَ شَرِكَةً إِيمَانِكَ فَعَالَةً فِي مَعْرِفَةِ كُلِّ الصَّالِحِ الَّذِي فِيكُمْ لِأَجْلِ الْمَسِيحِ يَسُوعَ،

(فليمون ١: ٦)

وتكون شركة إيماننا فعالة عندما نعرف الصالح الموجود فينا في المسيح يسوع، لا الخطأ.

يريدنا إبليس أن نعرف ونتذكر الأمور السيئة الموجودة فينا، لأنه لا يريد أن تكون لنا شركة إيمان

فعالة، وهو يريدنا أن نصرف كل دقيقة في حياتنا مدركين بأذهاننا ومرددين بشفاها مدى بشاعتنا. ولأنه المشتكى على الإخوة (رؤيا ١٢: ٩ ، ١٠) فهو يحاول مراراً وتكراراً أن يُحوّل أبصارنا من على حقيقتنا في المسيح إلى نقائصنا وضعفاتنا.

يدفعنا إبليس إلى التفكير السلبي عن أنفسنا، وذلك بإتاحة العديد من الفرص أمامنا حتى نعود مرة أخرى إلى نموذج التفكير الذى تعلمناه منذ الصغر، فنسقط ضحية الخداع عندما نظن أن قيمتنا مرتبطة بمدى أدائنا، وأننا بلا قيمة بسبب أخطائنا وعيوبنا.

من الأسباب المهمة التى تدعونا لعدم التفوه بالكلمات السلبية عن ذاتنا هو أن نصدق ما نتفوه به أكثر من أى شخص آخر. ولكن بمجرد أن نفهم حقيقة من نكون في المسيح، ونرى كل ما فعله المسيح لأجلنا بسفكه دماؤه لجعلنا مستحقين، ندرك أننا نهين أبانا السماوى عندما نتماذى في التفكير في عيوبنا وفشلنا ونقائصنا. تقول كلمة الله في أعمال ١٠: ١٥ «ما طَهَّرَهُ

اللَّهُ لَا تُدَنِّسُهُ أَنْتِ أَدَى أَنْ مَا طَهَرَهُ اللَّهُ وَأَعْلَنَ أَنَّهُ طَاهِرٌ، لَا تُدَنِّسُهُ أَنْتِ بِإِعْلَانِكَ أَنَّهُ دَنَسَ وَغَيْرَ طَاهِرٍ.

بار أمام الله

كان البر من بين الإعلانات الأولى التي أعلنها لى الرب من كلمته. وأقصد بكلمة «إعلان» ما يعلنه الرب بطريقة غير عادية حتى أنه يصبح جزءاً منك. وهنا لا تكون المعرفة ذهنية فقط، بمعنى أنك لن تحتاج لتذكير نفسك باستمرار بهذا الأمر، لأنك لن تشك فيه أو ترجو أن يكون صحيحاً، بل تعرف أنه حق.

لقد أدركت أنى بارة فى المسيح لأنه أعلن لى ما جاء فى ٢ كورنثوس ٥: ٢١

«لَأَنَّهُ (اللَّهُ) جَعَلَ (المسيح) الَّذِي لَمْ يَعْرِفْ خَطِيئَةً، خَطِيئَةً لِأَجْلِنَا، لِنَصْبِرَ نَحْنُ بِرَ اللَّهِ فِيهِ (مَا يَجِبُ أَنْ نَكُونَ عَلَيْهِ، مُقْبُولِينَ وَعَلَى عِلَاقَةٍ صَحِيحَةٍ مَعَهُ لِأَجْلِ صَلَاحِهِ مَعَنَا)، .

البر هو عطية الله

نقرأ في رومية ٤: ٢٤ «بَلْ (البر والقبول لدى الله) مَنْ أَجَلْنَا نَحْنُ أَيْضاً الَّذِينَ سَيُحْسَبُ لَنَا، الَّذِينَ نُؤْمِنُ (نُصَدِّقُ، وَنُثِقُ وَنُتَكَلِّ) بِمَنْ أَقَامَ يَسُوعَ رَبِّناً مِنَ الْأَمْوَاتِ،

لقد فهمت أن هذا البر هو شيء يُعطى لنا، فهو عطية ومنحة يهبها الله للذين يؤمنون بما فعله لأجلنا بواسطة ابنه يسوع المسيح. إن يسوع، الذى لم يعرف خطية، صار خطية لأجلنا حتى نصير نحن بر الله فى يسوع.

وقبل كل شيء لا يريدنا إبليس أن نسلك حسب هذا الحق، عالمين أننا مبررون أمام الله، بل يريدنا أن نتذكر عيوبنا بدلاً من الأشياء الصالحة التى صارت فىنا بعمل المسيح ودمه المسفوك عنا.

كنت أسلك فى هذا الحق، وأعلم به من كلمة الله إلى أن أعلن لى الرب أهمية عدم التفوق بالأمور السلبية

عن ذاتى . وعندما يعلن لنا الرب أمراً، نكون مسؤولين عنه . فصرتُ منذ ذلك الوقت مسؤولة عن عدم التفوه بأى أمر سلبي عن ذاتى .

أهمية التحدث بما يتفق مع كلمة الله

اتفقنا أنا وزوجى وصلينا من أجل أن يرزقنا الله بابتنا دانيال، فهو لم يكن حادثة فى حياتنا، بل أردنا أن يكون لنا هذا الابن . ولكن بعد ولادته لاحظت أن أسلوب حياتى تأثر بصورة سلبية .

لم أكن معتادة أن أقضى وقتاً طويلاً فى المنزل، كما زاد وزنى بعض الشيء، وحدثت تغيرات فى بشرتى، وهو أمر طبيعى يحدث بعد الولادة . اعتقدت عندئذ أنى أبدو قبيحة الشكل، أعانى من سمرة زائدة وظننت أنى سأبقى هكذا للأبد، وهكذا سقطت فريسة لحالة مزاجية سيئة .

وذات صباح قبل أن يذهب زوجى إلى عمله، حاول أن يشجعنى ويدخل البهجة إلى قلبى، فقال لى

إنى لا ينبغي أن أتصرف بهذه الطريقة لأنى أعلم أنها طريقة خاطئة. وغضبت منه لأنه قال ذلك، ثم قال لى شيئاً آخر، فأجبت بكلمات قاسية. وأخيراً وجدت مبرراً لأفعل ما أردت أن أفعله لوقت طويل.. أن أنفجر.

لقد نشأتُ فى جو تسوده السلبية، وكانت كلماتى سلبية، ونظرتى للأمور سلبية للغاية حتى فى نظرتى لذاتى. وكلما ارتكبت خطأ أو فعلت ما لا يجب أن أفعله، كان من الطبيعى أن أقول: «لا يمكننى أن أفعل الصواب أبداً. أنا شخصية تافهة، فأنا أفعل كل ما هو خطأ طوال الوقت،» .

ذهب زوجى بعد ذلك إلى عمله وبقيت وحدى فى المنزل مع دانيال. وبينما كنت أقوم برعايته فكرت فى كل ما حدث، وبدأت أتحدث عن الأمور السيئة فى. قلت: «نعم يا جويس، أنت حمقاء وتعيشين فى فوضى. هل تعتقدين أن دراستك لكلمة الله ستساعدك؟ لا شىء يمكن أن يساعدك، فحياتك فوضى منذ

وجودك على الأرض، وستظلّين هكذا إلى الأبد. فقط انسى الأمر، فلن ينصلح حالك أبداً، .

فجأة شعرت بوجود روح شرير يخيم على المكان ويتجه نحوى، وكان وجوده قوياً لدرجة أنى شعرت وكأنى أراه. ونتيجة لمعرفتى بكلمة الله، أدركت أن هناك قوة شريرة تحاول الالتصاق بى نتيجة للكلمات التى تفوهت بها عن نفسى.

وكم أشكر الرب من أجل كلمته التى يزرعها فى قلوبنا. وبدون تفكير، بدأت أردد القول «أنا بر الله فى المسيح. أنا بر الله فى المسيح. أنا بر الله فى المسيح، ودمه يغطينى، .

وينفس الطريقة التى دخل بها الروح الشرير، تراجع وخرج، وعاد جو المكان إلى ما كان عليه مرة أخرى. ولا داعى لأن أقول لكم إن هذا الاختبار وضع خوفاً مقدساً داخلى عن أهمية التفوه بكلمات تتفق مع كلمة الله، وبالأخص عن ذاتى.

هناك نزعة فى الجنس البشرى تميل إلى التفكير السلبى «لأنَّ نَصُورَ قَلْبِ الْإِنْسَانِ شَرِيرٌ مُنْذُ حِدَاثَتِهِ، (تكوين ٨: ٢١). وستستمر هذه النزعة السلبية ما لم نغيرها نحن فى حياتنا.

لقد عمل الرب فى حياتى منذ ارتباطى بكلمته لى أتغير من السلبية ومن التفكير السلبى عن نفسى إلى الإيجابية وعدم التفكير أبداً بهذه الطريقة. «لأنَّهُ كَمَا شَعَرَ (افكر الإنسان) فى نَفْسِهِ هَكَذَا هُوَ، (أمثال ٢٣: ٧)

أنا أدعوك ألا تفكر أو تتفوه بأمر سيئة عن نفسك، لأن نظرتك لنفسك تؤثر فى استجابة الصلاة، وفى الأمور التى تستطيع أن تقبلها من الله، والطريقة التى يستطيع الله أن يستخدمك بها. الله قادر أن يستخدمك، ولكن عليك أن تسمح له بذلك. ولكى تسمح له، عليك أن تؤمن بأنه خالقك مستحقاً لكل الخير الذى يريد أن يعطيه لك، وأنت قادر على عمل كل ما يطلبه منك

لأنه سيمكّنك. لذلك عليك أن تتفوه بأمر عن نفسك تتفق مع هذه الحقائق.

محبة الله تطرد الشعور بعدم الأمان

«نَحْنُ نُحِبُّهُ لِأَنَّهُ هُوَ أَحَبُّنَا أَوَّلًا، (١ يوحنا ٤: ١٩).
فإن لم نسمح لله أن يحبنا، سيكون من الصعب جداً
أن نحبه. وإن لم يكن لنا سلام مع أنفسنا فلن نقدر أن
نحب الآخرين، كما تقول كلمة الله «تُحِبُّ قَرِيبَكَ
كَنَفْسِكَ» (مرقس ١٢: ٣١).

وفوق كل هذا، يحتاج الناس إلى إعلان شخصي
عن محبة الله لهم. إن محبة الله لنا هي أساس إيماننا،
وهي التي تحررنا من خطايانا، وتهبنا القدرة على
خدمة الآخرين بدون خوف، وتخلصنا من كل شكل
من أشكال عدم الأمان.

لقد خلق الله فينا رغبة وشوقاً واشتياقاً داخلياً للحب
ولأن نكون محبوبين، وكلمة الله تُعلّمنا أن الله يحبنا

بنفس القدر الذى أحبنا به يسوع (انظر يوحنا ١٧: ٢٣).

إن الذين يعتقدون أن علاقتهم مع الله مبنية على مدى التقدم الذى يحرزونه فى حياتهم نتيجة تغلبهم على عيوبهم ونقائصهم، يظنون أنهم يرهقون الله بأخطائهم والفوضى التى صنعوها فى حياتهم. ولكن الحقيقة هى أننا لا يمكن أن نرهق الله، ومحبه لا يمكن أن تُطفأ، ولا يمكن مهما أخطأنا أن نجعله يتوقف عن حبه لنا. فالمحبة ليست أمراً يقوم الله بعمله، ولكنها جزء أصيل من طبيعته! (١ يوحنا ٤: ٨).

تتأصل فى بعض الناس طبيعة مبنية على الخزى والعار نتيجة ظلم وقع عليهم، أو سوء معاملة الآخرين لهم، سواء كان من الوالدين أو المعلمين فى المدرسة أو الأصدقاء أو حتى الغرباء. وتتبلور نظرتنا عن ذاتنا عبر فترة من الزمن. فإن لم ندرك أننا محبوبون فى المسيح، قد نشعر بعدم الأمان. لذلك لا تسمح لطريقة معاملة الآخرين لك أن تحدد قيمتك أو قدرك.

يتعرض الأشخاص الذين يفتقرون إلى الثقة لحرب تدور داخلهم طوال الوقت عن ذواتهم. فإن ثبتنا نظرنا على العالم، لن نجد صعوبة في تسجيل العديد من الأمور السيئة في ذواتنا، فإبليس يبث أكاذيبه في عقولنا حتى نقيم ذواتنا بناءً على ما يقوله الآخرون عنا.

لدى إبليس وجهة نظر، يريدنا أن نتبناها!

هناك وجهة نظر يريدنا إبليس أن نتبناها، تتمركز حول الاتكال على الذات، وتتخذ أحد شكلين. ولا أعتقد أنه يهتم كثيراً بأى الشكلين نختار، لأنهما كليهما يبعداننا عن إرادة الله، ويحرماننا من التمتع بالقوة التي يقدمها الله لأولاده. وتنبع وجهة النظر هذه من الاعتقاد بأن قيمتنا مبنية على ذواتنا لا على الله.

١- وجهة النظر الأولى تجعل الشخص المتكبر المتكل على ذاته، الواثق في نفسه يقول: «بالتأكيد أنا قادر على التعامل مع كل الأمور، ولست محتاجاً إلى الله». قد يعتقد كثيرون أننا لا نتبنى مثل هذا المبدأ

أبداً، فنحن نعتزف بحاجتنا إلى الله . ولكن الحقيقة هى أن أفعالنا وتصرفاتنا هى المعيار الحقيقى للحكم الصادق علينا، وأننا أحياناً نتصرف وكأننا لا نحتاج إلى الله . ونحتاج نحن المؤمنين أن نتعلم كيف نضع ثقتنا فى إلهنا لا فى أنفسنا، ويقول الكتاب المقدس مراراً وتكراراً إن ثقتنا لا يجب أن تكون فى أنفسنا بل فى الله العامل فىنا .

٢- أما وجهة النظر الثانية فيدين أصحابها أنفسهم . إنهم الذين يكرهون أنفسهم بسبب أخطائهم وعيوبهم، ويعتقدون أنهم بلا قيمة ولا فائدة ولا جمال .

هناك من ينظر لنفسه نظرة متعالية وهناك من ينظر إليها نظرة متدنية .

يكره بعض الناس مظهرهم وشكلهم، ويعتقدون أنهم غير جذابين أو بلا جمال فى الوقت الذى يكونون فيه فى غاية الجاذبية، وذلك لأن إبليس الكذاب يكذب

عليهم (يوحنا ٨ : ٤٤) . إن السلاح الذى يستخدمه إبليس ليمنعنا من أن نرى حقيقة أنفسنا وما أعده الله لنا يُسمى الخداع . إنه يريد أن يحرمنا من التمتع بالحياة التى أعدها الله لنا ، ويريد أن يهدم ويحطم كل تأثير يمكن أن نقوم به فى ملكوت الله .

ذات مرة بينما كنت أعظ أرشدنى الرب أن أطلب من الحاضرين والذين يعتقدون أنهم بلا جمال أن يتقدموا للأمام حتى أصلى من أجلهم . واندعشت كثيراً عندما طلب منى الرب هذا الأمر لأنها كانت المرة الأولى والأخيرة التى قمت فيها بمثل هذا العمل منذ بداية خدمتى وحتى الآن .

قلت : كل من يعتقد أنه قبيح الشكل يتقدم إلى الأمام ، فكان عدد المتقدمين كبيراً جداً . وكان بين المتقدمين فتاة تشبه عارضات الأزياء ، غاية فى الجمال والجاذبية ، فذهبت إليها معتقدة أنها أساءت فهم دعوتى بالتقدم إلى الأمام . وسألتها : هل فهمت

ما قصدتُ؟ لقد طلبتُ من الذين يعتقدون أن شكلهم قبيح أن يتقدموا للأمام؟.

انهمرت الدموع من عينيها وهى تجيب «كنت أرى نفسى طوال حياتى أنى قبيحة الشكل، . فى مثل هذه الأحوال أتساءل: هل تحتاج هذه الفتاة إلى نظارة لكى ترى نفسها، أم ماذا؟ ولكن الحقيقة هى أنها كانت مثالاً رائعاً للطرق التى بها يحاول إبليس أن يخدعنا. فإن لم ينجح إبليس فى أن يشغلك طوال الوقت بذاتك وضعفائك، سيحاول أن يستخدم شيئاً جيداً فيك أو صفة حسنة ليجعلك تعتقد أنها سيئة.

الله يوافق ويؤيد

«قَبْلَمَا صَوَّرْتُكَ فِي الْبُطْنِ عَرَفْتُكَ، وَقَبْلَمَا خَرَجْتَ مِنَ الرَّحِمِ قَدَسْتُكَ،

(إرميا ١: ٥)

لم يخلقنا الله ثم يقول «والآن حان الوقت لأتعرّف

ابتعد عن السلبية ٣١

على هذا الإنسان الذى خلقته، . تقول كلمة الله إنه قبل أن يخلقنا يعرفنا ويوافق على هدف خلقنا.

تخبرنا كلمة الله فى أفسس ١ : ٦ أن الله جعلنا مقبولين فى المحبوب يسوع، وهذا يعنى أننا صرنا مقبولين لدى الله بفضل عمل الفداء على الصليب.

لقد قبلنا الله ووافق وصدّق علينا قبل أن تُتاح الفرصة لأى شخص آخر أن يعترض. فإن كان الله يقبلنا ويوافق علينا، فلماذا نهتم إن كنا مقبولين لدى الآخرين أم لا؟ إن كان الله معنا، فمن يستطيع أن يقف ضدنا؟ ومن يستطيع أن يغيّر هذه الحقيقة؟ (رومية ٨ : ٣١).

الكمال: السعى وراء المستحيل

«لَا تَخْرُجْ كَلِمَةً رَدِيَّةً (شريعة أو بدون نفع) مِنْ أَفْوَاهِكُمْ، بَلْ كُلُّ مَا كَانَ صَالِحاً لِلْبَنِيَانِ، حَسَبَ الْحَاجَةِ، كَيْ يُعْطَى نِعْمَةً لِلْسَّامِعِينَ،
(أفسس ٤: ٢٩)

كان ابننا دانيال يلعب الجولف معى ومع والده عندما كان فى التاسعة من عمره، وكان يجيد اللعبة فى هذا السن ولكن كان يعانى من مشكلة خطيرة. كان يسعد جداً إن أحسن الرمى واللعب. ولكن بمجرد أن يخطئ الهدف، كان يحزن ويبداً فى سب نفسه وترديد كلمات مثل «يا غبى يا دانيال. أنت تخطئ دائماً ولا تحسن عمل شىء».

كان يشعر بأنه إن لم يفعل كل شىء بمستوى الكمال، فهو لاعب فاشل. وإن لم يفعل كل شىء بطريقة صحيحة، كان يردد ملاحظات سلبية عن

ابتعد عن السلبية ٣٣

نفسه . حاول إبليس إسقاط دانيال فى فخ دينونة الذات فى سن مبكرة جداً .

وبدأت مع والده توعيته بمدى خطورة هذه العادة السيئة . كنا نقول له : يا دانيال ، لا توجد فائدة على الإطلاق من التفوه بمثل هذه الأمور عن نفسك ، كما أنها لا تفيد أى شخص من فريقك .

هذه الكلمات تنطبق علينا جميعاً ، لأننا نُحبط عندما نتحدث بالسلب عن ذواتنا ، كما يُحبط المحيطون بنا . يقول بولس الرسول فى العدد التالى للعدد الذى يحثنا فيه أن لا تخرج من أفواهنا كلمة ردية ، ولا تُحزنُوا رُوحَ الله القُدوس ، (أفسس ٤ : ٣٠) . من الواضح هنا أن الملاحظات السلبية تُحزن الروح القدس ، ولهذا يكره أى واحد منا أن يتواجد مع شخص سلبي كل الوقت .

ولكن إن قال الشخص الذى أخطأ : «أنا غير سعيد لأنى ارتكبت هذا الخطأ ، ولكنى سأتعلم من خطئى ، وسيتحسن أدائى فى المرة القادمة . أنا أشكر الرب لأنى

أفعل كل ما بوسعى ، . فى هذه الحالة سيبنى هو نفسه ، ويشجع الجميع . إن نظرة مثل هذا الشخص لذاته رائعة ، وهكذا نظرة الآخرين له ، فهو يعلن تحمل مسؤوليته عن الخطأ الذى ارتكبه دون أن يكون سلبياً ، ودون أن يدين نفسه . تلك هى النظرة والسلوك اللذان يجب أن نتبناهما .

ولكى أشجع دانيال على عدم التحدث بسلبية عن ذاته ، قررت أن أتصرف بنفس الطريقة التى كان يتصرف بها هو عندما يخطئ إصابة الهدف ، لأجعله يدرك مدى سخافة هذا التصرف .

وهكذا بدأت أردد : كم أنت غبية يا جويس ! ألا يمكنك أن تفعل شيئاً بطريقة صحيحة أبداً؟ . لم يسمعنى دانيال ، لذلك بدأت أردد العبارة مرة بعد الأخرى . وبالرغم من أنى كنت أرددها دون أن أعنيها إلا أن مجرد نطقها بشفتى وسماعها بأذنى أحزن روحى .

ابتعد عن السلبية ٣٥

القوة فى فمك

لَأَنَّكَ بِكَلَامِكَ تَتَبَرَّرُ وَبِكَلامِكَ تُدَانُ،

(متى ١٢: ٣٧)

إن تكلمنا بالسوء عن ذواتنا، شعرنا بالدينونة. لذلك دعونا نطبق ما علمه لنا يسوع فى الآية السابقة بأن نتكلم بإيجابية عن ذواتنا كخطوة أولى للتغلب على الشعور بعدم الأمان، فلا نتكلم بسلبية أبداً عن ذواتنا. تفوه بكلمات تعطيك القوة لا بكلمات تُضعفك.

اسع نحو الهدف

«أَيُّهَا الْإِخْوَةُ، أَنَا لَسْتُ أَحْسِبُ نَفْسِي أَنِّي قَدْ أَدْرَكْتُ،
وَلَكِنِّي أَفْعَلُ شَيْئاً وَاحِداً: إِذْ أَنَا أَنْسَى مَا هُوَ وَرَاءُ وَأَمْتَدُّ
إِلَى مَا هُوَ قُدَّامٌ. أَسْعَى نَحْوَ الْغَرَضِ لِأَجْلِ جَعَالَةِ دَعْوَةِ
اللَّهِ الْعُلْيَا فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ، (فِيلِبِّي ٣: ١٣، ١٤)

لا يهتم الله إن كنا وصلنا إلى حد الكمال أم لا، إنما
يهتمه أن نظل نسعى لنبلغ الغرض الذي هو الكمال.
لذلك تكلم واسلك عالماً أن يسوع حى، وأنه يعمل فى
حياتك، وأن دمه يستر كل عيوبك مهما عظمت.

ابتهج بكل ما هو إيجابي

العامل الثاني للتغلب على الشعور بعدم الأمان يرتبط بالعامل الأول. والعامل الثاني هو أن تبتهج وتتفوه بأمورك الإيجابية.

تعلمنا كيف أن التفكير بسلبية والتفوه بالسلب عن ذواتنا يمكن أن يدمر حياتنا. والآن دعونا نتعرف على قوة التفكير والتفوه بكل ما هو إيجابي ومتفق مع كلمة الله.

هناك أهمية قصوى لأفكارنا وكلماتنا، فيجب أن نتمدد التفكير في الأمور الحسنة الخاصة بنا، ويجب أن نبحث عن الأمور الجيدة فينا، ونفكر فيها ونتفوه بها عن ذواتنا.

فإن تحدثنا عن ذواتنا بطريقة سلبية، سننظر إلى أنفسنا نظرة سلبية، وسرعان ما سنتنقل هذه السلبية لكل المحيطين بنا. وما أصدق القول بأن رأى الآخرين فينا لن يزيد أو يقلل من رأينا عن نفوسنا.

فإن تواجد شخص بين أشخاص يتمتعون بالثقة بالنفس ويعبرون عنها، سرعان ما سجدده هو الآخر يثق فى نفسه. ولكن إن وُجد بين أشخاص لا يؤمنون بأنفسهم، سيجد صعوبة بالغة فى الوثوق فى نفسه.

ينطبق هذا المبدأ علينا جميعاً. فإن أردنا أن يثق الآخرون بنا، علينا أولاً أن نظهر لهم ثقتنا بأنفسنا.

عمالقة أم جراد؟

«وَقَدْ رَأَيْنَا هُنَاكَ الْجَبَابِرَةَ (بَنَى عَنَاقٍ مِنَ الْجَبَابِرَةِ) . فَكُنَّا فِي أَعْيُنِنَا كَالْجَرَادِ، وَهَكَذَا كُنَّا فِي أَعْيُنِهِمْ»
(عدد ١٣: ٣٣)

يذكر سفر العدد قصة الجواسيس الاثنى عشر الذين أرسلوا إلى أرض الموعد ليتجسسوها، فرجع عشرة منهم بأنباء محبطة، ورجع الاثنان الآخران بأنباء مشجعة. قال الرسل العشرة أنباء مزعجة من أنهم رأوا عمالقة في الأرض فخافوا. «كُنَّا فِي أَعْيُنِنَا كَالْجُرَّادِ، وَهَكَذَا كُنَّا فِي أَعْيُنِهِمْ». أى أن العدو رآهم بالصورة التي رأوا بها أنفسهم.

وهكذا رجع الجواسيس العشرة إلى بلادهم مهزومين. لماذا؟ هل لأنهم لم يمتلكوا القدرة على هزيمة العمالقة في الأرض؟ لا! لقد عادوا إلى وطنهم مهزومين بسبب نظرتهم السلبية لأنفسهم.

قوة الاعتراف الإيجابى

«لَكِنْ كَالْبِ كَالْبِ أَنْصَتَ الشَّعْبَ إِلَى مُوسَى وَقَالَ: إِنَّا نَصْعَدُ وَنَمْتَلِكُهَا لِأَنَّا قَادِرُونَ عَلَيْهَا،

(عدد ١٣: ٣٠)

كان هذا ردّ فعل كالب، أحد الجواسيس الاثنى عشر
وفى مواجهة مثل هذا الموقف العصيب، فقد أعلن
«لأنّنا قادرونَ عليها» . لأنه كان يعلم أن الله أمرهم
بالدخول إليها وامتلاكها.

ولكى نتغلب على التفكير السلبي والتفوه بالأمور
السلبية، الأمر الذى أصبح جزءاً طبيعياً من أسلوب
حياتنا طوال السنوات الماضية، نحتاج لأن نبذل الجهد
الواعى للتفكير والتحدث عن الأمور الحسنة فينا أمام
أنفسنا، وذلك عن طريق ما أسمّيه «الاعتراف
الإيجابى» .

قد تظن أنك لا ترغب فى التجول فى كل مكان
متحدثاً إلى نفسك، ولكن هذا ما يحدث بالفعل، فهناك
حوار مستمر فى داخلك حتى وإن لم يكن بصوت
مسموع . لذلك أشجّعك أن تبدأ فى التحدث بإيجابية
عن نفسك بينك وبين نفسك، فمثلاً أثناء الاستحمام أو
أثناء قيادة السيارة بمفردك، تعمّد أن تتحدث عن
الأمور الحسنة فيك .

اعترف بما يتفق مع كلمة الله

«وَأَمَّا نَحْنُ فَلَنَّا فِكْرُ الْمَسِيحِ، (أى نتمسك بأفكاره ومقاصد قلبه).

(١كورنثوس ٢: ١٦)

أقصد بعبارة «الاعتراف الإيجابى، حاجتنا لأن نتفوه بالأمر الذى تتفق مع ما نقوله كلمة الله عنا. فمثلاً كلمة الله تقول إن لنا فكر المسيح، وهذا هو ما يجب أن نقوله عن ذاتنا.

تخبرنا كلمة الله أيضاً أن هناك دعوة حياة كل واحد فينا، وأن كلنا مدعوون لنشترك فى خدمة المصالحة والشفاعة (٢كورنثوس ٥: ١٨-٢٠؛ ١تيموثاوس ٢: ١-٣). هذا لا يعنى أن يكون كل منا متشفعاً، ولكنه يشير إلى دعوة الله لحياتنا لكون أدوات فعالة فى يديه، وهذا ما يجب أن نتفوه به أيضاً.

تَكَلَّمْ بِكَلِمَةِ اللَّهِ

«التَّكَلَّمَ بِالْكَلِمَةِ (كَلِمَةِ اللَّهِ) بِلاَ خَوْفٍ،

(فِيلِبِّى ١ : ١٤)

منذ بضع سنوات وضع الرب على قلبي أن أسجل اعترافات إيجابية عن حياتى. وعندما انتهيت، وجدت أنى قد سجلت أكثر من مائة اعتراف. ووجدت آية كتابية تدعم كل اعتراف سجلته. وقد استغرق هذا الأمر وقتاً طويلاً. فإن بذلت مجهوداً وفتشت فى كلمة الله بنفسك عن نفسك، ستجد كنوزاً مخبأة هناك.

ولما بدأت أتفوه بهذه الاعترافات، لم يتحقق أى منها فى حياتى لأنها لم تكن واقعاً أعيشه فى ذلك الوقت. فمثلاً، كنت أشعر وقتها بالذنب وبالدينونة، وكنت أردد أكثر من مرة فى اليوم عبارات مثل «أنا بر الله فى المسيح يسوع. لقد أفرزنى وقدسنى بدم الحمل. هناك دعوة وضعها الرب على حياتى وهو قادر أن يستخدمنى، .

ومع هذه الاعترافات كانت نظرتى لذاتى سيئة للغاية، وكنت مقتنعة بأهمية أن أكون إنسانة صالحة قبل أن يتمكن الله من استخدامى أو العمل بواسطتى.

ولمدة سنة أشهر، كنت أقرأ القائمة التى سجلتها مرة أو مرتين كل يوم، ولا زلت أتذكر جزءاً كبيراً من هذه الاعترافات الإيجابية. ولكنها الآن أصبحت جزءاً أصيلاً من حياتى.

ثق بنفسك

ثق بما يستطيع الله أن يعمل بواسطتك

« لا نَقْدِرُ أَنْ نَصْعَدَ إِلَى الشَّعْبِ (الكنعانيين) لَأَنَّهُمْ أَشَدُّ مِنَّا،

(عدد ١٣: ٣١)

الله يحتاج إليك، ولكن إن لم تثق بنفسك وبالقدرات التى وضعها داخلك، فإنك تقلل من قدر ذاتك وسينتهى بك الحال جالساً على جانب الطريق تشاهد آخرين يستخدمهم الله بدلاً منك.

يختار الله عن قصد ضعفاء وجهال العالم للقيام بالعمل ليخزي الحكماء، ولكى لا يكون لأى مخلوق فان سبب لأن يفتخر بأعمال الجسد (١كورنثوس ١: ٢٧-٢٩).

إن الله لا يهتم بضعفائنا مثلما نهتم نحن بها. كانت مشكلة الجواسيس فى سفر العدد أصحاب ١٣ أنهم نظروا إلى العمالقة بدلاً من أن ينظروا إلى الله. نعم، كان هناك عمالقة فى الأرض، ولكن كان بنو إسرائيل فى حاجة لأن ينظروا إلى الله لا إلى العمالقة.

نعم، هناك عمالقة فى حياتى ولكنى لست فى حاجة إلى الحملقة فيهم، بل إلى النظر إلى الله. أحتاج أن أثبت نظرى على الله، وأثق أنه يقدر أن يفعل حسب قوله.

ينطبق هذا الكلام عليك أنت أيضاً، فروحك تشناق أن تنجز أموراً رائعة. ولكن إن أخمدت هذا الروح بالنظرة السلبية والأفكار والكلمات غير الإيجابية، لن

ينجح الروح أبدأ فى أن يصل بك إلى المكان الذى أعدّه لك الرب، وهو الأرض التى يريدك أن تمتلكها.

الله يحيى الموتى

كَمَا هُوَ مَكْتُوبٌ: إِنِّي قَدْ جَعَلْتُكَ أَبَا لَأُمَمٍ كَثِيرَةٍ.
أَمَامَ اللَّهِ الَّذِى آمَنَ بِهِ الَّذِى يُحْيِى الْمَوْتَى، وَيَدْعُو
الْأَشْيَاءَ غَيْرَ الْمَوْجُودَةِ كَأَنَّهَا مَوْجُودَةٌ،

(رومية ٤: ١٧)

كان إبراهيم يعلم أنه لا يرتكب خطية إن عمل أو أصبح شيئاً يتفق مع ما تقوله كلمة الله .

وقبل أن يُرزق إبراهيم بأولاد أخبره الله أنه سيكون أباً لأمم كثيرة . ولكن كيف يمكن أن يحدث هذا؟ كان إبراهيم متقدماً فى الأيام وكانت سارة زوجته عاقراً!

إلا أن الله «يُحْيِى الْمَوْتَى» . وهذا ما حدث عندما أحيا الله رحم سارة وأعطى جسد إبراهيم قوة . إن الله يدعو غير الموجود (ما سبق ووعد به) وكأنه موجود (بالفعل) .

وهكذا يجب أن نتفوه شفاهنا بالوعود المذكورة فى كلمة الله . هذا لا يعنى أن نجول متحدثين بكل ما نرغب فيه، أو عن أمور من نسج خيالنا . إنما نتحدث بالوعود التى سبق وسجلها الرب فى كلمته المقدسة .

نتائج الاعتراف بالكلمة

«فَتَجِدْ نِعْمَةً وَفِطْنَةً صَالِحَةً فِي أَعْيُنِ اللَّهِ وَالنَّاسِ،
(أمثال ٣ : ٤)

كنت أعانى من مشاكل كبيرة فى حياتى، أما الآن فأعيش فى نصره لأن كلمة الله صارت عاملة فى حياتى . لم يحدث ذلك بين ليلة وضحاها، فلم أستيقظ صباح أحد الأيام لأجد نفسى أختبر نصره فورية وكاملة، كما أنى لم أذهب إلى الاجتماع مرة كل ثلاثة أسابيع، ولم أستمع إلى شريط كاسيت بين الحين والآخر . ولكنى أقرأ الكلمة باستمرار منذ اليوم الذى اعتمدت فيه بالروح القدس، وهكذا بدأت فى اختبار

حياة النصره بالتدريج كلما مجدت كلمة الله فى حياتى .

وأنا أتوقع نعمة لأنى أستشهد بآيات تعدُّ بالنعمة لحياتى منذ وقت طويل . فكلمة الله تقول إن لنا نعمة من الله ، وإنه سيعطينا نعمة أمام الناس ، لهذا أتوقع أن أجد نعمة فى أعين الناس أيضاً . وهذا ليس كبرياءً أو غروراً أو أمراً غير لائق! لماذا؟ لأنه وعد من الله لى مذكور فى الكتاب المقدس . فإن تكلمت عن نفسك بكلمات مذكورة فى كلمة الله ، تحصد نتائج إيجابية ولكنه أمر يستلزم وقتاً وجهداً .

لما بدأ الرب يعلمنى هذه الأمور التى أذكرها لكم فى هذا الكتاب ، كنت أعانى من زيادة فى الوزن بمقدار ٢٠ - ٢٥ رطلاً ، وأذكر أنى كنت أقف أمام المرأة مرردة «أنا أتناول طعاماً صحياً ، وأبدو بصورة جيدة ، ولا أعانى من مشاكل ، ووزنى ١٣٥ رطلاً .

ولم تكن كلماتى هذه صحيحة، فلم أكن أتناول طعاماً صحياً، ولم يكن شكلى جيداً. وبالتأكيد لم يكن وزنى ١٣٥ رطلاً ولكنى شعرت بأن ١٣٥ رطلاً هو وزن مناسب لى، وبالتالى بدأت أعترف أمام نفسى بهذه الأمور.

لم يحدث أنى ذهبت لأحد وأخبرته «أنا أبداً بصورة جيدة، وأشعر بأن صحتى على ما يرام، ووزنى ١٣٥ رطلاً». كانت هذه الاعترافات خاصة وشخصية جداً، وكنت أعترف بها أمام نفسى فقط.

ما تقوله بفمك، يصوغ شكل حياتك

«لأننا فى أشياء كثيرة نعثرُ جميعنا. إن كان أحدٌ لا يعثرُ فى الكلامِ فذاك رجلٌ كاملٌ، قادرٌ أن يلجم كلَّ الجسدِ أيضاً،

(يعقوب ٣: ٢)

إن الاعتراف الإيجابى بما يتفق مع كلمة الله يجب أن يكون عادة متأصلة فى حياة كل مؤمن.

فإن لم تكن قد بدأت فى تنمية هذه العادة، فلماذا لا تبدأ اليوم. فكر فى الأمور الصالحة عن نفسك وأعلنها لذاتك قائلاً: «أنا بر الله فى المسيح يسوع، وسأنجح فى كل ما ستمتد إليه يدي. لقد أعطانى الله مواهب وقدرات وسيستخدمنى. أنا أسلك بثمر الروح وبالمحبة ويفيض الفرح من حياتى. أنا أتناول طعاماً صحيحاً وأشعر بصحة جيدة ووزنى هو الوزن الأمثل، صحيح أن الله يريد أن يساعدنا ولكن كلمته تُعلمنا أن حياتنا لن تستقيم ما لم تستقيم أفواهنا أولاً، فهى تعلمنا أننا قادرون على التمتع ببركات الله وعطاياه فى حياتنا إن آمنا واعترفنا وأعلننا الأمور التى يقولها عنا فى كلمته المقدسة.

٥٠ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

تجنب المقارنة

الخطوة التالية للتغلب على الشعور بعدم الأمان هي أبسط ما يكون: لا تَعقِدْ مقارنة بينك وبين أى شخص آخر. فإن كنت تفتقر إلى الثقة بنفسك، عليك أن تنفذ هذه الخطوة. أحياناً نشعر بأننا على ما يُرام إلى أن نرى شخصاً آخر يقوم بما نعمله ولكن بطريقة أفضل قليلاً.

ولنأخذ الصلاة كمثال، فأحياناً تكون حتى الشركة مع الرب مصدر دينونة لنا. فإن قارنت نفسك بشخص آخر قد تشعر بأنك لا تصلى الوقت الكافى أو بالطريقة الصحيحة، أو ربما أنك شخص غير روحى بما فيه الكفاية.

المقارنة تؤدي إلى الدينونة

«أَلَيْكَ إِيمَانٌ؟ فَلَيْكُنْ لَكَ بِنَفْسِكَ أَمَامَ اللَّهِ! طُوبَى
لِمَنْ لَا يَدِينُ نَفْسَهُ فِي مَا يَسْتَحْسِنُهُ،
(رومية ١٤: ٢٢)

فى مرحلة ما من حياتى كنت أصلى لمدة نصف
ساعة يومياً. وكنت سعيدة للغاية لأنى شعرت بمسحة
الرب على لى أصلى هذه المدة كل يوم. وكنت
راضية عن نفسى جداً وسعيدة بشركتى مع الله التى
كانت تستمر مدة نصف ساعة يومياً.

وذاث يوم سمعت واعظاً يقول إنه يصلى أربع
ساعات كل يوم، وإنه يستيقظ كل يوم فى ساعة مبكرة
جداً ليفعل هذا (أو على الأقل بدت مبكرة جداً بالنسبة
لى. وأعتقد أنه كان يستيقظ فى الرابعة أو الخامسة
صباحاً). وعندما قارنت نفسى به شعرت بأنى لا
شئء، بالرغم من أنى كنت سعيدة وراضية بصلاتى

حتى تلك اللحظة. وبعد سماعى لهذه العظة، شعرت وكأنى لا أحب الله.

أحياناً كنت أسمع بعض الناس يقولون كيف أن الله كان يوقفهم فى منتصف الليل ليصلوا، وكنت أتساءل: يا رب، ما الخطأ فى؟ فعندما أذهب إلى فراشى، أغص فى النوم على الفور؟.

لقد وقعت فى دينونة نفسى! لماذا؟ لأنى لم أكن واثقة فى حقيقة كينونتى فى المسيح.

وكمعلمة لكلمة الله، تعلمت أن أكون حذرة فى العبارات التى أستخدمها، لأن كثيرين من الذين يستمعون إلى يشعرون بعدم الأمان، وهنا يكمن الخطر فى أن يقارن أحدهم نفسه بى. ولذلك أحتفظ لنفسى معظم الأحيان بالوقت الذى أقضيه فى الصلاة وبالطريقة التى أصلى بها والأمور التى أصلى من أجلها.

كلنا متفردون

«لأنَّ مَنْ خَدَمَ الْمَسِيحَ فِي هَذِهِ فَهُوَ مَرْضِيٌّ عِنْدَ
اللَّهِ، وَمَزَكَّى عِنْدَ النَّاسِ،

(رومية ١٤: ١٨).

قد نكون راضين تماماً عن أنفسنا حتى نبدأ فى
مقارنة ذواتنا بشخص آخر، وعندئذ وبدون سابق إنذار
نشعر وكأننا لا شىء.

أريد أن أشجعك يا عزيزى القارئ أن تتوقف عن
مقارنة نفسك بالآخرين؛ فلا تقارن شكلك بشكلهم؛
ولا وظيفتك بوظيفتهم؛ ولا الوقت التى تصرفه
بالصلاة بالوقت الذى يصرفونه هم فى الصلاة؛ ولا
المرات التى تعظ فيها بالمقارنة بالآخرين.

أيضاً لا تقارن التجارب والشدائد التى تمر بها
بتجارب الآخرين وشدائدهم، ولا تقارن المعاناة التى
تواجهك بتلك التى تواجه الآخرين. فبعض الأمور
تبدو صعبة بالنسبة لك ولكن الحقيقة هى أنك لا

تستطيع أن تنظر لشخص آخر وتقول: «لماذا يحدث معي كل هذا في حين يزدهر الحال مع شخص آخر؟».

فمثلاً قد تنال سيدتان من نفس المنطقة عطية الميلاد الثاني، وبعد عشر سنوات من إيمانها نجدهما لا تزالان مؤمنتين بأن زوجيهما سيعرفان الرب. وبعد ذلك تؤمن سيدة أخرى بالرب يسوع وتصلى من أجل زوجها وبعد أسبوعين فقط ينال الخلاص ويمتلئ بالروح القدس ويصير مستعداً لأن يذهب إلى أقصى الأرض كارزاً برسالة المسيح.

الله يعرف ما هو صانع

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

إن لم تدرك أن لدى الله خطة شخصية لحياة كل
منا، ربما تنظر من حولك وتعتقد مقارنة بينك وبين
الآخرين قائلاً: «ما الخطأ في؟ أنا أصلى منذ عشر
سنوات لأمر لم يستجبه الرب بعد، أما أنت فلم تصل
أكثر من أسبوعين، وانظر ما فعله الرب لأجلك!». .

يقول لى بعض الناس إنهم يخدمون فى الكنيسة
ويقدمون عشورهم ويحبون الرب ويبذلون كل ما فى
وسعهم، ولكن يبدو أن حياتهم غير مُشبعة، فى حين
ينظرون إلى من حولهم فيرون أنهم يحصلون على
كل ما يشتهونه. لماذا؟

ليس لدى إجابة على هذا السؤال، ولكنى أعلم أننا
يجب أن نؤمن قبل كل شيء وفوق كل شيء أن الله

يعلم ما هو صانع . حقاً ما أعظم السلام الذى يأتى مع هذا اليقين .

السلوك بالإيمان لا بالعيان

«لأنَّنا بِالْإِيمَانِ نَسْلُكُ لَا بِالْعِيَانِ،

(٢كورنثوس ٥: ٧)

يجتاز الأشخاص الذين قبلوا دعوة خاصة من الرب لحياتهم فى أمور قد لا يجتاز فيها آخرون .

وبسبب الأمور التى اجتزت فيها، بالأخص خلال فترة استمرت أربع أو خمس سنوات، أستطيع أن أفهم وأشعر وأرفق بالمتألمين الذين يأتون إلى طالبي العون . هناك بعض الأمور التى لا تتحقق بوضع الأيدى بل نتيجة لاختبارات شخصية . لقد مكنتنى الخبرات التى اجتزت فيها من مساعدة آخرين بل وأعدتني للخدمة .

أتذكر فى بداية خدمتى أنى كنت أصرخ للرب
قائلة: «لماذا يا رب، لماذا؟ أنا أؤمن بك ولكنى لا أفهم
لماذا يحدث كل هذا لى، .

قد لا نفهم فى كثير من الأحيان حتى نصل إلى
الحياة الأخرى، حيث نفرح بالنصرة. وأحياناً تمضى
على التجربة سنة أو أكثر قبل أن تنفتح أعيننا لنرى
ونشهد قائلين: «الآن فقط عرفت لماذا، .

وفى أحيان أخرى قد لا نفهم أبداً، ولكن عندما
نتعلم أن نثق فى الله حتى وإن لم نفهم، سيزداد إيماننا
وينمو.

لا تقارن ، فقط اتبع

«قَالَ هَذَا مُشِيرًا إِلَى آيَةِ مِيثَاقِ مَزْمَعًا أَنْ يُمَجِّدَ
اللَّهُ بِهِا . وَلَمَّا قَالَ هَذَا قَالَ لَهُ: «اتَّبِعْنِي» . فَالْتَفَتَ بُطْرُسُ
وَنَظَرَ التِّلْمِيزَ الَّذِي كَانَ يَسُوعُ يُحِبُّهُ يَتَّبِعُهُ ، وَهُوَ أَيْضاً
الَّذِي اتَّكَأَ عَلَى صَدْرِهِ وَقَتَ الْعِشَاءِ وَقَالَ: «يَا سَيِّدُ، مَنْ

هُوَ الَّذِي يُسَلِّمُكَ؟ . فَلَمَّا رَأَى بُطْرُسُ هَذَا قَالَ لِيَسُوعَ:
«يَا رَبِّ، وَهَذَا مَا لَهُ؟»

(يوحنا ٢١: ١٩-٢١)

يجب أن نحترس من مقارنة مواهبنا ومكائنا بمواهب الآخرين ومكائهم، كما يجب ألا نقارن التجارب والاختبارات التي نمر بها بتجارب الآخرين واختباراتهم.

أعلن يسوع لبطرس الألم والعذاب الذي ينتظره في المستقبل، إلا أن بطرس بدأ على الفور يقارن ما ينتظره بما ينتظر حياة شخص آخر قائلاً: «يَا رَبِّ، وَهَذَا مَا لَهُ؟ . قَالَ لَهُ يَسُوعُ: «إِنْ كُنْتُ أَشَاءُ أَنَّهُ يَبْقَى حَتَّى أَجِيءَ فَمَاذَا لَكَ؟ أَتَبْعِي أُنْتُ، (يوحنا ٢١: ٢٢) .

إنها إجابة يسوع لكل منا، فإله لم يدعنا لنقارن أنفسنا بالآخرين وإنما دعانا لتبعية.

لا تشته بركات غيرك لا تشته،

(خروج ٢٠: ١٧)

عندما تجتاز أوقاتاً عصيبة، لا تنظر لمن هم حولك وتقول: «يا رب، أنا لا أفهم! لماذا أجتاز أنا أوقاتاً عصيبة بينما يتمتع الآخرون ببركات كثيرة؟». مثل هذا السؤال يدمر حياتنا. لماذا؟ لأنه أحد الدلائل التي تدل إلى الشهوة.

فعندما يبارك الرب أخاك أو أختك، افرح من أجلهما. وعندما يتألم أحد، اشترك معه في الألم «فَرَحًا مَعَ الْفَرَحِينَ، وَبُكَاءَ مَعَ الْبَاكِينَ» (رومية ١٢: ١٥). ولكن لا تقارن نفسك بالآخرين، بل ثق في الله وآمن بأن لديه خطة شخصية

تجنب المقارنة ٦١

وخاصة جداً لحياتك. ليكون لك الأمان النابع من معرفتك بأنه مهما حدث ومهما بدت الأمور في نظرك في هذه اللحظة، إلا أن الله يعتنى بك ويعمل كل الأشياء معاً لخيرك (١ بطرس ٥: ٧؛ رومية ٨: ٢٨).

ركز علي الإمكانيات الكامنة لا علي محدوديتك

إليك خطوة رابعة تمكذك من أن تكون على طبيعتك، وتبنى ثقتك، وتلتصر على الشعور بعدم الأمان: ركز على الإمكانيات الكامنة بدلاً من التركيز على محدوديتك. ركز على نقاط القوة الموجودة فيك بدلاً من نقاط الضعف.

ركز على الإمكانيات

«وَلَكِنْ لَنَا مَوَاهِبُ (إمكانات، قدرات) مُخْتَلِفَةٌ
بِحَسَبِ النِّعْمَةِ الْمُعْطَاةِ لَنَا،

(رومية ١٢: ٦)

كان طول الممثلة المشهورة هيلين هايز ١٠٥ سنتيمتراً، وفي بداية مشوارها الفنى أخبرها البعض أنها من الممكن أن تصبح نجمة عظيمة فقط لو كانت أطول ولو بعض السنتيمترات. وبالرغم من أنها لم تتمكن من زيادة طولها، إلا أنها عملت على تنمية وتطوير تكوينها البدنى وقوة الاحتمال، حتى أنها عندما وقفت على خشبة المسرح بدت أطول من طولها الحقيقى.

لقد ركزت على موهبتها وإمكاناتها فى التمثيل والأداء بدلاً من التركيز على زيادة طولها، ولم تستسلم. وبعد سنوات من عمرها المهنى، تم اختيارها لتلعب دور مارى ملكة أسكتلندا وهى من أطول الملكات اللاتى تم تتويجهن.

ركز على إمكانياتك بدلاً من محدوديتك

تستطيع أن تفعل ما دعاك الرب لتفعله، وتقول: «أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ فِي الْمَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّينِي، (فيلبي ٤: ١٣)

قرأت لافتة موضوعة على إحدى الكنائس تقول: «آمن بالرب وثق بنفسك، وستستطيع أن تفعل أى شيء». هذا ليس صحيحاً. بينما كنت فى الماضى أنظر إلى هذه اللافتة وأقول «آمين!». لا يستطيع أى منا أن يفعل أى شيء يريده، كما أننا لا نستطيع أن نفعل كل ما يريده الآخرون أيضاً، ولكننا نستطيع أن نفعل كل ما دعانا الله أن نفعله، وكل ما يقول الله إننا قادرون على فعله.

يجب أن يكون هناك انزان فى هذا الأمر، فلا يجب أن نذهب لأحد الاجتماعات الحماسية ونستمع إليهم يقولون بحماس واندفاع: «تستطيع أن تفعل أى شيء»، فقط صدّق أنك تستطيع أن تفعله، وردّد أنك تستطيع

أن تفعله، وستفعله. قد يكون هذا صحيحاً ولكن إلى درجة معينة إن زاد عنها أصبح الأمر مذهباً بشرياً. يجب أن نتكلم عن أنفسنا فقط بالكلمات التى يقولها الرب عنا.

نستطيع أن نفعل ما دعانا الرب أن نفعله وما أهّلنا من أجل عمله. هناك طرق عديدة لمعرفة المواهب المعطاة لنا بالنعمة.

لقد تعلّمت هذا الشيء عن نفسى؛ فعندما أشعر بالتوتر والحيرة، أدرك على الفور أنى إمّا تماديت فى الاتكال على ذاتى دون الاتكال على النعمة المعطاة لى من الرب، أو حاولت عمل شىء دون أن يعطينى الرب نعمة لعمله.

لا تبطل نعمة الله

«لَسْتُ أَبْطِلُ نِعْمَةَ اللَّهِ، (غلاطية ٢: ٢١)

إن الله لم يدعنا باطلاً.

ركز على الإمكانيات الكامنة لا على محدوديتك ٦٧

بداخل كل منا مواهب وقدرات وإمكانات عظيمة، فإن تعاوناً حقاً مع الله، نستطيع أن نصل لأفضل ما أعده الله لنا. ولكن إن كانت لنا أروع الأفكار وأعظمها، وإن وضعنا لأنفسنا أهدافاً أكبر من قدراتنا ومواهبنا المعطاة لنا، فسنفشل ونُخبط ويكون عملنا باطلاً، ولن نحصل على البركات. وقد نلوم الله في النهاية على فشلنا.

قوة لعمل كل شيء في المسيح

«أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ فِي الْمَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّنِي، (لدى القوة لعمل كل شيء في المسيح. أنا مستعد لكل شيء وقادر على كل شيء بالمسيح الذي يعطيني القوة. أنا مكتفٍ ذاتياً في كفاية المسيح لي) .

(فيلبي ٤: ١٣)

لو أخذنا هذه الآية بعيداً عن النص الذي وردت فيه لبدا لنا وكأننا قادرون على عمل كل شيء نريد أن نعمله. لأننا إن أخذنا أى آية بعيداً عن القرينة التي

وردت فيها، يمكننا تفسير الكتاب المقدس بأى طريقة تحلو لنا. لذلك دعونا نقرأ هذه الآية فى إطار النص الذى وردت فيه لنرى معناها الحقيقى. ولنبدأ من عدد ١٠.

«ثُمَّ إِنِّى فَرِحْتُ بِالرَّبِّ جَدًّا لِأَنَّكُمْ الْآنَ قَدْ أَزْهَرُوا
أَيْضًا مَرَّةً اعْتَنَاوَكُمْ بَنِى، الَّذِى كُنْتُمْ تَعْتُونَهُ وَلَكِنْ لَمْ
تَكُنْ لَكُمْ فُرْصَةٌ.»

أرسل الإخوة فى كنيسة فيلبى مقدمة لبولس أبهجته قلبه، فكتب إليهم يقول: «أيها الإخوة، أشكركم على اهتمامكم بى بعد كل هذه المدة، ثم يستطرد فى عددى ١١، ١٢ قائلاً: «لَيْسَ أَنِّى أَقُولُ مِنْ جِهَةِ احْتِيَاجٍ، فَإِنِّى قَدْ تَعَلَّمْتُ أَنْ أَكُونَ مُكْتَفِيًا بِمَا أَنَا فِيهِ (رَاضِيًا لِلْحَدِّ الَّذِى لَا يَظْلِقُنِى فِيهِ أَى شَيْءٍ). أَعْرِفُ أَنْ أَتَضَعُ (فَقَدْ اجْتَازَ فِي أَوْقَاتٍ عِزٍّ، وَمَرَّ بِأَوْقَاتٍ لَمْ تَسِرْ فِيهَا الظُّرُوفُ كَمَا أَرَادَهَا أَنْ تَسِيرَ) وَأَعْرِفُ أَيْضًا أَنْ أَسْتَفْضِلَ. فِي كُلِّ شَيْءٍ وَفَى جَمِيعِ الْأَشْيَاءِ قَدْ تَدَرَّبْتُ أَنْ أَشْبَعَ وَأَنْ أَجُوعَ، وَأَنْ أَسْتَفْضِلَ وَأَنْ أَنْقُصَ.»

وهكذا يتضح لنا أن بولس لم يكن يقدر أن يفعل أى شيء يريد أن يفعله، ولكنه تعلم سر الاستفادة من المواقف التي اجتاز فيها. وفي هذا السياق وردت الآية التي نسمعها مراراً وتكراراً عن القدرة على عمل كل شيء في المسيح.

«أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ فِي الْمَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّينِي، (لدى القوة لعمل كل شيء في المسيح. أنا مستعد لكل شيء وقادر على كل شيء بالمسيح الذي يعطيني القوة. أنا مكثف ذاتياً في كفاية المسيح).

عندما نقرأ العدد ١٣ في سياق النص الذي وردت فيه نلاحظ أن بولس أراد أن يقول «لقد صنع الله أمراً في حياتي، وتعلمت أن أبقى في سلام سواء كان لي كل ما أريده أم لا. فإن كانت ظروفى متيسرة ورائعة، عرفت كيف أتعامل مع الموقف وأبقى متواضعاً. ولو كانت ظروفى غير مواتية، فأنا أمتلك قوة داخلية للتعامل مع هذا الموقف أيضاً. أنا قادر على التعامل

مع كل الظروف المختلفة فى الحياة من خلال المسيح
الذى يعطينى القوة، .

لوأخذنا فيلبى ١٣: ٤ بعيداً عن النص الذى وردت
فيه، قد نظن أننا قادرون على عمل كل ما نريد فى
الوقت الذى نريده والمكان الذى نريده . ولكن هذا غير
صحيح . علينا أن نتمسك بالمسحة التى لا تأتى إلا
بعمل مشيئة الله .

تمسك بالمسحة

«وَلَكِنَّ الَّذِي يُبَيِّنُنَا (فى شركة مشتركة) مَعَكُمْ فى
الْمَسِيحِ، وَقَدْ مَسَحَنَا (وهبنا عطية الروح القدس)، هُوَ
اللهُ، .

(٢كورنثوس ١: ٢١)

ربما تكون قد اختبرت فى حياتك أوقات ارتباك
وحيرة وأنت تحاول القيام بأمر لم يمسهك الرب
ويقدسك للقيام به . ربما ظننت أنها إرادة الله، ولكن
بعد وقت اكتشفت أنها لم تكن كذلك . إن كان هذا هو

حالك، ففُتق أنك لست الشخص الوحيد الذى يجتاز هذا الاختبار. لقد اجتزتُ أنا أيضاً به، ولا شك أن آخرين اجتازوا به أيضاً. ولكن كيف تعرف عن يقين إرادة الله تجاه أمر معين؟

إن كنت تعتقد أن الرب كلمك بأمر، فلا بد أن يكون له أساس كتابي، ولا بد أن تشعر بسلام تجاهه. فإن كان هذا هو حالك، تحرك نحو الأمر. ولكن إن اكتشفت أنه مهما فعلت، لا شيء يفلح، فلا تقض بقية عمرك تحاول عمل شيء لا يساعدك الله فيه. فإن لم تكن هناك مسحة، لن يفلح الأمر.

يقضى بعض الناس كل عمرهم يحاولون امتطاء حصان ميت! وقد سمعت مؤخراً من يقول «لقد مات الحصان منذ سبع سنوات، وقد حان وقت الترحيل عنه، قم بدورك. افعل ما تؤمن بأنه صواب. اتبع قيادة الله لك بكل ما أوتيت من قدرة، واترك النتائج بين يديه. وهكذا سيتسنى لك أن تفعل كل ما بوسعك دون

أن تعيش عمرك تحاول عمل شيء لا تستطيع عمله،
ألا وهو دور الله .

اترك الأمر فى يد الرب

«وَيَعِدْ أَنْ تَتَمَمَّوْا كُلَّ شَيْءٍ أَنْ تَتَّبِعُوا،

(أفسس ٦: ١٣)

إن أوصاك الرب بعمل شيء معين، فقم بدورك،
ثم اثبت بعد ذلك . فعندما تفعل كل ما يمكن أن تفعله،
اترك الأمر بين يدى الله وواصل حياتك . وإن لم يقم
الله بدوره ، فريما يكون الوقت غير مناسب، أو الأمر
غير مناسب، أو ليس لك أن تعرف .

يسألنى البعض: «كيف يمكن أن تقوى بعمل ما
تعملينه؟ لقد دعانى الله أن أعظ مثلك . أخبرينى،
كيف بدأت؟» . فأجوب: «ليس الموضوع بهذه
السهولة، فلا يمكننى أن أقول لكم فى ثلاث نقاط بسيطة
كيف تبدأ خدمة ناجحة . ولكن إن كان الله حقاً دعاك،

فتأكد أنه سيفتح أمامك الأبواب . فهو يفهمك ويجهزك ويوفر لك السبل ويعطيك نعمة ويحقق ما تكلم به ، .

إن كنت تؤمن أن الله دعاك لمثل هذا الأمر فلا بأس أن تعترف أنه ستكون لك خدمة مثل خدمة شخص آخر، ولكن تأكد من أنك تقول هذا في السر لا في العلن . احتفظ بالأمر سراً بينك وبين الله حتى يجعل الله خدمتك علنية . فإن كانت هذه الرغبة هي من الرب، فستحقق . ولكن إن لم تكن من الرب وإن لم يحدث شيء، فلن يؤثر هذا على شعورك بالنقص .

يجب أن تثق في ذاتك . لا بأس أن تنظر لنجاح خدمة شخص آخر أو عمله وتقول «أؤمن أن الرب يستطيع أن يقويني لأقوم بهذا الأمر إن كان يريدني في هذا المنصب . فأنا أمتلك القدرة والإمكانات للقيام بهذه المهمة» . فقط تأكد من أنها إرادة الله لحياتك، وأنها ليست رغبة أنانية شخصية . فإن كانت إرادة الله لك، فستجد فرحاً وبهجة فيها .

افعل ما تحب وأحب ما تفعل!

إن دعاك الرب لعمل شيء معين، ستجد نفسك تحب هذا الأمر بالرغم من كل المشاكل والصعوبات التى قد تقابلك.

يتعين على أنا وزوجى فى بعض الأحيان أن نغادر بعض الأماكن فى الثالثة صباحاً دون أن نأخذ قسطاً كافياً من النوم. وعادة ألجأ إلى النوم فى مؤخرة السيارة. وكثيراً ما تكون المراحيض التى نستخدمها غير نظيفة بالمرة، وفى أحيان أخرى نتناول طعامنا فى مطاعم سيئة للغاية، وأحياناً تكون الإقامة فى الفنادق مزرية لدرجة أنى أشعر عندما أستيقظ من النوم وكأنى بلغت من العمر أرذله. وفى بعض الأوقات أضطر لدراسة الكلمة على الفراش لعدم وجود مكتب أو منضدة فى الغرفة التى نقيم فيها.

ومثل بولس، نعانى فى كثير من الأحيان ظروفأ غير مواتية مرة ومرات، ولكننا نحب ما نفعل. وكيف

ركز على الإمكانيات الكامنة لا على محدوديتك ٧٥

أحب ما أفعل إن لم يكن من الرب؟ فبالرغم من كل الصعوبات والظروف غير المواتية، إلا أننا نستمتع بتجوالنا شرقاً وغرباً أن نعمل عمل الرب.

إن دعاك الرب لعمل شيء، فتأكد من أنه سيعطيك القوة للقيام به. ولكن إن كنت في صراع طوال الوقت، وإن كان لسان حالك «أنا أكره ما أفعله، فهناك خطأ في الأمر».

الله يعطي المناصب الرفيعة

«لأنَّهُ لَا مِنَ الْمَشْرِقِ وَلَا مِنَ الْمَغْرِبِ وَلَا مِنْ بَرِّيَّةِ الْجِبَالِ، وَلَكِنَّ اللَّهَ هُوَ الْقَاضِي. هَذَا يَضَعُهُ وَهَذَا يَرْفَعُهُ، (مزمور ٦٥: ٧)

أحياناً نسأل نحن البشر شخصاً عن الوظيفة التي يشغلها. وعندما يجيب نشعر أنه يستحق مركزاً أفضل من ذلك الذي يشغله.

إنه أمر جيد أن نثق في الله لأجل مركز أفضل أو

مسؤولية أعظم، ولكن علينا أيضاً أن نقبل أن نظل فى أماكننا إن كان هذا هو ما يريده لنا.

يستطيع الله أن يمكّننا لنشغل وظيفة أو نقوم بمهمة، قد نبدو للعالم أننا غير مؤهلين للقيام بها. ولكن العالم يمتلئ بأناس يشعرون بعدم الأمان، وهم يعتقدون أنهم سيكسبون قيمة وقدراً أعظم بحصولهم على وظيفة أفضل. لذلك نجدهم يُقدمون على هذه الأمور بدون إرشاد من الرب لهم، فتكون النتيجة أنهم يتعثرون لأن دوافعهم غير صحيحة.

لقد اكتشفت أنه من عدم الحكمة أن نسعى للحصول على مراكز لا يقدمها لنا الله. نستطيع أن نجتهد بالجسد ونحقق أموراً رائعة، ولكن لن يكون لنا سلام أبداً تجاه النتائج.

«فَدَوَّاضِعُوا تَحْتَ يَدِ اللَّهِ الْقَوِيَّةِ لِكَيْ يَرْفَعَكُمْ فِي حِينِهِ» (١ بطرس ٥: ٦)

يُجرى الرب أموراً في حياتنا عندما يعلم أننا بالحقيقة مستعدون لها . نعم، صنع لنفسك أهدافاً رفيعة وعالية، ولكن ليكن شوق قلبك هو أن تفعل كل ما بوسعك أينما كنت، عالماً أنه عندما يحين الوقت وإن سمحت عنايته، ستحتل مناصب أرفع، لأنه بالحقيقة قادر أن يفعل ذلك.

ركّز على الإمكانيات الكامنة

«وَلَكِنْ هَذِهِ كُلُّهَا يَعْملُهَا الرُّوحُ (القدس) الْوَاحِدُ بِعَيْنِهِ، قَاسِماً لِكُلِّ وَاحِدٍ بِمُقَرَّدِهِ كَمَا يَشَاءُ (الروح القدس)،

(١ كورنثوس ١٢: ١١)

يُقسم الروح القدس المواهب والوزنات بحسب النعمة المعطاة لكل شخص للتعامل معها . فالله لا يغضب إن كانت لنا موهبة واحدة بينما لآخر خمسة . ولكنه يغضب إن لم نستخدم الوزن الواحد التي لنا (متى ٢٥: ١٤-٣٠) .

فى سفر العدد ١٣ رأينا الاثنى عشر جاسوساً الذين ذهبوا ليتجسسوا أرض الموعد التى سبق الرب وأوصاهم أن يتملكوها، ورأينا أن عشرة منهم عادوا قائلين: «الشعب الساكن فى الأرض مُعْتَرٍّ، والمدن حصينة عظيمة جداً. وأيضاً قد رأينا بنى عناق هناك، أما الجاسوسان الآخران فقالا: «إننا نصعد ونمتلكها لأننا قادرون عليها، .

لقد نظر عشرة جواسيس إلى محدوديتهم، أما الجاسوسان الآخران فنظرا إلى الإمكانيات الكامنة. نظر عشرة منهم إلى العمالة فى حين نظر اثنان منهم إلى الرب.

فإن أردت أن تحب ذاتك وتنجح فى أن تكون على طبيعتك، عليك أن تركز على إمكانياتك، التى هى الصورة التى خلقك الله عليها لتكونها، ولا تركز على محدوديتك.

مارس موهبتك

إليك الآن الخطوة الخامسة للتغلب على الشعور بعدم الأمان: ابحث عن شيء تحب عمله وتجيده ثم اعمله مرة ومرات. هل تعلم ماذا سيحدث؟ ستنجح لأنك تعمل ما أنت موهوب في عمله، وستحسن مشاعرك تجاه نفسك لأن الفشل لن يصبح عادة في حياتك.

اعرف موهبتك

«أَمْ خِدْمَةٌ (من كانت موهبته في الخدمة العملية)
فَفِي الْخِدْمَةِ. أَمْ الْمُعَلِّمُ فَفِي التَّعْلِيمِ،
(رومية ١٢: ٧)

لا يقول الرسول إنه إن كانت موهبتك في التعليم،

فكن معلماً وفى نفس الوقت حاول جاهداً أن تكون قائد تسبيح!

فى أحد فترات حياتى، كنت غاضبة جداً من نفسى لأنى لم أكن أفعل شيئاً سوى التعليم، وكنت أريد أن أفعل كل الأمور الأخرى التى أرى الآخرين يقومون بها. صارعت وصليت وهدمت حصوناً، وأخبرت إبليس بأنى «سوف أفعل المزيد». ولكنى فى النهاية وصلت إلى المرحلة التى رضيت فيها أن أكون معلمة لكلمة الله فقط.

قضيت عاماً كاملاً من عمرى أحاول زراعة الطماطم فى حديقة منزلنا وأحيك ملابس زوجى لأن جارتى كانت تفعل هذا. لقد قارنت نفسى بها ووصلت لنتيجة وهى أن هناك خطأ فى حياتى لأنى لم أكن أتصرف كربة منزل طبيعية. والحقيقة هى أنى لم أرغب فى زراعة الطماطم، كما أنى لم أرغب فى حياكة ملابس زوجى. ولكنى فقط كنت أحاول عمل ما يعمل الآخرون.

لا تستمر في عمل ما لا تجيده

«إِنْ لَمْ يَنْزِلِ الرَّبُّ الْبَيْتَ فَبَاطِلًا يَتَعَبُ الْبَنَّاؤُونَ،
(مزمو ١٢٧: ١)

طوال عام كامل حاولت عمل شيء لم أكن أجيده،
وكننت أفشل يوماً بعد الآخر. شعرت بخيبة أمل كبيرة.
أحياناً كنت أصرف ساعات في حياكة قميص لأجد
نفسى قد حكته على الوجه خطأً! فكنت أصرف
ساعات فى فك الحياكة. كنت أشعر بالهزيمة طوال
الوقت.

لا تقض كل وقتك فى عمل شيء لا تجيده، بل
اسمح للرب أن يعلن لك الأمور التى تجيدها وتنفقها،
لأنها الأمور التى تستمتع عادةً بأن تقوم بها.

لن يسمح لنا الرب أن نفعل شيئاً نكرهه طوال أيام
حياتنا، فلماذا نضيع الوقت فى عمل شيء لا نستطيع
عمله؟ لماذا لا نبحث عن الأمور التى نجيدها ونفعلها؟
يا لروعة ما سنشعر به عندئذ!

ابحث عن المسحة

«وَأَمَّا أَنْتُمْ فَالْمَسْحَةُ الَّتِي أَخَذْتُمُوهَا مِنْهُ ثَابِتَةٌ فِيكُمْ،
وَلَا حَاجَةَ بِكُمْ إِلَيَّ أَنْ يُعَلِّمَكُمْ أَحَدٌ،

(١ يوحنا ٢: ٢٧)

يحاول كثيرون فى الخدمة أن يفعلوا أشياء لم
يُمسحوا ليفعلوها، لمجرد أن الآخرين يفعلونها.

أثناء سفرى، أتقابل مع خدام فى كل الولايات
المتحدة يصارعون لأنهم يحاولون عمل ما تعمله
الكنائس أو الخدمات الأخرى حتى وإن لم يمسخهم
الله لهذا العمل. إنهم يشعرون أنهم إن لم يستطيعوا
عمل ما يقوم به آخرون، فلن يكونوا فى مثل صلاحهم.

لن يستطيع أى منا أن يفعل إلا ما مسحه الله ليعمله،
فإن حاولنا أن نفعل عكس ذلك شعرنا بالضغط طوال
الوقت.

لا تتعدَّ نعمة الله

«لَا يَقْدِرُ إِنْسَانٌ أَنْ يَأْخُذَ شَيْئًا إِنْ لَمْ يَكُنْ قَدْ أُعْطِيَ
مِنَ السَّمَاءِ،

(يوحنا ٣: ٢٧)

كم يمكن أن يأخذ الإنسان؟ كم يمكن أن يطلب
لنفسه؟ كم يمكن أن يأخذ لنفسه؟ فقط بالقدر الذي
أعطاه الله من السماء.

يجب علينا نحن المؤمنين أن نكون راضين. فإن
كنت لا أعظ بنفس روعة شخص آخر، على أن أكون
راضياً لأنى أعظ بأفضل ما لدى من قدرات. وإن لم
تكبر خدمتى لتصير مثل خدمة فلان أو فلانة، على
أن أَرْضَى بما لدى.

لا يستطيع أى منا أن يتعدى نعمة الله فى حياته،
ولا نستطيع أن نأخذ ما نريد من الله فقط لأننا نريده.
إن الروح القدس يعطى المواهب حسب مشيئة الله لنا،

لذلك يجب أن نكون راضين بما يعطيه لنا.

أحياناً يريد الله أن يهبنا موهبة أخرى، ولكن لم يحن الوقت بعد لهذه الموهبة. فإن لم يعط الرب الأمر من السماء ويقول «الآن»، لا يجب أن نصارع ونتذمر وننازع ونناضل، لأننا لن نحصل عليها إلا عندما يحين الوقت.

هل تعلم متى سنحصل على ما يريد الله أن يعطينا إياه؟ عندما يأذن الرب أن يعطيه لنا، لذلك وحتى يحين الوقت، يجب أن نتعلم أن نرضى بما لدينا وبما نمتلك (عبرانيين ١٣: ٥). يجب أن نتذكر في كل وقت أن الآب يعرف الأفضل لنا.

استخدم موهبتك

لَنَا مَوَاهِبُ مُخْتَلَفَةٌ بِحَسَبِ النِّعْمَةِ الْمُعْطَاةِ لَنَا: أَنْبِيَاءُ
فِي النَّسَبِ إِلَى الْإِيمَانِ، أَمْ خِدْمَةٌ فِي الْخِدْمَةِ، أَمْ الْمَعْلَمُ
فِي التَّعْلِيمِ، أَمْ الْوَاعِظُ فِي الْوَعْظِ، الْمُعْطَى فِي سَخَاءٍ،
الْمُدَبِّرُ فِي اجْتِهَادٍ، الرَّاحِمُ فِي سُرُورٍ،

(رومية ١٢: ٦-٨)

لا تضيع الوقت في محاولة اكتشاف الموهبة
المعطاة لك، فقط ابدأ في عمل ما تجيده.

كانت سيدة تقود التسبيح في إحدى الكنائس التي
زرتها في مدينة ميامي، وهي موهوبة في تشجيع
وبناء الآخرين. وعندما انتهت من عظتي، تبعتني
قائلة «انتظري». وبدأت تصلي لأجلي. ثم بدأت تقول
لي: «يا عزيزتي، كانت خدمتك رائعة بل أكثر من
رائعة، كانت خدمة ممسوحة بالروح القدس». وواصلت حديثها المشجع.

ولما حان وقت الانصراف، كنت أشعر بشعور رائع
وكأنى أسبح فى الهواء .

فى أحيان كثيرة، أبذل جهداً كبيراً وأشعر بأنى
متعبة للغاية . وهنا يأتى دور المشجع فى الكنيسة، فعن
طريق كلماته المشجعة، أشعر وكأنى قادرة على البدء
من جديد وبذل جهد أكبر .

ولكن ماذا يقول إبليس للشخص المشجّع ؟ « ما تقوم
به لا يفيد شيئاً . مجرد الكلمات لا تفعل شيئاً سوى أنها
تجلب البهجة للسامع ، . فهو لا يقول للشخص المشجع
أن دوره مهم جداً فى الخدمة فى الكنيسة .

فإن كانت موهبتك هى التشجيع ، ستجد إبليس يقول
لك إنك ينبغي أن تعظ بدلاً من أن تشجع الناس . أو
ربما يجب أن تصبح معلماً أو راعياً أو بانياً للكنيسة .
ولكن كلمة الله تقول إنه إن كانت موهبتك هى
التشجيع ، عليك أن تشجع الآخرين . وإن كانت

موهبتك التعليم عليك أن تعلم. وإن كانت موهبتك هي الخدمة العملية، فعليك بالخدمة العملية.. وهكذا.

خدمة العطاء

«المُعْطَى فَبِسَخَاءٍ» (بحماس ووحدة الفكر).
(رومية ١٢: ٨)

إن كانت موهبتك هي العطاء في جسد المسيح، فليكن هذا عملك. إن دعاك الرب لتكون معطاءً، فتأكد أنه سيوفّر لك سبُل عمل ذلك.

تشير كلمة «المعطى»، إلى الذى يقدم العون والإغاثة. يوجد في جسد المسيح أشخاص مدعوون ليقدموا العون والعطاء، ليعينوا الآخرين. ويدعوهم الوحي «خداماً».

الله يدعو قادة أشداء يمسحهم بقوة ليكونوا قادة. إنها موهبة أن يقود الشخص عدداً كبيراً من الناس مع الاحتفاظ بكل شيء في مكانه الصحيح. فإن لم يمتلك

الشخص الموهبة لعمل ذلك، فسرعان ما يوقع نفسه فى مشاكل كبيرة .

وحتى إن كان الشخص موهوباً للقيام بهذا الدور، إلا أن القائد لا يفعل كل شىء بنفسه، ولهذا السبب يمسح الله آخرين لمعونته، ليرفعوا يديه وليصلوا من أجله . ولا يستطيع أى شخص أن يكون مسؤولاً عن خدمة كبيرة دون مساعدة هؤلاء المدعوين والممسوحين لمساعدته ومعونته .

فإن كانت هذه هى دعوتك التى مُسحت لأجلها، فاعملها بكل قلبك وبكل قدرتك لأنها دعوة هامة جداً .

يقول البعض «أنا مجرد معطى يقدم العون، . دعنى أقل لك إن هذه الخدمة من أعظم الخدمات فى الكتاب المقدس وهناك احتياج عظيم للخدمة فى الكنيسة .

فإن كانت هذه هي خدمتك، فأتمنى ألا تشعر بالإهانة أبداً لأنك مجرد معين أو معطى، لأن كيانتك وحياتك هما في هذه الخدمة، وفوق كل شيء هي خدمة وموهبة معطاة لك من الروح القدس.

الروح القدس معين ومعزٍ

«وَأَنَا أَطْلُبُ مِنَ الْآبِ فَيُعْطِيكُمْ مُعْزِيًا (مُشِيرًا، مُعِينًا، شَفِيعًا، يُعْطِي الْقُوَّةَ وَالتَّعْضِيدَ) آخِرَ لِيَمَكِّثَ مَعَكُمْ إِلَى الْأَبَدِ،

(يوحنا ١٤: ١٦)

ما أعظم وأروع وأقوى خدمة التعزية وتقديم العون، فالروح القدس هو نفسه المعزى الذى يعين ويشفع ويعطى القوة والتعضيد. إنه الشخص الذى يسير إلى جوار كل مؤمن مستعداً لتقديم كل معونة يحتاج إليها.

يشعر البعض بالإهانة لكونهم مدعوين لخدمة التعزية، فيصارعون مع أنفسهم ليكونوا شيئاً آخر. ولكنهم بكل بساطة لا يدركون أنهم يقومون بنفس

الخدمة التى يقوم بها الروح القدس .

كن بركة أينما كنت

«الرَّاحِمُ فَيَسْرُورٍ» (أى بقلب مبتهج فرح)

(رومية ١٢ : ٨)

هناك أمور يحب كل منا أن يعملها نتيجة للمواهب التى يعطيها لنا الرب، وقد نعتقد أنها أمور غير مهمة . ولكن العكس صحيح . وهذا ما سنكتشفه عندما نبدأ فى عملها .

تستطيع أن تكون بركة للناس مهما كانت بساطة الموهبة المعطاة لك . فإن كنت طاهٍ مُجيداً أو إن كنت تهوى صنع الحلوي، أشجعك أن تستخدم موهبتك لكى تبارك شخصاً آخر غير نفسك .

فى مساء أحد الأيام قدمت سيدة لى ولزوجى وعاءَ من الحساء كان أفضل حساء تذوقته فى حياتى وكان محور حديثنا لمدة أيام بعد ذلك .

أخبرتني هذه السيدة بعد ذلك أنها كانت تريد دائماً أن تقدم لنا هذا الحساء ولكنها كانت ترفض الفكرة معتقدة أنها فكرة سخيفة وأنا لا نريد هذا الحساء.

كم من المرات يحاول إبليس خداعنا حتى لا نكون بركة لآخرين! ولكن هل تعلم أن أعظم ما يمكن أن تقدمه للآخرين هو أن تكون بركة لهم؟ توقف عن محاولة اكتشاف الموهبة المعطاة لك، وابدأ في عمل الأمور التي تحب عملها وانشغل بها.

وإن أردت أن تدخل البهجة لقلوب الناس، افعل ذلك طوال الوقت. وإن أردت أن تعطى فابحث عن شيء تعطيه. وإن كنت تحب مساعدة الآخرين فساعد كل من تستطيع مساعدته. فقط بارك الآخرين.

لا يجب أن نقوم بعمل أمور روحية عظيمة لكي نبارك الناس، فأحياناً تكون الأمور التي نعتقد أنها غير روحية، أهم بالنسبة للرب من الأمور التي نظن نحن أنها عظيمة.

اضرِم موهبتك

«فَلِهَذَا السَّبَبِ أَذْكُرُّكَ أَنْ تُضْرِمَ أَيْضاً مَوْهَبَةَ اللَّهِ
الَّتِي فِيكَ،

(٢ تيموثاوس ١: ٦)

فى أحيان كثيرة نبحث عن اختبارات روحية عظيمة، ولكننا نذهب إلى الفراش ونستمع لصوت إبليس يقول لنا «إنك لم تفعل شيئاً اليوم ذا قيمة، . ولكن إن كنت لمست حياة شخص آخر، أو أدخلت البهجة والسرور إلى قلبه، أو رسمت ابتسامة على وجه شخص آخر، فقد فعلت شيئاً ذا قيمة. إن القدرة على القيام بمثل هذه الأمور هى موهبة من الله.

يحث الرسول العظيم بولس تلميذه الشاب تيموثاوس أن يضرِم الموهبة التى له. يا لها من نصيحة هامة لكل منا، فأحياناً نتكاسل فى استخدام مواهبنا. ولذلك نحتاج أن نضرِمها من جديد عن عمد.

إن أردت التغلب على الشعور بعدم القيمة وعدم الأمان، اضرم الموهبة التي فيك . استخدم الإمكانيات التي وضعها الرب في داخلك، وانشغل بعمل ما تستطيع عمله بالإمكانيات المتوفرة لديك .
اعمل ما تحب أن تعمله مرة ومرات .

٩٤ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

تجاسر أن تكون مختلفاً

إن أردت أن تتغلب على الشعور بعدم الأمان، وأن تحقق دعوة المسيح من حياتك، يجب أن تكون لديك الجرأة والشجاعة لتكون مختلفاً عن الآخرين.

فبالرغم من أننا مختلفون بعضنا عن بعض، إلا أننا نريد أن نكون مثل بعض، الأمر الذي يسبب البؤس والشقاء في حياة الناس.

لا تكن مثل الآخرين

«أَفَاسْتَغْطَفُ الْآنَ النَّاسَ أَمْ اللَّهَ؟ أَمْ أَطْلُبُ أَنْ أَرْضِيَ النَّاسَ؟ فَلَوْ كُنْتُ بَعْدُ أَرْضِي النَّاسَ لَمْ أَكُنْ عَبْدًا لِلْمَسِيحِ، (غلاطية ١: ١٠)

إن أردت حقاً أن تنجح فى أن تكون على طبيعتك، عليك أن تعطى نفسك الفرصة حتى لا تكون مثل أى شخص آخر.

اسأل نفسك السؤال الذى سألته بولس: هل أطلب رضى الناس أم رضى الله؟

رضى الناس أم رضى الله؟

«لَا بِخِدْمَةِ الْعَيْنِ كَمَنْ يَرْضَى النَّاسَ، بَلْ كَعَبِيدِ الْمَسِيحِ، عَامِلِينَ مَشِيئَةَ اللَّهِ مِنَ الْقَلْبِ،
(أفسس ٦: ٦)

ما أسهل أن يتحول كل منا إلى شخص يطلب رضى الناس. ولكن لن يكون هناك أنعس منه! فعندما نطلب رضى الآخرين، نبدأ فى الاستماع إلى تعليقاتهم التى تُشعرنا بالرضى عن ذواتنا، وهذا ليس خطأ طالما أننا لا نستمد قيمة أنفسنا من رأى الآخرين عنا بل من حب الله لنا.

تجاسر أن تكون مختلفاً ٩٧

لكل منا قيمة ثمينة جداً، وذلك لأن الله أرسل ابنه الوحيد ليموت عن كل واحد فينا. وتكمن قيمتنا في محبة الله لنا، لا نتيجة لما يظنه الآخرون فينا أو يقولونه عنا.

إننا نتحول لأشخاص يطلبون رضا الناس عندما نبدأ في عمل أمور لا نريدها بل يريدنا الآخرون أن نعملها حتى ننال رضاهم وقبولهم. وهو عكس ما يوافق عليه الرسول بولس وضد ما يريدنا أن نتبناه.

لا تسمح لأحد أن يسود عليك

«ثُمَّ يُسْأَلُ فِي الْوَكَلَاءِ لَكَيَّ يُوجَدَ الْإِنْسَانُ أَمِيناً (جديراً بالثقة). وَأَمَّا أَنَا فَأَقْلُ شَيْءٍ عِنْدِي (لا أهتم كثيراً) أَنْ يُحْكَمَ فِيَّ (أَنْ أُسْأَلَ) مِنْكُمْ أَوْ مِنْ يَوْمٍ بَشَرٍ. بَلْ لَسْتُ أَحْكَمُ فِي نَفْسِي أَيْضاً،

(١ كورنثوس ٤: ٢، ٣)

هناك حرية في تبني وجهة نظر مثل هذه، فلا نهتم كثيراً برأي الناس عنا أو حتى برأينا عن أنفسنا.

تُرى إلى أى حد كان يسوع سيتقدم لو أنه كان قلقاً بشأن رأى الآخرين فيه؟ تقول كلمة الله فى فيلبى ٢: ٧ إنه أخلى نفسه برغبته . وفيما كنت أتأمل فى هذا العدد وجدت يسوع يقول لى: «لقد تعاملتُ مع هذه المشكلة منذ البداية» . وهذا ما فعلته أنا أيضاً، فلم أحاول أن أَرْضى كل الناس طوال الوقت .

وأعترف أنى لا أحب أن يغضب الآخرون منى، كما أنى لا أحب أن يغضب أحد أطفالى منى، ولكن تعلّمتُ ألا أسمح للآخرين أن يبتكرونى بمطالبهم .

علينا كأتباع للمسيح أن ننقاد بالروح القدس لا بالناس . وبنفس الفكر، لا يجب أن نتحكم ونقود الآخرين، وإنما نسمح لهم بأن يُقادوا بالروح القدس مثلاًنا .

اسلك بالمحبة

«اسْكُورَا فِي الْمَحَبَّةِ كَمَا أَحْبَبَنَا الْمَسِيحُ أَيْضاً وَأَسَلَّمَ
نَفْسَهُ لَأَجَلِنَا،

(أفسس ٥: ٢)

طالما أننا نعمل كل ما نعمله بأفضل ما لدينا من
قدرة ومعرفة، فلا يجب أن نسمح لرأى الآخرين أن
يزعجنا.

ولكن يجب أن نسلك بالمحبة، فلا يمكن أن نفعل
كل ما يحلو لنا في الوقت الذي نريده، فلا يجب أن
نقول «إن كان ما أفعله لا يرضى الآخرين، فهذه ليست
مشكلتي بل مشكلتهم!». هذا ليس سلوك محبة.

ولكن في نفس الوقت لا يجب أن نسمح للآخرين
أن يبتكرونا ويتسلطوا علينا لدرجة أن يسلبونا حريتنا،
فلا نكون على طبيعتنا. لأننا إن فعلنا ذلك سنحاول
دائماً أن نفعل ما يتوقعه منا الآخرون.

تغيروا ولا تشاكلوا

«وَلَا تَشَاكُلُوا (لا تسعوا وراء أو تتبنوا عادات) هَذَا الدَّهْرَ (هذا العالم)، بَلْ تَغَيِّرُوا عَنْ شَكْلِكُمْ بِتَجْدِيدِ أَذْهَانِكُمْ، لِتَخْتَبِرُوا مَا هِيَ إِرَادَةُ اللَّهِ الصَّالِحَةِ الْمَرْضِيَّةِ الْكَامِلَةِ،

(رومية ١٢: ٢)

يحاول العالم باستمرار أن يجعلنا نتشكل على مثاله. والمقصود بكلمة «الدهر» الذين نعرفهم ونتعامل معهم بصفة يومية. وقد يكونون أفراد العائلة أو الأصدقاء أو الجيران أو حتى الناس فى الكنيسة.

وكلمة «تشاكلوا» تعنى: (١) أن تكونوا على غرار فى الشكل أو الشخصية؛ (٢) أن تتطبعوا؛ (٣) أن تسلكوا بحسب العادات أو الأساليب السائدة.

سيحاول الناس فى كل العصور أن يضعونا فى قوالب تتناسب معهم. وقد يكون سبب ذلك أنهم

تجاسر أن تكون مختلفاً ١٠١

يشعرون بعدم الأمان، ويشعرون بالتحسن إن نجحوا
فى جعل الآخرين يفعلون ما يفعلونه هم أيضاً.

ولا يستطيع إلا قلة قليلة من الناس أن يكونوا على
طبيعتهم، وأن يسمحوا للآخرين أن يكونوا على
طبيعتهم أيضاً. ألا يكون عالمنا مكاناً أجمل إن استطعنا
أن نفعل نحن هكذا أيضاً؟ سيشعر كل إنسان بالأمان
فى أن يكون على طبيعته دون أن يكون مضطراً لأن
يكون صورة أو استنساخاً من شخص آخر.

كن مختلفاً- كن مجدداً

«هَآنَذَا صَانِعٌ أَمْرًا جَدِيدًا. الْآنَ يَنْبَغُ. أَلَا تَعْرِفُونَهُ؟»
(إشعياء ٤٣: ١٩)

نجح المصلحون العظماء سواء فى الكنيسة أو فى
العالم أن يتخلصوا من القالب الذى وضعهم فيه العالم
ليصيروا ويصنعوا أمراً مختلفاً، وهو ما ينطبق أيضاً
على رجال ونساء الكتاب المقدس.

كان إرميا صغيراً فى العمر جداً عن أن يُلَقَّب بنبى
الله، فقال لله «أنا وكذ». وهكذا شعر تيموثاوس، فقال
الرسول بولس له: «لَا يَسْتَهِنُ أَحَدٌ بِحَدَاثَتِكَ، بَلْ كُنْ
قُدْوَةً لِلْمُؤْمِنِينَ فِي الْكَلَامِ، فِي التَّصَرُّفِ، فِي الْمَحَبَّةِ،
فِي الرُّوحِ، فِي الْإِيمَانِ، فِي الطَّهَارَةِ... لَا تَهْمَلِ الْمَوْهَبَةَ
الَّتِي فِيكَ الْمُعْطَاةَ لَكَ بِالنُّبُوَّةِ.. اهْتَمِّ بِهَذَا. كُنْ فِيهِ،
لِكَيْ يَكُونَ تَقَدُّمُكَ ظَاهِراً فِي كُلِّ شَيْءٍ» .

ماذا لو لم يتحلَّ يوحنا المعمدان أو الرسول بولس
بهذه الشجاعة؟ ماذا لو لم يختلفوا عن الباقيين؟ إننا
نتأمل رجال ونساء الكتاب المقدس ونعجب بهم، ولكن
الحقيقة هى أنهم جميعاً دفعوا ثمن تميُّزهم، وكان عليهم
أن يكونوا مجددِّين ومختلفين، يرفضون تسلط وتحكم
الآخرين فيما ينبغى أن يكونوه.

تجاسر أن تكون مختلفاً ١٠٣

اسلكوا بثمر الروح

«وَأَمَّا ثَمَرُ الرُّوحِ فَهُوَ: مَحَبَّةٌ، فَرَحٌ، سَلَامٌ، طَوْلٌ
أَنَاءةٌ (صبر)، لُطْفٌ، صِلَاحٌ، إِيْمَانٌ، وَدَاعَةٌ (تواضع)،
تَعَقُّفٌ (ضبط نفس). صِدْقٌ أَمْثَالُ هَذِهِ لَيْسَ نَامُوسٌ،
(غَلَاطِيَّة ٥: ٢٢، ٢٣)

حتى وإن قررنا أن نكون مجددّين ومختلفين، لا
زلنا في حاجة لأن نسلّك بحسب بالروح مثمرين ثمر
الروح القدس، فلا نسخر ونتمرد على كل شيء. وفي
نفس الوقت لا يمكن أن نعيش حياتنا على شاكلة هذا
العالم، لأن الله يريد أن يستخدمنا ويصنع أموراً عظيمة
بواسطتنا.

الله يريد أن يستخدمنا

«وَبَيْنَمَا هُمْ يَخْدُمُونَ الرَّبَّ وَيَصُومُونَ قَالَ الرُّوحُ
الْقُدُّسُ: «أَفْرِزُوا لِي بَرْنَابَا وَشَاوُلَ لِلْعَمَلِ الَّذِي دَعَوْتُهُمَا
إِلَيْهِ»

(أعمال ١٣: ٢)

يريد الله أن يأخذنا بكل ضعفاتنا وبكل الإمكانيات
الموجودة فينا ليُغيِّرنا ويعمل في دواخلنا ليصنع أمراً
رائعاً في هذا العالم.

سيستخدم إبليس العالم وأنظمته ليحول بيننا وبين
عمل مشيئة الله، وليبقينا بعيداً عما أعدّه الله لحياتنا.
سيحاول أن يُشكِّلنا لنصير مثل العالم مؤكداً أننا
سنرفض إن لم نفعل.

إن أردنا أن نهزم الشعور بعدم الأمان، وإن أردنا
أن نكون على طبيعتنا، لا يجب أن نستمر في خوفنا
مما سيظنه الآخرون فينا.

قُلْ «نعم، لدعوة الرب

«ثُمَّ سَمِعْتُ صَوْتَ السَّيِّدِ: «مَنْ أَرْسِلْ وَمَنْ يَذْهَبُ مِنْ أَجْلِنَا؟» فَأَجَبْتُ: «هَكَذَا أَرْسِلْنِي،

(إشعياء ٦: ٨)

ما كان أشقاني اليوم لو كنتُ قد قلتُ «لا، لدعوة الرب لحياتي. ربما بقيتُ في المنزل وعشتُ أزرع الطماطم وأحيكُ ملابس زوجي، معتقدة أن مثل هذه الأمور ستجعلني أنتمي وأندمج مع المجتمع. فما أتعب حياتك إن كنت تقول «لا، لدعوة الرب. تَمَسَّكْ بهذا الحق في حياتك اليوم.

في الوقت الذي بدأ الله فيه يكشف لي ولزوجي تعاليم عن الشفاء وعمودية الروح القدس ومواهبه، كنا نذهب إلى كنيسة لا تمارس هذه الأمور، بل وترفضها. وكانت النتيجة أن تركنا هذه الكنيسة وكل أصدقائنا فيها.

كنا خادمين عاملين فى الكنيسة نشارك فى الكثير من أنشطتها، وكانت كنيستنا المحور الذى تدور حوله حياتنا. ولكنهم قالوا لنا: «إن استمر إيمانكم بهذه الأمور، فسنضطر آسفين لعدم التعامل معكم». وكأن لسان حالهم يقول «يا جويس، لدينا نظام. وما تفعلينه أنت وزوجك لا يتفق مع هذا النظام. فإن أردتما البقاء معنا، يجب أن تنسيا هذه الأمور وتصيرا مثلنا».

كان قرار ترك هذه الكنيسة صعباً للغاية، ولكن إن كنت قد قبلت أن أصير مثلهم، لكنت فقدت رؤية الله فى حياتى.

ستكون لكم النصرة

«فَأَجَابَ يَسُوعُ وَقَالَ: «الْحَقُّ أَقُولُ لَكُمْ لَيْسَ أَحَدٌ تَرَكَ بَيْتاً أَوْ إِخْوَةً أَوْ أَخَوَاتٍ أَوْ أَباً أَوْ أُمّاً أَوْ امْرَأَةً أَوْ أَوْلَاداً أَوْ حُقُولاً لِأَجْلِى وَلِأَجْلِ الْإِنْجِيلِ، إِلَّا وَيَأْخُذْ مِثَّةً ضِعْفٍ الْآنَ فِي هَذَا الزَّمَانِ: بَيْوتاً وَإِخْوَةً وَأَخَوَاتٍ

تجاسر أن تكون مختلفاً ١٠٧

وَأُمّهَاتِ وَأَوْلَادًا وَحَقُولًا مَعَ اضْطِهَاذَاتِ، وَفِي الدَّهْرِ
الْآتِي الْحَيَاةَ الْأَبَدِيَّةَ،

(مرقس ١٠: ٢٩، ٣٠)

بعد أن تركنا الكنيسة، مرت أوقات شعرت فيها
بوحدة موحشة، أما الآن فقد صار لى أصدقاء أكثر
من الذين كانوا لى فى الماضى.

فإن دعاك الرب ليختارك ويفرزك، سيحاول العالم
أن يشكلك، لكن عليك أن تقول «نعم» للرب. ستجتاز
تجارب، فهذا جزء من التحدى، وستقضى أوقات وحدة
موحشة، وستواجهك مشاكل أخري. ولكن تأكد أن
النصرة ستكون من نصيبك. ستقدر أن تذهب إلى
فراشك كل ليلة وأنت تشعر بسلام الله فى داخلك،
لأنك تعلم أنك ترضى قلب الله مهما كان رأى الناس
من حولك.

رضى الله لا الناس

«أَنْتَ ابْنَى الْحَبِيبُ. بِكَ سُرِّرْتُ»

(لوقا ٣: ٢٢)

لا بد أن يسوع شعر بالارتياح الشديد والسرور والغبطة عندما جاء هذا الصوت من السماء. ولكن لم يفهم ذلك إلا قلة قليلة من الناس.

رأينا فيما سبق أن الرسول بولس رفض أن يحكم فيه الآخرون، كما رفض أن يحكم هو فى نفسه. فإن كنت ترضخ لحكم الناس، يهزمك إبليس.

كان رد بولس لهؤلاء الذين شكوا فى مدى أهليته للخدمة قوله «فى ما بَعْدُ لَا يَجْلِبُ أَحَدٌ عَلَيَّ أَنْعَاباً، لِأَنِّى حَامِلٌ فِى جَسَدِى سِمَاتِ الرَّبِّ يَسُوعَ» (أى آثار التعذيب والاضطهاد التى تشهد بأنى ملك لله).

اثبت

وَعَيْنَ لَهُمُ الْمَلِكُ وَظِيفَةً كُلَّ يَوْمٍ بِيَوْمِهِ مِنْ أَطَايِبِ
الْمَلِكِ وَمِنْ خَمْرٍ مَشْرُوبِهِ لِتَرْبِيَّتِهِمْ ثَلَاثَ سِنِينَ. وَعِنْدَ
نَهَائِهَا يَقِفُونَ أَمَامَ الْمَلِكِ،

(دانيال ١: ٥)

بعد سقوط مملكة يهوذا في يد البابليين، قرر
نبوخذنصر ملك بابل أن يُحضر بعض العبرانيين
ويدربهم على خدمته. كان هدفه هو تشكيلهم حتى
يكونوا مناسبين لأسلوب الحياة في قصر الملك.

وكان دانيال أحد الذين أُسروا من مملكة يهوذا،
وكان يحب الرب «فَجَعَلَ فِي قَلْبِهِ أَنَّهُ لَا يَتَنَجَّسُ بِأَطَايِبِ
الْمَلِكِ وَلَا بِخَمْرٍ مَشْرُوبِهِ» (دانيال ١: ٨).

أصر دانيال أن يُرضى قلب الله لا قلب الإنسان،
ورفض أن يتشكل ليصير على الصورة التي أرادها
الملك أن يكون عليها. ثبت على مبدئه فنال نعمة
لدى الملك وخدام البلاط الملكى. ونتيجة لهذا الموقف

الجرىء، استخدمه الرب بقوة وبطريقة غير عادية.

عظيم فى المملكة

«حِينَئِذٍ عَظِمَ الْمَلِكُ دَانِيَالُ وَأَعْطَاهُ عَطَايَا كَثِيرَةً،
وَسَلَّطَهُ عَلَى كُلِّ وَلَايَةٍ بَابِلَ، وَجَعَلَهُ رَئِيسَ الشَّحَنِ عَلَى
جَمِيعِ حُكَمَاءِ بَابِلَ،

(دانيال ٢: ٤٨)

اجتاز دانيال فترة اختبار وامتحان، ولكنه فى النهاية حظى باحترام وتعظيم الملك الذى سبق وأراد أن يُشكِّله. وكانت النتيجة أنه رَفَعَ مكانته فى المملكة. حدث نفس الشئ معى منذ سنوات أثناء عملى عندما أراد مديرى المباشر، بطريقة غير صريحة، أن يجعلنى أشترك معه وأساعده على سرقة بعض المال من إحدى الشركات حيث كنت أعمل محاسبة. كان أحد العملاء قد قام بدفع فاتورة مرتين، إلا أن مديرى لم يكن يريد أن يظهر هذا الأمر فى كشف الحساب. ولكنى رفضت.

بعد ذلك بسنوات، حظيت بنعمة كبيرة في هذه الشركة، وتم تعييني مساعد المسؤول عن المخازن والمصنع وسائقى الشاحنات، وكان يتم استدعائى لأخذ رأيي في حل مشاكل كنت لا أفهمها في كثير من الأحيان.

وكسيدة شابة حظيت بوظيفة مرموقة في إدارة الشركة بالرغم من أنى لم أكن أملك المؤهل الدراسى ولا نوعية التدريب المطلوبة لمثل هذا المركز.

حدث هذا لأنى فعلت ما فعله دانيال، ورفضت أن أتشكل بمستوى متدننى، لذلك نلت احترام الجميع ومُنحت مركزاً شرفياً رفيع المستوى.

إن من يحاولون تشكيك لن يحترموك إن رضيت بهذا التشكيل وقبلته، بل سيحتقرونك لضعفك وسيعلمون أنهم يتسلطون عليك. ولكن إن صمدت أمامهم وثبتت على مبادئك، فستنال احترام الجميع في النهاية. صحيح أنهم قد يعاملونك في بادئ الأمر

وكانك أدنى طبقات الناس . ولكن بعد أن ينتهى كل
شئ ستكسب احترام الجميع .

طاعة الله .

١٤١ هَسَأَلَهُمْ نَبُوخذَنْصَرُ: تَعَمُّدًا يَا شَدْرِي وَمِيشَخُ
وَعَبْدَنُغُو لَا تَعْبُدُونَ آلِهَتِي وَلَا تَسْجُدُونَ لِتِمثالِ الذَّهَبِ
الَّذِي نَصَبْتُ؟

(دانيال ٣ : ١٤)

بعد فترة ، أصدر الملك ذاته قراراً جديداً ، فقد صنع
تمثالاً من ذهب وأمر كل الناس أن يسجدوا له ويعبدوه .
وكان عقاب كل من يرفض هو الطرح فى أتون النار
المتقدة .

كان شدرخ وميشخ وعبدنغو أصدقاء دانيال ، هؤلاء
رفضوا السجود للتمثال ، وكانت لهم نفس الروح التى
كانت لدانيال . قال الملك لهم : (إن لم تفعلوا فسوف
أحرقكم أحياء ، .

تجاسر أن تكون مختلفاً ١١٣

أليس هذا هو ما يقوله العالم لى ولك ؟ إن العالم يهددنا قائلاً: «إن لم تسجدوا وتتشكلوا بالطريقة التى أريدها، فسوف يتم حرّكم أحياء!» .

وهنا نحتاج لأن نفعل مثلما فعل الفتية الثلاثة عندما وثقوا فى الرب .

ثقوا فى الرب

«فَأَجَابَ شَدْرُخُ وَمِيشُخُ وَعَبْدَنُغُورُ: «يَا نَبُوخَذَنَصْرُ، لَا يُلْزَمُنَا أَنْ نُجِيبَكَ عَنْ هَذَا الْأَمْرِ. هُوَذَا يُوجَدُ إِلَهَانَا الَّذِي نَعْبُدُهُ يَسْتَطِيعُ أَنْ يُجِيبَنَا مِنْ أَتُونِ النَّارِ الْمُتَّقَدَةِ، وَأَنْ يُنْقِذَنَا مِنْ يَدِكَ أَيُّهَا الْمَلِكُ. وَإِلَّا فَلْيَكُنْ مَعْلُومًا لَكَ أَيُّهَا الْمَلِكُ أَنَّنَا لَا نَعْبُدُ إِلَهَتَكَ وَلَا نَسْجُدُ لِمِثَالِ الذَّهَبِ الَّذِي نَصَبَّتُهُ،

(دانيال ٣: ١٦-١٨)

يعجبني فى شدرخ وميشخ وعبدنغور فضهم القاطع لأمر الملك دون خوف حتى أنهم تحدوه قائلين «نحن نؤمن أن الله سيخلصنا . وحتى إن لم يفعل فلن نتشكل

لنصير على الصورة التى نريدنا أن نكون عليها.
سنفعل ما يقوله لنا الرب، وأنت تستطيع أن تفعل كل
ما تريد بقوة وجبروت. ولكن مهما حدث لنا، سيكون
لنا سلام فى قلوبنا، .

ليكن لنا هذا الاتجاه فى التفكير تجاه من يصنعون
ضغوطاً علينا لكى نعصى ونخالف الأمر الذى نعلم
أنه خرج من عند الله.

اعمل ما أوصاك به الرب بكل جرأة

«فَلَمَّا عَلِمَ دَانِيَالُ بِإِمْنَاءِ الْكِتَابَةِ، ذَهَبَ إِلَى بَيْتِهِ
وَكُوَاهُ مَفْتُوحَةً فِي عُلَيْتِهِ نَحْوَ أُورُشَلِيمَ، فَجِئْنَا عَلَى
رُكْبَتَيْهِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ فِي الْيَوْمِ، وَصَلَّى وَحَمَدَ قُدَّامَ إِلَهِهِ،
كَمَا كَانَ يَفْعَلُ قَبْلَ ذَلِكَ،

(دانيال ٦ : ١٠)

إليك آخر مثال من سفر دانيال

صدر أمر ملكي آخر يمنع أى شخص من الصلاة لغير الملك. كان هذا القرار خدعة استخدمها أعداء دانيال للتخلص منه، إلا أن دانيال دخل بيته بكل شجاعة وصلى إلى الرب إلهه وكوّاه مفتوحة نحو أورشليم كما كان يفعل كل يوم.

لو تكرر هذا الموقف معنا، هل كنا سنغلق النافذة أملاً في أن لا يرانا أحد؟ هل كنا سنغلق النافذة ونصلى مرة واحدة فقط؟ أكنّا سنكتفى بما فعلناه آملين ألا يغضب الله منا؟ أكنّا سنحاول أن نرضى كلاً من الله والملك؟

إن كنا نثق أننا نفعل مشيئة الله ولكن نتعرض لاضطهاد، عندئذ نحتاج لأن نواصل عمل ما أمرنا الله أن نعمله.

تجاسر أن تكون مختلفاً

«فَنَجَّحَ دَانِيَالُ هَذَا فِي مَلِكِ دَارِيُوسَ، وَفِي مَلِكِ
كُورْشَ الْفَارْسِيِّ،

(دانيال ٦ : ٢٨)

فى كل موقف تعرض له دانيال نجد أنه كان واقعاً
تحت ضغط كبير ليتشكل ويصير ويفعل ما يريده
الآخرون . ولكنه رفض الخنوع لهذه الضغوط . وبعد
فترة من التجارب والاضطهاد، عَظَّمَهُ اللهُ وأقامه
مسؤولاً فى المملكة كلها .

لتكن لديك الشجاعة والجرأة لأن تكون مختلفاً،
لأن ذلك سيغير حياتك . وفى هذه الأثناء، سَيُعَظِّمُ الرب
العمل معك .

تعلم كيف تتعامل مع النقد

إن كنت تريد التغلب على الشعور بعدم الأمان، عليك أن تتعلم كيف تتعامل مع نقد الآخرين لك.

كن منقاداً بالروح القدس

«وَأَمَّا أَنْتُمْ فَالْمَسَحَةُ الَّتِي أَخَذْتُمُوهَا مِنْهُ ثَابِتَةٌ فِيكُمْ، وَلَا حَاجَةَ بِكُمْ إِلَيَّ أَنْ يُعَلِّمَكُمْ أَحَدٌ، بَلْ كَمَا تَعَلَّمْتُمْ هَذِهِ الْمَسَحَةَ عِنِّيْهَا عَنْ كُلِّ شَيْءٍ، وَهِيَ حَقٌّ،

(١ يوحنا ٢: ٢٧)

هل تستمد التأييد من داخلك أم من الذين حولك؟
بمعنى هل أنت شخص تحتاج لمن يقول لك إنك صالح وإن ما تفعله صواب؟ أم أنك تستمد وجهتك والمسار الذي تسلكه بإرشاد الروح القدس صانعاً كل ما تثق أن الرب يأمرك به؟

ذات يوم قررت أن أعيد تزيين منزلى، فحصلت على عيّنات مختلفة من ورق الحائط، وقمت باختيار بعض النماذج التى اعتقدت أنها تتناسب مع المنزل، ثم أخذت رأى بعض الناس قائلة: «سوف أضع هذا اللون هنا وهذا هناك والثالث هناك. ما رأيكم؟» .

ولأنى كنت أشعر بعدم الأمان فى هذا الجانب، بحثت عن تأييد خارجى، فقد أردت أن أعرف رأى كل واحد فى ما أنوى أن أفعله .

ولم يوافقنى شخص واحد على رأىى، بل كان لكل منهم رأى مختلف، وانزعجت حتى لم أعد أعرف ماذا ينبغى أن أفعل .

جميعنا مختلفون، وما كان يجب أن أتوقع أن يعجب شخص آخر بما أعجبنى أنا. والقضية الحقيقية هى: هل سأكون راضية بالنتائج أم لا؟ لأن الشخص الذى كان عليه أن يعيش فى هذا المنزل مع هذا التغيير الجديد هو أنا .

لا تضيق الوقت في سؤال الآخرين إذا كان اختيارك صحيحاً أم لا، أو أن تسريحة شعرك على ما يرام أم لا، أو أن سيارتك مناسبة أم لا. فقط استمد القيادة والشرعية من الروح القدس.

اصنع قرارك بنفسك

«وَلَكِنْ لَمَّا سَرَ اللَّهُ الَّذِي أَفْرَزَنِي مِنْ بَطْنِ أُمِّي،
وَدَعَانِي بِنِعْمَتِهِ أَنْ يُعْطِنَ ابْنَهُ فِيَّ لِأُبَشِّرَ بِهِ بَيْنَ الْأُمَمِ،
لِلْوَقْتِ لَمْ أَسْتَشِرْ لَحْماً وَدَمًا،

(غلاطية ١: ١٥، ١٦)

قال بولس أنه لما دُعي من الرب أن يركز بالإنجيل للأمم، لم يستشر أحداً في هذا الأمر.

ما أكثر ما نستشير كثيرين عندما يدعونا الله أو يعطينا رسالة معينة، فنطلب من هذا وتلك أن يؤكدوا لنا أننا نفعل الشيء الصحيح. يقول يوحنا إنه بسبب سكنى الروح القدس فينا، الذى هو روح الحق، فلا حاجة بنا لأن نستشير أى إنسان آخر.

لا شك أن هناك جانباً آخر لهذه القضية حيث يقول كاتب سفر الأمثال: «أَمَّا الْخَلَّاصُ فَبِكَثْرَةِ الْمَشِيرِينَ» (أمثال ١١: ١٤).

والحل هو أن نكون مطيعين للروح القدس دون أن نرفض مشورة الآخرين الذين هم أحكم منا وأصحاب معرفة وعلم أكثر منا فى هذا الأمر.

عندما استمعت لما قاله لى الناس عن تزيين منزلى، تعلّمت بعض المبادئ القيمة والهامة جداً التى لم أكن أعرفها من قبل، ولكنى لم أسمح لأرائهم أن تؤثر على قرارى الأخير.

لا يجب أن نسمح للآخرين أن يؤثروا علينا لأننا ببساطة نخشى أن نصنع قراراً بأنفسنا. فإن أردنا أن نستمد شرعيتنا من ذواتنا، علينا أن نتعلم كيف نتعامل مع نقد الآخرين.

ماذا لو أنى بعد تزيين منزلى حسب رأى الآخرين، زارنى شخص آخر وقال لى «لا أعتقد أنى كنت سأفعل

ما فعلت، لا شك أنى كنت سأكون فى مشكلة كبيرة .
بعض الناس يعتقدون أن رسالتهم فى الحياة هى
تقديم آرائهم الشخصية حول كل شىء لكل الناس . يا
له من درس جيد أن نتعلمه، وهو ألا نعطى أو نقبل
رأى أو نصيحة يفرضها الآخرون علينا .

لا تُستعبد

«فَأَثْبِتُوا إِذَا فِى الْحُرِّيَّةِ الَّتِى قَدْ حَرَّرَنَا الْمَسِيحُ بِهَا،
وَلَا تَرْتَبِكُوا أَيْضاً بِنِيرِ عِبُودِيَّةٍ،

(غلاطية ٥ : ١)

ليكن لك الشعور الكافى بالأمان حتى تعرف كيف
تتعامل مع نقد الآخرين دون أن تشعر أن هناك خطأ
ما أو عيباً فيك . لا تستعبد لفكرة الانصياع وراء آراء
الآخرين .

لنفترض أن شخصاً زار منزلى الذى أعدت تزيينه
وقال لى : «أتعرفين يا جويس، ربما يكون من الأفضل

أن تضعى صحبة الزهور هذه على منصدة أعلى قليلاً من التى تستخدمينها. أعتقد أن منظرها سيكون أفضل على منصدة مرتفعة قليلاً عن هذه المنصدة، .

فإن كنت أشعر بالأمان فى داخلى، ربما استمعت لرأى هذا الشخص دون أن أشعر بالزام لتنفيذ ما يقول. أما إن كنت أشعر بقليل من عدم الأمان فربما أفكر فى الأمر وأقول: «أظن أنك على حق، .

أحياناً أعلم أن شيئاً ما لا يبدو صحيحاً ولكنى أجهل كيف أصلحه، لذلك عندما يأتى شخص أكثر دراية بهذا الأمر ويخبرنى باقتراحه أستطيع أن أقول له: «أعتقد أنك على حق. سأجرب ما تقول، .

لتكن لك الثقة فى شخصك الذى فى المسيح حتى تسمع لرأى الآخرين وتكون منفتحاً للتغيير دون أن تشعر بأنك مضطر لموافقتهم على وجهة نظرهم أو رأيهم أو الحصول على موافقتهم أو رضاهم إن كنت تشعر أن ما يقولونه لا يتناسب معك.

تعلم أن تتعامل مع النقد.

اعرف قيمة نفسك

اعرف قيمة نفسك ولا تدع آخرين يقومون بهذه المهمة.

«أَنْتَ ابْنِي الْحَبِيبُ الَّذِي بِهِ سُرِرْتُ»
(مرقس ١: ١١)

يحتاج كل طفل إلى تأكيد وتعزيد والديه، ودور الوالدين هو تعريف أولادهم بأنهم محبوبون بالرغم من ضعفاتهم وأخطائهم. فإن نشأ الطفل عالماً هذه الحقيقة منذ حداثته، فسوف تتأصل في شخصيته، ولن يسعى دائماً لإعلان مدى كماله، معتقداً أن الطريقة الوحيدة لقبول الآخرين هي بأعمالهم الصالحة.

ولكن مع الأسف يجهل آباء كثيرون كيف يقدمون لأولادهم هذا التأكيد. وعادة يكون سبب المشاكل هو أنهم لم يعرفوا هذا التأكيد من والديهم أيضاً. قرأت قصة عن رجل لم يؤكد له والده أنه يحبه، فلم يسمع من والده عبارات مثل «أنا أحبك ومسرور بك، .

كان هذا الرجل ناجحاً جداً، ولكنه كان تقيساً إلى أقصى حد، وكان يجد نفسه يبكى وينتحب دون سبب واضح. تردد على عيادات نفسية حتى اكتشف جذر وأصل مشكلته. لقد أدرك أنه كان يحاول دائماً أن يرضى والده ويثبت له ذاته عن طريق الأعمال، فكانت النتيجة أنه كان مجهداً ومتعباً طوال الوقت.

وخلال فترة العلاج وجلسات المشورة، كان هذا الرجل يسافر إلى منزل والده للحصول على كلمة تأكيد من والده أنه يحبه. كان يشاق أن يسمع والده يقول له «يا ابنى، أنا أحبك. أنا أراك عظيماً. كم أنا فخور بك وبكل ما تنجزه وتحققه فى حياتك، .

فى كثير من الأحيان نتطلع بشوق لشخص يقول لنا: «أنا فخور بك . أنا مسرور بك» . ولكن فى أحيان أخرى يجب أن ندرك أننا لن نحصل على هذا التأكيد من أشخاص معينين .

ذات يوم غادر الرجل منزل والده قائلاً لنفسه: «لن يعطينى أبى ما أريد أن أخذه منه أبداً، فهو لا يعرف كيف» . ولما قال هذه العبارة شعر وكأن شيئاً تفجر فى داخله، ومنذ تلك اللحظة اختبر حرية فى الروح لم يسبق له أن اختبرها من قبل .

مقبولون فى المحبوب

«إِذْ سَبَقَ فَعَيْنَانَا لِلتَّبَتُّي بِيَسُوعَ الْمَسِيحِ لِنَفْسِهِ، حَسَبَ مَسَرَّةِ مَشِيئَتِهِ (لأنه سرُّ بهذا وقصده)، لِمَدَحِ مَجْدِ نِعْمَتِهِ الَّتِي أَنْعَمَ بِهَا عَلَيْنَا (مجاناً) فى الْمَحْبُوبِ، (أفسس ١: ٦، ٥)

من أسباب صراعنا أننا نحاول أن نحصل على تأكيد المحبة من شخص عاجز عن أن يمنحنا هذه

١٢٦ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

المحبة، لأنه ببساطة لا يعرف كيف يقدم لنا تأكيداً على محبته .

تعلمنا كلمة الله أننا صرنا مقبولين أمام الله فى ابنه المحبوب يسوع المسيح، وأن كل من يأتى إلى الآب من خلال يسوع فلن يرفضه أبداً (أفسس ١: ٦ ويوحنا ٦: ٣٧)

نعم نحتاج لبعض الأمور من الذين نحبهم . ولكن إن لم يكن فى استطاعتهم أن يعطونا هذه الأمور، فالله قادر؛ هو سيكون بمثابة الأم والآب والزوج والزوجة وكل ما نحتاج .

سيعطينا الرب هذه الأمور ويبنى فى داخلنا ما لا يستطيع الآخرون أن يعطونا إياه .

تحمل مسئولية تصرفاتك

فَإِذَا كُلُّ وَاحِدٍ مِنَّا سِعِطِى عَنْ نَفْسِهِ حَسَاباً لِلَّهِ،
(رومية ١٤: ١٢)

فى السنوات الأولى من زواجى واجهت مشاكل كثيرة فى حياتى وفى شخصيتى . وبعد عدة سنوات من زواجنا قال لى زوجى : «هل تعلمين يا جويس، لو كنت قدّرت قيمة نفسى وكيانى كرجل وزوج بناءً على الطريقة التى تعامليننى بها، لكان رأى عن ذاتى سيئاً للغاية! .

هل هناك شخص فى حياتك لا تعامله بطريقة صحيحة؟ وهل تلوم هذا الشخص على أخطائك؟ هل هناك شخص يجعل حياتك جحيماً بسبب فشله وتعاسته؟

أخبرتنى سيدة من مدينة شيكاغو أنه تم القبض على زوجها بسبب سلوكه بعدم احتشام فى الأماكن العامة، وقالت لى: «أستطيع أن أغفر له . لقد قبض عليه فى أحد بيوت الدعارة، وأنا أعرف كيف يمكن أن تكون هذه الأماكن فحاً لكثيرين . ولكن الأمر الذى أجد صعوبة فى فهمه هو أنه يلقى باللوم علىّ، ويقول

إنه فعل ذلك لأننى لم أقدر أن أسدد احتياجاته، .

قلت لها: «حتى وإن لم تسددى احتياجاته، فهذا ليس عذراً يبرر خطيته. فلا يمكن أن تسمحى لشخص أن يلقى بمشاكله عليك، .

فى أحيان كثيرة يرفض الأشخاص الذين يواجهون مشاكل تحمل مسؤولية مشاكلهم، فيبحثون عن كبش فداء، وعن شخص يلقون اللوم عليه.

اعتدت أن أفعل نفس الشيء مع عائلتى، فكل الأمور التى كنت أسىء عملها كانت بسبب خطأ شخص آخر؛ فإن لم يؤد زوجى عملاً معيناً كنت أتصرف بطريقة معينة. ولو ساعدنى أولادى فى الأعمال المنزلية ما كنتُ أشتكى طوال الوقت؛ ولو لم يشاهد زوجى الكثير من المباريات الرياضية لما ضايقته. كنت دائماً أجد مبرراً لسلوكى وفكرى السلبى بإلقاء اللوم على شخص آخر.

كم أنا سعيدة لأن زوجي كان آمناً، عالماً حقيقة أنه في المسيح يسوع. وأنا سعيدة لأجل الأساس الروحي الراسخ الذي كان يتكل عليه، وسعيدة لأنه استطاع أن يحبني خلال هذه الفترة. وأنا سعيدة أيضاً لأنه رفض أن أجعله يشعر بالذنب أو التعاسة.

قيمتك في الدم

«يَسُوعُ الْمَسِيحُ.. الَّذِي أَحَبَّنَا، وَقَدْ غَسَلَنَا مِنْ خَطَايَانَا بِدَمِهِ»

(رؤيا ١: ٥)

نحتاج كلنا أن نصل إلى المرحلة التي نشعر فيها بالأمان لأننا في المسيح، وألا نسمح لآراء الآخرين أو أفعالهم أن تحدد قيمة ذواتنا.

لا تحاول أن تستمد قيمتك من مظهرك؛ ولا تحاول أن تستمد قيمتك مما تقوم به من أعمال؛ ولا تستمد قيمتك من الطريقة التي يعاملك بها الآخرون. إن

قيمتك الحقيقية هى فى دم يسوع المسيح الذى سَفَكَ
لأجلك .

قد يكون بك عيوب، وقد تكون هناك أمور فى
حياتك تحتاج إلى تغيير. ولكن ثق أن الله يعمل فى
حياتك كما يعمل فى حياة الآخرين أيضاً. فلا تسمح
لشخص أن يلقى بمشاكله عليه، ولا أن يجعلك تشعر
بعدم القيمة أو الفائدة لأنه يجهل كيف يعاملك بالطريقة
الصحيحة أو كيف يحبك بالقدر الذى تستحقه كشخص
اشتراه يسوع بدماه .

اعرف الأمور الصالحة فى حياتك

مَعَ الْمَسِيحِ صَلُبْتُ، فَأَحْيَا لَا أَنَا بَلِ الْمَسِيحُ يَحْيَا
فِيَّ. فَمَا أَحْيَاةُ الْآنَ فِي الْجَسَدِ فَإِنَّمَا أَحْيَاةُ فِي الْإِيمَانِ،
إِيمَانِ (الخنوع والانتكال والثقة فى) ابْنِ اللَّهِ، الَّذِي
أَحْبَبَنِي وَأَسْلَمَ نَفْسَهُ لَأَجْلِي،

(غلاطية ٢ : ٢٠)

الله يريدنا أن نتوقف عن التفكير طوال الوقت
متسائلين «تُرى ما العيب في؟ ما الخطأ في حياتي؟»
لأنه يريدنا أن نفكر ونتأمل الأمور الصالحة الموجودة
فيها.

بالتأكيد، علينا أن نعرف عيوبنا وضعفاتها. ونحتاج
لأن نقدمهم للرب، ونكون منفتحين لعمل روحه طوال
الوقت. نحتاج لأن نتوب قائلين: «أيها الآب، أعلم
أنني لست كاملاً؛ وأعلم أن بي عيوباً وضعفات،
وأريدك أن تعمل فيّ وتغيرني. أظهر لي عيوبي
وساعدني لأتغلب عليها».

ولكن لا يجب أن نسمح للآخرين أن يسقطونا إلى
الأرض بسبب ضعفاتهم ومشاكلهم.

لا تضع عمرَكَ في محاولة كسب قبول أو رضا
شخص آخر، وتذكر أن الله يقبلُك ويحبك. تأكد من
أن شرعيتك وقيمة ذاتك مصدرهما الله.

١٣٢ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

٩

ضع عيوبك في نصابها الصحيح

إن أردت أن تنجح في أن تكون على طبيعتك،
يجب أن تضع عيوبك في نصابها الصحيح.

لا تتبر على نقائصك

«وَنَحْنُ غَيْرُ نَاطِرِينَ إِلَى الْأَشْيَاءِ الَّتِي تُرَى، بَلْ
إِلَى الَّتِي لَا تُرَى،

(٢كورنثوس ٤: ١٨)

تتمتع روكسانا، سكرتيرتى الخاصة بجاذبية
شديدة، فشرها ذهبى اللون، وبشرتها رائعة الجمال.

وإذا تعرضت للخرج تورّد خداهما بلون جميل، وهى من الذين لن تظهر ملامح العمر على وجوههم، فهى تبدو فى العشرينيات من العمر حتى ولو بلغت الأربعين. وهى أيضاً قليلة الحجم وتزن حوالى خمسين كيلوجراماً، ومع هذا فلا تبدو نحيفة!

أخبرتني روكسانا أنها عانت لسنوات وسنوات من الانزعاج بسبب جسدها، فقد ظلّت لسنوات تعتقد أنها تعاني من زيادة حجم الردفين، فكانت تتجنب ارتداء بعض أنواع الملابس، كما أنها نادراً ما كانت ترتدى بذلة سباحة.

ذهبت معها مرتين لشراء بعض الملابس، وكانت تبدو رائعة أثناء تجربتها لبعض الموديلات، إلا أنها لم تكن سعيدة بهم. وأخيراً شاركتنى بأنها لا تشتري مثل هذه النوعية من الملابس بسبب زيادة حجم ردفها.

لم أستطع تصديق أذنىّ. فعندما يكون وزن الشخص خمسين كيلوجراماً، لا يمكن أن يكون هناك جزء فى جسده كبير الحجم.

لقد استخدمت هذا المثل لأن إبليس سيجعلنا نجد جزءاً أو عضواً فى جسدنا نعتقد أنه غير كامل أو غير مناسب، مهما كان مظهرنا. وسيجعلنا نركز على هذا الجزء أو العضو لدرجة أننا فى كثير من الأحيان نكون الوحيدين الذين نلاحظ هذا الأمر.

ذات مرة ذهبت إلى مصفف الشعر الذى قام بقص شعرى من الخلف بطريقة لم تعجبني. ولم يلاحظ أحد أن شعرى يبدو مختلفاً. وعندما ذكرت هذا الأمر أمام زوجي قال: «يا للغرابة! لقد لاحظتُ أن شعرك فى الأيام القليلة الماضية يبدو أفضل بكثير، .

إن الأمر يتعلق بتحويل أنظارنا على ما هو غير كامل، ووضع الأمور فى نصابها الصحيح.

فإن أردنا التغلب على الشعور بعدم الأمان تجاه ذواتنا، علينا أن نتعلم كيف نضع عيوبنا وأخطاءنا فى نصابها الصحيح، فكلنا غير كاملين. ولكن يجب ألا نحدق النظر فى هذه العيوب على مدار الأربع وعشرين ساعة.

فإن أخبرنا أقرب الأصدقاء بالعيوب والأخطاء الموجودة فىنا، فربما ضحكوا علينا، وربما أخبرونا بأن هذه الأمور التى نعتبرها نحن عيوباً هى فى الواقع من أفضل الخصائص والسمات التى تميزنا.

كن راضياً عن مظهرك

«أَلَعَلَّ الْجِبِلَّةَ تَقُولُ لِحَابِلِيهَا: «لِمَاذَا صَنَعْتَنِي هَكَذَا؟»
(رومية ٩ : ٢٠)

يضع إبليس فى أذهاننا كل أنواع النفايات. فمن ذا الذى يقرر شكل الجسم المثالى ووزنه؟ من الذى يرسم النموذج الذى يجب أن يحتذى به الجميع قائلاً «كل من لا يشبه مظهره هذا النموذج يكون قبيحاً»؟

خلق الله كل إنسان منا . ويقول فى أفسس ٢ : ١٠
إننا صنعة وعمل يديه . لذلك لا بد وأن يحب ما صنعه
يداه . ولكى نسرق قلب الله ، لا نحتاج لأن نشبه
عارضات الأزياء أو أصحاب كمال الأجسام .

يجب أن يصل كل واحد فينا إلى مرحلة يكون
فيها راضياً عن مظهره وشكله . ولكن هذا لا يعنى
بالطبع التوقف عن ممارسة التمرينات الرياضية أو
التدريب لفقد بعض الوزن الزائد . فأنا هنا لا أتحدث
عن بذل الجهد المستمر لكى نبدو فى أحسن صورة ،
ولكنى أتحدث عن كل تلك الأشياء الحمقاء التى تأسرننا ،
والتي لا نستطيع تغييرها فى معظم الأحيان .

هل تريد التغلب على الشعور بعدم الأمان ؟ تعلم
كيف تضع عيوبك وأخطاءك فى نصابها الصحيح .

١٣٨ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

تعرف علي مصدر الثقة الحقيقي

آخر خطوة وأهم خطوة في التغلب على الشعور
بعدم الأمان هو أن تتعرف وتكشف مصدر الثقة
الحقيقي.

لا تضع ثقتك في الجسد

«لأننا نحنُ (المؤمنين) الخُتَان، الَّذِينَ نَعْبُدُ اللَّهَ
بِالرُّوحِ، وَنَفْتَخِرُ فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ، وَلَا نَتَّكِلُ عَلَى
الْجَسَدِ، (أَي عَلَى مَلَكَاتِنَا الْجَسَدِيَّةِ أَوْ امْتِيَازَاتِنَا
الْخَارِجِيَّةِ أَوْ مُمِيزَاتِنَا الْجَسَدِيَّةِ) .

(فيلبي ٣: ٣)

فى أى شىء تضع ثقتك؟ يجب أن تجد إجابة لهذا السؤال قبل أن تنال ثقة الله. وقبل أن تضع ثقتك فيه، عليك أن تتخلى عن ثقتك فى أمور أخرى.

لا تضع ثقتك فى الجسد - فى المظهر، أو التعليم، أو المستوى المادى أو الاجتماعى، أو فى علاقاتك مع الآخرين.

فإن لم يرغب شخص فى إقامة علاقة معك (سواء ارتباط زواج أو صداقة) فلماذا تلوم نفسك؟ قد يكون الشخص الآخر هو الملام فى الموضوع لا أنت.

وإذا نجح إبليس فى أن يجعلك تواصل حياتك وقد امتلأ ذهنك بالأفكار السلبية، فتأكد أنه سيلاحقك طوال الوقت من الآن وحتى مجيء المسيح. وعاجلاً أم آجلاً يجب عليك أن تصل للمرحلة التى تضع فيها ثقتك لا على الجسد أو المظهر الخارجى بل على الرب يسوع المسيح.

أخبرتني شابة أنها كانت تعجز كثيراً بالدرجات التي كانت تحصل عليها في الجامعة، فقد كانت تعاني من إعاقة في التعلم تشبه مرض صعوبة الفهم والاستيعاب. لذلك كانت تصرف ساعات طويلة في الاستذكار حتى لا يلاحظ من حولها هذه الإعاقة. ولكنها كانت تبذل جهداً كبيراً في الاستذكار حتى يضيع منها فرحها.

فقلت لها: «تحتاجين لأن تسلمي هذه الدرجات للرب وأن تضعيها على المذبح أمامه». وشاهدتُ الدموع تنهمر من عينيها.

قالت: «هذه الدرجات تعني الكثير بالنسبة لي، فهي ليست مجرد أمر تافه ولكنها تعني الكثير».

لم تكن مشكلة هذه الشابة في الإعاقة التعليمية، بل في الثقة التي وضعتها في غير محلها الصحيح. لقد كانت تثق في الدرجات التي حصلت عليها بدلاً من أن تثق في الرب.

كنت أراقب إحدى بناتى وهى تقوم بتصفيف شعرها وتصرف وقتاً طويلاً أمام المرأة، حتى تعجبت أن هناك بعض الشعر باقٍ على رأسها بعد كل هذا الجهد! وأحياناً كان شعرها يبدو أفضل قبل التصفيف عنه بعده. ولكن لم يكن بمقدورها مواجهة العالم إن لم تقتنع أن كل شعرة على رأسها فى مكانها الصحيح! إنه مثال آخر للثقة فى أمور لا ينبغى أن نضع ثقتنا فيها.

ثقة فى غير محلها

«لَأَنَّ الرَّبَّ يَكُونُ مُعْتَمَدَكَ» (أى موضوع ثقتك وقوتك)

(أمثال ٣: ٢٦)

يضع بعض الآباء ثقتهم فى إنجازات أولادهم، الأمر الذى قد يؤدى فى بعض الأحيان إلى مشاكل للوالدين وللأولاد. فمثلاً، أراد أحد الآباء أن تصبح ابنته طبيبة، فبدأت ابنته تقيم ذاتها وفقاً لهذا الهدف.

والأمر الذى لم يكن الأب يعرفه هو أن الرب كان قد اختار لهذه الابنة أن تكون سكرتيرة .

هل كلمك الرب عن الأمور التى تضع فيها ثقتك ؟
هل تضع ثقتك فى زواجك ، أو درجاتك العلمية ، أو
وظيفتك ، أو شريك حياتك ، أو أولادك ؟

علينا كمؤمنين أن لا نضع ثقتنا فى درجتنا العلمية
أو مظهرنا أو الوظيفة التى نشغلها أو ممتلكاتنا أو مواهبنا
أو مهارتنا أو إمكاناتنا أو إنجازاتنا أو رأى من حولنا .
يقول الآب السماوى لكل واحد فينا : 'يكفى هذا . لقد
حان الوقت للتخلى عن كل الأمور الجسدية التى
تمسكتم بها بشدة لسنين هذه عددها . حان الوقت لأن
تضعوا ثقتكم فىّ ، وفىّ وحدى ، .

ولكننا فى أحيان كثيرة نسمح لذواتنا أن تتأثر بما
يظنه الآخرون أو يقولونه ، وأحياناً نتأثر بمظهرنا .

أنت من تقوله كلمة الله

«فَكَانَتْ كَلِمَةُ الرَّبِّ إِلَى: «قَبْلَمَا صَوَّرْتُكَ فِي الْبَطْنِ عَرَفْتُكَ (اخْتَرْتُكَ لَتَكُونَ أَدَاةَ لِي)، وَقَبْلَمَا خَرَجْتُ مِنَ الرَّحْمِ قَدَسْتُكَ. جَعَلْتُكَ نَبِيًّا لِلشُّعُوبِ». فَقُلْتُ: «أَهْ يَا سَيِّدُ الرَّبِّ، إِنِّي لَا أَعْرِفُ أَنْ أَتَكَلَّمَ لِأَنِّي وَكِدْتُ». فَقَالَ الرَّبُّ لِي: «لَا تَقُلْ إِنِّي وَكِدْتُ، لِأَنَّكَ إِلَى كُلِّ مَنْ أَرْسَلْتُ إِلَيْهِ تَذْهَبُ وَتَتَكَلَّمُ بِكُلِّ مَا أَمَرْتُ بِهِ. لَا تَخَفْ مِنْ وُجُوهِهِمْ، لِأَنِّي أَنَا مَعَكَ لِأَتَقَدِّكَ يَقُولُ الرَّبُّ،

(إرميا ١ : ٤-٨)

كان إرميا يخاف أن يتكلم فقال «لا أعرف أن أتكلم». فقال له الرب «سأرسلك لتفعل ما أخبرك به، وستخبر الناس بالرسالة التي سأعطيها لك. لا تخف من وجوههم لأنى سأنقذك لأنك عبدى المختار».

فإن قال لك الرب إنك هكذا تكون، فثق أنك ستكون كما قال الرب، سواء وافق الآخرون أم رفضوا.

قال لى الناس إنى لا أستطيع أن أعط بكلمة الله .
والغريب والمضحك أنهم قالوا لى هذا فى الوقت الذى
كنت قد بدأت فيه الوعظ بالفعل .

وقال لى البعض «لا تستطيعين أن تعطى لأنك
امرأة» .

فقلت لهم «أهذا صحيح؟»

قالوا: «نعم! لا يمكن أن تعطى» .

فقلت: «ولكنى أعط بالفعل . أنا أعط بالفعل» .

بالطبع تجرّبتُ أحياناً أن أتوقف عن الوعظ بسبب
انتقاد الآخرين . ولكنى لم أستسلم أبداً لهذه التجارب
لأنى كنت أعلم أنى أفعل ما أمرنى به الرب، فوجدت،
كما وجد بولس، أن الثقة فى الرب لا فى التدثّن .

قد يتعارض التدثين مع الله

«مَعَ أَنِّ لِي أَنِ أَتَّكَلَ عَلَى الْجَسَدِ أَيْضاً. إِنْ ظَنَنْتُ وَاحِدًا آخَرَ أَنِ يَتَّكَلَ عَلَى الْجَسَدِ فَأَنَا بِالْأَوَّلِيِّ. مِنْ جِهَةِ الْخَتَانِ مَخْتُونٌ فِي الْيَوْمِ الثَّامِنِ، مِنْ جِنْسِ إِسْرَائِيلَ، مِنْ سِبْطِ بَنِيَامِينَ، عَبْرَانِيٌّ مِنَ الْعِبْرَانِيِّينَ. مِنْ جِهَةِ النَّامُوسِ فَرِيسِيٌّ. مِنْ جِهَةِ الْغَيْرَةِ مُصْطَهِدُ الْكَنِيسَةِ. مِنْ جِهَةِ الْبِرِّ الَّذِي فِي النَّامُوسِ بِلَا لَوْمَةٍ»
(فيلبى ٣: ٤-٦)

لم يكن بولس مجرد فريسي ولكنه كان من أكثر المتعلمين من اليهود فى عصره، فقد كان رئيس الفريسيين، وكان متديناً جداً حتى أنه حفظ الطقوس والعبادات الخاصة بمذهبه. ولكنه اكتشف أخيراً أن كل هذه الطقوس لا تفيد البتة، ولذلك ضحى بها جميعها ليربح المسيح.

ضحى بالطقوس لأجل المسيح

«لَكِنْ مَا كَانَ لِي رِيحًا فَهَذَا قَدْ حَسِبْتُهُ مِنْ أَجْلِ
الْمَسِيحِ خَسَارَةً، بَلْ إِنِّي أَحْسِبُ كُلَّ شَيْءٍ أَيْضًا خَسَارَةً
مِنْ أَجْلِ فَضْلِ مَعْرِفَةِ الْمَسِيحِ يَسُوعَ رَبِّي (الامتياز
العظيم وَالْقِيَمَةُ الَّتِي لَا تُقَدَّرُ بِثَمَنٍ)، الَّذِي مِنْ أَجْلِهِ
خَسَرْتُ كُلَّ الْأَشْيَاءِ، وَأَنَا أَحْسِبُهَا نَفَايَةَ لِكَيْ أُرْبِحَ
الْمَسِيحَ،

(فيلبي ٣: ٧، ٨)

تُرى ما هي الطقوس التي تحاول أن تتمسك بها
لأنك فيها تجد قيمة لذاتك؟ قد يكون أحدها الصلاة
لعدد ساعات معينة، أو قراءة عدد معين من
أصحاحات الكتاب المقدس كل يوم.

توصينا الطقوس الدينية «افعلوا هذا ولا تفعلوا ذلك..
كلوا هذا ولا تلمسوا ذلك»، (انظر كولويسي ٢: ٢٠، ٢١).
أما الله فيريدنا أن نفعل مثلما فعل بولس، فننتخلص

ونتحرر من هذه الطقوس واللوائح حتى نريح المسيح،
فنعرفه ونوجد فيه .

أعرف المسيح وأوجد فيه

«أَرَبَحَ الْمَسِيحَ وَأُوجِدَ فِيهِ، وَلَيْسَ لِي بَرٌّ الَّذِي مِنْ
النَّامُوسِ، بَلِ الَّذِي بِإِيمَانِ الْمَسِيحِ، الْبَرُّ الَّذِي مِنَ اللَّهِ
بِالإِيمَانِ»

(فيلبى ٣: ٩)

يا لها من رسالة تقدمها لنا هذه الآية، أصلى ألا
تفوتنا . هنا يقول بولس إنه لا يريد شيئاً فى هذه الحياة
إلا أن يعرف المسيح ويوجد فيه .

ليكن هذا فكر وشعار كل واحد منا، فمن منا يستطيع
أن يسلك بالكمال ؟ ولكننا بمعونة الله نستطيع أن نظهر
للآخرين مجد المسيح الكامل فى كل حين .

أتعرف لماذا لا يدعنا الله نصل إلى الكمال فى
السلوك ؟ لأننا إن فعلنا، فنستمد قيمة ذواتنا من كمالنا

وروعة أداثنا وسلوكنا، بدلاً من أن نستمدّه من حبه ونعمته .

فإن سلكت أنت وأنا بالكمال طوال الوقت، فسنظن أن الرب مدين لنا باستجابة الصلوات التي نرفعها له نتيجة لطاعتنا والتزامنا بكل أحكامه ووصاياه . أتعلم ماذا يفعل الله ؟ إنه يتركنا ببعض الضعفات حتى نذهب إليه باستمرار طالبيين عونّه، وبهذا نتكل عليه شئنا أم لم نشأ .

لن يدعنا الله نعيش في جو من السلام والشبع طوال الوقت، ولكنه سيسمح لنا أن نعيش في ضيقات وتجارب، حتى ندرك أن أعمال الجسد لا تؤدى إلا إلى الشقاء والتعب (رومية ٣ : ٢٠) .

فإن كان هذا هو الحال، ماذا يجب أن نفعل نحن ؟ ما عليك إلا أن تستريح وتستمتع بالحياة، وتتعلم كيف تتمتع بالرب أكثر فأكثر . وعندما تفعل ذلك ستقدر أن تزيل الضغوط ليس عن نفسك فقط بل عن من هم

١٥٠ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

حولك أيضاً. علينا أن نتوقف عن المطالبة بكمال الناس طوال الوقت، ونبدأ فى الاستمتاع بالمسيح.

وفى نفس هذا المعنى، أراد بولس أن يقول يا رب، أقف أمامك وحياتى فوضي! فليس لى أعمال حسنة لأقدمها لك، ولا عندى سجل حافل بالإنجازات. ولكنى أؤمن بالمسيح، .

علينا أن نحيا هكذا كل يوم، فإن لم نفعل لن نتمتع بالسلام والرضي.

لن نقدر أن نستمتع بالحياة إن كان أساس حياتنا هو الأعمال الصالحة، لذلك علينا أن ندرك ونعترف بحاجتنا للاتكال على الرب.

ثلاث خطوات للاتكال على الرب

«اتكلْ (اعتمد، ثق) عَلَى الرَّبِّ وَافْعَلِ الْخَيْرَ. اسْكُنِ
الْأَرْضَ وَأَرْعَ الْأَمَانَةَ،

(مزمو ر ٣٧: ٣)

هناك ثلاث خطوات للوصول إلى مرحلة نتكل فيها على الرب بكل قلوبنا:

١ - الخطوة الأولى: هي أن نعرف الأمور التي لن نستطيع أن نعملها، ونقبل حقيقة أننا لن نحقق النجاح في حياتنا بالاتكال على الأعمال وإنما بالاتكال على الرب، شئنا أم لم نشأ. يقول كاتب المزمور «سَلِّمْ لِلرَّبِّ طَرِيقَكَ (ضع كل همك عليه) وَاتَّكِلْ عَلَيْهِ (اعتمد وثق) وَهُوَ يُجْرِي، (مزمور ٣٧: ٥).

٢ - الخطوة الثانية للاتكال على الرب هي أن تعرف من هو الله، إِنَّكَ قَدْ أَرَيْتَ لَتَعْلَمَ أَنَّ الرَّبَّ هُوَ الإِلَهُ. لَيْسَ آخَرَ سِوَاهُ، (تثنية ٤: ٣٥).

٣ - الخطوة الثالثة هي أن تعلم أنه كما هو الله هكذا أنت، لَنَا ثِقَةٌ.. لِأَنَّهُ كَمَا هُوَ فِي هَذَا الْعَالَمِ هَكَذَا نَحْنُ أَيْضًا، (١ يوحنا ٤: ١٧).

ليس بالخبز وحده

«وَتَتَذَكَّرُ كُلَّ الطَّرِيقِ الَّتِي فِيهَا سَارَ بِكَ الرَّبُّ إِلَهُكَ
هَذِهِ الْأَرْبَعِينَ سَنَةً فِي الْفَقْرِ، لِذَلِكَ وَجِزَّيْكَ، لِيَعْرِفَ
مَا فِي قَلْبِكَ أَتَحْفَظُ وَصَايَاهُ أَمْ لَا؟ فَاذْكَ وَأَجَاعَكَ
وَأَطْعَمَكَ الْمَنَ الَّذِي لَمْ تَكُنْ تَعْرِفُهُ وَلَا عَرَفَهُ آبَاؤُكَ،
لِيَعْلَمَكَ أَنَّهُ لَيْسَ بِالْخُبْزِ وَحْدَهُ يَحْيَا الْإِنْسَانُ، بَلْ بِكُلِّ
مَا يَخْرُجُ مِنْ فَمِ الرَّبِّ يَحْيَا الْإِنْسَانُ،

(تثنية ٨: ٢، ٣)

منذ سنوات اجتزت فى مجموعة من الظروف
المربكة والمحنة تخص خدمتى، ففى أيام كنت أتلقى
عدداً كبيراً من الخطابات والعطايا للخدمة، وفى أيام
أخرى كنت أذهب إلى صندوق البريد لأجد خطابين
أو ثلاثة فقط. فى أحد الاجتماعات كان عدد الحضور
كبيراً جداً وفى الاجتماع التالى يقل العدد إلى النصف.
وفى هذه الأوقات، كان إبليس يقول لى «لم يُعجب
الناس بوعظك فى الأسبوع الماضى، لذلك لم يأتوا
هذا الأسبوع».

تعرف على مصدر الثقة الحقيقي ١٥٣

لما كانت الظروف مواتية ومؤيدة لى بأنى أفعل الصواب، كانت مشاعرى مرتفعة وحالتى النفسية فى أفضل حال. ولما كانت الظروف تشير إلى عدم نجاح خدمتى، كانت مشاعرى وحالتى النفسية ليست على ما يرام. لقد نجح إبليس فى أن يجعلنى فى حالة نشاط مستمر، فكانت الخبرات الجيدة تشعرنى بالفخر، والظروف السيئة تهزمنى.

استمر الحال هكذا لسنوات، وكان زوجى يخبرنى طوال الوقت أن إبليس يهاجمنى بهذه الأمور، ولكنى لم أفهم، فقد كنت أرى المواقف بفكرى ولكنى لم أفهمها بقلبى.

وذات يوم بينما كنت أقود سيارتى فى المدينة التى كنا نساكن فيها قلت للرب: «لماذا يحدث كل هذا معى؟»، فقال لى روح الرب: «أنا أعلمك أن الإنسان لا يحيا بالخبز وحده، ولكن بكل كلمة تخرج من فم الرب».

كان الخبز هو مصدر العيش اليومى لبني إسرائيل، وكان أحد العوامل التى جعلتهم يواصلون نشاطهم اليومى . ولما كَلَّمَنِي الله عن الخبز أراد أن يقول: «أحاول أن أعلمك أنك لا تقدرين أن تعيشى بكل هذه الأمور التى تجعلك تواصلين نشاطك . عليك أن تطلبينى لأجل قوة متجددة لك كل يوم» .

وبعد أن خلَّص الرب بنى إسرائيل من عبوديتهم فى مصر، أبقاهم فى البرية أربعين عاماً لِيُعَلِّمَهُمْ هذا الدرس بالذات . لقد كانوا بطيئى الفهم حتى أنه يقول فى سفر التثنية ١: ٢ «أَحَدَ عَشَرَ يَوْمًا مِنْ حُورِيبَ عَلَى طَرِيقِ جَبَلِ سَعِيرَ إِلَى قَادِشَ بَرْنِيعَ» . إلا أن بنى إسرائيل عبروها فى ٤٠ سنة .

الله المخلص والحافظ

«فَأَخْرَجَهُمْ بِفِضَّةٍ وَذَهَبٍ، وَلَمْ يَكُنْ فِي أَسْبَاطِهِمْ عَائِتْرٌ»

(مزمور ١٠٥: ٣٧)

لما خرج بنو إسرائيل من مصر، كانوا شعباً مباركاً. لقد رأوا المعجزات والعظائم التي صنعها الرب مع فرعون. ولأن الرب كان معهم، خرجوا من أرض العبودية بخيرات وكنوز المصريين، وكانوا بصحة جيدة وعافية موفورة.

إلا أن الله أراد أن يعرفهم أنه هو الذي أخرجهم من أرض مصر. أراد أن يعلمهم أن يتكلموا عليه إن أرادوا أن ينجوا من المشاكل.

كنت أظن في الماضي أن عدد الحاضرين في الاجتماع يعتمد على مدى روعة عظتي. ولم أفهم حينئذ أن جويس ماير لم تكن الشيء الذي دفع الناس لحضور الاجتماع. كان على أن أتعلم أن الرب هو

١٥٦ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

الذى يرسلهم لحضور الاجتماعات. لقد استغرق هذا الأمر منى أربعين سنة تقريباً. وأتمنى أن توفر لك قراءتك هذا الكتاب بعض الوقت.

سر فرح الرب سلامه

«لَا تَقُولِ فِي قَلْبِكَ: قُوَّتِي وَقُدْرَةُ يَدَيَّ اصْطَنَعَتْ لِي هَذِهِ الثَّرْوَةَ»

(تثنية ٨: ١٧)

أعلم الآن أن فرحى يجب أن يكون فى الرب لا فى خدمتى، وأن سلامى يجب أن يكون فى الرب لا فى أعمالى.

صحيح أن هناك بعض الأمور فى حياتنا ليست من الرب، ولكن ثقب أن الرب سىستخدم كل الأشياء فى الحياة، سواء كانت صالحة أم طالحة، لىعلمنا أن نكل عليه.

أنا أعرف الآن أن الأعداد الكبيرة ليست نتيجة لمجهودى الذى أبذله، ولذلك أنهى عظمى دائماً بقولى:

«حسناً يا رب، ما سيحدث في الاجتماعات القادمة ملك يديك. لقد أحضرت كل هؤلاء الناس لهذا الاجتماع. فإن أردت، تريد أن تجعلهم يأتون مرة أخرى، وما على إلا أن أقف وأعظ بكل ما أوتيت من جهد ومعرفة مسلمة لك الجميع، .

إن أردت حقاً أن تحيا في سلام وأمان، يجب أن تتبنى هذا الفكر في حياتك: عليك أن تفعل كل شيء بأفضل ما أوتيت من قوة ومعرفة، وتترك النتائج للرب.

اسمح للرب أن يهز ويسقط كل الأمور الأرضية التي تلمسك بها وتعتقد أنها مصدر ثقة وقيمة وأمان بالنسبة لك. لماذا لا تسلم الرب كل هذه الأمور؟ لأنه لن يسكت حتى يُجرى طريقه في حياتك. ثق أن طريقه هي الأفضل دائماً.

١٥٨ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

خاتمة

من المهم جداً أن يكون لكل واحد فينا شعور إيجابي بقيمة ذواتنا حتى نشعر بالأمان في حقيقة كوننا في المسيح ونحب ذواتنا بالفعل . إننا نتعلم أن نحب ذواتنا عندما نعلم وندرك المحبة التي بها أحبنا الله .. وعندما نتأصل ونرسخ في هذه المحبة ، سيكون لنا سلام مع نفوسنا .

عشر خطوات لبناء الثقة

- إليك عشر خطوات تستطيع عن طريقها بناء ثقتك في ذاتك . أشجعك أن تكتبها في ورقة صغيرة وتضعها في مكان بحيث تراها وتقرأها كل يوم .
- ١ - لا تتحدث أبداً بسلبية عن نفسك
 - ٢ - افرح بكل ما هو إيجابي
 - ٣ - تجنّب المقارنة

١٦٠ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

- ٤- ركز على الإمكانيات الكامنة لا على حدود قدراتك
- ٥- مارس موهبتك
- ٦- تجاسر أن تكون مختلفاً
- ٧- تعلم كيف تتعامل مع النقد
- ٨- اعرف قيمة ذاتك
- ٩- ضع عيوبك وأخطاءك فى نصابها الصحيح
- ١٠- اكتشف مصدر الثقة الحقيقى

الجزء الثاني

آيات كتابية

١٦٢ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

آيات كتابية تتناول موضوع الثقة

«لَا خَوْفَ فِي الْمَحَبَّةِ، بَلِ الْمَحَبَّةُ الْكَامِلَةُ تَطْرَحُ
الْخَوْفَ إِلَى خَارِجٍ، لِأَنَّ الْخَوْفَ لَهُ عَذَابٌ، وَأَمَّا مَنْ
خَافَ فَلَمْ يَتَّكِمَلْ فِي الْمَحَبَّةِ،

(١ يوحنا ٤: ١٨)

يتلذذ إبليس بتعذيب الناس مستخدماً في ذلك طرقاً
عديدة، منها الشعور بعدم الأمان، ورفض الذات
وعقابها، وتكوين صورة سيئة عن الذات. والشعور
بعدم الأمان هو صورة أخرى لروح الخوف.

لذلك اقرأ الأجزاء الكتابية التالية التي أثق أنها
ستنقل لك محبة الله فيهرب منك كل شعور بعدم
الأمان.

«فاحفظوا واعملوا. لِأَنَّ ذَلِكَ حَكْمُكُمْ وَطُنَّتُكُمْ أَمَامَ
أَعْيُنِ الشُّعُوبِ الَّذِينَ يَسْمَعُونَ كُلَّ هَذِهِ الْفَرَائِضِ
فَيَقُولُونَ: هَذَا الشَّعْبُ الْعَظِيمُ إِنَّمَا هُوَ شَعْبٌ حَكِيمٌ وَفَطِنٌ.

٧لأنَّهُ أَيْ شَعْبٌ هُوَ عَظِيمٌ، لَهُ إِلَهَةٌ قَرِيبَةٌ مِنْهُ كَالرَّبِّ
إِلَهِنَا فِي كُلِّ أَدْعِيَتِنَا إِلَيْهِ؟

(تثنية ٤: ٦، ٧)

«وَتَطْمَئِنُّ لَأنَّهُ يُوجِدُ رَجَاءً. تَتَجَسَّسُ حَوْلَكَ
وَتَضْطَجِعُ أَمْنًا، وَتَرِيضُ وَلَيْسَ مَنْ يُزْعِجُ، وَتَتَضَرَّعُ
إِلَى وَجْهِكَ كَثِيرُونَ،

(أيوب ١١: ١٨، ١٩)

«تِيهَانِي رَاقِبَتَ. اجْعَلْ أَنْتَ دُمُوعِي فِي زِقِّكَ. أَمَا
هِيَ فِي سِفْرِكَ؟»

(مزمور ٥٦: ٨)

«لَأنَّهُ هَكَذَا أَحَبَّ اللَّهُ الْعَالَمَ حَتَّى بَذَلَ ابْنَهُ الْوَحِيدَ،
لِكَيْ لَا يَهْلِكَ كُلُّ مَنْ يُؤْمِنُ بِهِ، بَلْ تَكُونُ لَهُ الْحَيَاةُ
الْأَبَدِيَّةُ،

(يوحنا ٣: ١٦)

«لِيَحِلَّ الْمَسِيحُ بِالْإِيمَانِ فِي قُلُوبِكُمْ، وَأَنْتُمْ مُتَّصِلُونَ
وَمُتَّاسُونَ فِي الْمَحَبَّةِ، حَتَّى تَسْتَطِيعُوا أَنْ تَذْكُرُوا مَعَ

جميعَ الْفَدَّيْسِينَ مَا هُوَ الْعَرَضُ وَالطُّولُ وَالْعَمَقُ وَالْعُلُوُّ،
وَتَعْرِفُوا مَحَبَّةَ الْمَسِيحِ الْفَائِقَةَ الْمَعْرِفَةَ، لِكَيْ تَمَثَّلُوا إِلَى
كُلِّ مَلَأِ اللَّهِ،

(أفسس ٣: ١٧-١٩)

«لَأنَّ اللَّهَ لَمْ يُعْطِنَا رُوحَ الْفَشَلِ، بَلْ رُوحَ الْقُوَّةِ
وَالْمَحَبَّةِ وَالنُّصْحِ،

(٢ تيموثاوس ١: ٧)

«وَأَيْضاً: «أَنَا أَكُونُ مُتَوَكِّلاً عَلَيْهِ، . وَأَيْضاً: «هَذَا أَنَا
وَالْأَوْلَادُ الَّذِينَ أَعْطَانِيهِمُ اللَّهُ،

(عبرانيين ٢: ١٣)

«وَنَحْنُ قَدْ عَرَفْنَا وَصَدَقْنَا الْمَحَبَّةَ الَّتِي لِلَّهِ فِينَا. اللَّهُ
مَحَبَّةٌ، وَمَنْ يَثْبُتْ فِي الْمَحَبَّةِ يَثْبُتْ فِي اللَّهِ، وَاللَّهُ
فِيهِ،

(١ يوحنا ٤: ١٦)

«نَحْنُ نُحِبُّهُ لِأَنَّهُ هُوَ أَحَبُّنَا أَوْلَى،

(١ يوحنا ٤: ١٩)

صلاة لطلب الثقة

أيها الآب العظيم

لقد خلقتنى على صورتك ومثالك، لذلك يجب ألا يوجد بداخلى شعور بعدم الأمان، لأن أمانى ينبع منك. أنت برى وأنت سلامى.

يا رب، أتوب عن خوفى من الناس وعن الشعور بأنى دون المستوي. ساعدنى حتى أتوقف عن مقارنة نفسى بالآخرين. أعلى حتى أرى ذاتى كما ترانى أنت؛ كاملاً، وآمناً ومقدساً. ساعدنى لأتذكر أنى أقدر فى المسيح يسوع أن أهزم مشاعر عدم الأمان فأسلك واثقاً راسخاً فيك كل أيام حياتى.

فى اسم يسوع، آمين.

صلاة لإقامة علاقة شخصية بالرب

إن لم يكن قد سبق لك أن دعوت يسوع المسيح،
رئيس السلام، لكي يكون سيداً ومخلصاً لحياتك،
أدعوك الآن أن تفعل. صل معي الكلمات التالية، وثق
أنك ستختبر حياة جديدة في المسيح إن كنت مخلصاً
في طلبك.

أيها الآب السماوي،

هكذا أحببت العالم حتى أرسلت ابنك الوحيد ليموت
لأجل خطايي، حتى أن كل من يؤمن به لا يهلك بل
تكون له حياة أبدية.

تقول كلمتك إننا نخلص بالنعمة بالإيمان الذي هو
عطية مجانية منك. أعتزف أن أعمالي لا يمكن أن
تخلصني.

١٦٨ ساعدنى - أنا أشعر بعدم الأمان

أؤمن وأعترف بعمى أن المسيح هو ابن الله وأنه
مُخَلَّص العالم. أؤمن أيضاً أنه مات على الصليب
لأجلى، ليحمل خطاياى ويدفع الثمن نيابة عني.
وأؤمن فى قلبى أنك أقمته من الأموات.

أسألك أن تغفر خطاياى. واعترف أن المسيح هو
ربى وسيدى. وبالاتكال على نعمتك قد خلصت
وسأكون معك فى الأبدية. أشكرك أيها الآب لأجل
كل ما صنعت لأجلى. فى اسم يسوع المسيح. آمين.

اقرأ: يوحنا ١٦: ٣ وأفسس ٨: ٢، ٩
ورومية ٩: ١٠، ١٠ و١ كورنثوس ١٥: ٣، ٤
و١ يوحنا ١: ٩؛ ٤: ١٤-١٦؛ ٥: ١، ١٢، ١٣.

المحتويات	صفحة
مقدمة	٧
الجزء الأول: أنت شخص مقبول	١٥
١- ابتعد عن السلبية	١٧
٢- ابتهج بكل ما هو إيجابي	٣٧
٣- تجنب المقارنة	٥١
٤- ركز على الإمكانيات الكامنة لا على محدوديتك	٦٣
٥- مارس موهبتك	٧٩
٦- تجاسر أن تكون مختلفاً	٩٥
٧- تعلم كيف تتعامل مع النقد	١١٧
٨- اعرف قيمة نفسك	١٢٣
٩- ضع عيوبك في نصابها الصحيح	١٣٣
١٠- تعرّف على مصدر الثقة الحقيقي	١٣٩
الجزء الثاني- آيات كتابية تتناول موضوع الثقة صلاة	١٦١
لطالب الثقة	١٦٦
لإقامة علاقة شخصية بالرب	١٦٧