

# تأملات وخبرات روحية

(الكتاب السادس)

“يا رب ماذا تريد أن أفعل؟”

أسامة كرم إمام مسيحي

## الإهداء

إلى أبي الذي علمني الكرم  
وعلمني التسامح والغفران فجنبني الألم  
وأوصاني بالكنيسة وأنت العائلة لا تنقسم  
علمني أن التجارة مع الرب حكمة الحكيم  
وإن عبادة المال لا تفيد مثلها مثل عبادة الصنم  
والذي يسير على وصايا الرب لا يذوق الندم  
دمت لي يا أبي يا أبو الكرم.

فليطبع

† المطران مارون اللحام

٢٤ حزيران ٢٠١٧

ميلاد القديس يوحنا المعمدان

LPPRESS  
JERUSALEM

مطبعة البطريركية اللاتينية - القدس

بيت جالا ٢٠١٧

(يوزع مجاناً)

صدر من هذه السلسلة:

- ١) كيف تصل إلى الملكوت؟ - الطبعة الأولى ٢٠١٢
- كيف تصل إلى الملكوت؟ - الطبعة الثانية ٢٠١٣
- ٢) كيف نعيش حياة السماء على الأرض؟ - ٢٠١٣
- كيف نعيش حياة السماء على الأرض؟ الطبعة الثانية ٢٠١٧
- ٣) «إلى من نذهب يا رب وعندك كلام الحياة الأبدية؟» - ٢٠١٤
- ٤) «من كان منكم بلا خطيئة، فليكن أول من يرميها بحجر!» - ٢٠١٥
- ٥) «ماذا ينفع الإنسان لو ربح العالم كله وخسر نفسه؟» - ٢٠١٦
- ٦) «يا رب ماذا تريد أن أفعل؟» - ٢٠١٧

## مقدمة

«من له يُعطى ويُزاد». هذه هي حالة السيد أسامة إسميح، وكتابات الروحية التي أصبحت موجودة في معظم بيوتنا المسيحية. ها نحن أمام كتاب آخر. لكل كتاب ميزته الخاصة، ولكل كاتب ميزته الخاصة أيضاً. وميزة السيد أسامة إسميح انه يكتب من القلب. يكتب انطلاقاً من حياته كعلماني يعيش وسط العالم، عالم المال والعلاقات الاجتماعية المعقدة. لذا نراه يتكلم عن علاقاته مع الآخرين، يتكلم عن حياته العائلية، يتكلم عن تربية أولاده، يتكلم عن حياته الخاصة وحتى عن نقاط ضعفه الشخصية، ويضع كل ذلك في فلك علاقة متينة مع الله. من هنا نفهم انه يتكلم عن محبته لله وثقته به التي توّهله لأن يكون في نفس الوقت رجل أعمال ورجل كنيسة وصلاة.

## مقدمة الكاتب

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟» (أعمال الرسل ٩: ٦).

كلم الرب يسوع شاوول (بولس الرسول) وهو في الطريق إلى دمشق، حيث كان ذاهباً لكي يسوق تلاميذ الرب موثقين إلى أورشليم حتى يُعذبوا و/أو يُقتلوا. ولم يكن شاوول قد اهتدى إلى المسيح بعد.

قال له الرب: «شاوول، شاوول لماذا تضطهدني؟»

فقال شاوول: «من أنت يا سيد؟»

قال الرب: «أنا يسوع الذي انت تضطهده، صعب عليك أن ترفض المهماز».

فقال شاوول وهو مرتعد: «يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

مالنا إلا أن نشكر الله على أشخاص في الأردن يتمتعون بعمق الإيمان هذا، ويضعون خبرتهم الروحية بصدق وعفوية بين يدي الآخرين. أليس هذا هو تعريف رسالة العلماني في الكنيسة؟

† المطران مارون اللحام  
عمان في ٢٠١٧/٥/٧

لمست هذه العبارة قلبي بطريقة عجيبة، وأحسست أن علي أنا أن أسأل الرب  
هذ السؤال: «يا رب ماذا تريد أن أفعل؟». لكن هل أنا جاهز لكي أنفذ مشيئة  
الرب؟ هل أجروء فعلاً أن أسأله صراحة وأن أفعل ما يقوله لي؟

اعتقد انه ستأتي لكل واحد منا اللحظة التي سيشعر فيها انه كان عليه أن  
يبحث عن مشيئة الله في حياته... قد يحاول الهروب من لحظة الصراحة هذه خوفاً  
من الإلتزامات التي يتوقع انها ستلقى على عاتقه في حال سأل الرب هذا السؤال.

يعلم الرب خفايا قلب كل واحد منا ويعلم استعدادنا ورغبتنا وقدرتنا على  
عمل مشيئته، والتي لن يقوم بطلبها منا بل يتركها للارادة الحرة الطليقة، لكل انسان  
حسب رغبته.

(ح)

وكلما نضجنا روحياً واقتربنا من معرفة الرب، نعلم ان سر السعادة الابدية  
والحياة مع الرب تعتمد على مدى تقارب مشيئتنا مع مشيئة الرب، من خير وصلاح  
ومحبة. وان رغبة الرب «ان الجميع يخلصون وإلى معرفة الحق يُقبلون» (١ تيموثاوس ٢: ٤).

وأنهاي مقدمتي بالتساؤل:

هل تجروء أيها القارئ على سؤال الرب «يا رب ماذا تريدني أن أفعل؟».

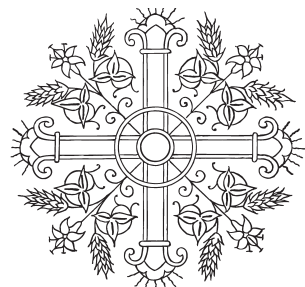
«صلوا لأجلي»

أسامة إمام

(ط)

## إعمل الصّح

جميعنا نعرّف الصّح من الخطأ. والصّح معناه أن نكتفي بما لدينا وما رزقنا الله وما جنته أيدينا من تعب وجهد، أي أن نكتفي بالأقل من الحلال ولا نسعى إلى الأكثر من الحرام. إذا عملت الصّح سترضى عن ذاتك وستكون فخوراً بنفسك وسيرضى عنك الرب وأبواك وعائلتك وكل من حولك، وستنام قرير العين ومرتاح الضمير وتربح السماء. وبعكس ذلك ستذوق الأمرين على الأرض والسماء «فيخرج الذين فعلوا الصالحات إلى قيامة الحياة والذين عملوا السيّات إلى قيامة الدينونة» (يوحنا ٥ : ٢٩).



## الصراع بين الخير والشر

يُحارب الشيطانُ وأعوانه المؤمنينَ والقديسين، ولا يحارب المجرمين والقتلة والسفاحين وأبناء الظلمة فهم أعوانه. يُحارب الشيطان مخطط الله لخلاص البشر لكن حاشا ان يجروا ان يحارب الله خالق الكون وخالقه، فالله كلي القدرة. وخلق الملائكة ومنهم الملاك الساقط (لوسفير) وأعوانه الذين سقطوا بتكبرهم وإرادتهم الحرة.

الله يستطيع تدمير كل مملكة الشيطان وأعوانه بكلمة منه، لكنه يترك ذلك ليوم الحصاد (يوم الدينونة) لكي لا يقتلع القمح مع الزوان: «لئلا تقلعوا الحنطة مع الزوان وأنتم تجمعونه» (متى ١٣ : ٢٩). عندما نطلب قوة من الله لمحاربة الشيطان، فهو يمنحنا إياها.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

والصراع بين الخير والشر ليس صراعاً بين الله والشيطان بل صراع بين البشر ذوي الإرادة الصالحة وبين البشر ذوي الإرادة الشريرة. وبين الملائكة والشياطين. أما الله فله كلمة الفصل متى شاء بحكمته.

تأملات وخبرات روحية

## الصراع بين الشيطان والمؤمنين

هو صراع بين شهوات الإنسان اللاخلاقية والمرفوضة من جهة وبين ما هو أخلاقي وحق وعدل من جهة أخرى. وهذا الصراع موجود داخل كل إنسان. فالشهوة محبوبة وتُشعر الإنسان بالفرح المؤقت المتقطع، والحق والعدل محبوبان ويُشعران الإنسان بالفرح العميق الدائم. يُذكي الشيطان نار الشر لكي يجذب نفوس البشر إلى مصيره الأبدي المظلم، فهو يعلم أن وقته في اغواء البشر قصير، وأنه سيُربط للأبد في يوم الدينونة «وإبليس الذي كان يضلّهم طرح في بحيرة النار والكبريت حيث الوحش والنبي الكذاب وسيعذبون نهاراً وليلاً إلى أبد الأبدين» (رؤيا يوحنا ٢٠ : ١٠) الشاطر هو الذي يهرب من التفاحة المحرّمة.

## السياج الروحي

أثناء تجولي في مزرعتنا، شاهدت السياج المحكم وكلاب الحراسة. لكن تفاجأت بوجود حفرة في الأرض تصل ما بين مزرعتنا والمزرعة المجاورة لنا. سألت عنها المزارعين المسؤولين عن المزرعة فأجابوني: «ان كلاب المزارع الأخرى حفرتها لتدخل مزرعتنا وبقية المزارع فتهاجم كلابنا وتسرق الدجاج». وهكذا في حياتنا الروحية علينا إحكام سياج فكرنا ونفسنا لكي لا يخترقها عدو الخير من أي ثغرة، ويعيث بها خراباً فحروبننا ليست مع بشر بل مع أرواح: «فإن مصارعتنا ليست مع دم ولحم بل مع الرؤساء مع السلاطين مع ولاة العالم على ظلمة هذا الدهر مع اجناد الشر الروحية في السماويات» (افسس ٦ : ١٢).



## «البيت والثروة ميراث من الآباء.»

أما الزوجة المتعقلة فمن عند الرب» (الأمثال ١٩ : ١٤)

هذه الآية الجميلة اعجبتني لمعانيها العميقة فكتبتها على بطاقة عرسي قبل خمسة وعشرين عاماً، لأبرر لذاتي قبولي للبيت الذي بنيته على نفقة والدي، ولأبرر قبولي المال الذي كنت أجنيه وأنا أعمل مع والدي. وأيضاً لأشكر الرب على اختياره زوجة صالحة لي. عطاء الآباء لأبنائهم أثناء حياتهم هو فيض محبة وفعل تلقائي بشري عام. أما الورثة بعد عمرٍ طويل فهو سنة الحياة ووصية من الرب.

## «من استعجل شيئاً قبل أوانه عُوقب منه بحرمانه»

(نص في قانون العقوبات)

طالَبَ الإبن الضال بميراثه من أبيه والذي وافق بمحبة وحكمة منه واعطاه إياه، مع انه لا يحق له ذلك لا شرعاً ولا قانوناً، حتى ان القانون في عصرنا الحالي يُجرم ويعاقب من استعجل ميراثه (بالاعتداء على والديه مثلاً ليرثهم) بحرمانه من الميراث بالاضافة إلى العقوبات الجزائية المفروضة قانوناً. ان بُخل الأب أحياناً يدفع الأبناء إلى الخطأ. إن التربية الصحيحة والعطاء المتوازن والمحبة الحكيمة تحفظ الابناء من الزلل «وأنتم أيها الآباء، لا تغيظوا أبناءكم، بل ربوهم بتأديب الرب ونصحه» (افسس ٦ : ٤).

## يقول المثل: « لا تحاسب وريثك »

أي لا تبخل عليه حيث أن مستقبله أن يرث مالك... وإذا دقت عليه كثيراً ببخلك سوف يُبذر كل وراثته كرد فعل نفسي نابع من الحرمان. « لم يكن أحد يقول إن شيئاً من أمواله له، بل كان عندهم كل شيء مشتركاً، «و لم يكن فيهم أحد محتاجاً وكان يوزع على كل أحد، كما يكون له احتياج» (أعمال الرسل ٤: ٣٥: ٣٢) هذا كان الحال بين المؤمنين حيث كان كل شيء مشتركاً بينهم فكم بالحري الحال بين الأب وأبنائه.

## ورثة البنات

«و لم توجد نساء في الحُسن كبنات أيوب في الأرض كلها. وأعطاهن أبوهن ميراثاً بين إخوتهن» (أيوب ٤٢ : ١٥) لكل دين وحضارة فلسفة مختلفة في توريث البنات بالنسبة للاولاد، وذلك لأن البنت تتزوج فتحمل اسم عائلة أخرى هي وأبنائها، كما ان زوجها يكون صاحب دخل أيضاً، لكن كل ذلك لا يجب أن يحول دون معاملة البنات والابناء بعدالة لكي لا نُعثر بناتنا. وكل ذلك بحكمة ومحبة، وقد تختلف الظروف بين عائلة وأخرى ومجتمع وآخر مما يستدعي معاملة مختلفة. كان ميراث الرب يسوع لنا ميراثاً روحياً وليس مادياً، ميراثاً يدعو إلى المحبة والأعمال الصالحة وبذل الذات.

## الوفا

إبن الوفا يعيش العمر مديون للمعروف  
والشبعان من ايد ملانه يشكر الله  
حتى لو صاحبه جافاه،  
حتى لو الجوع ناداه.

«طُوبَى لِكُلِّ مَنْ يَتَّقِي الرَّبَّ، وَيَسْلُكُ فِي طُرُقِهِ.

لَأَنَّكَ تَأْكُلُ تَعَبَ يَدَيْكَ، طُوبَاكَ وَخَيْرٌ لَكَ» (سفر المزامير ١٢٨: ١، ٢).

## التوبة

إللي بمشي مع الرب بنورله ولو أظلمت دنياه...  
والخاطيء اذا اهمل التوبة بصرخ آخر العمر واسفاه

«تُبِّ مِنْ شَرِّكَ هَذَا، وَاطْلُبْ إِلَى اللَّهِ عَسَى أَنْ يُغْفَرَ لَكَ فِكْرُ قَلْبِكَ» (أعمال الرسل ٨: ٢٢).

## الجميع يبحث عن الله... ولكن...

في العهد القديم سار الله اربعين سنة مع شعبه في سيناء، بعدما اخرجه من مصر وعبودية فرعون، بمعجزات شتى. كان الشعب يرى حضور الله بكل وضوح في عمود النار، والسحاب، والمن، ونبع المياه، والمعجزات كلها. وبالرغم من ذلك إستغل الشعب غياب موسى لاحضار الوصايا العشر من الجبل، وعبدوا الاوثان، ورجعوا لشهواتهم ومجونهم... في القرن الواحد والعشرين يتشوق الناس إلى المعجزات ورؤية الله واعماله وجهاً لوجه... لكن تجربة الله مع شعبه قديماً كانت كافية للحكم على البشر. انه حتى لو نزل الله شخصياً ستبقى ارادة البشر كما هي، مع تأثر بسيط لحظي. لا تطلب أن ترى الله امامك في كل حين بالعيان... بل عليك

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

أن تراه بعيون الايمان، وذلك أفضل لخلاصك. «فقال الرب لموسى: هلم إنزل، فقد فسد شعبك الذي أصعدته من أرض مصر، فسرعان ما حادوا عن الطريق الذي أمرتهم به، وصنعوا لأنفسهم عجلاً مسبوكة، فسجدوا له وذبحوا له وقالوا: هذه آلهتك، يا إسرائيل، التي أصعدتك من أرض مصر» (الخروج ٣٢: ٨).

تأملات وخبرات روحية

## الأسلوب والمحبة

«كثيراً ما نرفض فكرة ما لمجرد ان النبوة التي قيلت بها تثير النفور» (فريدريش نيتشه) إذا احببت الانسان لأجل انسانيته، ولأجل ضعفه قبل قوته، وتفهمت اخطاءه وهفواته، تستطيع ان تعيش بفرح وسلام. «إِنْ أَطَعَمْتُ كُلَّ أَمْوَالِي، وَإِنْ سَلَّمْتُ جَسَدِي حَتَّى أَحْتَرِقَ، وَلَكِنْ لَيْسَ لِي مَحَبَّةٌ، فَلَا أُنْتَفَعُ شَيْئًا» (١كورنثوس ١٣: ٣).

## أجدادنا الأولون

في زيارة لمدينة السلط... عرفت عن كنيسة سارة الأثرية ويرجع بناؤها إلى سنة ٦٤٢ ميلادي كما توجد كنائس أثرية قديمة جداً في الأردن: في العقبة والمفرق والمغطس ومادبا... تعود إلى القرن الأول والثاني الميلاديين. هذا الإرث التاريخي الأثري ينقل لنا إيمان أجدادنا الذين عاشوا على هذه الأرض منذ ألفي سنة، والذين حافظوا على الإيمان لنا وللأجيال القادمة... كل هذه الكنائس القديمة تشهد لرسالة المسيح بالبراهين القاطعة، وتشهد لحضوره على الأرض وفي بلادنا وتشهد لكل حياته وصلبه وقيامته. لنحافظ على إيماننا وكنائسنا. «بَيْتِكَ تَلِيْقُ الْقَدَاسَةُ يَا رَبُّ إِلَى طُولِ الْأَيَّامِ» (الزماير ٩٣: ٥).

## غلطة واحدة تكفي

كان لي زميل مليونير وصاحب شركة كبيرة تحقّق أرباحاً ممتازة. قام هذا الزميل بخطأ واحد فادح أدى إلى خسارته لشركته وأمواله، وفي النهاية دخل السجن. كذلك غلطة واحدة أحياناً قد تؤذي للسجن، أو خسارة علاقة زوجية، أو صداقة قديمة، كما أن خطيئة واحدة ثقيلة وعن قصد تكفي للانفصال عن محبة الرب. الحل يكمن في الانتباه لعدم الوقوع في الخطأ والاسراع في إصلاح الخطأ إن حصل، وفي التوبة الحقيقية. أضمن لك غفران الله، أما البشر فعليك أن تحاول. «هَلُمَّ نَرْجِعْ إِلَى الرَّبِّ لِأَنَّهُ هُوَ افْتَرَسَ فَيَشْفِينَا، ضَرْبَ فَيَجْبِرُنَا» (سفر هوشع ٦: ١).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## راع شعور الآخرين

لا تتحدث عن أبنائك أمام المحرووم من الأطفال، لا تتحدى بقوتك الإنسان الضعيف، لا تتباهى بمالك أمام المحتاج، «لأن كل أمر يفتخر به الإنسان يسمح الله بتغييره ليتواضع الإنسان» (من اقوال القديس إسحق السرياني).

تأملات وخبرات روحية

## الفداء

يضحي الأب والأم بكل ما يملكان من مال وجهد من أجل راحة أبنائهما، بل ويدافع الأب عن أبنائه في الحرب حتى الموت... هذا هو أقرب تشبيه للآب السماوي الذي يملك تضحية الأب ومحبة الأم وعطاءها في ذات الوقت، ولذا ضحى ابن الله بحياته وتآلم من أجل أبنائه الروحيين... كل ما تحتاجه هو أن تؤمن بفداء ابن الله وتعمل بكلامه لكي تخلص. «أَنَا هُوَ الرَّاعِي الصَّالِحُ، وَالرَّاعِي الصَّالِحُ يَبْذُلُ نَفْسَهُ عَنِ الْخِرَافِ» (يوحنا ١٠: ١١).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الصلاة تفيدنا نحن

لا ينتظر الأبوان أي شكر أو مديح أو مقابل من أبنائهما على رعايتهما لهم، لكنهما يعلمان أبناءهما الشكر. كذلك الآب السماوي فهو ليس بحاجة إلى شكرنا أو إلى صلاتنا أو إلى صومنا أو إلى تسيبنا أو تمجيدنا له فهو كامل وواجب الوجود ولا ينقص ولا يزيد بهم. لكن شكرنا وصلاتنا يقربانا من مصدر النعم والبركات وينقياننا. كذلك تسيبنا وصومنا ومحبتنا له تُشركنا في دائرة الحب الالهي فننهل من السلام الذي يفوق كل وصف. «سَلَامًا أَتْرُكُ لَكُمْ. سَلَامِي أُعْطِيكُمْ. لَيْسَ كَمَا يُعْطِي الْعَالَمُ أُعْطِيكُمْ أَنَا. لَا تَضْطَرُّ قُلُوبُكُمْ وَلَا تَرْهَبُ» (يوحنا ١٤: ٢٧).

تأملات وخبرات روحية

## الإيمان حجر الأساس في استجابة الرب

«قال له يسوع اذهب. إيمانك قد شفاك» (مرقس ١٠: ٥٢) «إِنْ كُنْتَ تَسْتَطِيعُ أَنْ تُؤْمِنَ. كُلُّ شَيْءٍ مُسْتَطَاعٌ لِلْمُؤْمِنِ» (مرقس ٩: ٢٣) «فَأَجَابَ يَسُوعُ وَقَالَ لَهُمْ: «لِيَكُنْ لَكُمْ إِيمَانٌ بِاللَّهِ. لِأَنِّي الْحَقُّ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ مَنْ قَالَ لِهَذَا الْجَبَلِ: انْتَقِلْ وَانْطَرِحْ فِي الْبَحْرِ! وَلَا يَشُكُّ فِي قَلْبِهِ، بَلْ يُؤْمِنُ أَنَّ مَا يَقُولُهُ يَكُونُ، فَمَهْمَا قَالَ يَكُونُ لَهُ» (مرقس ١١: ٢٢-٢٣) «وَأَيْمَانًا إِنْ كَانَ أَحَدُكُمْ تُعَوِّزُهُ حِكْمَةٌ، فَلْيَطْلُبْ مِنَ اللَّهِ الَّذِي يُعْطِي الْجَمِيعَ بِسَخَاءٍ وَلَا يُعَيِّرُ، فَسَيُعْطَى لَهُ. وَلَكِنْ لِيَطْلُبْ بِإِيمَانٍ غَيْرِ مُرْتَابٍ الْبَتَّةَ، لِأَنَّ الْمُرْتَابَ يُشْبِهُ مَوْجًا مِنَ الْبَحْرِ تَخْبِطُهُ الرِّيحُ وَتَدْفَعُهُ» (يعقوب ١: ٥-٦).

## السخرية من الآخرين

كنت أستمع بالسخرية من الآخرين، فأتناول جوانب الضعف في شخصيتهم وأتغامز عليها، وأمازح الشخص أمام الموجودين ظاناً أن ضحك الشخص يعني استمتاعه بنكتي ومزاحي، لكن عندما تجرأ أحدهم مؤخراً ومازحني بذات أسلوب بي شعرت بالانزعاج، ولأول مرة شاركت الضحايا شعورهم... ووعدت نفسي أن أتوقف عن هذه العادة السيئة. وتذكرت المزمور الأول: «طوبى للرجل الذي لم يسلك في مشورة الأشرار، وفي طريق الخطاة لم يقف، وفي مجلس المستهزئين لم يجلس» (المزمير ١: ١).



## محبة الآب السماوي أعظم

بما أن الله رزقني ستة أطفال، فمن الصعب أحياناً أن أُلبي كافة طلباتهم، خاصة اذا جاءت في ذات الوقت، فأحدهم يريد غرفة خاصة به، والآخر ان يقضي النهار معي وحده فقط دون إخوته، والآخر يريد أن أساعده في مشروعه التجاري و... و... وبالأمس أجبت إبني الخامس لإحدى طلباته بصعوبة وكم شعرت بالسعادة لرؤيته وهو يقفز فرحاً.

إذا كان الأب الأرضي يحاول كل جهده ويفرح عند تلبية طلبات أبنائه فكم بالبحري الآب السماوي ذو المحبة المطلقة والذي يستطيع بكل سهولة أن يلبي جميع احتياجات أبنائه بكلمة منه... لكنه يلبي فقط ما هو لخيرنا والأفضل

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

لخلاصنا، وقد لا نستطيع في معظم الاحيان أن نفهم حكمته. «إن الذي لم يضمن بابنه نفسه، بل أسلمه إلى الموت من أجلنا جميعاً، كيف لا يهب لنا معه كل شيء؟» (رومية ٨ : ٣٢).

تأملات وخبرات روحية

## « ما بتكبر إلا المزبلة » (مثل شعبي)

ما تكبر على الرزقة ما تكبر على أهلك اللي ربوك ما تكبر على رفاق الصبا ما تكبر على اللي علمك ودرسك دروس الحياة ما تكبر على أي حدا حتى لو صرت مشهور أو مليونير ما تكبر... في مثلك وأكبر النعمة ما بتضل مع المتكبر» إن الله يكابر المتكبرين وينعم على المتواضعين» (يعقوب ٤: ٦).

## إبتعد عن الماء تسلم من البلل

من يفتح شاور الماء ويقف تحته، لا بد أن يتبلل... ومن يسمح لعقله بالاسترسال بالتفكير في الأفكار الخاطئة والأفكار السلبية لا بد أنه سيتبلل أو حتى يغرق بالخطيئة والأفكار الهدامة. من الأسهل تسكير الطريق على الأفكار منذ بدايتها... الاستغراق في التفكير هو غذاء لمضمون ما تفكر به. اقطع عنه الغذاء. تسلم بالفكر والروح والفعل وتكسب خلاصك «مِنَ الْخَطَايَا الْمُسْتَتِرَةِ أَبْرَثْنِي» (المزمير ١٩: ١٢).

## لماذا لم يتدخل الرب يسوع لإخلاء سبيل يوحنا المعمدان من السجن؟

كانت رسالة المسيح في تجسده على الأرض رسالة روحية رسالة سلام ومحبة. لم يأت ليهدم حكم الرومان أو حكم هيرودس الأرضي بل ترك هيرودس لحرية إرادته وليتحمل ثمن قراره.

أما يوحنا فقد أدى شهادته بأمانة ونال أعظم إكليل مجد لأعظم شهيد للحق وللمسيح. وفي النهاية كانت رسالة الفداء والخلاص ستتم في المسيح ابن الله المتجسد النور الدائم. وانتهى دور رسالة يوحنا بتمهيد الطريق للرب يسوع حيث قال يوحنا المعمدان «لَا بُدَّ لَهُ مِنْ أَنْ يَكْبُرَ. وَلَا بُدَّ لِي مِنْ أَنْ أَصْغُرَ». (يوحنا ٣: ٣٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

تأملات وخبرات روحية

وقال أيضاً: «من كانت له العروس فهو العريس. وأما صديق العريس الذي يقف يستمع إليه فإنه يفرح أشد الفرح لصوت العريس. فهوذا فرحي قد تم» (يوحنا ٣: ٢٩).

## يوحنا المعمدان والمسيح

هل شك يوحنا المعمدان في السيد المسيح عندما أرسل تلميذه وهو في السجن ليسألاً يسوع «أنت هو الآتي أم ننتظر آخر» (لوقا ٧ : ١٩)؟ لقد كان هدف يوحنا من السؤال أن يرشد تلميذه على المسيح ليتبعه، لأنه يعلم أن دوره انتهى وأنه جاء فقط ليعد الطريق للمسيح: «أنا صوتٌ مُنادٍ في البرية أعدوا طريق الرب. إصنعوا سبله مستقيمة» (متى ٣ : ٣) وقد يكون ضِعْفٌ كإنسان وأراد ان يُذكر الرب بطريقه غير مباشرة إنه لا يزال مسجوناً ومعرضاً للموت ويتسأل هل مشيئة الرب أن يخلصه؟ إن شهادة يوحنا ان يسوع هو المسيح ابن الله اقوى دليل على عدم شكه فقد قال: «رأيت الروح ينزل من السماء كأنه حمامة فيستقر عليه. أنا لم أكن أعرفه، ولكن

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

الذي أرسلني أعمد في الماء هو قال لي: إن الذي ترى الروح ينزل فيستقر عليه، هو ذاك الذي يعمد في الروح القدس. وأنا رأيت وشهدت أنه هو ابن الله» (يوحنا ١ : ٣٢). ولا ننسى أن يوحنا المعمدان يعرف المسيح جيداً فهو من اقربائه حيث أن العذراء ساعدت أمه اليصابات أثناء حملها به.

تأملات وخبرات روحية

## شجرة معرفة الخير والشر

لم يعلم آدم انه أخطأ إلا بعد أن أكل من شجرة معرفة الخير والشر واختبأ من الله بسبب خجله مما فعله... وكل البشر الآن حُرِّيو الارادة في اختيار فعل الخير او الشر، والله يحترم ارادة الانسان ولا يجبره على أيهما، لكنه يسعى ويريد خلاص الانسان من حيث أننا أبناؤه. «فإنه يريد أن يخلص جميع الناس ويبلغوا إلى معرفة الحق» (١ تيموثاوس ٢ : ٤).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

٣٠

## الخطيئة

«كفعل بمعناه الكامل الخطيئة الثقيلة هي قرار جذري حر وجودي يذهب ضد إرادة الله كما تبدو في إطار النظام الطبيعي وفي الكلمة الموحاة. وهي تتطلب المعرفة الكاملة والحرية والمادة الثقيلة وضعياً» (معجم اللاهوت الكاثوليكي)، وهي مخالفة وصايا الناموس والشريعة المذكورة في العهد القديم والعهد الجديد، ولم يستطع أي إنسان أن يعيش دون أن يخطئ ما عدا الرب يسوع. «إن الصديق يسقط سبع مرات ويقوم، أما الأشرار فيعثرون بالشر» (الأمثال ٢٤ : ١٦).

تأملات وخبرات روحية

٣١

## لا يقدر الإنسان ان يُخلّص نفسه

عَرَفَ الانسان معنى الخطيئة من الناموس والشرائع السماوية، وزرع الله في الإنسان ضميراً ليقوده لمعرفة الخير والشر، ولكن لم يستطع الإنسان بطبيعته البشرية أن يلتزم في الخير والنور ويتعد عن الخطأ، لذلك عمل الله مخططه لخلاص الإنسان، وتم ذلك بفداء المسيح. «فإذا كان البر ينال بالشريعة، فالمسيح إذا قد مات سدى» (غلاطية ٢ : ٢١).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الخطيئة أهون من الكبرياء

فعل الخطيئة يُولد الشعور بالالتضاع والندم لدى الانسان، وهذا الشعور يساعد في خلاص الانسان أكثر من الشعور بالكبرياء الذي يتولد لدى الإنسان البار في عيني نفسه. «صعد رجلان إلى الهيكل ليصليا، أحدهما فريسي والآخر عشار فانتصب الفريسي قائماً يصلي فيقول في نفسه: اللهم، شكراً لك لأني لست كسائر الناس السراقين الظالمين الفاسقين، ولا مثل هذا العشار إني أصوم مرتين في الأسبوع، وأؤدي عشر كل ما أقتني. أما العشار فوقف بعيداً لا يريد حتى أن يرفع عينيه نحو السماء، بل كان يقرع صدره ويقول: اللهم ارحمني أنا الخاطيء أقول لكم إن هذا نزل إلى بيته مبروراً وأما ذاك فلا» (لوقا ١٨ : ١٣).

تأملات وخبرات روحية

## إندم ولا تيأس

فعل الخطيئة يؤدي للشعور بالندم والحزن لكن عدو الخير يستغل شعورنا بالندم كي يدخلنا في اليأس من رحمة الله ويقودنا إلى الإكتئاب النفسي ويزرع فينا بذور الشك، وعدم جدوى الذهاب إلى الكنيسة والصلاة ما دام نحن خطأة. لكن الكنيسة تُعلمنا أن لا نستسلم لليأس. وحسب قول الرب «لم آت لأدعو أبراراً بل خطأة إلى التوبة» (متى ٩ : ١٣) «لا يحتاج الأصحاء إلى طبيب بل المرضى» (متى ٩ : ١٢) لذلك أوجد لنا الرب سر الندامة والاعتراف: «إن اعترفنا بخطايانا فهو أمين وعادل حتى يغفر لنا خطايانا ويطهرنا من كل اثم» (١ يوحنا ١ : ٩).

## «نحن نعلم أن كل الأشياء تعمل معاً

لخير الذين يحبون الله» (رومية ٨ : ٢٨)

يحوّل الرب الشر إلى خير ليساعدنا على الخلاص، حتى انه يستخدم وقوعنا في الخطيئة لخلاصنا كي نتعلم الاتضاع والندم ونحارب ونجاهد مراراً و تكراراً ضد السقوط مرة اخرى، فيهبنا الرب اكليل النصر واكليل المجد، ويعطينا أسلحة الايمان والصلاة والصوم والأسرار المقدسة لتساعدنا على الإنتصار.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## براءة

«اذ لا شيء من الدينونة الآن على الذين هم في المسيح يسوع السالكين ليس حسب الجسد بل حسب الروح» (رومية ٨ : ١) إن سرنا بحياتنا حسب الروح القدس الساكن في قلوبنا بالمعمودية والتناول، أي بالمحبة والأعمال الصالحة النابعين من الإيمان بفداء الرب يسوع المسيح لنا، نكون قد ربحنا الملكوت... أهرب من إغراءات الجسد التي تدعو للخطيئة... وجاهد وحارب الخطيئة بكل ما أوتيت من قوة بالصلاة والصوم... والرب سيعينك.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الأمهات المخفيات

يوجد أمهات اختارن التخلي عن الأمومة البيولوجية لأطفال من رَحْمهن لكي يكون أمهات روحيات لابناء تخلت عنهم أمهاتهم، او تخلت عنهم الدنيا... وهؤلاء هن الراهبات... ويُذكرني يوم الأم بالأم تيريزا التي أنشأت دوراً للأيتام والمبوذنين من أهاليهم على جوانب الطرقات. ويُذكرني بعمتي الراهبة التي أمضت عمرها أما لكل من خدمتهم برسالتها من أطفال وبالغين. الراهبات أمهات تخلين عن أنانية الأمومة الخاصة من أجل الأمومة الروحية. «أن تكون العجائز كذلك في سيرة تليق بالقديسات، غير نمامات ولا مدمنات للخمر، هاديات للخير، فيعلمن الشابات، حب أزواجهن وأولادهن. وأن يكن قنوعات عفيفات، مهمتات بشؤون البيت، صالحات خاضعات لأزواجهن، لئلا يجذف على كلمة الله» (تيطس ٢: ٣).

تأملات وخبرات روحية



## أطلب ما تريد

أجمل وعد من إله الكون لأبنائه «ان تثم فيّ وثبت كلامي فيكم تطلبون ما تريدون فيكون لكم» (يوحنا ١٥ : ٧) أما السهل الممتنع فهو الثبات في المسيح والعمل بوصاياه... فالحياة كلها جهاد للظفر بالملكوت. والرب يعطي نعمة لأبنائه للانتصار.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## المرض والألم والموت

لا يريد الرب الحنون لنا المرض أو الألم... فالرب يسوع «كان يشفي كل ألم ومرض وعلة» (متى ٩ : ٣٥)... لم يصنع التعب الذي هو نتيجة طبيعية لسقوط آدم حيث قال الرب «بعرق وجهك تأكل خبزاً» (التكوين ٣ : ١٩) ولا يريد موت أبنائه فكان يقيم الموتى «لك أقول قم» (مرقس ١١ : ٢). الله لم يخلق المرض والألم والموت لكن سمح بها وتجسد المسيح ليخلصنا منها ويهبنا السلام والحياة الأبدية حيث «لا يكون حزن ولا صراخ ولا وجع فيما بعد لأن الأمور الأولى قد مضت» (رؤيا يوحنا ٢١ : ٤).

تأملات وخبرات روحية

## إضطرب يسوع

«الآن نفسي مضطربة، فماذا أقول؟ يا أبت نجني من تلك الساعة. وما أتيت إلا لتلك الساعة» (يوحنا ١٢: ٢٧).

تجسد الرب يسوع وتأنس مثلنا، أي أخذ جسداً مثلنا وصار إنساناً كاملاً مثلنا و في ذات الوقت، بقي إلهاً كاملاً حيث اتحدت الطبيعة الإنسانية والطبيعة الإلهية. وكان فعلاً يتألم ويعطش ويجوع ويبيكي إلى الآب وتضطرب نفسه. وكان عندها يصلي كأبن لأبيه لكي يساعده. «فمضى أيضاً ثانية وصلى قائلاً يا أبتاه ان لم يمكن ان تعبر عني هذه الكاس الا ان اشربها فلتكن مشيئتك» (متى ٢٦ : ٤٢) ونحن كبشر تمر علينا أوقات عصيبة نضطرب بها جداً فلتتعلم من الرب يسوع ونصل إلى

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

الآب السماوي، وهو وعد ان يعيننا «لأنَّهُ تَعَلَّقَ بِي أُجْبِيهِ. أَرْفَعُهُ لِأَنَّهُ عَرَفَ اسْمِي. يَدْعُونِي فَأَسْتَجِيبُ لَهُ، مَعَهُ أَنَا فِي الضِّيقِ، أُنْقِذُهُ وَأُجِدُّهُ. مِنْ طُولِ الْأَيَّامِ أُشْبِعُهُ، وَأُورِيهِ خَلَاصِي» (المزمير ٩١ : ١٤-١٦).

## لكل ظروفه

عندما تريد أن تقيّم أو تحكم على الآخرين أحكم عليهم حسب ظروفهم القاسية وليس حسب ظروفك... عندها قد تجد لهم عذراً. ومن الأفضل أن لا تحكم على الآخرين البتة يكفيهم همهم وشعورهم بالذنب إذا اخطأوا. وقد تدور الدوائر وتقوم أنت بذات الخطأ وستمنى عندها أن يفهم الآخرون ظروفك. «ولا تدينوا فلا تدانوا. لا تقضوا على أحد فلا يقضى عليكم. اغفروا يغفر لكم» (لوقا ٦ : ٣٧).

## حول أعدائك إلى أصدقاء

أعدائك هم مبغضوك وحاسدوك ومنافسوك... ابحث عن اسباب معاداتهم لك وعالجها وعالج مشاعرهم السلبية نحوك. احبهم ما استطعت، وساعدهم اذا استطعت، وراع مشاعرهم، فقد تحولهم إلى اصدقاء او على الأقل قد تنجح في تحويل مشاعرهم السلبية إلى مشاعر حيادية أو إيجابية: «أحبوا أعداءكم. باركوا لاعنيكم. أحسنوا إلى مبغضيكم، وصلوا لأجل الذين يسيئون إليكم ويطردونكم» (متى ٥ : ٤٤).

## لنصم شكراً للرب

بمناسبة بدء الصوم الكبير الذي نصومه اقتفاءً بالمسيح الذي صام أربعين يوماً وأربعين ليلة، لنصم هذه السنة شكراً لله على نعمه الكثيرة. نصوم عادة لإماتة الجسد والسيطرة على شهوات الجسد كي نستطيع الارتقاء روحياً والاتحاد بالمسيح. لنسِر على درب الخلاص ولنصل إلى الملكوت. ولكن لنجعل هذا الصوم مميزاً لنسميه صيام الشكر لله على كل نعمه. الكثيرون يصومون مقدمين الذور لحاجة أو طلب خاص لشفاء مريض أو طلب من الرب ليساعدهم في محنة. يا إخوتي هذه النوع من الصوم المقرون بالصلاة له بركات كثيرة. فلنصم شكراً وطلباً وإماتة. «صالحه الصلاة مع الصوم، والصدقة خيرٌ من ادخار كنوز الذهب» (طوبيا ١٢: ٨).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الصمت أحسن جواب أحياناً

«إذا كان الكلام من فضة فالسكوت من ذهب» لا ترد على السيئة بمثلها. لا تستعجل بالجواب. ردة الفعل السريعة ليست افضل من التأني، والحكم بهدوء على الأمور. الصمت أحسن من اطلاق العنان للغضب، ويساعدك على السيطرة على نفسك وتجنب الخطأ والخطيئة. الشيطان يستعجلنا دائماً للكلام والإجابات اللاذعة والتي تكون مفتاح الشر «اللسان نار. عالم الاثم. هكذا جعل في أعضائنا اللسان الذي يدنس الجسم كله ويضرم دائرة الكون ويضرم من جهنم» (يعقوب ٣: ٦).

تأملات وخبرات روحية

## الربح والخسارة

عندما تربح ابتعد عن الغرور، وعندما تخسر لا تحقد على من ربح. نانس بالروح الرياضية والعمل بشرف. من يغش ويربح لا يستمتع بالفوز الحقيقي. الحياة أثنى من أن نعيشها دون احترام لانفسنا: «لان لي الحياة هي المسيح والموت هو ربح» (فيلبي ١ : ٢١) «لكن ما كان لي ربحاً فهذا قد حسبته من أجل المسيح خسارة» (فيلبي ٣ : ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## كيف تعيش الحياة؟

عش حياتك وأنت فخور بنفسك مهما كنت تملك فالفخر لا يُقاس بالمال، بل يقاس بالنزاهة والاحترام والمواقف الرجولية. عندما تكون وفيّاً تكتسب احتراماً داخلياً لنفسك وهو أهم من احترام الآخرين لك... عش حياتك بحيث لا تخجل من نفسك كلما نظرت بالمرآة. «فليُنظر كل واحد في عمله هو، فيكون افتخاره حينئذ بما يخصه من أعماله فحسب، لا بالنظر إلى أعمال غيره» (غلاطية ٦ : ٤).

تأملات وخبرات روحية

كل يوم وأنت الخير عينُ الرب ترعاك: «أَكْرَمُ أَبَاكَ وَأُمَّكَ، الَّتِي هِيَ أَوَّلُ وَصِيَّةِ  
بِوَعْدٍ، لِكَيْ يَكُونَ لَكُمْ خَيْرٌ، وَتَكُونُوا طَوَالَ الْأَعْمَارِ عَلَى الْأَرْضِ» (أفسس ٦: ٢-٣).

## لمن يغفر الرب؟

«طوبى لمن معصيته غفرت وخطيئته سترت طوبى لمن لا يحسب عليه الرب إثما ولا  
في روحه خداع» (مزمو ٣٢: ٢).  
من يعترف بخطيئته يغفر له الرب.  
ومن يصلي بإيمان يغفر له الرب.  
ومن يتبع وصايا الرب يغفر له الرب.  
«والمتموكل على الرب فالرحمة تحيط به» (مزمو ٣٢: ٨).  
أما كيف يغفر ويستتر خطيئته... فقد كان تجسد الرب يسوع وتقديسه لطبيعتنا  
البشرية بداية للفداء، أما انتصاره على الخطئية والموت فكانا الدواء والمرهم الشافي  
لكل من يؤمن. علينا الجهاد بإيمان ومحبة لنستحق الغفران.

## الأمل

يوجد ثقبٌ صغير في أبا جور غرفة نومي -الذي أبقيه مغلقاً ليلاً- يتسلل منه ضوء الفجر، مؤذناً بيوم جديد ورجاء كبير. متعمداً لم أطلب إصلاحه. فهو ينبهني ان الشمس استيقظت وقد جاء دوري. يذكرني بالأمل والنور والرجاء مهما يكن ليلى مظلماً. ومهما يكن يومي السابق مثقلاً بالمشاكل والهموم... لا تحرم الآخرين من الأمل والتشجيع الايجابي. قد يكون الأمل هو الشيء الوحيد الذي يملكونه: «لأننا في الرجاء نلنا الخلاص فإذا شوهده ما يرجى لم يكن رجاء، وما يشاهده المرء فكيف يرجوه أيضاً؟ ولكن إذا كنا نرجو ما لا نشاهده فبالثبات ننتظره» (رومية ٨: ٢٤).

## القدوة

دخلت برفقة أحد الآباء الكهنة إلى فندق لحضور حفل رسمي، فاستقبل موظفو الأمن الكاهن باحترام وأشاروا له بالمرور بدون تفتيش من الجهاز... لكنه لم يقبل بالمرور بدون تفتيش، وأصرّ أن يُعامل كالباقى قائلاً: «علينا ان نكون قدوة للآخرين». «احترزوا اذا لأنفسكم وجميع الرعية التي أقامكم الروح القدس فيها أساقفة، لترعوا كنيسة الله التي اقتناها بدمه» (أعمال الرسل ٢٠: ٢٨).

## السائق الأمهر

أنا لا أحب السواقة للمسافات الطويلة، فهي مرهقة وتتطلب قرارات كل لحظة بالتجاوز عن السيارات الأخرى أو عدمه، وزيادة السرعة أو الإبطاء. واختيار المسرب الأفضل والطريق الأقصر. أما الركوب مع سائق ماهر فهو الأنسب والأكثر راحة. والإنسان المؤمن الذكي يسلم حياته للسائق الأمهر صانع الطرق وخالقها، والذي يعلم ما خلف المنعطفات ويستطيع تجنب الحوادث المؤسفة بكل أنواعها... هكذا يستمتع بكل طريق الحياة المليء بالصعوبات. سلّم كل حياتك للرب وهو سيقودها إلى ما هو أنسب لك: «سلمنا فصرنا نحمل» (اعمال الرسل ٢٧ : ١٥) «أنظروا إلى الأجيال القديمة وتاملوا هل توكل أحد على الرب فحزي؟!» (يشوع بن سيراخ ٢ : ١١).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الطلاق

«خمسة آلاف حالة طلاق في الأردن لم تتجاوز فترة الزواج فيها سنة واحدة» (خبر رسمي).  
الاختيار الخاطئ، عدم المعرفة الكافية للطرف الآخر، مشاكل الحياة، حروب الشياطين وغيرها من الاسباب تؤدي إلى الطلاق... يجب العودة إلى قُدسية الزواج واهميته في استقرار الفرد والمجتمع، والعودة إلى جذور الإيمان...  
الرب يجمع وعدو الخير يُفَرِّق  
وأنت عليك الاختيار بحرية إرادتك  
بين أن تبني بيتك أو تهدمه  
«فالذي جمعه الله لا يفرقه إنسان» (مرقس ١٠ : ٩).

تأملات وخبرات روحية



## « لا تعرّ آذانك للأردياء »

(القديس يوحنا ذهبي الفم)

«قل لي من تعاشر اقل لك من أنت» (قول) ان الحواس الخمس أبواب العقل والقلب والروح. وما تسمعه، أو تراه، أو تلمسه، أو تذوقه، أو تشمه سيؤثر على أفعالك وأفكارك. فتحكم بحواسك تتحكم بخلاصك. «إن كانت عينك اليمنى تعثرك فاقلعها والقها عنك. لأنه خير لك أن يهلك أحد أعضائك ولا يلقى جسدك كله في جهنم» (متى ٥ : ٢٩).

## «الخير الذي تفعله في الصباح سوف ينساه الناس

غالبًا في المساء. هذه هي الحياة ويحدث هذا مع

الجميع. لذا لا تتذمر واستمر في فعل الخير»

(باولو كويلو)

فعل الخير الحقيقي ناتج عن قلب مُحب وإرادة صالحة بغض النظر عن نكران الآخرين وعدم تقديرهم. إصنع الخير من اجل نفسك انت «وليس بوسعها أن لا تفوح... مزارع الدراق» (نزار قباني) «فإنه يشرق شمس على الأشرار والصالحين، ويمطر على الأبرار والظالمين» (متى ٥ : ٤٥).

## يا رب ساعدني لأكون أميناً

يا رب ساعدني لأن أكون أميناً لوعود أبويّ واشيبيّ عند معموديتي بأن أكفر بالشیطان وكل أعماله وكل أباطيله، وأن أكون أميناً لوعودي أنا عند الزواج بأن أكون أميناً لزوجتي في الصحة والمرض، في الفقر والغنى، وأن أكون أميناً لكل وعودي للأب الكاهن عند الاعتراف، وأن أكون أميناً لذاتي ووعودي لنفسي بأن أخلصها بانتصاري على الخطيئة والضعف، وأن أكون أميناً لعائلتي بأن أربي أبنائي تربية صالحة ليصلوا للخلاص والملكوت، وأن أكون أميناً لوطني فأعطي ما «لقيصر لقيصر وما لله لله» (متى ٢٢ : ٢١). «فَلَا نَفْسَلْ فِي عَمَلِ الْخَيْرِ لِأَنَّنا سَنَحْصُدُ فِي وَقْتِهِ إِنْ كُنَّا لَا نَكِلُ» (غلاطية ٦ : ٩).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## نيّاله (طوبى)

«طوبى لمن اله يعقوب معينه ورجاؤه على الرب الهه» (المزامير ١٤٦ : ٥) الرب هو حاكم الارض بالمحبة والعدل هو ضابط الكل، هو الأمر الناهي. هو المعين في الشدائد وطوبى لمن يحتمي به بإيمان.

تأملات وخبرات روحية

## عش بسلام

إبحث عن السلام داخل نفسك، وإذا لم تجده عليك بناؤه عليك بالمصالحة مع نفسك والآخرين، وذلك يتم بقرارك النابع من إرادة صالحة بالتخلص من كل شهوات ورغبات النفس الخاطئة من حسد وحققد وغضب وطمع. صالح وسالم الآخرين ما استطعت لتعيش بهدوء روحي وتتفرغ للعمل على خلاصك الأبدي «عِشُوا بِالسَّلَامِ، وَإِلَهُ الْمَحَبَّةِ وَالسَّلَامِ سَيَكُونُ مَعَكُمْ» (٢ كورنثوس ١٣: ١١).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الإيمان والحقيقة

سأل ملحدٌ الداعية المشهور أحمد ديدات: «ما شعورك لو مت واكتشفت أن الآخرة كذب؟» فأجابه الداعية: ليس أسوأ من شعورك إذا مت واكتشفت أن الآخرة حقيقة. إيماننا ثابت ١٠٠٪ ولا يتزعزع بكل ما قاله يسوع المسيح، وانه ينتظرنا في السماء «في بيت أبي منازل كثيرة. وإلا فاني كنت قد قلت لكم. أنا أمضي لأعد لكم مكانا» (يوحنا ١٤: ٢).

تأملات وخبرات روحية

## مهما سقطت قُم

لا يوجد طفل على وجه الأرض لم يسقط مراراً وتكراراً لكنه عاد وقام. ولو لم يحاول مرة أخرى ونجح بالقيام والمشي، لوجدت كل البشرية تحبو. فُطِرَ الإنسان على الأمل والتحدي والمحاولة كطفل وبالغ، وعلى الإنسان إن وقع بالخطيئة - ولو مراراً - أن يقوم كل مرة ويتوب ويحاول مجدداً أن لا يرجع إليها، والرب سيسامح كل من يتوب توبة صادقة، والرب يعلم اننا سنمضي العمر كله ونحن نخطئ ونجاهد للانتصار «من يغلب فسأعطيه أن يجلس معي في عرشي كما غلبت أنا أيضاً وجلست مع أبي في عرشه» (رؤيا يوحنا ٣ : ٢١).

## الغيرة والحقد

ساعد صديق لي مجموعة كبيرة من الناس واسدى لهم خدمات جليلة على مدى السنين، وبعد فترة من الزمن وهو لا يزال يساعدهم، قاموا بمحاربتة. استغرب صديقي جداً. وسألني: «كيف يحدث هذا؟» فأجبته: «ان المسيح كان يشفي مرضى وقيم موتى ويفتح أعين عميان الشعب، وقام هذا الشعب نفسه بالمناداه بصلبه» وأجبته: «ان الحقد والغيرة اقوى عند الانسان المريض نفسياً من خيره ومصالحته». «المَحَبَّةُ لَا تَحْسَدُ» (١ كورنثوس ١٣ : ٤) «حَيَاةُ الْجَسَدِ هُدُوءُ الْقَلْبِ، وَنَخْرُ الْعِظَامِ الْحَسَدُ» (سفر الأمثال ١٤ : ٣٠).

## عندما تحتار

يوجد قول في لعبة التريكس Trix في الشدة وهو «لما تحتار أطلب الختيار». اي اذا لم تعرف اي لعبة تختار اطلب لعبة الشيخ الكوبي king of heart. لكن لعبة الحياة أصعب بكثير والحيرة قاتله والقرار الخاطيء مدمر لمستقبل الانسان احياناً...

عندما تحتار  
وبالتأكيد ستحصل  
حل لكل مشاكل  
فهو يعلم ما في  
لا تخفى عليه  
اطلب الرب الجبار  
على الجواب السار  
الليل والنهار  
القلب والافكار  
معلومة او اسرار

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

فلا تخاف الشر  
ما دمت مع  
او الاشرار  
ابي الانوار

«وإن كان أحد منكم تنقصه الحكمة فليطلبها عند الله يعطها، لأنه يعطي جميع الناس بلا حساب ولا عتاب». (يعقوب ١: ٥) «إني أعلمك وأرشدك في الطريق الذي تسلكه وأكون ناصحاً لك وعيني ترعاك» (مزمو ٣٢: ٨).

تأملات وخبرات روحية

## ضربة رأس

بينما كنت في زيارة لأحد المكاتب في وسط البلد القديمة، ارتطم رأسي بأحد الأعمدة المنخفضة -لأنني كنت منشغلاً بالهاتف الخليوي- ونبهتني هذه الضربة إلى أمور كثيرة تتعدى ألم الرأس. فنحن نسير أحياناً بهذه الحياة بانغماس في مشاكلها ومشاغليها وغير منتبهين إلى أمور أهم جداً، مثل الاهتمام بأبويننا أو ابنائنا أو زوجاتنا أو حتى أنفسنا. والأهم بخلاصنا الأبدي. يا ليتنا نتيقظ للأمور الأهم بحياتنا بدون أن نضطر لانتظار ضربة على الرأس لتوقظنا «فكيف ننجو نحن إن أهملنا خلاصنا هذا مقدار ه؟» (عبرانيين ٢ : ٣).

## شهادة حق

اجتمعت مع زوجتي وأبنائي لنصلي صلاة ما قبل النوم، وأخذ كلُّ يصلي بدوره، وعندما جاء دوري، في نهاية المطاف طلبت من الرب معونة خاصة لمشكلة شائكة في حياتي العملية، وكانت الساعة حوالي العاشرة ليلاً ولم نكن قد انتهينا بعد من الصلاة وكنا لا زلنا راكعين حين رن هاتف الخليوي ليزف لي المتصل خبراً ساراً لحل تلك المشكلة الشائكة. هذه شهادة حق، لا ابتغي منها أي هدف سوى «أن أنسب الفضل لأهله» وهو الرب راعي. «طَيِّبٌ هُوَ الرَّبُّ لِلَّذِينَ يَتَرَجَّجُونَهُ، لِلنَّفْسِ الَّتِي تَطْلُبُهُ» (إرميا ٣ : ٢٥) «ادعوني في وقت الضيق أنقذك فتمجدني» (مزامير ٥ : ١٥).

## آمن بالله لكن أفضل باب بيتك

لا تحمّل الله مسؤولية قراراتك ولا تحمّله مسؤولية قرارات الآخرين الرب يرعى كل أبنائه ويستمع لصلاتهم، لكن عليك مسؤولية اتخاذ القرار الصائب بحياتك العملية والروحية فالرب لا يجبر أي إنسان على فعل الخير كما لا يجبره على تجنب الخطيئة ولا يجبر السارق أن لا يسرق بيتك. أما أنت فاقفل باب بيتك ولا تجرب الرب الهك... «لا تجرب الرب الهك» (متى ٤ : ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## كم أكره النفاق!

كنت جالساً في مجلس استمع لشخص وهو يكيّل الشتائم المؤدبة والانتقادات لشخص غائب، وبالصدفة دخل هذا الشخص الغائب... ولدهشتنا قام الشخص المنتقداً واحتضنه وقبله وكأنه لم يكن يُكيّل له الشتائم قبل لحظات!... ليتنا نكون صادقين مع أنفسنا ونوحد سلوكنا مع أفكارنا ومبادئنا... أما النفاق فهو مكروه. «الصديق الأمين لا يعادله شيء وصلاحه لا موازن له» (سفر يشوع بن سيراخ ٦ : ١٥).

تأملات وخبرات روحية

## الله لا ينام مديوناً لأحد

أعرف جيداً موظفاً صغيراً من ذوي الدخل المحدود يعمل في إحدى الشركات، وفي آخر الشهر لم يبقَ في جيبه غير ستين قرشاً ليستخدمها أجرة مواصلات لبيته في آخر ذلك النهار. وقبل انتهاء دوامه في ساعة متأخرة من الليل اقتربت منه امرأة عجوز رثة الملابس تستجدي لقمة خبز، ولما لم يجد هذا الشاب من يساعدها أعطاها كل ما بقي في جيبه، ثم حاول الذهاب إلى بيته دون نقود أو سيارة تأخذه، وعزة نفسه تمنعه من استدانة أي مبلغ من زملائه. تعثر في أول الطريق، ووجد أمامه عشرة دنانير والشارع مقفر، وحاول دون جدوى أن يجد صاحب العشرة دنانير أو أي إنسان أو دكان ليضع الأمانة فيها بلا طائل، فاستسلم لكرم الرب واشترى خبزاً لأبنائه

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

واستعمل المواصلات راجعاً إلى أسرته. لسنا أكرم من رب الكون، ومن يهتم بأبناء الله الفقراء يقيض له أغنياء. هذه القصة حقيقية، وإذا لم ترَ انتَ يد الله فيها يكفي أن صديقنا الموظف رأى حنان الله كله في تلك اللحظة: ربُّ يُعبد «الا ويأخذ في هذا الزمان أضعافاً كثيرة وفي الدهر الآتي الحياة الأبدية» (لوقا ١٨ : ٣٠).

تأملات وخبرات روحية



## المحبة والحاجة

أعظم حب في العالم هو عندما تكون المحبة المتبادلة أكبر من الحاجة للآخرين. المحبة المغرضة مؤقتة. الحب غير المشروط هو الذي يدوم. محبة الرب لنا مطلقة وغير مشروطة، محبتنا للآخرين يجب أن تكون نقية وخالصة لكي نستطيع أن نحترم أنفسنا أولاً ولكي نستطيع أن نغفر لهم إن اخطأوا: «ليس لأحد حب أعظم من هذا أن يضع أحد نفسه لأجل أحبائه» (يوحنا ١٥: ١٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

٧٠

## إنتصر في الحرب مع عدو الخير

حارب أيوب الشيطان، وانتصر عليه، حيث ان وفاء وإيمان أيوب بالرب تغلبا على ضعف أيوب في التجربة حين عاتب الله مستفسراً عن سبب تجربته وهو الإنسان البار. ونحن كمؤمنين مدعوون إلى الانتصار مثل أيوب. فنحن جُند المسيح وانتصارنا هو إكليل مجد لنا وعربون السماء. لا تشك في عناية الله ولا تعاتبه فهو موجود دائماً لمن يدعوه ويؤمن به. «فِي الْعَالَمِ سَيَكُونُ لَكُمْ ضِيقٌ، وَلَكِنْ ثَقُّوا: أَنَا قَدْ غَلَبْتُ الْعَالَمَ» (يوحنا ١٦: ٣٣).

تأملات وخبرات روحية

٧١

## « إذا كان صاحبك طماعاً إعمل حالك قليل حساب »

وإذا كان غيوراً ما تزيدها وتزيد غيرته، وإذا كان غضوباً كن حليماً ولا تذكر ما تملك إذا كان يفتقده. من لا يراعي أصدقاءه يعيش العمر وحيداً لكن رفيق السوء لا تعاشره: «لا تضلوا فإن المعاشرات الرديئة تفسد الأخلاق الجيدة» (١كورنثوس ١٥ : ٣٣).  
لكن اذا تجاوز الطمع والغيرة والغضب الحدود الطبيعية، عليك بالتفكير بصداقته مرتين. «لا تستشر من يرصدك، واكتم مشورتك عمن يحسدك» (سفر يشوع بن سيراخ ٣٧ : ٧).

## أمواج البحر

بينما كنت أسبح في البحر في إحدى سفراتي كان الموج عالياً وكان يلطم وجهي، ويصعب التنفس والرؤية من خلاله. لذا لبست نظارات السباحة، وغطت في الماء تحت الموج حيث الهدوء والسكنية. حياتنا كلها أمواج من مشاكل تلطمنا كل يوم وتعيق الرؤية والتنفس علينا أن نضع نظارات الإيمان والرجاء والحياة الأبدية ونتمسك بمرساة الرب وهو سينجيننا: «ولكن لما رأى الريح شديدة خاف وإذا ابتداء يغرق صرخ قائلاً يا رب نجني ففي الحال مدّ يسوع يده وأمسك به وقال له يا قليل الإيمان لماذا شككت؟» (متى ١٤ : ٣١).

## تمهل يا صاحبي

تأخرت بضع دقائق في مساعدة صاحب قديم ساءت أحواله، فما كان منه إلا أن كتب لي بيتين من الشعر فيهما عتب وإجهاض للمعرفة والصحة القديمة، وتعدتهما للإهانة الشخصية... وبينما كنت أناوله المساعدة المطلوبة، كنت أحاول قراءة ما كتبه. حاول جاهداً استرجاع الورقة، لكن كان قد فات الأوان. يا ليتنا نتمهل قليلاً في الحكم على الآخرين ونحاول إيجاد عذر لهم، حتى ولو لم يساعدونا: «كَلِمَاتُ فَمِ الْحَكِيمِ نِعْمَةٌ، وَشَفَتَا الْجَاهِلِ تَبْتَلِعَانِهِ» (الجمعة ١٠: ١٢). «بَصْبِرْكُمْ اقْتُنُوا أَنْفُسَكُمْ» (إنجيل لوقا ٢١: ١٩).

## المتعة الوقتية

في زيارة عمل لإحدى العواصم التي تحاكي الغرب (لكن دون جذور مجتمعية عائلية) وجدت السكان ضائعين باحثين عن هوية واحدة تجمع ما بين عشرات الجنسيات المختلفه. كما وجدتهم يبحثون عن السعادة الهاربة منهم دون جدوى. فكلُّ يسهر ويسكر ويبحث عن المتعة الوقتية ظاناً أنها تدوم أو أنها تعوضه عن السعادة الحقيقية التي لن يجدها إلا مع الرب والاتحاد به بالعمق والصلاة. «كُلُّ مَا فِي الْعَالَمِ: شَهْوَةٌ الْجَسَدِ، وَشَهْوَةٌ الْعُيُونِ، وَتَعْظُمُ الْمَعِيشَةِ، لَيْسَ مِنَ الْآبِ بَلْ مِنَ الْعَالَمِ» (١ يوحنا ٢: ١٦).

## هل نستطيع أن ننسى الأسي؟

النسيان صعب، لكن تفرغ الحدث من المشاعر السلبية التي أثرت علينا هو الطريق الأسلم. تفهم الدافع وراء من سبب لك الأذية فقد يكون معذوراً. «كُونُوا لَطْفَاءَ بَعْضِكُمْ نَحْوَ بَعْضٍ، شَفُوقِينَ مُتَسَامِحِينَ كَمَا سَامَحَكُمُ اللَّهُ أَيُّضًا فِي الْمَسِيحِ» (أفسس ٤ : ٣٢).

## القلق

لا تبالغ في القلق على شيء، القلق نفسه قد يضرّك أكثر من الشيء الذي قلقت منه. «فلا تهتموا للغد. لأن الغد يهتم بما لنفسه. يكفي اليوم شره» (متى ٦ : ٣٤).

## الروح الساكن فينا

تستطيع إسكات صوت الضمير، وتستطيع تجاهل صوت الروح الساكن فيك لكي تستمر بالانغماس في الشهوة المحبوبة. لكن الويل لك عندما يطغى صوت الروح وتأنيب الضمير على الشهوة. «ولا تحزنوا روح الله القدوس الذي به ختمتم ليوم الفداء» (افسس ٤ : ٣٠).

## التجارب

يأتينا الشر والتجارب عن طريق البشر الآخرين أحياناً وعن طريق إرادتنا الفاسدة وشهواتنا أحياناً أخرى. درّب نفسك على التمييز بين الاثنين عالماً ان الشيطان عدو الخير له دور كبير دائماً فيها. «نَفْتَخِرُ أَيضًا فِي الضِّيقَاتِ، عَالِمِينَ أَنَّ الضِّيقَ يُنْشِئُ صَبْرًا، وَالصَّبْرُ تَزْكِيَّةً، وَالتَّزْكِيَّةُ رَجَاءً، وَالرَّجَاءُ لَا يُخْزِي، لِأَنَّ مَحَبَّةَ اللَّهِ قَدْ اُنْسَكَبَتْ فِي قُلُوبِنَا بِالرُّوحِ الْقُدُسِ الْمُعْطَى لَنَا» (رومية ٥ : ٣-٥).

## مشاكل الحياة

أحياناً مشاكل الحياة ومحنها تكون لخير الانسان المؤمن، فهي تلهيه عن الانغماس في الشهوات وقد تكون أنسب لخلاصه. «إِحْسِبُوهُ كُلَّ فَرَحٍ يَا إِخْوَتِي حِينَمَا تَقْعُونَ فِي تَجَارِبٍ مُتَنَوِّعَةٍ» (يعقوب ١: ٢).

## الرحمة

إرحموا من في الأرض يرحمكم من في السماء «بَارِكُوا عَلَى الَّذِينَ يَضْطَهُدُونَكُمْ. بَارِكُوا وَلَا تَلْعَنُوا» (رومية ١٢: ١٤).

## الحساب!

إذا كان الرب لن يحاسب الإنسان إلا بعد آخر يوم في حياته على الأرض لماذا نحاسبهم نحن الآن؟ «مُحْتَمَلِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا، وَمُسَاحِمِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا إِنْ كَانَ لِأَحَدٍ عَلَى أَحَدٍ شَكْوَى. كَمَا غَفَرَ لَكُمْ الْمَسِيحُ هَكَذَا أَنْتُمْ أَيْضًا» (كولوسي ٣: ١٢، ١٣).

## المتعة في العطاء

بعض الناس يتمتع في عمل الخير والعطاء ولا يستسيغ الأخذ، ويستخدم أذنيه لسماع هموم الناس وقلبه ليخفق لهم ولسانه ليواسيهم وينصحهم. نبع الماء يُعطي ولا يأخذ. «لأن المعطي المسرور يحبه الله» (٢كورنثوس ٩: ٧) من يأخذ فقط يسير وحيداً في آخر الطريق.

## السلام

اسعَ إلى السلام الداخلي في نفسك، وذلك يكون بإخلاء ذاتك من كل حقد وحسد وضغينة وطمع وشهوات خاطئة. اسعَ إلى السلام داخل بيتك، بالمحبة والتواضع والخدمة والمساواة والتضحية لأجل زوجك او زوجتك وأبنائك. اعمل للسلام داخل أسرتك وشركتك وحمارتك ووطنك وصلِّ لرب السلام أن يمنحك السلام: «طوبى لصانعي السلام. لأنهم أبناء الله يدعون» (متى ٥ : ٩).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## المرأة الزانية ليست وحدها

لم تزنِ المرأة الزانية مع نفسها... بل كانت تبيع جسدها لمن يدفع لأنها كانت مهنتها التي تقفاتها منها. وعندما ضبطها أهل المدينة بذات الفعل لم يحضروا معها الرجل الذي كانت تزي معه ليرجموه أيضاً. ولعل من أحضروها من رجال كان بعضهم من روادها. وخطيئتهم لا تقل عن خطيئتها. لذا أخرجهم يسوع وطلب منهم ما طلب: «من كان منكم بلا خطية فليرمها أولاً بحجر» (يوحنا ٨ : ٧) ولعل الرب كان يخط بيده على الأرض أسماء من كانوا من زبائنها ممن أحضروها لترجم!.

تأملات وخبرات روحية



## دعابة حقيقية

كنت مغادراً كرسي الاعتراف، عندما إستوقفني صديقٌ لي (كان ينتظر دوره للاعتراف) مماًزحاً وقال لي: «سأقول لأبونا (شرحوا)». أي أن خطاياهم مثل خطاياي. ضحكت كثيراً للدعابة... والحقيقة معظم خطايا البشر متشابهة. «أَيُّهَا الإِخْوَةُ، إِنَّ انْسَبَقَ إِنْسَانٌ فَأُخِذَ فِي زَلَّةٍ مَا، فَأَصْلَحُوا أَنْتُمْ الرُّوحَانِيِّينَ مِثْلَ هَذَا بَرُوحِ الوَدَاعَةِ، نَاطِرًا إِلَى نَفْسِكَ لئَلَّا تُجَرَّبَ أَنْتَ أَيْضًا» (غلاطية ٦: ١) غالباً ما نكون نخطئ ذات الخطيئة التي نتنقد فيها الآخرين، والفرق ان خطيئتهم أصبحت مكشوفة لنا، أما خطايانا فقد تكون مخفية عن اعينهم.

## «لا تفتش عن السعادة بل اخلقها»

كلمات تعلّمتها من طفلة صغيرة لا تتجاوز الخمسة أعوام، علّمتها إياها معلمة الحضانة. ليتنا كلنا نعمل بها، فالسعادة من الداخل، ولن يمنحك إياها أحد، ولن تمنحك إياها حيازتك لأية أمور مادية. والسعادة هي في محبة الرب والسير على طريقه وهو سيمنحك الفرح الأبدي. «فَرِحِينَ فِي الرَّجَاءِ، صَابِرِينَ فِي الضَّيْقِ، مُوَظِّبِينَ عَلَى الصَّلَاةِ» (رومية ١٢: ١٢).

## سُبْحان مُغَيِّرِ الأَحْوالِ

وَضَلَّتُ سيدة بإحدى المؤسسات التي كنت مسؤولاً عنها، بالرغم من عدم وجود شاغر، ودفعت راتبها بشكل شخصي لمدة طويلة لحين وجود شاغر، وبعد عدة سنوات ذهبت لزيارة تلك المؤسسة بعد ان انتهت مسؤوليتي عنها، وتفاجأت من الاستقبال الناشف جداً من تلك السيدة. وصادف مرور المدير العام لتلك المؤسسة أثناء دخولي والذي رَحَّبَ بي بحفاوة بالغة. وفجأة تغيرت السيدة وأخذت تتوسط لدي لتوظيف ابنها. إستأت جداً من العلاقة المغرضة وتمتت: «سبحان مُغَيِّرِ الأَحْوالِ». عملك للخير يجب أن لا يتوقف حتى لو لم تجد التقدير من البعض: «وإذا أحسنتم إلى الذين يحسنون إليكم، فأبي فضل لكم؟ فإن الخطاة أيضا يفعلون هكذا» (لوقا ٦: ٣٣).

## مفترق الطرق

كل يوم تصادفنا في الحياة مفترقات طرق، نضطر عندها أن نتخذ قرار بأي اتجاه نذهب؟ هل نختار رغبات قلبنا وشهواتنا حتى لو كانت مخالفة لما هو صواب وخير - أم نختار الطريق الأصعب على قلبنا ومخالف لرغباتنا وقد يكون مملاً وشاقاً؟ بناءً على هذه القرارات يتحدد مصير أديتنا. «قَدْ جَعَلْتُ قُدَّامَكَ الحَيَاةَ وَالْمَوْتَ. البَرَكَةَ وَاللَّعْنَةَ. فَاخْتَرِ الحَيَاةَ لِكَيِّ تَحْيَا أَنْتَ وَنَسْلُكَ» (التثنية ٣٠: ١٩).

## مشيئتك

«فمضى أيضا ثانية وصلى قائلاً يا أبتاه ان لم يمكن ان تعبر عني هذه الكاس الا ان أشربها فلتكن مشيئتك» (متى ٢٦ : ٤٢): طبيعة المسيح البشرية خافت وضمعت أمام أهوال الجلد والصلب والموت، لكن إيمان و يقين الرب يسوع (الانسان) بالله الآب جعلته يختار مشيئة الله، حتى مع وجود الطبيعة الالهية للمسيح يسوع. فإن الطبيعة البشرية تألمت وضمعت. لكن هل تعلمنا الدرس؟ بأن نسلم نحن ايضاً حياتنا ومصيرنا وخلصنا لمشيئة الرب؟ حتى لو كان فيها موتنا؟ لا ننسى أنه بعد الصلب والموت جاءت القيامة المجيدة و حياة أبدية لكل الجنس البشري. فهل نكون نحن جزءاً من الملكوت؟ علينا أن نختار.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لو استجاب الرب دائماً

لو استجاب الله لكل صلاة بشكل فوري و صورة سحرية، لما أصبح للحياة طعم، لأصبحنا مدللين، ولأصبح الله مختاراً فقد تكون رغبات شخص هي عكس رغبات آخر، فاستجابة الرب لصلاة شخص ما ليفوز بالانتخابات هي عدم استجابته لمنافسه الذي صلى أيضاً. فلمن يستجيب الرب؟ وإذا طلب إنسان بالصلاة، الخير لكل العالم والسلام الدائم، وعدم المرض والموت لكل البشرية، لأصبح الشيطان غير موجود وتجاربه غير فعالة، والجهد الروحي لا داعي له، وإكليل المجد لا يستحقه أحد، ودخول السماء تحصيل حاصل. فلا يوجد إيمان بل عيان ولا رجاء لأنه أصبح يقيناً. «يا لعمق غنى الله وحكمته وعلمه! ما أبعد أحكامه عن الفحص وطرقه عن الاستقصاء!» (رومية ١١ : ٣٣).

تأملات وخبرات روحية

## أعطني يا رب

أن أحيأ ما دام ضميري حياً وأن أموت مؤمناً بك ولا أحيأ العمر كله بعيداً عنك  
«نُورٌ أَشْرَقَ فِي الظُّلْمَةِ لِلْمُسْتَقِيمِينَ. هُوَ حَنَّانٌ وَرَحِيمٌ وَصِدِّيقٌ» (المزمير ١١٢ : ٤).

## «صَلُّوا لِأَجْلِ الَّذِينَ يَسِيئُونَ إِلَيْكُمْ» (متى ٥ : ٤٤)

كيف نصلي لأجل المسيئين إلينا؟ وماذا سنستفيد؟ وماذا يستفيدون هم؟ إختلف  
شريكاً بسبب طمع أحدهما، فأخذ الشريك الآخر بالصلاة لكي يرشد الرب  
شريكه الطماع. وبعد فترة قصيرة من الزمن، رجع الطماع إلى صوابه، واعتذر  
قائلاً: «الرب أدبني سريعاً وأنا أعتذر عن طمعي». الصلاة ضرورية حتى للأعداء،  
فالرب قد يختار أن يرجعهم للصواب: «إذا أرضت الرب طرق إنسان جعل أعداءه  
أيضاً يسالمونه» (الامثال ١٦ : ٧).

## إلي يزيد عن حاجتك أعطيه لإخوة الرب

أثناء ممارستي لهواية الركض صباحاً، وجدت سيدة عجوزاً تلتقط ثمار شجرة تتدلى خارج أسوار أحد البيوت، وتضعها في كيس، وثم تنتقل للأشجار الأخرى المتدلية خارج البيوت الأخرى. حكمة الله أن نرى أنه ما يزيد عن حاجتنا هو حق للفقير، وهذه الثمار كانت ستقع على الطريق ولن يستفيد منها أحد، وكذلك الملابس المكدسة في خزائنا التي يمر عليها سنوات دون استعمال، وأترك لكم تكملة النقاط. «إن كان عندك فقير أحد من إخوتك في أحد أبوابك في أرضك التي يعطيك الرب إلهك فلا تقسّ قلبك ولا تقبض يدك عن أخيك الفقير» (الثنية ١٥ : ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## زائر الليل

استيقظت هلعاً بعد منتصف الليل على صوت عالٍ مزعج، فنهضت على الفور لمعرفة السبب. وكان صوت سقوط كأس ماء من يدي ابنتي وانكسارها. وأخذني الوقت لأتمكن من النوم مجدداً وساقني فكري لأسرار الحياة والموت وكم اننا زوار فقط على هذه الأرض، وكم هو من السهل مغادرتنا لها لمواجهة الحقيقة الخالدة والديان العادل. وهل قرارات خاطئة لأمر تافهة تستاهل أن نخسر الملكوت؟ لنراجع حساباتنا وننظر إلى الأمام... ونأخذ الطريق الأسلم ونسلك بمحبة ومخافة الله. «فاسهروا إذا، لأنكم لا تعلمون أي يوم يأتي ربكم. وتعلمون أنه لو عرف رب البيت أي ساعة من الليل يأتي السارق لسهر ولم يدع بيته ينقب» (متى ٢٤ : ٤٣).

تأملات وخبرات روحية

## الحقد الأعمى والمصالح المتضاربة

رأى اليهود معجزة الرب بإقامة العازر واستقبلوه بسعف النخيل مرتين، كما رأى الحرس كيف شفى الرب أذن عبد رئيس الكهنة (ملخس) والتي قطعها بطرس الرسول. لكنهم جميعاً صرخوا «أصلبه أصلبه» بعد عدة أيام أو عدة ساعات. وفي حياتنا اليومية يوجد أشخاص تُساعد وتُحسن للآخرين وتُنقذهم من مشاكل كبيرة وكثيرة، لكن في لحظة معينة يصلبونهم حقداً وحسداً أو لاختلاف المصالح. المسيح كان يعلم ذلك «فعلم يسوع أفكارهم فقال لماذا تفكرون بالشر في قلوبكم» (متى ٩ : ٤) جاء علينا الدور لتتعلم من الرب نحن أيضاً كيف نحترس من الحاقدين الحاسدين لئلا يصلبونا بأفعالهم أو بكلامهم يوماً ما.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الرب راعي

نسافر في الطائرة أو السفينة ونحن مطمئنون لأننا نثق بالكابتن أو الربان. ألا نؤمن ان الرب هو راعي حياتنا ونرتاح؟ «الرب راعي فلا يعوزني شيء» (المزمير ٢٣ : ١).

تأملات وخبرات روحية

## إحترم نفسك

أنت تقضي معظم حياتك مع شخص واحد هو نفسك، فاعمل على أن تحترم نفسك وتحبها وترعاها لترعاك. إفعل فقط ما يرفعك أمام عينيك وما يسعدك من مواقف رجولية ومن مواقف الوفاء والأمانة والإخلاص والشجاعة، والأهم أن تسعى لخلاص نفسك وريح الأبدية السعيدة. «لأنه ماذا ينتفع الإنسان لو ربح العالم كله وخسر نفسه؟» (متى ١٦: ٢٦).

## يكفيك ما ترى من الناس في الظاهر، أما الباطن فقد أخفاه الله عنا لمصلحتنا

لو عَلِمَ كل إنسان ما في قلب الآخرين لخاصمهم طول الحياة. فالقلوب متقلبة ومملوءة محبة أحياناً وكرهاً أحياناً أخرى، أما الغيرة والحقد والغضب والحسد فحدّث ولا حرج. هكذا هو الإنسان من لحم ودم. وتُحرّكه الأهواء، من يلتصق بالرب يمنحه نعمة الارتقاء عن هذه الضعفات والشهوات وهي طريق الخلاص. «ارتعدوا ولا تخطأوا في قلوبكم تحدثوا وعلى مضاجعكم كونوا صامتين. سلاه» (المزمير ٤: ٤).

## لم يخلقنا الله لنموت

كان مخطط الله أن يخلقنا لنعيش معه إلى الأبد. لكن سقط أبونا آدم ودخل الموت إلى العالم والطبيعة البشرية: «فاذا كما بخطية واحدة (آدم) صار الحكم إلى جميع الناس للدينونة هكذا ببر واحد صارت الهبة إلى جميع الناس لتبرير الحياة» (رومية ٥ : ١٨) كما اننا أخطأنا نحن أيضاً وليس آدم فقط «الْأَنْفُسُ الَّتِي تُخْطِئُ هِيَ تَمُوتُ» (حزقيال ١٨ : ٤، ٢٠)، لذلك احتجنا أن يتجسد المسيح لكي يتمجد الله عندما نخلص لأنه لا نستطيع أن نخلص بأعمالنا أبداً.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## حاسب نفسك... تخلصها

إجلس مع نفسك آخر كل يوم وحاسبها إذا كنت صريحاً مع نفسك وقومت أخطاءك تحفظ نفسك للحياة الأبدية. «الإنسان الخاطئ يُجانب التوبىخ، ويجد حججاً توافق مبتغاه» (يشوع بن سيراخ ٣٢ : ٢١).

تأملات وخبرات روحية



## منحنا الحياة وانتصر على الموت

كان مخطط الله أن يعيد الينا الحياة بتجسد المسيح، فانتصر يسوع على الخطيئة «بل مجرب في كل شيء مثلنا بلا خطية» (عبرانيين ٤ : ١٥)، وبها انتصر على شوكة الموت (الخطيئة)، فلم يستطع الموت أن يغلبه لأنه «ما وجد في فمه مكر» (١ بطرس ٢ : ٢٢). وبما أنه الحي الذي لا يموت، فجر الموت ومثوى الأموات ببريق لاهوته ومنح الحياة لكل الأموات، وقيد الشيطان وفتح لنا باب الفردوس.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

١٠٢

## ليس كل ما يتمناه المرء يدركه

يتمنى البعض أن يملك العالم كله، وأن يفعل ما يشاء وأن يتكلم بما يريد وما يشعر وقتما شاء ولمن شاء ظاناً أن ما يشعر به في داخله من حقه (ويعتبرها حرية شخصية). «ان النفس امارة بالسوء» و عليك تهذيبها. عليك أن تعلمها القناعة والاحترام وعدم الطمع والجشع، وان حررتك تنتهي عندما تبدأ حرية الآخرين. إن لم تهذب نفسك ستخسر الأرض والسماء: «مالك نفسه خير ممن يملك مدينة» (الامثال ١٦ : ٣٢).

تأملات وخبرات روحية

١٠٣

## الرب لا يريد موتنا

أبطل الله الموت بالمسيح ابنه، الذي مات بإرادة صالبيه ومشية الله، وأقامه الله لأنه الحياة بذاتها، ولا يستطيع الموت أن يحويه. الرب لا يشاء موت الإنسان الروحي وانفصاله عنه، أما الموت الجسدي فأسبابه عديدة: (قتل، انتحار، مرض، حرب، حريق، فيضان، هرم الجسد، تلف الاعضاء) وكلها تدخل في مشيئة الله ومعرفته فهو ضابط الكل وخالق الكون، وكلها بحكمته. «لأنه كما علت السموات عن الأرض هكذا علت طريقي عن طرقكم وأفكاري عن أفكاركم» (اشعيا ٥٥ : ٩).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## أعذب صلاة

أعذب صلاة هي عندما تكون في أشد الضيق وهي أقرب نقطة قد تصل بها إلى العلاقة مع الرب «مَا أَضْيَقَ الْبَابَ وَأَكْرَبَ الطَّرِيقَ الَّذِي يُؤَدِّي إِلَى الْحَيَاةِ، وَقَلِيلُونَ هُمْ الَّذِينَ يَجِدُونَهُ» (إنجيل متى ٧ : ١٤) لا تتأفف من الضيقات بل استفد منها لخلاصك «من يهرب من الضيقة يهرب من الله» (الانبا بولا اول السواح).

تأملات وخبرات روحية

## هل أسكر؟

أخطاء كثيرة حصلت مع من يسكر وهي مذكورة بالكتاب المقدس ونصادفها في حياتنا اليومية. هل السُّكر خطيئة؟ على الأقل السُّكر يسهل الخطيئة والخطأ يُذهب الرُّشد والحكمة والاتزان... «كل الأشياء تحل لي لكن ليس كل الأشياء توافق» (١كورنثوس ١٠: ٢٣) «ولا تسكروا بالخمر التي فيها الخلاعة بل امتلئوا بالروح» (افسس ٥: ١٨). كل مما خلق الله هو جيد «ورأى الله كل ما عمله فإذا هو حسن جداً» (التكوين ١: ٣١) لكن الاسراف في الشيء يؤذي.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

١٠٦

## عدم الموت

يتمنى كل الناس عدم الموت، ويَطمح المؤمن إلى أن يكون حياً عند قدوم الرب يسوع على السحاب في آخر الأيام، وذلك لكي لا يذوق الموت وألمه، والخوف منه وعدم الانتظار في المجهول. لكن الرب يسوع أكد لنا: «كل من كان حياً وآمن بي فلن يموت إلى الأبد» (يوحنا ١١: ٢٦) موت الجسد غير مهم وهو مرحلة قصيرة جداً جداً كأنه عبور بوابة إلى الحياة الأبدية. لا تخاف ولا تحزن آمن بالرب يسوع وستعيش إلى الأبد ولن ترى الموت أبداً.

تأملات وخبرات روحية

١٠٧

## مش مهم

مش مهم تكون غني أو فقير .

المهم تفهم الحياة صحيح .

الكثير من الأغنياء يعيشون فقراء وبؤساء .

والكثير من الفقراء يعيشون في سعادة أكثر من الكثير من الأغنياء .

نظرتك وموقفك وقرارك هي التي تحدّد مدى سعادتك أو بؤسك في الحياة . الدنيا

غابة فيها وحوش مفترسة وفيها ورد جميل ، فيها أفراح وأتراح ، فيها نهار وفيها ليل .

خذ قرارك أن تعيش بإيمان ، والتصق بالرب تعش أسعد أنسان في الدنيا «إفرحوا في

الرب كل حين» (فيلبي ٤ : ٤) .

## لتكن مشيئتك

نشكرك يا رب ونفرح في ساعة السرور ونعدك يا رب أن نكون أوفياء لك في ساعة

الحزن ، وأن لا يفتر إيماننا بسبب مرض أو وفاة أو ... إيماننا بك كإيمان بطرس الرسول

عندما صُلب ولم يتخلّ عنك ، ولن نشك بحكمة الله الذي ترك ابنه يُصلب حتى

وعندما طلب منه الرب يسوع : «يا أبتاه إن لم يمكن أن تعبر عني هذه الكاس إلا أن

أشربها فلتكن مشيئتك» (متى ٢٦ : ٤٢) ، لأن الله أراد القيامة للمسيح ولنا . نحن نؤمن

بحكمتك يا رب ولتكن مشيئتك .

## نجنا من الشرير

علمنا الرب يسوع الصلاة الربية وبها نطلب من الآب السماوي «لكن نجنا من الشرير» (متى ٦ : ١٣). وهو عدو الخير (ابليس) وأعدائه وكذلك الإنسان الشرير. وهو يعلمنا أن الرب يستجيب لنا وهو قادر وراغب في أن ينجينا من أي شر بشري أو روحي. لكن لنطلب بإيمان ونعمل لنستحق أن يستجيب لنا الرب.

## الرب يحبك

اللي خلقك	يحميك ويرعاك
بس انت صلي	وللرب دعواك
وعن الشر	ابعد عينيك
وبعمل الخير	إشغل دنياك
مهما بعدت	بخطاياك
الرب يسوع	وراك وراك
بدق الباب	بده اياك

«هأنذا واقف على الباب وأقرع. إن سمع أحد صوتي وفتح الباب أدخل إليه وأتعشى معه وهو معي» (رؤيا يوحنا ٣ : ٢٠).

## ما تنتظر حدا يصفق لك

إذا كنت تعمل وتجتهد بعملك أو بحياتك الشخصية من أجل الآخرين فأنت مخطئ. اعمل لحياتك وأبديتك لإرضاء نفسك وتحقيق سعادتك الأرضية والأبدية. وصفق لنفسك «مَجْدًا مِنَ النَّاسِ لَسْتُ أَقْبَلُ» (يوحنا ٥: ٤١).

## كل شيء بأمر الرب

أتصلت بأبي الروحي (كاهن) في أحد الأيام الصعبة طالباً صلواته لي، وأن يذكرني في القداس. فأجابني مهدئاً ومقويماً بآية واحدة كانت كفيلة بإعادة هدوئي لنفسي «من ذا الذي يقول فيكون والرب لم يأمر» (مراثي ارميا ٣: ٣٧). أي انه لن يحدث شيء بدون أمر الرب، بغض النظر عن من يقول.

## حسد الشياطين لأبناء الله

يُحرك الشياطين أعوانهم واتباعهم لمحاربة أبناء الله خصوصاً عندما يجدونهم يزدادون قرباً من الرب، أو عندما ينجحون، وفي أفراحهم أيضاً، هذه الحروب يجب أن تزيد المؤمنين اقتراباً من الرب والاحتماء باسمه: «اسم الرب برج حصين. يركض إليه الصديق ويتمنّع» (الامثال ١٨ : ١٠) والرب يحمي أبناءه دائماً.

## لماذا نشكر الرب؟

الرب ليس بحاجة إلى شكرنا. لكن القديسين يقولون «ليس نعمة بلا زيادة إلا التي بلا شكر» (القديس اسحق السرياني)، فلماذا نشكر؟ شكرنا الرب يعني أننا نعترف أن كل ما لدينا من نِعَم هي منه لا بقوتنا الذاتية، وبالتالي ننسب الفضل لأهله. وهي مرآة لإيماننا بالله، فيها تواضع وعدم تكبر، وفيها تواصل مع مصدر النعم والخيرات. الشكر يقربنا من الله كالصلاة ويفيدنا نحن. أما الله فبغنى عنها. «اشكروا في كل شيء» (١ تسالونيكي ٥ : ١٨).

## المتناقضات

- البدين يتأفف من كثرة ما يأكل والجائع في أفريقيا وغيرها يتمنى الأكل.
- أصحاب الشركات يتدمرون من ضغط العمل والعاطلون عن العمل يتمنون آية وظيفة.
- الأغنياء يحتارون أين يستثمرون أموالهم والفقراء يتمنون ما يسد رمقهم.
- وصاحب الشعر الطويل يتأفف من تمشيط شعره والأصلع يتمنى الشعر.
- المدير يتمنى الراحة والموظف يتمنى أن يصبح مديراً.
- أشكر الرب أينما كان موقعك واجتهد أن تحسنه بالمحبة ولا تحسد غيرك فغيرك ايضاً غير مرتاح.
- «لَا نَكُنْ مُعْجِبِينَ نَغَاضِبُ بَعْضُنَا بَعْضًا، وَنَحْسِدُ بَعْضُنَا بَعْضًا» (غلاطية ٥ : ٢٦).

## العلم وبساطة الإيمان

«بينما يتصارع اللاهوتيون في خلافاتهم ، يتسلل البسطاء إلى الملكوت ببساطتهم»  
(القديس اغسطينوس). الإيمان والخلاص لا يتم بالعلم اللاهوتي العميق وتمحيص الكتب بل بالإيمان البسيط والمحبة الخالصة والتواضع الأصيل، وعمل الخير بدون تكلف.  
الموضوع ليس علماً ودراسة بل يتم ببساطة وبراءة الأطفال. «إن لم ترجعوا وتصيروا مثل الأولاد فلن تدخلوا ملكوت السموات» (متى ١٨ : ٣).



## لا تقل هيك الله بده (١)

«ليس الله سبب المعاناة، من حماقة أن نعتقد أن الله خالق معاناتنا، هذا التجديف...  
يفسد صلاح الله» (القديس باسيليوس). «إن سوء استعمال الحرية في الاختيار أدخل آدم  
إلى القابلية للعقاب والفساد والموت» (القديس مكسيموس). «البشر مولودون من بشر  
وبولادتهم يلدون النقائص البشرية» (القديس غريغوريوس النيصي). لذا القابلية للمعاناة  
ناجئة عن حرية إرادة الإنسان القديم (آدم) والإنسان الحالي. ونحن مسؤولون عن  
معاناتنا بإرادتنا وقراراتنا.

## لا تقل هيك الله بده (٢)

يُلخص القديس بالاماس الإجماع الآبائي للقديسين بقوله: «الله لم يخلق الموت ولا  
الأمراض ولا العيوب» «لم يخلق الله لا موت النفس ولا موت الجسد». «موت  
الجسد هذا لم يعطه الله ولم يخلقه ولم يقض أن يكون. ولا الله خالق الأمراض  
الجسدية». (كتاب سألتني فأجبتك) د. عدنان طرابلسي إذاً من أين أتى الموت والمرض؟  
«ورأى الله كل ما عمله فإذا هو حسن جداً» (التكوين ١: ٣١).

### لا تقل هيك الله بده (٣)

السقوط (سقوط البشرية ممثلة بآدم وحواء) أدى إلى خسارة النعمة الإلهية الممنوحة للإنسان لدى خلقه وبالتالي أدخل إلى آدم قابلية الفساد والمرض والموت. إنه سوء استعمال الحرية. إرادة الإنسان الحرة اختارت (منذ آدم لليوم) أن نحيا حياتنا وكان أمامنا الخيار في سلوك طريق الخطيئة أو البر، وبالتالي قادت خطيئة آدم السلالة البشرية إلى قابلية الفساد والمرض. ونهاية المرض هو الموت الجسدي، (أي انفصال الروح عن الجسد). «لكن قد ملك الموت من آدم إلى موسى، وذلك على الذين لم يخطئوا على شبه تعدي آدم، الذي هو مثال الآتي» (رومية ٥: ١٤).

### لا تقل هيك الله بده (٤)

وهكذا فالمرض هو نتيجة لخطيئة آدم الأولى، للسقوط، وهو أحد أشكال الشر الذي ولدته الخطيئة. ان هذا العقاب لم يضعه الله - وإن كان قد سمح به - بل أوجده الإنسان بتعدياته. يقول القديس كلمنضس الاسكندري: «كلّ منا يختار العقوبات عندما نخطئ بإرادتنا». وآدم أورث الجنس البشري الموت والفساد والمرض والمعاناة. أي ان أي إنسان بطبيعته كبشر مُعرّض إلى المرض والموت، وليس ان الله هو الذي يقرر أن يُمرض فلان أو يقتل فلان. «البشر مولودون من بشر وبولادتهم يلدون النقائص البشرية» (القديس غريغوريوس النيصي).

## لا تقل هيك الله بده (٥)

إذاً الأمراض التي تصيب الجنس البشري هي ليست نتيجة خطايا شخصية، بل لأن الناس يشتركون في الطبيعة البشرية الساقطة منذ سقوط أبيهم آدم. لهذا توجد نصوص كتابية تشير إلى عدم وجود رابطة بين مرض إنسان وبين أية خطايا قد يكون إرتكبها هو أو أجداده. «وفيما هو مجتاز رأى إنساناً أعمى منذ ولادته. فسأله تلاميذه قائلين يا معلم من أخطأ هذا أم أبواه حتى ولد أعمى. أجاب يسوع لا هذا أخطأ ولا أبواه لكن لتظهر أعمال الله فيه» (يوحنا ٩ : ٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لا تقل هيك الله بده (٦)

عندما يخطئ الإنسان يشعر بالذنب، وقد تنقص المناعة لديه ويضعف وقد يصبح أكثر عرضه للأمراض بسبب تأثير القلق والاضطراب والشعور بالذنب. لكن حاشا الله أن يضرب أبناءه بالمرض. وأنت إذا أخطأت فقم سريعاً وارجع إلى حضن الآب تأئباً: «من يقبل إليّ لا اخرجته خارجاً» (يوحنا ٦ : ٣٧).

تأملات وخبرات روحية

## لا تقل هيك الله بده (٧)

الله لا يجبر أي إنسان على فعل الخير أو الشر ولا يتدخل عكس إرادة الإنسان فلا تجعل الرب شماعة لخطاياك. الرب يحث الإنسان للوصول للخلاص وفعل الخير ولكن حسب الإرادة الحرة لذلك الإنسان: «الذي يريد ان جميع الناس يخلصون وإلى معرفة الحق يقبلون» (١ تيموثاوس ٢ : ٤).

## لا تقل هيك الله بده (٨)

نبع الماء الصافي لا ينبع غير الماء العذب النقي الصافي، وكذلك الرب. فهو نور ومحبة وخير ولا ينبع بغيرها. فالرب ليس مصدر الألم والمرض والشر والموت، فلا تنسب أيا منها إلى الرب. خطيئة آدم وخطيتك وإرادة البشر الحرة التي إختارت الخطيئة هي سبب دخول هذه الشرور إلى البشرية. «قال لآدم: لانك سمعت لقول امرأتك وأكلت من الشجرة التي أوصيتك قائلا لا تأكل منها ملعونة الأرض بسببك. بالتعب تأكل منها كل أيام حياتك. وشوكا وحسكا تنبت لك وتأكل عشب الحقل. بعرق وجهك تأكل خبزا حتى تعود إلى الأرض التي أخذت منها» (التكوين ٣ : ١٧).

## ضرورة الفهم قبل الحكم على الآخرين

لو وضعنا أنفسنا مكان الآخرين لتفهمنا ما يفعلونه من خطأ أو خطيئة وقد نعذرهم. كلنا بشر ضعفاء ولنا رغبات وشهوات ومملوون مشاعر، وهي التي تُسيرنا وليس المنطق هو الذي يقودنا. «لماذا تدين أخاك؟ أو أنت أيضا، لماذا تزدري بأخيك؟ لأننا جميعا سوف نقف أمام كرسي المسيح» (رومية ١٤: ١٠) ، «بالكيل الذي به تكيلون يكال لكم» (متى ٧: ٢).

## عجبي

ننسى كل الأشياء التي لا حصر لها والتي أعطانا إياها الله ونحصر تفكيرنا بالأشياء القليلة التي لا نملكها ولا يحق لنا الحصول عليها. إرض بما أنعم به الله عليك تسعد بالدنيا وتحصد السماء والحياة الأبدية. «أشكر إلهي في كل حين من جهتك على نعمة الله المعطاة لكم في يسوع المسيح» (١ كورنثوس ١: ٤).

## الفكر الفاضي ملعب للشيطان

ضع أهدافاً لحياتك، غطّ جميع جوانبها الروحية أولاً، وثم القلبية وأخيراً البدنية والاجتماعية منها، أهدافاً توصلك إلى الخلاص وأخرى لتخدم بها عملك وعائلتك ومجتمعك، وبذلك تُشغل وقتك وعملك بأشياء مفيدة. «أصْحُوا وَاسْهَرُوا. لِأَنَّ إِبْلِيسَ خَصْمَكُمْ كَأَسَدٍ زَائِرٍ، يَجُولُ مُلْتَمِسًا مَنْ يَبْتَلِعُهُ هُوَ» (١ بطرس ٥ : ٨).

## قف حيث أنت

إن أقنعت الشخص الذي أمامك توقف وإكتفٍ لئلا يُغيّر رأيه وإذا أقنعت ذاتك وانتصرت على تجربة، لا تستذكرها لئلا تسقط بها مرة أخرى: «لأنها طرحت كثيرين جرحى وكل قتلاها أقوياء (الخطيئة)» (الامثال ٧ : ٢٦).

## لماذا الرجل هو قائد الأسرة؟

سمعت حواء للحية وأكلت من ثمرة شجرة معرفة الخير والشر التي نهاها عنها الله واعطت لآدم منها. وعندها رأى الرب بحكمته ان المرأة عاطفية وسريعة السقوط لذا إختار الرجل أن يكون قائد البيت ورأس المرأة «وقال للمرأة بالوجع تلدين أولادا. وإلى رجلك يكون اشتياقك وهو يسود عليك» (التكوين ٣ : ١٦). «لأن الرجل هو رأس المرأة كما أن المسيح أيضاً رأس الكنيسة» (افسس ٥ : ٢٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

١٣٠

## الخطايا «الليذبة»

هي أخطر أنواع الخطايا التي نحللها لأنفسنا أو التي لا نعترف أنها خطيئة، والتي لا نفكر بالتخلي عنها، ولا نريد التوبة عندما نتذكرها. لنعترف ونتب ونبتعد عن كل الخطايا الأخرى بكل إيمان وصلابة أما هذه الخطيئة المدللة فوضعها مختلف. وبالحقيقة هذه أهم خطيئة يجب التوقف عنها، لأنها متنكرة ونحللها لأنفسنا ولا نعترف أنها خطيئة، وهنا يكمن الخطر، فقد تكلفنا أبديتنا «لا تشمتي بي يا عدوّتي. اذا سقطت أقوم» (مخيا ٧ : ٨).

تأملات وخبرات روحية

١٣١

## كن جاهزاً

في أي لحظة قد يفارق أيُّ منا هذه الحياة الفانية. لم يسبق أن بقي أي إنسان على قيد الحياة أكثر من ١٠٠ عام... والكثيرون يموتون وهم صغار السن وحتى أطفال ولأسباب مختلفة. حضّر نفسك روحياً ونفسياً للقاء الديان العادل الرحيم، وجهز حياتك الأرضية أيضاً بحيث تسهّل حياة من يهملك. إن الصلاة وتنقية الذات والمصالحة مع ذاتك والآخرين أمر مهم وكذلك بناء علاقة قوية مع الرب من الآن: «خَافُوا اللَّهَ وَأَعْطُوهُ مَجْدًا، لِأَنَّهُ قَدْ جَاءَتْ سَاعَةٌ دَيْنُونَتِهِ، وَاسْجُدُوا لِصَانِعِ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَالْبَحْرِ وَيَنَابِعِ الْمِيَاهِ» (رؤيا يوحنا ١٤: ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الله يعمل من خلال المؤمنين ذوي الإرادة الصالحة

المسيح هو رأس الكنيسة ونحن أعضاؤها وهو يعمل من خلالنا. نحن أبناء الله ونعلم مشيئته ووصاياه ونعلم أنه أوصانا أن نطعم الجائع ونكسي العريان: «من له ثوبان فليعط من ليس له ومن له طعام فليفعل هكذا» (لوقا ٣: ١١). وأن نعمل الخير مع الأخيار والأشرار لأننا أبناء أبينا السماوي الذي يمطر على جميع الناس. لذلك علينا أن نقوم بواجبنا ونحن على الأرض كرسول وأبناء للمسيح، لأن الرب جاء إلى الأرض مرة واحدة عندما تجسد قبل ٢٠٠٠ عام من العذراء مريم، ولن ينزل مرة أخرى على الأرض إلا يوم الدينونة لذلك وهبنا الروح القدس الساكن فينا الآن «وأما المعزي الروح القدس الذي سيرسله الآب باسمي فهو يعلمكم كل شيء ويذكركم بكل ما قلته لكم» (يوحنا ١٤: ٢٦)، لكي يكون معنا في كل حين (في قلوبنا) ليساعدنا على تطبيق مشيئته القدوسة.

تأملات وخبرات روحية



## ورقة في مهب الريح

يوجد سفن ضخمة جداً، يبلغ طولها مئات الأمتار ووزنها آلاف الأطنان وارتفاعها ١٦ طابقاً، وتتسع لحوالي ٥٠٠٠ شخص، ولكنها لا تعدو أن تكون سفينة صغيرة جداً بالنسبة للمحيط، وهي معرضة أن تغرق في لحظة. وهكذا الإنسان، مهما علا شأنه وقدره وغناه، حتى لو كان أعظم ملك بالعالم لا يعدو أن يكون ورقة في مهب الريح كالسفينة تماماً، وبلحظة ينتهي عمره ويختفي عن الوجود. الوحيد الباقي وأكبر من المحيط هو الرب. التصق به وهو يحضنك ويحميك: «رَبُّنَا عَظِيمٌ وَيَسْتَحِقُّ كُلَّ تَسْبِيحٍ، وَعَظَمَتُهُ لَا حُدُودَ لَهَا» (المزمير ١٤٥: ٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## جَرَّبُ الصلَاةِ

عندما تسكّر بوجهك الدنيا، ومش ملاقي حل لمشاكلك، إركع لرب السماء والكون وهو رح يساعذك... جَرَّبُ «الحق الحق أقول لكم ان كل ما طلبتم من الآب باسمي يعطيكم» (يوحنا ١٦: ٢٣).

تأملات وخبرات روحية

## لنقدّر النعمة

أحياناً لا نقدّر النعمة وعطايا الرب التي منحنا إياها. يا ليتنا، ولو لدقائق معدودة، نتخيل حرماننا منها (زوجة، أولاد، بيت، صحة، عمل، أصدقاء، أمان) أو انها مُلك غيرنا. قد نقدّرُها حينئذٍ: «شاكرين كل حين على كل شيء في اسم ربنا يسوع المسيح لله والآب» (افسس ٥ : ٢٠).

## الكنائس

بُنيت الكنائس منذ القرن الرابع الميلادي كما بُنيت عبر القرون كاتدرائيات ضخمة، بعضها استغرق بناؤها عشرات السنين، وكلها تراث ثمين ينم عن الإيمان العميق، لكل من ساهم وأشرف على بنائها. حَفَظت هذه الكنائس والمخطوطات أيضاً إيمان وعقائد المسيحية منذ زمن المسيح إلى يومنا هذا. واقدم هذه الكنائس موجودة في الأردن وفلسطين (القدس، بيت لحم، جبل الزيتون) «المسيح هو رأس الكنيسة» (افسس ٥ : ٢٣).

## الجد والحفيد

نصح أبي إبنى نصيحة ثمينة جداً برأيه -لكي يكون ناجحاً بحياته وعمله- قائلاً له: «شارك رب العالمين بعمل الخير والتبرع للفقراء، وامش في رضاه تنجح في كل ما تعمل به». تذكرت مقولة والدي هذه عندما قرأت المزمور الأول: «طوبى للرجل الذي لم يسلك في مشورة الأشرار، وفي طريق الخطاة لم يقف، وفي مجلس المستهزئين لم يجلس. لكن في ناموس الرب مسرته، وفي ناموسه يلهج نهاراً وليلاً. فيكون كشجرة مغروسة عند مجاري المياه. التي تعطي ثمرها في أوانه. وورقها لا يذبل. وكل ما يصنعه ينجح» (المزمير ١ : ١).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

١٣٨

## أحلى الكلام

«طوبى للذي ينظر إلى المسكين. في يوم الشر ينجيه الرب. الرب يحفظه ويحييه. يغتبط في الأرض ولا يسلمه إلى مرام أعدائه. الرب يعضده وهو على فراش الضعف. مهدت مضجعه كله في مرضه» (المزمير ٤١ : ١).

تأملات وخبرات روحية

١٣٩

## أَنْبِ وَحَاسِبْ نَفْسَكَ

كُنْ صَرِيحاً مَعَ نَفْسِكَ، وَسَمِّ الْأُمُورَ بِمَسْمِيَّاتِهَا... وَإِذَا أَخْطَأْتَ لَا تُبَرِّرِ الْخَطَأَ، وَحَاسِبْ نَفْسَكَ وَعَاقِبْ ذَاتَكَ وَبِذَلِكَ قَدْ تَرَبَّحَ خِلَاصَكَ: «لَا حِظَّ لِنَفْسِكَ وَالتَّعْلِيمَ وَدَاوِمَ عَلَيَّ ذَلِكَ. لِأَنَّكَ إِذَا فَعَلْتَ هَذَا تَخَلَّصَ نَفْسَكَ وَالَّذِينَ يَسْمَعُونَكَ أَيْضاً» (١ تيموثاوس ٤ : ١٦).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## احْتَفِظْ بِالشُّعُورِ بِالذَّنْبِ

عِنْدَمَا يُخْطِئُ الْإِنْسَانُ ذُو الضَّمِيرِ الْحَيِّ يَشْعُرُ بِالذَّنْبِ حَيْثُ يَبْكُ الرُّوحُ الْقُدُسُ الْإِنْسَانَ الْمُؤْمِنَ. «لَا تَطْفِئُوا الرُّوحَ» (تسالونيكي ٥ : ١٩). لَا تَحَاوِلِ التَّخْلَصَ مِنَ الشُّعُورِ بِالذَّنْبِ فَهُوَ ضَرُورِي لِحِلَاصِكَ فَالْأَمُّ مُفِيدٌ لِلرُّوحِ. وَلَكِنْ لَا تُبَالِغْ بِهِ لِكَيْ لَا يَسْتَغْلَهُ إِبْلِيسُ لِيَدْخُلَكَ فِي الْيَأْسِ الْمُؤَدِّيِّ لِلتَّهْلُكَةِ. «أَذْكَرُ مِنْ أَيْنَ سَقَطْتَ وَتُبَّ، وَاعْمَلِ الْأَعْمَالَ الْأَوَّلَى» (رؤيا ٢ : ٥).

تأملات وخبرات روحية

## معاتبة

عابتني قريبة لي على موضوع تعتقد انني أسأت لها فيه قبل ٣٠ عاماً فلا هي اعطتني فرصة للشرح ولا انطباعاً انها قد تُصدّق اقوالي. ولا نسيت ولا غفرت. ثلاثون عاماً تحمل عبء الموضوع الذي كبرته وثقل كاهلها. الشيطان يذكرنا بالاساءات والهفوات ويكبرها ويسعى إلى اساءة العلاقات بين الجميع: «العتاب خير من الحقد» (يشوع بن سيراخ ٢٠: ١). «احترزوا لأنفسكم. وإن أخطأ إليك أخوك فوبّخه، وإن تاب فأغفر له» (لوقا ١٧: ٣).

## الخير والشر

الخير والشر اللذان تفعلهما يرجعان عليك أضعافاً، أما الخير فيفيد الآخرين ويفيدك أكثر. أما الشر فيؤذيك أكثر مما يؤذيهم، فاحذر ما تفعله وما تقوله. «ارم خبزك على وجه المياه فانك تجده بعد أيام كثيرة» (الجامعة ١١: ١) «من يحفر حفرة يسقط فيها ومن يدحرج حجراً يرجع عليه» (الامثال ٢٦: ٢٧).

## باركوا ولا تلعنوا

لو أوقفنا اللعنات على أعدائنا لنقص كلامنا إلى النصف. وحتى لعنات التحبب غير مستحبة. أي لعنة هي اشتراك بالظلمة والشر أما البركة فهي من الرب «باركوا على الذين يضطهدونكم. باركوا ولا تلعنوا» (رومية ١٢ : ١٤).

## لكل موهبة تختلف عن الآخرين

«ولكن لنا مواهب مختلفة بحسب النعمة المعطاة لنا» (رومية ١٢ : ٦) أعطى الرب لكل إنسان مواهب تختلف عن الآخرين لحكمة يعلمها. كلما أُعطيت أكثر يطلب منك الرب واجبات أكبر. أحياناً نعمة الفقر تُمنح مع السعادة وهدوء البال وتكون أثنى من المال والسلطة مع الحزن ووجع القلب. جاهد واعمل بموهبتك لأنك ستُحاسب عليها يوماً ما مهما كانت هذه الموهبة والنعمة.

## زي ما دخلنا رح نطلع

«لأننا لم ندخل العالم بشيء وواضح اننا لا نقدر أن نخرج منه بشيء» (١ تيموثاوس ٦ :٧). لا داعي لوضع كنوزنا في الأرض بل الأفضل أن نستغلها لندخل الملكوت.

## الغنى نقمة أحياناً

«واما الذين يريدون أن يكونوا أغنياء فيسقطون في تجربة وفخ وشهوات كثيرة غبية ومضرة تغرق الناس في العطب والهلاك، لأن محبة المال أصل لكل الشرور، الذي إذ ابتغاه قوم ضلّوا عن الإيمان وطعنوا أنفسهم باوجاع كثيرة» (١ تيموثاوس ٦ :٩) المال ليس شراً بحد ذاته، لكن حب المال فوق كل شيء والتضحية بكل شيء للحصول عليه هو طريق الهلاك. كرّس المال لابديتك.

## عزائنا

في العزاء في دول اليونان وقبرص يعزون أهل الميت بعبارة: «المسيح قام» كأنهم يقولون لهم قرييكم الذي مات غير ميت بل قام مع المسيح، وهذا هو إيماننا «عالمين ان الذي أقام الرب يسوع سيقمنا نحن أيضاً بيسوع ويحضرنا معكم» (٢ كورنثوس ٤ : ١٤).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الجدور

لشهر كامل وأنا أعاني من حبة صغيرة في الرقبة، ولم ينفع معها كل أنواع الكريمات أو الأدوية، إلى أن فتحت الحبة وخلعت شعرة من جذورها كانت تنمو بداخلها، وعندها تخلصت من الحبة نهائياً. وهكذا أشبه خطايا الإنسان المتجذرة في النفس، والتي يجب خلعها عقلياً ونفسياً وروحياً من جذورها، بالرجوع إلى الأصل النفسي المسبب لها ومعالجته: «لا يثبت الإنسان بالشر. أما أصل الصديقين فلا يتقلقل» (الامثال ١٢ : ٣).

تأملات وخبرات روحية



## استفد من رحمة الله

إذا وقعت في أية خطيئة مهما كانت، إندم سريعاً وراجع نفسك. وسارع إلى الاعتراف والرب سيغفر لك خطاياك ويمنحك الحل عليها على يد الأب الكاهن بكل سرية. وستعود إلى أحضان الرحمة الإلهية «من غفرتم خطاياهم تغفر له. ومن أمسكتم خطاياهم أمسكت» (يوحنا ٢٠ : ٢٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## مع الرب الحياة أجمل

مهما استمتعت بالحياة سيأتي يوم تمل منها ومن ملذاتها وستكتشف انه لا بد من وجود شيء أعظم من هذه الحياة وستجد عندها ان: «رحمتك أفضل من الحياة» (المزمير ٦٣ : ٣).

تأملات وخبرات روحية

## إِسْعَ إِلَى الْمَلَكُوتِ

لا تسعَ إلى الأمور الزائلة بل إسعَ للأمور الخالدة التي لا تفنى ولا تزول، إسعَ إلى القداسة والاتحاد مع الله في محبته ومحبة الآخرين. تعرّف على الرب وملكوته من الآن لكي يتعرف عليك عندما تأتيه في الأبدية. «لكن اطلبوا أولاً ملكوت الله وبره وهذه كلها تزداد لكم» (متى ٦ : ٣٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الصراحة واللباقة

الصراحة في غير موضعها وقاحة أما اللباقة فتحافظ على الصداقة. والمحبة المعلومة الصريحة بأسلوب خاطئ قد لا تصل إلى هدفها دائماً، ولكن اللباقة بالتأكيد ستؤدي الهدفين أولاً إيصال المعلومة. ثانياً: تقبلها من المستمع «فكونوا حكماء كالحيات وبسطاء كالحمام» (متى ١٠ : ١٦).

تأملات وخبرات روحية

## الأولى بالرعاية

كل الكائنات الحية بحاجة إلى العطف والحنان والرعاية، حتى النباتات والحيوانات. أما الإنسان فكلما كان صغيراً في العمر أو طعن في السن تزداد حاجاته، وكذلك الإنسان الجديد بالإيمان فهو يحتاج إلى رعاية روحية أكثر، ومساحة للغفران والمساحة أكبر. «فيجب علينا نحن الأقوياء أن نحتمل أضعاف الضعفاء ولا نرضي أنفسنا» (رومية ١٥ : ١).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## ما لم يخطر على بال بشر

كل متع الحياة قصيرة ولا تدوم وحواسنا الخمسة تختبرها بشكل محدود ومؤقت. لذة الطعام تكمن في اللسان عند نقاط التذوق وتزول عند بلع الطعام. واللذات الحسية الجنسية تنتهي فور انتهاء العلاقة. وكذلك متعة النظر والسمع والشم تزول بزوال المؤثر أو التعود عليه. أما وعد الرب لنا: «ما لم تر عين ولم تسمع أذن ولم يخطر على بال إنسان ما اعده الله للذين يحبونه» (١كورنثوس ٢ : ٩).

تأملات وخبرات روحية

## السمة التي لا تتعب بصيدها لا تستمتع بأكلها

صاحب الفكرة يتحمس لإنجاز فكرته فقط لذلك قد من ثُج لاختيار أفكاره ومشاريعه، ويتحمس لإنجازها ولا تُلقنه أفكارك بالملعقة. وهكذا قد أبناءك إلى الإيمان بالقدوة الحسنة، بحضور القداس والصلاة بالمنزل وليس بالتلقين. ودعهم يكتشفون الرب والإيمان بالتجربة وبالحب وباسلوبهم ليشعروا بعلاقتهم المباشرة بالرب، وبأن إيمانهم هو قرارهم وليس بالإجبار من والديهم. «بل قدسوا الرب الإله في قلوبكم مستعدين دائماً لمجاوبة كل من يسألكم عن سبب الرجاء الذي فيكم بوداعة وخوف» (١ بطرس ٣: ١٥).

## عمتي الراهبة

أحببتها منذ صغري، وتعلمت منها الكثير عن الرب يسوع والكنيسة والمحبة والعطاء وخدمة الفقراء. كانت تعطيني بلالين وملبس وعلكة كلما كانت تأتي لزيارتنا وهدايا بابا نويل. والآن تفعل ذات الشيء مع أولادي. وتفتخر بمسيحياتها ومسيحها واسم عائلتها الذي يحمل اسم المسيح. ما أجمل دعوتها لكل العائلة في آخر لقاء لنا: «إنشالله نجتمع كلنا بالسما زي ما إحنا مجتمعين هون». «ليس أحد ترك بيتا أو إخوة أو أخوات أو أبا أو أما أو امرأة أو أولادا أو حقولا لأجلي ولأجل الإنجيل الا وياخذ مئة ضعف» (مرقس ١٠: ٢٩).

## إبن الجسور وارفض حرقها

مهما حاول البعض محاربتك، أرفض وحوّل الحرب إلى سلام إبنِ صداقاتِ وانهِ العداوات. المحبة أقوى سلاح ضد الشر: «الْمَحَبَّةُ لَا تَسْقُطُ أَبَدًا» (١ كورنثوس ١٣: ٨).

## أبعد مما تراه العين

لا تحسد الغني والمشهور وصاحب السلطة، فإن الله هو المعطي وهو أدرى بخلقه. قد يكون حالك أحسن منه وأنت لا تدري. وقد يكون يحسدك أنت على راحة بالك وحياتك البسيطة. «فاطرحوا كل خبث وكل مكر والرياء والحسد وكل مذمة» (١ بطرس ٢: ١).

## الوحيد

المسيح يسوع هو الوحيد الذي وعد أتباعه ومن يؤمن به بالحياة الأبدية: «لكي لا يهلك كل من يؤمن به بل تكون له الحياة الأبدية» (يوحنا ٣ : ١٥).

## السعادة

خذ القرار الآن بأنك مسؤول عن سعادتك، وانها -أي سعادتك- مجرد قرار تأخذه في هذه اللحظة بغض النظر عما تملك أو ما ينقصك. لا تقض حياتك بالحزن والام حتى لو كان يوجد ما يبررهما. سعادتك قرار انت صاحبه «رد لي بهجة خلاصك وبروح منتدبة أعضدني» (المزامير ٥١ : ١٢).

## مساعدة الفقراء

ليس بالضرورة أن تقتل أو تزني لتفقد أيديتك فإن عدم مساعدة الفقراء «اخوة الرب» كاف لفقدانها. «يا رب متى رأيناك جائعا أو عطشانا أو غريبا أو عريانا أو مريضا أو محبوسا ولم نخدمك. فيجيبهم قائلا الحق أقول لكم بما انكم لم تفعلوه بأحد هؤلاء الأصاغر فبي لم تفعلوا. فيمضي هؤلاء إلى عذاب أبدي والأبرار إلى حياة أبدية» (متى ٢٥ : ٤٦).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لا تتأفف

الإنسان حافي القدمين يوقف التأفف على فقره إذا رأى إنساناً مقطوع الساقين. مهما تكن حالك، فهي أحسن من الكثيرين. أشكر ربنا «ليست عطية بلا زيادة إلا التي بلا شكر» (القديس اسحق السرياني).

تأملات وخبرات روحية

## الله ما بنام مديون لا حد

إذا أعطيت أي عطية لإنسان لوجه الله دون مقابل، سترها مردودة إليك أضعافاً. والأمثلة لا تُعد ولا تُحصى «هاتوا جميع العشور إلى الخزانة ليكون في بيتي طعام وجربوني بهذا قال رب الجنود إن كنت لا أفتح لكم كوى السموات وأفيض عليكم بركة حتى لا توسع» (ملاخي ٣ : ١٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## العذراء أمانا

إيماننا، إنها في السماء تتشفع بأبنائها، لذا نتلو في المسبحة الوردية كلمات الملاك لها حين بشرها بميلاد المسيح: «أيتها الممتلئة نعمة، الرب معك» (لوقا ١ : ٢٨) وكلمات اليصابات «من أين لي أن تأتيني أم ربي؟» (لوقا ١ : ٤٣) ونطلب منها أن تصلي من أجلنا «بشفاعة والدة الإله يا مخلص خلصنا».

تأملات وخبرات روحية



## الدنيا مهرجان

فيها الحلو وفيها المر.  
وفيها الفرح والحزن.  
وفيها الربح والخسارة.  
وفيها الغنى والفقر.  
وفيها الصبا والكهولة.

فيها كلها ضع إيدك بإيد الرب بعيشك بسلام وفرح لتصل السماء معه. «الرَّبُّ يَهْتَمُّ  
بِي. عَوْنِي وَمُنْقِذِي أَنْتَ. يَا إِلَهِي لَا تُبْطِئْ» (المزامير ٤٠: ١٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## شريك حياتك

اشبع حاجات شريك حياتك العاطفية والجسدية لئلا يبحث عنها خارج إطار  
الزوجية. الاستماع لمشاكلة بحب وحنان وإشباع حاجاته المادية الأخرى ضرورة  
لا بد منها أيضاً «ليس للمرأة تسلط على جسدها بل للرجل. وكذلك الرجل أيضاً  
ليس له تسلط على جسده بل للمرأة» (١ كورنثوس ٧: ٤).

تأملات وخبرات روحية

## الحياة لغز

لا نستطيع فهم الغاز الحياة كلها من أسرار الحياة والولادة والموت والألم. لكن آمن بأن الله خلقنا ويرعانا بمحبته وحكمته التي قد لا نفهمها أحياناً كثيرة: «يا لعمق غنى الله وحكمته وعلمه. ما أبعد أحكامه عن الفحص وطرقه عن الاستقصاء» (رومية ١١ : ٣٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## قول أعجبني

«لا وقت عندي لأكره من يكرهني فأنا مشغول بحب من يحبني» (محمود درويش) لو كل الناس أخذت بهذه المقولة لكان العالم كله بألف خير. «أحب قريبيك كنفسك» (متى ١٩ : ١٩).

تأملات وخبرات روحية

## سامحني يا رب

سامحني يا رب على كل فكر خاطئ قبلته أو فعل اقترفته وساعدني أن أسير في طريق التوبة والخير وأرح قلبي انك قبلت توبتي. «قلبا نقياً أخلق فيّ يا الله وروحاً مستقيماً جدّد في داخلي» (المزمير ٥١ : ١٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## المعروف

قد تخجل أن تطلب من أي شخص معروفاً أو خدمة معينة، وأنت قد قمت بأذيته مسبقاً أو أخطأت بحقه. أليس من الأجدر قبل أن نطلب من الرب النعم والبركات، أن نتأكد أننا لسنا مخطئين بحقه أو بحق أبنائه: «صدقة الرجل كخاتم عنده، فيحفظ إحسان الإنسان كحدقة عينه» (يشوع بن سيراخ ١٧ : ١٨).

تأملات وخبرات روحية

## رحمة لا عدلاً

المطلوب منا جميعاً الرحمة والمحبة مع من نتعامل معهم، وليس عقابهم بحجة العدل والحق. لو أراد الله أن يكون عادلاً معنا لما خَلَصَ أحد، لكنه اختار الرحمة «محبة أبدية أحببتك من أجل ذلك ادمت لك الرحمة» (ارميا ٣١ : ٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الكهنة والرهبان والراهبات

ضحوا بحياتهم العائلية والشخصية، ينامون وحيدين، وهكذا يستيقظون، وهكذا يأكلون، ويصلون من أجلنا، ضحوا بحياتهم الأرضية من أجلنا كي يكسبوها في السماء. لنصلِّ من أجلهم ونتذكرهم بالزيارات والتلفونات والدعوات: «كل من ترك بيوتا أو إخوة أو أخوات أو أبا أو أما أو امرأة أو أولادا أو حقولا من أجل اسمي يأخذ مئة ضعف ويرث الحياة الأبدية» (متى ١٩ : ٢٩).

تأملات وخبرات روحية

## «اللي بتطلع عليك بعين، اتطلع عليه باشتين»

ربنا يسامح ويغفر ويساعد ويرزق ويحمي ويمنح البركات لكل واحد فينا، ولا يريد منا أن نعطيه شيئاً لأنه لديه كل شيء. لكن يطلب منا أن نحب ونرحم بعضنا بعضاً  
«مَنْ يُحِبُّ أَخَاهُ يَثْبُتْ فِي النُّورِ وَلَيْسَ فِيهِ عَثْرَةٌ» (١ يوحنا ٢: ١٠).

## ابنتي

سافرت ابنتي إلى كندا، وعند وداعها فجراً احسست كأن قطعة مني فارقتني. وفارق النوم قلبي قبل عيني. فالأبناء غاليلون جداً على آبائهم. والآب السماوي يحبنا أيضاً بلا حدود فنحن أبناؤه بحق وليس مجازاً ولذلك ارتضى، من فرط حبه لجميع أبنائه، أن يضحي ويقبل بصلب ابنه الوحيد الإله المتجسد من أجل خلاصنا:  
«خَرَّافِي تَسْمَعُ صَوْتِي، وَأَنَا أَعْرِفُهَا فَتَتَّبِعُنِي. وَأَنَا أُعْطِيهَا حَيَاةً أَبَدِيَّةً، وَلَنْ تَهْلِكَ إِلَى الأَبَدِ، وَلَا يَخْطُفُهَا أَحَدٌ مِنْ يَدِي.» (يوحنا ١٠: ٢٧، ٢٨).

## كلام قاسٍ

المحبة أهم من الإيمان والصلاة: «الإيمان والرجاء والمحبة هذه الثلاثة ولكن أعظمهن المحبة» (١كورنثوس ١٣ : ١٣). اذا كنت تصلي كل يوم وتذهب إلى القديس كل يوم وليس فيك محبة ورحمة لمن حولك فأنت غير مؤهل للملكوت. «وان كانت لي نبوة واعلم جميع الاسرار وكل علم وان كان لي كل الإيمان حتى انقل الجبال ولكن ليس لي محبة فلست شيئاً» (١كورنثوس ١٣ : ٢).

## لكي تكون سعيداً

يوجد ترتيلة في كتاب الترانيم تقول في أحد أبياتها: «طعم الرب لذيدٌ... أشهى من العسل». والمقصود فيه العلاقه والعشرة مع الله. جرّبها وسوف تعيش العمر سعيداً. «ذوقوا وانظروا ما أطيب الرب. طوبى للرجل المتوكل عليه» (المزامير ٣٤ : ٨).

## أريد رحمة لا ذبيحة

«أريد رحمة لا ذبيحة. لأني لم آت لأدعو أبراراً بل خطاة إلى التوبة» (متى ٩ : ١٣) ان الشياطين تؤمن وتقشعر، ولكن ليس فيها محبة ولا فعل خير، وهكذا الإنسان المؤمن الذي لا يعمل خيراً ومحبة وتسامحاً، ولا يعامل من هم أقل منه حظاً بتسامح ومحبة، وينظر إلى حاجاتهم ويحترمهم، فهو كالشياطين التي تؤمن ولا تعمل أعمال محبة. الخطيئة: «لا تسمح لخطيئتك أن تتحول إلى عادة» (القديسة تيريزا الأفيلية). الزلة مقدور عليها لكن تكرارها بإرادة حرة يصبح قاتله للنفس «لَمْ تُقَاوِمُوا بَعْدُ حَتَّى الدَّمِ مُجَاهِدِينَ ضِدَّ الخَطِيئَةِ» (العبرانيين ١٢ : ٤).

## الحب

الحب مهم للإنسان كالماء والهواء، حتى لو عاش الإنسان لتوفر الماء والهواء والغذاء. فقد يموت من عدم وجود من يحبه ويهتم به ويشعره بأهميته (دراسات علمية). والمقصود بالحب هو المحبة الشاملة المتبادلة مع كل ما ومن يحيط بالإنسان. والسعادة تتناسب طردياً مع وجود هذه المحبة. «تحب قريبك كنفسك» (متى ٢٢ : ٣٩).

## نحزن لكن باطمئنان

نتأثر كثيراً لرؤية فقراء أو مرضى أو محزونين، وقد نحزن لأنه ليس باستطاعتنا مساعدة كل هؤلاء. لنطمئن لأن خالقهم أحن عليهم منا وهو أدري بخلقه. ساعد ما استطعت منهم وصلِّ لأجل الباقيين والرب كفيل بنا جميعاً. «بسلامة اضطجع بل أيضاً أنام. لأنك أنت يا رب منفرداً في طمأنينة تسكنني» (المزمير ٤ : ٨).

## لا تعتب على الرب

لو أصاب عزيزاً علينا مرض عضال أو مات فلا نعتب على الرب. فلقد ترك ابنه الوحيد يُجلد بالسياط ويُصلب ويموت. ولكن سرعان ما قام الرب من بين الأموات، وربحنا جميعاً الملكوت وفتح لنا باب السماء. للرب حكمته وقد لا نفهمها غالباً. «عزيزٌ في عيني الرب موت اتقيائه» (المزمير ١١٦ : ١٥).



## أعمى القلب

الغيرة والحقد والغضب تعمي الإنسان عن الحق والإنسانية والمحبة والخير، فلا تتسرع بالكلام والحكم على الآخرين وأنت تحت سيطرة أي منهما. «أما الآن فاطر حوا عنكم أنتم أيضا الكل الغضب السخط الخبث التجديف الكلام القبيح من أفواهكم» (كولوسي ٣ : ٨).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## ما حدا ماخذ معو إشي

٦٨ شخصاً يملكون أكثر من نصف البشر على الكرة الأرضية: قد يكون هؤلاء الأشخاص من فاعلي الخير وقد لا يكونون. لكن أنلوم الله على وجود الفقراء؟ أم نلوم الإنسان؟ «من يعطي الفقير لا يحتاج ولمن يحجب عنه عينيه لعنات كثيرة» (الامثال ٢٨ : ٢٧).

تأملات وخبرات روحية

## تنبيه الرب لنا

يُرسل لنا الرب تحذيرات بطرق مباشرة وغير مباشرة لكي نرتدع عن الخطئية أو الشر الذي نفعله قد تكون عن طريق أي شخص وقد نظن أنها بالصدفة، ولكن لا يوجد صدفة عند الرب لا تهملها واصغ لها «تأتي عليك جميع هذه البركات وتدر كك اذا سمعت لصوت الرب إلهك» (الثنية ٢٨ : ٢).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## أنظر حولك

قد يكون الله أطلال في عمرك لكي تخدم الآخرين، أو منحك المال لتساعد به الفقراء أو منحك السلطة لتساعد المظلومين فإذا أردت أن تحافظ على نعم الله عليك تذكر واجبك نحو أبناء الله. «أبسط يدك للفقير لكي تكمل بركتك» (يشوع بن سيراخ ٧ : ٣٦).

تأملات وخبرات روحية

## إفرح

إذا لم تُسعد نفسك بنفسك فلن تسعد ابداً، أنت المسؤول عن سعادتك، ولديك أكثر مما ينبغي لتكون سعيداً «افرحوا في الرب كل حين» (فيلبي ٤ : ٤).

## إستمع بالحياة لحظة بلحظة

إستمع بلون الشجر، ولون السماء، واستمتع برائحة الورد، وبضحكة طفل، وتغريدة عصفور، فالحياة تمر بلمح البصر وعندما تتوقف لتنظر اين انت يكون قد جاء دورك للتنحي من هذه الحياة «رأيت كل الاعمال التي عملت تحت الشمس فاذا الكل باطل وقبض الريح» (الجامعة ١ : ١٤).

## لا تدس على طرف أحد

لا تؤذ أحداً لا بالفكر ولا بالفعل لا بالقول ولا بالصمت. اصنع للآخرين ما تحب ان يصنعه لك: «وَأَدِّينَ بَعْضُكُمْ بِبَعْضٍ بِالْمَحَبَّةِ الْأَخَوِيَّةِ، مُقَدِّمِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا فِي الْكِرَامَةِ» (رومية ١٢: ١٠).

## نصيحة، لا ترفع الكلفة

مهما كنت محباً ومعتزلاً ولطيفاً مع الآخرين فلا ترفع الكلفة، وحافظ على جزء من الرسميات والجدية في علاقتك معهم لأن إعتبار الآخرين لك انك (بالجبية) و(تحت البنديرة) يؤذي الطرفين والعلاقة التي بينكم. «تمسك بالأدب لا ترخه. احفظه فانه هو حياتك» (الأمثال ٤: ١٣).

## قاوم التجارب

إذا راودتك نفسك على الانتقام ممن أساؤا اليك، أو أن تعاملهم كما يعاملوك، تذكر انك ستصبح مثلهم وستدخل في شراكة مع قوات الظلمة والشر، وتكون قد دعوت عدو الخير لحياتك. ابقَ بالنور والمحبة والخير والتسامح «إن جاع عدوك فاطعمه خبزاً وإن عطش فاسقه ماء فانك تجمع جمرأً على رأسه والرب يجازيك» (الامثال ٢٥ : ٢٢).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## إحذر العين غير الشبّانة

إحذر ممن عينه دائماً على رزقتك، وعلى صحتك، وعلى ما تعمل وما تملك، واحذر أصحاب العيون الشريرة والحسودة. «العين الشريرة تحسد على الخبز، وعلى مائدتها تكون في عوز» (يشوع بن سيراخ ١٤ : ١٠). تسلح بالإيمان والصلاة ووسائل النعمة (التناول والماء مقدس والصليب المقدس) لتحملك من الشر وأعدائه.

تأملات وخبرات روحية

## ذروة السعادة فعلاً

عندما تشفي شهقة المقهور

عندما تمسح الدموع من عيني حزين

عندما تفرّج عن هم المكمود

السعادة في العطاء أكثر منها في الأخذ.

«من يرحم الفقير يُقرض الرب وعن معروفه يجازيه» (الامثال ١٩ : ١٧).

## الآن فهمت

كنت أستغرب من نصيحة الرب يسوع «إذا صنعتَ غذاء أو عشاء فلا تدع أصدقاءك ولا إخوتك ولا أقرباءك ولا الجيران الأغنياء لئلا يدعوك هم أيضاً فتكون لك مكافأة» (لوقا ١٤ : ١٢). وهذه النصيحة أعطيت على مثل مادبة عشاء، ولكن المغزى ينطبق على جميع أمور حياتنا. فعمل الخير مع الغرباء والفقراء الذين لا ترجو منهم رد الجميل له أجر عند الله، ولا يُسبب لك إحراجاً من الجاحدين الذين تعمل معهم الخير والمعروف ولا يُقدّرون. «ما هذه الجروح في يديك. فيقول هي التي جرحت بها في بيت أحبائي» (زكريا ١٣ : ٦).

## لا تعد الخطأ مرة أخرى

قال المسيح للمرأة الزانية بعد ان ذهب عنها شاكوها «إذهبي ولا تخطأي أيضا»  
(يوحنا ٨ : ١١) لنحاول ما استطعنا أن لا نعيد نفس الخطيئة. والمحاولة والجهاد  
سيحسبهما لنا الرب مع أعمالنا الصالحة. ولكن إن سقطت فقم سريعاً.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## العدراء مريم سرُّ عجيب

هي بشر لكنها من سكان السماء. ليست إلهاً لكنها والدة الإله. لا نعبدها ولكن  
شفاعتها لا تُرد. لا نعبدها ولكن نطلب منها أن تُصلي من أجلنا. هي حاضرة وقادرة  
وأم المعجزات. هي أمنا جميعاً «بشفاعة والدة الإله يا مخلص خلصنا».

تأملات وخبرات روحية

## من نصائح جدتي (الله يرحمها)

سَمَّ باسم يسوع قبل كل عمل تقوم به، سواء حمل ابنك الصغير أو البدء بمشروع كبير، وأنت طالع من البيت، أو راكب السيارة أو الطائرة. وإيمانك بالرب يسوع يحميك. «اسم الرب برج حصين، يركض إليه الصديق ويتمنع» (الأمثال ١٨: ١٠).

## الناس معادن مختلفة

(نحن بحاجة أحياناً إلى معرفة ما يخفيه الآخرون في قلوبهم. قد تجد ما يجعلك في ذهول. وقد تجد ما تنحني له إحتراماً) (منقول) «كما يمتحن الذهب بالنار، كذلك تمتحن أصالة الإيمان بمختلف المحن» (١ بطرس ١: ٧).



## كن موضوعياً

«عندما نربط الأفكار بالأشخاص، نحرم أنفسنا من الفكرة الجيدة حين تأتي من الضد كما نتورط في الفكرة السخيفة طالما جاءت من صديق» (مالك بن نبي). «من أسرع إلى التصديق فهو خفيف العقل» (يشوع بن سيراخ ١٩ : ٤).

## الحكمة

«تعلم قول لا أدري فإنك إن قلت لا أدري علموك حتى تدري وإن قلت أدري سألوكم حتى لا تدري» (ستيفن كوفي) ولكن لا تبخل على أي كان بالنصيحة الصادقة إن كنت تعلم: «طوبى للإنسان الذي يجد الحكمة، وللرجل الذي ينال الفهم» (الأمثال ٣ : ١٣).

## إستجابة الله

«مُدْهَشَ عِنْدَمَا تَظُنُّ إِنَّ اللَّهَ ابْتَلَاكَ ، ثُمَّ تَكْتَشِفُ أَنَّ اللَّهَ لَمْ يَبْتَلِكْ ، بَلْ أَنْقَذَكَ مِنْ الْبَلَاءِ». (منقول) «نَفْتَخِرُ أَيْضًا فِي الضِّيقَاتِ ، عَامِلِينَ أَنَّ الضِّيقَ يُنْشِئُ صَبْرًا ، وَالصَّبْرُ تَزْكِيَةٌ ، وَالتَّزْكِيَةُ رَجَاءٌ ، وَالرَّجَاءُ لَا يُخْزِي» (رومية ٥: ٣-٥). قال القديس أغسطينوس: «عندما تعمل إرادة الله على أنها إرادتك، يعمل الله إرادتك على أنها إرادته».

## البكر والبكور

«انك تقدم للرب كل فاتح رحم وكل بكر من نتاج البهائم التي تكون لك. الذكور للرب» (الخروج ١٣: ١٢) وكذلك بكور المحصول. وذلك إيماناً انها كلها نعم من الرب وثقة بأن الرب سيغدق على المؤمن بما يعوضه عن البكر والبكور. هل من يؤمن؟ «ولكن متى جاء ابن الإنسان ألعله يجد الإيمان على الأرض؟» (لوقا ١٨: ٨).

## الله يرحمه!

قبل أن تجامل الآخرين بموت عزيزهم بعبارة «الله يرحمه» إرحمه أنت أولاً بأن تسامحه من كل قلبك. أما الله فهو أرحم الراحمين لأبنائه «محبة أبدية أحبتك من أجل ذلك أدمت لك الرحمة» (ارميا ٣١ : ٣).

## مَرَّق

إللي ما بمَرَّق للناس ما بظل عنده ولا صاحب. كل الناس بتغلط وإنت وأنا منهم. «فإنه إن غفرتم للناس زلاتهم، يغفر لكم أيضا أبوكم السماوي. وإن لم تغفروا للناس زلاتهم، لا يغفر لكم أبوكم أيضا زلاتكم» (متى ٦ : ١٤، ١٥).

## كلاهما

القاتل بحاجة إلى الرحمة كالمقتول. والسارق بحاجة إلى التفهم كالمسروق. والظالم بحاجة إلى الصلاة كالمظلوم. لأن كليهما لديهما مشاكل، ولديهما ظروف ولديهما ألم وهما من أبناء الله. وكما يشرق الله شمسهُ على الأخيار والأشرار كذلك يجب أن تكون رحمتنا وصلاتنا لكل ليعم الخير والمحبة والسلام. «يشرق شمسهُ على الأشرار والصالحين ويمطر على الأبرار والظالمين» (متى ٥ : ٤٥).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## يا إله الخيرات

لقد أنعمت علي بالوجود ومنحتني كل الخيرات أرجوك إقبل سجودي لربوبتيك وشكري لكرمك وامنحني المغفرة لخطاياي وإهدني لأن أكون بكليتي لك بالتسبيح والشكر لعزتك. «ما دمت حيا معافى تحمد الرب وتفتخر بمراحمه» (يشوع بن سيراخ ١٧ : ٢٧).

تأملات وخبرات روحية

## فقط أحبب

أحبب كل الناس وإفعل ما شئت. «المحبة لا تحسد. المحبة لا تتفاخر ولا تنتفخ ولا تقبح ولا تطلب ما لنفسها ولا تحتد ولا تظن السوء ولا تفرح بالاثم بل تفرح بالحق وتحتمل كل شيء وتصدق كل شيء وترجو كل شيء وتصبر على كل شيء. المحبة لا تسقط أبداً» (١ كورنثوس ١٣ : ٧).

## الرب كريم

لدى الرب كنوز لا تنفذ من الخيرات. صحة، مال، سعادة، شفاء، سلامة، نجاح. ما عليك إلا أن تطلب بإيمان وستنال. جَرِّب. «أنا أرعى غنمي وأرْبِضُهَا، يَقُولُ السَّيِّدُ الرَّبُّ. وَأَطْلُبُ الضَّالَّ، وَأَسْتَرِدُّ الْمَطْرُودَ، وَأَجْبِرُ الْكَسِيرَ، وَأَعْصِبُ الْجَرِيحَ» (حزقيال ٣٤ : ١٥، ١٦).

## إذا سقط أحدنا

إذا سقط قريبٌ أو صديقٌ لك، عليك بمساعدته بأقصى ما تقدر عليه، لأن الإنسان ضعيف ومُعَرَّضٌ للإنهيار في حالة لم يجد من يسنده. ضع نفسك مكانه وعندها ستقدّر كل مساعدة سواء كانت معنوية أو مادية. عند السقوط (سواء بالعمل أو أُسرياً أو روحياً) قد يلجأ الإنسان إلى المخدرات أو الأدوية المهدئة أو للانحراف الجنسي أو حتى إلى السرقة أو جميع ما ذكر. «أَنْذِرُوا الَّذِينَ بِلاَ تَرْتِيبٍ. شَجِّعُوا صِغَارَ النُّفُوسِ. أَسْنِدُوا الضُّعَفَاءَ. تَأَنَّنُوا عَلَى الْجَمِيعِ» (١ تسالونيكي ٥ : ١٤).

## سبحان الخالق

حاول الموسيقار ياني Yanni مع الاوركسترا أن يُقلد صوت غناء عصفور ولكن دون طائر، ولا أظن أن كل أوركسترات العالم باستطاعتها أن تغني كالعصفور. «تأملوا الزنابق كيف تنمو. لا تتعب ولا تغزل. ولكن أقول لكم انه ولا سليمان في كل مجده كان يلبس بجمال واحدة منها» (لوقا ١٢ : ٢٧) سبحان الله وعجائب خلقه ألا يرى الإنسان ويؤمن!.

## جابر الخواطر

كافل اليتامى . ومُعزّي الأرامل . وجابر الخواطر . ربنا رب قلوب ومملوء محبة ورحمة .  
ويمسح الدموع من عيون الحزاني . أبو خيمة زرقاء . «الذي يفتح ولا أحد يغلق ويغلق  
ولا أحد يفتح» (رؤيا يوحنا ٣ : ٧) .

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

٢١٠

## آمن بالرب يسوع تعيش إلى الأبد

«فإن كُنَّا أَوْلَادًا فَإِنَّا وَرَثَةُ أَيضًا، وَرَثَةُ اللَّهِ وَوَارِثُونَ مَعَ الْمَسِيحِ» (رومية ٨ : ١٧) الكل  
سيموت موت الجسد، لكن الموت الثاني (موت الروح) والحياة خارج الملكوت هي  
المقصودة وهي الأهم .

تأملات وخبرات روحية

٢١١

## التصفيق

يكثر التصفيق والمديح لكل من يعتلي منصباً مهماً، ويتوقف عندما ينزل من المنصب. بل تتفرق الناس من حولهم. أما من يسعى إلى منصب في السماء بعمل الخير والمحبة، سيتم التصفيق له دائماً أبداً «الأمين في القليل أمين أيضاً في الكثير». والظالم في القليل ظالم أيضاً في الكثير» (لوقا ١٦ : ١٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## إرحموا عزيز قوم ذلّ

الكثيرون يقترضون من أصدقائهم بسبب حاجة مالية وهم يعلمون أنهم لا يستطيعون السداد. أو لا ينوون السداد، فيخسر الطرفان علاقة الصداقة في ما بينهما. كما أن المقرض لم يكتفِ بالمال ولا سدّ حاجته، بل غرق في الدين والقضايا والمحاكم. والمقرض يشعر بالخيانة ويُطالب بماله. يوجد فرق بين من يقترض بالمعقول والحاجة معينة وينوي السداد ويصدق في قوله وفعله وبين من ينصب وهو يعلم... «على قد لحافك مد إجريك» (مثل). وعلى المقرض أن يكون رحيماً وحكيماً. «أما هذه فلا تخجل فيها، ولا تحاب الوجوه لتخطأ فيها. الاعتدال في البيع بين المشتريين» (يشوع بن سيراخ ٤٢ : ١، ٥).

تأملات وخبرات روحية



## سر القربان المقدس

يعدنا عدو الخير عن تناول جسد المسيح ودمه بسر القربان الأقدس بحجج كثيرة، ومنها اننا غير مستحقين أو غير صائمين أو خاطئين، وبالتالي نخسر شراكتنا مع الرب يسوع. علينا بالتوبة فعلاً والنية الصادقة بعدم الرجوع إلى الخطيئة، وبذات الوقت الحرص على تناول تحت شعار «عن احتياج وليس عن استحقاق». «إذ الجميع أخطأوا وأعوزهم مجد الله» (رومية ٣ : ٢٣) «من يأكل جسدي ويشرب دمي فله حياة أبدية وأنا أقيمه في اليوم الأخير». (يوحنا ٦ : ٥٤).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الغيرة الإيجابية والغيرة السلبية

البعض يغار غيرة إيجابية من تطور الآخرين أو نجاحهم، فيطور ذاته وأبناءه وعمله وحياته بناءً على ما رآه من الآخرين، والبعض الآخر يغار غيرة سلبية ويحقد ويهاجم ويحارب الناجحين (إصبر على حسد الحسود، فإن صبرك قاتله. فالنار تأكل بعضها، إن لم تجد ما تأكله). ابن المعتز «حَسَنَةُ هِيَ الْغَيْرَةُ فِي الْحُسْنَى كُلِّ حِينٍ» (غلاطية ٤ : ١٨).

تأملات وخبرات روحية

## لنتنبه

نُظِّمنا وسائل التواصل الاجتماعي بـصور وأفلام فيديو في كل لحظة. قد يبدو ان بعض هذه الرسائل مُسل ولا ضرر منه، لكنها تغسل أدمغتنا وأدمغة أبنائنا وتوجهنا لما تريد. قد ينتقل من خلالها فيروسات فكرية بعضها جيد وبعضها قاتل للروح، كما تسلب وقتنا ومالنا وحریتنا في التفكير بأمر أهم مثل علاقتنا بعائلتنا والآخرین، وعلاقتنا بربنا والصلاة وأعمال الرحمة والخير. قد نخجل أحياناً اجتماعياً من عدم قراءتها والرد عليها، لكنها قد تتسبب لنا بحوادث سير ومقتل أنفسنا والآخرین لكي نتابعها. جزء كبير من هذا الكم الهائل مقصود، وتنشئه شركات متخصصة لكي يتم تداوله، لرفع نسبة استهلاك الانترنت ورفع فاتورة المستهلك الشهرية. حان

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

الوقت لعمل فلتره لها، واختيار المناسب واهمال الضار منها وبالذات الموجهه لجرنا إلى الخطيئة، فإن عدو الخير يحاربنا دائماً «اصحوا واسهروا. لأن إبليس خصمكم كأسد زائر، يجول ملتصقا من يتلعه هو» (١ بطرس ٥: ٨).

تأملات وخبرات روحية

## يا رب ساعدنا لنكون معك

أنا يا رب طمعان بالأبدية والسعادة معك «تَشْتَاقُ بَلْ تَتُوقُ نَفْسِي إِلَى دِيَارِ الرَّبِّ. قَلْبِي وَحَمِي يَهْتَفَانِ بِالْإِلَهِ الْحَيِّ» (المزمير ٨٤: ٢) «حَبِيبُ الرَّبِّ يَسْكُنُ لَدَيْهِ آمِنًا. يَسْتُرُهُ طُولَ النَّهَارِ، وَبَيْنَ مَنْكَبَيْهِ يَسْكُنُ» (التثنية ٣٣: ١٢).

## عمل المعروف: يقول الشاعر

ازرع جميلا ولو في غير موضعه...  
فلن يضيع جميل أينما زرع...  
إن الجميل وإن طال الزمان به...  
فليس يحصده إلا الذي زرع...  
«من سألك فاعطه. ومن أراد أن يقترض منك فلا ترد» (متى ٥: ٤٢).

## رسالتنا على الأرض

عندما نقوم بأي عمل رحمة لفقير، أو لمريض محتاج لمواساة، أو لمحزون بحاجة إلى تعزية، نكون عملة صالحين بحقل الرب، ونعكس صورة المسيح الذي كان يشفي المرضى ويعزي الحزانى ويقيم الموتى. «وكان يسوع يطوف المدن كلها والقرى يعلم في مجامعها. ويكرز ببشارة الملكوت. ويشفي كل مرض وكل ضعف في الشعب» (متى ٩ : ٣٥).

## كم نستطيع أن نحمل؟

تخوّف ابني من صعوبة دراسته في الماجستير، فقلت له القصة التالية: «كان فتى صغير يمشي وهو يحمل عدة أكياس كان قد اشتراها من البقالة، ويبدو عليه التعب، فبادره رجل من المارة بقوله: (انت لا تقدر على حمل هذه الاكياس). فأجابه الفتى بغضب: (أبي الذي أرسلني لأشترئها يعلم انني أستطيع حملها). وفهم ابني القصة وتفوّق في دراسته، وهكذا أبونا السماوي لا يدعنا نحمل حملاً يفوق طاقتنا. «لم تصبكم تجربة الا بشرية. ولكن الله امين الذي لا يدعكم تجربون فوق ما تستطيعون بل سيجعل مع التجربة أيضا المنفذ لتستطيعوا أن تحتملوا» (١ كورنثوس ١٠ : ١٣).

## لو كنت مكانهم

الكل منشغل في الحياة، في أعماله وارتباطاته وفي تحقيق طموحه ورغباته... ولو توقف برهةً من الزمن وقضى بعض الوقت مع المهمشين في هذه الحياة في الملاجئ ومراكز إيواء العجزة والمعاقين، لاختلقت كل نظرتة إلى الحياة، وأعاد ترتيب أولوياته. هؤلاء بحاجة إلى رحمتنا ومحبتنا وعنايتنا «لأني جعت فأطعمتموني، وعطشت فسقيتموني، وكنت غريباً فأويتموني، عرياناً فكسوتموني، ومريضاً فعدتموني، وسجيناً فجيئتم إلي» (متى ٢٥ : ٣٦).

## تحدث من قلبك

لا يكفي أن تتحدث بلباقة ولطف مع الآخرين، إذا كان نظرات عيونك وحركات جسدك تدل على غير ذلك. فإن المستمع سوف يلمس ما في قلبك من محبة مهما تكلمت، فاحرص أن تتكلم من قلبك بمحبة أولاً، أما اللسان والكلمات فسوف تتبع. «الإنسان الصالح من كنز قلبه الصالح يخرج الصلاح. والإنسان الشرير من كنز قلبه الشرير يخرج الشر. فانه من فضلة القلب يتكلم فمه» (لوقا ٦ : ٤٥) المهم أن نحب الجميع وننقي قلبنا فعلاً.

## العقل الباطن

هو بئر عميقة، يخزن كل ما تراه وتسمعه وتفكر به، ثم بدوره يؤثر على كل ما تعمله وتقرره في حياتك. فإملأه بالخير والطهارة والتسامح والمحبة تجدها في حياتك. بعكس ذلك سيقودك إلى ما لا تُحمد عقباه. هو قرار ارادة صالحة، حذه الآن. «لان من القلب تخرج افكار شريرة قتل زنى فسق سرقة شهادة زور تجديف» (متى ١٥ : ١٩).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لا تنجرف وراء القطيع

«الخطأ يبقى خطأ حتى لو الكل فعله» (ليو تولستوي) «ادخلوا من الباب الضيق. لانه واسع الباب ورحب الطريق الذي يؤدي إلى الهلاك. وكثيرون هم الذين يدخلون منه» (متى ٧ : ١٣).

تأملات وخبرات روحية

## بالناقص شوية

درّب نفسك كل يوم للتغلب على ضعفك تدريجياً  
لو يقلل المدخن كل يوم سيجارة... آخر الشهر بوقف تدخين  
لو الشره بالأكل... كل يوم بالناقص معلقه  
وعند الخصام... بالناقص كلمة إهانة  
وعند أي خطيئة وشهوة... بالناقص شوية  
«قَدِّمُوا فِي إِيمَانِكُمْ فَضِيلَةً، وَفِي الْفَضِيلَةِ مَعْرِفَةٌ، وَفِي الْمَعْرِفَةِ تَعَفُّفٌ، وَفِي التَّعَفُّفِ صَبْرٌ، وَفِي الصَّبْرِ تَقْوَى، وَفِي التَّقْوَى مَوَدَّةٌ أَخَوِيَّةٌ، وَفِي الْمَوَدَّةِ الْأَخَوِيَّةِ مَحَبَّةٌ»  
(٢ بطرس ١:٥).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## عامل وطن

شاهدت عامل نظافة حارتنا جالساً على الرصيف ويبدو عليه تعب السنين وعرق  
العمل ووسخ النفايات، لكنه يبتسم ويضحك. إنسان فقير ومريض ولكنه يجيبي  
دائماً بـ «نشكر الله». ليتنا جميعاً نقدر النعم التي منحنا الرب إياها. «شُكْرًا لِلَّهِ عَلَيَّ  
عَطِيَّتَهُ الَّتِي لَا يُعْبَرُ عَنْهَا» (٢ كورنثوس ٩: ١٥).

تأملات وخبرات روحية

## رتبة الأشراف

«إذا أردت أن تصل إلى رتبة الاشراف عليك بالإحسان والإنصاف» (منقول) وإذا أردت أن تدخل السماء يجب أن تكون أهلاً لها بالإيمان والعمل الصالح المغلفين بالمحبة. «لأنه مكتوب كونوا قديسين لأني أنا قدوس» (١ بطرس ١: ١٦).

## يا رب

يا رب لا تموتني لا حريق ولا غريق ولا موتة شر الطريق  
إلا موته هنية وقربانه طرية بحق العذراء النقية  
يا رب ما نتهجر وما نتغرب ويا رب ما ننظلم بحياتنا ولا نعاني ولا نآسي  
يا رب أنت حنون وسميعٌ مجيب.  
«الرَّبُّ يَحْفَظُكَ مِنْ كُلِّ سُوءٍ. يَحْفَظُ نَفْسَكَ. الرَّبُّ يَحْفَظُ خُرُوجَكَ وَدُخُولَكَ مِنَ  
الآن وَإِلَى الدَّهْرِ» (المزامير ١٢١: ٧، ٨).



## جسد المسيح

«ليس للمسيح جسد (على الأرض) سوى «أنت»!  
أنتَ (العينان) اللتان بهما ينظر برحمةٍ إلى هذا العالم.  
أنتَ (القدمان) اللتان بهما يمشي ليصنع الخير.  
أنتَ (اليدان) اللتان بهما يبارك هذا العالم». (القديسة تريزيا الافيلية).  
المسيح يعمل من خلال أبنائه «أنا الكرامة وأنتم الأغصان. الذي يثبت فيّ وأنا فيه هذا  
يأتي بثمر» (يوحنا ١٥ : ٥).

## المحبة والتضحية

في زيارة إلى أحد مراكز خدمة المعاقين والمسنين والذي تديره راهبات، رفضت  
الراهبات أية مساعدة، بالرغم من حاجتهم الماسة لها، بقولهم: «يوجد غيرنا بحاجة  
أكثر منا». «طوبى للانقياء القلب. لأنهم يعاينون الله» (متى ٥ : ٨).

## الرب يعطينا الأفضل لخلصنا

طلبت من أبي الروحي أن يُصلي لي من أجل أن يخلصني الرب من مشكلة استمرت عدة أشهر دون حل، وقد أتعبتني. فأجابني: «قد تتعب أكثر لو انتهت المشكلة، لكن سأصلي أن يعطيك الرب نعمة التحمل»، «ولئلا ارتفع بفراط الاعلانات أعطيت شوكة في الجسد ملاك الشيطان ليلطمني لئلا أرتفع. من جهة هذا تضرعت إلى الرب ثلاث مرات أن يفارقني. فقال لي تكفيك نعمتي لأن قوتي في الضعف تكمل» (٢كورنثوس ١٢ : ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## في أحلك الأوقات

علينا جميعاً واجب محبة وهو مساعدة كل من يصادفنا في حياتنا، خاصةً من هم بأمس الحاجة، من شخص مصاب بمرض عُضال أو تاجر على حافة الإفلاس. أو من توفي له قريب. الخ... «عريانا فكسيتموني. مريضاً فزرتموني. محبوساً فأتيتم اليّ» (متى ٢٥ : ٣٦).

تأملات وخبرات روحية

## لا تسترجع الذكريات

لا تسترجع ذكرى سيئة مرت بك، أو مخاصمة، أو لحظة محرجة مررت بها، أو حفرة خطيئة سقطت بها. أنظر إلى الأمام. يكفيك انك تعلمت درساً منها، ولا تنظر للوراء ابداً. امرأة لوط تحولت لملح عندما نظرت بقلبها قبل عيونها إلى سدوم وعمورة. «ونظرت امرأته من وراءه فصارت عمود ملح» (التكوين ١٩ : ٢٦).

## اللاجئين والحروب

اعترضت صديقة لي تعمل مع الأمم المتحدة في مخيمات اللاجئين على عدم تدخل الله في الحروب ومعاناة الشعوب، فكان جوابي لها ان الله يعمل من خلال أبنائه المؤمنين الذين يحكمون الأرض وكذلك الشعوب، فنحن جسد المسيح ونحن أبناء الله. لكن إذا كانت إرادة الناس هي الحرب، فلن يُكبل الله ايدينا لأنه يحترم إرادتنا. لكن لن يغفل عن عنايته بإبنائه بالرغم من ذلك وبحكمته يحوّل الشر إلى خير عندما وكيفما يشاء. «لَأَنَّ الرَّبَّ إِلَهَكَ إِلَهٌ رَحِيمٌ، لَا يَتْرُكُكَ وَلَا يُهْلِكُكَ وَلَا يَنْسَى عَهْدَ آبَائِكَ الَّذِي أَقْسَمَ لَهُمْ عَلَيْهِ» (الثنى ٤ : ٣١).

## أطلب المعونة من رب السماء

قبل أن تُقدم على أي مشروع، صل طالباً الارشاد والمعونة من الرب، وفي أي قرار بحياتك وأي خطوة تخطوها سلمها للرب. فوّض كل حياتك له يومياً وبكامل إرادتك، وعندها سيقودك إلى بر الأمان. المساعدة والرعاية الإلهية مشروطتان بالإيمان والبنوة للرب وطلبها بثقة. «وادعني في يوم الضيق انقذك فتمجدني» (المزمير ٥٠ : ١٥).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

٢٣٦

## الحياة كذبة

تمر الحياة كلمح البصر، لا تستطيع أن تُمسك بالزمن أو تتشبث باللحظات الجميلة. تمضي الطفولة ويمضي الصبا، وتلهث بعدها بالحياة لتصل إلى ما تصبو اليه. وسواء وصلت له أو لم تصل، يكون قد فات قطار العمر. تَمَسِّك بما يفيد وما ينقذك وما تخلّص به حياتك الابدية. الرب يسوع هو المخلص الوحيد. «لأن الكل باطل وقبض الريح» (الجامعة ٢ : ١٧).

تأملات وخبرات روحية

٢٣٧

## صل من أجل أبنائك

كان أيوب البار يقدم محرقات من أجل أبنائه خوفاً من أن يكونوا قد أخطأوا: «وكان لما دارت أيام الولاية ان أيوب أرسل لأبنائه فقدسهم وبكر في الغد وأصعد محرقات على عددهم كلهم. لأن أيوب قال ربما أخطأ بنيّ وجدفوا على الله في قلوبهم. هكذا كان أيوب يفعل كل الأيام» (أيوب ١ : ٥).

أم القديس أوغسطينوس (القديسة مونيكا) كانت تصلي بدموع حارة ٣٠ عاماً لأجل خلاص ابنها وحياته الأبدية. فرأت وهي نائمة حلماً أنها واقفة وأمامها فتى فرحاً قائلاً لها: «لماذا تبكين». فقالت له «على هلاك ولدي» فقال لها: «لا تخافي». وإذا بها ترى ابنها معها على الخشبه. وتحققت نبوة القديس أمبروسوس، الذي سبق

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

فرآها تبكي فقال لها: «ثقي يا امرأة أنه من المستحيل أن يهلك ابن هذه الدموع». ورجع أوغسطينوس للرب وأصبح قديساً.

تأملات وخبرات روحية

## الأب

كل أب جرّب الخطأ والخطيئة والضعف خلال مشوار حياته، لذلك عليه ان يتفهّم أخطاء أبنائه. أما الآب السماوي فهو يعلم كل ضعفنا وخطايانا وقد غفرها لكل تائب. «كبعد المشرق من المغرب أبعء عنا معاصينا» (الزمير ١٠٣: ١٢).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## نقل الفرح والحب

تحب الناس مرافقة الانسان السعيد، «رافق المسعد تسعد» (مثل). وتحب أيضاً ان ترافق الإنسان المحب والمسامح، وتشاركه في أعمالها، وتشتري بضائعها منه، وتتعاقد معه، وتسافر معه، وتسهر معه. كُن أنتَ الإنسان الفرح المحب المسامح كأبينا السماوي، «الله محبة» (١ يوحنا ٤ : ٨).

تأملات وخبرات روحية

## كلنا خطاة

أخطأ أحد أبنائي وهو في عمر صغير خطأً كبيراً، وقمنا أنا وزوجتي بمعاقبته بما يتناسب مع خطئه الكبير. وتذكرت بعدها إنني عندما كنت بعمره ارتكبت ذات الخطأ عشرات المرات، وعاتبته نفسي قائلاً: «يا ليتنا نستر على أخطاء الآخرين ونساعدهم على تجاوزها بلطف ودون إحراج» وهكذا قررت أن أسير في حياتي من الآن فصاعداً. «من كان منكم بلا خطيئة فليكن أول من يرميها بحجر» (يوحنا ٨ : ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## أعفِ المحتاج من السؤال

قد يأتيك صديق محتاج لمساعدة وأنت تعلم بحاجته، فاعفه من ذل السؤال. والأجمل أن تذهب أنت إليه قبل أن يأتيك. «من سألك فاعطه. ومن أراد أن يقترض منك فلا ترد» (متى ٥ : ٤٢).

تأملات وخبرات روحية

## مسيحيو الشرق

هاجر ويهاجر الكثير من المسيحيين من الشرق إلى الغرب لاسباب متعددة، علينا واجب الحفاظ على مقدساتنا وارضينا التي سكنها اجدادنا من ايام المسيح إلى اليوم، وهذا يتطلب منا ايجاد وظائف للعاطلين عن العمل، ومساعدة من يحتاج سواء في الدراسة او لأساسيات الحياة، وإلا سنجد انفسنا وأبناءنا في بلاد الغربية عاجلاً ام آجلاً. «مَنْ آمَنَ لَا يَهْرُبُ» (إشعياء ٢٨: ١٦) «وَلْيُعْطِكُمْ إِلَهُ الصَّبْرِ وَالتَّعْزِيَةَ أَنْ تَهْتَمُّوا اهْتِمَامًا وَاحِدًا فِيمَا بَيْنَكُمْ، بِحَسَبِ الْمَسِيحِ يَسُوعَ، لِكَيْ تُمَجِّدُوا اللَّهَ أَبَا رَبِّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ، بِنَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَفَمٍ وَاحِدٍ» (رومية ١٥: ٥).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## من يحكم العالم؟

لو كان حكام العالم مؤمنين لما وجدنا جائعاً أو محروماً أو سجيناً، ولا حروباً ولا مجاعات. علينا جميعاً واجب التربية والارشاد الروحي. كمعلمين وكآباء وكمسؤولين في المجتمع لانه من هؤلاء الاطفال والشباب سيكون حكام العالم في الاجيال القادمة: «لَيْسَ لِي فَرْحٌ أَكْبَرُ مِنْ هَذَا: أَنْ أَسْمَعَ عَنْ أَوْلَادِي أَنَّهُمْ يَسْلُكُونَ بِالْحَقِّ» (٣ يوحنا ١: ٤).

تأملات وخبرات روحية



## عندما ترى نفسك في عيون الآخرين

قد تستغرب ان نظرتهم لك غير نظرتك عن نفسك، قد تُقدّر عندها أموراً لم تكن تراها. كثيرٌ من النعم لا نشعر بها لأننا تعودنا عليها، أما الذين يفتقدونها فيرونها بوضوح. وكذلك ستري أخطاءً لك لم تكن تراها، وهذا سيساعدك على إصلاحها، وقد تدخل الملكوت بسببها. «إذا كنتم في سلامة، وكان أولادكم وكل شيء لكم على ما تحبون، فإني أشكر الله شكراً جزيلاً» (المكابين الثاني ٩ : ٢٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## «وها أنا معكم كل الأيام إلى انقضاء الدهر. آمين»

(متى ٢٨ : ٢٠)

الرب يسوع معنا فعلاً بعدة طرق: فهو مالى الكل، وهو الحياة بذاتها، لذلك هو في كل شيء، وفي كل حي... وهو يسكن فينا بروحه القدوس في كل سر من أسرار الكنيسة: عمّاد، وتناول، وميرون، ومسحة المرضى، والكهنوت، والزواج، وسري التوبة والاعتراف.

تأملات وخبرات روحية

## «الرب ينقي (يختار) طريقك» (دعوة اختيارية)

من أجمل الدعوات التي سمعتها بحياتي دعوة لله بحرارة من اختيارية تجاوزت الثمانين من العمر... يا ليتنا نسلّم حياتنا للرب ليختار لنا النصيب الأفضل وصدقني انك ستعرف ماذا اختار لك الرب. «طَيِّبٌ هُوَ الرَّبُّ لِلَّذِينَ يَتَرَجَّوْنَهُ، لِلنَّفْسِ الَّتِي تَطْلُبُهُ» (مراثي إرميا ٣: ٢٥).

## نِعْمَةٌ وَليست عِصْمَةٌ

لا تمنح الأسرار المقدسة (معمودية، قربان أقدس، توبة واعتراف) عِصْمَةً للإنسان عن الخطأ، بل تمنحه نِعْمَةً تُساعده في التغلب على الضعف والخطيئة. أما إرادته الحرة فهي نِعْمَةٌ من الله. وللإنسان حرية الاختيار في عمل الخير أو الشر. «مَنْ يَحْفَظُ وَصَايَاهُ يَثْبُتْ فِيهِ وَهُوَ فِيهِ» (١ يوحنا ٣: ٢٤) لو كانت الأسرار تمنح عِصْمَةً لما اسلم يهوذا الرب يسوع بعد تناوله جسد الرب في العشاء الأخير.

## العائلة أولاً

أبناؤنا مسؤوليتنا بالرعاية والتربية، وقضاء وقت كافٍ معهم ليشعروا بالأبوة والأمومة والعطف والحنان. أما أمور الحياة الأخرى فيمكنها أن تنتظر: «امرأتك مثل كرمة مُثمرة في جوانب بيتك. بنوك مثل غروس الزيتون حول مائدتك» (المزامير ١٢٨: ٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

«فيه كانت الحياة والحياة كانت نور الناس» (يوحنا ١ : ٤)

المسيح هو الحياة «قال له يسوع: أنا هو الطريق والحق والحياة. ليس أحد يأتي إلى الآب إلا بي» (يوحنا ١٤ : ٦) وعندما تناول جسده ودمه في سر القربان الاقدس يسكن فينا فعلاً، وملايين البشر الذين يتناولون جسده المقدس تسكن فيهم الحياة. «وان كان روح الذي أقام يسوع من الأموات ساكناً فيكم فالذي أقام المسيح من الأموات سيحيي أجسادكم المائة أيضاً بروحه الساكن فيكم» (رومية ٨ : ١١).

تأملات وخبرات روحية

## نقطة الضعف

كل إنسان عنده نقطة ضعف أو أكثر في شخصيته، فلا يوجد إنسان كامل. قد يكون ضعيفاً أمام شهوة الجسد أو الأكل أو الغيرة الخ. وقد يكون ينقصه شيء أساسي في حياته يسبب له الألم الدائم، كالشوكة في القدم تؤلم صاحبها كلما سار عليها، فيضطهد هذا الإنسان المتألم من حوله، لأنه يشعر أنه مُضطهد، أو لأنه أصبح مريضاً بمرض روحي أو نفسي، وهذا أمرٌ موجود عند الكثيرين وطبيعي. لكن الإنسان الواعي هو من ينتبه إلى ضعفه ومرضه، ويعالجه بإرادة واعية محبة ومؤمنة. المرشد الروحي مع الصلاة والأسرار المقدسة هي العلاج. «أستطيع كل شيء في المسيح الذي يقويني» (فيلبي ٤: ١٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## أنت صاحب القرار

واحد وعشرون ألف حالة سرقة للكهرباء في عشرة أشهر. ألا يعلم من يسرق الكهرباء ان ذلك خطأ؟ هل كل من يسرق لا يستطيع دفع الفاتورة؟ هل اذا كان الكثيرون يخطئون يُصبح الخطأ صواباً أو مبرراً؟ «وَيْلٌ لِلْقَائِلِينَ لِلشَّرِّ خَيْرًا وَلِلْخَيْرِ شَرًّا، الْجَاعِلِينَ الظَّلَامَ نُورًا وَالتُّورَ ظِلَامًا، الْجَاعِلِينَ الْمُرَّ حُلُومًا وَالحُلُومَ مُرًّا» (إشعياء ٥: ٢٠).

تأملات وخبرات روحية

## سر القبر الفارغ

«ورأى فآمن» (يوحنا ٢٠ : ٨) رأى التلميذ يوحنا أكفان المسيح القائم وهي فارغة لكن ممدودة كما لو أن المسيح فيها. والمنديل الذي كان على رأسه مكانه داخل الاكفان لكن ملفوفاً باتجاه آخر لكن دون جسد وبما أنه يستحيل فك تلك الاكفان وسرقة الجسد وإعادة الاكفان كما هي، آمن يوحنا ان المسيح بقوة لاهوته اخترق جسده الاكفان (جسد حقيقي لكن نوراني- أي لا يحده جدران أو أبواب أو أكفان) وتركت آثار قيامته (طاقة اللاهوت بالجسد النوراني) صورة جسده مطبوعة على الكفن من الداخل.

## التنبيه والإنذار

حذرت إحدى الشركات موظفة لديها أكثر من مرة لتغير تصرفاتها السيئة مع عملاء الشركة دون جدوى، إلى أن قامت الشركة بفصل تلك الموظفة، وعندها رجعت الموظفة إلى صوابها وأبدت استعدادها للتغيير، لكن كان قد فات الأوان. وكل إنسان عليه أن ينتبه إلى تنبيهات وتحذيرات الرب لكي يتعد عن الخطيئة قبل فوات الأوان. «تأديباً ادبني الرب وإلى الموت لم يسلمني» (المزامير ١١٨ : ١٨).

## غلطة واحدة تكفي

أعرفُ عن شخص شق طريقه بالعرق والجهد إلى أن أصبح مديراً عاماً إحدى أكبر الشركات في بلده وأصبح مليونيراً. لكن تعاطيه للمخدرات دمّر حياته المهنية والعائلية وأصبح يقضي ليليه في البارات. احذر الخطوة الأولى فهي الأهم. «خذوا لنا الثعالب الصغار المفسدة الكروم لأن كرومنا قد أقعلت» (نشيد الانشاد ٢ : ١٥).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## السماء في بيتي

رسم لي أحد الفنانين السماء على سقف غرفة نومي، فرسم الملائكة والطيور وزُرقة السماء. فبقى قلبي وعيناي شاخصة لأهم ما في حياتي. «لأنَّ مَنْ يَزْرَعُ جَسَدَهُ فَمِنْ الْجَسَدِ يَحْصُدُ فَسَادًا، وَمَنْ يَزْرَعُ لِلرُّوحِ فَمِنْ الرُّوحِ يَحْصُدُ حَيَاةً أَبَدِيَّةً.» (غلاطية ٦ : ٨).

تأملات وخبرات روحية

## ما تعملهاش زعله

إذا إختلفت أو احتد النقاش مع صديق أو زميل، لا تكبر الموضوع واستمر بالتعامل والحديث في الوقت المناسب دون الرجوع إلى موضوع النقاش السابق. لا تقطع العلاقة ولا تعملها زعله. «إغضبوا ولا تخطئوا. لا تغرب الشمس على غيظكم» (افسس ٤ : ٢٦).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## بدون تعليق

في سنة ٢٠١٦ سُجلت في الأردن ١١١ دعوى أقامها آباء يطلبون النفقة من أبنائهم و ٥٠ دعوى أخرى أقامتها أمهات ضد أبنائهن لطلب النفقة! لذلك جاءت الوصية «أكرم أباك وأمك» (متى ١٥: ٤) لهذه الفئة من الناس. مع أن الكثيرين يجدون هذه الوصية بديهية. «الْعَيْنُ الْمُسْتَهْزِئَةُ بِأَبِيهَا، وَالْمُحْتَقِرَةُ إِطَاعَةَ أُمِّهَا، تُقَوِّرُهَا غُرْبَانُ الْوَادِي، وَتَأْكُلُهَا فِرَاحُ النَّسْرِ» (الأمثال ٣٠: ١٧).

تأملات وخبرات روحية

## أترك مجالاً لحسن النية

يفهم الإنسان ما يقوله الآخرون حسب خلفيته النفسية والمزاجية والحضارية، وليس بالضرورة أن يفهم ما أرادوه بقولهم حتى لو كان واضحاً. وهذا يسبب سوء فهم في كثير من الأحيان. لذا يا ليتنا نتروى ونسأل القائل بهدوء أن يوضح كلامه وقصده قبل الإجابة، وما قد يتبعها من خصام وشجار. «كُونُوا جَمِيعًا مُتَّحِدِي الرَّأْيِ بِحَسِّ وَاحِدٍ، ذَوِي مَحَبَّةٍ أَخَوِيَّةٍ، مُشْفِقِينَ، لُطَفَاءَ، غَيْرِ مُجَازِينَ عَنِ شَرِّ بَشَرٍ أَوْ عَنِ شَتِيمَةٍ بِشَتِيمَةٍ، بَلْ بِالْعَكْسِ مُبَارِكِينَ، عَالِمِينَ أَنَّكُمْ لِهَذَا دُعِيتُمْ لِكَيْ تَرِثُوا بَرَكَاتًا» (١ بطرس ٣: ٨، ٩).

## وتبقى الدمعة في القلب

كنت أحتسي القهوة في أحد المقاهي عندما أخذ أطفال (مهجرون) متسولون الاستجداء من الجالسين، وقامت طفلة بوضع البوظة المتروكة من أحد الزبائن داخل منديل ورقي كما أخذت زجاجة ماء مهملة أيضاً وأخذت تطعم أخاها الصغير جداً من البوظة، وتغسل رجليه الحافيتين القذرتين بالماء. يا رب ازرع الرحمة في قلوب من كان السبب في تهجيرهم، واعطنا أن نمسح الدموع من أعينهم والجوع من بطونهم. «لأني جعت فاطعمتموني» (متى ٢٥: ٣٧).



## صَلِّ مِنْ أَجْلِ أَحِبَائِكَ

أكتب على ورقة أسماء من تعرفهم من مرضى ومهجرين ومخزونين، والذين يمرّون بأزمات مختلفة سواء مالية أو عائلية الخ... ضعها بجانب سريرك وصلِّ من أجلهم والرب يستجيب دائماً لصلاة الإيمان. «إسألوا تعطوا. أطلبوا تجدوا. إقرعوا يفتح لكم» (متى ٧: ٧) «وصلوا بعضكم لأجل بعض، لكي تشفوا. طلبة البار تقتدر كثيرا في فعلها» (يعقوب ٥: ١٦).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## كيف تمحو ما لا تريده من دماغك؟

يوجد مجموعة نيوردنات (Microglial Cells) في الدماغ تقوم بمسح الروابط العصبية التي لا تُستخدم كثيراً لتخفف من الضغط والحمل الفكري وسعة الذاكرة للإنسان. لذا إذا أردت التخلص من عادة أو ضعف أو خطيئة عليك بإهمالها وعدم التفكير بها، وبذلك يتم إضعاف روابطها العصبية ويقل تأثيرها عليك. «لأن من القلب تخرج أفكار شريرة قتل زنى فسق سرقة شهادة زور تجديف» (متى ١٥: ١٩).

تأملات وخبرات روحية

## الله يرضى عليك يا ابني (ابنتي)

إحرص على أن تأخذ البركة من والديك، وأن يترضيا عليك ما دام على هذه الأرض، لأنك مهما كبرت بالعمر ستبقى الطفل الصغير في داخلك ومحتاجاً لرضاهما. رضى الوالدين من رضى الرب. العمر قصير اذهب اليوم. «لِيَتَعَلَّمُوا أَوْلًا أَنْ يُوقَّرُوا أَهْلَ بَيْتِهِمْ وَيُوفُوا وَالِدِيهِمُ الْمَكَافَأَةَ، لِأَنَّ هَذَا صَالِحٌ وَمَقْبُولٌ أَمَامَ اللَّهِ... وَإِنْ كَانَ أَحَدٌ لَا يَعْتَنِي بِخَاصَّتِهِ، وَلَا سَيِّمًا أَهْلَ بَيْتِهِ، فَقَدْ أَنْكَرَ الْإِيمَانَ، وَهُوَ شَرٌّ مِنْ غَيْرِ الْمُؤْمِنِ» (تيموثاوس الأولى ٥: ٣-٤، ٨).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الثقة

قالت لي ابنتي الصغيرة ذات الستة أعوام وهي مستغربة «بابا ليش إيديك باردين؟ مش الله خلق كل إيدين الآباء والأمهات سخنين علشان يدفوا أولادهم؟» أحياناً نشعر بدفء أيدي الرب في حياتنا وأحياناً أخرى نشعر كأنه تخلّى عنا. والحقيقة ان الرب لا يترك أبناءه ولا لحظة حتى لو أصابنا أو أصاب أحد أحبائنا مكروه فذلك لا يعني أنه عقاب من الرب. «لا يقل أحد إذا جرّب اني أجرّب من قبل الله. لان الله غير مجرّب بالشرور وهو لا يجرّب أحداً» (يعقوب ١: ١٣) ليتنا نتعلم من ثقة الأطفال في آبائهم ونثق بأبينا السماوي وحكمته، قد لا نفهم هذه الحكمة الآن، ولكن سوف يأتي اليوم الذي نفهمها.

تأملات وخبرات روحية

## في مباركة لمختار كنيسة

«كنت أميناً في القليل فأقيمك على الكثير. أدخل إلى فرح سيدك» (متى ٢٥ : ٢١) كنت راعياً عندما تختار الرعية والآن مختاراً كما الرب اختار لتهتم بالجار وأهل الدار. فكلنا في هذه الدنيا زوار والشاطر اللي ربنا بقول عنه بار.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## حارب الخطية بالوصية (١)

إذا حُوربت بخطايا اللسان استعن بالآية: «اجعل يا رب حارساً لفمي. احفظ باب شفوتي» (المزامير ١٤١ : ٣).

تأملات وخبرات روحية

## حارب الخطية بالوصية (٢)

إذا حُوربت بخطية الزنا، تذكر الآية. «فكيف أصنع هذا الشر العظيم وأخطئ إلى الله» (التكوين ٣٩ : ٩) «ألستم تعلمون أن أجسادكم هي أعضاء المسيح؟ أفأخذ أعضاء المسيح وأجعلها أعضاء زانية؟ حاشا!» (١ كورنثوس ٦ : ١٥).

## حارب الخطية بالوصية (٣)

إذا جرّبك عدو الخير بخطيئة الكبرياء. تذكر الآية: «قَبَلَ الْكَسْرَ الْكَبْرِيَاءُ، وَقَبَلَ السَّقُوطَ تَشَامُخُ الرُّوحِ» (الأمثال ١٦ : ١٨) «يُقَاوِمُ اللَّهُ الْمُسْتَكْبِرِينَ، وَأَمَّا الْمُتَوَاضِعُونَ فَيُعْطِيهِمْ نِعْمَةً» (يعقوب ٤ : ٦).

« على فهمك لا تعتمد » (الامثال ٣ : ٥)

أطلب الحكمة من الرب، واطلب منه أن يقود حياتك. «إن لم يحفظ الرب المدينة فباطلاً يسهر الحارس» (المزامير ١٢٧ : ١).

## لا يكفي

لا يكفي أن تكون مسجلاً مسيحياً ببطاقة الأحوال الشخصية. ولا يكفي أن تذهب إلى الكنيسة كواجب أو كعادة اجتماعية. إذا أردت الملكوت عليك بالدخول بعمق العلاقة مع الرب، بالتحدث إليه بالصلاة، وسماع صوته في قلبك بالتأمل والصمت. أمضِ بعض الوقت معه ولو لدقائق معدودة صباحاً أو مساءً وستشعر بفرح عجيب وسلام سماوي. جرّب. «وسلام الله الذي يفوق كل عقل يحفظ قلوبكم وأفكاركم في المسيح يسوع» (فيلبي ٤ : ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

٢٧٠

تأملات وخبرات روحية

٢٧١

## الألم والحزن وتأنيب الضمير

إذا كنت تشعر بأي منها توقف الآن، لا تنهك بالتفكير بها أو بأي مشكلة لا تستطيع حلها. لأن التفكير بها يزيد شعورك بالألم. سلم كل حياتك وأوجاعك للرب، وهو وعد أن ينتشلك منها. «كثيرة هي بلايا الصديق، ومن جميعها يُنجيه الرب» (المزامير ٣٤ : ١٩).

## التقويم الميلادي

شطر ميلاد المسيح تاريخ البشرية كلها إلى قسمين الأول (ما قبل الميلاد) والثاني (ما بعد ميلاد المسيح)، وهذا ما يسمّى التقويم الميلادي الذي يذكرنا بأن ميلاد المسيح ليس فقط حدثاً دينياً للمسيحيين بل حدث تاريخي مثبت في تاريخ البشرية. «لما جاء ملء الزمان أرسل الله ابنه مولوداً من امرأة مولوداً تحت الناموس» (غلاطية ٤ : ٤) وذلك تحقيقاً لنبوءات عمرها آلاف السنين قبل ميلاد المسيح الفعلي. «ها العذراء تحبل وتلد ابناً وتدعو اسمه عمانوئيل» (اشعيا ٧ : ١٤).

## سعادة السفر إلى السماء

لا أدعوه الموت. المسيحي المؤمن يعيش على إيمانه ورجائه بالحياة الأبدية السعيدة بالسماء. والموت الجسدي يكون بلا ألم (لحظة الموت) للإنسان البار. وعندها تنطلق روحه من قيود الجسد المتعبة إلى الفرح السماوي الأبدي. إستعد بالفكر والقلب والروح للانتقال إلى السماء وعندما يحين موعد سفرك لن تحزن، لا بل ستعيش منذ اللحظة فَرِحاً وبلا خوف من أي شيء. «من سيفصلنا عن محبة المسيح. أشدّة أم ضيق أم اضطهاد أم جوع أم عري أم خطر أم سيف». (رومية ٨ : ٣٥) «الحق الحق أقول لكم إن كان أحد يحفظ كلامي فلن يرى الموت إلى الأبد» (يوحنا ٨ : ٥١).

## الخطيئة

يريد الشيطان أن يُوقعنا في حفرة الخطيئة العميقة، ولكن الرب الرحيم يجعل الحفرة (ترامبولين) مقفزة لتجعلنا نصعد روحياً إلى أعلى مما كنا قبل الخطيئة. كل درس نتعلمه من خطايانا، يرفعنا درجه روحية أعلى، لنستفيد من الشعور بذنب الخطيئة لكي لا نعود إليها ثانية. «هوذا الشيطان طلبكم لكي يغربلكم كالحنطة» (لوقا ٢٢ : ٣١). «قال يسوع أنا جاي والمؤمن أخذه معاي تعمل يا خاطي إزاي لما يسوع ييجي» (كلمات ترنيمه).

## المساواة

يلبس الطلاب في الكثير من المدارس زياً موحداً، كما كنا نلبس في خدمة الجيش زي موحداً أيضاً، فيتساوى الفقير مع الغني وابن الباشا مع ابن الجندي، هكذا يكون يوم الدينونة. يتساوى الجميع: الملوك والفقراء معاً لكن يدخل الملكوت أنقياء القلوب والمؤمنون فقط. «فيخرج الذين فعلوا الصالحات إلى قيامة الحياة والذين عملوا السيئات إلى قيامة الدينونة» (يوحنا ٥ : ٢٩).

## إنتبه من انتقاد الآخرين

عرض عَلِيّ صديقُ لي أن أستثمر في مشروع قام بإنشائه، وكان المبنى غير جميل إطلاقاً. والمشروع غير مُجدِّ إقتصادياً بالنسبة لي. فاعتذرت منه. وعندما ألح عليّ ليعرف رأيي في المبنى، ترددت كثيراً في الإجابة. ولكن أمام إصراره أعطيته رأيي، بحيث انتقدت المبنى بشكل بناءً وموضوعي وبمحبة، وأدخلت المزاح بالرد. فكان انتقادي لعمله كافياً لأن يغضب مني ويقاطعني لفترة ليست بقليلة. «صُنِّ لِسَانَكَ عَنِ الشَّرِّ» (المزمير ٣٤ : ١٣).



## القليل والكثير

«قليل من الماء يُنقذك وكثير من الماء قد يُغرقك فتعلّم دائماً أن تكتفي بما لك» (الغزالي).  
لا داعي للطمع وتكثير الثروة، تمتع بما لك أنت وأسرتك ومن حولك، وساعد الفقراء  
والمحتاجين. وإبن بيتك على الأرض وفي السماء. «فقال له الله يا غبي هذه الليلة  
تطلب نفسك منك. فهذه التي أعددتها لمن تكون؟» (لوقا ١٢ : ٢٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## المحن والتجارب

تفاجأت بتحسن مُعاملة عدة أشخاص (قساة) في السنوات القليلة الماضية إلى الأفضل  
مع جميع الناس. وبعد الاستفسار عَلِمْتَ أن كلاً منهم قد مرَّ بمحنة معينة سواء  
مرضية أو عائلية أو مالية، وقد عزوا سبب تحسن معاملتهم إلى تلك المحن... أحياناً  
تكون محنة أو تجربة أو مرض أفضل من ألف عِظة لاهوتية. يَسْمَحُ اللهُ بالتجارب  
والمحن لأبنائه، لكنه لا يجربهم بالشر. وفي تلك المحن يُساعد أبناء المتكلمين عليه  
في تجاوزها والاستفادة منها. «أذن الرب أن تعرض له هذه التجربة لتكون لمن بعده  
قدوة صبره، كأيوب الصديق» (طوبيا ٢ : ١٢) «طوبى للرجل الذي يَحْتَمِلُ التَّجْرِبَةَ،  
لأنَّهُ إِذَا تَزَكَّى يَنَالُ إِكْلِيلَ الْحَيَاةِ الَّذِي وَعَدَ بِهِ الرَّبُّ الَّذِينَ يُحِبُّونَهُ» (يعقوب ١ : ١٢).

تأملات وخبرات روحية

## لو شفت المستقبل!

ماذا تفعل لو علمت أنك ستفارق الحياة بعد شهر من الآن؟ هل تُغيّر معاملتك لمن حولك؟ هل تعمل أعمالاً صالحة؟ هل تتبرع للفقراء؟ هل تُصالح وتُسامح الآخرين؟ هل تمضي وقتاً أطول مع عائلتك وأحبائك؟ هل تصلي وتصوم وتتوب وتستغفر الله؟ «عَرَّفْنِي يَا رَبُّ نِهَائِي وَمِقْدَارَ أَيَّامِي كَمْ هِيَ، فَأَعْلَمَ كَيْفَ أَنَا زَائِلٌ» (المزمير ٣٩: ٤) إذا كنت ستبدأ بعمل إحدى هذه الأعمال، أو كنت سوف تغير طريقة حياتك فمن الأجدى أن تبدأ الآن، لأنك لا تعلم متى ستفارق هذه الدنيا.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## وعلى ساعدك لا تعتمد، بل على الرب

وعدت الأب الكاهن وأنا في كرسي الاعتراف أن لا أعود وأخطئ. فضحك قائلاً: «لا تعديني، ولا تعتمد على قوتك... بل قل: يا رب ساعدني بنعمتك أن لا أعود إلى الخطيئة.» «لأن الصديق يسقط سبع مرات ويقوم. أما الأشرار فيعثرون بالشر» (الامثال ٢٤: ١٦) «توكل على الرب بكل قلبك وعلى فهمك لا تعتمد» (الامثال ٣: ٥).

تأملات وخبرات روحية

## من أسباب السعادة

شاهد رجلٌ صديقاً له يضحك ويمازح زوجته، فبادره قائلاً: «فهمت الآن سبب سعادتك الدائمة». إن الحب والتفاهم الزوجي هو من أهم أسباب السعادة حافظ / حافظي على بيتك وارعيه بالمحبة والأمانة الزوجية. «إمرأة فاضلة من يجدها؟ لأن ثمنها يفوق اللآلئ» (الأمثال ٣١: ١٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## هل يتدخل الله في حياة الجميع؟

يرعى الرب من يدعوهُ، ومن يعبدهُ، ومن يؤمن به، ومن يسلمه حياته،... ولن يتدخل بحياة من يرفضه. ومن إرادته تطلب الشر والظلمة «لَا تَخَفْ لِأَنِّي مَعَكَ، وَأُبَارِكُكَ» (التكوين ٢٦: ٢٤).

تأملات وخبرات روحية

## جربها

تخيل أن كل ما كنت تنتظر أن يتحقق وتسعى وراءه، سواء كان ذلك أمنيات أو مشاكل تنتظر الحل أنها تحققت فعلاً. ستلاحظ ثلاثة أمور:

أولاً: أن بعضها لم يكن مهماً بالحقيقة.

ثانياً: أن البعض الآخر جيد ولذيذ لكن لن يحقق لك السعادة المرجوة.

ثالثاً: لا بد من وجود شيء أهم من كل هذه الأمور وقادر أن يسعدني فعلاً.

قد تأخذ سنوات طويلة لتكتشف أن السعادة الحقيقية لن تتحقق إلا من خلال الوحدة والعشرة مع الرب يسوع. وأن الرغبات والأمانى والشهوات ولو حصلت عليها ستسعدك لوقتٍ قصير جداً، وثم ما تلبث أن تصبح أمراً عادياً. «واحدة سألت

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

من الرب وإياها التمس. أن أسكن في بيت الرب كل أيام حياتي لكي أنظر إلى جمال الرب واتفرس في هيكله» (المزمير ٢٧ : ٤).

تأملات وخبرات روحية

## الحياة

لا تجعل إنهماكك في أمور الحياة يلهيك عن الحياة نفسها. في الحياة ما هو أكثر من العمل، والمال. والخصام. والمنافسة. فيها أن تشعر بوجودك. وتتأمل بذاتك. وتتأمل الطبيعة والوجود. ومن ثم تصل إلى مرحلة التأمل بالخالق، والتقرب إليه وجدانياً وروحياً. الخلوة معه ومحبة القريب هما مفتاحا السماء. «رأيت كل الأعمال التي عملت تحت الشمس فإذا الكل باطل وقبض الريح» (الجامعة ١ : ١٤).

## مدير الشركة

الله يدير شركة الكون، يوظف (يخلق فيها) من يشاء، ويُنذر ويفصل (ويُمرِّق) كما يراه مناسباً. يُرقي ويزيد راتب ويُكافئ من يستحق، ويُقاعد من يريد في الوقت المناسب، فيرجع إلى بيته ويترك الشركة. «كراع يرعى قطيعه. بذراعه يجمع الحملان وفي حضنه يحملها» (اشعيا ٤٠ : ١١).

## حُسن الظن

أحسن الظن في نفسك، ثق بنفسك، إحترم ذاتك، وهذب نفسك لتستحق هذا الاحترام. سامح نفسك، وثم أحب نفسك جداً، جسداً وروحاً وعقلاً. إن جسدك مخلوق، وليس بيدك تغييره كلياً. فاقبل ما لا تستطيع تطويره. أما روحك وعقلك فتمهما. وعندما تفهم ذاتك تستطيع أن تفهم الآخرين وتبهم وأن تحسن الظن بهم وتسامحهم «أَحِبُّوا بَعْضُكُمْ بَعْضًا مِنْ قَلْبٍ طَاهِرٍ بِشِدَّةٍ» (١ بطرس ١: ٢٢).

## الأبواب التي تأتي منها الرياح

خُذ قرارات جذرية في حياتك العملية لتغلق الأبواب التي تأتي منها المشاكل، وأيضاً خُذ قرارات جذرية في حياتك الروحية بحيث تُغلق باب الخطيئة والأهواء والضعف، لتسلم روحك ونفسك من الأمراض الروحية وتصل إلى الملكوت. «تَكْفِيكَ نِعْمَتِي، لِأَنَّ قُوَّتِي فِي الضَّعْفِ تُكْمَلُ، فَبِكُلِّ سُرُورٍ أَفْتَخِرُ بِالْحَرِيِّ فِي ضَعْفَاتِي، لِكَيْ تَحِلَّ عَلَيَّ قُوَّةُ الْمَسِيحِ» (٢ كورنثوس ١٢: ٩).

## أنت المسؤول

أفعالك ناتجة عن ما تسمح لعقلك أن يفكر فيه، سيطر بإرادتك على ما تفكر فيه، لأن الفكر سيتجسد في لحظة لا تتوقعها. العقل كالصندوق، مهما تضع فيه سيبقى فيه ويوماً ما ستخرجه أنت أو سيخرج لوحده كفعل. إزرع بعقلك الإيجابية والأفكار الجميلة والخير والمحبة، وستحصد السعادة على الأرض والسماء يوماً ما. «فليكن فيكم هذا الفكر الذي في المسيح يسوع أيضاً» (فيلبي ٢ : ٥).

## الجبال والوديان

يشبه الإنسان المتكبر رؤوس الجبال العالية، التي تحتفظ قممها بالثلوج طوال السنة. فلا تُذيب الشمس اللطيفة الثلج، ولا الموعظة الحسنة تُلين قلب الإنسان المتكبر. أما الإنسان المتواضع فهو كالوديان التي تمتلئ من الماء العذب. «الكبرياء ممقوتة عند الرب والناس، وشأنها ارتكاب الإثم أمام الفريقين» (يشوع بن سيراخ ١٠ : ٧).

## البحث عن وطن

يسعى الكثيرون للحصول على جواز سفر أو إقامة في بلد آخر غير وطنهم، وذلك هرباً من الحروب والفقر وعدم الاستقرار، ويدفعون من أجل ذلك الكثير من المال والتعب، وذلك ليؤمنوا مستقبلهم ومستقبل أبنائهم. ليتهم، ولينا جميعاً نبذل مثل هذا الجهد لنحصل على إقامة دائمة في السماء حيث السلام والفرح والأمان.

«لَيْسَ مَلَكَوْتُ اللَّهِ أَكْلًا وَشُرْبًا، بَلْ هُوَ بَرٌّ وَسَلَامٌ وَفَرَحٌ فِي الرُّوحِ الْقُدُسِ» (رومية ١٤: ١٧).

## البشر لا يعلمون!

أخذنا أنا وزوجتي نراقب التعامل الرائع لكبير المضيفين مع كل من يدخل الطائرة، سواء كان طفلاً أو عجوزاً، رجلاً أو امرأة، مسلماً ملتحمياً أو يهودياً بطاقيّة (كبة)، مسيحياً أشقر أو بوذياً بعمّة (لفة على الرأس)، محجبة أو سافرة. مع محدودية إنسانيته كان يعكس محبة الله لكل البشر بلا تمييز. إن الله خالق كل البشر، ويعتبر الجميع أبناءه. لكن البشر لا يعلمون أنهم إخوة لأب واحد. لذلك يوجد في سفر الرؤيا وصف السماء حيث مشيئة الله «الذئب والحمل يرعيان معاً والأسد يأكل التبن كالبقر. أما الحية فالتراب طعامها. لا يؤذون ولا يهلكون في كل جبل قدسي قال الرب» (اشعيا ٦٥: ٢٥).



## يا رب

يا رب، امسك بايدينا لئلا نسقط بالخطيئة وإذا سقطنا إنشلنا، وقُدنا إلى طريق التوبة وأعن قلة إيماننا، ولا تتركنا حتى لو تركناك. آمين. «لَا تَهْتَمُوا بِشَيْءٍ، بَلْ فِي كُلِّ شَيْءٍ بِالصَّلَاةِ وَالِدُّعَاءِ مَعَ الشُّكْرِ، لِتُعَلِّمَ طِلْبَاتُكُمْ لَدَى اللَّهِ» (فيلبي ٤ : ٦).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الخطأ والاعتذار

عندما تخطئ بحق أحد وتعتذر له قد ترتاح أنت أكثر منه. فإذا منعتك كرامتك من الاعتذار، دع حبك لنفسك يدفعك لها. «حينئذ تقدم اليه بطرس وقال يا رب كم مرة يخطئ اليّ أخي وأنا أغفر له. هل إلى سبع مرات؟. قال له يسوع لا أقول لك إلى سبع مرات بل إلى سبعين مرة سبع مرات» (متى ١٨ : ٢١).

تأملات وخبرات روحية

## أهلك وخاصتك

نُرفض أحياناً من الأقارب والأصحاب، ونتلقى الإدانة وعدم المسامحة من أقرب الناس إلينا. هكذا حدث مع الرب يسوع حيث رفضه خاصته. «إلى خاصته جاء وخاصته لم تقبله» (يوحنا ١ : ١١). ولم يُقبل في بلدته الناصرة، حيث قال: «ليس لنبي كرامة في وطنه» (يوحنا ٤ : ٤٤) وبالرغم من ذلك حمل المسيح الصليب فداءً عن خاصته. وأنت أيضاً عليك أيضاً أن تحتمل حياً بالمسيح. ولا تنس أن الغيرة والحسد هما الأعظم بين الأقارب والأصحاب وقليلون الذين يتغلبون على ضعفهم.

## «بعض المنعطفات قاسية!» لكنها إجبارية لمواصلة الطريق!» (الغزالي)

هكذا هي الحياة مليئة بالصعوبات. كما أن الحياة الروحية كلها جهاد ضد الخطيئة. «مَنْ يَغْلِبُ فَذَلِكَ سَيَلْبَسُ ثِيَابًا بِيضًا، وَلَنْ أَحْمُوَ اسْمَهُ مِنْ سَفْرِ الْحَيَاةِ، وَسَأَعْتَرِفُ بِاسْمِهِ أَمَامَ أَبِي وَأَمَامَ مَلَائِكَتِهِ». (رؤيا يوحنا ٣ : ٥) علينا أن نحارب ونغلب لنجلس مع الرب على العرش السماوي.

## اللحظات الأهم في الحياة

هي التي تكون في وحدة بالصلاة مع الرب والتي تكون تائباً فيها، والتي في القداس، والتي في أعمال الرحمة والمحبة، وهي التي ستنجيك في يوم الدينونة. أما الوقت المستغرق في العمل أو المشاجرات أو الشهوات فلن يفيدك، بل السوء منها ستُدان عليه. «وأما ذلك اليوم وتلك الساعة (ساعة الموت) فلا يعلم بهما أحد ولا الملائكة الذين في السماء ولا الابن الا الآب» (مرقس ١٣ : ٣٢).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## جاء الرب يسوع لينتصر على الموت

جاء الرب يسوع لكي يُبطل الخطيئة والموت. «أين شوكتك يا موت. أين غلبتك يا هاوية؟» (١كورنثوس ١٥ : ٥٥) إنتصر عليهم، ووهبنا الحياة الأبدية بقيامته من بين الأموات فكان بكر الراقدين. «المسيح قام من بين الأموات ووطئ الموت بالموت ووهب الحياة للذين بالقبور».

تأملات وخبرات روحية

## النجم

«إن النجم الذي قاد المجوس إلى مغارة بيت لحم لم يكن نجماً عادياً بل قوة روحية، لأنه كان يتحرك أحياناً ويقف أحياناً أخرى، وكان يتحرك من الشرق إلى الغرب بعكس النجوم العادية، كما أنه نزل قريباً جداً من الأرض ليشير إلى موضع المغارة» (القديس يوحنا ذهبي الفم). «فلما سمعوا من الملك ذهبوا وإذا النجم الذي رأوه في المشرق يتقدمهم حتى جاء ووقف فوق حيث كان الصبي. فلما رأوا النجم فرحوا فرحاً عظيماً جداً» (متى ٢ : ١٠).

## لا تتوقف عن المحاولة

كنت أحاول في كل عيد ومناسبة على مدى أعوام، أن أصلح بين أخ وأخته بدون جدوى. فتوقفت عن المحاولة، إلى أن مرضت الأخت وهي طاعنة في السن، فأخذت الأخ إلى بيت أخته بالحيلة وتركتهما بغرفة لوحدهما لكي يتصافيا، وفي طريق العودة قال لي عبارة لن أنساها ما حييت: «لقد كنت أنتظر أن تأخذني عندها العيد الماضي!». فعضضت أصابعي ندماً. علينا واجب إصلاح ذات البين والقيام بأعمال المحبة والرحمة، وأن لا نتوقف عن المحاولة مهما يكن. «فمن يعرف أن يعمل حسناً ولا يعمل فقد ارتكب خطيئة» (يعقوب ٤ : ١٧).

الله لا يريد موت الإنسان، بل أن يحيا لأن الموت هو عدو المسيح، وجاء المسيح ليغلبه وليبطله. فالمسيح هو الحياة. وبكى يسوع عندما مات اليعازر وأقامه بمعجزة كما أقام ابن أرملة نائين. لذا إذا مات أحدهم لا تقولوا: «هيك الرب بده» لأن الكتاب واضح «هل مسرة أسر بموت الشرير يقول السيد الرب. ألا يرجوعه عن طريقه فيحيا» (حزقيال ١٨ : ٢٣) فإذا كان الرب لا يسر بموت الشرير فكم بالحري بموت الإنسان البار. أما الموت (فهو إنتفاء الحياة) فقد دخل عن طريق إبليس بسقوط آدم، أما بعد قيامة المسيح وانتصاره على الموت، فلا خوف بعد الآن.

## المال والإلحاد

جلس بجانبني في الطائرة، رجلٌ في بداية الستينات من عمره، وبعد حديث طويل استمر طيلة الرحلة لمست كيف يمكن أن يكون الإنسان ملياديراً تقيساً، حيث أن الرجل دون زوجة وأولاد وعائلة تحيط به يُصبح كالشجرة غير المثمرة، ولو أثمرت لا يوجد من يلتقط ثمارها ويستمتع بها. إن الحياة دون شركاء تصبح بلا معنى وبلا منفعة والمال لا يفيد حينئذ. وعندما استرسل بالحديث أنه لا يؤمن بالله رأيت الفراغ القاتل في روحه أيضاً والذي قاده إلى فقدان معنى الحياة الحقيقية. «شعبي عمل شرّين: تَرَكوني أَنَا يَنْبوعَ المِيَاهِ الحَيَّةِ، لِيَنْقُرُوا لأنفُسِهِم أَبَارًا، أَبَارًا مُشَقَّقَةً لَا تَضْبُطُ مَاءً» (إرميا ٢ : ١٣).

## غصباً عن نفسك

توجد في الحياة الروحية فضيلة تسمى (فضيلة التغصب) أي أن تغصب ذاتك ونفسك على فعل الصواب. فإذا كنت غير قادر أن لا تفعل الشر فعلياً، إغصب قلبك وفكرك أن ترفضه داخلياً فتتقي ذاتك وتقدها رويداً رويداً وتدخل الملكوت. «كان الناموس والأنبياء إلى يوحنا. ومن ذلك الوقت يبشر بملكوت الله وكل واحد يغتصب نفسه إليه» (لوقا ١٦ : ١٦).

## البذار

ذهبت أنا وأطفال العائلة إلى المزرعة، حيث قطفنا ثماراً كثيرة لمزروعات مختلفة بفرح غامر، وسألني أحد الاطفال: «كيف تكبر هذه الثمار؟». فاجبته كقول الانجيل: «نحن نبذر والله الذي ينمي»، «إذا ليس الغارس شيئاً ولا الساقى بل الله الذي ينمي» (١ كورنثوس ٣ : ٧). الاله هم من يزرعون بذار الملكوت من كلمة الخلاص وأعمال المحبة والرحمة والله الذي يُخلص.

## بين الحياة والموت

أخبرني صديقي كيف نجا من الموت بمعجزة إثر حادث أدخله في غيبوبة طويلة، وكم هو سعيد بهذه الحادثة التي دفعته إلى اليقظة، وترك الطريق الذي كان يسير فيه، من طيش الشباب والانغماس بالملذات والشهوات والرجوع إلى حضن الله بالتوبة، والشكر له على إنقاذه إياه من الموت. «تفاقيد الله رحمة» (مثل) «إن الإنسان لا يكلل إلا إذا انتصر. ولا ينتصر إلا إذا حارب. ولا يحارب إلا إذا تعرض لضيقات تمتحن مدى روحانية حياته و ثبات إرادته التابعة للمشيئة الالهية» (البابا شنودة الثالث).

## صلّوا من أجل بعضكم البعض

القديس بولس عنده كامل الإيمان باستجابة الله لصلوات الناس لبعضها البعض وهذا هو إيماننا. «وأنتم أيضا مساعدون بالصلاة لأجلنا لكي يؤدي شكر لأجلنا من أشخاص كثيرين على ما وهب لنا بواسطة كثيرين» (٢كورنثوس ١ : ١١).

## الجميع أخطأوا

أحضر لي المحاسب شيكاً لتغطية إحدى الفواتير لكي أوقعه، وكان الخطأ كبيراً بين قيمة الفاتورة وقيمة الشيك المكتوب والمطلوب توقيعه، فاصلحته له بكل هدوء ولم أوبخه. والحقيقة إنني كنت قد وقعت في ذات الخطأ لذات الفاتورة. يا ليتنا نعذر الآخرين على أخطائهم بالأمر الكبيرة أيضاً، لا الصغيرة أو المحاسبية والمالية فقط. فنحن جميعاً مُعرّضون للخطأ والخطيئة. «الجميع أخطأوا وأعوزهم مجد الله» (رومية ٣ : ٢٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## أبناؤنا

لن يسمع أبناؤنا نصائحنا بقدر ما سيفعلون ما يروننا نفعله، فكن القدوة لهم في كل ما تفعل. «أيها الآباء لا تغيضوا أولادكم لئلا يفشلوا» (كولوسي ٣ : ٢١).

تأملات وخبرات روحية



## أطلبوا ان يملك الله على حياتكم

«فلا تهتموا قائلين ماذا نأكل أو ماذا نشرب أو ماذا نلبس فإن هذه كلها تطلبها الأمم. لأن أباكم السماوي يعلم أنكم تحتاجون إلى هذه كلها لكن أطلبوا أولاً ملكوت الله وبره وهذه كلها تزداد لكم» (متى ٦ : ٣٣). بيت القصيد هو أن تكون إرادتنا موافقة لإرادة الرب، وأن نضع إرادتنا تحت إرادته. إن الإيمان بالله وملكوته والاتحاد فيه، والصلاة، والسعي نحو القداسة، سترفعنا إلى حيث ضابط الكل، ومانح الخيرات والهبات، وهو سيسدد كل احتياجاتنا.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

٣١٠

## عَجِّلْ بِالاعتذار

أخطأ أحدهم بحقي منذ عشرين عاماً، وكلما رأني كان يحاول الاعتذار بطرق غير مباشرة وكأن شعوراً الذنب يلاحقه. ليتنا نحاول جهدنا أن لا نخطئ بحق الآخرين، ونسارع بالاعتذار ما دام يوجد فرصة لذلك. «كن مرادياً لخصمك سريعاً ما دمت معه في الطريق. لئلا يسلمك الخصم إلى القاضي ويسلمك القاضي إلى الشرطي فتلقى في السجن» (متى ٥ : ٢٥) والطريق المقصود به هو طريق الحياة والقاضي هو الديان.

تأملات وخبرات روحية

٣١١

## ما هو سبب سعادتك؟

سؤال يسأله الكثيرون لمن يروه دائم السعادة. والحقيقة ان سبب السعادة الدائم للمؤمن هو شعور الإنسان المؤمن انه ذاهب إلى السماء، حيث تنتظره الحياة الأبدية والسعادة المكتملة، حيث لا يُنزع الفرح وحيث لا ألم ولا حزن ولا دموع. «أما أنا، فرجائي منوط بالسماء» (المكابيين الثاني ٩ : ٢٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لماذا وبماذا نحتفل في عيد الشعانين؟

هو احتفال دخول الرب في المجد إلى القدس قبل ألفي عام، وهو صورة عن حضوره بالمجيء الثاني بالمجد ويوم الدينونة، وهو احتفال سابق بأسبوع لقيامته من بين الأموات في أحد الفصح، وهو ذات الدخول المظفر إلى الجحيم حيث أطلق المأسورين عبر التاريخ. لنفرح بهذا اليوم ونتهلل لأن كل المؤمنين سيحضرون حقيقة يوماً ما: «هوشعنا لأبن داود! تبارك الآتي باسم الرب! هوشعنا في العلى» (متى ٢١ : ٩).

تأملات وخبرات روحية

## الأسبوع المقدّس

نحن نمر بأقدس أسبوع في السنة، في طريقنا إلى يوم الفصح الذي يعني «العبور» عبور الشعب اليهودي من مصر إلى الحرية، وعبور المؤمن بالمسيح من الموت إلى حرية الحياة. استثمارها لتعبر أنت من عبودية الخطيئة إلى فرح الحرية منها. «لأن الخليقة نفسها أيضاً ستعتق من عبودية الفساد إلى حرية مجد أولاد الله» (رومية ٨ : ٢١).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## عشاء الفصح قبل ألفي عام

طلب الله من الشعب اليهودي أن يأكلوا خروف الفصح ليلة الهروب من مصر، «ويأكلون اللحم تلك الليلة مشويا بالنار مع فطير. على أعشاب مُرّة يأكلونه» (الخروج ١٢ : ٨)، وهو صورة عن الفصح الحقيقي «الحمل الحقيقي» الرب يسوع الذي أعطي «خلاً ممزوجاً بمرارة ليشرب» (متى ٢٧ : ٣٤) وتجرع ألم الصلب والموت. لا توجد قيامة دون صلب وآلام ومرارة. وهكذا حياتنا، علينا أن نمر بجهاد طويل ومنتصر فيه لنستحق أن نملك مع المسيح.

تأملات وخبرات روحية

## خميس العهد، خميس الأسرار، خميس غسل الأرجل

عندما يكون أي إنسان على فراش الموت يقوم بتوصية أبنائه وزوجته بأهم الأمور التي تهمة قبل مغادرته لهذه الحياة. والمسيح في آخر عشاء وآخر ليلة له مع التلاميذ علمهم التواضع والمحبة بأن غسل أرجلهم. أسس سر الكهنوت «إصنعوا هذا لذكري» (لوقا ٢٢: ١٩). والأهم جداً أنه أعطاهم أعظم سر في الوجود وهو سر بقاءه معهم ومعنا للأبد (بجسده ودمه في سر القربان) «من يأكل جسدي ويشرب دمي يثبت في وأنا فيه» (يوحنا ٦: ٥٦).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الجمعة العظيمة وليس الحزينة

هي جمعة الفرح لا الحزن، لأن فيها حصل خلاص العالم. فيها تألم المسيح نعم، لكن بمشيئته -مشيئة الآب- لخلاصنا وذلك من فرط حبه لأبنائه «الْحَقُّ الْحَقُّ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ مَنْ يَسْمَعُ كَلَامِي وَيُؤْمِنُ بِالَّذِي أَرْسَلَنِي فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ، وَلَا يَأْتِي إِلَى دَيْنُونَةٍ، بَلْ قَدْ انْتَقَلَ مِنَ الْمَوْتِ إِلَى الْحَيَاةِ» (يوحنا ٥: ٢٤). «فانتم كذلك، عندكم الآن حزن. ولكني سأراكم أيضاً فتفرح قلوبكم، ولا ينزع أحد فرحكم منكم» (يوحنا ١٦: ٢٢). وهذه الآية توضح حزن التلاميذ المؤقت لصلب المسيح وموته، ولكن فرحهم الدائم والأبدي لقيامته. لذا دعونا لا ننظر إلى الجمعة العظيمة والصلب دون النظر إلى سبت النور وأحد القيامة. المسيح قام حقاً قام.

تأملات وخبرات روحية

## سبت النور (١)

سمي بسبت النور لأن فيه أنار السيد المسيح على الجالسين في الظلمة وظلال الموت الذين ماتوا على رجاء الخلاص. وسمي أيضاً سبت الفرحة لأن فيه فرح أهل الجحيم بخلاصهم وانتقالهم إلى الفردوس. «الشعب المقيم في الظلمة أبصر نوراً عظيماً والمقيمون في بقعة الموت وظلاله أشرق عليهم النور» (متى ١٦: ٤).

## سبت النور (٢)

سبت النور مقدمة للقيامة أو عربون ووعد بقيامة الرب بالجسد فجر الأحد. المسيح الإله قام في ذات اللحظة التي أسلم فيها الروح وهو على الصليب. فمن حيث انه إله فهو مع الآب في السماء، ونفسه البشرية المتحدة بلاهوته نزلت إلى الجحيم وفجرته وداست الموت بالموت ووهبت الحياة للذين في القبور. أما النور الذي يفيض من القبر في كنيسة القيامة (نصف الدنيا) فهو إيمان آبائنا وحقيقة تلمس كل سنة وهو نور دون نار حارقة في أول فيضه ثم تتحول خصائصه ويصبح كالنار. «فاض النور وعيّدنا» (قول شعبي) كيف يحتويه قبر وهو الحاوي الخليفة بقبضته «وإذا زلزلة عظيمة حدثت، لأن ملاك الرب نزل من السماء وجاء ودحرج الحجر عن الباب، وجلس عليه» (متى ٢٨: ٢).

## عيد الفصح

المسيح قام من بين الاموات  
ووطئ الموت بالموت  
ووهب الحياة للذين بالقبور  
المسيح قام... حقاً قام

«ثُمَّ فِي أَوَّلِ الْأُسْبُوعِ، أَوَّلَ الْفَجْرِ، أَتَيْنَ إِلَى الْقَبْرِ حَامِلَاتِ الْحِنُوطِ الَّذِي أَعَدَدْنَهُ، وَمَعَهُنَّ  
أُنَاسٌ. فَوَجَدْنَ الْحَجَرَ مَدْحَرَجًا عَنِ الْقَبْرِ، فَدَخَلْنَ وَلَمْ يَجِدْنَ جَسَدَ الرَّبِّ يَسُوعَ. وَفِيمَا  
هُنَّ مُحْتَارَاتٌ فِي ذَلِكَ، إِذَا رَجُلَانِ وَقَفَا بِهِنَّ بِثِيَابٍ بَرَّاقَةٍ. وَإِذْ كُنَّ خَائِفَاتٍ وَمُنْكَسَاتٍ  
وُجُوهُهُنَّ إِلَى الْأَرْضِ، قَالَا لَهُنَّ: «لِمَاذَا تَطْلُبْنَ الْحَيِّ بَيْنَ الْأَمْوَاتِ؟ لَيْسَ هُوَ هَهُنَا، لَكِنَّهُ  
قَامَ!» (لوقا ٢٤: ١).

## زاد عدد الشمع

«صلوا من أجل مبغضيكم» (متى ٥: ٤٤): صديقٌ لي كان يصلي لكل عائلته ويضيء  
شمعة لكل فردٍ منها، وفي الآونة الأخيرة زاد عدد الشمع الذي يضيئه وعندما سألته:  
«هل زاد افراد عائلتك؟» أجابني: «كلا، لكن زاد عدد مبغضي، لذلك أضأت لكل  
واحدٍ منهم شمعة!».

## الله بعوض

سطا اللصوص على محل ذهب وسرقوا كل ما يملك هذا التاجر، وأصبح فقيراً معدم الحال. قد تفقد كل ما تملك لكن تمسك بما عندك من إيمان بالله واهب النعم والخيرات. هكذا فقد أيوب كل ما يملك من مال وأبناء ولكن الله عوضه ذلك كله، وكلله بإكليل المجد لخوضه الامتحان ونجاحه فيه. «أَمَّا الَّذِينَ بَصَبُوا فِي الْعَمَلِ الصَّالِحِ يَطْلُبُونَ الْمَجْدَ وَالْكَرَامَةَ وَالْبَقَاءَ، فَبِالْحَيَاةِ الْأَبَدِيَّةِ» (رومية ٢: ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## اللسان

بلسانك تبارك وبلسانك تلعن، إجعله باباً لتنقية القلب، فإنك إن سيطرت عليه سيساعدك في السيطرة على قلبك وفكرك، إذا لم تستطع السيطرة عليهم بدونه، «من فضلة القلب يتكلم الفم» (متى ١٢: ٣٤).

تأملات وخبرات روحية

## لا تجادل كثيراً

لا تجادل الجاهل لأنه لن يفهم.

ولا العنيد لأنه لن يقتنع.

ولا المتكبر لأنه لن يسمع.

ولا الانتهازي لأنه سيستغل ما تقوله لصالحه.

«وَالْمُبَاحَثَاتُ الْغَيْبِيَّةُ وَالسَّخِيفَةُ اجْتَنِبْهَا، عَالِمًا أَنَّهَا تُؤَلِّدُ خُصُومَاتٍ، وَعَبْدُ الرَّبِّ لَا

يَجِبُ أَنْ يُخَاصِمَ» (٢ تيموثاوس ٢: ٢٣، ٢٤).

## أطلب الخير لجارك تلقه على باب دارك

في كثير من الأحيان، يُغري الإنسان بأن يطلب السوء لمن يعادونه، فيسّم بذلك

فكره وقلبه وروحه، ويسمح للشر والحقد أن يملك روحه. وهذا هو هدف عدو

الخير. إملأ قلبك فقط بالخير والمحبة حتى لأعدائك، فتمتلي حياتك بالنعمة والخير

والبركات. «فإن جاع عدوك فاطعمه. وإن عطش فاسقه. لأنك إن فعلت هذا تجمع

جمر نار على رأسه» (رومية ١٢ : ٢٠).



## حب البقاء

هو من أعمق الغرائز الموجودة لدى الإنسان، لذا يدافع عن نفسه بكل من أوتي من قوة في الحروب والمنازعات، ويبحث عن الغذاء والماء أيضاً لذات السبب. الإنسان الذكي ينتصر في معركة البقاء بإيمانه بالخالق وبجهاده للسير حسب وصاياه لدخول ملكوت البقاء الابدي. «أنا هو القيامة والحياة. من آمن بي ولو مات فسيحيا» (يوحنا ١١ : ٢٥).

## كم عشت في هذه الدنيا؟

هل يُحسب العمر على عدد السنوات التي عشناها على الأرض؟ اظن الذي يُحسب هو الزمن الذي استغرقته مواقف الوفاء والرجولة والشهامة. والوقت الذي استغرقه عمل الخير والتسامح والمحبة، والزمن الذي أمضيته ونحن تائبون ومنتصرون على الخطيئة، والزمن الذي أمضيته ونحن نشهد ليسوع كرب ومخلص، مؤمنين ومتصلين به والزمن الذي عشناه فرحين مع الآخرين بالرب وغير ذلك من زمن فلا يُحتسب «إِنْ أَحَبَّنِي أَحَدٌ يَحْفَظْ كَلَامِي، وَيُحِبَّهُ أَبِي، وَإِلَيْهِ نَأْتِي، وَعِنْدَهُ نَصْنَعُ مَنْزِلًا» (يوحنا ١٤ : ٢٣).

## الخطيئة والمرض

لا تُولد الخطيئة المرَضَ بالضرورة، والمرض لا يبتلينا الله فيه إذا اخطأنا بحقه أو بحق القريب. في قصة المفلوج يقول يسوع أولاً: «يا بني مغفورة لك خطاياك» ومن ثم يشفيه بأعجوبة ثانية قائلاً له: «قم، إحمل فراشك واذهب إلى بيتك» (متى ٩: ١-٨). فلو كان المرض الجسدي هنا نتيجة الخطيئة لكان يكفي المسيح أن يغفر خطايا المفلوج حتى يقوم ويمشي.

## كم نحن سُذَجٌ أحياناً

بعدما أكل آدم وحواء من الشجرة المحرمة إختبأ من الله بين شجر الجنة. قد نظن للوهلة الأولى انهم ساذجون. فكيف يختبئان من الله الذي يرى كل شيء ويعلم كل شيء؟ بالحقيقة نحن مثلهم في الكثير من الأحيان، نختبيء من الآخرين عندما نرتكب خطايانا ونظن أننا بمنأى عن نظر الله. كم نحن ساذجون... «إِنَّ حِكْمَةَ الرَّبِّ عَظِيمَةٌ. هُوَ شَدِيدُ الْقُدْرَةِ، وَيَرَى كُلَّ شَيْءٍ» (يشوع بن شيراخ ١٥: ١٩).

## احتفظ بسرك

لا تستعجل بإعطاء سرك للآخرين لأنه «إذا ضاق صدرك بسرك سيضيق صدر غيرك به» (مثل). وعندها سيصبح سرك على الملأ «الَّذِي يُفْشِي الْأَسْرَارَ يَهْدِمُ الثَّقَّةَ. وَلَا يَجِدُ صَدِيقًا لِنَفْسِهِ» (يشوع بن سيراخ ٢٧: ١٧) من المهم أن لا يعرف عدو الخير أسرارك ومشاعرك خبئها واحتفظ بها لنفسك.

## احسبها صح

احسب كل كلمة تقولها وكل فعل تقوم به لأن مقابلهما يوجد ردة فعل للآخرين. فالحياة لعبة شطرنج والذي سيربح هو من يتوقع أكبر عدد من خطوات الخصم المستقبلية، وهذا ينطبق على الحياة الروحية. فعدو الخير سيستغل كل كلمة أو نظرة تقوم بها ليحاربك ويغويك أو يحرض الآخرين عليك: «اِحْبِسْ فِضَّتَكَ وَذَهَبَكَ، وَاجْعَلْ لِكَلَامِكَ مِيزَانًا وَمَعْيَارًا، وَلِفَمِكَ بَابًا وَمِزْلًا جَاءَ» (يشوع بن سيراخ ٢٨: ٢٩) «عثرة القدم أسلم من عثرة اللسان» (مثل).

## إنسى

الرب ينسى كل إساءات البشر وخطاياهم ولا يعود يذكرها «أي لا يحاسبنا علينا عندما نتوب عنها» «أنا هو المآحي ذُنُوبَكَ لِأَجْلِ نَفْسِي، وَخَطَايَاكَ لَا أَذْكَرُهَا» (إشعياء ٤٣: ٢٥) يا ليتنا ننسى إساءات أحبائنا والآخريين ولا نعود نذكرها ولا نُذَكِّرهم فيها كل يوم! لعلنا نستطيع أن نعيش من الآن حياة السماء على الأرض.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## تأثير الطفولة

في طفولتي رأيت أموراً كثيرة، قد تكون أكثر مما يجب، منها السيء ومنها الجيد، وقد أثرت علي لآن وساهمت في تكوين شخصيتي. من الصعب محو هذه التأثيرات التي إنغrust في طفولتي، لذا يا ليتنا ننتبه إلى ما يراه وما يسمعه وما يختبره أطفالنا وأبناؤنا لأنه سيلازمهم طول حياتهم. «مَنْ أَعْتَرَ أَحَدَ هُوَلاءِ الصَّغَارِ الْمُؤْمِنِينَ بِي فَخَيْرٌ لَهُ أَنْ يُعَلَّقَ فِي عُنُقِهِ حَجْرُ الرَّحَى وَيُغْرَقَ فِي لُجَّةِ الْبَحْرِ» (متى ١٨: ٦).

تأملات وخبرات روحية

## إختيار قصة حياتك

يوجد أفلام وقصص يختار فيها المشاهد كيفية سير قصة الفلم ويُعطى أن يختار بين عدة سيناريوهات، ثم يستمر بالمشاهدة حسب اختياره. والكثيرون استغربوا من هذا المفهوم الجديد لاختيار سيناريوهات الأفلام. الكثيرون يسرون في هذه الحياة مستسلمين لكل ما يقودهم فيها من عوامل سياسية واقتصادية واجتماعية ودينية، ولا يقومون بتحديد مصيرهم بيدهم، مبررين كل ما يحصل معهم بعبارة «القضاء المقدر». لقد خلق الله الإنسان بإرادة حرة، ليختار ما يفعل بحياته من تطور وبناء أو هدم وخراب أو خير وشر. لذا لا تعلق مصير حياتك على قرار الآخرين ولا تعلق أي خيبة أمل تصيبك على شماعة الرب. فالرب لا يعطي غير الخير والصلاح لأبنائه

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

ولا يمكن أن يصيبنا بالشر. الرب يعلم كل شيء وهو ضابط الكل، لكن لن يتدخل بقرارات الإنسان وإرادته الحرة: «لأن الخليقة نفسها أيضا ستعتق من عبودية الفساد إلى حرية مجد أولاد الله» (رومية ٨: ٢١).

تأملات وخبرات روحية

## التطبيق العملي

يُصَلِّي الكثيرون، يتعبدون لله، ويذهبون للكنيسة دائماً، لكن عندما يتعرضون إلى موقف عملي سواء كان خيانة أو غدرًا أو جحوداً أو سرقة أو نميمة أو... أو... سرعان ما يضعون الإيمان والكنيسة والصلاة على الرف ويتصرفون بغريزتهم البشرية العادية (العين بالعين والسن بالسن)، وليس كالمؤمن المسامح والمحِب. يجب علينا أن نعكس إيماننا على تعاملنا اليومي فنكسب كل معاركنا بالمحبة «كُنْ قُدُوةً لِلْمُؤْمِنِينَ فِي الْكَلَامِ، فِي التَّصَرُّفِ، فِي الْمَحَبَّةِ، فِي الرُّوحِ، فِي الْإِيمَانِ، فِي الطَّهَارَةِ» (١ تيموثاوس ٤: ١٢).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لا تتفاخر بالخطيئة

يتفاخر البعض بطولاته الخاطئة ويجعل الخطيئة موضوع تندر ويدافع عن خطئه ويرره بحجج مختلفة، وأكثر حجة مستخدمه هي «الكل يعمل هيك». لا تعثر الآخرين واستر خطيئتك ما استطعت «إن بليتَم فاستتروا» (قول) «ثُمَّ الشَّهْوَةُ إِذَا حَبَلَتْ تَلِدُ خَطِيئَةً، وَالْخَطِيئَةُ إِذَا كَمَلَتْ تُنْتِجُ مَوْتًا» (يعقوب ١: ١٥).

تأملات وخبرات روحية

## حرية البشر

في زيارة لامستردام، حيث تباع الماريجوانا بشكل قانوني، والدعارة مهنة مسموحة ومنتشرة وتدفع ضرائب للدولة كأى تجارة أخرى. وحيث تم تحويل كاتدرائية ضخمة إلى متحف لعرض رسومات فنانيين، نكتشف ان هذه هي إرادة البشر القائمين على هذه الدولة. ولا نستطيع ان نحمل الرب مسؤولية هذه القرارات أو نتائجها. فإن من تألم في الجسد كف عن الخطيئة «لَكَيْ لَا يَعِيشَ أَيْضًا الزَّمَانُ الْبَاقِي فِي الْجَسَدِ، لَشَهَوَاتِ النَّاسِ، بَلْ لِإِرَادَةِ اللَّهِ لِأَنَّ زَمَانَ الْحَيَاةِ الَّذِي مَضَى يَكْفِينَا لِنَكُونَ قَدْ عَمَلْنَا إِرَادَةَ الْأُمَمِ، سَالِكِينَ فِي الدَّعَارَةِ وَالشَّهَوَاتِ، وَإِدْمَانِ الْخَمْرِ، وَالْبَطْرِ، وَالْمُنَادِمَاتِ، وَعِبَادَةِ الْأَوْثَانِ الْمَحْرَمَةِ» (١ بطرس ٤: ٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## ميلاد المسيح

«المسيح ولد فمجدوه هلولويا» هذه هي التحية المسيحية القديمة في الميلاد. لنفرح بأهم حدث في تاريخ البشرية والذي يهم كل مؤمن. حيث فتح لنا المسيح بتجسده باب السماء ومنح الملكوت لكل مؤمن. «فستلد (العدراء) إبناً وتدعو اسمه يسوع، لأنه يُخلص شعبه من خطاياهم» (متى ١: ٢١).

تأملات وخبرات روحية

## تأملات

دخلت كاتدرائية رائعة في إحدى العواصم الأوروبية لأصلي، وتفاجأت أنه تم تحويلها إلى متحف لعرض رسومات الفنانين وأنها ليست للصلاة. وطلب مني دفع رسوم للدخول إذا كنت أرغب برؤية المعرض! وبينما أنا أتأمل وأتأمل لما حدث للكاتدرائيات والكنائس والمؤمنين وبدأت بفقد الأمل منهم، سمعت صوت أجراس كنيسة تقرع في البعيد (مع انه لم يكن يوم أحد أو موعد قداس) وكأنه صوت النعمة تعزيني بأن الأمل موجود، وان الرب لا يزال على الباب يقرع. «هَاءَنَذَا وَقِفْ عَلَيَّ الْبَابِ وَأَقْرَعُ. إِنْ سَمِعَ أَحَدٌ صَوْتِي وَفَتَحَ الْبَابَ، أَدْخُلْ إِلَيْهِ وَأَتَعَشَّى مَعَهُ وَهُوَ مَعِي» (رؤيا يوحنا ٣: ٢٠) لنصل من أجل أن لا يفنى إيماننا ومن أجل إيمان الآخرين على هذه الأرض.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## من أجمل اللحظات

عندما تتغلب على ضعفك، وتتفوق على نفسك فتسيطر على ذاتك... بإرادتك تحارب شهوات النفس وضعفاتها وتنتصر. هذا هو الانتصار الحقيقي وليس الانتصار على الآخرين في تجارة أو رياضة أو منافسة. ذاتك هي محور حياتك وبها تخلص أو تُدان. «مَالِكُ رُوحِهِ خَيْرٌ مِمَّنْ يَأْخُذُ مَدِينَةً» (الأمثال ١٦: ٣٢).

تأملات وخبرات روحية



## من يُقرض الربَّ

«من يرحم الفقير يقرض الرب، وعن معروفه يجازيه» (الأمثال ١٩: ١٧) ويسدد الرب له القرض إما على الأرض أو في السماء أضعاف أضعاف.

## الله مش على الموضه

الكثيرون في زماننا الحاضر بعيدون عن الكنيسة وعن الله وكذلك أبناؤهم... وإذا صار الحديث عن الله والكنيسة يتهمون المؤمنين بأنهم موضه قديمة أو رجعيين، ويسألونك: «عن جد... أتؤمن بهكذا قصص؟» لكل مجتهد نصيب الله هو الحياة هو الأمس واليوم والغد «أنا الألف واليأء، البديئة والنهائية، الأول والآخر» (رؤيا ٢٢: ١٣).

## الخطيئة سمٌ قاتل

الفيروس يسبب المرض لكل الجسد، والخطيئة تسبب المرض للروح، فيتسمم العقل والجسد، «أَجْرَةُ الْخَطِيئَةِ هِيَ مَوْتُ، وَأَمَّا هَبَةُ اللَّهِ فَهِيَ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ بِالْمَسِيحِ يَسُوعَ رَبَّنَا» (رومية ٦: ٢٣) حارب الخطيئة كما تحارب المرض.

## صوت الحق

نحن في زمن يستصعب فيه الكثيرون سماع صوت الحق ويهربون من قائليه. «لأن كل من يعمل السيئات يبغض النور، ولا يأتي إلى النور لئلا توبخ أعماله» (يوحنا ٣: ٢٠).

## صفة محبة

رأى حارس أمن في إحدى الشركات الكبيرة صاحب الشركة وهو جالس صامتاً، وكان هموم الدنيا كلها فوق رأسه، فجاءه يقوي عزيمته ويشجعه. وفعلاً عندما رأى صاحب الشركة منطلق وسعادة الموظف البسيط الحال خجل من نفسه ان يكون مهموماً وشكر الله على النعم التي هو فيها: «نَشْكُرُ اللَّهَ بِلاَ انْقِطَاعٍ» (تسالونيكى ٢: ١٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## الغيرة

يوجد أشخاص قضوا حياتهم كلها في الغيرة والحسد من قريب أو صديق أو جار لهم، فلا هم اغتنوا ولا قريبيهم افتقر. ولا هم نجحوا ولا صديقهم فشل. يموتون بغيضهم كل يوم. والمحسود كأنه غير موجود. أصبر على كيد الحسود فإن صبرك قاتله كالنار تأكل بعضها إن لم تجد ما تأكله «لا أسير مع من يذوب حسداً؛ لأن مثل هذا لا حظ له في الحكمة» (الحكمة ٦: ٢٥).

تأملات وخبرات روحية

## حياتك فكري

«فكر في الخير وسوف يحدث لك، فكر في الشر وسوف ينال منك، انت حصاد ما تفكر فيه طوال اليوم» (جوزيف ميرفي) «مَنْ يَطْلُبُ الْخَيْرَ يَلْتَمِسِ الرِّضَا، وَمَنْ يَطْلُبُ الشَّرَّ فَالشَّرُّ يَأْتِيهِ» (الأمثال ١١: ٢٧).

## الأطباء

ما أحوجنا أن يكون أطباؤنا روحيين رحماء، كرماء وواعظين، بحيث يقودون المريض إلى الشفاء بمحبة أو يُحضرونه للسماء بكل إيمان ورجاء، لأن المريض يتعلق بكل كلمة يقولها طبيبه. «أمرِضْ أَحَدًا بَيْنَكُمْ؟ فَلْيَدْعُ شُيُوخَ الكَنِيسَةِ فَيُصَلُّوا عَلَيْهِ وَيَدَهْنُوهُ بِزَيْتِ بِاسْمِ الرَّبِّ، وَصَلَاةُ الإِيمَانِ تَشْفِي المَرِيضَ، وَالرَّبُّ يُقِيمُهُ، وَإِنْ كَانَ قَدْ فَعَلَ خَطِيئَةً تُغْفَرُ لَهُ» (يعقوب ٥: ١٤، ١٥).

## الهدف

من يسير بلا هدف في الحياة لن يصل إلى أي مكان، وسيفقد مكانه الأصلي. ومن يضع هدفاً حتى لو كان صعباً وبعيد المنال لا بد أن يصل يوماً: ضع أهدافك الروحية وثم أهدافك العملية واجتهد، ولكن معتمداً على الرب. «فلنسمع ختام الأمر كله. اتق الله واحفظ وصاياها، لأن هذا هو الانسان كله، لأن الله يحضر كل عمل إلى الدينونة، علي كل خفي، إن كان خيراً أو شراً» (جامعة ١٢: ١٣-١٤).

## الصراحة بحدود لا دائماً

الصراحة في العلاقات أمر جيد وصحي، ولكن علينا بالحكمة في استخدامها. فالصراحة جارحة أحياناً ومؤذية للعلاقة. كن حكيماً باستخدامها، أحياناً قد يقع أحدهم بخطأ وهو لا يعلم بذلك. فلا داعي أن تؤنبه بزيادة «طوبى للرحماء فإنهم يرحمون» (متى ٥: ٧).

## كلنا ضعفاء

إعترف بضعفك أمام نفسك وأمام الرب فينتشلك. «أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ فِي الْمَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّينِي» (فيلبي ٤: ١٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## إرسل لنا ملائكة يا رب

«إجعل يا رب حارساً لفمي. إحفظ باب شفتي» (المزمير ١٤١: ٣) وضع ملاكاً حارساً لعيني لكي لا أرى الشهوات والمغريات، وملاكاً آخر لأذني لكي لا أسمع ما يجرنني للخطيئة، وملاكاً لقلبي لكي لا أشتهي أي شهوة خاطئة.

تأملات وخبرات روحية

## أبناء النور

نقابل في حياتنا أشخاصاً مختلفين كل يوم، منهم المسلم الذي يتسم بفرح ويُساعد الآخرين بمحبة ويُعاملهم بتسامح ورحمة. والبعض الآخر العكس تماماً. علينا أن نكون داعمين للسلام والتسامح، وأن نعكس نور المسيح دائماً حتى لو عاملنا الآخرون بقسوة وظلم. إن ردة فعلنا واحدة ومحددة بغض النظر عن الآخرين: «طوبى للرحماء لأنهم يرحمون» (متى ٥: ٧) «طوبى للساعين إلى السلام فإنهم أبناء الله يُدعون» (متى ٥: ٩).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## بعد التناول

أشكرك يا رب أنك سمحت لي وأهلتنني أن أتناول جسدك المقدس. يا رب طهرني بدمك وجسدك من كل خطيئة وشبه خطيئة. ليكن تناولي عن احتياج وليس عن استحقاق. «مَنْ يَأْكُلُ جَسَدِي وَيَشْرَبُ دَمِي فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ، وَأَنَا أُقِيمُهُ فِي الْيَوْمِ الْآخِرِ» (يوحنا ٦: ٥٤) لا يوجد إنسان واحد طاهر ومستحق لتناول جسد الرب، لكن برحمة الرب نتقدم لتناول جسده لكي يمنحنا صحة النفس والجسد والحياة الابدية.

تأملات وخبرات روحية

## إحفظ لسانك

عيوب الجسم يسترها متر قماش لكن عيوب الفكر يكشفها أول نقاش (منقول) «مَخَافَةُ الرَّبِّ رَأْسُ الْمَعْرِفَةِ، أَمَّا الْجَاهِلُونَ فَيَحْتَقِرُونَ الْحِكْمَةَ وَالْأَدَبَ» (الأمثال ١ : ٧) أطلب الحكمة من الرب بإيمان، وهو يمنحك إياها.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## إفرح واقتنع

إفرح واستمتع بما وهبك إياه الرب  
إفرح بتعب عملك. إفرح بمنزلك. وشريك حياتك. وأهلك  
إجتهد لتصل لأحلامك، تعلم من الغير وإبن حافزاً لك لتتطور.  
لكن لا تقارن ولا تغر ولا تحسد. وقدر النعمة التي أنت فيها.  
«ما دمت حياً معافى تحمد الرب وتفتخر بمراحمه» (يشوع بن سيراخ ١٧ : ٢٧)

تأملات وخبرات روحية



## الرشوة

«ومن يكره الرشوة يحيا» (الامثال ١٥: ٢٧) تقديم الرشوة لأخذ ما هو ليس حقك خطيئة، وقد تكون الإكرامية لتسهيل أخذ حقك المهضوم مقبولة أحياناً، وأحياناً تكون الرشوة بالكلام الجميل والنفاق لأخذ مكسب خاطئ. إحذر منهما أيضاً.

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لا تحشر الآخرين بالزاوية

يواجه البعض الآخرين بقساوة، ولا يترك لهم مجالاً للتراجع أو الاعتذار أو الشرح. وإذا حاول الآخرون التملص من الموقف للحفاظ على الصداقة، وعلى ماء وجه الطرفين يجد خشونة أعنف وصراحة وقحة وبذلك ينتهي النقاش بالصدام والخصام. اترك مجالاً للآخرين فأنت معرض مثلهم. «أَفْتَضُّنْ هَذَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ الَّذِي تَدِينُ الَّذِينَ يَفْعَلُونَ مِثْلَ هَذِهِ، وَأَنْتَ تَفْعَلُهَا، أَنْكَ تَنْجُو مِنْ دَيْنُونَةِ اللَّهِ؟» (رومية ٢: ٣).

تأملات وخبرات روحية

## خمس قواعد لكي تعيش حياة سعيدة

ثق برعاية الله وثم ثق - بنفسك.

إفعل الخير مع الجميع دائماً.

سامح نفسك دائماً وسامح الآخرين.

كن إيجابياً ومبتسماً وفرحاً.

لا تؤذ أحداً لا بالفكر ولا بالقول ولا بالفعل. «إحفظ الوصايا» (متى ١٩: ١٧).

## نصائح

الصمت أحسن من الكلام الكثير أحياناً.

الغفران أحسن من خزن الضغائن.

التروي أحسن من التهور والاستعجال.

إفرح من كل قلبك مع الآخرين عند فرحهم.

وإحزن معهم عند حزنهم دون شماته.

اقنع بما أعطاك الرب وافرح به. أمّا ما أعطاه لغيرك فهو «مش شغلك».

«مبى المذنب ومذنب البريء كلاهما مكرهة الرب» (الأمثال ١٧: ١٥).

## أسرار الحياة

لن نفهم ونحن أحياء على هذه الأرض أسرار الحياة، وكيف تتلاقى عناية الله مع الحروب والموت والدمار. وكيف تتلاقى رحمته اللانهائية مع الظلم والقسوة. إن إرادة الإنسان حرة سواء كانت صالحة أم شريرة وهي السبب في كل المآسي التي نراها. لكن عناية ومحبة ورحمة الله الأبدية لا تلبث أن تحول الشر إلى خير. «عادل أنت أيها الرب وجميع أحكامك مستقيمة وطرقك كلها رحمة وحق وحكم» (سفر طوبيا ٣: ٢).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لا تخطئ عن قصد

لا تذهب برجليك إلى الخطيئة  
وأنت تعلم أنك ستؤذي نفسك والآخرين.  
«كيف أصنع هذا الشر العظيم، وأخطئ إلى الله؟» (تكوين ٣٩: ٩).  
القاعدة الذهبية: «فَكُلُّ مَا تُرِيدُونَ أَنْ يَفْعَلَ النَّاسُ بِكُمْ افْعَلُوا هَكَذَا أَنْتُمْ أَيْضًا بِهِمْ»  
(متى ٧: ١٢).

تأملات وخبرات روحية

## التواضع

من عاداتنا أن نقدّم الآخرين علينا عند الدخول أو الخروج من أي باب، بداعي الاحترام لمن هم أكبر منا سناً أو مقاماً اجتماعياً أو سياسياً والسيدات أيضاً. ليتنا نقدّم الجميع علينا بدافع من التواضع ايضاً، في كل نواحي الحياة فيعيش الجميع بتواضع ومحبة وايتار. «وَادِّينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا بِالْمَحَبَّةِ الْأَخَوِيَّةِ، مُقَدِّمِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا فِي الْكِرَامَةِ» (رومية ١٢: ١٠).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## ليلة الميلاد

في مثل هذه الليلة قبل حوالي ألفي عام وُلد المسيح الرب. وتجسد الكلمة ابن الله من مريم العذراء لكي ينتصر بهذا الجسد على الخطيئة وعلى الشيطان وعلى الموت، لكي يخلص الجنس البشري. «ولد لكم اليوم في مدينة داوود مخلص هو المسيح الرب» (لوقا ٢: ١١).

تأملات وخبرات روحية

## كلمات من ذهب

«الدنيا رايحة، نكسب الآخرة» كلمات رجل عجوز، جرّب الحياة بحلوها ومُرّها، يقضي وقته بالصلاة والاستغفار واعمال الرحمة. «من له أذنان للسمع، فليسمع» (متى ١٣: ٤٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لا تسرق الحلم من أحد

لا يريد الصغار ان يصدقوا أن سانتا كلوز غير حقيقي بل يتمسكون بالحلم، والكبار أيضاً يتمسكون بأحلامهم. وكلُّ له حلمه مع تشابه الأحلام، بحال أفضل، وغدٍ مشرق، فالمرضى يحلم بالشفاء، والفقير يحلم بالغنى، والطالب بالنجاح، والتاجر بالربح.

أما الذكي فيحلم بالسماء ويسعى إليها. «اقْتَرِبُوا إِلَى اللَّهِ فَيَقْتَرِبَ إِلَيْكُمْ» (يعقوب ٤: ٨).

تأملات وخبرات روحية

## رجع إلى موطنه الأصلي... السماء

مرة واحدة قابلت الأب إبراهيم بطارسة، وهو في عليته في السلط. كتب كنوزاً من الكتب، وهو الذي وضع كُتب القداس الإلهي التي نقرأها كل يوم أحد، وفنى حياته في خدمة الرب وأهل بيت الرب: اختار النصيب الأفضل «قال له سيده: نعماً أيها العبد الصالح الأمين! كنت أميناً في القليل فأقيمك على الكثير. أدخل إلى فرح سيدك» (متى ٢٥: ٢٣).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لاس فيغاس

في أحد أهم العروض في لاس فيغاس والذي يحوي العشرات من لاعبي الجمباز والرياضيين، يتحول نظرك لاشعورياً كي تحاول رؤية جميع اللاعبين وهم يؤدون أدوارهم بمهارة، ولكنك بذلك يفوتك رؤية أهم لاعب (البطل) وهو نجم العرض. وهكذا نحن في خضم الحياة اليومية ننسى البطل ومخلص حياتنا، ونهمل الطريق إلى الملكوت ونضيع مفتاح السماء ونحن منشغلون بأمور ثانوية لا تُسمن ولا تُغني عن جوع. «فأجاب يسوع وقال لها: "مرثا، مرثا، أنت تهتمين وتضطربين لأجل أمور كثيرة، ولكن الحاجة إلى واحد. فاخترت مريم النصيب الصالح الذي لن ينزع منها"». (لوقا ١٠: ٤٢).

تأملات وخبرات روحية

## لا تقطع عمل الخير

زار صديقٌ لي أحدهم في السجن (بعد إجراءات صعبة لأخذ الإذن لزيارة خاصة وإدخال بعض الحاجيات إلى السجن) وبعد قطع مسافة طويلة للوصول، فوجئ صديقي باستقبال جاف من السجن وكلام جارح أنه جاء للشماته به. وهكذا نسمع يومياً سوء ظن وعدم تقدير لأعمال المحبة والرحمة. وهذا يدفعنا لزيادة المحبة وعدم قطع عمل الخير أبداً، لأنه السبيل الوحيد لكسب القلوب القاسية والانتصار على الشر كما يفعل الآب السماوي. «لكي تكونوا أبناء أبيكم الذي في السماوات، فإنه يشرق شمسُه على الأشرار والصالحين، ويمطر على الأبرار والظالمين» (متى ٥: ٤٥).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## لا تخف من الموت

إن موت الجسد هو تحرير للروح وبوابة الحياة الأبدية في السماء مع الرب يسوع حيث لا حزن ولا بكاء ولا ألم، بل سعادة مطلقة. «فإن كنا قد مُتْنَا مَعَ الْمَسِيحِ، نُؤْمِنُ أَنَّنَا سَنَحْيَا أَيْضًا مَعَهُ» (رومية ٦: ٨).

تأملات وخبرات روحية

«أعطوا تعطوا» (لوقا ٦: ٣٨)

اخبرني شاب صغير يملك مطعماً متواضعاً خبرته مع الرب فقال: «اقترب موعد دفع ايجار مطعمي وانا لا املك اي مبلغ لكي اسدده، وكنت قد توقفت عن التبرع للفقراء (العُشر) بسبب عدم توفر المال أيضاً. وفجأة تذكرت عبارة قرأتها بكتاب تقول «أعطوا تعطوا» Give and you shall receive وتحدد أن تعطي أولاً وثم سنحصل. فتبرعت للفقراء بكل ما توفر معي. وعندما حان موعد دفع الايجار كان قد توفر لي أضعاف ما يكفي لدفع الايجار». الله لا ينام مديوناً لأحد ومن يعطي الفقراء (إخوة الرب) الرب سيعطيه أضعاف. «تَصَدَّقْ مِنْ مَالِكَ، وَلَا تُحَوَّلْ وَجْهَكَ عَنْ فَقِيرٍ؛ وَحِينَئِذٍ فَوْجَهُ الرَّبُّ لَا يُحَوَّلُ عَنْكَ» (طوبيا ٤: ٧).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

٣٧٢

## المساعدة والنصيحة

يأتي اليك أعداؤك أو منافسوك أحياناً في العمل طلباً للمساعدة أو النصيحة. فكيف تتصرف كإنسان محترم ومؤمن؟ هل تجيبهم بما يناسب مصلحتك (كذباً) أو تكون صادقاً، مع أن ذلك سيضر بمصلحتك؟ الجواب الواضح والصعب: «وكما تريدون أن يفعل الناسُ بكم افعلوا أنتم أيضاً بهم هكذا» (لوقا ٦: ٣١).

تأملات وخبرات روحية

٣٧٣



## جسد الرب هو الحل

إذا كنت مكتئباً او متعباً نفسياً او جسدياً، اذهب بسرعة واحضر القداس الالهي، واعترف امام الكاهن وتناول جسد ودم الرب الحيين الاقدسين وسترى العجب! معظم المشاكل الزوجية والعائلية سببها عدو الخير (الشیطان واعوانه) وهذه حروب روحية وعلاجها هو الاحتماء بالرب. وقد شاهدت بأمر عيني حالات اكتئاب حادة وخلافات زوجية اختفت بشكل سريع احياناً وفوري احياناً اخرى لحظة الاعتراف والتناول وحضور القداس بثقة وايمان. ان حروب الشيطان مكشوفة لدى الكنيسة والمؤمنين والعلاج معروف ومضمون لا تتردد وثق بالرب. «وَالشَّيَاطِينُ يُؤْمِنُونَ وَيَقْشَعْرُونَ!» (يعقوب ٢: ١٩). «حَامِلِينَ فَوْقَ الْكُلِّ تُرْسَ الْإِيمَانِ، الَّذِي بِهِ تَقْدِرُونَ أَنْ تُطْفِئُوا جَمِيعَ سِهَامِ الشَّرِّيرِ الْمُتَّهَبَةِ» (أفسس ٦: ١٦).

«يا رب ماذا تريد أن أفعل؟»

## شكراً يا رب

لأني لو أخطأت لا تعتبرني انساناً خاطئاً  
بل تعتبرني انساناً صالحاً وقد اخطىء وتعطيني فرصة جديدة  
فأنا لو كذبت مرة لا أكون كاذباً،  
ولو زنيت مرة فلا اكون زانياً،  
بل اكون انساناً أخطأ وانت الإله الذي يغفر. «لأن الصديق يسقط سبع مرات  
ويقوم، أما الأشرار فيعثرون بالشر» (الأمثال ٢٤: ١٦) معرفتنا بغفران الرب لنا يمنحنا  
الامل ويشجعنا على البدء بصفحة جديدة بيضاء.

تأملات وخبرات روحية

## الفهرس

- |                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| ٩ ..... ورثة البنات                 | ج ..... الإهداء                           |
| ١٠ ..... الوفا                      | هـ ..... مقدّمة                           |
| ١١ ..... التوبة                     | ز ..... مقدّمة الكاتب                     |
| ١٢ ..... الجمع يعحث عن الله... ولكن | ١ ..... إعمل الصّح                        |
| ١٤ ..... الأسلوب والمحبة            | ٢ ..... الصراع بين الخير والشر            |
| ١٥ ..... أجدادنا الأولون            | ٤ ..... الصراع بين الشيطان والمؤمنين      |
| ١٦ ..... غلطة واحدة تكفي            | ٥ ..... السياج الروحي                     |
| ١٧ ..... راع شعور الآخرين           | «البيت والثروة ميراث من الآباء»           |
| ١٨ ..... الفداء                     | ٦ ..... أما الزوجة المتعقلة فمن عند الرب» |
| ١٩ ..... الصلاة تفيدنا نحن          | «من استعجل شيئاً قبل أوانه عُوقب          |
| الإيمان حجر الأساس                  | ٧ ..... منه بحرمانه»                      |
| ٢٠ ..... في استجابة الرب            | ٨ ..... يقول المثل: «لا تحاسب وريثك»      |

لتحميل الكتب الخمسة السابقة أو قراءة الخبز اليومي كل يوم  
يمكنك الدخول على أي من التالي:

لصفحة daily bread على الفيسبوك

<https://www.facebook.com/daily.bread.735>

ولتحميل التطبيق من Apple Store (road to heaven)

<https://itunes.apple.com/us/app/road-to-heaven/id625740287?mt=8>

ولتحميل التطبيق من Android (الطريق إلى الملكوت)

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.osama.roadtoheaven2>

for instagram users follow us at dailybread1

كما يمكنك التواصل مع الكاتب لاستلام الرسائل يومياً على البريد الإلكتروني

[Osama@imseh.com](mailto:Osama@imseh.com)

- ٦٥ ..... شهادة حق.
- ٦٦ ..... آمن بالله لكن أقفل باب بيتك
- ٦٧ ..... كم أكره النفاق!
- ٦٨ ..... الله لا ينام مديوناً لأحد
- ٧٠ ..... المحبة والحاجة
- ٧١ ..... إنتصر في الحرب مع عدو الخير
- ..... «إذا كان صاحبك طماعاً إعمل
- ٧٢ ..... حالك قليل حساب»
- ٧٣ ..... أمواج البحر
- ٧٤ ..... تمهل يا صاحبي
- ٧٥ ..... المتعة الوقتية
- ٧٦ ..... هل نستطيع أن ننسى الأسي؟
- ٧٧ ..... القلق
- ٧٨ ..... الروح الساكن فينا

- ٥١ ..... القدوة
- ٥٢ ..... السائق الأمهر
- ٥٣ ..... الطلاق
- ..... «الخير الذي تفعله في الصباح
- ٥٤ ..... سوف ينساه الناس غالباً في المساء
- ٥٥ ..... «لا تعرّ آذانك للأردياء»
- ٥٦ ..... يا رب ساعدني لأكون أميناً
- ٥٧ ..... نبياله (طوبى)
- ٥٨ ..... عيش بسلام
- ٥٩ ..... الإيمان والحقيقة
- ٦٠ ..... مهما سقطت قمم
- ٦١ ..... الغيرة والحقد
- ٦٢ ..... عندما تختار
- ٦٤ ..... ضربة رأس

- ٣٦ ..... براءة
- ٣٧ ..... الأمهات المخفيات
- ٣٨ ..... أطلب ما تريد
- ٣٩ ..... المرض والألم والموت
- ٤٠ ..... إضطرب يسوع
- ٤٢ ..... لكل ظروفه
- ٤٣ ..... حوّل أعداءك إلى أصدقاء
- ٤٤ ..... لنصم شكراً للرب
- ٤٥ ..... الصمت أحسن جواب أحياناً
- ٤٦ ..... الربح والخسارة
- ٤٧ ..... كيف تعيش الحياة؟
- ٤٨ ..... ماما
- ٤٩ ..... لمن يغفر الرب؟
- ٥٠ ..... الأمل

- ٢١ ..... السخرية من الآخرين
- ٢٢ ..... محبة الآب السماوي اعظم
- ٢٤ ..... «ما بتكبر إلا المزبلة»
- ٢٥ ..... إبتعد عن الماء تسلّم من البلل
- ..... لماذا لم يتدخل الرب يسوع لإخلاء
- ٢٦ ..... سبيل يوحنا المعمدان من السجن؟
- ٢٨ ..... يوحنا المعمدان والمسيح
- ٣٠ ..... شجرة معرفة الخير والشر
- ٣١ ..... الخطيئة
- ٣٢ ..... لا يقدر الإنسان أن يُخلّص نفسه
- ٣٣ ..... الخطيئة أهون من الكبرياء
- ..... «نحن نعلم أن كل الأشياء تعمل معا
- ٣٤ ..... لخير الذين يحبون الله»
- ٣٥ ..... إندم ولا تيأس

- ١١٩ ..... لا تقل هيك الله بده (٢) .....  
 ١٢٠ ..... لا تقل هيك الله بده (٣) .....  
 ١٢١ ..... لا تقل هيك الله بده (٤) .....  
 ١٢٢ ..... لا تقل هيك الله بده (٥) .....  
 ١٢٣ ..... لا تقل هيك الله بده (٦) .....  
 ١٢٤ ..... لا تقل هيك الله بده (٧) .....  
 ١٢٥ ..... لا تقل هيك الله بده (٨) .....  
 - ضرورة الفهم .....  
 ١٢٦ ..... قبل الحكم على الآخرين .....  
 ١٢٧ ..... عجبى .....  
 ١٢٨ ..... الفكر الفاضلي ملعب للشيطان .....  
 ١٢٩ ..... قف حيث أنت .....  
 ١٣٠ ..... لماذا الرجل هو قائد الأسرة؟ .....  
 ١٣١ ..... الخطايا «اللذيدة» .....

- ١٠٥ ..... أعذب صلاة .....  
 ١٠٦ ..... هل أسكر؟ .....  
 ١٠٧ ..... عدم الموت .....  
 ١٠٨ ..... مش مهم .....  
 ١٠٩ ..... لتكن مشيئتك .....  
 ١١٠ ..... الرب يحبك .....  
 ١١١ ..... نجنا من الشرير .....  
 ١١٢ ..... ما تنتظر حدا يصفق لك .....  
 ١١٣ ..... كل شيء بأمر الرب .....  
 ١١٤ ..... حسد الشياطين لأبناء الله .....  
 ١١٥ ..... لماذا نشكر الرب؟ .....  
 ١١٦ ..... المتناقضات .....  
 ١١٧ ..... العلم وبساطة الايمان .....  
 ١١٨ ..... لا تقل هيك الله بده (١) .....

- ٩٣ ..... «صلوا لأجل الذين يسيئون إليكم» .....  
 - إليي يزيد عن حاجتك أعطيه لإخوة .....  
 ٩٤ ..... الرب .....  
 ٩٥ ..... زائر الليل .....  
 ٩٦ ..... الحقد الأعمى والمصالح المتضاربة .....  
 ٩٧ ..... الرب راعي .....  
 - يكفيك ما ترى من الناس في الظاهر، .....  
 ٩٨ ..... أما الباطن فقد أخفاه الله عنا لمصلحتنا ..  
 ٩٩ ..... إحترم نفسك .....  
 ١٠٠ ..... لم يخلقنا الله لنموت .....  
 ١٠١ ..... حاسب نفسك... تُخلصها .....  
 ١٠٢ ..... منحنا الحياة وانتصر على الموت .....  
 ١٠٣ ..... ليس كل ما يتمناه المرء يدركه .....  
 ١٠٤ ..... الرب لا يريد موتنا .....

- ٧٩ ..... التجارب .....  
 ٨٠ ..... مشاكل الحياة .....  
 ٨١ ..... الرحمة .....  
 ٨٢ ..... الحساب! .....  
 ٨٣ ..... المتعة في العطاء .....  
 ٨٤ ..... السلام .....  
 ٨٥ ..... المرأة الزانية ليست وحدها .....  
 ٨٦ ..... دعابة حقيقية .....  
 ٨٧ ..... «لا تفتش عن السعادة بل اخلقها» .....  
 ٨٨ ..... سُبْحان مُغَيِّرِ الأحوال .....  
 ٨٩ ..... مفترق الطرق .....  
 ٩٠ ..... مشيئتك .....  
 ٩١ ..... لو استجاب الرب دائماً .....  
 ٩٢ ..... أعطني يا رب .....

- ١٧٢ ..... رحمة لا عدلاً
- ١٧٣ ..... الكهنة والرهبان والراهبات
- ..... «اللي بتطلع عليك بعين،
- ١٧٤ ..... اتطلع عليه باثنتين»
- ١٧٥ ..... إبنتي
- ١٧٦ ..... كلام قاس
- ١٧٧ ..... لكي تكون سعيداً
- ١٧٨ ..... أريد رحمة لا ذبيحة
- ١٧٩ ..... الحب
- ١٨٠ ..... نحزن لكن باطمئنان
- ١٨١ ..... لا تعتب على الرب
- ١٨٢ ..... أعمى القلب
- ١٨٣ ..... ما حدا ماخذ معو اشي
- ١٨٤ ..... تنبيه الرب لنا

- ١٥٨ ..... إبن الجسور وارفض حرقها
- ١٥٩ ..... أبعد مما تراه العين
- ١٦٠ ..... الوحيد
- ١٦١ ..... السعادة
- ١٦٢ ..... مساعدة الفقراء
- ١٦٣ ..... لا تتأفف
- ١٦٤ ..... الله ما بنام مديون لاحد
- ١٦٥ ..... العذراء أمانة
- ١٦٦ ..... الدنيا مهرجان
- ١٦٧ ..... شريك حياتك
- ١٦٨ ..... الحياة لغز
- ١٦٩ ..... قول أعجبني
- ١٧٠ ..... سامحني يا رب
- ١٧١ ..... المعروف

- ١٤٥ ..... لكل موهبة تختلف عن الآخرين
- ١٤٦ ..... زي ما دخلنا رح نطلع
- ١٤٧ ..... الغنى نقمة أحياناً
- ١٤٨ ..... عزاؤنا
- ١٤٩ ..... الجذور
- ١٥٠ ..... استفد من رحمة الله
- ١٥١ ..... مع الرب الحياة أجمل
- ١٥٢ ..... إسع إلى الملكوت
- ١٥٣ ..... الصراحة واللباقة
- ١٥٤ ..... الأولى بالرعاية
- ١٥٥ ..... ما لم يخطر على بال بشر
- ..... السمكة التي لا تتعب بصيدها
- ١٥٦ ..... لا تستمتع بأكلها
- ١٥٧ ..... عمتي الراهبة

- ١٣٢ ..... كن جاهزاً
- ..... الله يعمل من خلال المؤمنين
- ١٣٣ ..... ذوي الارادة الصالحة
- ١٣٤ ..... ورقة في مهب الريح
- ١٣٥ ..... جرب الصلاة
- ١٣٦ ..... لنقدر النعمة
- ١٣٧ ..... الكنائس
- ١٣٨ ..... الجد والحفيد
- ١٣٩ ..... أحلى الكلام
- ١٤٠ ..... أنب وحاسب نفسك
- ١٤١ ..... احتفظ بالشعور بالذنب
- ١٤٢ ..... معاتبه
- ١٤٣ ..... الخير والشر
- ١٤٤ ..... باركوا ولا تلعنوا

- ٢٢٨ ..... رتبة الأشراف
- ٢٢٩ ..... يا رب
- ٢٣٠ ..... جسد المسيح
- ٢٣١ ..... المحبة والتضحية
- ٢٣٢ ..... الرب يعطينا الافضل لخالصنا
- ٢٣٣ ..... في احلك الاوقات
- ٢٣٤ ..... لا تسترجع الذكريات
- ٢٣٥ ..... اللاجئين والحروب
- ٢٣٦ ..... أطلب المعونة من رب السماء
- ٢٣٧ ..... الحياة كذبة
- ٢٣٨ ..... صل من أجل أبنائك
- ٢٤٠ ..... الأب
- ٢٤١ ..... نقل الفرح والحب
- ٢٤٢ ..... كلنا خطاة

- ٢١٣ ..... إرحموا عزيز قوم ذلّ
- ٢١٤ ..... سر القربان المقدس
- ٢١٥ ..... الغيرة الإيجابية والغيرة السلبية
- ٢١٦ ..... لنتنبه
- ٢١٨ ..... يا رب ساعدنا لنكون معك
- ٢١٩ ..... عمل المعروف: يقول الشاعر
- ٢٢٠ ..... رسالتنا على الأرض
- ٢٢١ ..... كم نستطيع ان نحمل؟
- ٢٢٢ ..... لو كنت مكانهم
- ٢٢٣ ..... تحدّث من قلبك
- ٢٢٤ ..... العقل الباطن
- ٢٢٥ ..... لا تنجرف وراء القطيع
- ٢٢٦ ..... بالنواقص شوية
- ٢٢٧ ..... عامل وطن

- ١٩٩ ..... الحكمة
- ٢٠٠ ..... إستجابة الله
- ٢٠١ ..... البكر والبكور
- ٢٠٢ ..... الله يرحمه!
- ٢٠٣ ..... مرّق
- ٢٠٤ ..... كلاهما
- ٢٠٥ ..... يا إله الخيرات
- ٢٠٦ ..... فقط أحب
- ٢٠٧ ..... الرب كريم
- ٢٠٨ ..... إذا سقط أحدنا
- ٢٠٩ ..... سبحان الخالق
- ٢١٠ ..... جابر الخواطر
- ٢١١ ..... آمن بالرب يسوع تعش إلى الأبد
- ٢١٢ ..... التصفيق

- ١٨٥ ..... أنظر حولك
- ١٨٦ ..... إفراح
- ١٨٧ ..... إستمتع بالحياة لحظة بلحظة
- ١٨٨ ..... لا تدس على طرف أحد
- ١٨٩ ..... نصيحة، لا ترفع الكلفة
- ١٩٠ ..... قاوم التجارب
- ١٩١ ..... إحذر العين غير الشبعانة
- ١٩٢ ..... ذروة السعادة فعلاً
- ١٩٣ ..... الآن فهمت
- ١٩٤ ..... لا تعد الخطأ مرة أخرى
- ١٩٥ ..... العذراء مريم سرّ عجيب
- ١٩٦ ..... من نصائح جدتي
- ١٩٧ ..... الناس معادن مختلفة
- ١٩٨ ..... كن موضوعياً

- وعلى ساعدك لا تعتمد، ..... ٢٨١  
 بل على الرب ..... ٢٨٢  
 من أسباب السعادة .....  
 هل يتدخل الله .....  
 في حياة الجميع؟ ..... ٢٨٣  
 جرّبها ..... ٢٨٤  
 الحياة ..... ٢٨٦  
 مدير الشركة ..... ٢٨٧  
 حُسن الظن ..... ٢٨٨  
 الأبواب التي تأتي منها الرياح ..... ٢٨٩  
 أنت المسؤول ..... ٢٩٠  
 الجبال والوديان ..... ٢٩١  
 البحث عن وطن ..... ٢٩٢  
 البشر لا يعلمون! ..... ٢٩٣

- حارب الخطية بالوصية (١) ..... ٢٦٦  
 حارب الخطية بالوصية (٢) ..... ٢٦٨  
 حارب الخطية بالوصية (٣) ..... ٢٦٩  
 «على فهمك لا تعتمد» ..... ٢٧٠  
 لا يكفي ..... ٢٧١  
 الألم والحزن وتأنيب الضمير ..... ٢٧٢  
 التقويم الميلادي ..... ٢٧٣  
 سعادة السفر إلى السماء ..... ٢٧٤  
 الخطيئة ..... ٢٧٥  
 المساواة ..... ٢٧٦  
 إنتبه من انتقاد الآخرين ..... ٢٧٧  
 القليل والكثير ..... ٢٧٨  
 المحن والتجارب ..... ٢٧٩  
 لو شفت المستقبل! ..... ٢٨٠

- أنت صاحب القرار ..... ٢٥٣  
 سر القبر الفارغ ..... ٢٥٤  
 التنبيه والإنذار ..... ٢٥٥  
 غلطة واحدة تكفي ..... ٢٥٦  
 السماء في بيتي ..... ٢٥٧  
 ما تعملهاش زعله ..... ٢٥٨  
 بدون تعليق ..... ٢٥٩  
 أترك مجالاً لحسن النيّة ..... ٢٦٠  
 وتبقى الدمعة في القلب ..... ٢٦١  
 صلّ من أجل أحبائك ..... ٢٦٢  
 كيف تمحو ما لا تريده من دماغك؟ ..... ٢٦٣  
 الله يرضى عليك يا إبني (إبنتي) ..... ٢٦٤  
 الثقة ..... ٢٦٥  
 في مباركة لمختار كنيسة ..... ٢٦٦

- أعفِ المحتاج من السؤال ..... ٢٤٣  
 مسيحيو الشرق ..... ٢٤٤  
 من يحكم العالم؟ ..... ٢٤٥  
 عندما ترى نفسك .....  
 في عيون الآخرين ..... ٢٤٦  
 «وها أنا معكم كل الأيام .....  
 إلى انقضاء الدهر. آمين» ..... ٢٤٧  
 «الرب ينقي (يختار) طريقك» .....  
 (دعوة ختيرة) ..... ٢٤٨  
 نعمة وليست عصمة ..... ٢٤٩  
 العائلة أولاً ..... ٢٥٠  
 «فيه كانت الحياة .....  
 والحياة كانت نور الناس» ..... ٢٥١  
 نقطة الضعف ..... ٢٥٢

٣٣٣	تأثير الطفولة.....
٣٣٤	إختيار قصة حياتك.....
٣٣٦	التطبيق العملي.....
٣٣٧	لا تتفاخر بالخطيئة.....
٣٣٨	حرية البشر.....
٣٣٩	ميلاد المسيح.....
٣٤٠	تألمت.....
٣٤١	من أجمل اللحظات.....
٣٤٢	من يُقرض الرب.....
٣٤٣	الله مش على الموضه.....
٣٤٤	الخطيئة سمّ قاتل.....
٣٤٥	صوت الحق.....
٣٤٦	صفعة محبة.....
٣٤٧	الغيرة.....

٣٢٠	عيد الفصح.....
٣٢١	زاد عدد الشمع.....
٣٢٢	الله بعوض.....
٣٢٣	اللسان.....
٣٢٤	لا تجادل كثيراً.....
	أطلب الخير لجارك تلقه على
٣٢٥	باب دارك.....
٣٢٦	حب البقاء.....
٣٢٧	كم عشت في هذه الدنيا؟.....
٣٢٨	الخطيئة والمرض.....
٣٢٩	كم نحن سُدَّج أحياناً.....
٣٣٠	احتفظ بسرك.....
٣٣١	إحسبها صح.....
٣٣٢	إنس.....

٣٠٧	صلّوا من أجل بعضكم البعض.....
٣٠٨	الجميع أخطأوا.....
٣٠٩	أبناؤنا.....
٣١٠	أطلبوا أن يملك الله على حياتكم.....
٣١١	عجّل بالاعتذار.....
٣١٢	ما هو سبب سعادتك؟.....
٣١٣	لماذا وبماذا نحتفل في عيد الشعانين؟.....
٣١٤	الأسبوع المقدس.....
٣١٥	عشاء الفصح قبل ألفي عام.....
	خميس العهد، خميس الاسرار،
٣١٦	خميس غسل الأرجل.....
٣١٧	الجمعة العظيمة وليس الحزينة.....
٣١٨	سبت النور (١).....
٣١٩	سبت النور (٢).....

٢٩٤	يا رب.....
٢٩٥	الخطأ والاعتذار.....
	«بعض المنعطفات قاسية!»
٢٩٦	لكنها إجبارية لمواصلة الطريق!».....
٢٩٧	أهلك وخاصتك.....
٢٩٨	اللحظات الأهم في الحياة.....
٢٩٩	جاء الرب يسوع لينتصر على الموت... ..
٣٠٠	النجم.....
٣٠١	لا تتوقف عن المحاولة.....
٣٠٢	بكى يسوع.....
٣٠٣	المال والاحقاد.....
٣٠٤	غصباً عن نفسك.....
٣٠٥	البدار.....
٣٠٦	بين الحياة والموت.....



- ٣٦٢ ..... أسرار الحياة -
- ٣٦٣ ..... لا تخطئ عن قصد -
- ٣٦٤ ..... التواضع..... -
- ٣٦٥ ..... ليلة الميلاد..... -
- ٣٦٦ ..... كلمات من ذهب ..... -
- ٣٦٧ ..... لا تسرق الحلم من أحد ..... -
- ٣٦٨ ..... رجع إلى موطنه الأصلي... السماء... -
- ٣٦٩ ..... لاس فيغاس..... -
- ٣٧٠ ..... لا تقطع عمل الخير..... -
- ٣٧١ ..... لا تخف من الموت..... -
- ٣٧٢ ..... «أعطوا تعطوا»..... -
- ٣٧٣ ..... المساعدة والنصيحة..... -
- ٣٧٤ ..... جسد الرب هو الحل..... -
- ٣٧٥ ..... شكراً يا رب..... -

- ٣٤٨ ..... حياتك فكرك ..... -
- ٣٤٩ ..... الأطباء..... -
- ٣٥٠ ..... الهدف..... -
- ٣٥١ ..... الصراحة بحدود لا دائماً..... -
- ٣٥٢ ..... كلنا ضعفاء..... -
- ٣٥٣ ..... أرسل لنا ملائكة يا رب..... -
- ٣٥٤ ..... أبناء النور..... -
- ٣٥٥ ..... بعد التناول..... -
- ٣٥٦ ..... إحفظ لسانك..... -
- ٣٥٧ ..... إفرح واقتنع..... -
- ٣٥٨ ..... الرشوة..... -
- ٣٥٩ ..... لا تحشر الآخرين بالزاوية..... -
- ٣٦٠ ..... خمس قواعد لكي تعيش حياة سعيدة.. -
- ٣٦١ ..... نصائح..... -