تأملات وخبرات روحية
(الكتاب التاسع)

"أسـرار السعـادة"

"ولا ينزع أحد فرحكم منكم"

(يوحنا١٦: ٢٢)

أسامة كرم امسيح

"أسرار السعادة"

"ولا ينزع أحد فرحكم منكم" (يوحنا١٦: ٢٢)

من مقدمة سيادة البطريرك ميشيل صباح

أخي القارئ اختي القارئة،

هذا الكتاب أفكار إنسان مؤمن، ومهتم أن يشرك في إيمانه إخوته الكثيرين، حوله، وكل من وصل إليه هذا الكتاب. هي أفكار عملية، يعيشها كاتبها في حياته اليومية. أفكار متناثرة، موجزة كأنها إشارات توجِّه وتذكِّر، وتتكرر حتى لا ينسى القارئ، بل ترسخ فيه الفكرة، فتحركه فيبدأ سعيَه إلى الله أو يثبت فيه، في وسط همومه وواجباته ومسؤولياته والصعاب الكثيرة التي يلقاها في حياته.

في هذا الكتاب الذي يريد كاتبه أن يكون دليلا للروح، لكل إنسان، أيا كان، أي دليلًا إلى الذات، وإلى الله في الوقت نفسه، وفي الواقع من وجد الله وجد ذاته. يريده دليلا للسعي إلى الله من خلال سعينا في شؤون الأرض، فتكون مسيرتنا على الأرض مسيرة نحو الله. هذا الكتاب دليل ليعرف الإنسان نفسه وما يسعدها، ولتكون سعادته على الأرض طريقه إلى الله.

فليُطبعُ
سيادة المُطران وُليم الشوملي
عمانُ
عيد الفصح المجيدُ ٢-٥-٢٠٢١

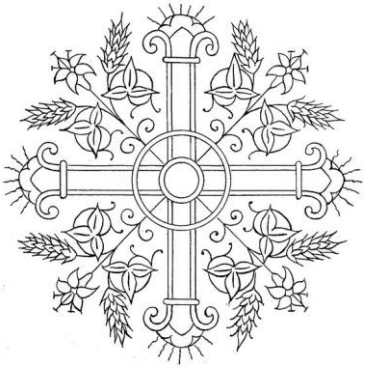
يوزع مُجاناً

المملكة الأردنية الهاشمية
رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية
(٢٠٢١/٨/٤٦٨٤)
امسيح، اسامة كرم
اسرار السعادة: ولا ينزع احد فرحكم منكم / اسامة كرم امسيح.
عمان : المؤلف، ٢٠٢١
( ) ص.
ر.إ. : ٢٠٢١/٨/٤٦٨٤
الوصف : / السعادة// الوعظ والارشاد // التربية الدينية // المسيحية/
يتحمل المؤلف كامل المسؤولية القانونية عن محتوى مصنفه ولا يعبّر هذا المصنف عن رأي دائرة المكتبة الوطنية أو أي جهة حكومية أخرى.

الاهداء:

أهدي هذا الكتاب الى اخي سامر، الذي ألهمني وحفزني على كتابته، كما شجعني على الاستمرار في الكتابة. أقدمه له مع كل محبتي وصلاتي ان يمنحه الرب وعائلته الفرح السماوي.

صلّوا له ولعائلته



1

اسرار السعادة "وَلَا يَنزِعُ أَحَدٌ فَرَحَكُم مِنكُم" (يوحنا ١٦: ٢٢)

مقدمة سيادة البطريرك ميشيل صباح

هذا الكتاب ليس الأول لكاتبه، أسامة امسيح. الكاتب رجل أعمال، مجاهد في الأرض، ورجل إيمان. يهتم بشؤون الأرض ويهتم بشؤون السماء. حقق نجاحا في شؤون الأرض، ولم يمنعه نجاحه من السعي والتقدم في شؤون الروح، وفي شؤون الله. وشؤون الله هي محبة الله ومحبة القريب، أي كل إنسان، من دون تمييز. شؤون الله لخصها السيد المسيح في وصية واحدة لها وجهان متكاملان: "أحبِبْ الرَّبَّ إلهَكَ بِكُلِّ قَلبِكَ وَكُلِّ نَفسرِكَ وَكُلِّ ذِهنِكَ. تِلكَ هِيَ الوَصِيَّةُ الكُبرى وَالأُولَى. وَالثَّانِيَةُ

مِثلُهَا: أَحبِبْ قَرِيبَكَ حُبَّكَ لِنَفسِكَ" (متى ٢٢: ٣٧-٤٠). وهذه الوصية يذكرها الكاتب أكثر من مرة في تأملاته.

في هذا الكتاب الذي يريد كاتبه أن يكون دليلا للروح، لكل إنسان، أيا كان، أي دليلًا إلى الذات، وإلى الله في الوقت نفسه، وفي الواقع من وجد الله وجد ذاته.

يريده دليلا للسعي إلى الله من خلال سعينا في شؤون الأرض، فتكون مسيرتنا على الأرض مسيرة نحو الله. هذا الكتاب دليل ليعرف الإنسان نفسه وما يسعدها، ولتكون سعادته على الأرض طريقه إلى الله. خلق الله الكون وما فيه، ورأى أنه حسن جدا: " وَرَأَى الله جَمِيعَ مَا صَنَعَهُ فَإِذَا هُوَ حَسَنٌ جِدًّا" (تكوين ١: ٣١).

فكل ما في الكون جيد، صلاحه من صلاح الله. وكل ما في الكون يبقى صالحا ما زال مرتبطًا بالله خالقه. ينشأ الفساد في الأرض عندما يعزل الإنسان الأرض عن خالقها. عندما يجعلها مكانا للإنسان وحده، وببعد الله عن خليقته. ما زال الله حاضرًا، وبالوصية الواحدة الآمرة بمحبته تعالى ومحبة القريب، أي كلّ خلقه، على أي دين أو قومية كان، تبقى الأرض مَقدِسًا لله وللإنسان.

كذلك خلق الله الإنسان ورأى أنه حسن جدا، إذ خلقه على صورته ومثاله، أي صالحا، صلاحه من صلاحه تعالى، ومثله تعالى قادرًا على الفكر والحب. ولهذا فإن حياة الإنسان إنما هي أولا سعيٌ وجهاد ليحافظ على هذه الصورة، وعلى هذا

الارتباط مع خالقه. ما زال الإنسان قريبا من الله، كان الله أقرب إليه من نفسه، وكانت الأرض كلها بخير. فإذا ابتعد الإنسان، دخل الفساد الإنسانَ والأرض، ومع ذلك يبقى الله في انتظاره. الله لا يترك أحدا، ولا يبتعد عن أحد. فهو "يُطلِعُ شَمسَهُ عَلَى الأَشرَارِ وَالأَخيَارِ، وَيُنزِلُ المَطَرَ عَلَى الأَبرَارِ وَالفُجَّارِ" (متى ٥: ٤٥). الإنسان هو الذي يبتعد، والابتعاد الأشد هو حين يظن الإنسان أنه يكفي نفسه ولا حاجة له إلى الله سبحانه. الإنسان جسد وروح، أرض وسماء. الإنسان على صورة الله ومثاله. وكماله بأن يكون إنسانًا وعلى صورة الله. كمال الإنسان في أن يبقى متوجها إلى الله، في أن يكون سيد الأرض، ويعترف بسيادة الله عليه. كماله

في بقائه صالحا بالصلاح الذي وهبه إياه الله، ومحِبًّا بالحبِّ الذي ملأه به الله، فيكون سعيدا في حب الله ونوره، وفي هذه الأرض نفسها التي صنعها الله حسنة جدا، بالرغم من كل الشرور التي ملأها بها الإنسان، بعد أن ابتعد عن الله.

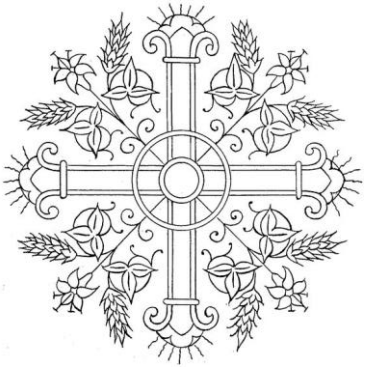
الأرض اليوم بحاجة إلى الله، ومنطقتنا بصورة خاصة. بحاجة إلى من يفكر بفكر الله الصالح ومحب البشر. منطقتنا بحاجة إلى من يحب، وإلى من يبنيها، ويوقف الفقر والحروب والتشريد والموت فيها. أرضنا بحاجة إلى صالحين كثيرين، شفعاء بها، ليبقى الله فيها، ويزهر الإنسان نفسه فيها، ويكون فعلا أجمل ما خلق الله فيها.

هذا الكتاب أفكار إنسان مؤمن، ومهتم أن يشرك في إيمانه إخوته الكثيرين، حوله، وكل من وصل إليه هذا الكتاب. هي أفكار عملية، يعيشها كاتبها في حياته اليومية. أفكار متناثرة، موجزة كأنها إشارات توجِّه وتذكِّر، وتتكرر حتى لا ينسى القارئ، بل ترسخ فيه الفكرة، فتحركه فيبدأ سعيَه إلى الله أو يثبت فيه، في وسط همومه وواجباته ومسؤولياته والصعاب الكثيرة التي يلقاها في حياته.

أنهي هذه المقدمة باقتباس من الكتاب وهو: «بينما يتصارع اللاهوتيون في خلافاتهم، يتسلل البسطاء إلى الملكوت ببساطتهم» (قول للقديس اغسطينوس).

من يريد أن يخلص، من يريد أن يحقق ملكوت الله في نفسه، وفي بيته، ومع كل من يعيش معهم، ليس بحاجة إلى لاهوت كثير، بل حاجته فقط أن يكون ما هو، بسيطًا صغيرًا، ومن ثم قادرًا على سماع الله ورؤيته، بحسب قول السيد المسيح: «إِن لَم تَرجِعُوا وَتَصِيرُوا مِثلَ الأَطفَالِ فَلَن تَدخُلُوا مَلَكُوتَ السَّمَوَاتِ» (متى ١٨: ٣).

أرجو أن يزيد هذا الكتاب البسيط والعميق في الوقت نفسه الصلاح والمحبة، في نفوسنا وفي أرضنا.



اسرار السعادة "وَلَا يَنزِعُ أَحَدٌ فَرَحَكُم مِنكُم" (يوحنا ١٦: ٢٢)

مقدمة الكاتب

للوصول الى السعادة الحقيقية عليك ان تحل معادلة صعبة كالتي نواجهها في امتحانات الرياضيات، فهي تتضمن تغييراً جذرياً في بعض القناعات وطريقة التفكير، وتغييراً في اسلوب الحياة، وتتطلب وضع أهداف مختلفة الأهداف التي يضعها عادة أبناء هذا العالم من رجال أعمال ومفكرين وباحثين.

إن الأهداف التي أتحدث عنها هي أهداف روحية وينبع منها استراتيجيات وأسلوب حياة عملية، أما الوسائل المستخدمة للوصول إلى هذه الأهداف الروحية

والتي تسمو لتصل إلى هدف واحد هو الاتحاد بالرب يسوع في الملكوت فهي متعددة: وتبدأ بالصلاة القلبية الواعية والحارة والمباشرة مع الخالق لنؤسس معه صلة وعلاقة حقيقية كعلاقة الابن بأبيه حقيقية وليست مجازاً، وتتعزز بالصوم الروحي والجسدي كما توضحه تعاليم الكنيسة في عمقها، وحضور ذبيحة القداس بالجسد والفكر والروح وتناول جسد المسيح ودمه.

إن الايمان الذي يقود كل هذه الوسائل للوصول الى الهدف الأسمى هو بديهي وسهل ممتنع وخير ما يجسده هو القول الوارد في الانجيل، على لسان أب الطفل الأخرس: "يا رب اني اؤمن فأعن قلة ايماني" (مرقس٩: ٢٤) إن قرار إرادة من

الانسان بشكل واضح وصارم ولا يقبل الشك بأنه سعيد وسيبقى سعيداً هو أساسي في ما أطرحه في كتابي هذا. مهما أحاطت بهذا الانسان ظروف صعبة او تجارب مضنية فهو واثق ومؤمن انه يستطيع تجاوزها بمعونة الرب كما يقول القديس بولس "أستطيع كل شيء في المسيح الذي يقويني" (فيلبي ٤: ١٣). إن الفرح والسعادة الحقيقيّان لا يتحصلان بالمال والجاه والشهرة والسلطة المجردة بل يتحققان عندما تشعر بيد الرب في حياتك وأنه يرافقك في كل خطواتك وعندها تشعر ان كل ما في حياتك من أمور مادية سببها بركة الرب فتسعد بها. إن سعادة الانسان تنتج عن محبة الآخرين واحاطتهم له بمشاعر دافئة في كل أيام حياته سواء في أيام

الفرح او أيام الحزن او الأيام العادية. كمية السعادة والفرح في الانسان تنتج عن حاصل ضرب المحبة المتبادلة مع كل من حوله، والتي تأتيه من بركة الرب لأبنائه المؤمنين ذوي الارادة الصالحة. عزيزي/عزيزتي ستجد/ي في هذا الكتاب مفاتيح فعلية مجرّبة ومأخوذة من الانجيل المقدس، وإذا أخذت الوقت الكافي لاستيعابها ستصل الى الفرح الحقيقي، وهو موجود في داخلك، ولن يستطيع أحد ان ينزعه منك، حتى ظروف ومآسي الحياة لن تقدر على سلبك اياه. هذه دعوة للجميع للعيش في حياة الشكر لله على كل نعمه وعطاياه. فإننا إذا تعمقنا في نعمة الحياة نفسها وما تحتويه من نعم النظر والسمع والذوق والشم واللمس، والنعم المجانية

الأخرى سنشعر بعمق محبة الله لنا، وسنقدر جمال هذه الحياة. وإذا أضفنا إلى محبة الله محبة الآخرين لنا وحبنا لهم سنشعر بسعادة وفرح واعٍ وملموس. إن الايمان والرجاء الراسخين في حياة أبدية سعيدة يشكلان مصدراً لا ينضب من الفرح والغبطة، «مَا لَمْ تَرَ عَيْنٌ، وَلَمْ تَسْمَعْ أُذُنٌ، وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ: مَا أَعَدَّهُ اللهُ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَهُ». (١ كورنثوس ٢: ٩).

أتقدم بجزيل الشكر لسيادة البطريرك ميشيل صباح لتقديمه الكتاب وتدقيقه لغوياً ولاهوتياً. أيضا أتقدم بالشكر للشماسين هايل العلامات والياس بركات والدكتور يوسف مسنات للتدقيق والمراجعة لغوياً وروحياً.

صلوا لاجلي

أسامة امسيح

تمهيد

ان طريق السعادة هي الايمان بالله، وتسليم حياتنا له، والسعي في مرضاته بعمل الخير والابتعاد عن الشر، ومحبة الآخرين وغفران إساءاتهم. حاولت في هذا الكتاب ان اضع الطرق الروحية والفكرية والعملية التي قد تساعد القارئ اذا ما سلكها ان تقوده الى مزيد من السعادة، او على الاقل تضيء له طريقها.

عزيزي القارئ لا تكتف بقراءة صفحات هذا الكتيب كأنه قصة، بل أنصحك أن تأخذ بعض الوقت في نهاية كل صفحة قد تكون لمست قلبك، او ذكَّرتك بإحدى محطات حياتك التي كنت سعيداً فيها. استرجع تلك اللحظات والمشاعر وخذ

قرارات جديدة لحياتك قد تكون أولاها أن تعد نفسك بأن تكون سعيداً منذ هذه اللحظة، دون أي سبب مادي او معروف، بل فقط لأنك تستحق وتريد ان تكون سعيداً، لا بل إن حقك على نفسك أن تسعدها، وذلك يتم بقرار إرادة واضح وصريح بينك وبين نفسك، ولا تؤجل هذه السعادة لحين حصول شيء ما، او لحين حصولك على منصب او زيادة ثروتك لتصبح كافية حسب اعتقادك لتبدأ بالشعور بالأمان والسعادة.

بل إبدأ الآن وصدقني أنك لست بحاجة لأي شيء لتكون سعيداً، فالسعادة قرار، وهذا القرار أنت مسؤول عنه، ولا يستطيع أحد ان ينزعه منك.

الباب الأول:

ما هي السعادة؟

محبة القريب: الوزير والعامل

"أَحبِبْ قَرِيبَكَ حُبَّكَ لِنَفسِكَ" (متى ٢٢:٣٩). ما أصعب هذه الآية! لكنها واضحة ولا سبيل للهرب منها، إذا أردت أن تتذوَّق السعادة ومعرفة جزء محدود من محبة الله لنا. «فالله محبة». (١يوحنا ٤: ٨). إذاً، فلنحِبّ الشغالة وعامل النظافة والشحّاذ، والموظف الصغير وليس فقط معالي الوزير. لندع التملق ولنتمسّك بالمحبة.

ملكوت الله في داخلك

"لاَ يَأْتِي مَلَكُوتُ اللهِ بِمُرَاقَبَةٍ. وَلاَ يَقُولُونَ: هُوَذَا هَهُنَا أَوْ: هُوَذَا هُنَاكَ لأَنْ هَا مَلَكُوتُ اللهِ دَاخِلَكُمْ" (لوقا ١٧: ٢٠-٢١). لقد حل ملكوت السماوات بموت الرب على الصليب ففدى الجنس البشري، من ذلك الزمان إبتدأ يسوع يكرز ويقول "تُوبُوا لِأَنَّهُ قَد اقتَرَبَ مَلَكُوتُ السَّمَاوَاتِ" (متى ٤: ١٧) عش حياة الملكوت ونعم السماء بالإيمان، ترَ مجد الله والسعادة في داخلك الآن.

عِش في النور

قال لهم يسوع: "أَنَا هُوَ نُورُ الْعَالَمِ. مَنْ يَتْبَعْنِي فَلاَ يَمْشِي فِي الظُّلْمَةِ بَلْ يَكُونُ لَهُ نُورُ الْحَيَاةِ»." (يوحنا ٨: ١٢-١٦). بناء علاقة قوية مع الله تحميك من الشر وتعرفك على فكر ومشيئة الله. وتدخلك في إطار نعمة ومحبة الله، وكلما اقتربت من الله، تذوقت شيئًا من النور الإلهي والسعادة التي لا توصف.

المحبة

«وَلَكِنْ قَبْلَ كُلِّ شَيْءٍ لِتَكُنْ مَحَبَّتُكُمْ بَعْضِكُمْ لِبَعْضٍ شَدِيدَةً، لأَنَّ الْمَحَبَّةَ تَسْتُرُ كَثْرَةً مِنَ الْخَطَايَا» (١بطرس ٤: ٨). إذا كانت فيك المحبة، فأنت لست بحاجةٍ لشيء آخر، وإذا لم تكن فيك المحبة فكل ما تملك لا يساوي شيئاً. حيث أن السعادة هي في تبادل المحبة: تُحِبّ وتُحَب فتشعر بوجودك وكينونتك وأهميتك وتُشعِر الآخرين بذلك أيضاً.

السعادة

«رُدَّ لِي بَهجَةَ خَلَاصِكَ» (المزامير ٥١: ١٢). عندما تؤمن وتلمس أهمية خلاصك وتتأمل فيه كل يوم، وتعيش في ألفة مع الرب، سيمنحك فرح الخلاص وأنت على الأرض، وستكون أسعد إنسان في الكون: "مَا لَمْ تَرَ عَيْنٌ وَلَمْ تَسْمَعْ أُذُنٌ وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ: مَا أَعَدَّهُ اللهُ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَهُ" (١ كورنثوس ٢: ٩).

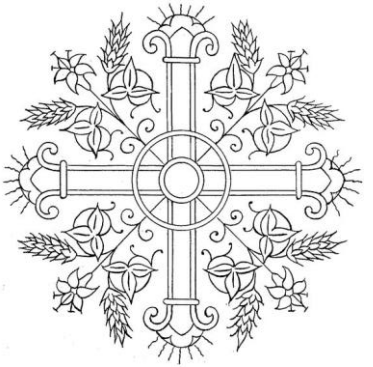
المشاهير والأغنياء

بعضهم أكثر الناس تعاسة، فتراهم يلجأون إلى المخدرات والإفراط في شرب الكحول، والزواج عدة مرات، وإلى علاقات غرامية متعددة، مع أنهم يملكون كل المال والشهرة وإعجاب الناس بهم، ومع أن الملايين يعشقونهم ويتابعونهم. فما السبب؟ وكثير منهم يصابون بالأكتئاب وينتحرون لافتقادهم محبة الآخرين الحقيقية لهم إذ يتقربون إليهم إعجاباً بجمالهم الخارجي أو طمعاً بأموالهم قد يكون أنهم يعبدون الإله الخاطئ، فهم يعبدون

المزيد من الشهرة والمال والسلطة. وهذه لن تأتيهم بالسعادة: "لاَ يَقْدِرُ خَادِمٌ أَنْ يَخْدِمَ سَيِّدَيْنِ لأَنَّهُ إِمَّا أَنْ يُبْغِضَ الْوَاحِدَ وَيُحِبَّ الآخَرَ أَوْ يُلاَزِمَ الْوَاحِدَ وَيَحْتَقِرَ الآخَرَ. لاَ تَقْدِرُونَ أَنْ تَخْدِمُوا اللهَ وَالْمَالَ" (لوقا ١٦: ١٣). السعادة الحقيقية هي في العيش مع الله الآن، وفي الحياة الأبدية في السماء لاحقاً.

الفرق بين المتعة والسعادة

المتعة مؤقتة تأتي من شراء سيارة جديدة وغالية الثمن، أو بيت جميل، أو من علاقة عابرة، او فوز بمنصب، أو ربح في صفقة، أو وظيفة مهمة. أما السعادة فتأتي من داخل الانسان، وليست بحاجه إلى سيارة أو بيت أو مال. فالسعادة الدائمة هي في معرفة الرب وفي العيش معه، وهي التي تدوم. أما المتعة فزائلة: "هَذِهِ هِيَ الْحَيَاةُ الأَبَدِيَّةُ: أَنْ يَعْرِفُوكَ أَنْتَ الإِلَهَ الْحَقِيقِيَّ وَحْدَكَ وَيَسُوعَ الْمَسِيحَ الَّذِي أَرْسَلْتَهُ" (يوحنا ١٧: ٣).



اسرار السعادة "وَلَا يَنزِعُ أَحَدٌ فَرَحَكُم مِنكُم" (يوحنا ١٦: ٢٢)

الباب الثاني:

السعادة في المحبة

«وطني ليس الحجر والأرض هو الناس

ما قالوا وما فعلوا» (محمود درويش).

السعادة هي في التواصل مع الناس بمحبة ومشاركة. أن تفرح معهم في فرحهم، وتواسيهم في حزنهم. ان تضحك وتلعب معهم. السعادة ليست بعدد سندات تسجيل العقارات وحجم الحسابات البنكية، محبة الناس لك هي رصيدك السماوي: "بِهذَا يَعْرِفُ الْجَمِيعُ أَنَّكُمْ تَلاَمِيذِي: إِنْ كَانَ لَكُمْ حُبٌّ بَعْضًا لِبَعْضٍ" (يوحنا ١٣: ٣٥)

إطار المحبة والعطاء

كل يوم نتعرّض لمواقف مختلفة تُملي علينا أخذ قرارات في كيفية معاملتنا للآخرين. هل ننتظر على مفرق الطريق لنسمح لهم بالعبور، أم نعبر نحن أولاً؟ هل نُقدِّم سيارتنا لجارنا، إذا تعطلت سيارته لأمرٍ طارئ؟ هل... هل... هل؟ والجواب الأفضل هو: «عامل الآخرين كما تُحب أن يعاملوك». وعندها لن تحتار في أخذ القرار، وستحترم ذاتك أكثر، وستعيش في سعادة داخل إطار المحبة

والعطاء. "أَحبِبْ قَرِيبَكَ حُبَّكَ لِنَفسِكَ" (متى ٢٢ : ٣٩). "فَكُلَّ مَا تُرِيدُونَ أَنْ يَفعَلَ النَّاسُ بِكُم، افعَلُوا هَكَذَا أَنتُم أَيضًا بِهِم" (متى ٧ : ١٢).

الحب

الحب مهم للإنسان كالماء والهواء، حتى لو عاش الانسان 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 بالانسان. والسعادة تتناسب طردياً مع وجود هذه المحبة. " أَحبِبْ قَرِيبَكَ حُبَّكَ لِنَفسِكَ" (متى ٢٢: ٣٩).

فقط أحبب

أحبب كل الناس وافعل ما شئت. "الْمَحَبَّةُ تَتَأَنَّى وَتَرْفُقُ. الْمَحَبَّةُ لاَ تَحْسِدُ. الْمَحَبَّةُ لاَ تَتَفَاخَرُ، وَلاَ تَنْتَفِخُ، وَلاَ تُقَبِّحُ، وَلاَ تَطْلُبُ مَا لِنَفْسِهَا، وَلاَ تَحْتَدُّ، وَلاَ تَظُنُّ السُّوَءَ، وَلاَ تَفْرَحُ بِالإِثْمِ بَلْ تَفْرَحُ بِالْحَقِّ. وَتَحْتَمِلُ كُلَّ شَيْءٍ، وَتُصَدِّقُ كُلَّ شَيْءٍ، وَتَرْجُو كُلَّ شَيْءٍ، وَتَصْبِرُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ. اَلْمَحَبَّةُ لاَ تَسْقُطُ أَبَداً" (١ كورنثوس ١٣ : ٤-٨).

ابنِ الجسور وارفض حرقها

مهما حاول البعض محاربتك، أرفُض وحوّل الحرب إلى سلام.

إبنِ صداقات وأَنهِ العداوات.

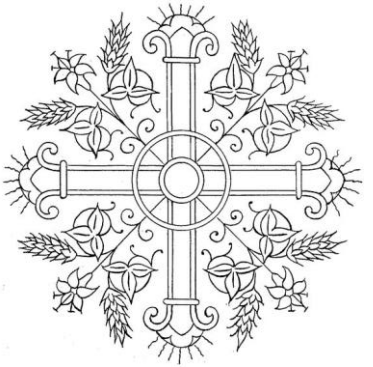
المحبة أقوى سلاح ضد الشر: «اَلْمَحَبَّةُ لاَ تَسْقُطُ أَبَدًا» (١ كورنثوس ١٣: ٨).

نقص فيتامين "ح"

ان عدم وجود فيتامين ح (الحب) يؤدي الى موت الانسان الروحي وهو حي، فيموت الذي لم يتلقه كما يموت الذي لم يمنحه ولم يختبره. ان مادة الحب المتبادل هي اكسير السعادة والغذاء الحقيقي للروح. اسعَ إليه وامنحه للآخرين بكل ما أوتيت من قوة. إبدأ بداخلك وابحث عن الحب لذاتك اولاً الى ان تجده، ثم تستطيع ان تحب الآخرين: «الإِيمَانُ وَالرَّجَاءُ وَالْمَحَبَّةُ، هذِهِ الثَّلاَثَةُ وَلكِنَّ أَعْظَمَهُنَّ الْمَحَبَّةُ» (١كورنثوس ١٣:١٣).

المحبة قبل الغذاء

يتغذى الانسان فعلياً على الحب وليس على الغذاء. نعم ان جسدنا يتغذى على الغذاء، ولكن كياننا وروحنا ووجودنا وفرحنا تعتمد على وجود المحبة والتقدير ممن حولنا... احبب ما استطعت وكن مستعداً لاستقبال المحبة، وافعل ما تتطلبه هذه المحبة من اعمال صالحة والابتعاد عن كل ما يمكن ان يؤذي الآخرين بالقول والفعل والاهمال. «أَحِبُّوا بَعْضُكُمْ بَعْضًا مِنْ قَلْبٍ طَاهِرٍ بِشِدَّةٍ» (١بطرس ١: ٢٢).



37

اسرار السعادة "وَلَا يَنزِعُ أَحَدٌ فَرَحَكُم مِنكُم" (يوحنا ١٦: ٢٢)

الباب الثالث:

وصفات للسعادة وراحة البال

وصفات للسعادة وراحة البال ١

عامل الآخرين كما تُحب أن يعاملوك. "بِالْكَيْلِ الَّذِي بِهِ تَكِيلُونَ يُكَالُ لَكُم" (متى ٧: ٢).

وصفات للسعادة وراحة البال ٢

لا تكره أي انسان، لأنك بذلك تؤذي نفسك أكثر مما تؤذيه، لأن الحقد على شخص آخر وكرهه يسمّمان نفسك وروحك، كما تسمم قطرة سم واحدة جسداً وتقتله. أو كما تلوث نقطة حبر واحدة كأس ماء. والنار إن لم تجد ما تأكله تأكل نفسها. "مَنْ قَالَ إِنَّهُ فِي النُّورِ وَهُوَ يُبْغِضُ أَخَاهُ، فَهُوَ إِلَى الآنَ فِي الظُّلْمَةِ" (١ يوحنا ٢: ٩).

وصفات للسعادة وراحة البال ٣

لا تقلق ولا تحمل هماً، فللكون ربٌ يرعاه والذي خلقك لن يتركك.

"فَلاَ تَهْتَمُّوا لِلْغَدِ لأَنَّ الْغَدَ يَهْتَمُّ بِمَا لِنَفْسِهِ. يَكْفِي ايَوْمَ شَرُّهُ" (متى ٦: ٣٤).

وصفات للسعادة وراحة البال ٤

"فَإِنْ جَاعَ عَدُوُّكَ فَأَطْعِمْهُ. وَإِنْ عَطِشَ فَاسْقِهِ. لأَنَّكَ إِنْ فَعَلْتَ هَذَا تَجْمَعْ جَمْرَ نَارٍ عَلَى رَأْسِهِ" (رومية١٢: ٢٠).

وصفات للسعادة وراحة البال ٥

لا تسمع لصوت قلبك ولا تنجرف وراءه إذا كان يقودك للخطيئة، فالخطيئة تقودك للهلاك الأبدي. "الشَّهْوَةُ إِذَا حَبِلَتْ تَلِدُ خَطِيَّةً، وَالْخَطِيَّةُ إِذَا كَمُلَتْ تُنْتِجُ مَوْتاً" (يعقوب ١: ١٥).

وصفات للسعادة وراحة البال ٦

لا تتبع فكرك، إذا كان يقودك للإلحاد بعيداً عن الله. فإن الإيمان بالروح، وهو هبة من الله أولا، والأدلة العلمية وحدها لا تكفي للإيمان. " اَللَّهُ رُوحٌ. وَالَّذِينَ يَسْجُدُونَ لَهُ فَبِالرُّوحِ وَالْحَقِّ يَنْبَغِي أَنْ يَسْجُدُوا" (يوحنا ٤: ٢٤).

وصفات للسعادة وراحة البال ٧

أحبب. أحبب. أحبب. أحبب كل الناس ولا تتوقف عن الحب مهما حصل. حتى لو آذاك إنسان. فالحب يحصّنك من الألم، ويشفي مَن آذاك روحياً. الحب يُدخلك في حلقة الحب الإلهي، وبذلك تدخل في الفرح اللامحدود تدريجياً. "وَلَنَا هَذِهِ الْوَصِيَّةُ مِنْهُ: أَنَّ مَنْ يُحِبُّ اللهَ يُحِبُّ أَخَاهُ أَيْضاً" (١ يوحنا ٤: ٢١).

وصفات للسعادة وراحة البال ٨

سامح نفسك على جميع أخطاء وخطايا الماضي، لكي لا تُصاب باليأس ... قبل ذلك، تب إلى الله واطلب المغفرة، فيغفر لك. وثِق أن اللحظة التي تتوب وتسامح نفسك فيها يسامحك الرّبّ فوراً. لا أحد يستطيع أن يمشي قدماً أو يعيش سعيداً وهو يشعر بالذنب. يكفيك غفران الرّبّ، وهو يريد أن تسامح نفسك بفرح التوبة."فَاللَّهُ الآنَ يَأْمُرُ جَمِيعَ النَّاسِ فِي كُلِّ مَكَانٍ أَنْ يَتُوبُوا مُتَغَاضِياً عَنْ أَزْمِنَةِ الْجَهْلِ" (أعمال

الرسل ١٧: ٣٠)."كَبُعْدِ الْمَشْرِقِ مِنَ الْمَغْرِبِ أَبْعَدَ عَنَّا مَعَاصِيَنَا" (المزامير١٠٣: ١٢).

وصفات للسعادة وراحة البال ٩

كيف ولماذا نحب ونسامح ونكون قنوعين؟ الجواب على لماذا؟ لأنك تسبب ألماً لنفسك كل مرة تحقد أو تكره أو تشتهي ما لغيرك. أما كيف؟ فأنت بحاجة لجلسات طويلة متكررة مع ذاتك، حتى تواجهها. أخلق مع ذاتك حواراً ونقاشاً فكرياً.

وبإرادتك تصل لقناعة بأنه لمصلحتك وراحتك الفكرية والجسدية، كما لخلاصك، أن تبني قنوات فكرية جديدة (برمجة ذهنية عصيبة NLP)، تبرمج بها عقلك. فتُسامِح وتُحِب وتقنع، وتغلق القنوات الفكرية القديمة المليئة بالحقد والجشع والكره ولا تعُد

إليها مرة أخرى أبداً. وعندها تنطمس معالم هذه القنوات رويداً رويداً. الطريق طويل وصعب. لكن خلاصك يستحق هذا التعب: "اعمَلُوا لخَلاَصِكُمْ بِخَوْفٍ وَرِعْدَةٍ" (فيلبي ٢: ١٢).

وصفات للسعادة وراحة البال ١٠

إعمل واجبك تجاه نفسك: إعمل واجبك بحق نفسك، واضمن خلاصك، فهو مسؤوليتك الشخصية، ولن يقوم بها غيرك. آمن بالمخلص، وجاهد الجهاد الحسن ضد الخطيئة واسجد، وسبّح، وبارك الرّبّ، واشكره على عطاياه، وامشِ في طريق السماء. "أَنَا هُوَ الْقِيَامَةُ وَالْحَيَاةُ. مَنْ آمَنَ بِي وَلَوْ مَاتَ فَسَيَحْيَا" (يوحنا ١١: ٢٥).

وصفات للسعادة وراحة البال ١١

إعمل واجبك تجاه جسدك. حافظ عليه فهو هيكل الروح القدس. "أَمَا تَعْلَمُونَ أَنَّ أَجْسَادَكُمْ هِيَ أَعْضَاءُ الْمَسِيحِ؟ أَفَآخُذُ أَعْضَاءَ الْمَسِيحِ وَأَجْعَلُهَا أَعْضَاءَ زَانِيَةٍ؟ حَاشَا !.... أَمَا تَعْلَمُونَ أَنَّ جَسَدَكُمْ هُوَ هَيْكَلٌ لِلرُّوحِ الْقُدُسِ الَّذِي فِيكُمُ" (١كورنثوس ٦: ١٥ و١٩). فاحفظه من الزنى. إحفظه من المخدرات والإدمان على الكحول، إحفظ لسانك من الوشاية وشهادة الزور، والكذب والطعن في الآخرين، وعينيك من شهواتها، وأذنيك من سماع الافتراءات والكذب، والكلام البطال، ويديك

من عمل الشر، ورجليك من السير نحو الخطيئة. أجسادنا ستقوم في يوم الدينونة لتعطي حساباً مع أرواحنا سواء خيراً فعلت أم شراً. هذا الجسد هو مركبة الروح طوال العمر فحافظ عليه.

وصفات للسعادة وراحة البال ١٢

تمّم واجباتك تجاه أهل بيتك: خلاص أسرتك من مسؤوليتك. إذا كنت قادراً وكانوا بحاجة لمساعدتك فالقوي يسند الضعيف. "شَدِّدُوا قَلِيلِي الهِمَّةِ وَسَانِدُوا الضُّعَفَاءَ" (١ تسالونيكي ٥: ١٤). كن قدوة حسنة لهم، وساعدهم في الجهاد ووفر لهم وسائل النعمة ما أمكن. والأهم ألا تكون حجر عثرة لهم. "مَن كَانَ حَجَرَ عَثرَةٍ لِهَؤُلَاءِ الصِّغَارِ المُؤمِنِينَ، فَأَولَى بِهِ أَن تُعَلَّقَ الرَّحَى فِي عُنُقِهِ وَيُلقَى فِي البَحرِ" (مرقس ٩: ٤٢).

وصفات للسعادة وراحة البال ١٣

" لا تعملوا شَيْئاً بِتَحَزُّبٍ أَوْ بِعُجْبٍ، بَلْ بِتَوَاضُعٍ، حَاسِبِينَ بَعْضُكُمُ الْبَعْضَ أَفْضَلَ مِنْ أَنْفُسِهِمْ. لاَ تَنْظُرُوا كُلُّ وَاحِدٍ إِلَى مَا هُوَ لِنَفْسِهِ، بَلْ كُلُّ وَاحِدٍ إِلَى مَا هُوَ لآخَرِينَ أَيْضاً. فَلْيَكُنْ فِيكُمْ هَذَا الْفِكْرُ الَّذِي فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ أَيْضاً" (فيلبي ٢: ٣-٥).

إذا لم تحب نفسك لن يحبها أحد، وإذا لم يحبك أحد فأنت مائت، لا بل لم تعش. أحبب نفسك لتستطيع أن تحب قريبك كنفسك، وعندها يباركك الرّبّ في كل

شئ، فمقدار سعادتك في هذه الحياة هو حاصل ضرب مقدار محبتك لنفسك مضروبة بمحبتك للقريب مرفوعة للأس "محبتك للرب". السعادة = (محبة النفس X محبة القريب) محبة الرب ونهاية المعادلة هي السماء.

وصفات للسعادة على الأرض إعمل واجبك تجاه وطنك ١٤

"أَعطُوا لِقَيصَرَ مَا لِقَيصَرَ، وَللهِ مَا للهِ" (متى ٢٢: ٢١). لوطنك حق عليك، بدفع الضرائب، وحمايته، وإسداء المشورة للقائمين عليه، والصلاة من أجله وبالإجتهاد والإخلاص في أداء عملك. ومن واجبك أن تقوّم أي اعوجاج فيه بالحسنى والكلمة الطيبة دون عنف.

وصفة للسعادة الداخلية والخلاص ١٥

"فَمَن آمَنَ وَاعتَمَدَ يَخلُصُ، وَمَن لَم يُؤمِنْ يُحكَمْ عَلَيهِ" (مرقس ١٦ : ١٦). آمن بالله خالق السماء والأرض. آمن بالرّبّ يسوع المسيح ابن الله الذي افتدانا من الموت ومنحنا الحياة الأبدية. "تُؤمِنُونَ بِاللهِ فَآمِنُوا بِيَ أَيضًا" (يوحنا ١٤ :١). الخلاص بالإيمان أولاً، وتضاف إليه الأعمال الصالحة المجبولة بالمحبة "الإِيمَانُ العَامِلُ بِالمَحَبَّةِ" (غلاطية ٥ : ٦).

وصفة للسعادة الدائمة ١٦

"لا أدع أي إنسان يفقدني سلامي وخلاصي أو يسمم روحي". خلاصك مسؤوليتك، وسعادتك تتوقف على قرارك."فَكَيْفَ نَنْجُو نَحْنُ إِنْ أَهْمَلْنَا خَلاَصاً هَذَا مِقْدَارُهُ، قَدِ ابْتَدَأَ الرَّبُّ بِالتَّكَلُّمِ بِهِ، ثُمَّ تَثَبَّتَ لَنَا مِنَ الَّذِينَ سَمِعُوا" (عبرايين ٢: ٣).

وصفات لاختبار معنى السعادة: لا تكتف بالقشور من العلاقة ١٧

صافح الآخرين بحرارة. أنظر في عيونهم. تواصل بالعيون. أنظر في قلبهم بقلبك. لا تكتفِ بعبارات المجاملة، كيف حالكم؟ وحال الأولاد؟ والعائلة؟ وكيف الصحة؟ والشغل؟ شاركهم فرحهم بصدق وحزنهم بدمعة من القلب، إن لم تسعفك العيون لا تكتفِ بالقشور من العلاقة. أدخل في العمق. "سِرْ إِلَى العُمقِ"(لوقا ٥ : ٤).

الباب الرابع:

هل يجلب المال السعادة؟

سلام الرب يكون معكم

"لُقْمَةٌ يَابِسَةٌ وَمَعَهَا سَلاَمٌ خَيْرٌ مِنْ بَيْتٍ مَلآنٍ ذَبَائِحَ وَيَسُودُهُ الخِصَامٍ" (أمثال ١٧: ١). سلام القلب يفرز سلاماً في الأسرة والعمل، ويتحقق بسلام المسيح الذي يفوق كل وصف. إن المال والقصور وأطايب الطعام مع الخصام لا تمنح السعادة للإنسان، لكن السلام مع العائلة والآخرين هو الذي يمنحها.

بيل جيتس أغنى رجل في العالم!

مَن يحُدد من هو أغنى الناس في العالم؟ هل هي مجلة FORBES ؟ هل من يملك الأموال الكثيرة هو الأغنى؟ إن جواب الكتاب المقدس واضح!: "كَانَ فِي يَافَا تِلْمِيذَةٌ اسْمُهَا طَابِيثَا الَّذِي تَرْجَمَتُهُ غَزَالَةُ. هَذِهِ كَانَتْ مُمْتَلِئَةً أَعْمَالاً صَالِحَةً وَإِحْسَانَاتٍ كَانَتْ تَعْمَلُهَا" (أعمال الرسل ٩: ٣٦).

«غنية بالأعمال الصالحة».

أعمالها الصالحة أعطتها غنى في عيني الرب، وهذا هو المهم. إن الغني في الأعمال الصالحة يفوز بالملكوت، أي الحياة الأبدية سعيدة ولا ينزع أحد منه السعادة. "وَلاَ يَنْزِعُ أَحَدٌ فَرَحَكُمْ مِنْكُمْ" (يوحنا ١٦: ٢٢).

المال والسعادة

"جَعَلْتَ سُرُوراً فِي قَلْبِي أَعْظَمَ مِنْ سُرُورِهِمْ إِذْ كَثُرَتْ حِنْطَتُهُمْ وَخَمْرُهُمْ" (المزامير ٤ : ٧).

يقول داوود النبي إن الله ادخل الفرح في قلبه بشكل أكبر ممن كثرت خيراتهم (الخبز والخمر). كيف ولماذا؟ كلما ازداد مالهم ازداد همهم وانشغل قلبهم عن الله. أما داوود النبي فقلبه ولسانه يلهجان ويسبحان باسم الله، فيفرح لأن الله معه.

تعلمت من أمي

إن القصور العالية لا تجلب السعادة، «بنى وعلَّى، راح وخلَّى»، ولا كثرة المال تجلب راحة البال، بل السعادة تكمن في راحة الضمير التي تأتي من العمل بوصايا الله، ومن الصلاة الدائمة. طالما جمعتنا أمي لنصلي المسبحة الوردية عندما تنقطع الكهرباء ونحن موقنون أن الكهرباء لا بد ان ترجع بعد إنتهاء الصلاة. «وَمَن احتَرَمَ أُمَّهُ فَهْوَ كَمُدَّخِرٍ الكُنُوزَ» (يشوع بن سيراخ ٣: ٥).

كل الأشياء التي تجلب السعادة للإنسان لا تكلف شيئاً، مثل:

مشاهدة المناظر الطبيعية، رؤية السماء والقمر والشمس، الحب، الابتسامة الصادقة، الوفاء للآخرين، كلمة مواساة وتعزية، كلمة شكر، نصيحة صادقة، كل هذا يجلب السعادة. لكن الإنسان يبحث عن السعادة في أمور مادية ذات الثمن المرتفع ظناً منه أنها تسعده، كالسيارات والقصور والمكاتب الفخمة.

لكن هيهات لن نجد السعادة إن لم نرجع إلى كلمات الرب وجمال ما خلقه. «الفَلَكُ يُخبِرُ بِعَمَلِ يَدَيْهِ» (المزامير ١٩: ١).

لا تعبد المال بدل الله

أعرف عائلتين غنيتين كانتا بعيدتين كل البعد عن الله، وعن الصلاة وعن الكنيسة، ودارت الدنيا وافتقرتا – وعندها عادوا إلى الله والصوم والصلاة. أعتقد أن فقرهما أدى إلى خلاصهما. «إِنَّ مُرُورَ جَمَلٍ مِن ثُقبِ إِبرَةٍ أَيسَرُ مِن أَن يَدخُلَ غَنِيٌّ إِلَى مَلَكُوتِ الله» (متى ١٩: ٢٤)، هذا كلام يصح في غني عبد المال وترك الله. أما أنت فكن عاقلا، واستخدم غناك لدخول الملكوت.

السعادة أولاً ثم المال

بينما كنت أمارس رياضتي الصباحية بالركض في الشوارع بجانب منزلي، سمعت صوت غناء جميل وضحكاً خارجين من أحد المباني تحت الإنشاء. وفضولي جعلني أبطئ وأتفرّج باحثًا عن مصدر الصوت. فشاهدت عاملين يقومان بدهان الطابق الأرضي، وهما يغنيان ويضحكان بملء فمهما فرحين...بينما أصحابُ القصور في الشارع نفسه عابسون جادُّون في هموهم، لا يغنون ولا يضحكون... أهي القناعة؟ أم الإيمان؟ الله يوزع نِعَمًا مختلفة، ونعمة السعادة

والفرح أهم وأجمل من المال والشهرة: «حَتَّى الآن لَمْ تَسأَلُوا شَيئًا بِاسمِي. اسأَلُوا تَنَالُوا، فَيَكُونَ فَرَحُكُم تَامًّا» (يوحنا ١٦: ٢٤).

جوع العالم وشبع المؤمن

العالم جائع إلى الحب والعطف والحنان، وإلى السعادة وإلى الشعور بالإنتماء والشعور بالإهتمام، ويحاول التعويض عن هذه الامور بتملك الماديات من قصور ويخوت و... ولكن الإنسان لا يشبع. الشبع فقط يأتي من الخبز السماوي وكلام الله والتقرب منه واختبار حبه، وقضاء وقت فعلي في السماء وعلى الأرض، بصلاة فردية، أو بالمشاركة في صلاة الجماعة من قداديس وتراتيل ومناولة، «لِأَنَّهُ حَيثُمَا اجتَمَعَ اثنَانِ أَو ثَلَاثَةٌ بِاسمِي فَهُنَاكَ أَكُونُ فِي وَسَطِهِم» (متى ١٨: ٢٠).

وأما الأغنياء، أو بعض الأغنياء، فقد يصح فيهم أحيانا، ما جاء في نشيد مريم العذراء "تعظم نفسي الرب": «وصَرَفَ الأَغنِيَاءَ فَارِغِينَ» (لوقا ١: ٥٣).

تصرف بحكمة لِتسعد بالملكوت

الأهم أولاً ثم المهم. لا تتعب وتجهد نفسك لأجل المجد والشكر ومديح الناس، وكل هذا لا يدوم، إسعَ إلى المجد الآتي من الله، والذي يدوم. اعمل في حقل الله، إبذر وازرع فيه أفضل من تجميع النقود والمشاريع. إهتم بعائلتك و بأولادك، فهم بحاجة إليك وأنت بحاجة إليهم. ذلك أهم من اللهاث وراء الماديات والمناصب. "مَمْلَكَتِي لَيْسَتْ مِنْ هذَا الْعَالَمِ" (يوحنا ١٨: ٣٦).

ما لا يستطيع المالُ شراءَه

المال يشتري لك فرشة ومخدة وليس النوم. ويدفع أقساط المدارس لكن لا يشتري العلم. ومصاريف الزواج لكن ليس حب الزوجة. وثمن الطعام، لكن ليس الشهية. وكل أدوية العالم، لكن ليس الصحة. وكل السلطة، لكن ليس راحة البال. قد يشتري لك كل ما في الدنيا، لكن ليس السعادة. وقد يكون جواز سفر لكل العالم، لكن ليس للسماء. الحظوة بالسماء "خَيرٌ مِن الذَّهَبِ وَالفِضَّةِ». (أمثال ٢٢: ١).

"مش مهم"

ليس مهماً أن تكون غنياً او فقيراً بالمال بل المهم أن تكون غنياً بالمحبة والحكمة لتحيا حياتك كما يريدك خالقك أن تحياها

الكثير من الأغنياء يعيشون فقراء بالمشاعر وبؤساء.

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

نظراتك وموقفك وقرارك هي ما يحدِّد 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 "كَلَّمْتُكُمْ بِهذَا لِكَيْ يَثْبُتَ فَرَحِي فِيكُمْ وَيُكْمَلَ فَرَحُكُمْ." (يوحنا ١٥: ١١).

المال

«مَنْ يؤمن بأن المال يفعل كل شيء، يفعل أي شيء من أجل المال» (بنيامين فرانكلين). من الخطأ الفادح أن نضع الأولويات الخاطئة في حياتنا.

هل نحن نعيش في هذه الحياة لأجل الطعام؟، أم نأكل لكي نستمر في الحياة؟ هل هدفنا أن نجمع المال والأرصدة في البنوك؟ أم أن نستخدمها لخيرنا وخير الإنسانية؟ هل هدفك المال في الحياة، أم السعادة ولو بدون مال؟ "لأَنَّ مَحَبَّةَ الْمَالِ أَصْلٌ لِكُلِّ الشُّرُورِ، الَّذِي إِذِ ابْتَغَاهُ قَوْمٌ ضَلُّوا عَنِ الإِيمَانِ، وَطَعَنُوا أَنْفُسَهُمْ بِأَوْجَاعٍ

كَثِيرَةٍ (١طيموتاوس ٦: ١٠). إجعل المال عبدا لديك لعمل الخير فتسعد لا سيدا عليك فتشقى.

مَنْ أقرب إلى الله؟

لأول وهلة يخطر على البال أن غالبية مَنْ يُنعم عليهم الله بالغنى وبالخيرات المادية والصحة هم الأقرب اليه. لكن في الواقع، إن غالبية المرضى والفقراء هم الأكثر إيماناً وأقرب إلى الله، وبالتالي فرصتهم بالخلاص أكبر. الأغنياء، ولا أعمم، يعتمدون على مالهم وعلاقاتهم بمراكز السلطة، أما الفقراء فاعتمادهم على الله، لأنهم فقدوا الأمل من البشر: "طُوبَى لِلْفُقَرَاءِ بِالرُّوحِ لأَنَّ لَهُمْ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ. طُوبَى لِلْحَزَانَى لأَنَّهُمْ يَتَعَزَّوْنَ. طُوبَى لِلْوُدَعَاءِ لأَنَّهُمْ يَرِثُونَ الأَرْضَ. طُوبَى لِلْجِيَاعِ

وَالْعِطَاشِ إِلَى الْبِرِّ لأَنَّهُمْ يُشْبَعُونَ. طُوبَى لِلرُّحَمَاءِ لأَنَّهُمْ يُرْحَمُونَ. طُوبَى لِلأَنْقِيَاءِ الْقَلْبِ لأَنَّهُمْ يُعَايِنُونَ اللَّهَ" (متى ٥: ٣-٨).

لاقيني ولا تغديني

بينما كنت أتناول العشاء مع زوجتي في أحد المطاعم الفخمة، في بيفرلي هيلز، شاهدنا أحد المشاهير الأثرياء، يجلس على طاولة بقربنا، ومعه شخص آخر أو شخصان، وبجانبه عدد كبير من الهدايا، التي أخذ يفتحها أمام رفيقيه، وكأنه يفتخر بهذه الهدايا الكثيرة والثمينة، التي وردته من أصحابه أو معجبيه. لكنها كانت هدايا بدون أصحابها. ثمينة لكن باردة دون روح، وحتى هو لم يحتفل معه سوى شخص أو شخصين. بينما قبل شهر في عمان كانت تجلس سيدة كبيرة في

السن، مع أبنائها وأحفادها ليلة الميلاد. وهي توزع لهم هدايا بسيطة، لكن مملوءة روحاً ومحبة وفرحاً. ورغماً عني تذكرت ثري بيفرلي هيلز، وكم تمنى لو حضر احتفاله يومذاك أصحاب الهدايا، بدون هداياهم الثمينة لكن بقلوب محبة. "لُقْمَةٌ يَابِسَةٌ وَمَعَهَا سَلاَمَةٌ خَيْرٌ مِنْ بَيْتٍ مَلآنٍ ذَبَائِحَ وَيَسُودُهُ الخِصَامِ" (أمثال ١٧: ١).

نصيحة عجوز حكيمة

توفي زوجها، العجوز، وترك لها أموالاً لا تأكلها النيران. لم تستطع هذه الأموال ان تؤنس وحدتها. ولكن زادها موته حكمة وزهداً بالحياة. نصحتني قائلة: «اللي بحبه ربنا برزقه بشيئين: أولاً القناعة، ثانياً: عمل الخير. فالأولى تغنيه عن اللهاث طول الحياة وراء مال لا يُغني عن الآخرة. والثانية تجلب له السعادة القصوى عند عمل الخير». «مَغْبُوطٌ هُوَ الْعَطَاءُ أَكْثَرُ مِنَ الأَخْذِ» (أعمال الرسل ٢٠: ٣٥).

على البساطة:

للفنانة الراحلة صباح اغنية اسمها "عا البساطة البساطة" وكلماتها ومعانيها تدور حول بساطة العيش مع من تُحب التي تجلب لك الفرح والسعادة وليس القصور الفارهة والاموال الطائلة، فالسعادة قد تأتى من جلسة بسيطة تحت الشمس مع الاصدقاء لشرب الشاي او نزهة بالهواء الطلق مع زوجتك واولادك .

الرجوع لجذور الحياة البسيطة قد تكون احدى مفاتيح راحة البال والسعادة "أَمَّا الْوُدَعَاءُ فَيَرِثُونَ الأَرْضَ، وَيَتَلَذَّذُونَ فِي كَثْرَةِ السَّلاَمَةِ" (المزامير ٣٧: ١١).

الغني والفقير

يتساويان وهما راكعان امام الله طالبين احتياجاتهما، ويتساويان يوم مولدهما ويوم موتهما. ويتساويان في الصحة والمرض، والحياة والموت، وفي الألم، وفي المشاعر، وفي المشاكل، ومعضلات الحياة. «كل واحد همه على قده». لكن نظرة الناس لهم مختلفة. فالغني مضروب بحجر كبير، مع ان متوسط الحال قد يكون بحال أحسن، في الصحة والسعادة وراحة بال. لكن لا يوجد من يقنع برزقه وما اتاه الله به.

يقول المثل الإنجليزي

“THE GRASS IS ALWAYS GREENER ON THE OTHER SIDE”

"العشب أكثر خضرة عند الجار". والكتاب المقدس يقول: "وَأَمَّا التَّقْوَى مَعَ الْقَنَاعَةِ فَهِيَ تِجَارَةٌ عَظِيمَةٌ، لأَنَّنَا لَمْ نَدْخُلِ الْعَالَمَ بِشَيْءٍ، وَوَاضِحٌ أَنَّنَا لاَ نَقْدِرُ أَنْ نَخْرُجَ مِنْهُ بِشَيْءٍ" (١ طيموتاوس ٦: ٦).

الباب الخامس:

كيف تصل الى السعادة؟

كلام الرب يروي كل عطش

أَجَابَ يَسُوعُ: «كُلُّ مَنْ يَشْرَبُ مِنْ هَذَا الْمَاءِ يَعْطَشُ أَيْضاً. وَلَكِنْ مَنْ يَشْرَبُ مِنَ الْمَاءِ الَّذِي أُعْطِيهِ أَنَا فَلَنْ يَعْطَشَ إِلَى الأَبَدِ" (يوحنا ٤: ١٣). كل مغريات الحياة لم تحقِّق للإنسان السعادة، لا المال ولا الجاه ولا السلطة ولا الكحول ولا المخدرات. كلها تركت عطشاً وراءها. أما كلام الرب والعيش معه الآن فيروي عطش كل من يؤمن إلى ان يعاين السعادة الحقة في الملكوت.

عش حياة الشكر

اشكر الله لأنه خلقك، وأعطاك فرصة للحياة والاستمتاع بها، وأعطاك عقلاً ونظراً وسمعاً وصحة وعائلة وبيتاً... ونِعَمَاً أخرى لا تحصى، مادية وجسدية. كما أعطاك فرصة للتمتع بالملكوت السماوي والسعادة الأبدية. إذا شكرت الله كل يوم على النعم التي أنت فيها، ستسعد وتتمتع بها وتشعر بأهميتها، وعندها تعيش بالفرح. «كُونُوا شَاكِرِينَ» (كولوسي ٣: ١٥).

جربت كل شيء؟

«ذُوقُوا وَانظُرُوا مَا أَطيَبَ الرَّبَّ» (مومور ٣٤: ٨). لا يستطيع الإنسان أن يجد السعادة الكاملة في العالم، مهما كان لديه من مال وجاه ومهما جرب من أمور دنيوية أو شهوات وقتية. لكن حتماً سيجدها عندما يعيش مع الله في علاقة دائمة. آن الآوان لنجرب العيش مع الله.

إجلس مع نفسك

حاسب نفسك «أَدِّ حِسَابَ وَكَالَتِكَ» (لوقا ١٦: ٢). كل ليلة، خذ بضع دقائق لتراجع نفسك: هل كنت مع الله هذا اليوم؟ هل شهدت للرب بأعمالك؟ هل اعطيت كل ذي حق حقه؟ هل طُلبت منك المساعدة وقدمتها؟ هل قمت بواجبك تجاه الله والقريب؟ هل حضَّرت نفسك للملكوت؟ صِدقاً إنّ هذه صورة مصغرة عن يوم الدينونة.

لتكون سعيداً عليك ان تكون منصفاً

«أَعطِ مَا لِقَيصَرَ لِقَيصَرَ وَمَا للهِ للهِ» (متى ٢٢: ٢١).

أعطِ زوجتك وأولادك حقهم من وقتك والرعاية.

أعطِ روحك حقها من الصلاة والعبادة.

أعطِ جسدك حقه من الراحة والعناية.

أعطِ الدولة حقها من الولاء والجباية.

أعطِ ربك حقه من البداية حتى النهاية.

لو جربت لشكرت

الذي جرب المرض وبقي طريح الفراش أسابيع وأشهراً، يشكر الرب على الصحة. والذي جرب الجوع يشكر الرب على الطعام. والذي جرب اليأس والحرمان يشكر الرب على الامل، والذي جرب الحزن والأسى يشكر الرب على السعادة والفرح. لنكُن أول الشاكرين للرب على نعمه وعطاياه قبل لسعة الالم «اطلُبُوا أَوّلًا مَلَكُوتَ الله وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُم» (متى ٦: ٣٣).

صباح الخير

صباح الخير والمحبة والأمل

صباح الرجاء والنصر على الفشل

ربنا ليبعد عنكم المر ويعطكم العسل

وتكون أيامكم اجتهادًا دون كسل

من ينشد الخلاص فعليه أن يجاهد ضد الخطيئة بلا ملل

ولتصلّ إلى الملكوت، آمن وارجُ وأحبب ولا تنسَ في الخير العمل

مَنْ يعلِّم ويعمل؟

«لَيسَ مَن يَقُولُ لِي «يَا رَبّ، يَا رَبّ» يَدخُلُ مَلَكُوتَ السَّمَوَاتِ، بَل مَن يَعمَلُ بِمَشِيئَةِ أَبِي الَّذِي فِي السَّمَوَاتِ» (متى ٧: ٢١). ليس من يذهب إلى الكنيسة أو يخدم فيها، أو من يعرف عن الدين بعض المعلومات، وليس من يصلّي أو يعظ الناس أيضاً، بل مَن فعلا يعمل بمشيئة الله. ومشيئة الله هي: أحبب الرب إلهك، وأحبب قريبك حبك لنفسك. لذا لنبحث جميعاً عن مشيئته تعالى مُصلين: "أَبَانَا الَّذِي فِي السَّمَاوَاتِ لِيَتَقَدَّسِ اسْمُكَ . لِيَأْتِ مَلَكُوتُكَ. لِتَكُنْ مَشِيئَتُكَ كَمَا فِي

السَّمَاءِ كَذَلِكَ عَلَى الأَرْضِ. خُبْزَنَا كَفَافَنَا أَعْطِنَا الْيَوْمَ. وَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا كَمَا نَغْفِرُ نَحْنُ أَيْضاً لِلْمُذْنِبِينَ إِلَيْنَا. وَلاَ تُدْخِلْنَا فِي تَجْرِبَةٍ لَكِنْ نَجِّنَا مِنَ الشِّرِّيرِ (متى ٦: ٩-١٣).

حَلِّق بروحك

قرّرت تجربة القفز من الطائرة ببراشوت، مع مظليين خبراء، بتشجيع من أخي، وبينما نحن بالطائرة استعداداً للقفز، تأملت الأرض من العلو الشاهق الذي سنقفز منه وهو أحد عشر ألف قدم. كم كانت المنازل صغيرة والسيارات أصغر! قبل القفز بثوانٍ قليلة، صلّيت للرب يسوع قائلاً: «ربِّ، بين يديك روحي"، فالمخاطرة موجودة. وقفزت من الطائرة بين الغيوم، وكانت الرؤية معدومة في البدء، ثم انقشعت الغيوم عن منظر الأرض والبحر الرائعين. وأنا هابط بسرعة رهيبة نحوهما، أحسست كالنسر

الحر في الهواء، وقلت في نفسي هكذا يرانا الله من علو سمائه. كل مشاكل الدنيا وهمومها ومغرياتها وأموالها، وعقاراتها وذهبها، لم تعد تعني شيئاً في تلك اللحظات. فقط القرب من الله، والالتصاق به والتفكير بملكوته، وتسبيحه على ما خلقه من جمال، كان له كل المعنى.

أدِّ حِسَابَ وَكَالَتِكَ

سرعان ما تمر الأيام، من مرحلة الطفولة للمراهقة، وللشباب، وثم الشيخوخة، وثم المصير المحتوم أي الموت. في كثير من الأحيان يباغت الموت الإنسان، وهو في مقتبل العمر. تأتي ساعة الحقيقة، عندما يلاقي الإنسان الديّان العادل الذي ينظر إلى حساب وكالة ذلك الإنسان، الذي أعطاه إياها في حياته، من ذكاء، أو مال، أو قدرة على الوعظ، أو التبشير، أو القوة أو... أو... وهل استثمرها في خدمة

ملكوت الله. يقول له الله: «أَدِّ حِسَابَ وَكَالَتِكَ» (لوقا ١٦: ٢). لعلّنا نتعظ جميعاً، ونكون جاهزين: «استَعِدَّ لِلِقَاءِ إِلَهِكَ» (عاموس ٤: ١٢).

نحن مخيَّرون ولسنا مسيَّرين

الله لا يسيِّرنا، فهو لا يسيِّر القاتل لكي يقتل، ولا السارق لكي يسرق. لو كان الله يُسيِّر البشر لما حصلت حروب وثورات وخيانات وغدر وشهادات زور. الله خلقنا أحراراً، «خَلَقَ الله الإنسَانَ عَلَى صُورَتِهِ» (تكوين ١: ٢٧)، كائنات عاقلة حرة ولنا إرادة حرة، نختار ما نريد. والذين يختارون الإرادة الصالحة طوعاً سيعاينون الله في سعادة أبدية، ومن ابتغى بكامل حريته طريق الشر فلن يستطيع العيش مع ربّ المحبة والخير.

"فَيَخْرُجُ الَّذِينَ فَعَلُوا الصَّالِحَاتِ إِلَى قِيَامَةِ الْحَيَاةِ وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ إِلَى قِيَامَةِ الدَّيْنُونَةِ" (٥: ٢٩).

محطات حياتنا

لكل واحد محطات في حياته أثّرت على كل مجرى حياته، وأصبحت الوقود الذي يسيّرها. قد تكون محطة فشل في علاقة عاطفية، أو فشل دراسي أو انزلاق مع رفيق سوء في متاهة، أو فقدان عزيز أو حرمان من حاجه معينة (مال، حب، صداقة). وهذه المحطات بحلوها ومرّها لا تزال تؤثر حتى اليوم وكل لحظة في فكر الإنسان. علينا أن نرجع للماضي بالفكر والإرادة ونزور كل هذه المحطات ونعالجها نفسياً مع ذاتنا ونتخلص من أثرها المدمّر على حياتنا، لنستطيع الانطلاق بحرية ومحبة وسلام

ومصالحة مع الذات ومع القريب ومع الله.

"أَنَّ الخَيرَ الَّذِي أُرِيدُهُ لَا أَفعَلُهُ، بَلِ الشَّرَّ الَّذِي لَسْتُ أُرِيدُهُ فَإِيَّاهُ أَفْعَلُ. فَإِنْ كُنْتُ مَا لَسْتُ أُرِيدُهُ إِيَّاهُ أَفْعَلُ فَلَسْتُ بَعْدُ أَفْعَلُهُ أَنَا بَلِ الْخَطِيَّةُ السَّاكِنَةُ فِيَّ. الشُّكرُ لله بِيَسُوعَ المَسِيحِ رَبِّنَا! فَهَاءَنَذَا عَبدٌ بِالعَقلِ لِشَرِيعَةِ الله وَعَبدٌ بِالجَسَدِ لِشَرِيعَةِ الخَطِيئَةِ» (رومية٧: ١٩-٢٠و٢٦).

كن رسول خير

أنقل الخبر الذي فيه خير ومصالحة ومحبة، ولا تنقل الخبر الذي يمكن أن يؤدي إلى الشر والخصام، حتى لو كان الخبر صحيحاً. فذلك يكون «كلام حق يُراد به باطل». صلِّ ليعطيك الرّبّ الحكمة في القول والتصرف، وكُنْ رسول سلام دائماً. «ليس كل ما يُعرف يُقال، وليس كل ما يُقال يُكتب، وليس كل ما يُكتب يُنشر».

«إجعَلْ يَا رَبّ حَارِساً لِفَمِي. إحفَظْ بَابَ شَفَتَيَّ» (المزامير ١٤١: ٣).

لا تسرق فرحة أحد ولا تقهر قلب أحد

لا تنسب إنجاز الآخرين لك

لا تدع الغيرة، ومرض المقارنة وحب الظهور، تسيطر عليك

ازرع الفرح والأمل في قلوب الآخرين

وامسح الدموع من العيون

فيكون لك كنز في السماء «كُنْ قُدْوَةً لِلْمُؤْمِنِينَ فِي الْكَلاَمِ، فِي التَّصَرُّفِ، فِي الْمَحَبَّةِ، فِي الرُّوحِ، فِي الإِيمان، فِي الطَّهَارَةِ» (١ تيموثاوس ٤: ١٢).

الدفء

الدفء الجسدي مهم جداً لأداء نشاطاتنا الحياتية اليومية بالطاقة التي نحصل عليها من طعام وشراب وكذلك الدفء الاجتماعي في حُسن التعامل مع الآخرين، ودفء اللسان والمسامحة ومساعدة الآخرين.

أما الدفء الروحي فهو الأهم، وهو العلاقة مع الروح القدس الساكن فينا، وهو الشركة مع القديسين والعذراء مريم ام الله.

هو في الاتحاد مع الله في الصلاة في الحزن والفرح، ومناجاته كل لحظة في حياتنا. وعندها سيملأ الله حياتك بالدفء الروحي الذي لا يُقدر بثمن.

«الرَّبُّ صَالِحٌ لِلَّذِينَ يَنتَظِرُونَهُ، لِلنَّفسِ الَّتِي تَلتَمِسُهُ» (مراثي إرميا ٣: ٢٥).

كم عشت في هذه الدنيا؟

هل يُحسب العمر بعدد السنوات التي عشناها على الأرض؟ اظن الذي يُحسب هو الزمن الذي ملأناه بمواقف الوفاء والرجولة والشهامة. والوقت الذي ملأناه بعمل الخير والتسامح والمحبة، والزمن الذي أمضيناه ونحن تائبون ومنتصرون على الخطيئة، والزمن الذي أمضيناه ونحن نشهد ليسوع كرب ومخلص، مؤمنين ومتصلين به، والزمن الذي عشناه فرحين مع الآخرين بالرب، وغير ذلك من الزمن فلا يُحتسب

«إِنْ أَحَبَّنِي أَحَدٌ يَحْفَظْ كَلاَمِي، وَيُحِبُّهُ أَبِي، وَإِلَيْهِ نَأْتِي، وَعِنْدَهُ نَصْنَعُ مَنْزِلًا» (يوحنا ١٤: ٢٣). يحسب بالأيام التي إمتلأ فيها فكرنا بالإيمان بالله وقلبنا بالمحبة لله والقريب والفرح الذي أعطيناه للقلوب الحزينة والأمل الذي أعطيناه لأخوتنا اليائسين والخير الذي قدمناه للإنسانية.

لو استجاب الرب دائماً

لو استجاب الله لكل صلاة بشكل فوري وصورة سحرية، لما أصبح للحياة طعم، لأصبحنا مدللين، ولأصبح الله محتاراً، فقد تكون رغبات شخص عكس رغبات آخر، فاستجابة الرب لصلاة شخص ما ليفوز بالانتخابات هي عدم استجابته لمنافسه الذي صلى أيضاً. فلمن يستجيب الرب؟ وإذا طلب إنسان في الصلاة، الخير لكل العالم والسلام الدائم، وانتفاء المرض والموت لكل البشرية، لأصبح الشيطان غير موجود وتجاربه غير فعالة، والجهاد الروحي لا داعي له، وإكليل المجد

لا يستحقه أحد، ودخول السماء تحصيل حاصل. فلا يوجد إيمان بل عيان ولا رجاء لأنه أصبح يقيناً. «يَا لَعُمقِ غِنَى الله وَحِكمَتِهِ وَعِلمِهِ! مَا أَبعَدَ أحكَامَهُ عَن الفَحصِ وَطُرُقَهُ عَن الاستِقصَاءِ!» (رومية١١: ٣٣).

لا قيمة للشيء بدون نقيضه، فلا متعة للشبع بدون الجوع وللإرتواء بدون العطش ولا للحياة والصحة بدون المرض والموت.

العلم وبساطة الإيمان

«بينما يتصارع اللاهوتيون فى خلافاتهم، يتسلل البسطاء إلى الملكوت ببساطتهم» (القديس اغسطينوس). الإيمان والخلاص لا يتم بالعلم اللاهوتي العميق وتمحيص الكتب بل بالايمان البسيط والمحبة الخالصة والتواضع الأصيل، وعمل الخير بدون تكلف. الموضوع ليس علماً ودراسة بل يتم ببساطة وبراءة الأطفال. «إن لَمْ تَرجِعُوا وَتَصِيرُوا مِثلَ الأَطفَالِ فَلَن تَدخُلُوا مَلَكُوتَ السَّمَوَاتِ» (متى ١٨: ٣). طوبى لأنقياء القلوب فانهم يعاينون الله.

إملأ العالم فرحاً ومحبة

لا يحب الناس مخالطة الانسان الحزين المتشائم او الثرثار او المغتاب او بذيء اللسان، لأنهم يخافون ان يطالهم الاذى منه او ينقل إليهم العدوى. لا تكن واحداً منهم بل إملأ الجو الذي تكون فيه فرحاً وايجابية ومحبة. "الْقَلْبُ الْفَرْحَانُ يُطَيِّبُ الْجِسْمَ، وَالرُّوحُ الْمُنْسَحِقَةُ تُجَفِّفُ الْعَظْمَ" (أمثال ١٧: ٢٢).

لا تكذب

الكذب وأنصاف الحقائق: كثيرون يكذبون لإبعاد أذية أو خسارة عن أنفسهم أو لكسب شيء مادي او معنوي كالحب أو عطف الناس إلخ... والبعض الآخر يقول نصف الحقيقة للأسباب نفسها. لنبدأ بتسمية الأمور بأسمائها، ولنقُلْ الحق كل الحق ولا شيءَ غير الحق، دون نقل كلام، ولو كان حقيقيًّا، من أناس إلى أناس بغرض الشر والايقاع بينهم. "إبتَعِدْ عَن كَلَامِ الكَذِبِ" (خروج ٢٣: ٧).

إذا كان الكذب يُنجي فالصدق ينجي أكثر منه: بساطة الإنسان وصدقه دائماً تكسبه ثقة الناس ومحبتهم، أما تذاكي الاذكياء بالكذب المنّمق فمصيره الفشل، ولا بد أن ينكشف للناس، ولا مكان للمثل القائل: الكذب المصفّف أحسن من الحكي الصدق. لا بل الصِدق ملح الرجال وعيب على من يكذب. "لِيَكُنْ كَلَامُكُم نَعَم نَعَم وَلَا لَا. وَمَا زَادَ عَلَى ذَلِكَ فَهُوَ مِنَ الشِّرِّيرِ" (متى ٥: ٣٧).

لا تكن البادئ بالشر

القانون الجزائي الامريكي يعاقب من إبتدأ بالضرب أولاً في أي مشاجرة، وليس من رد عليه... لو إمتنع كل واحد منا عن أن يكون هو البادئ بالشر لتوقف الشر. الخصام يبدأ بكلمة او إشارة أو نظرة أو صفعة. السرقة تبدأ بفكرة او شهوة. وكذلك بقية الزلات: "سَمِعْتُم أَنَّهُ قِيلَ العَينُ بالعَينِ والسِّنُّ بِالسِنّ. أَمَّا أَنَا فَأَقُولُ لَكُم لَا تُقَاوِمُوا الشَّرّ. بَل مَن لَطَمَكَ عَلَى خَدِّكَ الأَيمَنِ فَحَوِّلْ لَهُ الآخَر أيضَا" (متى ٥: ٣٨-٣٩).

إحذر

إحذر ان تأخذ اجرك على الأرض من شكر وثناء الناس لك. لا تحاول أن تستدر المديح من الناس – لا تستعطِ الأضواء. إعمل بتواضع ومحبة وصمت لبناء الملكوت بعمل الخير للآخرين. ولا تنسَ الجهاد لأجل خلاص نفسك. «فَضَّلُوا المَجْدَ الآتِي مِنَ النَّاسِ عَلَى المَجدِ الآتِي مِنَ الله» (يوحنا ١٢: ٤٣).

كُنْ رسولاً للمسيح والمسيحية ولأهلك وتربيتك وثقافتك وحضارتك واسم عائلتك. انت الانجيل المتحرك الناطق.

مَن لَطَمَكَ عَلَى خَدِّكَ الأَيمَنِ فَحَوِّلْ لَهُ الآخَر أيضًا" (متى ٥: ٣٨-٣٩).

هذه الآية، والآيات المماثلة في السياق نفسه، بحاجة إلى تفسير. لا تُفهَم حرفيا. بل معناها: كن مستعدًّا للمصاحلة، كلما توفرت الشروط لذلك. لا تعاند في موقف الحقد والانتقام. الدليل على عدم حرفية الآية المذكورة ما ورد في إنجيل القديس يوحنا عن يسوع نفسه، لما ضربه أحد خدام رئيس الكهنة، ليلة الجمعة العظيمة. " وَلَمَّا قَالَ هَذَا لَطَمَ يَسُوعَ وَاحِدٌ مِنَ الْخُدَّامِ كَانَ وَاقِفاً قَائِلاً: «أَهَكَذَا تُجَاوِبُ رَئِيسَ الْكَهَنَةِ؟ أَجَابَهُ يَسُوعُ: «إِنْ كُنْتُ قَدْ تَكَلَّمْتُ رَدِيّاً فَاشْهَدْ عَلَى

الرَّدِيِّ وَإِنْ حَسَناً فَلِمَاذَا تَضْرِبُنِي؟" (يوحنا ١٨: ٢٢-٢٣). — ضرب أحد الخدام يسوع، ويسوع لم يدر له الخد الآخر، بل أوقفه وقال له: لماذا تضربني؟ فالآية "مَن لَطَمَكَ عَلَى خَدِّكَ الأَيمَنِ فَحَوِّلْ لَهُ الآخَر أيضَا" تعني روح المسامحة، والاستعداد للمغفرة، عندما تتم شروط المغفرة، ولا تعني الخنوع وقبول الاعتداء وعدم الدفاع عن النفس وعن الحقوق.

لا تسرق

"لَا تَسرِقْ" (متى ١٩: ١٨): وأنا طفلٌ صغير دخل سارق إلى بيتنا، وأكل من الطعام الموجود في المطبخ ثم خرج، دون أن يسرق اي شيء آخر. وقبل عدة سنوات دخل لِصٌّ محترف إلى منزلي، وسرق ذهب زوجتي والنقود الموجودة معه ... قد يُعطي القارئ عذراً للسارق الأول، لكن ليس للسارق الثاني. أن تأخذ أي شيء لا يخصك هو سرقة، سواء كان سرقة الليل من البيوت، أو كان سرقة ملكية فكرية، أو اي حق من حقوق الآخرين. المقياس لتحديد السرقة هو أيضًا: "كُلَّ مَا

تُرِيدُونَ أَن يَفعَلَ النَّاسُ بِكُم افعَلُوا هَكَذَا أَنتُم أَيضًا بِهِم" (متى ٧: ١٢). فلا تأخذ من الآخرين ما لا تحب أن يأخذه منك أحد.

الباب السادس:

السعادة في الميلاد

ميلاد خلاص الجنس البشري

«أُبَشِّرُكُم بِفَرَحٍ عَظِيمٍ يَكُونُ لِجَمِيعِ الشَّعبِ: إِنَّهُ وُلِدَ لَكُمُ اليَومَ فِي مَدِينَةِ دَاوُدَ مُخَلِّصٌ هُوَ المَسِيحُ الرَّبُّ» (لوقا ٢: ١٠). هذا ليس ميلاداً عادياً بل هو ميلاد الخلاص، خلاص الجنس البشري منذ آدم إلى نهاية الخلق، ميلاد الرب يعني الامل والفرح بأنه لم يعُد محكوم علينا بالموت الأبدي، هو ميلاد الجنس البشري مرة أخرى بالنعمة وبالروح في المسيح يسوع لحياة أبدية.

البشرى السارة

حتى عندما كانت البشرية خاطئة، ساقطة، إرتضى المسيح ان يموت من أجلها، لكي يبررها ويقيمها من سقطتها. لم يتركها في قبضة الشيطان والفناء الأبدي، بسبب محبته لابنائه. فكيف لا يبررنا ويغفر لنا خطايانا ويدخلنا الملكوت الآن بعد ان صالحنا على الصليب؟ «وَلَكِنَّ الله بَيَّنَ مَحَبَّتَهُ لَنَا لِأَنَّهُ وَنَحنُ بَعدُ خَطَأَةٌ مَاتَ المَسِيحُ لِأجلِنَا. فَبِالأَولَى كَثِيراً وَنَحنُ مُبَرَّرُونَ الآنَ بِدَمِهِ نَخلُصُ بِهِ مِنَ الغَضَبِ» (رومية٥: ١١).

أحلى خبر في الدنيا كان ميلاد المسيح

لأنه كان أول خطوة في خلاصنا من السجن–من الموت الأبدي– بسبب خطايانا الشخصية وبسبب سقوط الطبيعة البشرية المتمثلة في آدم، فبشرنا بفتح باب السماء للبشر، وانتصر بالطبيعة البشرية على الشيطان والموت «الفَخُّ انكَسَرَ وَنَحنُ نَجَوْنَا» (مزمور١٢٤: ٧). «أُبَشِّرُكُم بِفَرَحٍ عَظِيمٍ يَكُونُ لِجَمِيعِ الشَّعبِ: إِنَّهُ وُلِدَ لَكُمُ اليَومَ فِي مَدِينَةِ دَاوُدَ مُخَلِّصٌ هُوَ المَسِيحُ الرَّبُّ» (لوقا ٢: ١٠).

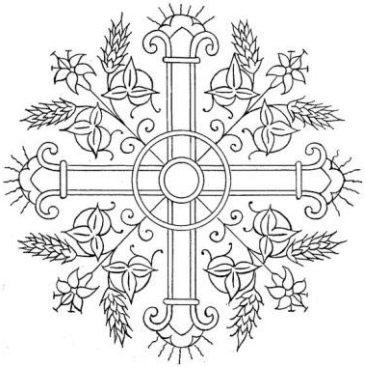
«أبشركم بفرحٍ عظيم»

ان كلام الملائكة للرعاة هو من أجمل البشارات في حياتنا «أُبَشِّرُكُم بِفَرَحٍ عَظِيمٍ يَكُونُ لِجَمِيعِ الشَّعبِ: إِنَّهُ وُلِدَ لَكُمُ اليَومَ فِي مَدِينَةِ دَاوُدَ مُخَلِّصٌ هُوَ المَسِيحُ الرَّبُّ» (لوقا ٢: ١٠). وتشمل البشارة الايمان المسيحي بأكمله. «فرح عظيم»: لأنه لا موت (روحي) بعد الآن للمؤمن بالمسيح. «وُلد لكم» الايمان بأن ابن الله ولد من مريم العذراء وتجسد. «الله ظَهَرَ فِي الجَسَدِ» (١ تيموثاوس ٣: ١٦). «مُخلص»: يخلصنا من عقاب الخطيئة والموت بموته عنا على الصليب، "لانه يخلص شعبه من

خطاياهم". «هو المسيح الرب» المسيح أي مسحه الله أي اختاره. كان الكهنة في العهد القديم يمسحون بزيت التكريس، وهي علامة اختيار الله للشخص. ويسوع المسيح هو المختار بامتياز، وهو الكاهن الأعظم. وهو الذي أنبأ عنه الأنبياء في نبؤات العهد القديم. وهو الرب: هو إله ومساوٍ للآب بالجوهر وهو ابن الله. «أَنْتَ هُوَ الْمَسِيحُ ابْنُ اللهِ الْحَيِّ» (متى ١٦: ١٦).

لماذا نفرح في ميلاد المسيح

«المسيح ولد فمجدوه هللويا». 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 حيث السعادة الابدية. «سَتَلِدُ (مريم العذراء) ابناً وَتَدعُو اسمَهُ يَسُوع، لِأَنَّهُ يُخَلِّصُ شَعبَهُ مِن خَطَايَاهُم» (متى ١: ٢١).



الباب السابع:

السعادة في التسامح

سبحان مُغيّر القلوب

الرب هو الوحيد القادر ان يُغيّر ما في قلوب الناس من حقد وكراهية الى حب وسلام. وان يبدّل الكراهية والخصام الى تسامح ووئام. أطلب منه بإيمان لكي يغيّر ما في قلبك وما في قلب الآخرين. «وَأُعطِيهِم قَلبًا آخَرَ، وَأَجعَلُ فِيهِم رُوحًا جَدِيدًا، وَأَنزِعُ مِن لَحمِهِم قَلبَ الحَجَرِ وَأُعطِيهِم قَلبًا مِن لَحمٍ» (حزقيال ١١: ١٩).

إغسل قلبك

إفتح البطينين الأيمن والأيسر اللذين في قلبك واغسلهما تماماً من كل ألم وحقد وضغينة وأسى ممن آذوك وانت آذيتهم. واكوِ كل الجراح القديمة والحديثة وافتح صفحة جديدة وابدأ حياة مختلفة مملوءة محبة وخيراً وإيماناً وسلاماً «الإنسَانُ الصَّالِحُ مِنَ الكَنزِ الصَّالِحِ فِي القَلبِ يُخرِجُ الصَّالِحَاتِ. وَالإنسَانُ الشِّرِّيرُ مِنَ الكَنزِ الشِّرِّيرِ يُخرِجُ الشُّرُورَ» (متى ١٢: ٣٥).

الذئب والحمل

جلست في الحديقة أشاهد كلبنا الصغير بقرب قطة في الحديقة، يستمتعان بالشمس دون أن يتعاركا، استغربت ذلك كثيراً. وتذكرت الآية حيث يقول النبي: "فَيَسْكُنُ الذِّئْبُ مَعَ الْخَرُوفِ وَيَرْبُضُ النَّمِرُ مَعَ الْجَدْيِ وَالْعِجْلُ وَالشِّبْلُ وَالْمُسَمَّنُ مَعاً وَصَبِيٌّ صَغِيرٌ يَسُوقُهَا" (١١: ٦). يا حبذا لو بدأ البشر والشعوب يعيشون حياة السماء على الأرض، فلا يأكل القوي الضعيف، ويعيشون بسلام ومحبة. باب السعادة في التسامح والمحبة.

ضعف الذاكرة

ضعف الذاكرة من أسباب السعادة. فهي تُنسيك إساءة الآخرين، وتُنسيك ضعفك وأخطاءك وهفواتك، وتنسيك خطاياك الكثيرة. أما الرب الخالق فلا يوجد لديه ضُعف ذاكرة، لكنه المحبة والرحمة المطلقة، فهو اختار أن يغفر خطايانا التي حملها عنا على الصليب «خَطَايَاكَ لَا أَذكُرُهَا» (إشعياء ٤٣: ٢٥)، «إِن كَانَتْ خَطَايَاكُم كَالقِرمِزِّ تَبيَضُّ كَالثَلجِ» (إشعياء ١: ١٨). أفلا ننسى نحن باختيارنا خطايانا؟ تُب عن

خطاياك وانسها كما نسيها الرب، وانسَ إساءة الآخرين، فالله نسيَها، فترتاح أنتَ ويرتاح الآخرون.

علامات الخطيئة

عندما نخطئ او نغضب على الآخرين او نفكر في عمل الشر، لا نشعر براحة جسدية أو نفسية او قلبية، بل بالعكس يزداد افراز الادرينالين في الجسم، وتتسارع دقات القلب، ويعرق الإنسان، وقد تثقل الرِجلَان (القدمان)، وبعدها يشعر الإنسان بتأنيب الضمير والحزن. «وَمَتَى جَاءَ ذَاكَ فهو يُبَكِّتُ العَالَمَ عَلَى الخَطِيئَةِ وَعَلَى البِرِّ وَعَلَى الدَّينُونَةِ» (يوحنا ١٦: ٨). ولكن عندما نسامح الآخرين ونفعل الخير نشعر بالفرح والراحة القلبية. علينا ان نحسن الاختيار.

كن مسالماً

«طُوبَى لِصَانِعِي السَّلَامِ لِأَنَّهُم أَبنَاءَ الله يُدعَوْنَ» (متى ٥: ٩). قال له يسوع «رُدَّ سَيفَكَ إِلَى مَكَانِهِ لِأنَّ كُلَّ مَن يَأخُذُ بِالسَّيفِ، بِالسَّيفِ يُؤخَذُ» (متى ٢٦: ٥٢). كلام الرب واضح، وبولس الرسول يقول: «سَالِمُوا جَمِيعَ النَّاسِ عَلَى قَدرِ استِطَاعَتِكُم» (رومية١٢: ١٨). لكن ذلك لا يعني الخنوع، ودائما حاولوا الإصلاح بين الناس، وليكن محضركم خيراً. ولا تدسّوا السم في العسل (أي لا تقولوا كلامًا ظاهره حق او حلاوة، ومقصده الشر).

لا تشمت بعدوّك

إذا سقط عدوّك، أو فشلت مؤامرتُه ضدك، لا تشمت به ولا تعاتبه أو تعاقبه: " فَإِنْ جَاعَ عَدُوُّكَ فَأَطْعِمْهُ. وَإِنْ عَطِشَ فَاسْقِهِ. لأَنَّكَ إِنْ فَعَلْتَ هَذَا تَجْمَعْ جَمْرَ نَارٍ عَلَى رَأْسِهِ. لاَ يَغْلِبَنَّكَ الشَّرُّ بَلِ اغْلِبِ الشَّرَّ بِالْخَيْرِ" (رومية١٢: ٢٠-٢١).

عندما تَشْمَت بعدوك تَجمَع مشاعر حقد وكراهية في قلبك لتشمت به، والأوْلى بك أن تضع مشاعر الحب والتسامح والنسيان في قلبك، فتفرح أنت. لكن هو إما أن يرتدع بسلوكك ومشاعرك الطيبة، أو يأكله الغيظ كما تأكل النار بعضها (الحاسد كالنار تأكل بعضها ان لم تجد ما تأكله).

نَقل الفرح والحب

تحب الناس مرافقة الانسان السعيد، «رافق المِسعَد تِسعَد» (مَثل). وتحب أيضاً ان ترافق الإنسان المحب والمسامح، وتشاركه في أعمالها، وتشتري بضائعها منه، وتتعاقد معه، وتسافر معه، وتسهر معه. كُن أنتَ الإنسان الفَرِح المحب المسامح كأبينا السماوي، "الْبَسُوا الْمَحَبَّةَ الَّتِي هِيَ رِبَاطُ الْكَمَال" (كولوسي ٣: ١٤).

الباب الثامن:

أسرار السعادة

عارف وين رايح

سألت صديقاً عزيزاً لي عن أحواله، فقال لي إنه سعيد جداً. فسألته: "ما سر سعادتك الكبيرة؟" فأجابني: "أنا عارف وين رايح في هذه الدنيا، ووين رايح بعدها وشايف السعادة الأبدية والفرح الدائم كما لو أنه أمامي الآن، ومبسوط وقانع بما منحني الله في هذه الحياة وقلبي أبيض مثل الورد". فأعجبني جوابه وتذكرت إحدى آيات رسائل القديس بولس: "مَا لَمْ تَرَ عَيْنٌ وَلَمْ تَسْمَعْ به أُذُنٌ وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ: مَا أَعَدَّهُ اللهُ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَهُ" (١ كورنثوس ٢: ٩).

كل الحكمة

نصف الثروة: القناعة

نصف الثقة بالنفس: عدم المقارنة مع الآخرين،

نصف الراحة: عدم التدخل في شؤونهم،

ونصف الحكمة: الصمت،

وكل السعادة: في محبة الله والقريب

"وَتُحِبُّ الرَّبَّ إِلَهَكَ مِنْ كُلِّ قَلْبِكَ وَمِنْ كُلِّ نَفْسِكَ وَمِنْ كُلِّ فِكْرِكَ وَمِنْ كُلِّ قُدْرَتِكَ.

هَذِهِ هِيَ الْوَصِيَّةُ الأُولَى. وَثَانِيَةٌ مِثْلُهَا هِيَ: تُحِبُّ قَرِيبَكَ كَنَفْسِكَ. لَيْسَ وَصِيَّةٌ أُخْرَى أَعْظَمَ مِنْ هَاتَيْنِ"(مرقس ١٢: ٣٠-٣١).

البحث عن سر السعادة!

يقال إن باحثاً عن السعادة بحث في البحار وأعالي الجبال وأقاصي الأرض، وجمع المال والمجد والسلطة ولم يجدها. إلى أن إلتقى راهباً سعيداً وضاحكاً فسأله عن سر سعادته فأجابه قائلاً: (إن سر السعادة يكمن في العيش مع الرب الساكن فيك) «طَيِّبٌ هُوَ الرَّبُّ لِلَّذِينَ يَتَرَجُّونَهُ لِلنَّفْسِ الَّتِي تَطْلُبُهُ. جَيِّدٌ أَنْ يَنْتَظِرَ الإِنْسَانُ وَيَتَوَقَّعَ بِسُكُوتٍ خَلاَصَ الرَّبِّ» (مراثي إرمياء ٢٥:٣-٢٦).

"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 امور مادية. السعادة هي في محبة الآخرين، ومحبة الله والسير في طريقه وهو يمنحك الفرح الابدي. "فَلَا تَحزَنُوا، لِأَنَّ فَرَحَ الرَّبِّ حِصنُكُم" (نحميا ٨: ١٠).

حاصل ضرب المحبة المتبادلة

في دراسة لجامعة هارفرد استغرقت ٧٠ عاماً، وأجريت على ٧٥٠ شخصاً (نصفهم من خريجي الجامعة الأغنياء، ونصفهم من منطقة فقيرة)، لمعرفة أهم مسببات السعادة لدى الانسان، من عمر خمس عشرة عاماً الى مائة عام. كانت النتيجة أنه لا المال ولا الشهرة هما سبب السعادة الحقيقية، بل قوة العلاقات الشخصية مع الزوجة والعائلة والاصدقاء والجيران وزملاء العمل. وتُختصر بعبارة واحدة "المحبة المتبادلة". وهذا يرجعنا لكلام الرب يسوع عن أهم وصيتين:

"فَأَجَابَهُ يَسُوعُ: إِنَّ أَوَّلَ كُلِّ الْوَصَايَا هِيَ: اسْمَعْ يَا إِسْرَائِيلُ. الرَّبُّ إِلهُنَا رَبٌّ وَاحِدٌ. وَتُحِبُّ الرَّبَّ إِلهَكَ مِنْ كُلِّ قَلْبِكَ، وَمِنْ كُلِّ نَفْسِكَ، وَمِنْ كُلِّ فِكْرِكَ، وَمِنْ كُلِّ قُدْرَتِكَ.

هذِهِ هِيَ الْوَصِيَّةُ الأُولَى. وَثَانِيَةٌ مِثْلُهَا هِيَ: تُحِبُّ قَرِيبَكَ كَنَفْسِكَ. لَيْسَ وَصِيَّةٌ أُخْرَى أَعْظَمَ مِنْ هَاتَيْنِ» (مرقس ١٢: ٢٩-٣١).

أنت المسؤول

أفعالك ناتجة عما 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 او سيخرج وحده عملا أو قولا. إزرع في عقلك الإيجابية والأفكار الجميلة والخير والمحبة، وستحصد السعادة على الأرض وفي السماء يوماً ما. «فَلْيَكُنْ فِيكُم مِنَ الفِكرِ مَا فِي المَسِيحِ يَسُوع» (فيلبي ٢: ٥).

كنت أميناً على القليل سأئتمنك على الكثير

"فَقَالَ لَهُ سَيِّدُهُ: نِعِمَّا أَيُّهَا الْعَبْدُ الصَّالِحُ وَالأَمِينُ. كُنْتَ أَمِيناً فِي الْقَلِيلِ فَأُقِيمُكَ عَلَى الْكَثِيرِ. ادْخُلْ إِلَى فَرَحِ سَيِّدِكَ" (متى ٢٥: ٢١). كل واحد منا منحه الله وزنات (مواهب ونعماً)، إما مالاً أو ذكاءً أو جاهاً أو محبة أو حب المساعدة أو تسامحاً. فإذا استثمرناها في بناء الملكوت على الأرض أعطانا الرب أضعاف المواهب والنعم والفرح في الملكوت السماوي.

قمة السعادة

ستشعر بقمة السعادة

- عندما ترسم البسمة على وجه الآخرين
- وعندما تمسح دمعة حزن من وجه بائس
- وعندما تنقذ انساناً من الضياع
- وعندما ترشد ضالاً
- وعندما تجمع أسرة ممزقة

- وعندما تصلح بين خصمين
- وعندما تبني جسور محبة مع الآخرين
- وعندما تغفر وتسامح من كل قلبك
- وعندما تتغلب على ضعفك وشهواتك.
- عندما تتقين أن المسيح المخلص سيدعوك يوم الدينونة لتقف على يمينه مع الصالحين " ثم يقول الملك للذين عن يمينه: ((تعالوا، يا من باركهم أبي، فرثوا الملكوت المعد لكم منذ إنشاء العالم. لأني جعت فأطعمتموني، وعطشت

فسقيتموني، وكنت غريبا فآويتموني، وعريانا فكسوتموني، ومريضا فعدتموني، وسجينا فجئتم إلي)). فيجيبه الأبرار: ((يا رب، متى رأيناك جائعا فأطعمناك أو عطشان فسقيناك؟ ومتى رأيناك غريبا فآويناك أو عريانا فكسوناك؟ ومتى رأيناك مريضا أو سجينا فجئنا إليك؟)).

فيجيبهم الملك: ((الحق أقول لكم: كلما صنعتم شيئا من ذلك لواحد من إخوتي هؤلاء الصغار، فلي قد صنعتموه)). (متى ٢٥:٣٥).

عِش بتوازن

للانسان عقل وجسد وروح وعليه أن يُعطِ كلًّا منها التغذية والرعاية الكافية لن تنمو كما هو ضروري. فالدراسة والتفكير غذاء للعقل، والرياضه والغذاء والراحة وسائل لنمو الجسد، والصلاة وقراءة الانجيل وحضور القداس والتناول وممارسة الأسرار المقدسة هي غذاء الروح. «اطلُبُوا مَلَكُوتَ الله وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُم» (متى ٦: ٣٣).

كُنْ سعيداً حقاً

الكل يهتم بمظهره الخارجي، ولا سيما السيدات فيقضين ساعات طوالا في عيادات وصالونات التجميل، ويتسمّرن أمام المرآة، الى ان يتأكدن أن مظهرهن لائق، وكما يحبِبْنَ. وهذا شيءٌ جميل. ليتنا نتسمّر امام مرآة الروح والفكر والقلب، ونتأكد ان الروح فينا جميل، والفكر جميل، والقلب جميل، ونحن ممتلئون محبة وخيراً وعطاءً وتسامحاً وأملاً. إذّاك ستنبع السعادة من جمالنا الداخلي، ولن ينتزعها أحد منا، لا التجاعيد ولا الشيخوخة، وبها ندخل الملكوت أيضاً.

"فَأَجَابَ يَسُوعُ: «مَرْثَا مَرْثَا أَنْتِ تَهْتَمِّينَ وَتَضْطَرِبِينَ لأَجْلِ أُمُورٍ كَثِيرَةٍ. وَلَكِنَّ الْحَاجَةَ إِلَى وَاحِدٍ. فَاخْتَارَتْ مَرْيَمُ النَّصِيبَ الصَّالِحَ الَّذِي لَنْ يُنْزَعَ مِنْهَا" (لوقا ١٠: ٤١-٤٢).

حياة الإنسان صنيعة تفكيره

لا يستطيع الإنسان فعل شيء ما لم يفكر فيه والعكس صحيح. فإذا تجنبت التفكير في شئ ولم تفكر فيه لن تفعله. سيطر على افكارك لتكون للخير والبناء فتكون حياتك كذلك، وتتجنب الخطيئة وتفوز بالملكوت. «فَلْيَكُنْ فِيكُم مِنَ الفِكرِ مَا فِي المَسِيحِ يَسُوع» (فيلبي ٢: ٥).

الكذب ويمين الزور

«لِذَلِكَ كُفُّوا عَنِ الكَذِبِ، وَلْيَكُنْ كُلٌّ مِنكُم صَادِقًا مَع قَرِيبِهِ» (افسس ٤: ٢٥).

«وَلَا تُحِبُّوا يَمِينَ الزُّورِ، فَإِنَّ هَذِهِ جَمِيعَهَا أَكرَهُهَا» يقول الرب (زكريا ٨: ١٧).

ولكن هذا لا يعني قول ما نعتقد انه حقيقة لكي نجرح قريبنا (أي قول حق يراد به باطل)، وفي الوقت الخطأ – ولأهداف شخصية بقصد الإيقاع بين إخوة أو أصدقاء. بل ليكن قول الصدق بمحبة وهدوء وللبناء وليس للهدم. لنكن أمينين بقول الحق وشهادة الحق لأجل الحق.

أنت مسؤول عن نفسك وعن الغير أيضًا

«آمِنْ بِالرَّبِّ يَسُوعَ فَتَخلُصَ أَنتَ وَأَهلُ بَيتِكَ» (أعمال الرسل ١٦:٣١).

مسؤوليتك خلاص نفسك أولاً وستحاسَب عليها يوم القيامه، وثم أهل بيتك ومن تستطيع مساعدته في محيط حياتك، (في تعليمات السلامة في الطائرة، عليك وضع قناع الأكسجين على وجهك أولا ثم تساعد من حولك). أنت وبيتك أولى بوقتك وجهدك ومالك وما يزيد عنها فهو للغير.

تجنب البخل والبخيل

" لاَ تَأْكُلْ خُبْزَ ذِي عَيْنٍ شِرِّيرَةٍ وَلاَ تَشْتَهِ أَطَايِبَهُ. لأَنَّهُ كَمَا شَعَرَ فِي نَفْسِهِ هَكَذَا هُوَ. يَقُولُ لَكَ: «كُلْ وَاشْرَبْ» وَقَلْبُهُ لَيْسَ مَعَكَ. اللُّقْمَةُ الَّتِي أَكَلْتَهَا تَتَقَيَّأُهَا" (أمثال ٢٣: ٦-٨). لا تعاشر البخيل (في العطاء المادي او المعنوي)، واحذر ان تكون انت بخيلاً، إن أموالك لراحتك وراحة عائلتك وللفقراء، ليكُونَ لك كنز في السماء.

إفتِح عينيك!

السباحون والغواصون يضعون نظارات سباحة أثناء الغوص لكي يستطيعوا أن يروا طريقهم بوضوح... وكذلك المؤمن فهو دائماً أبداً يضع نظارات الإيمان ويعلم علم اليقين ما هي وجهته، وأنه سائر في اتجاه الملكوت. والجميع مدعوُّون أيضاً أن يفتحوا عيون قلوبهم جيداً للإيمان والتوبة للوصول إلى السماء. «الرَّبُّ يَفتَحُ عُيُونَ العُمياَنِ، الرَّبُّ يُنهِضُ المُنحَنِينَ، الرَّبُّ يُحِبُّ الأبرَارَ» (المزامير١٤٦: ٨).

متى نصلي؟

«وَلِسَانِي أَيضاً اليَومَ كُلَّهُ يَلهَجُ بِبِرِّكَ» (مزمور ٧١: ٢٤). الرهبان في الأديرة يصلّون خمس مرات في اليوم (الفجر، منتصف الليل...). وكذلك يلهج لسانهم بالتسبيح طوال النهار والليل – سواء بالصلاة والمناجاة أو بعمل الخير، كذلك نحن، فالصلاة قوة لنا وراحة ضمير واتحاد مع خالق الكون وتحضير للابدية. قد لا نصلي كل الوقت مثل الرهبان، لكن لا تدع اي فرصة للصلاة تفوتك دون أن تصلي، سواء في السيارة أو في البيت أو المكتب، وحتى وأنت تنتظر المصعد.

سبيلنا للخلاص

كل البشر خَطأة بلا استثناء «إِذِ الجَمِيعُ أَخطَأُوا» (رومية٣: ٢٣). ونخطئ كل يوم ولا نستطيع الخلاص بقوتنا الذاتية. لذلك تجسد كلمة الله، يسوع المسيح، ومات من أجل مغفرة خطايانا، ليمنحنا الخلاص والملكوت. هذه هي البشرى السارة. لكن علينا أولاً الإيمان بالمسيح وقبول الخلاص، ثانياً محبة الله والقريب، ثالثاً عمل الخير والابتعاد عن الشر، رابعاً التوبة الدائمة عن خطايانا بعقلنا وارادتنا.

ولكن سيبقى الإنسان بعاطفته ميالاً لنقاط ضعفه، لكن «لَا تَخَفْ أَيُّهَا القَطِيعُ الصَّغِيرُ لِأَنَّ أَبَاكُم قَد سُرَّ أن يُعطِيَكُمُ المَلَكُوتَ» (لوقا ١٢: ٣٢).

خمسة بالمئة فقط سعداء تماماً

توصلت إحدى الإحصائيات لمؤسسة كينيجهام إلى هذه النتيجة أن ٥٪ من الناس فقط سعداء، أي أن ٩٥٪ من الناس تعساء، وذلك بسبب الاضطرابات سواء في عائلاتهم أو مع أصدقائهم أو في عملهم. صدقوني لو دخل المسيح تماماً في حياتهم لأصبحت النسبة أن ١٠٠٪ من الناس سعيدون. لنسلم الرب حياتنا، فهو مصدر الفرح الدائم: «كَلَّمْتُكُم بِهَذَا لِكَي يَثبُتَ فَرَحِي فِيكُم وَيَكمُلَ فَرَحُكُم» (يوحنا١٥: ١١).

مهما قال فافعلوه

مشيئة الرب ووصاياه لنا معروفة وواضحة، فهي ليست بعيدة عنا وليست لغزًا. وهذه نعمة كبيرة أغدقها علينا الله. فقد غشّشنا الربُ أسئلة الإمتحان النهائي، لا بل وأعطانا الاجوبة أيضاً، وهي تكفي لندخل الملكوت: «قَالَتْ أُمُّه لِلخُدَّامِ: مَهمَا قَالَ لَكُم فَافعَلُوهُ» (يوحنا٢: ٥). هل نفعل مشيئته؟

الفحوصات الطبية

معظم الناس يقومون بعمل فحوصات دورية للدم والقلب والخ... ليتأكدوا من سلامة جسدهم. ولكن ماذا عن فحوصات الروح الدورية، من ضعف وغيرة وحقد وكبرياء وشهوة، هل نقوم بفحصها داخلياً وبصدق؟ هل نحاول مواجهتها وعلاجها مع الأب الروحي؟ «لَا تَضِلُّوا. لَا يَرِثُونَ مَلَكُوتَ الله، لَا زنَاةٌ وَلَا عَبَدَةُ أَوثَانٍ وَلَا فَاسِقُونَ» (١ كورنثوس ٦: ٩).

نحن والتفاحة

أخذت أراقب تفاحة وقد «أخذها الذبول» بعدما تم تقشيرها بدقائق. لم تستطع البقاء سليمة دون قشرتها. وهكذا نحن إذا عشنا بدون غطائنا الروحي الذي يحمينا: الكنيسة والقداس الإلهي والأسرار المقدسة والذبيحة الإلهية والصلاة. صدّقوني: نحن مثل التفاحة. فبذورها هي التي تضمن لها الاستمرار اذا زرعت، مثل البذور الروحية الموجودة فينا بالمعمودية، والأسرار التي تضمن لنا الإستمرار في الحياة الأبدية.

"يُشبِهُ مَلَكُوتُ السَّمَوَاتِ حَبَّةَ خَرْدَلٍ أَخَذَهَا إِنْسَانٌ وَأَلْقَاهَا فِي بُسْتَانِهِ فَنَمَتْ وَصَارَتْ شَجَرَةً كَبِيرَةً وَتَآوَتْ طُيُورُ السَّمَاءِ فِي أَغْصَانِهَا" (لوقا ١٣: ١٩).

المحبة من الله

إذا كنت تعتقد ان جميع الناس ستحبك فأنت مخطئ، وقد لا يكون الخطأ خطأك. لا بل إن عملك للخير أو مساعدتك لهم قد لا يشفعان لك لكي يحبوك: "الغيرة والحسد ما الهم دواء". فاقبل بالواقع، ولكن لا تُغيّر في مسيرتك، بل أحبب أكثر واستمر بعمل الخير، لأن طريق الملكوت هو الطريق الضيق والصعب. «أَيُّهَا الأَحِبَّاءُ، إِنْ كَانَ اللهُ قَدْ أَحَبَّنَا هَكَذَا، يَنْبَغِي لَنَا أَيْضاً أَنْ يُحِبَّ بَعْضُنَا بَعْضاً» (يوحنا ٤: ١١). إتقِ شر من أحسنت اليه بمزيد من الإحسان اليه.

الإستثمار الأمثل للوقت

كنت استقل طائرة هيلوكبتر أنا وأخي من مدينة نيس (فرنسا) إلى مونتي كارلو، وكان معنا راكبٌ آخر فقط. وفي الحديث معه أخبرنا أنه يعمل ٦ أشهر في السنة في لندن ويأخذ إجازة الستة الأشهر الأخرى ليلعب الجولف ويستمتع بحياته. وبصراحه صُعقت وقلت لنفسي على الأقل أحدنا على خطأ: إما نحن الذين نمضي حياتنا في العمل أو هو الذي يعمل بمقدار ما يستمتع. ومؤخراً إكتشفت الأصح هو ثلث عمل وثلث إستمتاع مع العائلة وثلث زراعة في حقل الرب والعيش معه. لكن ليكن

كل قلبك للرب مئة بالمئة: «مَرثَا مَرثَا أنتِ تَهتَمِّينَ وَتَضطَرِبِينَ لِأجلِ أمُورٍ كَثِيرَةٍ وَلَكِنِ الحَاجَةُ إلَى وَاحِدٍ» (لوقا ١٠: ٤١). «اطلُبُوا أوَّلًا مَلَكُوتَ الله وَبِرَّهُ وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُم» (متى ٦: ٣٣).

صفات المؤمن الناجح

«يكمن التحدّي في القيادة في أن تكون قوياً بلا عنف، لطيفاً بلا ضعف، جريئاً بلا تهوّر، عادلاً بلا تغيّر، متأنياً بلا كسل، مثابراً بلا كلل، واثقاً بلا تكبر، متعاوناً بلا تذمّر» (جيم رون).

" نُحسَبُ حَزَانَى وَنَحْنُ دَائِماً فَرِحُونَ. كَفُقَرَاءَ وَنَحْنُ نُغْنِي كَثِيرِينَ. كَأَنْ لاَ شَيْءَ لَنَا وَنَحْنُ نَمْلِكُ كُلَّ شَيْءٍ" (٢ كورنثوس ٦: ١٠). المؤمن غني، لكن بتواضع الفقراء، وقوي بلا عنف، وفخور بلا كبرياء.

الصلاة بالروح

في الصلاة اقترب بروحك من الرب يسوع، حلِّق بفكرك وقلبك في النور الإلهي. لا تحاول جذب الرب إلى عالمك المادي، فالله روح وبالروح يجب أن نعبده ونقترب منه. الصلاة ليست كلامًا، بل هي حالة روحية، تعيش فيها في حضن الله وحنانه، تتحد به بالروح بكل مشاعرك وفكرك، فتغرف من النور غير المخلوق نِعَماً وحناناً ورحمةً وفرحاً لا يوصَف: «اللهُ رُوحٌ، وَالَّذِينَ يَسجُدُونَ لَهُ، فَبِالرُّوحِ وَالحَقِّ يَنبَغِي أَن يَسجُدُوا» (يوحنا ٤: ٢٤).

متطلبات الخلاص الثلاثة

التبرع بأموالك للفقراء ليس كافياً وحده ليدخلك الملكوت، عليك التخلص من كل الغضب والحقد الموجود في قلبك وعقلك. عليك مسامحة كل من أساء إليك، والاعتذار لمن أسأت إليهم. كما أن الإيمان وحده غير كافٍ أيضاً: «إِنَّ الشَّيَاطِينَ يُؤْمِنُونَ وَيَقْشَعِرُّونَ» (يعقوب ٢: ١٩). ولو قرنت الايمان بالاعمال الصالحة دون محبة لن تكتمل الحلقة، فإن ملكوت الله محبة أولاً. فإن عمل الخير كواجب دون محبة لا يكتمل: «يَثْبُتُ الإِيمَانُ وَالرَّجَاءُ وَالمَحَبَّةُ، هَذِهِ الثَّلَاثَةُ وَلَكِنْ أعظَمُهُنَّ

المَحَبّة» (١كورنثوس ١٣: ١٣). علينا الإيمان والقيام بالاعمال الصالحة الناتجة عن الايمان بمحبة وقلب كبير فهذه معاً تقودنا إلى الخلاص الأبدي: الايمان والمحبة والأعمال الصالحة.

صحة الروح الدائمة أولى من صحة الجسد الفاني

نأكل ونشرب لنغّذي أجسادنا، ونمارس الرياضة لنحافظ على أجسادنا، ونلتزم بالرجيم لنحافظ على صحّتنا، وننام ليرتاح الجسد، ونراجع الأطباء لنعالج الجسد، ونقوم بتلبية كل حاجات الجسد وحتى شهواته، ولو كانت محرّمه. وهذا الجسد يكبر ويهرم، ويفنى ويرجع للتراب: «لِأَنَّكَ تُرَابٌ وَإِلَى التُّرَابِ تَعُودُ» (تكوين ٣: ١٩)، ونعلم ذلك. أما الروح فهي الخالدة والباقية للأبد: إما في سعادة أبدية أو في موت أبدي. ألا نغذّيها بممارسة الأسرار المقدّسة والصوم والصلاة؟ ألا نقوّيها على

الجسد، ليفعل الجسد ما تريده الروح من تقشف وصوم وصلاة، أم نترك الجسد يحكم أرواحنا وأبديتنا؟ يجب ان نضع فكرنا وأجسادنا وأرواحنا تحت سيطرة إرادتنا ونفسنا العاقلة لنصل للسعادة الابدية، فلنتخّذ القرار الأصح...

وصية أب حكيم

" يَا ابْنِي لاَ تَنْسَ شَرِيعَتِي بَلْ لِيَحْفَظْ قَلْبُكَ وَصَايَايَ .فَإِنَّهَا تَزِيدُكَ طُولَ أَيَّامٍ وَسِنِي حَيَاةٍ وَسَلاَمَةً. لاَ تَدَعِ الرَّحْمَةَ وَالْحَقَّ يَتْرُكَانِكَ. تَقَلَّدْهُمَا عَلَى عُنُقِكَ. اكْتُبْهُمَا عَلَى لَوْحِ قَلْبِكَ. فَتَجِدَ نِعْمَةً وَفِطْنَةً صَالِحَةً فِي أَعْيُنِ اللهِ وَالنَّاسِ. تَوَكَّلْ عَلَى الرَّبِّ بِكُلِّ قَلْبِكَ وَعَلَى فَهْمِكَ لاَ تَعْتَمِدْ. فِي كُلِّ طُرُقِكَ اعْرِفْهُ وَهُوَ يُقَوِّمُ سُبُلَكَ" (أمثال ٣: ١-٦).

وصفة للسلام الداخلي

سأل قديس ناسكاً متعبداً يصلي ليل نهار: «إذا انتهت حياتك، ووصلت إلى الحياة الأخرى واكتشفت أنه لا يوجد سماء ولا جحيم ماذا تفعل؟» أجاب: «أستمر بالصلاة». لتحصل على السلام الداخلي يجب أن تتحد بمانح السلام، ورب السلام. وذلك يتم بالصلاة. الصلاة هي «الصِلة» أي أن تكون على اتحاد دائم فكري، وروحي، «مناجاة دائمة» مع الرّبّ. وأنت تأكل، وأنت تعمل، وأنت تسوق سيارتك. «يجب المداومة على الصلاة من غير ملل» (لوقا ١٨: ١).

ربنا خلقنا لنعيش في الفرح

«إستمتع بأصغر التفاصيل في حياتك مهما بدت لك غير مهمة. فلن تشعر بقيمة اللحن الجميل إلا إذا حُرمت حاسة السمع، ولا الطبيعة الخلابة إلا إذا حُرمت حاسة البصر، ولا دفء المنزل إلا إذا أصبحت مشرداً، ولا الصداقة الحقيقة إلا إذا أصبحت وحيداً، ولا نزهة على شاطئ البحر إلا إذا عجزت عن السير» (شادي سوفيريان). «الَّذِي وَإِنْ لَمْ تَرَوْهُ تُحِبُّونَهُ. ذلِكَ وَإِنْ كُنْتُمْ لاَ تَرَوْنَهُ الآنَ لكِنْ تُؤْمِنُونَ بِهِ، فَتَبْتَهِجُونَ بِفَرَحٍ لاَ يُنْطَقُ بِهِ وَمَجِيدٍ" (١ بطرس ١: ٨).

خمس قواعد لكي تعيش حياة سعيدة

ثِق برعاية الله وثم ثِق – بنفسك.

إفعل الخير بدافع المحبة مع الجميع دائماً.

سامح نفسك دائماً وسامح الآخرين ولا تقارن نفسك بهم ولا تكثر من النقد والعتاب

إطو صفحة الماضي الأليم وكن إيجابياً ومبتسماً وفرحاً بحاضرك ومتأملاً بمستقبلك.

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

نتقدم بالعمر والحكمة والتمتع بنعم الخالق

الحياة امتحان صعب منذ الطفولة، ومقارعة الأقران، والتعب في أيام الدراسة والجامعة مع جمالها طبعاً، والصراع في عالم الأعمال لكي ينجح الإنسان، والزواج أيضاً والأولاد وتربيتهم امتحان صعب، وجهاد روحي، كل ذلك ليصل الإنسان إلى السلام الداخلي والإيمان. ومن نجح في كل هذه الامتحانات وأصبح في منتصف العمر يجني ثمار نجاحه، أو في عمر متقدم وشيخوخة وقد فاز في صراع الحياة ونجح مالياً واجتماعياً وروحياً، لن يتمنى أن يرجع صغيراً ويعيد الصراع بل

يستمتع بحياته بشكل أكبر وهو في هذا العمر. لا تأسف على ما فات، عِشْ يومك وافرح بما أنت عليه، ولا تنتقد عمرك، مهما كبرت بالسن ولا تتأفف منه. "لَا تَذْكُرْ خَطَايَا صِبَايَ وَلاَ مَعَاصِيَّ. كَرَحْمَتِكَ اذْكُرْنِي أَنْتَ مِنْ أَجْلِ جُودِكَ يَا رَبُّ" (المزامير ٢٥: ٧).

مما سمعت

إذا صليت واستجاب الرب لك فافرح مرة فهذا اختيارك، وإذا لم يستجب فافرح مرتين لانه اختيار الرب لك. وقل دائما: "لِتَكُنْ مَشِيئَتُكَ" (متى ٢٦: ٤٢).

عِشْ بسلام مع نفسك ومع الآخرين

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 محّرمة من حسد وحقد وغضب وطمع. صالح وسالم الآخرين ما استطعت، لتعيش بهدوء روحي وتتفرغ للعمل على خلاصك الأبدي: «عِيشُوا بِالسَّلاَمِ، وَإِلهُ الْمَحَبَّةِ وَالسَّلاَمِ سَيَكُونُ مَعَكُمْ» (٢ كورنثوس ١٣: ١١).

نصائح

الصمت أحسن من الكلام الكثير أحياناً فعندما تصغي للآخرين تتعلم شيئاً جديداً وعندما تتكلم تفرغ ما لديك.

الغفران أحسن من خزن الضغائن.

التروي أحسن من التهور ولكن في كثرته فوات الفرص.

إفرح من كل قلبك مع الآخرين عند فرحهم.

واحزن معهم عند حزنهم دون شماته ولا تحسد غيرك بما أنعم الله به عليه.

اقنع بما أعطاك الرب وافرح به. امّا ما أعطاه لغيرك فهو «لا يعنيك».

" مُبَرِّئُ الْمُذْنِبَ وَمُذَنِّبُ الْبَرِيءَ كِلاَهُمَا مَكْرَهَةُ الرَّبِّ" (أمثال ١٧: ١٥).

إسعَ إلى السلام الداخلي في نفسك بتنقية ذاتك من كل حقد وحسد وضغينة وطمع وشهوات محرّمه. إسعَ إلى السلام داخل بيتك، بالمحبة والتواضع والخدمة والمساواة والتضحية لأجل زوجك او زوجتك وأبنائك. إعمل للسلام داخل أسرتك وشركتك وحارتك ووطنك، وصلِّ لرب السلام أن يمنحك السلام: «طُوبَى لِصَانِعِي السَّلَامِ. لِأَنَّهُم أَبنَاءَ الله يُدعَوْنَ» (متى ٥: ٩).

أهم اللحظات في الحياة

هي التي تكون فيها في وحدة مع الله بالصلاة

والتي تكون فيها تائباً...

والتي تكون فيها مشاركاً في القداس الإلهي...

والتي تعمل فيها أعمال الرحمة والمحبة...

وهي التي ستنجيك في يوم الدينونة...

أما الوقت الذي يضيع في العمل او المشاجرات او الشهوات فلن يفيدك، بل ستُدان على كل إساءة فيه."كُلُّ مَا لِلآبِ هُوَ لِي. لِهذَا قُلْتُ إِنَّهُ يَأْخُذُ مِمَّا لِي وَيُخْبِرُكُمْ." (يوحنا ١٦: ١٥)

جسد الرب هو الحل

إذا كنت مكتئباً او تَعِباً نفسياً او جسدياً إذهب بسرعة وشارك في القداس الالهي واعترف امام الكاهن وتناول جسد ودم الرب المحييَن الأقدسين وسترى العجب!!! معظم المشاكل سببها عدو الخير (الشيطان وأعوانه). هذه حروب روحية وعلاجها هو الاحتماء بالرب.

وقد شاهدت بأم عيني حالات اكتئاب حادة وخلافات اختفت بشكل سريع أحياناً وفوري أحياناً أخرى لحظة الاعتراف والتناول وحضور القداس بثقة وايمان.

إن حروب الشيطان مكشوفة لدى الكنيسة والمؤمنين، والعلاج معروف ومضمون لا تتردد وثق بالرب.

"الشَّيَاطِينُ يُؤْمِنُونَ وَيَقْشَعِرُّونَ!" (يعقوب ٢: ١٩).

"فَإِنَّ مُصَارَعَتَنَا لَيْسَتْ مَعَ دَمٍ وَلَحْمٍ، بَلْ مَعَ الرُّؤَسَاءِ، مَعَ السَّلاَطِينِ، مَعَ وُلاَةِ الْعَالَمِ، عَلَى ظُلْمَةِ هَذَا الدَّهْرِ، مَعَ أَجْنَادِ الشَّرِّ الرُّوحِيَّةِ فِي السَّمَاوِيَّاتِ" (أفسس ٦: ١٢).

نصوم شكراً للرب

نصوم الصوم الكبير لنقتدي بالمسيح الذي صام اربعين يوماً وليلة. لنصُمْ هذه السنة شكراً لله على نعمه الكثيرة التي يمنحنا إياها.

نصوم عادة للسيطرة على شهوات الجسد، لكي نستطيع الإرتقاء روحياً والإتحاد بالمسيح، ولنسير على درب الخلاص، ولنصل الى الملكوت. ولكن لنجعل هذا الصوم مميزاً وَلْنسمِّه صيام الشكر لله على كل نِعمه.

الكثيرون يصومون مقدمين النذور لحاجة أو طلب خاص لشفاء مريض أو طلب من الرب ليساعدهم في محنة، فيا اخوتي هذا النوع من الصوم المقرون بالصلاة له بركات كثيرة. فلنصم شكراً وطلباً وإماتةً.

«صالحةٌ الصلاة مع الصوم، والصدقة خيرٌ من ادخار كنوز الذهب» (طوبيا ١٢: ٨) عش بفرح!

الباب التاسع:

السعادة في القيامة مع الرب

نوم وليس موت

في القداس الإلهي باللغة الإنجليزية تستخدم الكنيسة عبارة (FALLEN ASLEEP)، وفي العربية نقول الراقدين، عن الموتى المؤمنين. وهي عبارة تبعث على الفرح، فالمؤمنون الذين يموتون على رجاء القيامة لا يموتون بل كأنهم نائمون. هذا هو إيماننا «وَأَمَّا أَنتَ فَاثبُتْ عَلَى مَا تَعَلَّمْتَ وَأَيقَنْت عَارِفًا مِمَّنْ تَعَلَّمْتَ» (٢ طيموثاوس ٣: ١٤). المؤمنون يرقدون في الرب ولا يموتون.

لنفرح بخلاصنا من الموت

«أنَا هُوَ الرَّاعِي الصَّالِحُ. وَالرَّاعِي الصَّالِحُ يَبذِلُ نَفسَهُ عَنِ الخِرَافِ» (يوحنا ١٠: ١١). المسيح بذل نفسه من أجلنا... أي مات عنا أي بدلًا عنا، أي أننا، إن كنا خرافه ومن خاصته، فلن نموت الموت الثاني. فإن مات الجسد منا تذهب أرواحنا الخالدة إلى لقاء المسيح مع الآب للأبد وفي سعادة تامة. الجسد من تراب وإلى التراب يعود والنفس إلى بارئها تؤوب.

إفرحوا بالروح

«وبالروح القدس الرب المحيي...» (قانون الإيمان). عيد العنصرة هو عيد حلول الروح القدس على التلاميذ، وقد حل الروح القدس علينا أيضا في سرِّي المعمودية والتثبيت. فهو يرشدنا للحق ويعطينا ثماره «محبة، وفرح، وسلام، وطول أناة، ولطف، وصلاح، وإيمان» (غلاطية ٥: ٢٢). علينا أن نسلك الآن بحسب الروح لنستحق الحياة الأبدية.

تأشيرة الدخول visa

يعاني ويتعب ملايين البشر للحصول على visa لهم ولأسرتهم، سواء للهجرة أو للدراسة أو للعمل في دول متقدمة، حيث السلام وتوفر فرص العمل والدراسة ووعد بحياة مترفة، والقليل منهم فقط يبذل جهدًا مماثلًا للحصول على تأشيرة دخول للسماء حيث السعادة الأبدية والسلام. ليتنا نسعى حقاً في الحصول على visa للسماء. ومتطلباتها معروفة للجميع: الإيمان بالمخلّص، والأعمال الصالحة ومحبة القريب «مَرْثَا مَرْثَا أَنْتِ تَهْتَمِّينَ

وَتَضْطَرِبِينَ لأَجْلِ أُمُورٍ كَثِيرَةٍ. وَلَكِنَّ الْحَاجَةَ إِلَى وَاحِدٍ. فَاخْتَارَتْ مَرْيَمُ النَّصِيبَ الصَّالِحَ الَّذِي لَنْ يُنْزَعَ مِنْهَا (لوقا ١٠: ٤١-٤٢).

عِش يومك

إذا صنعت حاضراً حلواً وسعيداً، وكانت لديك قناعة داخلية ذاتية، فبتلك السعادة لن تهتم باسترجاع الماضي، بل تكون مجرد ذكريات تستحضرها بشكل طبيعي وتلقائي دون جهد أو رغبة في العيش في الماضي، لأن الحاضر أجمل. ولن تقلق أو تتشوّق للمستقبل لأنك متمسك بالحاضر الذي أنت سعيد فيه. أهم أسباب هذه السعادة للإنسان المؤمن هو الإيمان بوجود حياة أبدية سعيدة، والاتحاد بمصدر السعادة والخير والنِعم، وهو

(الرب يسوع). " لأَنْ لَيْسَ مَلَكُوتُ اللهِ أَكْلاً وَشُرْباً بَلْ هُوَ بِرٌّ وَسَلاَمٌ وَفَرَحٌ فِي الرُّوحِ الْقُدُسِ" (رومية١٤: ١٧).

الفرح الذي لا يسلب منك

في حديث عن أسباب الفرح والسعادة ... كانت إحدى الإجابات: أن تكون الصحة جيدة والأولاد بخير والعلاقة مع الزوج ممتازة، والأهل بخير. عندما تعمّق الحوار، أصبحت الإجابة: العلاقة مع ربنا، وأضاف أحدهم: "إن سبب فرحي الدائم ليس الامور الأرضية فحسب بل كون عينيّ مثبتتين على رجاء الحياة الأبدية السعيدة. "فَأَنْتُمْ أيضًا تَحزَنُونَ الآنَ. وَلَكِنِّي سَأَرَاكُمْ أَيْضاً فَتَفْرَحُ قُلُوبُكُمْ وَلاَ يَنْزِعُ أَحَدٌ فَرَحَكُمْ مِنْكُمْ" (يوحنا ١٦: ٢٢).

ما هو سبب سعادتك؟

سؤال يسأله الكثيرون لمن يرونه دائم السعادة. والحقيقة أن سبب السعادة الدائم للمؤمن هو شعور الانسان المؤمن أنه ذاهب الى السماء، حيث تنتظره الحياة الأبدية والسعادة المكتملة، حيث لا يُنزع الفرح وحيث لا ألم ولا حزن ولا دموع. «وَمَفْدِيُّو الرَّبِّ يَرْجِعُونَ وَيَأْتُونَ إِلَى صِهْيَوْنَ بِتَرَنُّمٍ وَفَرَحٌ أَبَدِيٌّ عَلَى رُؤُوسِهِمِ. ابْتِهَاجٌ وَفَرَحٌ يُدْرِكَانِهِمْ. وَيَهْرُبُ الْحُزْنُ وَالتَّنَهُّدُ.» (إشعياء ٣٥: ١٠).

افرحوا بالرب كل حين

عِشْ كل ثانية بفرح وضحك وابتسامة مهما كانت ظروفك. عِشْ كل لحظة وعيناك معلقتان بالسماء والفرح الابدي. كل حياتك على الارض رحلة قصيرة جداً جداً في مقياس اللازمن. أحبب الرب إلهك واجعله محور حياتك وكذلك قريبك واملك السماء. "فَيَلَذُّ لَهُ نَشِيدِي، وَأَنَا أَفْرَحُ بِالرَّبِّ" (المزامير ١٠٤: ٣٤).

ما هو المطلوب للحياة الأبدية؟

اَلْحَقَّ الْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: مَنْ يُؤْمِنُ بِي فَلَهُ الحيَاة الأَبَدِيَّة. أنَا هُوَ خُبْزُ الْحَيَاةِ. مَنْ يُقبِلْ إِلَيَّ فَلَا يَجُوعُ وَمَن يُؤمِنْ بِي فَلَا يَعطَشْ أبَدًا». (يوحنا ٦:٤٧). تخيّل ما هو المطلوب للحياة الابدية (السعادة المطلقة). دون حزن أو ألم مع معاينة وجه الله والعيش في حماه، فقط أن نؤمن بالمسيح وأنه تجسد وصُلب ومات من أجلنا. وقد أعطانا جسده في سر القربان ليكون غذاء ودواء لنفوسنا. صلوا من أجل خلاصكم.

نحن نحدد مصيرنا

" يُشْبِهُ مَلَكُوتُ السَّمَاوَاتِ كَنْزاً مُخْفىً فِي حَقْلٍ وَجَدَهُ إِنْسَانٌ فَأَخْفَاهُ. وَمِنْ فَرَحِهِ مَضَى وَبَاعَ كُلَّ مَا كَانَ لَهُ وَاشْتَرَى ذَلِكَ الْحَقْلَ" (متى ١٣: ٤٤). هل نبيع الفاني من هذه الدنيا، ومظاهرها، واطماعها، وفلوسها، وشهواتها وأحقادها لشراء ما لا يفنى؟ مصيرنا في كل الأحوال نحدده نحن! لنختَر السعادة الحقيقية والكنز الحقيقي ببيع الأرضيات الفانيات لشراء السماويات الدائمات.

لنتأهل للحياة الأبدية

«مَن يَأكُلْ جَسَدِي وَيَشرَبْ دَمِي فَلَهُ الحَيَاةُ الأبَدِيَّةُ، وَأنَا أُقِيمُهُ فِي اليَومِ الأَخِيرِ» (يوحنا ٦:٥٤). لنقترب من المناولة ونتأهّل للحياة الابدية، ومتى سكن المسيح في قلوبنا سيساعدنا روحه القدوس في معاركنا الروحية فنكون أهلاً للقيامة المجيدة لحياة بلا انتهاء، بلا حزن او ألم، وفي سعادة لا يوجد لها مثيل.

الفراشة البيضاء

كنت أتأمل فراشة بيضاء تطير وتحلق في الحديقة بنشاط متنقلة من زهرة إلى أخرى، وخطر على بالي حال المؤمن الأمين الذي سيشبه الفراشة في الملكوت، حيث سيكون أبيضَ نَقِيًّا في الحضرة الإلهية، حرًّا مثل الفراشة النقية، يتنقل بحرية من مجد إلى مجد «لأَنَّ الخَلِيقَةَ نَفسَهَا أَيضاً سَتُعتَقُ مِن عُبُودِيَّةِ الفَسَادِ إِلَى حُرِّيَّةِ مَجدِ أَبنَاءِ الله» (رومية٨: ٢١).

"وطن لا تحارب من أجله لا تستحق العيش فيه" قول

يجب ان تحافظ على وطنك الأرضي وتقوم بواجبك نحوه. «أَعطُوا إذاً مَا لِقَيصَر لِقَيصَر وَمَا لله لله» (متى ٢٢: ٢١). وكذلك السماء موطننا الاصلي والتي يحن إليها كل مؤمن وعاشق للملكوت. علينا الجهاد للوصول إليها، وبناء علاقة مع سيدها بالصلاة والجهاد الروحي: " وَمِنْ أَيَّامِ يُوحَنَّا الْمَعْمَدَانِ إِلَى الآنَ مَلَكُوتُ السَّمَاوَاتِ يُغْصَبُ وَالْغَاصِبُونَ يَخْتَطِفُونَهُ" (متى ١١: ١٢).

متى بدأ ملكوت الله؟

ملكوت الله بدأ بالتجسد الإلهي وتقديس الطبيعة البشرية، وتحقق عند الصلب والقيامة وانتصار المسيح على الموت وعلى الشيطان: «رَأَيْتُ الشَّيطَانَ سَاقِطًا مِثلَ البَرقِ مِنَ السَّمَاءِ» (لوقا ١٠: ١٨) وسوف يُعلن هذا الملكوت، في حياة كل شخص، عند انتقاله للحياة الأبدية، وفي يوم الدينونة العظيم.

"انْتَظِرِ الرَّبَّ وَاصْبِرْ لَهُ وَلاَ تَغَرْ مِنَ الَّذِي يَنْجَحُ فِي طَرِيقِهِ مِنَ الرَّجُلِ الْمُجْرِي مَكَايد" (المزامير٣٧: ٧). فعليك ان تعيش حياة الملكوت على الأرض منذ الآن بالتوبة والإيمان والإلفة مع المسيح وبأعمال الرحمة والمحبة.

الحُلم

يحبّ الكثير من الناس، أن يحلموا أحلاماً جميلة بالليل، ويحاولون تذكّرها عندما يصحون. وهناك أيضاً مَن يحبّ أن يحلم في النهار، ويبني قصوراً في الهواء، بعضها واقعي، ومعظمها خيالي. والبعض يخشى أن يحلم في الليل أو النهار، لخوفه من عدم تحقق الحلم. مهما يكن الحلم جميلاً لن يكون أحلى وأجمل من حلم السماء والأبدية، حيث السعادة الدائمة بلا حزن ولا ألم. "مَا لَمْ تَرَهُ عَيْنٌ وَلَمْ تَسْمَعْ بِهِ أُذُنٌ وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ: مَا أَعَدَّهُ اللهُ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَهُ" (١ كورنثوس ٢: ٩).

أبانا الذي في السموات «ليأتِ ملكوتك» (متى ٦: ١٠)

«أبانا الذي في السموات. ليتقدّس اسمك. ليأتِ ملكوتك» (متى ٦: ٩-١٠). عَلّم يسوع تلاميذه أن يُصلّوا للآب، طالبين حلول ملكوته، وهو ذات الملكوت الذي كان يُبشر به يسوع، وهو مُلك الله على الأرض، التي كان يملك عليها الشيطان، رئيس هذا العالم في ذلك الوقت: «رئيس هذا العالم قد دين» (يوحنا ١٦: ١١)، حيث كانت الأرض تحت حكم الشيطان، منذ سقوط آدم إلى أوان انتصار المسيح عليه وعلى الموت. وقد حلّ ملكوت الله عند قيامة المسيح من بين

الأموات. ونحن نطلب أن يملك المسيح على حياتنا، ويسكن روحه القدوس في داخلنا. وعندها نحصل على الملكوت ونحن على الأرض، ونعيش بفرح دائم منذ الآن.

لا تخف

«لَا تَخَفْ أَيُّهَا القَطِيعُ الصَّغِيرُ، فَقَد حَسُنَ لَدَى أَبِيكُم أَن يُنعِمَ عَلَيكُم بِالمَلَكُوتِ» (لوقا ١٢: ٣٢). ما أرق كلمات المسيح، فهو يخاطبنا كما يخاطب الراعي أغنامه الضعيفة، التي يرعاها ويسقيها ويعتني بها، ولسان حاله يقول: لا تخافوا أنا هنا وسأعتني بكم. أَرِح بالك ونم مطمئناً، فالذي يقول لك لا تخف هو رب الكون.

السماء أحلى

أرسل لي صديق صورة رائعة خلابة لمناظر طبيعية تأخذ الألباب، والذي خطر ببالي لتوه: هذا الجمال غير دائم ويمتعك للحظات فقط ويذهب أثره، أما السماء والحياة الأبدية فهي الوحيدة التي ستملأ قلبنا بالغبطة والفرح العارم دائماً وللأبد.

ولا شئ على الكرة الأرضية يمكن أن يعادلها من سعادة وفرح. لنتعب من أجلها يا إخوتي، صدقوني إنها تستحق كل التعب. "فِي بَيْتِ أَبِي مَنَازِلُ كَثِيرَةٌ، وَإِلاَّ فَإِنِّي كُنْتُ قَدْ قُلْتُ لَكُمْ. أَنَا أَمْضِي لأُعِدَّ لَكُمْ مَكَانًا، وَإِنْ مَضَيْتُ وَأَعْدَدْتُ لَكُمْ مَكَانًا آتِي أَيْضًا وَآخُذُكُمْ إِلَيَّ، حَتَّى حَيْثُ أَكُونُ أَنَا تَكُونُونَ أَنْتُمْ أَيْضًا". (يوحنا ١٤: ٢-٣).

أهدافك تحدد سعادتك

سؤال سألته لكثيرين في الآونة الأخيرة، ما هدفك الذي تتمنى تحقيقه في حياتك؟ والأجوبة كانت مختلفة ومشوّقة. البعض أجاب: «أن أتقاعد وأسافر كثيراً، وأمضي وقتاً مع زوجتي وأولادي». والبعض الآخر أجاب: «السلام الداخلي ومساعدة الآخرين». وغيرهم بلا هدف. وأجمل جواب كان: «السعي نحو الحياة الأبدية». عزيزي القارئ هل لك هدف في حياتك؟ أو عدّة أهداف؟ هل هي زمنية، وقتية، مادية؟ أم روحية بعيدة المدى؟ «فَاطلُبُوا أَوَّلاً مَلَكُوتَ الله وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ

لَكُم» (متى ٦: ٣٣). أهدافك وأحلامك في الحياة تحدد سعادتك على الأرض وسعادتك بعد هذه الحياة، وأسعد إنسان هو من يختار الأهداف التي تحقق له السعادة الابدية.

العمر يمضي بسرعة البرق

طفولة، صِبا، مراهقة، أيام حلوة، مقاعد المدرسة، الجامعة، زواج، ثم حياة الأعمال... عائلة وأطفال، شقاء وسعادة، صحة ومرض، غنى وفقر، فرح وحزن، نجاح وفشل، والأيام تمضي تسرق منا العمر، شعر أبيض، تجاعيد في الوجه، ورحلة الحياة قصيرة مهما طالت. الحياة فانية، ويبقى «الإيمان والرجاء والمحبة» (١كورنثوس ١٣: ١٣). إيمان بالمخلص، رجاء بالحياة الأبدية، محبة الله والقريب، أعمالك الصالحة وجهادك ضد الخطيئة.هذه كلها، إيمان ورجاء ومحبة، وأعمال صالحة وجهاد، هي بطاقة سفرك للأبدية حافظ عليها.

سعادة السفر إلى السماء

لا أدعوه الموت. المسيحي المؤمن يعيش على إيمانه ورجائه بالحياة الأبدية السعيدة بالسماء. والموت الجسدي للإنسان البار هو انتقال إلى حياة جديدة. 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."مَنْ سَيَفْصِلُنَا عَنْ مَحَبَّةِ الْمَسِيحِ؟ أَشِدَّةٌ أَمْ ضِيْقٌ أَمِ اضْطِهَادٌ أَمْ جُوعٌ أَمْ عُرْيٌ أَمْ خَطَرٌ أَمْ سَيْفٌ؟ (رومية٨: ٣٥). اَلْحَقَّ الْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: إِنْ كَانَ أَحَدٌ يَحْفَظُ كلاَمِي فَلَنْ يَرَى الْمَوْتَ إِلَى الأَبَدِ" (يوحنا ٨: ٥١).

إسعَ إلى الملكوت

لا تسعَ إلى الأمور الزائلة بل إسعَ إلى الأمور 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. «فَاطلُبُوا أَوَّلاً مَلَكُوتَ الله وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُم» (متى ٦ : ٣٣).

حب البقاء

هو من أعمق غرائز الإنسان، لذا يدافع عن نفسه بكل ما أوتي من قوة في الحروب والمنازعات، ويبحث عن الغذاء والماء أيضاً للسبب نفسه. الإنسان الذكي ينتصر في معركة البقاء بإيمانه بالخالق وبجهاده للسير حسب وصاياه لدخول الملكوت حيث منزله الابدي. «أنَا هُوَ القِيَامَةُ وَالحَيَاةُ. مَن آمَنَ بِي وَلَو مَاتَ سَيَحيَا» (يوحنا ١١: ٢٥).

مستقبلنا ليس في هذا العالم

قالها المسيح لبيلاطس عندما سأله: أأنت ملك اليهود؟ أرادوا أن ينصبوه ملكاً أرضياً عليهم: «أَجَابَ يَسُوعُ: لَيسَتْ مَملَكَتِي مِن هَذَا العَالَمِ» (يوحنا ١٨: ٣٦). فالسماء والعالم الروحي هما موطن الرب، وموطننا نحن أيضاً ابناؤه والمؤمنين به. فلا نتمسك كثيراً بهذا العالم الفاني، بل لنَبْنِ للملكوت الدائم، بالسعي لفهم هذا الملكوت، وتحضير روحنا له بالصلاة، وتقديس النفس، والأعمال الصالحة، والجهاد ضد الخطيئة.

الأفراح الفصحية

«وَلِأَنِّي أَنَا حَيٌّ، فَأَنتُم أيضًا سَتَحيَوْنَ» (يوحنا ١٤: ١٩). من خميس الأسرار والجمعة العظيمة، صعودا مع الرب على صليب الجلجلة ونزولا معه في القبر، ويوم السبت، ومع قيامة مع رب المجد في أحد الفصح.

وصلنا إلى الأفراح الفصحية وتم فتح باب الملكوت. إن فادينا حيّ إلى أبد الدهور، ونحن سنحيا معه لنحمل الفرح والملكوت في قلوبنا كل يوم.

المسيح قام... حقا قام.

لا تكتئب

تنتقل طقوس الكنيسة بسرعة من الحزن في زمن الصيام وأسبوع الآلآم الى فرح القيامة وترانيمه المفرحة. أراد الرب يسوع ان تكون القيامة سريعة لكي لا يدخل المؤمنون في اليأس والحزن والكآبة من واقعة الجمعة العظيمة والصلب والموت.

وهكذا في حياتنا اليومية، لننفض عنا الحزن من موت أي عزيز لنا، او الكآبة من أجل أي موضوع، ولنعلّق أنظارنا فقط على الفرح والأمل والرجاء، متمثلين بقيامة المسيح وصعوده الى السماء حيث سنلحقه يوماً ونلتقي به وجهاً لوجه.

"كُلُّ أَيَّامِ الْحَزِينِ شَقِيَّةٌ، أَمَّا طَيِّبُ الْقَلْبِ فَوَلِيمَةٌ دَائِمَةٌ" (أمثال ١٥: ١٥). هذا هو رجاء القيامة وبهجة الخلاص.

ما لم يخطر على بال بشر

كل متع الحياة قصيرة ولا تدوم

وحواسنا الخمس تختبرها بشكل محدود ومؤقت.

لذة الطعام تكمن في اللسان عند نقاط التذوق وتزول عند غياب الطعام.

واللذات الحسيّة الجنسية تنتهي فور انتهاء العلاقة.

وكذلك متعة النظر والسمع والشم تزول بزوال المؤثر او التعود عليه.

أما وعد الرب لنا فهو «لاَ تَخَفْ، أَيُّهَا الْقَطِيعُ الصَّغِيرُ، لأَنَّ أَبَاكُمْ قَدْ سُرَّ أَنْ يُعْطِيَكُمُ الْمَلَكُوتَ" (لوقا ١٢: ٣٢).

الباب العاشر:

السعادة في القناعة

الإنسان يحدد سعادته

الحياة الأبدية تبدأ من الآن، والسعادة أيضاً في الإنسان في داخله، وهي قرار تتخذه وليس أمرًا تبحث عنه وتركض وراءه. أرِح قلبك وابدأ حياة الملكوت من الآن، وافرح بما وهبه لك الله واقنع به، واقبل ما لا يمكن تغييره وغيِّر ما يمكن تغييره فقط. "عَطِشَتْ نَفْسِي إِلَى اللهِ، إِلَى الإِلهِ الْحَيِّ. مَتَى أَجِيءُ وَأَتَرَاءَى قُدَّامَ اللهِ" (المزامير ٤٢: ٢).

متى تريد أن تكون سعيداً؟ وماذا تحتاج لتكون سعيداً؟

الجواب هو أن الكل يريد أن يكون سعيداً منذ هذه اللحظة، وإن أمكن بأثر رجعي وحتى لو أمكن أن تكون الذكريات نفسها سعيدة. وإذا انتظرنا تحقيق شيء معين كاقتناء قصر أوسيارة أو الاحتفال بزواج أو صفقة عمل لنصبح سعداء، عندها فكأننا نؤجل السعادة ونجعلها مشروطة بحدثٍ معين. والحقيقة أن السعادة تنبع من داخل الإنسان وهي موقف تتخذه.

«كَلَّمْتُكُم بِهَذَا لِكَي يَثبُتَ فَرَحِي فِيكُم وِيَكمُلَ فَرَحُكُم» (يوحنا ١٥: ١١).

تقبّل

تقبّل المديح بتواضع، تقبّل الانتقاد بحكمة، تقبّل الشكر بالشكر لله، تقبّل كلام الآخرين بحسن الإصغاء، تقبّل نجاح الآخرين بدون غيرة وحسد، تقبّل نجاحك وافرح به واشكر الرب، تقبّل الفشل بإيمان وعزيمة، تقبّل الموت برجاء القيامة، تقبّل الحياة بالفرح والحماس. "لِيَوَدَّ بَعضُكُم بَعضًا بِمَحَبَّةٍ أَخَوِيَّةٍ. تَنَافَسُوا فِي إِكرَامِ بَعضِكُم لِبَعضٍ" (رومية١٢: ١٩).

مَنْ هو الفقير؟

ليس الفقير مَنْ يملك القليل، بل هو الذي لا يشبع بما يملك، ويلهث وراء الأكثر، حتى لو كان يملك نصف الدنيا. الرضا والسعادة غير مربوطين بحجم ممتلكات الإنسان، بل بشعور داخلي بالاكتفاء والقناعة والشبع بما وهبه الله. الطموح مولِّد رائع للحياة والتطوّر، ولكنه غير الطمع والجشع. اسعَ إلى الأفضل، وتعلّم الفرق بين الطموح والطمع: «أَمَّا التَّقْوَى مَعَ الْقَنَاعَةِ، فَهْيَ تِجَارَةٌ عَظِيمَةٌ» (١طيموثاوس٦:٦). فإن كنت ذا قلب قنوع فأنت ومالكُ الدنيا سواء.

مما قرأت "قد تكون السعادة أحياناً في ترك الأشياء أكثر من الحصول عليها" (مصطفى محمود).

التمسك أحياناً ببعض الأشخاص أو الأشياء او الشهوات الخاطئة يسبب الماً أكثر من الاستغناء عنها على المدى البعيد. علينا أن نتعلم أخذ قراراتنا بعقلانية وليس بالعاطفة فقط. وأن ننظر للمستقبل البعيد وليس للحظة الحالية فقط."إنَّ التَّقوَى كَسبٌ عَظِيمٌ إذَا اقتَرَنَتْ بِالقَنَاعَةِ"(١تيموثاوس٦:٦) شهوات المال والسلطان والجسد غير المشروعة سبب لشقاء الجسد والنفس معاً.

لحظة من فضلك

«إنك لا تستطيع أن تشتري السعادة بكل أموال العالم. إن مملكة السعادة موجودة في داخلك» (وين داير). أتمنى أن نقف دقيقة واحدة، لنفكّر في هذا الموضوع... هل نحن فعلاً سعداء؟ وإذا لم نكن كذلك، فلماذا؟ هل نحن بحاجة لأمور مادية، أو تحقيق هدف معين، لنحصل معه على السعادة؟ إن جواب الإنجيل واضح: «فَاطلُبُوا أَوَّلاً مَلَكُوتَ الله وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُم» (متى ٦: ٣٣).

خذ قرارًا الآن، أن تكون سعيداً وضاحكاً دائماً، ومنذ الآن لا تنتظر، لديك الكثير ليجعلك سعيداً، حتى لو كان ينقصك الكثير.

صديقك ذُخرٌ لك

بينما كنت أمارس رياضتي الصباحية في النادي الرياضي احتجت ان أمسك مقبضين للجمباز، لكنهما كانا عاليين ولا أستطيع الإمساك بهما وأنا واقف على الارض. فاستعنت بصديقٍ لي طويل القامة ولطيف المعشر فأنزلهما لي بكل سرور. فقلت له –ونحن عِشرة عمر– "إذا كان صاحبك بخير فأنت بخير، فإن طولك مكسب لي وصحتك وعملك مكسب لي أيضاً، وأستفيد منها كما تستفيد أنت منها والعكس صحيح".

وأردفت قائلاً: "إن الحقد والغيرة أقوى عند الانسان المريض نفسياً من خيره ومصلحته".

"فَاطْرَحُوا كُلَّ خُبْثٍ وَكُلَّ مَكْرٍ وَالرِّيَاءَ وَالْحَسَدَ وَكُلَّ مَذَمَّةٍ" (١بطرس٢: ١).

كن سعيداً

إذا لم تكن سعيداً وأنت جالس وحدك وقانع بكل ما في حياتك فأنت أتعس الناس. انظر لنِعم الله عليك وركز عليها ”واللي ما عندك ما بلزمك“(قول).

"فَرَحًا أَفْرَحُ بِالرَّبِّ. تَبْتَهِجُ نَفْسِي بِإِلهِي، لأَنَّهُ قَدْ أَلْبَسَنِي ثِيَابَ الْخَلاَصِ. كَسَانِي رِدَاءَ الْبِرِّ، مِثْلَ عَرِيسٍ يَتَزَيَّنُ بِعِمَامَةٍ، وَمِثْلَ عَرُوسٍ تَتَزَيَّنُ بِحُلِيِّهَا" (إشعياء ٦١: ١٠).

أين الكنز؟

الكنز أمامك، معك، في شريك حياتك، في أولادك، في كل نَفَس تتنفسه في كل يوم تعيشه، في كل نظرة تنظرها، في كل أشعة شمس تداعب وجهك، في كل وردة تشمها. لا تُتعب قلبك بالبحث بعيداً بل كن سعيدًا لأنك "تَطمَئِنُّ لأَنَّهُ يُوجَدُ رَجَاءٌ. وتَتَجَسَّسُ حَوْلَكَ وَتَضْطَجِعُ آمِناً» (أيوب ١١: ١٨).

الشبعان بالمسيح لا يجوع ابداً

ذهب جارٌ الى جارهِ شاكياً متوسلاً قائلاً له: "استحلفك بالله العظيم ان تطلب من زوجتك ان تكف عن إخبار زوجتي بكل ما تشتريه لها لأن راتبي لا يتحمل مجاراتك". وهذه هي قصة مجتمعاتنا وحياة المقارنة، وخاصة بين الصديقات والجارات والأقارب. الحياة ليست حلبة سباق لمن يشتري الأغلى والأفخم والأحدث. يوجد أمور غير مادية في الحياة أهم بكثير من هذه السخافات، وما يلبث الموت أن يطوي الجميع، ونكون قد خسرنا فرصة بناء بيوت لنا في السماء

تمنح الانسان عشرات الاضعاف من السعادة التي تمنحها الكماليات الأرضية غير المهمة. أما الشبعان بالمسيح فلا يجوع ابداً، إن عمل الخير ومساعد الفقراء وبناء المجتمعات وبناء ذاته، وتحلى بالقناعة والتواضع والمحبة والايمان والرجاء. "امرَأَةٌ فَاضِلَةٌ مَن يَجِدُهَا؟ لِأَنَّ ثَمَنَهَا يَفُوقُ اللآلِئَ" (أمثال ٣١: ١٠). يا ليت الجميع ينظر بعين الرضا والمحبة لما يملكه الآخرون ويشعر بالسعادة لهم، وانه "يسعد بسعادتهم" إذا كانوا بخير. وَلَكِنْ قَبْلَ كُلِّ شَيْءٍ لِتَكُنْ مَحَبَّتُكُمْ بَعْضِكُمْ لِبَعْضٍ شَدِيدَةً، لأَنَّ الْمَحَبَّةَ تَسْتُرُ كَثْرَةً مِنَ الْخَطَايَا .(١ بطرس ٤: ٨).

توزيع المواهب

أعطى الرب مواهب وخيرات ونِعماً لكل واحد بحكمة يعلمها هو، وهي الأصلح لخلاص كل واحد – فنرى من له أموال طائلة دون صحة – أو جاه دون مال – أو صحة دون مال – أو راحة البال والسعادة دون مال أو جاه «لَكِنْ لَنَا مَوَاهِبُ مُخْتَلِفَةٌ بِحَسَبِ النِّعمَةِ المُعطَاةِ لَنَا» (رومية ١٢: ٦). كما أعطى لكل واحد حرية الإرادة واتخاذ القرارات، وأن يجتهد ويسعى بنفسه «ولكل مجتهد نصيب».

المقارنة

«لا تقارن نفسك مع أي شخص في العالم لأنك إن فعلت ذلك فإنك تهين نفسك» لأن الله أعطى لكل واحد فينا نِعَماً تختلف عن الآخرين: «وَمَن مِنكُم إذَا اهتَمَّ يَقدِرُ أن يَزِيدَ عَلَى قَامَتِهِ ذِرَاعاً وَاحِدَةً» (متى ٦: ٢٧). منح الله البعض السعادة وراحة البال، والبعض المال دون راحة البال والقناعة، والبعض الصحة دون المال، والبعض القناعة والحكمة دون الجاه أو المال، وذلك كله لحكمته ولمصلحتنا، لنقنع بأرزاقنا ولا نقارن أنفسنا مع الآخرين.

سعادتك قرارك

خذ قراراً الآن بأنك مسؤول عن سعادتك، وأنها مجرد قرار تأخذه في هذه اللحظة بغض النظر عما تملك او ما ينقصك. لا تقضِ حياتك في الحزن والالم، حتى لو كانت مبرَّرة سعادتك قرار انت صاحبه: «رُدَّ لِي بَهجَةَ خَلَاصِكَ وَبِرُوحٍ كَرِيمٍ اعضُدْنِي» (المزامير ٥١: ١٢).

أطلب الاهم أولاً

الأهم هو خلاصك وغفران خطاياك، العيش في السماء بسعادة أبدية، ودونها الأمور الارضية: مركز أو مال او سيارات أو عقارات وأي امور زائلة: «فَاطْلُبُوا أَوَّلاً مَلَكُوتَ الله وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُم» (متى ٦: ٣٣). الرب يعرف جميع احتياجاتنا وسيعطينا إياها: "اَلَّذِي لَمْ يُشْفِقْ عَلَى ابْنِهِ بَلْ بَذَلَهُ لأَجْلِنَا أَجْمَعِينَ كَيْفَ لاَ يَهَبُنَا أَيْضاً مَعَهُ كُلَّ شَيْءٍ؟" (رومية٨: ٣٢). الرب ضحى بالمسيح لاجل خلاصنا، ألا يمنحنا أموراً مادية زائلة، إن كانت ضرورية لسعادتنا؟

الحياة أضغاث أحلام

الحياة سراب، لا تستطيع أن تمسكها بيديك. الوقت ينساب كالسارق في الليل. السعادة وهمٌ يستمر هنيهات وما يلبث أن يتسلل بعيداً، المال والشهرة والأمجاد التي تبنيها لا تُفرحك إلا بشكل مؤقت، ولا يبقى حقيقة في الحياة إلا انتقالنا منها. لذا استعد دائماً للحياة الأخرى، بالايمان بالمخلص والتقرب منه والأعمال الصالحة: "أَيَّامُ سِنِينَا هِيَ سَبْعُونَ سَنَةً وَإِنْ كَانَتْ مَعَ الْقُوَّةِ فَثَمَانُونَ سَنَةً وَأَفْخَرُهَا تَعَبٌ وَبَلِيَّةٌ" (المزامير ٩٠: ١٠).

إذا كان جارك بخير فأنت بخير

إذا كان صديقك غنياً فهو سند لك، إذا كان أخوك قويًّا فهو لك في يوم الشدة، إذا كان كل من حولك بصحة جيدة ووضع مادي جيد، فهم راحة لك. إفرح لمن حولك إذا فرحوا أو اغتنوا أو صاروا ذوي منصبٍ أو جاه، فهذا لخيرك ولحاجتك يوم الضيق. ولا تحسدهم ولا تغر منهم، بل إسعَ لتكون مثلهم وليكونوا قدوة لك. «لِأَنَّ الغَيظَ يَقتُلُ الغَبِيَّ وَالغَيْرَةَ تُمِيتُ الأَحمَقَ» (أيوب ٥: ٢).

الحكمة في التقبل

إن لم يكنْ ما تريد فأردْ ما يكون. تزوج من تحب، وإذا لم تستطع فأحبب من تزوجت. أحبب عائلتك ووطنك ونفسك، فهم اختيار الرب لك، ولا خيار لك فيهم. غَيِّر ما استطعت للافضل، واقبل ما لا يقبل التغيير، واطلب من الرب أن يرشدك إلى الفرق بين الاثنين "لَا تَظلِمُوا أَحَدًا، وَلَا تَشُوا بِأَحَدٍ، وَاكتَفُوا بِرَوَاتِبِكُم»" (لوقا ٣: ١٤).

النظرة الإيجابية

عندما تستيقظ صباحاً، إبدأ نهارك بإيجابية وفرح وشكر لله. فأنت حي وبصحة جيدة، ولديك بيت تسكن فيه بأمان. لديك نِعَمٌ لا تحصى: نظر وسمع، زوجة أو زوج، عمل، عائلة، أصدقاء. لا تتجهَّمْ وتبدأ النهار بسلبية. ابتسم في وجه كل من تقابله. سبّح الله وافرح بالحياة: "وَالصِّدِّيقُونَ يَفْرَحُونَ. يَبْتَهِجُونَ أَمَامَ اللهِ وَيَطْفِرُونَ فَرَحًا" (المزامير ٦٨: ٣).

جَرِب مرة واحدة

جَرّب أن تكون فقيراً يوماً واحداً فقط، أن يكون معك دينار واحد فقط، وتأكل وتشرب به، بدون سيارة، بدون بطاقة إئتمان. لا بد أن هذه التجربة سَتُغير حياتك. جرِّب. إلزم الفراش يومًا واحدًا كأنك مريض لكن دون مرض، ستشعر بالفرح للصحة التي منحك إياها الله والقدرة على الحركة. لنشكر الله على نِعمه وعطاياه. «مَن لَهُ ثَوبَانِ فَلْيُعطِ مَن لَيسَ لَهُ، وَمَن لَهُ طَعَامٌ فَلْيَفعَلْ هَكَذَا» (لوقا٣: ١١) لا نُقدّر نعم الخالق علينا إلا عندما نفقدها.

السعادة قرار

أن تكون سعيداً هو قرارك أنت ويجب ألا تؤجله، ولست بحاجة للانتظار لأي حدث أو صفقة عمل أو بيت جديد أو سيارة فخمة، القرار بأن تكون سعيداً ليس مرتبطاً بأي شيء آخر غير قرارك. سَيطر على تفكيرك بإرادتك، على عواطفك بعقلك، عَدِّد الخيرات الموجودة لديك من بصر وسمع وصحة واشكر الرب عليها. لديك نعمة الوجود، والحياة على الارض، والوعد بالسعادة، والحياة في السماء وفيها الكفاية. "افْرَحُوا أَيُّهَا الصِّدِّيقُونَ بِالرَّبِّ، وَاحْمَدُوا ذِكْرَ قُدْسِهِ" (المزامير٩٧: ١٢).

المقارنة عذاب

من يعيش حياته، وهو يراقب الآخرين ويقارن نفسه بهم، سيعيش حياة ملؤها الغيرة والحسد، حياة ملؤها كره نفسه وما هو عليه. لا بل قد يكره بيته وزوجته وأولاده، إذا ما وجد أن جاره لديه أفضل مما لديه. لقد وهب الله لكلٍ منا نِعمًا ومواهب مختلفة. فقد يكون لدى أحدهم المال والجاه والسلطة، لكن ليس لديه الصحة. وقد يكون غيره فقيراً، لكن لديه راحة البال. وغيره قد يكون لديه السعادة حتى بدون مال! دع الخلق للخالق، واهتم بأمورك، وعش بقناعة وفرح،

واطلب من الله أن يهبك الحكمة والإيمان والمحبة والسعادة الروحية، فهذه أهم من كل الأمور الأرضية: «حَيَاةُ الجَسَدِ هُدُوءُ القَلبِ، وَنَخرُ العِظَامِ الحَسَدُ» (أمثال ١٤: ٣٠). اقنع بما لديك تسعد، قارن بغيرك تشقى.

الحياة ليست حلبة سباق ومنافسة

الحياة حلوة، استمتع بها. لا تجعل المنافسة والمقارنة مع الآخرين الدافع في حياتك. طوّر نفسك في كل مجال تحبه، لأنك تريد التطوير والاستمتاع به، وليس لأنك ترغب أن تصبح أفضل من فلان أو فلانة، لأن ذلك سيأخذ من استمتاعك في عمل الشيء ومن سلامك وهدوئك وراحتك وفرحك، بل وستترك مجالاً للشيطان ليُحرّضك على من تنافسه. يوجد منافسات موضوعية، شريفة ووديّة، في العمل وفي الرياضة لا بأس بها. إعرف الفرق واحذر: ''الْمَحَبَّةُ تَتَأَنَّى وَتَرْفُقُ. الْمَحَبَّةُ لاَ

تَحْسِدُ. الْمَحَبَّةُ لاَ تَتَفَاخَرُ وَلاَ تَنْتَفِخُ، وَلاَ تُقَبِّحُ وَلاَ تَطْلُبُ مَا لِنَفْسِهَا وَلاَ تَحْتَدُّ وَلاَ تَظُنُّ السُّوَءَ، وَلاَ تَفْرَحُ بِالإِثْمِ بَلْ تَفْرَحُ بِالْحَقِّ. وَتَحْتَمِلُ كُلَّ شَيْءٍ وَتُصَدِّقُ كُلَّ شَيْءٍ وَتَرْجُو كُلَّ شَيْءٍ وَتَصْبِرُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ" (١ كورنثوس ١٣: ٤-٧). "طموح بلا طمع وسعي بلا جشع" (حكمة).

متى تكون الخسارة فوزاً!

تعلّمت درساً من ابنتي، عندما اختارت أن تنسحب من إحدى المسابقات لكي تفوز صديقة عزيزة عليها، والتي لم تكن لتفوز. وكانت فَرِحة جداً لفوز صديقتها، وعندما سألتها عن السبب، قالت: أنا فزت في مسابقات أخرى كثيرة، وصديقتي تستاهل أن تفرح مثلي. عندما نبتعد عن الأنانية ويسيطر الحب، الجميع يكون رابحاً «لِلكَسبِ وَقتٌ، وَلِلخَسَارَةِ وَقتٌ»، (جامعة ٣: ٦). "مُهْتَمِّينَ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ اهْتِمَاماً وَاحِداً غَيْرَ مُهْتَمِّينَ بِالأُمُورِ الْعَالِيَةِ بَلْ مُنْقَادِينَ إِلَى الْمُتَّضِعِينَ" (رومية١٢: ١٦). تقديم الآخرين على أنفسنا مصدر لفرحهم ولسعادتنا.

عِش حاضرك فالغد يهتم بذاته

عِش في اللحظة التي أنت فيها، فالماضي قد مضى بلا رجعة، ولا سبيل لتغييره، والمستقبل لا ضمان لك بحضوره والعيش فيه. أما الحاضر فهو الوحيد المؤكد لك أنك تعيشه! عِشهُ بشكر الرب على عطاياه! عشه بسعادة بغض النظر عما تملكه، أو ما تعاني منه! عِشهُ بفرح أنك حي! عِشه بفرح أنك موعود بالأبدية من إله الكون! "فَلاَ تَهْتَمُّوا لِلْغَدِ، لأَنَّ الْغَدَ يَهْتَمُّ بِمَا لِنَفْسِهِ. يَكْفِي الْيَوْمَ شَرُّهُ." (متى ٦: ٣٤).

سلام الداخل والصلح مع الذات

«الشخص الوحيد الذي تعيش معه كل حياتك هو نفسك، لذلك عليك أن تتصالح مع نفسك قبل أي شيء، لأنك إذا كنت في صراع داخلي مع نفسك، فلن تعيش في راحة أبداً». سامحْ نفسك على كل أخطائها. تقبّل وأحبب نفسك وشكلك، ووضعك العائلي والمادي والاجتماعي. حاول أن تطوّر ذاتك أينما أمكن، بكل فرح ومحبة. **"أَلَكَ إِيمَانٌ؟ فَلْيَكُنْ لَكَ بِنَفْسِكَ أَمَامَ اللهِ! طُوبَى لِمَنْ لاَ يَدِينُ نَفْسَهُ فِي مَا يَسْتَحْسِنُهُ"** (رومية١٤: ٢٢).

الزاهد

ليس الزاهد من لا يملك شيئاً. الزاهد من لا يتملكه شئ. على الإنسان المؤمن الساعي إلى خلاص نفسه أن يزهد بكل ما يعيق طريقه إلى الملكوت، مِن تعلُّق بشهوات، أو مال يُستَعبد لها، أو سلطة غاشمة، أو سعي مجنون للشهرة على حساب الصلاح والخير والمحبة. " وَهَؤُلاَءِ هُمُ الَّذِينَ زُرِعُوا بَيْنَ الشَّوْكِ: هَؤُلاَءِ هُمُ الَّذِينَ يَسْمَعُونَ الْكَلِمَةَ، وَهُمُومُ هَذَا الْعَالَمِ وَغُرُورُ الْغِنَى وَشَهَوَاتُ سَائِرِ الأَشْيَاءِ تَدْخُلُ وَتَخْنُقُ الْكَلِمَةَ فَتَصِيرُ بِلاَ ثَمَرٍ" (مرقس ٤: ١٨-١٩). لذا لنتعلم الزهد بالأرضيات والتعلق بالسماويات.

سعادتك

أنتَ مسؤول عن سعادتك الذاتية، لا زوجتك ولا أبواك ولا أبناؤك. إذا لم تُسعد نفسك بنفسك فلن تسعد ابداً، ولديك أكثر مما ينبغي لتكون سعيداً، غيّر قناعاتك السلبية وحوّلها إلى إيجابية وخذ القرارات الفكرية المناسبة لتهب نفسك السلام الداخلي والفرح. وذلك يبدأ بحياة الإيمان بالخالق وبتسليم حياتك له مع السعي الدائم للتغلب على ضعفك، ومع جهادك في سبيل حياة روحية مثمرة وحياة أرضية إيجابية. " لأَنَّكَ قُلْتَ: أَنْتَ يَا رَبُّ مَلْجَإِي. جَعَلْتَ الْعَلِيَّ مَسْكَنَكَ لاَ يُلاَقِيكَ شَرٌّ، وَلاَ تَدْنُو ضَرْبَةٌ مِنْ خَيْمَتِكَ" (المزامير ٩١: ٩- ١٠).

صفعة محبة

رأى حارس أمن في احدى الشركات الكبيرة صاحب الشركة وهو جالسٌ صامتٌ، وكأن هموم الدنيا كلها فوق رأسه، فجاءه يقوي عزيمته ويشجعه قائلاً له: "بالله عليك ما تزعل وَكِّلها لله". وفعلاً عندما رأى صاحب الشركة ايمان الموظف البسيط الحال خجل من نفسه ان يكون مهموماً وشكر الله على النِعم التي هو فيها: «نَشْكُرُ اللهَ بِلاَ انْقِطَاعٍ» (١ تسالونيكي ٢: ١٣).

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 ليؤمّنوا مستقبلهم ومستقبل أبنائهم. ليتهم، وليتنا جميعاً نبذل مثل هذا الجهد لنحصل على إقامة دائمة في السماء حيث السلام والفرح والأمان. «لَيْسَ مَلَكُوتُ اللهِ أَكْلًا وَشُرْبًا، بَلْ هُوَ بِرٌّ وَسَلاَمٌ وَفَرَحٌ فِي الرُّوحِ الْقُدُسِ» (رومية ١٤: ١٧).

بالمقارنة نشقى وبالقناعة نسعد

أنت مسؤول عن مشاعرك السلبية من غيرة وحقد وحسد... حتى لو ظننت أنها طبيعية (وذلك خطأ)، وبعقلك الواعي وإرادتك الحرة تستطيع التغلب عليها بقرار واضح مملوء بالمحبة والايمان. وعندها ستتذوق طعم سعادة على الارض لم تختبره من قبل، وتنال السعادة الأبدية في السماء. ما أنعم به الله على غيرك ليس من شأنك، أما تنمية ما تملك وما انت عليه فمن واجبك. أما المقارنة فدعك منها واهتم بحياتك وخلاصك وعش سعيداً. «لأَنَّهُ حَيْثُ الْغَيْرَةُ وَالتَّحَزُّبُ، هُنَاكَ التَّشْوِيشُ كُلُّ أَمْرٍ رَدِيءٍ.» (يعقوب ٣: ١٦).

فن "التطنيش" (اللامبالاة)

قرأت أجزاء من كتاب باللغة الانجليزية لفت نظري عنوانه بمعنى «فن عدم الاكتراث او التطنيش». حيث يعيش كل واحد في سباق محموم ليحصل على المركز الاول في كل شيء، او على الاقل مواقع متقدمة جداً سواء في الرياضة او جمع المال او الشهرة او جمع الـ likes او الـ fans... اما رأي الكاتب فهو ان الحياة ابسط من هذه الامور ولا داعي للهاث وراء كل هذه الامور المتعبة. بصراحة تامة (معه حق) وكلام الرب يوضح لنا الاهم حين يقول: «فَاطلُبُوا أَوَّلاً مَلَكُوتَ

الله وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُم» (متى ٦: ٣٣). السعي للسماء بعمل مشيئة الله هو الهدف الأسمى. وعندما نتحد به ونحن على الارض سيغرقنا بالخيرات الروحية والمادية و/او بنعمة الاكتفاء والقناعة، وبالحالتين ننال السعادة وراحة البال.

افرح واقتنع

إفرح واستمتع بما وهبك إياه الرب

إفرح بتعب عملك. إفرح بمنزلك. وشريك حياتك. وأهلك

إجتهد لتصل إلى أحلامك، تعلّم من الغير وابنِ حافزاً لك لتتطور.

لكن لا تقارن ولا تغر ولا تحسد. وقدِّر النعمة التي أنت فيها.

«مَا دُمْتَ حَيّاً مُعَافًى تَحمَدُ الرَّبَّ وَتَفتَخِرُ بِمَرَاحِمِهِ» (يشوع بن سيراخ ١٧: ٢٧).

«نيال اللي قنعان باللي عنده» (قول)

بعيش "فرحان ومبسوط" طول الوقت، لأن كل ما يحبه موجود عنده. يُغني ويُغرِّد وخالي الهم. جرّبها، وما تتفرج على "اللي مش إلك". «حَيَاةُ الْجَسَدِ هُدُوءُ الْقَلْبِ، وَنَخْرُ الْعِظَامِ الْحَسَدُ» (أمثال ١٤: ٣٠). لا داعي لتقارن نفسك بغيرك وتنظر لما معه من مال او مركز او طول ... لديك ما يكفيك، اجتهد لتطوير ما يمكن تطويره وارضَ بما لا يمكن تعديله.

عَدِّد نِعَم الله عليك وفيها الكفاية لتفرحك

ربنا أعطاك نِعماً فوق ما تتصور مع أنك لا تشعر بذلك. مخدة تحت رأسك، ماء، كهرباء ومنزلاً لك ولعائلتك، طعاماً وشراباً، نعمة النظر، والسمع، نعمة الشم والاحساس، نعمة التذوق والتنفس، ومنحك أصدقاء وعائلة وجيراناً ومنحك الشمس والهواء. استمتع بها وعش سعيداً. «رَبُّ السَّلاَمِ نَفْسُهُ يُعْطِيكُمُ السَّلاَمَ دَائِمًا مِنْ كُلِّ وَجْهٍ. الرَّبُّ مَعَ جَمِيعِكُمْ» (٢ تسالونيكي ٣: ١٦).

لا تشتهِ

"لا تَشْتَهِ بَيْتَ قَرِيبِكَ. لا تَشْتَهِ امْرَاةَ قَرِيبِكَ وَلا عَبْدَهُ وَلا امَتَهُ وَلا ثَوْرَهُ وَلا حِمَارَهُ وَلا شَيْئا مِمَّا لِقَرِيبِكَ" (خروج ٢٠: ١٧). يجب ألا ندع الأشياء التي لا نملكها، أو لا نستطيع أن نملكها، أو لا يجب ولا يحق لنا أن نملكها تفسد علينا سعادة ومتعة الأشياء التي نملكها، والتي نقدر أن نملكها. اقنع بما لديكَ واسعد بما اقتنيت، فهما بالنهاية اختيارك وتعب يديك.

إقنع وتمتع بما لديك

الرب أعطاك نِعماً معينة لا تستطيع تغيير بعضها والبعض الآخر قد تستطيع تنميته...فعائلتك وقدراتك وصفاتك الشكلية من النوع الاول. فاستمتع بها واقبلها...

أما النعم الأخرى من ذكاء وذاكرة ومنصب ومال وشهرة، فطوّرها بالحق والمحبة إن أمكن... وأيضاً استمتع بها بكل الاحوال

وتوقف عن النظر لما يملكه الغير ...

وتوقف عن المقارنة ...

انظر وركز على ورقتك وامتحانك وحياتك...

ولاتهتم لورق امتحان الغير ولا حياتهم ... ستؤلم نفسك وروحك وجسدك إذا اكثرت من المقارنة واشتهاء ما يملكه الغير.

"لا تَشْتَهِ بَيْتَ قَرِيبِكَ. لا تَشْتَهِ امْرَاةَ قَرِيبِكَ وَلا عَبْدَهُ وَلا امَتَهُ وَلا ثَوْرَهُ وَلا حِمَارَهُ وَلا شَيْئا مِمَّا لِقَرِيبِكَ" (خروج ٢٠: ١٧).

للأسف

يقوم بعض الأطفال الأذكياء في الدراسة، عن قصد، بالتوقف عن الدراسة الجدية، وتحصيل معدلات عالية، وذلك بسبب ابتعاد أصدقائهم عنهم غيرةً بسبب معدلاتهم العالية.

وبعض طوال القامة ينحنون عند المشي خوفاً من تعيير أصدقائهم لهم وسخريتهم منهم بسبب طول قامتهم، فلا يستمتعون بما وهبه الله لهم ويتسبّبون بآلام ظهر وكتف...

وبعض جميلي المظهر يتمنون ألا يكونوا كذلك بسبب ابتعاد أصدقائهم عنهم غيرةً وحسداً ...

لا ذنب لطوال القامة، او جميلي المظهر، او الأذكياء بنعمة الله عليهم، وليس عليهم حرمان أنفسهم من هذه النِعم او عدم استغلالها لخيرهم ولخير الآخرين ... وعلى الآخرين تركهم وشأنهم.

"لاَ نَكُنْ مُعْجِبِينَ نُغَاضِبُ بَعْضُنَا بَعْضًا، وَنَحْسِدُ بَعْضُنَا بَعْضًا" (غلاطية ٥: ٢٦).

كيف تعيش الحياة؟

عِشْ حياتك وأنت فخور بنفسك وإن قلَّ مالك، فالفخر لا يُقاس بالمال، بل يقاس بالنزاهة والشهامة والاحترام والمواقف الرجولية وعمل الخير.

عندما تكون وفياً تكتسب احتراماً داخلياً لنفسك أهم من احترام الآخرين لكَ... عِشْ حياتك بحيث لا تخجل من نفسك كلما نظرت في المرآة "لِيَمْتَحِنْ كُلُّ وَاحِدٍ عَمَلَهُ، وَحِينَئِذٍ يَكُونُ لَهُ الْفَخْرُ مِنْ جِهَةِ نَفْسِهِ فَقَطْ، لاَ مِنْ جِهَةِ غَيْرِهِ" (غلاطية ٦: ٤).

الغيرة والحسد

لا تحسد الغني والمشهور وصاحب السلطة، فإن الله هو المعطي وهو أدرى بِخلقه ...

"فَاطْرَحُوا كُلَّ خُبْثٍ وَكُلَّ مَكْرٍ وَالرِّيَاءَ وَالْحَسَدَ وَكُلَّ مَذَمَّةٍ"

(١بطرس٢: ١).

الباب الحادي عشر:

السعادة في العمل

يوم الراحة

أوصى الأب الروحي ورئيس الدير الأم تيريزا أن ترتاح يوماً في الأسبوع من أعمالها في خدمة الفقراء في كلكتا لتتفرغ لخلاص نفسها وراحة جسدها أيضاً، ولم تستجب له إلى ان أقعدها المرض فاستجابت... «اذكُرْ يَومَ السَّبتِ لِتُقَدِّسَهُ» (خروج ٢٠: ٨). علينا ان نرتاح يوماً في الأسبوع على الأقل (وهو يوم الرب الأحد) من كل اعمالنا، لكي نتفرغ فيه للعبادة وشكر الله ولنعمل على خلاص نفسنا فيه.

طالب الدنيا نديم الندم وطالب السماء نديم النعم

كان أحد رجال الاعمال الناجحين، يستشير صديقاً له حكيماً ومُجرّباً في ما يختص بأحد المشاريع، التي ينوي القيام بها. وبعد أن أجابه الحكيم عن المشروع، استرسل قائلاً:"أنا لو مكانك، ما بوجع راسي، بهتم بأعمالي الحالية، وبستمتع بحياتي، وبغني يا ابو الزُلف". فالحياة تمر مثل البرق أمام أعيننا وعلينا أن نهتم بالأهم، وهو الحياة عينها، ومادتها الوقت: "زخارف الدّنيا أساس الألم، وطالب الدنيا نديم الندم فكن خليّ البال من أمرها، فكلّ ما فيها شقاءٌ وهمّ" (عمر

الخيام)."وَلَكِنْ لاَ تَفْرَحُوا بِهَذَا أَنَّ الأَرْوَاحَ تَخْضَعُ لَكُمْ بَلِ افْرَحُوا بِالْحَرِيِّ أَنَّ أَسْمَاءَكُمْ كُتِبَتْ فِي السَّمَاوَاتِ" (لوقا ١٠: ٢٠).

شركة مساهمة عامة مضمونة الأرباح

" كَأْسُ الْبَرَكَةِ الَّتِي نُبَارِكُهَا أَلَيْسَتْ هِيَ شَرِكَةَ دَمِ الْمَسِيحِ؟ الْخُبْزُ الَّذِي نَكْسِرُهُ أَلَيْسَ هُوَ شَرِكَةَ جَسَدِ الْمَسِيحِ؟" (١ كورنثوس ١٠: ١٦). نحن كلنا شركاء في شركة مساهمة عامة محدودة المسؤولية. مجانا دون دفع نقود، وحصة كل واحد تزداد حسب نتيجة أعماله الشخصية من محبة وأعمال خير، مضمونة الأرباح بحياة أبدية وسعادة بالملايين والكل مدعو، ورئيس مجلس الادارة هو ربنا يسوع المسيح. ورأس المال مدفوع بالكامل. وكل خسائر الشركة السابقة (خطايانا). ليست

مسؤوليتنا بعد ان انتخبنا الرئيس الجديد على حياتنا (المسيح). فقد سددها بالكامل على الصليب، وشهادة ملكية اسهمنا هي المعمودية، واسمها شركة القديسين، وتشكل جسدا واحدا المسيح رأسه.

قروض الرب

البنوك تُقرِض فقط من تعتقد أنه يستطيع وفاء الدين. أما ربنا فيقرض من لا يستطيع الوفاء. وقروض الرب ليست مالاً فقط، بل حياة وصحة وعائلة وأولاداً وبيوتاً وسيارات وسعادة. ما يُقرض الرب من لا يكون وفيًّا له أيضًا، ويعطيه مهلةً تلو الأخرى ليسدّد القرض. وكيف يُسدّد الانسان القرض؟ كيف يدفع لله قيمة عطاياه؟ «مَن يَرحَمْ الفَقِيرَ يُقرِضْ الرّبَّ، وَعَن مَعرُوفِهِ يُجَازِيهِ» (أمثال١٩: ١٧). نقدّم للرب السجود والشكر ونقرض الآخرين محبة قبل المال، وعطفاً ومسامحة الله.

ليس كل ما تطلبه من الرب لخيرك

كان صديق لي موظفًا في إحدى المؤسسات. وكان يتمنى أن يصبح المدير العام. وبعد انتظار سنوات طويلة تحقق حلمه. ومن ذلك اليوم لم يعرف طعم الراحة أو السعادة، وكبر حمله وزاد همّه وأصبح يتمنى أن يرجع موظفاً. «فَكُلُّ مَن أُعطِيَ كَثِيرًا يُطلَبُ مِنهُ الكَثِيرُ، وَمَن يُودِعُونَهُ كِثِيرًا يُطَالِبُونَهُ بِأَكثَر» (لوقا ١٢: ٤٨). الله يعلم أكثر منّا ما هو الأصلح لنا، فلنسلّمه حياتنا.

لا تعفِ نفسك من المسؤولية

"إِنْ قَالَ لَهُمَا أَحَدُكُمُ: امْضِيَا بِسَلاَمٍ، اسْتَدْفِئَا وَاشْبَعَا. وَلَكِنْ لَمْ تُعْطُوهُمَا حَاجَاتِ الْجَسَدِ، فَمَا الْمَنْفَعَةُ؟" (يعقوب ٢: ١٦). إذا أعطيت العامل لديك أقل مما يكفيه للعيش وقام بالسرقة، فأنت مسؤول ولو جزئياً عن خطيئته، وإذا لم تُعطي زوجكِ الحنان والرعاية، ولم تلبي حاجاته العاطفية والجسدية، وسقط في الخطيئة، فأنتِ مسؤولة ولو جزئياً عن سقوطه، كذلك الزوج مسؤول عن إيفاءحاجات الزوجة العاطفية والجسدية، وقِس على ذلك.

احفظ أيام الآحاد والأعياد

«احفَظْ يَومَ السَّبتِ لِتُقَدِّسَهُ، كَمَا أَوصَاكَ الرَّبُّ إِلَهُكَ» (تثنية ٥: ١٢). استراح الرب يوم السبت، بعد أن خلق السماوات والأرض والبحر والحيوانات والإنسان. كما استراح يوم السبت في القبر، وأوصى الإنسان أن يخصّص يومًا للراحة الروحية، حيث يقدّس الإنسان نفسه في ذلك اليوم، بتكريس روحه وجسده وعقله للرب، فيشكر الرب ويتصّل به، ويصلّي له ويستريح في الرب. نحن بحاجه لهذا اليوم، وليس الرب فهو مكتفٍ بذاته، لكنا نحن ناقصون ولا نكتمل بدونه.

الجهل بالشئ أحياناً أحسن من العلم به

كان صديق لي، ولضرورة معينة، يسترق السمع لكل من يعمل معه، وبعد الاستماع لمدة شهر لما يقوله زملاؤه عنه خلف ظهره، قرّر التوقف عن الاستماع، بالرغم من الضرورة لذلك، لانه لم يعد قادراً على التعايش مع من كان يعتبرهم زملاء، وهم يطعنونه بالكلام. والكثير من حولنا لهم عدة وجوه، يضمرون غير ما يظهرون. فالجهل أحياناً راحة، وكثرة العلم تجلب الحزن: "لَكِنَّ يَسُوعَ لَمْ يَأْتَمِنْهُمْ عَلَى نَفْسِهِ لأَنَّهُ كَانَ يَعْرِفُ الْجَمِيعَ. وَلأَنَّهُ لَمْ يَكُنْ مُحْتَاجاً أَنْ يَشْهَدَ أَحَدٌ عَنِ الإِنْسَانِ لأَنَّهُ عَلِمَ مَا كَانَ فِي الإِنْسَانِ" (يوحنا ٢: ٢٤-٢٥).

الراشي والمرتشي مذنبان

" وَمَن يَكرَهْ الرَّشوَةَ يَحيَا" (امثال ١٥: ٢٧). تقديم الرشوة لأخذ ما ليس حقًّا لك خطيئة، وقد تكون الاكرامية لتسهيل اخذ حقك المهضوم مقبولة احياناً.

وأحيانا تكون الرشوة بالكلام الجميل والنفاق لأخذ مكسب خاطئ ... إحذر كل أنواع الرشوة، فهي فساد. «لاَ تَسْرِقُوا، وَلاَ تَكْذِبُوا، وَلاَ تَغْدُرُوا أَحَدُكُمْ بِصَاحِبِهِ" (لاويين ١٩: ١١).

سُنّة الكون

في إحدى جلسات الكبار حيث كان ابي (رحمه الله) وأصدقاؤه يتجاذبون أطراف الحديث. أبديت امتعاضي من وجود أناس فقراء، وأناس يعملون كعمال بسيطين، وأناس يكدّون طوال النهار تحت الشمس كعمال بناء وطوبار وحدادة والمنيوم. ولماذا لم يخلق الله الجميع أغنياء فيعيشوا بسعادة جميعاً. فأجابني أحد الحاضرين قائلاً: «ان الله خلق الناس درجات فوق بعض وليس متساوين، وسمح بهذا التفاوت الكبير لكي يعمر الكون» واستطرد شارحاً: «إذا كان الجميع اغنياء من سيقوم بجمع النفايات؟

او عمل القهوة والشاي او البناء. وبالنهاية من يجتهد بدراسته وعمله ينجح ويغتن أما الكسول وقليل الاجتهاد فسيعمل بالأعمال البسيطة». لكن هذا لا يعني أنه قضاء وقدر أن يكون جامع النفايات كذلك. بل يمكن لجامع النفايات أيضا أن يطور نفسه، ومهنته، ويجمع مالا، ويعتلي درجات السلطة... علاقات الناس ببعضهم، وتكوين المجتمع متوقف على اجتهاد كل فرد، وكل فرد يتوقف في مكانه أو يتقدم بحسب اجتهاده، ولكن أيضا بحسب مقدار العدالة والتوزيع العادل لخيرات الأرض بين الجميع. "وَلَكِنِ الآنَ تَمِّمُوا الْعَمَلَ أَيْضاً، حَتَّى إِنَّهُ كَمَا أَنَّ النَّشَاطَ لِلإِرَادَةِ، كَذَلِكَ يَكُونُ التَّتْمِيمُ أَيْضاً حَسَبَ مَا لَكُمْ" (٢ كورنثوس ٨: ١١).

الباب الثاني عشر:

السعادة في العائلة

كيف تُحقق السعادة؟

رضى الله ورضى الوالدين ورضاك عن نفسك. إرضَ عن ذاتك وتصالح مع نفسك. توقّف عن لوم نفسك عما حصل في الماضي أو الحاضر وتطلع إلى الأمام، تأكد من رضى الله عليك بفحص ضميرك، ورضى الوالَديْن أيضاً، فهما نائبا الله على الأرض: «مَن أكرَمَ أَبَاهُ فَإِنَّهُ يُكَفِّرُ خَطَايَاهُ وَيَمتَنِعُ عَنهَا وَيُستَجَابُ لَهُ فِي صَلَاةِ كُلِّ يَومٍ. وَمَن احتَرَمَ أُمَّهُ فَهُوَ كَمُدَّخِرٍ الكُنُوزَ» (يشوع بن سيراخ ٣: ٤).

تربية الشابات

"كَيْ يَنْصَحْنَ الشَّابَّاتِ أَنْ يَكُنَّ مُحِبَّاتٍ لِرِجَالِهِنَّ وَيُحْبِبْنَ أَوْلاَدَهُنَّ، مُتَعَقِّلاَتٍ، عَفِيفَاتٍ، مُلاَزِمَاتٍ بُيُوتَهُنَّ، صَالِحَاتٍ، خَاضِعَاتٍ لِرِجَالِهِنَّ، لِكَيْ لاَ يُجَدَّفَ عَلَى كَلِمَةِ اللهِ" (تيطس ٢: ٤-٥). يعلّم بولس الرسول العجائز ان يدربن البنات على تأسيس أسرة مسيحية صالحة. لتراجع كل أخت نفسها، هل أولوياتها في الحياة ان تبني الملكوت لها ولأسرتها؟ هل الزوج فعلاً ربّ البيت ورأسه؟ أم المشاحنات هي عنوان البيت، ما يدفع الزوج أو الزوجة للهروب أو طلب الطلاق؟

"أَيُّهَا الرِّجَالُ، أَحِبُّوا نِسَاءَكُمْ كَمَا أَحَبَّ الْمَسِيحُ أَيْضاً الْكَنِيسَةَ" (أفسس ٥: ٢٥).

الرب يحفظكم ويوحد عائلاتنا جميعا.

العطاء والأخذ

للحظات قليلة انتابني الخوف، عندما ظننت أن ابني الصغير لم يعد بحاجة إليّ لأضعه في سريره وأصلّي معه وأساعده لينام... لكن عندما ناداني لأبقى معه، رجعت الطمأنينة والسعادة لقلبي. نحن بحاجة لأن نعطي ونفرح بالعطاء، ونرعى أبناءنا. قد نكون بحاجة لأن نعطيهم أكثر مما هم بحاجة للأخذ منا. وكذلك الفرح في العطاء للفقراء والمحتاجين، يُسعد المعطي أكثر من المتلّقي: «لِأَنَّ المُعطِي المَسرُورَ يُحِبُّهُ الله» (٢ قورنثس ٩: ٧).

صالح أخاك

" فَإِنْ قَدَّمْتَ قُرْبَانَكَ إِلَى الْمَذْبَحِ وَهُنَاكَ تَذَكَّرْتَ أَنَّ لأَخِيكَ شَيْئاً عَلَيْكَ، فَاتْرُكْ هُنَاكَ قُرْبَانَكَ قُدَّامَ الْمَذْبَحِ وَاذْهَبْ أَوَّلاً اصْطَلِحْ مَعَ أَخِيكَ وَحِينَئِذٍ تَعَالَ وَقَدِّمْ قُرْبَانَكَ" (متى ٥: ٢٣-٢٤). من أقوال القديس افرام السرياني: إذا نشبت معركة بين أخوين، فإن من يتوب أولا ويندم ويصالح أخاه ينال إكليل النصر، أما الآخر فإذا لم يرفض التوبة (توبة الأول)، واهتمّ من أجل استتباب السلام، فإنه يُكلَّلُ أيضا.

«**لَا تُغِيظُوا أَولَادَكُم**» (افسس ٦: ٤)

أبناؤنا بحاجة إلينا لنرعاهم، لنعطيهم الحب والحنان والتوجيه والتعليم والتوبيخ والتأنيب والوقت، لنسمع لهم ونحسّسهم بالمشاركة والوحدة في الفكر وفي الفرح والترح. لكن لننتبه أنه في كثير من الاحيان، هم بحاجة الى ان نتركهم مع اصدقائهم ليلهوا، وأن نتركهم يأخذوا قراراتهم بأنفسهم ويتحملوا مسؤوليتها: "أولادكم ليسوا لكم، أولادكم أبناء الحياة" (جبران خليل جبران).

ثقة الأطفال

شاهدت أباً يلاعب ابنته، ابنة سنتين، فأشار إليها أن تقفز من مكانٍ عالٍ وهو يلقفها. وللحظة نظرت الطفلة إلى علو الموقع وبكل ثقة بأبيها رمت نفسها بين يديه غير خائفة. إن ثقة الابنة بأبيها هي المطلوبة من الكبار لأبيهم السماوي في صعوبات هذه الحياة. "الرَّبُّ يَحْفَظُكَ مِنْ كُلِّ شَرّ. يَحْفَظُ نَفْسَكَ. الرَّبُّ يَحْفَظُ خُرُوجَكَ وَدُخُولَكَ مِنَ الآنَ وَإِلَى الدَّهْرِ" (المزامير ١٢١: ٧- ٨).

دورك في الحياة

لكل منّا دوره في هذه الحياة. إذا عشنا لأنفسنا فقط، فإننا بالأنانية نفقد هدفنا بالحياة، وعندها لن نسعد أبداً على الأرض ولا في السماء. وإذا عملنا من أجل زوجاتنا وأولادنا وعائلاتنا ووطننا بدافع من محبتنا لهم، وبدافع من المحبة المطلقة المزروعة في الإنسان المؤمن لجميع الناس سنكون جزءاً من مخطط الحب الإلهي، وسنختبر ومضات من النور، وعندها سينفتح قلبنا لنعمل أيضاً في حقل الرب ليتمجد اسمه، وسنشعر بسعادة لا مثيل لها على الأرض: "لِكَيْ لاَ يَكُونَ انْشِقَاقٌ

فِي الْجَسَدِ بَلْ تَهْتَمُّ الأَعْضَاءُ اهْتِمَاماً وَاحِداً بَعْضُهَا لِبَعْضٍ. فَإِنْ كَانَ عُضْوٌ وَاحِدٌ يَتَأَلَّمُ فَجَمِيعُ الأَعْضَاءِ تَتَأَلَّمُ مَعَهُ. وَإِنْ كَانَ عُضْوٌ وَاحِدٌ يُكَرَّمُ فَجَمِيعُ الأَعْضَاءِ تَفْرَحُ مَعَهُ" (١ كورنثوس ١٢: ٢٥-٢٦).

الوحدة بالمحبة

" فَتَمِّمُوا فَرَحِي حَتَّى تَفْتَكِرُوا فِكْراً وَاحِداً وَلَكُمْ مَحَبَّةٌ وَاحِدَةٌ بِنَفْسٍ وَاحِدَةٍ، مُفْتَكِرِينَ شَيْئاً وَاحِداً" (فيلبي ٢: ٢). نعيش في عالم يكثر فيه الطلاق، ويكثر فيه الخلاف بين الإخوة، والتفرقة في العائلة الواحدة. والكنيسة انقسمت إلى مئات... أما وصية القديس بولس فهي أن يكون الزوجان على محبة واحدة، والإخوة على رأي واحد، والأب وأولاده على قلب واحد، والعائلة كلّها على فكر واحد، والكنيسة كلّها بمحبة واحدة، لأن الله واحد مع أنه في ثلاثة أقانيم: «لِيَكُونُوا وَاحِدًا كَمَا أَنَّنَا نَحنُ وَاحِدٌ» (يوحنا ١٧: ٢٢).

الطفل والشيخ

لا الشيب في الشعر، ولا التجاعيد في الوجه، ولا النضج في الحديث، ولا عدد الأبناء، ولا عدد المرات التي مرّ فيها الخريف على الإنسان تجعله يشيخ، أو تجعله يكبر عن عدّة أمور يحتاجها كالأطفال تماماً، أو الإنسان الطبيعي، مثل الحب والاهتمام والمديح والدلال والرعاية. مهما كبر ابنك أو ابنتك، فهم بحاجة لحبك واهتمامك. ومهما شاخ والداك فهما بحاجة لرعايتك وحنانك. ولا تنسَ نفسك والطفل الصغير الذي في داخلك، فهو الأحوج للدلال:"إِنِّي فَرِحْتُ بِالرَّبِّ جِدّاً لأَنَّكُمُ الآنَ قَدْ أَزْهَرَ أَيْضاً مَرَّةً ثَانِيَةً اعْتِنَاؤُكُمْ بِي" (فيلبي ٤: ١٠).

أب يقبل القسمة على ٢

كانت طفلة صغيرة، عمرها أربع سنوات، تلاعب طفلة صغيرة أخرى، وتمسح دموعها، لأنها مشتاقة لأبيها المسافر، قائلة لها: «تستطيعين أن تنادي أبوي، بابا. إلى أن يرجع ابوكِ». تأثرت جداً لسماع كلمات المحبة البريئة من طفلة صغيرة (اب يتضاعف بالمحبة الى أبوين). ويا ليت كل الكبار لديهم هذه البراءة والمحبة المعطاءة، ولعله هذا هو السبب الذي من أجله قال المسيح لتلاميذه والجموع: "اَلْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: مَنْ لاَ يَقْبَلُ مَلَكُوتَ اللَّهِ مِثْلَ وَلَدٍ فَلَنْ يَدْخُلَهُ" (مرقس ١٠: ١٥).

الثقة بالأب الأرضي والآب السماوي

رفض ابني الصغير، ابن عشر سنوات، الذهاب معنا الى المزرعة، فقال له ابني الكبير: «إذا غيّرت رأيك لن نرجع من المزرعة البعيدة لاحضارك». فأجابه ابني الصغير: «بابا اكيد بِرجع لي إذا غيرت رأيي». لطالما اذهلتني ثقة الاطفال بآبائهم وامهاتهم. ليتنا نتعلم منهم هذه الثقة «التي في محلها» بالآب السماوي. حينئذ سنعيش بطمأنينة وسعادة مطلقة. " هَلْ تَنْسَى الْمَرْأَةُ رَضِيعَهَا فَلاَ تَرْحَمَ إِبْنَ بَطْنِهَا؟ حَتَّى هَؤُلاَءِ يَنْسِينَ وَأَنَا لاَ أَنْسَاكِ" (إشعيا ٤٩: ١٥).

براءة الأطفال

أوصلتُ ابنتي إلى روضتها، ثم أخذت أراقبها والأطفال في صفها من النافذة يغضبون بسرعة ويتصالحون بأسرع. يبكون وتجف دمعتهم قبل أن تصل إلى الأرض. يغارون من بعضهم البعض بصراحة ووضوح ويخبرونك بذلك. ويطلبون منك المساواة بينهم في المحبة على الأقل والأمور المادية ثانياً. ليتنا نرجع كالأطفال بالمسامحة والصراحة والبراءة والمحبة والقلب الابيض: "اَلْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: مَنْ لاَ يَقْبَلُ مَلَكُوتَ اللَّهِ مِثْلَ وَلَدٍ فَلَنْ يَدْخُلَهُ" (مرقس ١٠: ١٥). ربما عنى الرب هذه الصفات التي في الأطفال، ونحن بالمقابل نفتقدها ولكنها الطريق الى السعادة الابدية.

لماذا نحتفل بأعياد ميلادنا؟

نحتفل بمولد طفل وهبه الله لنا، لكي يتمتّع بالحياة على الأرض، وليتمتع بالحياة الأبدية بالسماء. نفرح على رجاء أن يُكتب اسمه في سفر الحياة: «افرَحُوا بِالحَرِيِّ لِأَنَّ أَسمَاءَكُم كُتِبَتْ فِي السَّمَوَاتِ»(لو ١٠: ٢٠).نفرح لأن طفلنا أو طفلتنا سيكبران ليكونا سنداً لنا في الحياة على الأرض، وعوناً لنا لنصل إلى السماء. نرعاهما في صغرهما، ويرعَياننا في شيخوختنا. نعلّمهما الصلاة وننقل لهما إيماننا، ونأخذهما معنا للمشاركة في القداس، ونحتفل بهما كل عام بيوم مولدهما ونفرح بخلاصهما.

سنُؤدي عنهم حساباً

قالت لي إبنتي الصغيرة فجأة: «بحبك بابا». فقلت لها: «لماذا تحبيني؟» فأجابت: «لأنك تصلّي لنا دائماً كثير كويس». أبناؤنا أمانة في أعناقنا، وخلاصهم مسؤوليتنا. وستُطلَب أنفسهم منّا في يوم الحساب، لذا لنُعلّمهم حُب الرب والصلاة دائماً:

- في السيارة ليحميهم الرب
- قبل الأكل ليبارك طعامهم الرب
- قبل النوم ليحفظهم الرب
- عند الامتحان ليفتح ذهنهم الرب

 في كل الأوقات ليكون في قلبهم الرب.

"أَمَّا يَسُوعُ فَدَعَاهُمْ وَقَالَ: «دَعُوا الأَوْلاَدَ يَأْتُونَ إِلَيَّ وَلاَ تَمْنَعُوهُمْ لأَنَّ لِمِثْلِ هَؤُلاَءِ مَلَكُوتَ اللهِ" (لوقا ١٨: ١٦).

المحبة تولّد العطاء وتقضي على الأنانية

كنت أتناول طعام العشاء مع زوجتي وأبنائي، ويبدو أني وضعت في صحني ما كان قد طلبه ابني الصغير لعشائه دون ان انتبه لذلك، ولاحظته ينظر إلى صحني، فاستدركت، وقدمت له الصحن بما فيه، فرفض بشدة غريبة قائلاً: «أريدك أن تأكله أنت، لأني أحبك كثيراً». استوقفني موقف طفلي ابن السبع سنوات، والمعروف عن هذا العمر حُب التملك والأنانية، وكيف أن حبه تغلب على الأنانية، وولّد العطاء. الله محبة وعطاؤه غير محدود لأنه إله. من يُحب

يدخل في دائرة المحبة الالهية غير المحدودة، ويتذوق سعادة العطاء. «لِأَنَّ الله يُحِبُّ مَن أَعطَى مُتَهَلِّلًا» (٢ كورنثوس ٩: ٧).

الصلاة تفيدنا نحن

لا ينتظر الأبوان أي شكر أو مديح أو مقابل من أبنائهما على رعايتهما لهم، لكنهما يعلّمان أبناءهما الشكر. كذلك الآب السماوي فهو ليس بحاجة إلى شكرنا أو إلى صلاتنا أو إلى صومنا أو إلى تسبيحنا أو تمجيدنا له فهو كامل وواجب الوجود ولا ينقص ولا يزيد بها. لكن شكرنا وصلاتنا يقرباننا من مصدر النعم والبركات وينقِّياننا. كذلك تسبيحنا وصومنا ومحبتنا له تُشركنا في دائرة الحب الالهي فننهل من السلام الذي يفوق كل وصف. «سَلاَمًا أَتْرُكُ لَكُمْ. سَلاَمِي

أُعْطِيكُمْ. لَيْسَ كَمَا يُعْطِي الْعَالَمُ أُعْطِيكُمْ أَنَا. لاَ تَضْطَرِبْ قُلُوبُكُمْ وَلاَ تَرْهَبْ» (يوحنا ١٤: ٢٧). بالصلاة والشكر تتضاعف النعم.

عندما يفرح الناس لموت قريب

كم هو مُفرح أن ترى عائلة المتوفي فرِحَة لموته إذا كانت مُحبة له ومؤمنة بالقيامة والحياة الأبدية، وكم هو مُحزن عندما تفرح تلك العائلة لموته بسبب خِصاله السيئة من سوء معاملة وبُخل وجشع ومسيرة سوء. من الآن حَدِّد ما هو الإرث الذي تحب أن تتركه لأولادك وعائلتك، هل هو الفرح لخلاصك؟ أم الفرح لأنهم تخلصوا من همّ ثقيل. «لَا تَحزَنُوا كَالبَاقِينَ الَّذِينَ لَا رَجَاءَ لَهُم» (١تسالونيكي ٤: ١٣).

الكبار والصغار

يمكن ان تخدع الكبار معظم الوقت بأنك إنسان محُب لهم ولطيف، لكن لا يمكن ان تخدع طفلاً حتى لو كان عمره اقل من سنة، لأن حركات جسدك ونظراتك والطاقة غير المرئية التي تحيط بجسدك ستكشفك لهم عاجلاً ام آجلاً، حيث يوجد رادار رباني غير مرئي في داخل كل طفل. لذا يجب ان ينبع الشعور الصادق والمحبة الخالصة من كيانك، لكي يشعر بها الكبار والصغار، وبها تتحرر روحك من الحقد والانانية، وتتحد بالمحبة، وتعيش بسعادة لا مثيل لها وانت على الارض. «لِتَكُنْ المَحَبَّةُ بِلَا رِيَاء» (رومية٩: ١٢). المحبة تعبر عن ذاتها بلا كلام.

أكرم أباك وأمك الأب الصديق

في إحدى سفراتي كنت أتحدث عن الاعمال مع صديق من عمري، ولَفت نظره ما قلته عن موضوع معين في العمل، فقام بالاتصال فوراً بأبيه العجوز مخبراً إياه بالموضوع، وتحدث معه بضع دقائق كصديق وأب بالرغم من الفجوة العمرية والثقافية الكبيرة، وبالرغم من ان الأب متقاعد. كان يتحدث بأريحية ومحبة وصداقة. المحبة المتبادلة تغلق الفجوة بين الأجيال."أَكْرِمْ أَبَاكَ وَأُمَّكَ لِكَيْ تَطُولَ أَيَّامُكَ عَلَى الأَرْضِ الَّتِي يُعْطِيكَ الرَّبُّ إِلهُكَ" (سفر الخروج ٢٠: ١٢).

الرضا عن الذات ومحبة الأبناء

إشترى طفل في إحد البازارات الخيرية ميدالية من مصروفه الخاص وكان الثمن باهظاً بالنسبة له، وقدمها لوالده الذي تفاجأ بها، وما لبث ان اغرورقت عيناه عندما قرأ عليها عبارة: .(**No.1 DAD**).

ليتنا جميعاً نحرز المركز الاول في عيون أبنائنا، والأهم في عيون أنفسنا، لأننا أهم شخص لنفسنا ولأبنائنا. وما أصعبها لو لم نكن الأفضل في أعين أبنائنا. "أَيُّهَا الآبَاءُ لَا تُغِيظُوا أولَادَكُم"(كولوسي ٣: ٢١).

الباب الثالث عشر:

السعادة الزوجية

كيف تنجح الحياة الزوجية؟

الثقة المتبادلة بين الزوجين:

ثِق بشريك حياتك واشعره بثقتك، قد يكون أحياناً غير جدير بالثقة الكاملة، لكن ثقتك به ستبني ثقته بنفسه وسيصبح شريكاً جديراً بالثقة .

»إمرأتك مثل كرمة مثمرة في جوانب بيتك» (مزامير ١٢٨: ٣).

الزواج السعيد

شاهد رجلٌ صديقاً له يضحك ويمازح زوجته، فبادره قائلاً: «فهمت الآن سبب سعادتك الدائمة». إن الحب والتفاهم الزوجي هو من اهم اسباب السعادة. حافظ /حافظي على بيتك وارعيه بالمحبة والامانة الزوجية. «امرَأَةٌ فَاضِلَةٌ مَن يَجِدُهَا؟ لِأَنَّ ثَمَنَهَا يَفُوقُ اللآلِئَ" (أمثال ٣١: ١٠).

الزوجة الصالحة مصدر للسعادة

«لَيسَ جَيِّداً أن يَكُونَ آدَمُ وَحدَهُ، فَأَصنَعَ لَهُ مُعِيناً نَظِيرَهُ» (تكوين ٢: ١٨) منذ البدء خلق الله آدم، وكان يعلم أنه بحاجة إلى معين وشريك له في هذه الحياة، فخلق له حواء من ضلعه لتكون مساوية له، وتكون عوناً له، وكاتمة أسراره... سلواه في الشدة والضيق – والحضن الدافئ له – معزية له في الحزن، ومتهللة معه في الفرح. وكذلك على الزوج أن يحبها ويحميها ويبذل ذاته من أجلها.

الزواج المسيحي

احتفلت بعيد زواجي الثلاثين، وقد تعلمت الكثير في هذه الرحلة الزوجية المقدسة.

المحبة والتضحية من أجل شريكك وعائلتك هي الوصفة السحرية لحياة مسيحية مقدسة سعيدة.

فالمحبة الزوجية تجعلك تضحي بكل حياتك من أجل زوجك/زوجتك وأولادك، فتتم السعادة،

ويذوب الزوج في العمل من أجل العائلة وهو مبتسم.

المحبة توجد التضحية وإنكار الذات دون تمنن. حيث المحبة لا يوجد توزيع أدوار، بل مشاركة وسباق من أجل راحة وإسعاد الآخر.

مع المحبة، سهر الليالي من أجل الأبناء أو الشريك هو الأمر الطبيعي لأن المحبة تملأ القلب والبيت. في الزواج المسيحي يسعى الزوج والزوجة لخلاص الآخر في رحلة إيمان نحو السماء. "الْمَحَبَّةُ تَتَأَنَّى وَتَرْفُقُ. الْمَحَبَّةُ لاَ تَحْسِدُ. الْمَحَبَّةُ لاَ تَتَفَاخَرُ وَلاَ تَنْتَفِخُ، وَلاَ تُقَبِّحُ وَلاَ تَطْلُبُ مَا لِنَفْسِهَا وَلاَ تَحْتَدُّ وَلاَ تَظُنُّ السُّوءَ، وَلاَ تَفْرَحُ بِالإِثْمِ بَلْ تَفْرَحُ بِالْحَقِّ.وَتَحْتَمِلُ كُلَّ شَيْءٍ وَتُصَدِّقُ كُلَّ شَيْءٍ وَتَرْجُو كُلَّ شَيْءٍ وَتَصْبِرُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ .اَلْمَحَبَّةُ لاَ تَسْقُطُ أَبَداً" (١ كورنثوس ١٣: ٤-٨).

واجبات الزوجين

عندما يَحرم الزوجُ الزوجةَ (او العكس) من حقها بالحب والحنان والعلاقة الجسدية، يحصل ردة فعل عند المحروم ويبحث عن اشباع حاجاته خارج البيت، ويستغل عدو الخير هذه الحاجات ويُغرق البيت في دوامة الخيانة والزنى. والأصح ان ينتبه كل زوجين لحاجات بعضهما البعض فلكلٍ حقوقٌ على الآخر وعد بها الآخر يوم زواجهما. «ليس الزواج مقبرة الحب، فكم من حب جاء ثمرة للزواج» (مي زيادة). «لَيْسَ لِلْمَرْأَةِ تَسَلُّطٌ عَلَى جَسَدِهَا، بَلْ لِلرَّجُلِ. وَكَذلِكَ الرَّجُلُ أَيْضًا لَيْسَ لَهُ تَسَلُّطٌ عَلَى جَسَدِهِ، بَلْ لِلْمَرْأَةِ» (١كورنثوس ٧: ٤).

ما هو الحب

«وتسأليني ما الحب؟ الحب، أن أكتفي بك ولا أكتفي منك أبداً» (نزار قباني). لا تنظر الى الجمال الخارجي فقط، بل ارفق الجوهر والجمال الداخلي ايضاً. إن ٥٠ بالمئة من سعادة الانسان تعتمد على اختياره لرفيق حياته. «اَلْحُسْنُ غِشٌّ وَالْجَمَالُ بَاطِلٌ، أَمَّا الْمَرْأَةُ الْمُتَّقِيَةُ الرَّبَّ فَهِيَ تُمْدَحُ» (أمثال ٣١: ٣٠). «يَجِبُ عَلَى الرِّجَالِ أَنْ يُحِبُّوا نِسَاءَهُمْ كَأَجْسَادِهِمْ. مَنْ يُحِبُّ امْرَأَتَهُ يُحِبُّ نَفْسَهُ» (أفسس ٥: ٢٨). محبتنا تكتمل وكذلك سعادتنا بإسعاد شريك (شريكة) العمر.

بالحلال

إذا أكلت من تعبك بتتهنى، إذا بنيت بأرضك البناء بتعلى،

إذا زرعت بحقلك الثمار بتتملى، وإذا عاشرت حلالك بيتك بالأولاد بيتغنى.

الحلال احلى وابقى

"اكتفوا بأرزاقكم" (لوقا ٣: ١٤).

كيف تعيش بسعادة مع شريك حياتك؟

لا تفتح مواضيع الماضي التي انتهت فهي تجلب الألم لك أيضاً.

إذا سامحت شريكك على أي خطأ ارتكبه في الماضي، فلا تذّكره به إطلاقاً.

إذا علمت الآن عن خطأ قديم، ادفنه في ملفات النسيان، لأنك إن فتحت الجرح سيلتهب عند الطرفين.

«أنَا هُوَ المَاحِي ذُنُوبَكَ لِأَجلِ نَفسِي وَخَطَايَاكَ لَا أَذكُرُهَا» (إشعيا ٤٣: ٢٥).

لنطوِ صفحة الماضي الحزين لنحيا فرح المستقبل مع شريك الحياة

جسد الزوج والزوجة

"ليس للمرأة تسلط على جسدها بل للرجل وكذلك الرجل أيضاً ليس له تسلط على جسده بل للمرأة" (١كورنثوس ٧: ٤) ما أعمق وأغرب هذه الآية، ولكن فيها الترياق لاشواق ورغبات الطرفين لكي لا يُجرَبَوا من عدو الخير كم علاقة خاطئة نشأت خارج عش الزوجية سببها عدم إشباع رغبات الطرف الآخر الجسدية أو العاطفية أو النفسية.

بيت الزوجية

أسس البيت على الإيمان، إبنِهِ على الثقة، سَوِّره بالتسامح، إزرعه بالمحبة، أثِّثه على التفاهم، ونوِّره بمعرفة إحتياجات شريك حياتك، وحوّطه بالتضحية. «البيت والثروة ميراث من الآباء اما الزوجة المتعقلة فمن عند الرب» (الامثال ١٩: ١٤).

أحبوا زوجاتكم

"ايها الرجال أحبوا نساءكم كما أحب المسيح ايضا الكنيسة وأسلم نفسه لاجلها" (أفسس ٥: ٢٥) العقلية الشرقية للرجل أنه الحاكم الآمر الناهي في المنزل، من قرارات مهمة ومصروف البيت، وما تصرفه الزوجة والأولاد بما أنه هو الذي يعمل وبيده المال كله. لكن الزوجة هي أيضاً سيدة المنزل وشريك كامل للرجل ولها الحق في المحبة والاحترام والحرية وإبداء الرأي وأخذ القرارات مشاركةً مع الرجل.

تجارب الشيطان (الاسرة ١/٢)

(إحذروا أيها الأزواج والزوجات): يزرع عدو الخير الفتنة بين الزوج والزوجة ليفكك الأسرة المسيحية ويُدمر سرّ الزواج المقدس: «فالذي جمعه الله لا يفرقه إنسان» (مرقس١٠:٩) فَيُكَبِر أخطاء الزوج أو الزوجة للطرف الآخر ويَبث فيهما الكبرياء ويزرع داء المقارنة مع الأزواج الآخرين. كما ينشر فيروس العَصبية وعدم الإحتمال، ويُغريهما بالعلاقات خارج الزواج، فينشر الزنا ويَهدم قُدسية الزواج ويُشجّع على الطلاق لأي سبب فيتشرد الأبناء. «فقاوموه راسخين في الإيمان» (١بطرس٥:٩).

تجارب الشيطان (الاسرة ٢/٢)

إبليس وأعوانه أرواح ويستطيعون أن يروا حياة الإنسان السابقة وخطاياه وضَعفه وأسراره، ويستغلونها لبث أفكارهم السامّة في عقله، فيُفرِقوا بين الأخ وأخيه في الورثة والمال. ونجح إبليس بإسقاط الإنسان بهذه التجربة عبر الاف السنين لعلمه بجشع الانسان وحبه للمال. كذلك يحارب الزوج والزوجة أو الاخوة أو الآباء مع الأبناء في العمل والإدارة وهدفه أن يَهدِم الأسرة المسيحية حاملة رسالة الخلاص. « فليس صراعنا مع اللحم والدم، بل مع أصحاب الرئاسة والسلطان وولاة هذا العالم، عالم الظلمات، والأرواح الخبيثة في السموات» (افسس٦:١٢)

حافظ على بيتك

إن كبرياء الزوج أو الزوجة، والذي يصل لمرحلة التكبّر على الطرف الآخر، من أسباب الخلافات الزوجية. كما الشك والبُخل وعدم المسامحة، والأنانية والكذب والخيانة. إذا لم ينتبه الأزواج لهذه الأمور، قد تؤدي إلى هدم الزواج، بما فيه تعاسة للطرفين، وتشرّد الأولاد، أو ضياعهم النفسي بشكل مأساوي وقاتل. إن الكبرياء لن تنفع الطرفين عند الطلاق، فكلاهما سيعاني الأمرّين، وسيصاب باليأس والتعاسة، ولن تنفعهم أية علاقات خارجية، أو أصدقاء، أو حتى العائلة: «إن من طلّق امرأته، إلا بسبب الزنى وتزوج بأخرى يزني. والذي يتزوج بمطلّقة يزني» (متى١٩:٩).

الزوج والزوجة

أيها الزوج، ألست أنت القائل في يوم زواجك، أمام هيكل الرب وأمام خادم الرب (الكاهن) وأمام الحضور جميعاً: «أعد أن أكون أميناً لها في الضيق والرخاء، في المرض والصحة، فأحبّها وأكرمها طوال أيام حياتي»، وأعطيتها الخاتم رمزاً لمحبتك وأمانتك؟ وكذلك أنتِ أيتها الزوجة، وعدتِ ذات الوعد. لذلك عليكما أن تفيا بوعدكما هذا طوال أيام حياتكما، وفاءً وأمانةً ومحبةً وإكراماً... وسوف تُحاربَان من عدو الخير، وتضطران للجهاد ضده، فهو سيسعى إلى تدمير هذا البيت

المسيحي وتمزيق الوعد. لكن قوة سر الزواج وإيمانكم ومعونة الرب، ستجعلكما تنتصران. "لِيُوفِ الرَّجُلُ الْمَرْأَةَ حَقَّهَا الْوَاجِبَ، وَكَذلِكَ الْمَرْأَةُ أَيْضًا الرَّجُلَ" (كورنثوس ٧: ٣)

أيها الأزواج

الكثير من الرجال لا ينتبهون لحاجات زوجاتهم النفسية، فلا يراعوهنّ بالكلمات الرقيقة والمجاملات اللطيفة وعبارات الحب، كما لا يراعون حاجاتهم الجسدية، بل بأنانية يراعون فقط حاجاتهم الشخصية. هذا يؤدي إلى إحباط أو كبت عند الزوجة. والعكس صحيح، أي أن على الزوجات مراعاة حاجات أزواجهنّ أيضاً، وتلبيتها «أيها الرجال، أحبوا نساءكم كما أحب المسيح أيضا الكنيسة وأسلم نفسه لأجلها» (أفسس ٥: ٢٥).

كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ١

١ .اساس العلاقة الزوجية هي الثقة المتبادلة فلا تخون ولا تخّون شريك حياتك

٢ .لا تكذب ولا تدفع الطرف الاخر للكذب

٣ .لا تُصّر على الحصول على اجوبة

٤ .كن شريكاً في الحياة الزوجية وليس حكماً بصافرة.

"لِيَكُنِ الزِّوَاجُ مُكَرَّمًا عِنْدَ كُلِّ وَاحِدٍ" (العبرانيين ١٣: ٤)

كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٢

لمن السلطة على الجسد في الزواج: ان شعور أحد الزوجين بالرفض من الطرف الآخر للعلاقة الجسدية يولد لديه الغضب والشعور بأن كبرياءه جُرحت، فيلجأ للانتقام وتعويض الحرمان، فيقيم علاقات جنسية خارج الزواج مما يُعَقد العلاقة بين الطرفين ان كلام الانجيل بهذا الموضوع واضح ويستبق فيه الاحداث

"لَيْسَ لِلْمَرْأَةِ تَسَلُّطٌ عَلَى جَسَدِهَا، بَلْ لِلرَّجُلِ. وَكَذلِكَ الرَّجُلُ أَيْضًا لَيْسَ لَهُ تَسَلُّطٌ عَلَى جَسَدِهِ، بَلْ لِلْمَرْأَةِ." (١ كورنتس ٧: ٤)

كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٣

١ .ترك الباب مفتوحاً للآخر للتراجع وعمل تسوية تحفظ ماء وجهه.

٢ .الحديث بمحبة للاستيضاح وليس لاثبات خطأ الطرف الآخر

٣ .ان يكون هدف النقاش هو البناء وتطوير العلاقة الزوجية وليس إدانة الآخر وهدم البيت الزوجي

٤ .إذا حاول شريك حياتك اخفاء امر معين فمن الافضل تركه مخفياً"وَيَكُونُ الاثْنَانِ جَسَدًا وَاحِدًا. إِذًا لَيْسَا بَعْدُ اثْنَيْنِ بَلْ جَسَدٌ وَاحِدٌ." (مرقس ١٠: ٨)

كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٤

١ .اختيار الوقت المناسب للحديث والنقاش عن المشاكل

٢ .ابقاء قنوات الحديث مفتوحة دائماً

٣ .وضع نفسك مكان الآخر

٤ .كلنا خطاة فلا تحكم على شريك حياتك إذا أخطأ

٥ .عدم المبالغة والتهويل في الحديث

"لِيُوفِ الرَّجُلُ الْمَرْأَةَ حَقَّهَا الْوَاجِبَ، وَكَذلِكَ الْمَرْأَةُ أَيْضًا الرَّجُلَ"(كورنثوس ٧: ٣)

كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٥

الزوج هو شريك حياة، وأب، وصديق، وكاتم اسرار، ورب البيت ... والزوجة هي شريكة، وام لزوجها احياناً، وصديقه، والمخدة التي يلقي همه عليها... الحكمة والمحبة والتواضع والتسامح والتفاهم هم اعمدة البيت فلا تتخلوا عنهم

"وَأُعْطِيهِمْ قَلْبًا وَاحِدًا وَطَرِيقًا وَاحِدًا لِيَخَافُونِي كُلَّ الأَيَّامِ، لِخَيْرِهِمْ وَخَيْرِ أَوْلاَدِهِمْ بَعْدَهُمْ." (إرميا ٣٢: ٣٩)

كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٦

١ .لا تخلط / تخلطي بين دورك كزوج / زوجة ودورك كأم /أب، فالزوج /الزوجة شريك عمرك وليس ابنك/ابنتك.

٢ .الزوج هو رب البيت والمرأة هي عموده وبدون أحدهم ينهدم البيت... لكن للسفينة قبطان واحد

٣ .على الزوجة ان تحترم سلطة الرجل وعلى الرجل ان يضحي من اجل زوجته. "أَيُّهَا النِّسَاءُ اخْضَعْنَ لِرِجَالِكُنَّ كَمَا لِلرَّبِّ،" (أفسس ٥: ٢٢)

كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٧

حُب الفكر:

ساعد شريك حياتك ليتعلم ويتثقف ويطور ذاته، لكي يفهمك وتفهمه، ولتخلق مادة للحوار والنقاش، وتتطور العلاقة الى حب عقلي فكري ايضاً.

"فَتَمِّمُوا فَرَحِي حَتَّى تَفْتَكِرُوا فِكْرًا وَاحِدًا وَلَكُمْ مَحَبَّةٌ وَاحِدَةٌ بِنَفْسٍ وَاحِدَةٍ، مُفْتَكِرِينَ شَيْئًا وَاحِدًا،" (فيلبي ٢: ٢)

سلسلة حلول المشاكل الزوجية

حُسن الاختيار:

على الشاب والفتاه ان يختاروا الزواج ممن يحبون ومن يناسبهم لأسباب موضوعيه (وليس ممن يملكون المال) وفترة الخطوبة يجب ان تكون طويلة كفاية لدراسة الشخص الآخر وطباعه واختبار المشاعر

وأحسن اختيار هو من يرشدنا الرب له وذلك بالصلاة

"مِنْ قِبَلِ الرَّبِّ تَتَثَبَّتُ خَطَوَاتُ الإِنْسَانِ وَفِي طَرِيقِهِ يُسَرُّ." (المزامير ٣٧: ٢٣)

العائلات المفككة

لا يكاد يخلو بيت من المشاكل الزوجية والتي يصل بعضها لحد الطلاق، ان عدم الامانة الزوجية والعناد والكبرياء ومشاكل الحياة اليومية تفاقم المشكلة كما عدم السماح للرب بدخول بيوتهم لا يسمح للرب بمساعدتهم

المحبة والسلام والالتصاق بالرب وكلامه في الانجيل هم المفاتيح لاعادة الفرح والسعادة للبيت. "وَيَكُونُ الاثْنَانِ جَسَدًا وَاحِدًا. إِذًا لَيْسَا بَعْدُ اثْنَيْنِ بَلْ جَسَدٌ وَاحِدٌ." (مرقس ١٠: ٨)

إساءة الاختيار

قد يخطئ الرجل في اختيار شريكة حياته، او انه قد يتقدم للزواج من الفتاة التي تقبل بظروفه الشخصية ووضعه المالي وصفاته الجسدية.

وقد تقبل الفتاه احياناً بالزواج لعدم توفر بدائل، او لانها اختارت زواج المال احيانا بدل الزواج ممن تُحب – ان وجد – وبعد الزواج تبدأ المشاكل لذلك صلي للرب لكي يقودك في اختيار شريك الحياة المناسب كما يقول سفر الامثال: "تَوَكَّلْ عَلَى الرَّبِّ بِكُلِّ قَلْبِكَ، وَعَلَى فَهْمِكَ لاَ تَعْتَمِدْ، فِي كُلِّ طُرُقِكَ اعْرِفْهُ، وَهُوَ يُقَوِّمُ

سُبُلَكَ" (أمثال ٣: ٦) وإذا اكتشفت متأخراً أنك اخترت الشريك غير المناسب لحياتك عليك ان تعمل لكي تُنجح هذا الزواج ببناء المحبة والتفاهم والانسجام والاحترام، هذا احسن من هدم بيتك والبدائل خارجه قد تكون أسوأ وكذلك دمار الاطفال من عدمه هو مسؤوليتك وستحاسب عليها يوم الدينونة

الكبرياء

عندما يتعلم الزوجة والزوج انهما متكافآن ومتساويان بالكرامة امام الرب وامام بعضهما البعض، لن يتكبر أحدهما على الاخر والتي هي اهم سبب باطني للخلافات الزوجية.

"اِسْمَعِي يَا بِنْتُ وَانْظُرِي، وَأَمِيلِي أُذُنَكِ، وَانْسَيْ شَعْبَكِ وَبَيْتَ أَبِيكِ، فَيَشْتَهِيَ الْمَلِكُ حُسْنَكِ، لأَنَّهُ هُوَ سَيِّدُكِ فَاسْجُدِي لَهُ" (المزامير ٤٥: ١٠، ١١)

مَرّق

تذكر أنك تخطئ مثل زوجتك – او زوجك – تماماً فتجاوز عن اخطائها / اخطائه لتتجاوز اخطاءك.

"وَلَمَّا اسْتَمَرُّوا يَسْأَلُونَهُ، انْتَصَبَ وَقَالَ لَهُمْ: «مَنْ كَانَ مِنْكُمْ بِلاَ خَطِيَّةٍ فَلْيَرْمِهَا أَوَّلًا بِحَجَرٍ! »" (يوحنا ٨: ٧).

الرجل غير المرأة

الفروقات بين الرجل والمرأة كبيرة سواء بطريقة التفكير او بالخصائص الفسيولوجية والنفسية فالمرأة تغلب على قراراتها العاطفة اما الرجل فيحتكم للعقل بشكل أكبر. كما ان الخلفية الثقافية والمجتمعية والعائلية المختلفة بينهم تزيد الفجوة، فعلى الطرفين ان يبدأا بدراسة الجنس الآخر بشكل عام وشريك حياتهم بشكل خاص. ويوجد كتب كثيرة حول هذا الموضوع"غَيْرَ أَنَّ الرَّجُلَ لَيْسَ مِنْ دُونِ الْمَرْأَةِ، وَلاَ الْمَرْأَةُ مِنْ دُونِ الرَّجُلِ فِي الرَّبِّ. لأَنَّهُ كَمَا أَنَّ الْمَرْأَةَ هِيَ مِنَ الرَّجُلِ، هكَذَا الرَّجُلُ أَيْضًا هُوَ بِالْمَرْأَةِ. وَلكِنَّ جَمِيعَ الأَشْيَاءِ هِيَ مِنَ اللهِ." (١ كورنثوس ١١: ١١).

سعادة شريكك

سعادة شريكك من مسؤليتك، بالاضافة لمسؤوليته الشخصية بالطبع، وكذلك خلاصه وحياته الابدية وبقدر ما تتخلى عن مسؤوليتك نحوه ستُحاسب يوم الدينونة وبقدر ما تؤلمه ستؤلم نفسك بذات المقدار حتى لو لم تشعر بذلك " فما أدراك أيتها المرأة أنك تخلصين زوجك؟ وما أدراك أيها الرجل أنك تخلص امرأتك؟" (١ كورنثوس ٧:١٦).

الاصغاء

لا تستطيع ان تفهم الطرف الاخر وتحل مشكلته دون الاصغاء اليه، فتعلم استخدام اذنيك الاثنتين أكثر من الفم الواحد. "هُوَذَا الاسْتِمَاعُ أَفْضَلُ مِنَ الذَّبِيحَةِ، وَالإِصْغَاءُ أَفْضَلُ مِنْ شَحْمِ الْكِبَاشِ" (١ صموئيل ١٥: ٢٢)

الام والاولاد والاسرة

ان حياة الزوج والزوجة مرتبطة بحياة اولادهم، واي خلل في علاقتهم ستدمر حياة الابناء، وستخلق شرخاً في قلبهم من المستحيل اصلاحه، فاحذر من تدمير بيتك "حِكْمَةُ الْمَرْأَةِ تَبْنِي بَيْتَهَا، وَالْحَمَاقَةُ تَهْدِمُهُ بِيَدِهَا" (أمثال ١٤: ١)

الرجل سيد البيت ولكن:

"أَيُّهَا النِّسَاءُ اخْضَعْنَ لِرِجَالِكُنَّ كَمَا لِلرَّبِّ،" (أفسس ٥: ٢٢)

"أَيُّهَا الرِّجَالُ، أَحِبُّوا نِسَاءَكُمْ كَمَا أَحَبَّ الْمَسِيحُ أَيْضًا الْكَنِيسَةَ وَأَسْلَمَ نَفْسَهُ لأَجْلِهَا،" (أفسس ٥: ٢٥)

الرجل عقلاني بطبعه والمرأة عاطفية بطبعها لذلك اوصى الرب بأن يكون الرجل سيد البيت ورأس المرأة وهذا لمصلحة الاسرة

"لأَنَّ الرَّجُلَ هُوَ رَأْسُ الْمَرْأَةِ كَمَا أَنَّ الْمَسِيحَ أَيْضًا رَأْسُ الْكَنِيسَةِ، وَهُوَ مُخَلِّصُ

الْجَسَدِ." (أفسس ٥: ٢٣)

ولكن على الرجل ان يحب زوجته ويضحي من اجلها ومن اجل عائلته كما ضحى المسيح بنفسه من اجل عروسه الكنيسة "فَالَّذِي جَمَعَهُ اللهُ لاَ يُفَرِّقْهُ إِنْسَانٌ" (مرقس ١٠: ٩)

لذلك صلِ، صلِ صلِ وتناول الاسرار المقدسة لتتغلب على التجارب وعلى شيطان المخاصمات الزوجية الذي هدفه تدمير العائلات المسيحية وبذلك يحاول تدمير الكنيسة

الباب الرابع عشر:

السعادة في الحياة مع الله

معه المفاتيح

«يَفتَحُ وَلَا أَحَدَ يُغلِقُ، وَيُغلِقُ وَلَا أَحَدَ يَفتَحُ» (رؤيا٣: ٧). هو الربّ الجبار، مالئ الكل، وضابط الكل، كلمته آمرة نافذة، يفتح ولا أحد يغلق ما يفتحه، ويغلق ولا أحد يستطيع أو يجرؤ أن يفتح. هو خالق السماوات والأرض، بيديه مفاتيح الجحيم والملكوت، مبدع الحياة. وهو يحبّك فهو المحبة المطلقة. ارجع إليه، وهو سيفتح كل ما هو مغلق أمام وجهك.

لن أتركك

في عراك يعقوب مع ملاك الله طوال الليل قال له الله:"اطْلِقْنِي لانَّهُ قَدْ طَلَعَ الْفَجْرُ». فَقَالَ: «لا اطْلِقُكَ انْ لَمْ تُبَارِكْنِي" (تكوين ٣٢: ٢٦). علينا أن نصلي ونطلب من الرب بلجاجة – لا نتركه حتى يباركنا – ويحل مشاكل حياتنا، نتحاجج مع الرب: «هَلُمَّ نَتَحَاجَجْ يَقُولُ الرَّبُّ» (إشعيا ١: ١٨). هو أبونا وهو المسؤول عنا، وهو القادر على منحنا السلام والسعادة على الأرض، وفي السماء بعد موتنا.

السعادة على الأرض

هل يمكن أن نكون سعداء على الأرض بالرغم من كل منغصات ومشاكل الحياة؟ إذا عشنا فعلاً في علاقة وثيقة مع الرب في كل لحظة وساعة ويوم، فلا شيء يمكنه ان ينتزع فرحنا. "اَلْمَرْأَةُ وَهِيَ تَلِدُ تَحْزَنُ لأَنَّ سَاعَتَهَا قَدْ جَاءَتْ، وَلكِنْ مَتَى وَلَدَتِ الطِّفْلَ لاَ تَعُودُ تَذْكُرُ الشِّدَّةَ لِسَبَبِ الْفَرَحِ، لأَنَّهُ قَدْ وُلِدَ إِنْسَانٌ فِي الْعَالَمِ" (يوحنا ١٧: ٢١).

الشمس والاكتئاب

في بعض البلدان الباردة، لا يرى الناس الشمس إلا قليلاً، لذا يعاني الكثير منهم من الاكتئاب. مؤخراً وضعت في إحدى تلك البلدان الباردة مصادر إضاءة ضخمة في الشوارع لتعوض عن الشمس. هذا ممكن. أما المسيح النور الحقيقي ومصدر الدفء في القلب، ومصدر السعادة والهناء والشبع لا يمكن تعويضه. "يَكُونُ اسْمُهُ إِلَى الدَّهْرِ. قُدَّامَ الشَّمْسِ يَمْتَدُّ اسْمُهُ. وَيَتَبَارَكُونَ بِهِ. كُلُّ أُمَمِ الأَرْضِ يُطَوِّبُونَهُ" (المزامير ٧٢: ١٧). اقترب من المسيح وهو سيُنير حياتك.

رحمة الرب أفضل من الحياة

يا رب ساعدنا أن نكون معك. نحن نطمح ان نسكن في ديارك وفي حماك لننعم بالفرح الذي لا يزول والسعادة الحقيقية «لِأَنَّ رَحمَتَكَ أَفضلُ مِنَ الحَيَاةِ. وَشَفَتَايَ تُسَبِّحَانِكَ» (المزامير٦٣: ٣) «تُعَرِّفُنِي سَبِيلَ الْحَيَاةِ. أَمَامَكَ شِبَعُ سُرُورٍ. فِي يَمِينِكَ نِعَمٌ إِلَى الأَبَدِ» (المزامير١٧: ١١).

حدّد مصدر سعادتك

بعض الناس يعتبر أصدقاءه مصدراً للسعادة، وهؤلاء لا يلبثون أن يختفوا من حياته. والبعض يعتبر تحقيقه لشهواته، من جنس وشهرة ومال، مصدراً لسعادته. والبعض يعتبر أن اهتمام الناس بإنجازاته، ومدحهم له لماله أو مركزه أو جماله مصدراً آخر لها. لكلٍّ تفكيره الخاص، ولكن الحياة أثبتت أن كل هذه الأمور زائلة، ولا يُعتمد عليها. اعتمد فقط على وعد الرب يسوع وكلماته، لأنها لا تسقط: «السَّمَاءُ وَالأَرضُ تَزُولَانِ، وَكَلَامِي لَن يَزُولَ»

(متى ٢٤: ٣٥). اطلب منه السعادة وهو سيمنحك إياها على الأرض وفي السماء.

لا تربط سعادتك بأي شيء يمكن أن تخسره

إذا ربطت سعادتك بالحصول على ثروة، أو بيت، أو سيارة، أو منصب معين، وحصلت عليه، قد تخسره وتخسر سعادتك معه. والأهم أنك قد تحصل عليه، ولا تصل إلى السعادة التي كنت تتوقعها، فتكون كالذي كان يركض وراء سراب. أما إذا ربطت سعادتك بالحقيقة الأزلية، ومصدر السعادة الدائم، وهو الرب، فلن تندم أبداً، لأنه يستحيل عليك أن تخسره، أو تخسر السعادة التي يجلبها الإيمان والحياة معه. "وَلاَ عُلْوَ وَلاَ عُمْقَ وَلاَ خَلِيقَةَ أُخْرَى تَقْدِرُ أَنْ تَفْصِلَنَا عَنْ مَحَبَّةِ اللهِ

الَّتِي فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ رَبِّنَا" (رومية٨: ٣٩). "لأَنَّنَا إِنْ عِشْنَا فَلِلرَّبِّ نَعِيشُ وَإِنْ مُتْنَا فَلِلرَّبِّ نَمُوتُ. فَإِنْ عِشْنَا وَإِنْ مُتْنَا فَلِلرَّبِّ نَحْنُ" (رومية١٤: ٨).

من يُحبّنا كما نَحن؟

«أقصى درجات السعادة هي أن نَجد من يحبّنا فعلاً... يُحبّنا على ما نحن عليه، أو بمعنى أدقّ يُحبّنا بالرغم مما نحن عليه» (نجيب محفوظ). كلنا لدينا نقائص وطباع سيئة، لا يوجد من هو كامل، لذا ننتقد بعضنا البعض.

دائماً الوحيد الذي يُحبنا كما نحن هو الرب يسوع، حتى ونحن خطاة أحبّنا. "لأَنَّهُ إِنْ كُنَّا وَنَحْنُ أَعْدَاءٌ قَدْ صَالَحَنَا مَعَ اللهِ بِمَوْتِ ابْنِهِ فَبِالأَوْلَى كَثِيراً وَنَحْنُ مُصَالَحُونَ نَخْلُصُ بِحَيَاتِهِ" (رومية٥: ١٠). "وَلَكِنَّ اللهَ بَيَّنَ مَحَبَّتَهُ لَنَا لأَنَّهُ وَنَحْنُ بَعْدُ خُطَاةٌ مَاتَ الْمَسِيحُ لأَجْلِنَا" (رومية٥: ٨).

الرب هو مصدر سعادتنا

«القَلِيلُ مَع مَخَافَةِ الرَّبِّ، خَيرٌ مِن كَنزٍ عَظِيمٍ مَع هَمٍّ» (امثال١٥: ١٦). الايمان بالرب ومخافته (وليس الخوف منه)، هي التي تجلب الخيرات على الانسان. «هُوَذَا عَينُ الرَّبِّ عَلَى خَائِفِيهِ الرَّاجِينَ رَحمَتَهُ» (المزامير٣٣: ١٨). والخيرات ليست بالضرورة المال الكثير، بل الخيرات تكون في السعادة الداخلية والفرح والقناعة والرجاء بالحياة الأبدية، والصحة والابناء الصالحين ومحبة الناس.

المتعة الموقتة

في زيارة عمل لاحدى العواصم التي تحاكي الغرب (لكن دون جذور مجتمعية عائلية) وجدت السكان ضائعين باحثين عن هوية واحدة تجمع ما بين عشرات الجنسيات المختلفة. كما وجدتهم يبحثون عن السعادة الهاربة منهم دون جدوى. فكلٌ يسهر ويسكر ويبحث عن المتعة المؤقتة ظاناً انها تدوم او انها تعوضه عن السعادة الحقيقية التي لن يجدها إلا في عائلته وزوجته ووطنه ومحبتهم، وفي الاتحاد مع الرب بعمق بالصلاة وحضور القداس. "أَنَا الْكَرْمَةُ وَأَنْتُمُ الأَغْصَانُ. الَّذِي يَثْبُتُ فِيَّ وَأَنَا فِيهِ هَذَا يَأْتِي بِثَمَرٍ كَثِيرٍ لأَنَّكُمْ بِدُونِي لاَ تَقْدِرُونَ أَنْ تَفْعَلُوا شَيْئاً"(يوحنا ١٥: ٥).

دع الأمر لمن بيده الأمر

فَأَيْقَظُوهُ وَقَالُوا لَهُ: «يَا مُعَلِّمُ أَمَا يَهُمُّكَ أَنَّنَا نَهْلِكُ؟ فَقَامَ وَانْتَهَرَ الرِّيحَ وَقَالَ لِلْبَحْرِ: اسْكُتْ. ابْكَمْ». فَسَكَنَتِ الرِّيحُ وَصَارَ هُدُوءٌ عَظِيمٌ" (مرقس ٤: ٣٩). كل يوم نصادف مشاكل أو مصائب شخصية أو عائلية، من مرض أو حالة وفاة او فقدان عمل، ونبدأ بالهروب من الواقع، بالأرجيلة او الكحول او التدخين... لنسلِّم الله سفينة حياتنا فنرتاح، فهو أحسن رُبّان وسيوصلنا إلى بَرّ الأمان ويمنحنا هدوءاً عظيماً.

جرّبها

تخيل ان تحقق كل ما كنت تنتظر ان يتحقق وتسعى إليه، سواء كان ذلك امنيات او مشاكل تنتظر الحل. ستلاحظ ثلاثة امور: أولاً، أن بعضها لم يكن مهماً بالحقيقة. ثانياً، ان البعض الآخر جيد ولذيذ، لكن لن يحقق لك السعادة المرجوة. ثالثاً، لا بد من وجود شيء أهم من كل هذه الامور وقادر ان يسعدك فعلاً. قد تأخذ سنوات طويلة لتكتشف ان السعادة الحقيقية لن تتحقق إلا من خلال الوحدة والألفة مع الرب يسوع. وان الرغبات والاماني والشهوات، ولو حصلت

عليها، ستسعدك لوقتٍ قصير جداً، وثم ما تلبث ان تصبح امراً عادياً. "وَاحِدَةً سَأَلْتُ مِنَ الرَّبِّ وَإِيَّاهَا أَلْتَمِسُ: أَنْ أَسْكُنَ فِي بَيْتِ الرَّبِّ كُلَّ أَيَّامِ حَيَاتِي لِكَيْ أَنْظُرَ إِلَى جَمَالِ الرَّبِّ وَأَتَفَرَّسَ فِي هَيْكَلِهِ" (المزامير٢٧: ٤).

للباحث عن السعادة

الكثيرون يظنون ان السعادة في الامتلاك، سواء امتلاك المال او امتلاك السلطة او القدرة على اشباع شهوات الجسد الجنسية و/او العاطفية والحسية الأخرى من مأكل ومشرب، وتمتع بالسفر والمناظر الطبيعية الخلابة وغيرها. لكنَّ مَن امتلكوا كل هذه الاشياء كانت سعادتهم مؤقتة ومحدودة بالوقت والكم ولم يصلوا إلى السعادة التي ينشدونها، لأن السر في السعادة ليس فيها. والحقيقة هي ان الانسان يمتلئ بالفرح والسعادة والغبطة عندما يسكن الله في قلبه، فيشعر به كل لحظة

ويتواصل معه مع كل شهيق وزفير، عندها سيشعر كأنه يطير في السماء ويسكن في الملكوت، وهذه حقيقة مجربة وواقعية، وليست كلام نثر او وعظ وإرشاد.

"لَيْسَ مَلَكُوتُ اللهِ أَكْلاً وَشُرْباً بَلْ هُوَ بِرٌّ وَسَلاَمٌ وَفَرَحٌ فِي الرُّوحِ الْقُدُسِ" (رومية١٤: ١٧).

مفتاح الملكوت

بالرغم من خطايانا الموجهة نحو الله والقريب، لا يزال ربنا يغفر لنا دائماً أبداً، لا بل أعطانا مفتاح الملكوت أيضاً، ويحبنا حباً مطلقاً، ووهبنا رحمة أبدية: «مَحَبَّةً أَبَدِيَّةً أَحبَبْتُكَ مِن أَجلِ ذَلِكَ أَدَمْتُ لَكَ الرَّحمَةَ» (إرميا ٣١: ٣). و«جَادَ بِابنِهِ الوَحِيدِ لِكَي لَا يَمُوتَ كُلُّ مَن يُؤمِنُ بِهِ بَل يَنَالُ الحَيَاةَ الأَبَدِيَّةَ» (يوحنا ٣: ١٦). نحن محظوظون بمحبة ورحمة ونعمة ربنا علينا. ألقِ كل حملك على الرب.

الطمأنينة والسلام

بِسَلاَمٍ أَضْطَجِعُ وَأَنَامُ لأَنَّكَ أَنْتَ وَحدَكَ يَا رَبُّ فِي الطُّمَأْنِينَةِ تُسَكِّنُنِي" (المزامير ٤: ٨). من يَسِرْ على درب الرب يَعِشْ في حمى العليّ، لا يخاف من عدو يغدره في الليل. وينام ملء جفنيه. حتى لو كانت آخر ليلة له في الحياة، ينام مطمئناً ان روحه بين يدي الرب. طوبى لمن يؤمن. الرب يحفظكم. لنصلِّ كل ليلة...

نور العالم

"أَنَا هُوَ نُورُ الْعَالَمِ. مَنْ يَتْبَعْنِي فلاَ يَمْشِي فِي الظُّلْمَةِ بَلْ يَكُونُ لَهُ نُورُ الْحَيَاةِ" (يوحنا ٨: ١٢).

ما هو نور الحياة؟ هو المسيح يسوع، ابن الله الحي الكائن منذ الأزل وإلى الأبد، واجب الوجود والكلي القدرة، كلامه وتعاليمه فيها حياة أبدية لنا، وتهبنا النور للحياة الأرضية أيضا.

الصلاة والتدخين

سأل إنسان مؤمن أباه الروحي هل يجوز أن يُدَخِن أثناء الصلاة، فأجابه بالنفي وفي اليوم التالي سأله هل يجوز الصلاة أثناء التدخين فأجابه بنعم. أولويتنا في الحياة هي العيش في وِحدة مع الرب بالصلاة في كل وقت... في العمل... في الإجازة... في الفرح... والحزن «وَاظِبُوا عَلَى الصَّلَاةِ سَاهِرِينَ بِالشُّكرِ» (كولوسي ٤: ٢).

الرب قريب

من أول آية في الكتاب المقدس «في البدء خلق الله السموات والأرض» (تكوين ١: ١) إلى آخر آية «آمين. تعال أيها الرب يسوع» (رؤيا ٢٢: ٢٠)، يخبرنا أن الرب قريب منّا دائماً، في قلوبنا وفي فكرنا وفي مشاكلنا، في فرحنا وفي ساعة موتنا، أُطلبوا الرب وهو سيملأ حياتكم بالفرح والسلام.

نصيحة

أَحبب الرب قبل الأنام،

وأترك شهوات العالم دون مَلام،

يَهبك الرب الإيمان والمحبة بدون الآلام،

فيرتاح قلبك في الصحوة والمنَام،

وتَفرح بخلاص الرب والسلام.

أبناء الله

الله يمنح أبناءه نِعَماً مجانية، أولها الإيمان الذي يلد البر وينتج عنه ثقة بالله وبالخلاص النابع عن الإيمان الممنوح لنا مجاناً «مُبَرَّرِينَ مَجَّاناً بِنِعمَتِهِ بِالفِدَاءِ الَّذِي بِيَسُوعَ المَسِيحِ» (رومية٣: ٢٤)، ويلد قناعة ورضى وشبعاً وأماناً وراحة وسلاماً داخلياً ومصالحة مع الذات، وكله مجاناً من ملك السلام. "وَلْيَمْلِكْ فِي قُلُوبِكُمْ سَلاَمُ اللهِ الَّذِي إِلَيْهِ دُعِيتُمْ فِي جَسَدٍ وَاحِدٍ، وَكُونُوا شَاكِرِينَ" (كولوسي ٣: ١٥).

أحلى شعور في الدنيا

أن تشعر بوجود الله الفعلي في حياتك، بحيث تتحدث إليه بكل صراحة ومودة وسهولة وفي كل وقت بالصلاة، وتسمع صوته في أذنيك دون كلام وحنانه في قلبك، وعطاياه في حياتك. تُخطئ ويسامحك وحتى قبل ان تعتذر منه، فهو معك في كل ذرة من كيانك. ويعلم قلبك أنه غفر لك قبل ان تخطئ: «قَبلَ أن أُصَوّرَكَ فِي البَطنِ عَرَفتُكَ» (إرميا١: ٥).

قصة حقيقية

أخبرني تجار ذهب أصدقاء عن نادرة حصلت مع أحدهم، حيث جاء عريس كبير في السن مع عروس صغيرة وجميلة، وكان شرطها للزواج منه ان يكون مهرها وزنها ذهباً. ورضخ العريس العجوز للشرط لرغبته في الزواج منها، وطلب من الصائغ ان يزن العروس، ويعطيها ما ترغب من الذهب مساوياً لوزنها. ضحى العريس بمبلغ كبير من أجل سعادة متوقعة منتظرة لسنوات قليلة. كم بالحري ممكن أن ندفع أو نفعل للحصول على سعادة أكيدة أبدية؟ "يُشْبِهُ مَلَكُوتُ السَّمَاوَاتِ كَنْزاً مُخْفىً فِي

حَقْلٍ وَجَدَهُ إِنْسَانٌ فَأَخْفَاهُ. وَمِنْ فَرَحِهِ مَضَى وَبَاعَ كُلَّ مَا كَانَ لَهُ وَاشْتَرَى ذَلِكَ الْحَقْلَ" (متى ١٣: ٤٤).

البوصلة

أحياناً لا نجد هدفاً لحياتنا ولا حماسة ولا إثارة للسير قدماً، مثل قبطان السفينة الذي تعطلت بوصلته، وبالتالي لا يستطيع الوصول إلى الميناء الذي يريده. أما نحن فلكي نصل إلى ميناء السعادة الأبدية، علينا تحديد الهدف، لخلق الحماس له.

واهم هدف هو خلاص نفوسنا والحياة الابدية: "وَاحِدَةً سَأَلْتُ مِنَ الرَّبِّ وَإِيَّاهَا أَلْتَمِسُ: أَنْ أَسْكُنَ فِي بَيْتِ الرَّبِّ كُلَّ أَيَّامِ حَيَاتِي" (المزامير٢٧: ٤).

«أنَا مَعَكُم لَا تَخَافُوا» (متى ١٤: ٢٧)

الكثيرون منا يعانون من الاضطراب وعدم الراحة النفسية، ومن مشاكل شتى في العمل والاسرة والصحة. ما الحل؟ علينا الرجوع إلى بيت الرب، حيث الراحة والطمأنينة: «فِي ظِلِّ القَدِيرِ أَبِيتُ» (المزامير ٩١: ١).

حياة الاطمئنان

كنت استمتع وأنا في أحد القطارات بمناظر الطبيعة الخلابة والمروج الخضراء، حيث ترعى قطعان من الخراف واخرى من البقر وهي مطمئنة تحت الشمس. وراعيها يؤمن لها الماء والرعاية والطعام. وتذكرت المزمور: "اَلرَّبُّ رَاعِيَّ فَلاَ يُعْوِزُنِي شَيْء. فِي مَرَاعٍ خُضْرٍ يُرْبِضُنِي. إِلَى مِيَاهِ الرَّاحَةِ يُورِدُنِي" (المزامير٢٣: ١-٢).

«رَحمَتُهُ أَحسَنُ مِنَ الحَيَاةِ» (المزامير٦٣: ٣)

الحياة حلوة ومثيرة، وفيها مغامرات وإنجازات وتحديات وتحقيق الذات وفرح ولحظات تخطف الانفاس. ولكن مع هذا فإن رحمة الرب والسكنى في بيته في السماء أجمل بكثير وبلا مقارنة، لأن السماء سعادتها أبدية ووصفها فوق الخيال: «وَهذَا هُوَ الْوَعْدُ الَّذِي وَعَدَنَا هُوَ بِهِ: الْحَيَاةُ الأَبَدِيَّةُ. (١يوحنا ٢: ٢٥).

«**سَلَاماً أترُكُ لَكُم. سَلَامِي أُعطِيكُم**» (يوحنا ١٤: ٢٧)

الرب يعلم أعمق حاجة للإنسان، وهي الشعور بالأمان والسلام. سبق يسوعُ المسيح العالِم «ماسلو»[1] وسُلَّمَه الذي وضعه للحاجات بآلاف السنين، وأعطى الحل لباقي حاجات الإنسان عندما قال: «اطلُبُوا أَوَّلاً مَلَكُوتَ الله وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُم» (متى ٦ : ٣٣).

---

1 **ابراهام ماسلو** Abraham Maslow (١٩٠٨-١٩٧٠) عالم نفس أمريكي،

الدقائق والثواني

كل سنة تمضي من عمرك دون علاقة مع الرب، تخسر أهم شيء في حياتك. في كل شهر تعيشه، ولا تشتغل فيه في حقل الرب، تحصد أموراً فانية. في كل يوم تعيشه بعيداً عن الرب، تخسر ٢٤ ساعة سعادة. في كل ساعة تغضب فيها، تخسر ٦٠ دقيقة سلام. في كل دقيقة تعيشها دون رجاء الحياة الأبدية، تعيش ٦٠ ثانية قلقاً واضطراباً. احذر! فإن العمر هو تراكم الثواني. عشها بفرح وطمأنينة الابن في حضن أبيه: "لأَنَّ مَنْ يَزْرَعُ لِجَسَدِهِ فَمِنَ الْجَسَدِ يَحْصُدُ فَسَاداً، وَمَنْ يَزْرَعُ لِلرُّوحِ فَمِنَ الرُّوحِ يَحْصُدُ حَيَاةً أَبَدِيَّةً" (غلاطية ٦: ٨).

الدعوة عامة

من طرائف ما رأيت حفل زفاف بجانب بيتي في خيمة كبيرة جداً، وعُلّقت يافطات في الشوارع القريبة تدعو إلى الزفاف وعليها اسم العريس والعروس و«الدعوة عامة». مع فارق التشبيه، فقد دعا الرب يسوع جميع الناس إلى العرس (الدعوة عامة) إلى الملكوت السماوي، ولكن قليلين هم الذين لبوا الدعوة «لِأَنَّ الكَثِيرِينَ مَدعُوُّونَ وَالمُختَارُونَ قَلِيلُونَ" (متى ٢٢: ١٤) وكل من يُلبي عليه ان يلبس

بدلة العُرس، أي التوبة عن الأعمال الميتة والإيمان بالله (عبرانيين ٦: ١). «أَمَّا العُرسُ فَمُعَدٌّ وَأَمَّا المَدعُوُّونَ فَلَم يَكُونُوا مُستَحِقِّينَ» (متى ٢٢: ٨).

كم تحبّ أن تعيش؟

٧٠ أم ٨٠ أم ١٠٠ سنة؟ قد تريد أن تعيش أكثر وقد ترغب أن تعيش «العمر كله». ولكن ستشترط أن تعيش بصحة ممتازة وأن يكون لديك مال كثير، وأن تكون سعيداً، ولديك كل ما تحتاجه، وأن يكون معك عائلتك وأصدقاؤك وألا تمَلَّ. وأنا أقول لك إن هذا ممكن جداً، بل وأكثر، إذا اتبعنا كلام المسيح «الحَقَّ الحَقَّ أَقُولُ لَكُم: مَنْ يَحفَظْ كَلَامِي لَا يرَ المَوتَ أبَدًا» (يوحنا ٨: ٥١). وبهذا لا نموت ولكن أيضاً سيمنحنا سعادة أبدية ويشبع كل احتياجاتنا.

ولكن سيمنحنا "مَا لَمْ تَرَ عَيْنٌ وَلَمْ تَسْمَعْ أُذُنٌ وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ: مَا أَعَدَّهُ اللهُ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَهُ" (١ كورنثوس ٢: ٩).

الرجاء بالأبدية لا بحياة الدنيا الزائلة

قرأت في الجريدة عن احتفال بأكبر إنسان معمّر على قيد الحياة، والذي بلغ عمره ١٠٠ عام، وبسؤاله ما هو توقعه للعيش؟ أجاب أن أعيش عامين آخرين!! هل العيش في هذه الحياة ٢٠٠ عام مطلب لنا؟ أن نعيش عَجزة، لا نقدر على الحراك والرياضة والعمل والتطوير؟؟ هل هذه الحياة على الأرض كل ما هنالك في الوجود؟ هل تقف طموحات البشر على العيش ١٠٠-٢٠٠ بغنى مادي، وبعض الطموحات هنا وهناك؟؟ رجاؤنا وإيماننا بحياة أخرى لا موت فيها، بسعادة

مطلقة، هما وقود حياتنا الأرضية: " فَإِنِّي أَحْسِبُ أَنَّ آلاَمَ الزَّمَانِ الْحَاضِرِ لاَ تُقَاسُ بِالْمَجْدِ سَيَتَجَلَّى فِينَا" (رومية٨: ١٨).

«ماسك الهواء بإيدي»

هي كلمات من أغنية المطرب الراحل عبد الحليم حافظ، وهي تعني «مش ماسك إشي». هذه هي الحياة بصعوباتها التي تذهب، وبلحظاتها الحلوة التي لا تلبث أن تولي الادبار، ولا تستطيع أن تمسكها مهما حاولت التشبّث بها: «الكُلُّ بَاطِلٌ وَقَبضُ الرِّيحِ» (الجامعة ١: ١٤). لذا تشبث بالحياة الأبدية، وطريقها الإيمان بيسوع المسيح. وجاهد الجهاد الحسن ضد الخطيئة، لكي تصل إلى الملكوت السماوي حيث السعادة الأبدية.

الاتحاد بالمسيح

"فَإِنِّي مُتَيَقِّنٌ أَنَّهُ لاَ مَوْتَ وَلاَ حَيَاةَ وَلاَ مَلاَئِكَةَ وَلاَ رُؤَسَاءَ وَلاَ قُوَّاتِ وَلاَ أُمُورَ حَاضِرَةً وَلاَ مُسْتَقْبَلَةً، وَلاَ عُلْوَ وَلاَ عُمْقَ وَلاَ خَلِيقَةَ أُخْرَى تَقْدِرُ أَنْ تَفْصِلَنَا عَنْ مَحَبَّةِ اللهِ الَّتِي فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ رَبِّنَا" (رومية٨: ٣٨-٣٩). إذا قرّرت بإرادتك الحرة الاتحاد بالمسيح بالصلاة، وبالعمل بمشيئته، لن يفصلك شيء عنه، وستستمد منه القوة والنعمة، لتسير في هذه الحياة بفرح، فأنت متحدّ بخالق الكون.

أبانا الذي في السموات «ليتقدّس اسمك» (متى٦: ٩)

ليتقدّس اسم الرب في حياتنا، أي أن نتعامل مع اسمه بكل احترام وقدسية، فلا نحلف باسمه بالباطل: «وَلَا تَحلِفُوا بِاسمِي لِلكَذِبِ، فَتُدَنِّسَ اسمَ إِلَهِكَ. أنَا الرّبّ» (لاويين ١٩: ١٢). ونسجد لاسمه: «لِكَي تَجثُوَ بِاسمِ يَسُوعَ كُلُّ رُكبَةٍ مِمَّنْ فِي السَّمَاءِ وَالأرضِ، وَتَحتَ الأرضِ» (فيلبي ٢: ١٠)، وأن نطلب احتياجاتنا باسم الرب: «إِلَى الآن لَمْ تَطلُبُوا شَيئًا بِاسمِي. اُطلُبُوا تَأخُذُوا لِيَكُونَ فَرَحُكُم كَامِلاً» (يوحنا ١٦: ٢٤). اسم الرب هو الله «أنا هو» (يوحنا ١٨: ٦) أي الكائن منذ الأزل.

وعندما تجسّد، سُمّي عمانوئيل، أي الله معنا، أو يسوع ومعناه الله يخلّص لأنه يخلّص شعبه من خطاياهم. عندما نقدّس اسم الرب بحياتنا، يقدّسنا اسمه ويغلفنا بحمايته. اطلبوا كل شيء باسم الرب.

الله يريد قلوبنا لا أفواهنا

صلِّ بقلبك، وبعقلك أيضًا... صلِّ بحبّ، لا متباهيًا بفكرك.

صلِّ بصمت، لا بالكلام الكثير... صلِّ بشكر للرب، لا بكثرة الطلبات.

أُسجد بقلبك في حضرة الرب، قبل ان تسجد بركبك...

اقضِ وقتًا كافيًا لتشعر بحضوره في قلبك، وليس لانك قمت بواجب "وخلِصِت".

أنتَ الذي ستمتلئ فرحًا ونعمًا باتصالك مع الرب يسوع، وأنت لا تزيده شيئًا.

حياتك سيكون لها معنى حلو، وستمتلئ بالفرح، إذا أنت عشت فعلاً مع الرب،

بقلبك وفكرك وإرادتك، هذا هو سر الحياتين الأرضية والسماوية «أن تُحِبَّ الرَّبَّ إِلَهَكَ مِن كُلِّ قَلبِكَ، وَمِن كُلِّ نَفسِكَ، وَمِن كُلِّ فِكرِكَ» (متى ٢٢: ٣٧).

هل نصوم لإرضاء الله

بالطبع لا. نحن لا نصوم، أو حتى نصلّي لإرضاء الله لا بل نصوم ونُصلي لأننا بحاجه لهما فالصيام هو لمساعدة الروح للسيطرة على الجسد وأهوائه، ليصبح قادراً على محاربة الخطيئة والانتصار عليها. ونصلي لاننا بحاجه للصلاة من اجلنا ومن اجل الآخرين. الصلاة تقرّبنا من مصدر الخيرات والنعم. وعندما نتّحد بواسطتها بالله، ننهل من هذه الخيرات، فننعم بالسلام والطمأنينة، والحب والفرح وطول الأناة، ونبدأ حياة السماء من الآن. أما الله، فيطلب صلاتنا وصومنا، ليس لأنه

بحاجة لهما، بل نحن بحاجة إليه تعالى. الله غفر لنا، فقد وهبنا الغفران بدم ابنه مجاناً، إذا آمنا بهذا الفداء، وعشنا حياة التوبة والأعمال الصالحة: «يَقُولُ الرَّبُّ ارجِعُوا إِلَيَّ بِكُلِّ قُلُوبِكُم، وَبِالصَّومِ وَالبُكَاءِ وَالنَّوحِ» (يوئيل ٢: ١٢).

أبانا الذي في السموات «ليكن ما تشاء في الأرض كما في السماء» (متى ١٦: ١٠)

إن مشيئة سكان السماء هي نفس مشيئة الله، وإلا لما وصلوا إليها، ولما استطاعوا أن يدخلوها. فالله نور وصلاح، ولا يسكن بحضرته إلا ما كان موافقاً لمشيئته. فالملائكة والقديسون والمؤمنون سكّان السماء مشيئتهم هي مشيئة الآب، وهي الأفضل لهم، وهي استمرار للقرار الذي أخذوه وهم أحياء على الأرض. كذلك الملائكة، منهم من اختار بإرادة حرة، الاتحاد بالله والعيش معه في السماء، ومنهم من أخطأ الاختيار،

فتكبّر، وسقط كالشيطان. نحن نطلب بالصلاة أن يحل ملكوت الله وأن تتم مشيئته على الأرض، وبقرار شخصي نطلب أن يملك على حياتنا، وبذلك نبدأ حياتنا في السماء: «أبانا الذي في السموات. ليتقدّس اسمك ليأتِ ملكوتك. لتكن مشيئتك كما في السماء كذلك على الأرض» (لوقا ١١: ٢).

كابتن حياتنا

قريبة لي تخاف من ركوب الطائرات، وتبقى مشدودة الأعصاب طوال الرحلة. في إحدى سفراتها، تفاجأت أن الكابتن ما هو إلا صديق قديم للعائلة، فدعاها إلى مقصورة القيادة، وتلاشى خوفها في تلك الرحلة كون الكابتن موضع ثقتها. ألا نثق نحن أن كابتن حياتنا هو الله؟ وأنه سيقودنا إلى ميناء السلامة، فيهدأ روعنا، ونعيش بطمأنينه وفرح! «الرَّبُّ رَاعِيَّ فَمَا مِن شَيءٍ يُعوِزُنِي» (المزامير٢٣: ١).

الله يعلم ما نحتاج إليه

"حِينَمَا تُصَلُّونَ لاَ تُكَرِّرُوا الْكَلاَمَ بَاطِلاً كَالأُمَمِ فَإِنَّهُمْ يَظُنُّونَ أَنَّهُ بِكَثْرَةِ كَلاَمِهِمْ يُسْتَجَابُ لَهُمْ. فَلاَ تَتَشَبَّهُوا بِهِمْ. لأَنَّ أَبَاكُمْ يَعْلَمُ مَا تَحْتَاجُونَ إِلَيْهِ قَبْلَ أَنْ تَسْأَلُوهُ" (متى ٦: ٧-٨).الرب «الفَاحِصُ الكُلَى وَالقُلُوبِ» (رؤيا٢: ٢٣)، ويعلم ما في فكرنا، وما نحن بحاجه إليه، وما هو الأحسن لنا ولخلاصنا، ومتى يستحسن أن نحصل عليه، أو حتى أن لا نحصل عليه. كل ما يطلبه منا، هو أن نتقدّم من عرش النعمة، بتوبة صادقة وقلب نقي، ومحبة صافية، وإيمان لا يتزعزع.

أشبال الأسود جاعت

في إحدى الساحات العامة جلست أُطعم الحمام بيدي، حيث يتهافت العشرات منها عندما تمد يدك المملوءة بالحَب والحُب. بالحقيقة كان شعوراً جميلاً لا يوصف، عندما تشعر بنقرات الحمام الناعمة على يدك وهي تحاول التقاط حبات القمح. إذا كان شعور الإنسان وهو يَقيت الطيور ممتعاً وتملأه سعادةً، حيث يشعر بِفَرح الحمام وشبعهم، فكم بالحري فرح الآب السماوي ورغبته في إطعامنا وإشباع حاجاتنا كلها. هو أبونا الروحي فعلاً، ونحن جزء منه وسنرجع إليه. لا تخف أيها

الإنسان، من الجوع أو العطش أو الحرمان، سلّم حياتك للرّبّ بإيمان وهو يشبعك خيراً. "الأَشْبَالُ احْتَاجَتْ وَجَاعَتْ وَأَمَّا طَالِبُو الرَّبِّ فَلاَ يُعْوِزُهُمْ شَيْءٌ مِنَ الْخَيْرِ" (المزامير ٣٤: ١٠).

الفرح في القلب مثل الابتسامة على الوجه

في إحدى الصور كانت صورة شاب يضحك، وهو مغمض العينين، فتذكّرت قولًا لأحدهم: «أن الفرح والحزن من القلب، لذا يغمض الإنسان عينيه في تلك اللحظة، لكي يشعر بهما بالقلب قبل العينين.» وهكذا الفرح والسعادة الحقيقة هي من القلب، وليست من شيء نراه لحظات أو دقائق، وما يلبث أن يذهب. وسعادة القلب هي رجاء حياة أفضل، وحياة أسعد تستمر للأبد. وهي تبدأ من الآن بالعيش مع الرب، في داخل قلب وفكر الإنسان، بالإيمان والرجاء والمحبة.

والسعادة الحقيقية هي معرفة سر الحياة الأبدية: "هَذِهِ هِيَ الْحَيَاةُ الأَبَدِيَّةُ: أَنْ يَعْرِفُوكَ أَنْتَ الإِلَهَ الْحَقِيقِيَّ وَحْدَكَ وَيَسُوعَ الْمَسِيحَ الَّذِي أَرْسَلْتَهُ" (يوحنا ١٧: ٣).

فقير إليك غني بك

عبارة مكتوبة فوق الهيكل بإحدى الكنائس القديمة في لبنان أثرت بي. فنحن فقراء للمسيح بسبب عدم قضائنا وقتاً كافياً معه، وهو يزورنا فقط عندما نفتح له باب قلبنا وعقلنا. وأغنياء عن كل الدنيا عندما يكون معنا. "مَحزُونُونَ وَنَحْنُ دَائِماً فَرِحُونَ. فُقَرَاءَ وَنَحْنُ نُغْنِي كَثِيرِينَ. كَأَنْ لاَ شَيْءَ لَنَا وَنَحْنُ نَمْلِكُ كُلَّ شَيْءٍ" (٢ كورنثوس ٦: ١٠).

لا يكفي

لا يكفي أن تكون مسجلاً مسيحياً في بطاقة الأحوال الشخصية. ولا يكفي أن تذهب إلى الكنيسة كواجب أو كعادة اجتماعية. إذا أردت الملكوت عليك بالدخول في عمق 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. «سَلاَمًا أَتْرُكُ لَكُمْ. سَلاَمِي أُعْطِيكُمْ. لَيْسَ كَمَا يُعْطِي الْعَالَمُ أُعْطِيكُمْ أَنَا. لاَ تَضْطَرِبْ قُلُوبُكُمْ وَلاَ تَرْهَبْ» (فيلبي ٤: ٧).

الرب كريم

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

الأنشغال عن مُخلِّص حياتنا

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 خِضم الحياة اليومية ننسى البطل ومخلص حياتنا، ونهمل الطريق إلى الملكوت ونضيع مفتاح السماء ونحن منشغلون بامور ثانوية لا تُسمن ولا تُغني عن جوع.

«فأجاب يسوع وقال لها: "مَرْثَا مَرْثَا أَنْتِ تَهْتَمِّينَ وَتَضْطَرِبِينَ لأَجْلِ أُمُورٍ كَثِيرَةٍ، وَلَكِنَّ الْحَاجَةَ إِلَى وَاحِدٍ" (لوقا ١٠: ٤٢).

جابر القلوب

"يَشْفِي الْمُنْكَسِرِي الْقُلُوبِ وَيَجْبُرُ كَسْرَهُمْ" (المزامير١٤٧: ٣). ربنا رب قلوب، وهو طبيب للقلوب الكسيرة، ويضمد جروح البشر الروحية، التي تصيبهم من أنفسهم أو من اخوتهم البشر، ويسند الضعفاء، ويكسر انف المتكبرين. لا تكن في موضع المتكبرين او من يكسر بخاطر البشر فتواجه غضب الرب، بل كن رسول محبة وسلام.

وجابر الخواطر

وكافل اليتامى

ومعزي الأرامل

ربنا رب قلوب ومملوء محبة ورحمة

ويمسح الدموع من عيون الحزانى

ضارب الخيمة الزرقاء على البشر أجمعين

"الَّذِي يَفتَحُ وَلَا أَحَدَ يُغلِقُ وَيُغلِقُ وَلَا أَحَدَ يَفتَحُ" (رؤيا٣: ٧)

هو يُدخِلك إذا ناديته بإيمان ومن كل قلبك وكانت إرادتك مثل ارادته.

أي إنسان يرعاه الرب؟

الله يرعى الانسان الذي يسلّم ارادته له، والذي تتفق مشيئته مع مشيئة الله، ويسير في مخافة الرب ومحبته. هذا يرعاه الرب في حياته الأرضية، ويرافقه في موته ويقيمه في اليوم الأخير. أما الانسان الذي يعيش بإرادته المعاكسة لإرادة الله ووصاياه، فهو يعيش ويموت كما أراد. "وَأَمَّا ذَلِكَ الْعَبْدُ الَّذِي يَعْلَمُ إِرَادَةَ سَيِّدِهِ وَلاَ يَسْتَعِدُّ وَلاَ يَفْعَلُ بِحَسَبِ إِرَادَتِهِ فَيُضْرَبُ كَثِيراً. لَكِنَّ الَّذِي لاَ يَعْلَمُ وَيَفْعَلُ مَا يَسْتَحِقُّ ضَرَبَاتٍ يُضْرَبُ قَلِيلاً" (لوقا ١٢: ٤٧-٤٨).

لماذا نريد أن يكون الله على رأس أولوياتنا؟

السبب هو إدراك وإيمان بوجود رب محب، خلقنا من فيض محبته. لذا نحسّ به كأب وكخالق، ونتحد به بشكل طبيعي بالصلاة والتحدث معه. إذا علمنا أن الله موجود في كل مكان، وأنه يسمعنا وآمنا أنه يحبنا وأنه أبونا، عندها نتكلّم معه بدون تكلف، ونبني علاقة معه، ونؤمن بأهمية أن نضع خلاص أنفسنا على رأس أولوياتنا، لكي نعاين وجهه الرحيم، ونعيش في سعادة بحضرته إلى الأبد، لأننا نصدّق وعده: "كَمَا هُوَ مَكتُوبٌ، مَا لَمْ تَرَ عَيْنٌ وَلَمْ تَسْمَعْ أُذُنٌ وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ: مَا أَعَدَّهُ اللهُ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَهُ" (١ كورنثوس ٢: ٩).

الايمان حجر الاساس في استجابة الرب

" لَوْ كَانَ لَكُمْ إِيمَانٌ مِثْلُ حَبَّةِ خَرْدَلٍ لَكُنْتُمْ تَقُولُونَ لِهَذَا الْجَبَلِ: انْتَقِلْ مِنْ هُنَا إِلَى هُنَاكَ فَيَنْتَقِلُ وَلاَ يَكُونُ شَيْءٌ غَيْرَ مُمْكِنٍ لَدَيْكُمْ" (متى ١٧: ٢٠).

"قَالَ لَهُ يَسُوع: اذهَبْ. إِيمَانُكَ قَد شَفَاكَ" (مرقس ١٠: ٥٢).

"مَن آمَنَ بِي وَلَو مَاتَ فَسَيَحيَا" (يوحنا ١١: ٢٥).

إِنْ كُنْتَ تَسْتَطِيعُ أَنْ تُؤْمِنَ. كُلُّ شَيْءٍ مُسْتَطَاعٌ لِلْمُؤْمِنِ"(مرقس٩: ٢٣)

"فَأَجَابَ يَسُوعُ وَقَالَ لَهُمْ: «لِيَكُنْ لَكُمْ إِيمَانٌ بِاللهِ. لأَنِّي الْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ مَنْ قَالَ لِهذَا الْجَبَلِ: انْتَقِلْ وَانْطَرِحْ فِي الْبَحْرِ! وَلاَ يَشُكُّ فِي قَلْبِهِ، بَلْ يُؤْمِنُ أَنَّ مَا يَقُولُهُ يَكُونُ، فَمَهْمَا قَالَ يَكُونُ لَهُ" (مرقس ١١: ٢٢-٢٣).

"وَإِنَّمَا إِنْ كَانَ أَحَدُكُمْ تُعْوِزُهُ حِكْمَةٌ، فَلْيَطْلُبْ مِنَ اللهِ الَّذِي يُعْطِي الْجَمِيعَ بِسَخَاءٍ وَلاَ يُعَيِّرُ، فَسَيُعْطَى لَهُ. وَلكِنْ لِيَطْلُبْ بِإِيمَانٍ غَيْرَ مُرْتَابٍ الْبَتَّةَ، لأَنَّ الْمُرْتَابَ يُشْبِهُ مَوْجًا مِنَ الْبَحْرِ تَخْبِطُهُ الرِّيحُ وَتَدْفَعُهُ" (يعقوب ١: ٥-٦).

الباب الخامس عشر:

السعادة في التوبة

كيف تتخلص من ضَعف أو خطيئة تسيطر عليك؟

اربط تحررك من الخطيئة بالسعادة. لن تكون سعيداً إن لم تكن حراً محرَّراً من كل استعباد لأي ضعف أو خطيئة. هذا الرّبّط الفكري (NLP)، الترابط الفكري العصبي سيساعدك لبناء قنوات فكرية جديدة سعيدة. " فَاثْبُتُوا إِذاً فِي الْحُرِّيَّةِ الَّتِي قَدْ حَرَّرَنَا الْمَسِيحُ بِهَا، وَلاَ تَرْتَبِكُوا أَيْضاً بِنِيرِ عُبُودِيَّةٍ" (غلاطية ٥: ١).

الخاطئ حزين

يعيش الكثيرون تعساء، أو غير سعداء تماماً، بسبب شعورهم بالذنب كونهم يعيشون في الخطيئة. ومهما أنجزوا من أمور عظيمة ومفرحة في حياتهم، يبقى ذلك الجزء المحزن في قلبهم وحياتهم. فهم يتجنبون دخول الكنيسة، ويخجلون من التناول لخوفهم من غضب الله عليهم وعدم مسامحته لهم، كونهم لم يتوبوا بعد ولم يتمكّنوا من التوقف عن فِعل الخطيئة. الرب يُحب الإنسان الخاطئ، ولكنه يكره الخطيئة. وهو يقف فاتحاً ذراعيه

لنا جميعاً، منتظراً عودتنا، كما كان ينتظر الأب ابنه في قصة الابن الضال."فَقَامَ وَجَاءَ إِلَى أَبِيهِ. وَإِذْ كَانَ لَمْ يَزَلْ بَعِيداً رَآهُ أَبُوهُ فَتَحَنَّنَ وَرَكَضَ وَوَقَعَ عَلَى عُنُقِهِ وَقَبَّلَهُ" (لوقا ١٥: ٢٠). خذ قرارك الآن، واقتلع هذه الشهوة من قلبك، واستبدلها بالأمور الطاهرة، وعندها ستتذوق طعم السعادة.

رِضا الله

"فَإِنَّ غَضَبَهُ لَحظَةٌ وَرِضَاهُ مَدَى حَيَاةٍ" (المزامير ٣٠: ٥). لا يمكن ان يعيش أي انسان سعيداً وهو يعلم أنه أغضب الله بأعماله الشريرة، بل يلاحقه الذنب كالظل. أما السعادة الحقيقية فتكون بشعورنا برضا الرب علينا، وعندها يهبنا طعماً للحياة على الأرض وحياة أبدية سعيدة عندما نعبر إليه.

مصير الظالم

«هَذَا هُوَ مَصِيرُ كُلِّ مَن يُثرِي ظُلمًا. فَإِنَّ الثَّرَاءَ الحَرَامَ يَذهَبُ بِحَيَاةِ قَانِيهِ». (امثال ١٩:١). "قَانِيه" أي مالكه. حتى التبرعات للكنيسة لا تُقبل إذا كانت مالاً حراماً «وَالزَّيتُ الَّذِي تَأخُذُونَهُ مِنهُم رِبًا». (نحميا ٥: ١١). مهما كان نوع الظلم او الحرام فهو قاتل للنفس التي تقترفه. لنعط كل ذي حق حقه لنكونَ اهلا لدخول ملكوت السماء.

أتريد أن تشفى؟

فسأله يسوع: «أَتُرِيدُ أَن تَشفَى؟ قُمْ احمِلْ فِرَاشَكَ وَامشِ» (يوحنا ٥: ٦). الشفاء للروح أيضا، لكي ندخل الملكوت، علينا التخلص من أمراضنا الروحية: الكبرياء، الحسد، الحقد، الجشع والشهوة. واليوم يسألك يسوع أنت أيضا، أتريد أن تشفى؟ وهو مستعد وقادر أن يشفيك إذا كانت تلك هي طلبتك.

الراحة بعد الاعتراف

«إِنِ اعتَرَفْتُم بِخَطَايَاكُم فَهُوَ أَمِينٌ وَعَادِلٌ أَن يَغفِرَ لَكُم خَطَايَاكُم» (١يوحنا ١: ٩). اعترافك بخطاياك، وضعفك بصراحة وتجرُّد وبشكل كامل وواضح للأب الروحي، كأنّك تغسل نفسك من الوسخ الروحي، وفي ذلك الشفاء التام من الأمراض النفسية والروحية – لأنك فعلاً – تحصل على غفران خطاياك من الله نفسه، بواسطة السلطان الممنوح للكاهن. لن تصدق الراحة والسعادة العظيمة التي ستشعر بها بعد الاعتراف، كأنه حمل ثقيل كان على اكتافك وتمت ازاحته.

لا تخَفْ من الإيمان

لا تخف أن تقترب من الله، لا تخف أن تفقد أسلوب حياتك السابق لأن الرب سيعطيك أسلوب حياة جديداً أفضل لخلاصك. لا تخف أن تفقد السعادة المقنَّعة الزائلة التي كنت تظنها سعادة حقيقية – لأن الرب سيعطيك الفرح الذي لن يزول – حتى الشهوات التي كنت تستمتع بها سيبدلها بشعور أجمل وأطهر وأبقى: «بِاطِلُ الأَبَاطِيلِ، الكُلُّ بَاطِلٌ» (جامعة ١: ٢).

لا يحَسب له الرب خطيئة

صديق لي كان يشاركني كلمات الفرح التالية المأخوذة من (المزامير ٣٢: ٢) «طُوبَى لِرَجُلٍ لَا يَحسَبُ لَهُ الرَّبُّ خَطِيئَةً وَلَا فِي رُوحِهِ غِشٌّ». وكيف يغفر ويستر الرب خطايانا ولا يحسب لنا خطيئة؟ الإجابة هي كما قال القديس يوحنا: "إِنِ اعْتَرَفْنَا بِخَطَايَانَا فَهُوَ أَمِينٌ وَعَادِلٌ، حَتَّى يَغْفِرَ لَنَا خَطَايَانَا وَيُطَهِّرَنَا مِنْ كُلِّ إِثْمٍ" (١ يوحنا ١: ٩). لا تؤجلا توبتكما يا أخي ويا أُختي... وآمنا بالمخلص.

ثمرة الإيمان

«فَإِذ قَد تَبَرَّرْنَا بِالإِيمَانِ لَنَا سَلَامٌ مَعَ الله بِرَبِّنَا يَسُوعَ المَسِيحِ» (رومية٥: ١). لقد نلنا البراءة من آثار الخطيئة بفضل الإيمان بالمسيح وتجسده وموته على الصليب لأجلنا، والإيمان نعمة مجانية من الله يهبها للجميع لكن علينا قبولها. وثمرة الإيمان هي الأعمال الصالحة. لنثمر ثماراً تليق بإيماننا فنجني السلام مع الله بفضل ربنا ومخلصنا يسوع المسيح ابن الله الذي به آمنا.

لو كان اليوم آخر يوم في عمرك ماذا تفعل؟

صديق عزيز أوحى لي بهذا السؤال وبعض الأجوبة قد تكون... أُصلي وأتوب إلى الرب... أصالح كل من خاصمتهم... أعتذر من كل من أسأت إليهم، أسامح من أساء إليّ، أمضي الساعات الباقية مع عائلتي وأُعلِمُهم كم أحبهم... لن نعرف اي يوم هو آخر يوم في حياتنا، فلماذا لا نعتبر كل يوم هو آخر يوم. وعندها سنعيش جميعاً حياة الملكوت على الأرض. «اليَومَ إنْ سَمِعْتُم صَوتَهُ فَلَا تُقَسُّوا قُلُوبَكُم» (عبرانيين ٤: ٧).

إغسل قلبك

طلب راهب من رئيس الدير تدريباً روحياً، فطلب منه إحضار الماء في سلّة قش مليئة بالثقوب. أطاعه الراهب ولكن كلما كان يصل عند الرئيس يكون الماء قد نفذ بسبب الثقوب. استمرّ طلب الرئيس إلى أن نفذ صبر الراهب، وتجرأ أن يسأل عن جدوى الطلب، فأجابه الرئيس: «انظر إلى السلة كيف نظفت تماماً من كل الطين الذي كان فيها». هكذا النفس البشرية، فكلّما اعترفنا بخطايانا للكاهن بشكل مستمر، وأخذنا التدريبات الروحية منه، نسير في طريق تنقية قلبنا. لنغسل

قلوبنا بدموع التوبة والفرح بالخلاص: «اغسِلْنِي كَثِيراً مِن إثْمِي وَمِن خَطِيئَتِي طَهِّرْنِي» (المزامير ٥١: ٢).

الرب راعيّ

الله يرعاك كما لو أنه لا يوجد غيرك في الدنيا، فأنت ابنه: «هَوَ صَنَعَنَا، نَحنُ شَعبُهُ وَلَهُ، وَغَنَمُ مَرعَاهُ» (المزامير ١٠٠: ٣). هو الراعي الصالح الذي يترك ٩٩ خروفاً ويبحث عن الخروف الضال ويرجعه إلى الحظيرة. لأن السماء تفرح بخاطئ واحد يتوب أكثر من ١٠٠ ليسوا بحاجة لتوبة. أنت مهم للرب بشخصك، باسمك بالذات، وهو يحبك. إرجع إليه وهو سيتلقاك في الأحضان.

الفرصة الذهبية

لكل منا فرصة ذهبية لينال الخلاص من الموت ويفوز بالأبدية السعيدة، فنحن لا نزال في الجسد ونستطيع التوبة والإيمان بالرب يسوع المخلص، والقيام بأعمال صالحة تليق بالتوبة وتحسب لنا في يوم الدينونة. أما الموتى فلا يستطيعون.

فلنستغل الفرصة الآن ونخطف الملكوت: «لِأَنَّ الهَاوِيَةَ لَا تَحمَدُكَ، وَالمَوتُ لَا يُسَبِّحُكَ» (إشعيا ٣٨: ١٨).

لنولد من جديد

لنستغل بداية كل سنة لمراجعة حياتنا الماضية، ولرسم طريق المستقبل. لا ننسَ الماضي دون أن نتعلّم منه، لا ننسَ كأس الحزن والألم والإخفاقات أو نهرب منه قبل أن نشربه كله حتى الثمالة، لأنّ فيه الترياق لحياة جديدة. لن نتعلّم إلّا من أخطائنا والألم الناتج عنها، فهي كالنار التي تنقّي الذهب من الشوائب. وفي الوقت نفسه، افرح واضحك واستمتع بكل نِعم الله، واجعلها تفتح لك طريقاً لشكر الله والعيش معه بعلاقة تبدأ من الآن وتمتد إلى السماء والأبدية. «مَا مِن أَحَدٍ يُمكِنُهُ أَن يَدخُلَ مَلَكُوتَ الله إِلَّا إِذَا وُلِدَ مِنَ المَاءِ وَالرُّوحِ» (يوحنا ٣ : ٥).

الله يحبّ الإنسان الخاطئ، لكنه يبغض الخطيئة

«لِأَنَّهُ لَمْ يُرسِلْ الله ابنَهُ إلَى العَالَمِ لِيَدِينَ العَالَمَ، بَل لِيُخَلِّصَ بِهِ العَالَمَ» (يوحنا ٣ : ١٧). الله يحبّ الإنسان البار، ويحبّ الإنسان الخاطئ، لكنه يكره الخطيئة. ويعلم قدرة الإنسان وضعفه، لذلك منذ أن سقطت الطبيعة البشرية في شخص آدم، وَعَد بالمخلّص، وأرسل ابنه الوحيد ليساعد أبناءه الكثيرين، ليتخلّصوا من حكم الموت. لذلك لنفرح ونتهلل لأن لنا أبًا قادرًا ومحبًا، يبحث عنا دائماً، ويرعانا، ويقودنا إلى حظيرة الخلاص والسماء والأبدية، لنعيش معه دائماً أبداً.

الباب مفتوح لك حتى لو تأخرت

"فَقَالَ لِوَاحِدٍ مِنْهُمْ: يَا صَاحِبُ مَا ظَلَمْتُكَ! أَمَا اتَّفَقْتَ مَعِي عَلَى دِينَارٍ؟ فَخُذِ الَّذِي لَكَ وَاذْهَبْ فَإِنِّي أُرِيدُ أَنْ أُعْطِيَ هَذَا الأَخِيرَ مِثْلَكَ. أَوَ مَا يَحِلُّ لِي أَنْ أَفْعَلَ مَا أُرِيدُ بِمَالِي؟ أَمْ عَيْنُكَ شِرِّيرَةٌ لأَنِّي أَنَا صَالِحٌ؟" (متى ٢٠: ١٣-١٥). إن قصة هذا المثل الرائع توضّح أن رحمة الله تسبق عدله، فقد أعطى صاحب الكرم لكل الفعلة (العمّال) أجرة يوم كامل، بالرغم من أن بعضهم اشتغل ساعة واحدة فقط، وذلك لحاجة كل واحد فيهم لهذا المبلغ ليوفي احتياجات أسرته. وقد عنى أيضاً الرب يسوع أن من يتوب ولو متأخراً، سيقبله الرب في ملكوته كلص اليمين.

الزمن لا يتوقف

كم تمنيت في حياتي ألا تنتهي ساعة الفرح أو السعادة، سواء كانت فرحة نجاح مدرسة أو جامعة أو زواج أو نجاح في العمل. لكن الزمن لا يتوقف وساعة الفرح تسير بسرعة البرق. لكن بالمقابل ساعة الحزن تمضي أيضاً ونعمة النسيان التي تنسيك الفرح هي نفسها التي تنسيك الحزن والألم خاصة في المصائب الكبيرة من موت عزيز أو قريب. لنحمد الله على بركة النسيان ولنتعلم أن نستغل الساعة الحاضرة التي نعيشها الآن ولا نؤجل الصلاة والتوبة والجلوس في حضرة الرّبّ. «اليَومَ، إنْ سَمِعْتُم صَوتَهُ، فَلَا تُقَسُّوا قُلُوبَكُم» (عبرانيين ٤ : ٧).

متى نستطيع فِطام أنفسنا؟

علمياً يُفضل فِطام الطفل عن الرضاعة الطبيعية عند عمر السنتين وليس قبل ذلك. إن عملية الفِطام للطفل صعبة جداً، فهي فترات اكتئاب للأم والطفل على حد سواء. كذلك فطام الكبار لأنفسهم عن شهواتهم أمرٌ صعب. كفطام الاطفال تماماً حيث يصابون بالإكتئاب أيضاً، لكنه ضروري ليتخلصوا من عاداتهم السيئة التي قد تفقدهم الملكوت، إذا لم يتجاوزوها. وهذا يتطلب تدريب العقل والقلب، وإقناعه منطقياً وعاطفياً باستبدال الشهوات السيئة بعادات جيدة، وبرمجة الروح

بالصلاة والصوم ليقدر الإنسان على التوقف عن هذه العادات السيئة. " لأَنَّ كُلَّ مَنْ يَتَنَاوَلُ اللَّبَنَ هُوَ عَدِيمُ الْخِبْرَةِ فِي كَلاَمِ الْبِرِّ لأَنَّهُ طِفْلٌ، وَأَمَّا الطَّعَامُ الْقَوِيُّ فَلِلْبَالِغِينَ، الَّذِينَ بِسَبَبِ التَّمَرُّنِ قَدْ صَارَتْ لَهُمُ الْحَوَاسُّ مُدَرَّبَةً عَلَى التَّمْيِيزِ بَيْنَ الْخَيْرِ وَالشَّرِّ (عبرانيين ٥: ١٣-١٤).

لا تنظر إلى الوراء

لا تتذكر الموقف الذي سقطت فيه في الخطيئة، لكي لا تستمر في الشعور بالذنب، ولكي لا تترسخ المشاعر المصاحبة للخطيئة، والتي أوقعتك بالأصل. سواء كانت مشاجرة مع صديق، أو عدو، أو شعور بالغيرة والحسد، أو خطيئة زنا. إن الاستمرار في التفكير في الخطيئة، وتفاصيل حدوثها، قد يُدخلك في الكآبة، والشعور باليأس. أنظر إلى الأمام وانسَ الماضي. وافتح صفحة جديدة مع الرّبّ، ملؤها التوبة، والأمل، والفرح. لقد صالحنا الله معه بموت ابنه على الصليب، وقيامته، ولذا الغفران مضمون إذا تُبنا. " لاَ تَشْمَتِي بِي يَا عَدُوَّتِي. إِذَا سَقَطْتُ أَقُومُ.

إِذَا جَلَسْتُ فِي الظُّلْمَةِ فَالرَّبُّ نُورٌ لِي" (ميخا ٧: ٨).

انت سيد نفسك

أخرج من السجن الفكري والاجتماعي الذي قد تكون وضعت نفسك فيه دون انتباه ودون محاولة الخروج منه او حتى التفكير ان الخروج منه ممكن، فقد تحرم نفسك أحيانا من التمتع بحياتك بسبب قيود اجتماعية وعائلية. أدرسها بموضوعية وعقلانية وجد الحل لها. اما القيود الفكرية والروحية، واحياناً سجن الشهوات والخطيئة، فهي الأهم. لا تجعلها تسيطر عليك. انزع قيودها وتحرر، وعندها ستشعر بسعادة العصفور الذي أطلق من قفصه. "لاَ تَخَفْ لأَنِّي مَعَكَ. لاَ تَتَلَفَّتْ لأَنِّي إِلَهُكَ. قَدْ أَيَّدْتُكَ وَأَعَنْتُكَ وَعَضَدْتُكَ بِيَمِينِ بِرِّي" (إشعيا ٤١: ١٠).

لا تيأس من رحمة الله

الخاطئ والمؤمن كلاهما لهما فرصة لدخول الملكوت. لا ييأس الانسان ما دام يتنفس ولديه الارادة الصالحة للتوبة. «ارجِعُوا الآنَ أَيُّهَا الخَطَأَةُ وَاصنَعُوا أَمَامَ الله بِرًّا وَاثِقِينَ بِأَنَّهُ يَصنَعُ لِكُم رَحمَةً» (طوبيا ١٣: ٨).

السعادة في النصرة

الكثيرون يعيشون تعساء، أو ناقصي السعادة، بسبب عيشهم في حياة الخطيئة وحياة الشعور بالذنب لكونهم خطأة. مهما حاولوا تصنُّع السعادة وتجنُّب التفكير في شعورهم بالذنب، فإن تأنيب الضمير يلاحقهم. أما من يقرّر التوبة بإرادة صالحة وقلب نقي، ويتخلّص من الخطيئة القاتلة، فسيشعر بسعادة غامرة، ناتجة عن حياة النصرة: «شُكرًا لله الَّذِي يَقُودُنَا فِي مَوكِبِ نُصرَتِهِ فِي المَسِيحِ كُلَّ حِينٍ» (٢ كورنثوس ٢ : ١٤).

التحرر والفرح

الشعور بالتحرر من الخطيئة ومن الضعف – وبأنك لم تعد إنساناً خاطئاً بل أنت إنسان نظيف، ومرضي عليك من ربك ومن ضميرك ومن أبيك وأمك، هو أحلى شعور، هو شعور الانتصار والسعادة. "أَقُولُ لَكُمْ إِنَّهُ هَكَذَا يَكُونُ فَرَحٌ فِي السَّمَاءِ بِخَاطِئٍ وَاحِدٍ يَتُوبُ أَكْثَرَ مِنْ تِسْعَةٍ وَتِسْعِينَ بَارّاً لاَ يَحْتَاجُونَ إِلَى تَوْبَةٍ" (لوقا ١٥: ٧). لنصلِّ لكي يهبنا الرب التحرر من الخطيئة.

الباب السادس عشر:

السعادة في الانتصار على التجارب والضيقات

حياة الغلبة

«أَستَطِيعُ كُلَّ شَيءٍ فِي المَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّينِي» (فيلبي ٤: ١٣). عندما تتعرض لتجربة روحية، وتنتصر، وتذوق طعم حياة الغلبة، ستشعر بفرح غامر وهو فرح الروح الساكن فينا «أَجسَادُكُم هَيَاكِلُ الرُّوحِ القُدُسِ» (١كورنثوس ٦: ١٩). وسنتشجع للصلاة أكثر "بَدَلَ مَحَبَّتِي يُخَاصِمُونَنِي. أَمَّا أَنَا فَصَلاَةً" (المزامير١٠٩: ٤).

الرب يمتحن القلوب

"الْبُوتَقَةُ لِلْفِضَّةِ وَالْكُورُ لِلذَّهَبِ وَمُمْتَحِنُ الْقُلُوبِ الرَّبُّ. الْفَاعِلُ الشَّرَّ يُصْغِي إِلَى شَفَةِ الإِثْمِ وَالْكَاذِبُ يَأْذَنُ لِلِسَانِ فَسَادٍ" (أمثال ١٧: ٣). لا يوضع على رأسه إكليل النصر الا الذي انتصر، ولا ينتصر الا الذي حارب ولا يحارب الا الذي جُرِب. لكي ندخل ملكوت السماء ونكون مع الله في سعادة أبدية ومع الملائكة والقديسين، علينا ان نجتاز امتحان القلب الذي هو الايمان والمحبة غير المشروطين لله ولاخوتنا البشر. لذا لنصلِّ للرب علينا أن ننقي نياتنا ونطهر أفكارنا. ليكن سلام المسيح معكم دائما.

إحمل صليبك

«إِنْ أَرَادَ أَحَدٌ أَن يَتبَعَنِي فَلْيُنكِرْ نَفسَهُ وَيَحمِلْ صَلِيبَهُ وَيَتبَعْنِي» (متى ١٦: ٢٤). من يتبع المسيح يصل إلى الحياة الأبدية، حيث السعادة الحقة والفرح الأبدي. ولكن ليصل إليهما عليه ان يحمل صليب المتاعب والتجارب التي تصادفه في حياته، وأن يتحملها بصبر وإيمان لينال إكليل المجد عندما ينجح في الإمتحان.

كيف يبقى الفرح في بيتكم؟

هذه أمنية أتمناها للجميع، أن يبقى الفرح في بيتكم. هل نستطيع ان نحولها إلى حقيقة؟ بالايمان نعم، لأنه حتى وقت الانتقال الى السماء هو فرح. حتى الألم هو فرح. حتى جميع الصعوبات التي يمر فيها الإنسان المسيحي هي فرح. "قَد امتَلَأْتُ تَعزِيَةً وَازدَدْتُ فَرَحًا جِدًّا فِي جَمِيعِ ضِيقَاتِنَا" (٢ كورنثوس ٧: ٤).

درب الرب

" طُرُقَكَ يَا رَبُّ عَرِّفْنِي. سُبُلَكَ عَلِّمْنِي. دَرِّبْنِي فِي حَقِّكَ وَعَلِّمْنِي. لأَنَّكَ أَنْتَ إِلَهُ خَلاَصِي. إِيَّاكَ انْتَظَرْتُ الْيَوْمَ كُلَّهُ" (المزامير٢٥: ٤-٥). من يَسِر على درب الرب ينجح في حياته على الأرض ويعيش في ظل القدير، وينال الحياة والسعادة الأبدية. ولو تعرّض لتجارب وضيقات، يُنجّيه الرب ويخلِّص نفسه. الرب يحفظكم.

الدنيا

الدُنيا فرح وحزن، راحة وتعب، أخذ وعطاء، دفء وبرد، نور وظلمة ولولا الحزن والتعب والبرد والظلمة ما عرفنا قيمة الفرح والراحة والدفء والنور – ولولا الصليب ما عرفنا القيامة – لنفرح بالضيقات ونصبر يُعْطَ لنا الفرح. "إِنَّكُمْ سَتَبْكُونَ وَتَنُوحُونَ وَالْعَالَمُ يَفْرَحُ. أَنْتُمْ سَتَحْزَنُونَ وَلَكِنَّ حُزْنَكُمْ يَتَحَوَّلُ إِلَى فَرَحٍ... فَأَنْتُمْ كَذَلِكَ عِنْدَكُمُ الآنَ حُزْنٌ. وَلَكِنِّي سَأَرَاكُمْ أَيْضاً فَتَفْرَحُ قُلُوبُكُمْ وَلاَ يَنْزِعُ أَحَدٌ فَرَحَكُمْ مِنْكُمْ" (يوحنا ١٦: ٢٠. و٢٢). "فَرِحِينَ فِي الرَّجَاءِ، صَابِرِينَ فِي الضِّيْقِ، مُواظِبِينَ عَلَى الصَّلاَةِ" (رومية١٢: ١٢).

كل طلعة مقابلها نزلة

كل فتور روحي يليه نهضة روحية، كل سقوط في الخطيئة يقابله توبة وقيام، وكل ليل يتبعه فجر يومٍ جديد، وكل ضعف يتبعه قوة، وكل صليب تتبعه قيامه مجيدة — فلا نستسلم لليأس أو الحزن أو الكآبة. "اَلْمَرْأَةُ وَهِيَ تَلِدُ تَحْزَنُ لأَنَّ سَاعَتَهَا قَدْ جَاءَتْ وَلَكِنْ مَتَى وَلَدَتِ الطِّفْلَ لاَ تَعُودُ تَذْكُرُ الشِّدَّةَ لِسَبَبِ الْفَرَحِ "لأَنَّهُ قَدْ وُلِدَ إِنْسَانٌ فِي الْعَالَمِ" (يوحنا ١٦: ٢١).

دخول الملكوت

دخول الملكوت لن يكون سهلاً، طريق الملكوت تمر بالآلام والدموع وبصراع داخلي في الإنسان صراع إرادة وحرمان من الملذات " فَإِنَّ مُصَارَعَتَنَا لَيْسَتْ مَعَ دَمٍ وَلَحْمٍ، بَلْ مَعَ الرُّؤَسَاءِ، مَعَ السَّلاَطِينِ، مَعَ وُلاَةِ الْعَالَمِ، عَلَى ظُلْمَةِ هَذَا الدَّهْرِ، مَعَ أَجْنَادِ الشَّرِّ الرُّوحِيَّةِ فِي السَّمَاوِيَّاتِ" (أفسس ٦: ١٢). لنصلِّ من أجل الحصول على الملكوت.

الحياة امتحان

من ينجح في هذا الامتحان يخلص ويصل إلى الحياة الأبدية، لقد أعطانا الرب أسئلة وأجوبة هذا الامتحان لأنه يحبنا ويريدنا ان نسكن معه في الملكوت:"مَنْ يَغلِبْ فَسَأُعطِيهِ أن يَجلِسَ مَعِي فِي عَرشِي كَمَا غَلَبْتُ أَنَا أَيضاً وَجَلَسْتُ مَعَ أَبِي فِي عَرشِهِ"(رؤيا ٣: ٢١). مع أن علامة النجاح ٥٠ بالمئة، فإن المتفوقين ممن يحصلون على أكثر من ٩٠ بالمئة سينالون إكليل مجدٍ أكبر «لِأَنَّ نَجماً يَمتَازُ عَن نَجمٍ فِي المَجدِ» (١كورنثوس ١٥: ٤١). لنجتهدْ لنكون من الأوائل.

إنتصر لكي تصبح سعيداً

لكل إنسان نقطة ضعف قد يعرفها ولكنه يعاني منها، وهي صليبه الذي يحمله طوال العمر. وإذا تغلب عليها يُكلل بإكليل المجد ويدخل الملكوت ويحاربه الشيطان فيها طوال الوقت. قد تكون نقطة الضعف هذه غيرة من شخص مقرب، أو الحقد على شخص أساء إليه أو أحسن إليه أيضاً، أو الكبرياء وحب الذات، أو خطيئة الزنا، أو عدم الإيمان والاصرار عليه، أو أي شهوة أخرى: «فَاعلَمُوا أَنَّهُ لَيسَ لِلزَّانِي وَلَا لِمُرتَكِبِ الفَحشَاءِ وَلَا لِلجَشِعِ مِيرَاثٌ فِي مَلَكُوتِ

المَسِيحِ والله» (افسس ٥: ٥). إنتصر على نقطة الضعف فيك، وستشعر بسعادة لا توصف. ولكنك تحتاج لجهاد طويل ومعونة من الله، بالصلاة والصوم. وقد تحتاج لمساعدة مختصين.

طريق المجد يمر بالجلجلة

لا تستطيع أن تقطف الورود دون المرور بأشواكها، ولن تستمتع بالراحة دون أن تتعب، ولا متعة للإرتواء بالماء دون أن تعطش، ولا يتنقى الذهب إلا بالنار، ولا يخلُص المؤمن إلا بالتجارب وانتصاره عليها، ولن تشهد القيامة دون الآلام.

" وَابْتَدَأَ يُعَلِّمُهُمْ أَنَّ ابْنَ الإِنْسَانِ يَنْبَغِي أَنْ يَتَأَلَّمَ كَثِيراً وَيُرْفَضَ مِنَ الشُّيُوخِ وَرُؤَسَاءِ الْكَهَنَةِ وَالْكَتَبَةِ وَيُقْتَلَ وَبَعْدَ ثَلاَثَةِ أَيَّامٍ يَقُومُ" (مرقس ٨: ٣١).

استفد من التجربة

استغل واستفد من أي فكر خاطئ أو تجربة، بأن تصلي، وحتماً سيقويك الرب لتنتصر في التجربة. فتكون فرصة لك للتقرب أكثر من الرّبّ، الذي ينعم عليك بالفرح الأبدي من الآن. «كُونُوا فِي الرَّجَاءِ فَرِحِينَ وَفِي الشِّدَّةِ صَابِرِينَ وَعَلَى الصَّلَاةِ مُوَاظِبِينَ» (رومية١٢ :١٢).

"بس لو البحر مش مالح"

كنت، خلال العطلة، أستمتع بالسباحة في البحر أنا وصديق لي، عندما تذمّر قائلاً «بس لو البحر مش مالح». أخذت أتأمل حينها لو كانت الحياة بدون جبال تصعدها ووديان تتجاوزها، هل يكون لها المعنى نفسه؟ هل بعض أصحاب الملايين من الذين لا يعملون ولا يتعبون سعداء في حياتهم؟ لولا التعب لما عرفنا طعم الراحة. لولا الألم والمرض لما قدّرنا طعم الصحة. لولا الموت لما عرفنا قيمة الحياة. والرّبّ يسمح بالتجارب، لكي نستحق إكليل المجد عندما ننتصر ونُكَلَّل

بالفرح السماوي، لذلك ينقينا بالتجارب الروحية. «لَكُم مِنَ الِاغتِمَامِ حِيناً بِمَا يُصِيبُكُم مِن مُختَلِفِ المِحَنِ، فَيُمتَحَنُ بِهَا إِيمَانُكُم، وَهُوَ أَثمَنُ مِنَ الذَّهَبِ الفَانِي الَّذِي مَعَ ذَلِكَ يُمتَحَنُ بِالنَّارِ، فَيَؤُولُ إِلَى الحَمدِ وَالمَجدِ وَالتَّكرِمَةِ عِندَ ظُهُورِ يَسُوعَ المَسِيحِ» (١بطرس ١: ٧).

دقّات القلب

إن صورة تخطيط قلب أي إنسان تكون متذبذبة صعوداً ونزولاً، متناسقة مع دقات قلب الإنسان ومتناسقة نظرياً مع أحزان الحياة ومسرّاتها. وإذا استقر خط تخطيط قلب الإنسان يكون قد توقف عن الخفقان. الحياة ملأى بالفرح والترح والحب والبغض والسلم والحرب، تمسك بالرّبّ في الاحزان والحروب والمشاكل، وهو يقيمك، وسبح واشكر الرّبّ في مسراتك لتدوم النعمة.

" اَلإِنْسَانُ الصَّالِحُ مِنْ كَنْزِ قَلْبِهِ الصَّالِحِ يُخْرِجُ الصَّلاَحَ وَالإِنْسَانُ الشِّرِّيرُ مِنْ كَنْزِ قَلْبِهِ الشِّرِّيرِ يُخْرِجُ الشَّرَّ. فَإِنَّهُ مِنْ فَضْلَةِ الْقَلْبِ يَتَكَلَّمُ فَمُهُ" (لوقا ٦: ٤٥).

الروح الساكن فينا

تستطيع إسكات صوت الضمير وتستطيع تجاهل صوت الروح الساكن فيك لكي تستمر في الانغماس في الشهوة المحبوبة.. لكن الويل لك عندما يطغى صوت الروح وتأنيب الضمير على الشهوة.

"لَا تُحزِنُوا رُوحَ الله القُدُّوسِ الَّذِي بِهِ خُتِمتُم لِيَومِ الفِداءِ" (افسس ٤: ٣٠).

المشاكل

لا تعكس مشاكل حياتك الشخصية على من حولك حتى لو كنت تتألم. عاملهم بمحبة وارسم البسمة والفرح على وجوههم. يدعون لك بالخير ويستجيب الرّبّ لهم ولك، ويخفف ألمك ويساعدك الرّبّ من أجل صلواتهم. «طَلَبَةُ البَارِّ تَقدِرُ كَثِيراً فِي فِعلِها» (يعقوب ٥: ١٦).

الفرح حتى في اوقات الحزن

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 يتخلَّ عنك. ولن نشك في حكمة الله الذي ترك ابنه يُصلب حتى وعندما طلب منه الرب يسوع ان تعبر عنه كأس الألم والموت: «يَا أَبَتَاه إِنْ لَمْ يُمْكِنْ أَن تَعبُرَ عَنِّي هَذِهِ الكَأسُ إِلَّا أَن أَشرَبَهَا فَلْتَكُنْ مَشِيئَتُكَ» (متى ٢٦: ٤٢)، لأن الله أراد القيامة للمسيح ولنا. نحن نؤمن بحكمتك يا رب ولتكن مشيئتك.

الطريق الواسعة

هي طريق الخطيئة والشهوة، هي طريق الحقد والأنانية، هي طريق إبليس والشر، أما الطريق الضيقة فهي المؤدية إلى الملكوت، وهي طريق الخير والحب مع المسامحة والعطاء، وطريق البر والطهارة:

"ادْخُلُوا مِنَ الْبَابِ الضَّيِّقِ لأَنَّهُ وَاسِعٌ الْبَابُ وَرَحْبٌ الطَّرِيقُ الَّذِي يُؤَدِّي إِلَى الْهَلاَكِ وَكَثِيرُونَ هُمُ الَّذِينَ يَدْخُلُونَ مِنْهُ! مَا أَضْيَقَ الْبَابَ وَأَكْرَبَ الطَّرِيقَ الَّذِي يُؤَدِّي إِلَى الْحَيَاةِ وَقَلِيلُونَ هُمُ الَّذِينَ يَجِدُونَهُ! "(متى ٧: ١٣-١٤).

الحياة تعب وشقاء ولكن...

«كل ما نقول تعافينا يرجع جرح يوجعنا» (كلمات من اغنية) كلما تخلص من مشكلة او حفرة وتشعر أنك ارتحت، تدخل في مشكلة اخرى... وهكذا دواليك وهذا هو واقع الحياة... نعم يوجد فيها الفرح والسعادة والضحك واللعب. ولكن هذا يتقلص كلما كَبِرت في العمر او كَبُرت مسؤولياتك. اما السعادة فهي أن تُثبِّت عينيك في هدف الوصول إلى السماء حيث السعادة الابدية "وَسَيَمْسَحُ اللهُ كُلَّ دَمْعَةٍ مِنْ عُيُونِهِمْ" (رؤيا ٢١: ٤).

الدنيا مهرجان

فيها الحلو وفيها المر.

وفيها الفرح والحزن.

وفيها الربح والخسارة.

وفيها الغنى والفقر.

وفيها الصبا والكهولة.

فيها كلها ضع يديك بيدَي الرب تعِيش بسلام وفرح لتصل السماء معه. «الرَّبُّ يَهْتَمُّ بِي. عَوْنِي وَمُنْقِذِي أَنْتَ. يَا إِلهِي لاَ تُبْطِئْ» (المزامير ٤٠: ١٧).

كله للخير

يسمح الله ان يتعرض أبناؤه للصعوبات والمحن التي تغص بها حياتهم، فيتنقون ويتطهرون بها اذا قبلوها بايمان، والتصقوا بالرب ليساعدهم بها. فتتولد عندها علاقة أبوة وبنوة مع الآب السماوي. ويغمر الرب ابناءه أيضاً بالفرح والخيرات والسعادة فيلتصقون به ويكونون معه في كل حين سواء في المحن او في الفرح، وبذلك يقتنون خلاصهم. «اِحْسِبُوهُ كُلَّ فَرَحٍ يَا إِخْوَتِي حِينَمَا تَقَعُونَ فِي تَجَارِبَ مُتَنَوِّعَةٍ» (يعقوب ١: ٢).

ما تستحقه

«ربما لا نحصل على ما نريد، لكننا بالتأكيد سنحصل على ما نستحقه» (دوج هورتون). كل انسان يُكافأ من رب عمله ومن رب السماء حسب ما يستحق. الارادة الصالحة والعمل الصالح هما طريق الملكوت. «نِعِمَّا أَيُّهَا الْعَبْدُ الصَّالِحُ وَالأَمِينُ! كُنْتَ أَمِينًا فِي الْقَلِيلِ فَأُقِيمُكَ عَلَى الْكَثِيرِ. اُدْخُلْ إِلَى فَرَحِ سَيِّدِكَ» (متى ٢٥: ٢١ و٢٣).

أغلق الباب

يوجد خدمة رائعة تقدمها شركات الاتصال وهي حجب المكالمات عن اي شخص غير مرغوب فيه... وهكذا علينا ان نحجب اي محاولة للاتصال عن عدو الخير او عن نزواتنا او اي دعوة للشر. أغلق الباب امام كل من يسبب لك فقدان سلامك وخلاصك ما أمكن."اللي ما بينطاق دواه الفراق" (مَثل). «اهرُبْ مِنَ الخَطِيئَةِ هَرَبَكَ مِنَ الحَيَّةِ، فَإِنَّهَا إِنْ دَنَوتَ مِنهَا لَدَغَتْكَ» (يشوع بن سيراخ ٢١: ٢).

كم نستطيع ان نحمل؟

تخوّف ابني من صعوبة دراسته في الماجستير، فقلت له القصة التالية:

«كان فتى صغير يمشي وهو يحمل عدة اكياس كان قد اشتراها من البقالة، ويبدو عليه التعب، فبادره رجل من المارة بقوله: انت لا تقدر على حمل هذه الاكياس. فأجابه الفتى بغضب: ابي الذي ارسلني لاشتريها يعلم انني أستطيع حملها». " لَمْ تُصِبْكُمْ تَجْرِبَةٌ إِلاَّ بَشَرِيَّةٌ. وَلَكِنَّ اللهَ أَمِينٌ الَّذِي لاَ يَدَعُكُمْ تُجَرَّبُونَ فَوْقَ مَا تَسْتَطِيعُونَ بَلْ سَيَجْعَلُ مَعَ التَّجْرِبَةِ أَيْضاً الْمَنْفَذَ لِتَسْتَطِيعُوا أَنْ تَحْتَمِلُوا" (١ كورنثوس ١٠: ١٣).

مفترق الطرق

كل يوم تصادفنا في الحياة مفترقات طرق، نضطر عندها ان نتخذ قراراً بأي اتجاه نذهب؟ هل نختار رغبات قلبنا وشهواتنا حتى لو كانت مخالفة لما هو صواب وخير– ام نختار الطريق الأصعب على قلبنا والمخالف لرغباتنا وقد تكون مملّة وشاقّة ...بناءً على هذه القرارات يتحدد مصير ابديتنا ... "وَاعْمَلِ الصَّالِحَ وَالْحَسَنَ فِي عَيْنَيِ الرَّبِّ، لِكَيْ يَكُونَ لَكَ خَيْرٌ، وَتَدْخُلَ وَتَمْتَلِكَ الأَرْضَ الْجَيِّدَةَ الَّتِي حَلَفَ الرَّبُّ لآبَائِكَ" (التثنية ٦: ١٨).

لا تشتهِ امرأة قريبك

ابتعد عن الماء تَسلم من البلل

من يفتح صنبور الماء ويقف تحته، لا بد ان يتبلل.

ومن يسمح لعقله بالاسترسال في التفكير بالأفكار الخاطئة والأفكار السلبية لا بد أن يتبلل او حتى يغرق في الخطيئة والأفكار الهدّامة..

من الأسهل إغلاق الطريق على الأفكار منذ بدايتها..

الاستغراق في التفكير هو غذاء لمضمون ما تفكر فيه ... اقطع عنه الغذاء ... تَسلم بالفكر والروح وتَكسب خلاصك.

"وَالشَّهوَةُ إذَا حَبِلَتْ وَلَدَت الخَطِيئَة، وَالخَطِيئَةُ إذَا تَمَّ أمرُهَا خَلَّفَتْ المَوتَ" (يعقوب ١: ١٥).

نقطة الضعف

كل إنسان عنده نقطة ضعف او أكثر في شخصيته، فلا يوجد إنسان كامل ...
قد يكون ضعيفاً أمام شهوة الجسد او الأكل او الغَيرة أو...
وقد ينقصه شيء أساسي في حياته يسبب له الألم الدائم ... كالشوكة في القدم تؤلم صاحبها كلما مشى عليها ...
فيضطهد هذا الانسان المتألم من حوله، لأنه يشعر بأَنه مُضطهد، او لأنه أصبح مريضاً بمرض روحي أو نفسي. وهذا موجود عند الكثيرين وطبيعي...

لكن الانسان الواعي هو من ينتبه لضعفه ومرضه ويعالجه بإرادة واعية محبة ومؤمنة. المرشد الروحي مع الصلاة والأسرار المقدسة هي العلاج...

"وَلِئَلاَّ أَرْتَفِعَ بِفَرْطِ الإِعْلاَنَاتِ، أُعْطِيتُ شَوْكَةً فِي الْجَسَدِ، مَلاَكَ الشَّيْطَانِ، لِيَلْطِمَنِي لِئَلاَّ أَرْتَفِعَ .مِنْ جِهَةِ هَذَا تَضَرَّعْتُ إِلَى الرَّبِّ ثَلاَثَ مَرَّاتٍ أَنْ يُفَارِقَنِي. فَقَالَ لِي: «تَكْفِيكَ نِعْمَتِي، لأَنَّ قُوَّتِي فِي الضُّعْفِ تُكْمَلُ" (٢ كورنثوس ٧-٩).

الباب السابع عشر:

السعادة في مساعدة الآخرين

بالصدقة تدخل الملكوت

"لاَ تَخَفْ أَيُّهَا الْقَطِيعُ الصَّغِيرُ لأَنَّ أَبَاكُمْ قَدْ سُرَّ أَنْ يُعْطِيَكُمُ الْمَلَكُوتَ. بِيعُوا مَا لَكُمْ وَأَعْطُوا صَدَقَةً. اِعْمَلُوا لَكُمْ أَكْيَاساً لاَ تَفْنَى وَكَنْزاً لاَ يَنْفَدُ فِي السَّمَاوَاتِ" (لوقا ١٢: ٣٢-٣٣). لنفرح، فقد أهدانا أبونا السماوي الملكوت. لكنك بحاجة لقلب مملوء بالحب لتدخل فيه، لأن الله محبة ولا يَتّحد به الّا من كان قلبه مثله. وعندها تعطف على المسكين والفقير وتعم المحبة بين أبناء الله.

اعمل الخير اليوم تلقاه غداً

«إرمِ خُبزَكَ عَلَى وَجهِ المِيَاهِ فَإِنَّكَ تَجِدُهُ بَعدَ أَيَّامٍ كَثِيرَةٍ» (جامعة ١١: ١). اعمل الخير اليوم تلقه غداً. اعمل الخير دون مقابل يقدِّره لك الخالق إذا لم يقدِّره المخلوق. اعمل الخير من قلب محب يفرح قلبك. اعمل الخير للغير ففيه السعادة لك أولاً. اعمل الخير فالمعروف لا يضيع في السماء حتى لو ضاع على الأرض.

السعادة في الرأفة والإقراض

"سَعِيدٌ هُوَ الرَّجُلُ الَّذِي يَتَرَأَّفُ وَيُقْرِضُ. يُدَبِّرُ أُمُورَهُ بِالْحَقِّ. لأَنَّهُ لاَ يَتَزَعْزَعُ إِلَى الدَّهْرِ. الصِّدِّيقُ يَكُونُ لِذِكْرٍ أَبَدِيٍّ. لاَ يَخْشَى مِنْ خَبَرِ سُوءٍ. قَلْبُهُ ثَابِتٌ مُتَّكِلاً عَلَى الرَّبِّ" (المزامير١١٢: ٥-٧). تخيل ان من يقرض المحتاج ويحن عليه ويكون عادلاً، سيعيش حياة أبدية سعيدة، وعلى الأرض سيكون واثقاً باتكاله على الرب، ولا يخشى شيئا، لأن الرب يحيطه بحمايته.

"السعادة في العطاء" من اقوال والدي رحمه الله

عطاء الحب، عطاء أي أمر معنوي أو مادي لقريب أو لغريب، عندما ترى نظرة امتنان في عين الآخر وسعادة على وجهه. إن لم تعش العطاء لن تشعر بلذته وبالسعادة التي ستغمرك. وعطاء الحب سيولِد حبًّا مقابلًا يسري فيك، وستكون جزءًا من نظام الحب الإلهي الذي سيغمرك بالفرح: «نَحْنُ نُحِبُّهُ لأَنَّهُ هُوَ أَحَبَّنَا أَوَّلاً» (١ يوحنا ٤: ١٠). وهذا الحب لا محدود وأبدي وسيحقق لك السعادة.

ذروة السعادة فعلاً

عندما تشفي شهقة المقهور، عندما تمسح الدموع من عيني حزين، عندما تُفرّج عن هم المكمود، ستشعر بذروة السعادة عندها لأن السعادة في العطاء أكثر من الأخذ."مَن يَرحَمْ الفَقِيرَ يُقرِضْ الرَّبَّ وَعَن مَعرُوفِهِ يُجَازِيهِ" (امثال ١٩: ١٧).

مفضلين بعضكم على بعض في الكرامة

«أَحِبُّوا بَعضُكُم بَعضًا مَحَبَّةً أَخَوِيَّةً، مُفَضِّلِينَ بَعضُكُم عَلَى بَعضٍ فِي الكَرَامَةِ». (رومية١٢: ١٠). كم مرة كل يوم نختار أنفسنا على حساب الآخرين؟ الا نستطيع ان نغسل اقدام بعضنا البعض كما فعل المسيح؟ ايجب ان نختار صدور المجالس؟ ونتعرض لمن يقول لنا قُم فإن هذا المقعد لغيرك. لنرَ وجه المسيح في اخوتنا ونكرمهم فنكون اهلا للملكوت.

المال الحرام

" وَأَنَا أَقُولُ لَكُمُ: اصْنَعُوا لَكُمْ أَصْدِقَاءَ بِمَالِ الظُّلْمِ حَتَّى إِذَا فَنِيتُمْ يَقْبَلُونَكُمْ فِي الْمَظَالِّ الأَبَدِيَّةِ. اَلأَمِينُ فِي الْقَلِيلِ أَمِينٌ أَيْضاً فِي الْكَثِيرِ" (لوقا ١٦: ٩-١٠).

مال الدنيا غير باق، وحصة الفقراء منه، إذا استبقيناها معنا، هي مال حرام. فإن أعطيناهم إياها، نُقبل في الملكوت ونعيش في حضرة الله بسعادة للأبد.

كل نصف طعامك تعش بصحة وتدخل الملكوت

" أَلَيْسَ أَنْ تَكْسِرَ لِلْجَائِعِ خُبْزَكَ وَأَنْ تُدْخِلَ الْمَسَاكِينَ التَّائِهِينَ إِلَى بَيْتِكَ؟ إِذَا رَأَيْتَ عُرْيَاناً أَنْ تَكْسُوهُ وَأَنْ لاَ تَتَغَاضَى عَنْ لَحْمِكَ" (إشعيا ٥٨: ٧). من يأكل أكثر مما يحتاج جسمه يُصَب بالسمنة أو بالسكري أو ارتفاع الكولسترول أو... ولكن لو أكل ما يحتاجه جسمه فقط وما ينصح به الأطباء لاحتاج فقط نصف ما يأكله الآن، ويعيش بصحة ممتازة ويعطي النصف الآخر للفقراء، فلا يبقى بيننا جائع، ويدخل الملكوت، إذ أنه ليس حسنا في عيني الرب أن يموت البعض من التخمة والبعض الآخر جوعاً.

مساعدة الفقراء طريق الملكوت

"فَيَخْرُجُ الَّذِينَ فَعَلُوا الصَّالِحَاتِ إِلَى قِيَامَةِ الْحَيَاةِ وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ إِلَى قِيَامَةِ الدَّيْنُونَةِ" (يوحنا ٥: ٢٩). إن عمل الخير مع الناس سواء بالتبرع بالمال أو بالنصيحة أو المواساة في المرض أو الموت أو المصائب، يفتح قلب الإنسان للمحبة. وحلقة الوصل هذه بين الإنسان المعطي والفقير هي طريق الملكوت. "وَلَنَا هَذِهِ الْوَصِيَّةُ مِنْهُ: أَنَّ مَنْ يُحِبُّ اللهَ يُحِبُّ أَخَاهُ أَيْضا" (١يوحنا ٤: ٢١)

عمل الخير صِيدة (غنيمة)

جملة تعلمتها من أبي (رحمه الله) أي أنها فرصة ثمينة أن نعمل الخير وقد لا تتكرر دائماً، فإذا طرق باب بيتك أو قلبك سائل أو محتاج لا تُضِعْ الفرصة "أَعْطِهِ وَلا يَسُوءُ قَلبُكَ عِنْدَمَا تُعْطِيهِ لأَنَّهُ بِسَبَبِ هَذَا الأَمْرِ يُبَارِكُكَ الرَّبُّ إِلهُكَ فِي كُلِّ أَعْمَالِكَ وَجَمِيعِ مَا تَمْتَدُّ إِلَيْهِ يَدُكَ" (تثنية ١٥: ١٠) لأن الفقراء المؤمنين سيسبقون الأغنياء البخلاء إلى الملكوت.

احترم مشاعر الآخرين

لا داعي لإظهار سعادتك الكبيرة بينما الآخرون يعانون من التعاسة أو الألم، ولا داعي لإظهار ثروتك أمام الفقراء، أو مقدرتك على عمل شئ أمام عاجزين، بل راعِ ظروف الآخرين وساعدهم وافرح مع الفرحين واحزن مع الحزانى «افرَحُوا مَعَ الفَرِحِين وَابكُوا مَعَ البَاكِينَ» (رومية١٢: ١٥).

الكَرَم وعمل الخير

يقال إذا أراد الرجل ان يَتَجَمَّل فعليه بالكَرَم فهو يغطي الكثير من الخصال السيئة. وكذلك الانسان الخاطئ، إذا اراد ان يقوي نفسه في الجهاد الروحي ويستعطف السماء وصلوات الفقراء، فعليه بالكَرَم وعمل الخير. ولكن هذا وحده لن يُدخله الملكوت السماوي. فالايمان بالمخلص والتوبة أولويات: «إن أرَدْتَ أن تَكُونَ كَامِلًا فَاذهَبْ وَبِعْ أملاكَكَ وَأَعطِ الفُقَرَاءَ فَيَكُونَ لَكَ كَنزٌ فِي السَّمَاءِ وَتَعَالَ اتبَعْنِي» (متى ١٩: ٢١). ومن يُعطِ بسخاء ومن قلبٍ محب يشعر بسعادة غامرة

على الارض وينال الملكوت " لأَنَّ الْمُعْطِيَ الْمَسْرُورَ يُحِبُّهُ اللهُ." (٢ كورنثوس ٩: ٧). ولنتعلم من زكا رئيس العشارين الذي وعد الرب بأن ينصف المظلومين ويرد لهم أموالهم أضعافا فوعده الرب بخلاص أهل بيته.

افتح يديك ووسع قلبك

«إللي بدو يعمل جمّال لازم يوسع باب داره» (مَثَل). ومن أراد أن يستقبل نِعَمًا وبركات من الله يجب أن يفتح يديه على وسعهما لتتّسعا للنِعَم، وفي الوقت نفسه يجب ألّا يغلقهما عن العطاء للناس، لأنه عندما يغلقهما، لا تعودان تتسعان لنِعَم الله. الذي يريد أن يدخل الملكوت عليه أن يدخل من الباب الضيق لأنه يتطلب توسيع القلب وباب الدار. "وَيَكُونُ الرَّبُّ مَلْجَأً لِلْمُنْسَحِقِ. مَلْجَأً فِي أَزْمِنَةِ الضِّيقِ." (المزامير ٩: ٩)

من هو الفقير؟

هل هو فقط فقير المال؟ أليس هو غني المال لكنه فقير إلى القدرة على العطاء (بخيل)؟ أليس هو فقير القدرة على المسامحة؟ أو فقير منح الحب أو فقير الرغبة في مساعدة الغير ونصحهم أو فقير الايمان والرجاء والمحبة؟ هؤلاء الفقراء قساة القلوب، ليسوا كفقراء المال، الذين يستعطون المال والمساعدة والمحبة والمسامحة، بل هم من يمنعونها عن مستحقيها. فهم الاغنياء الفقراء «ان مرور جمل من ثقب ابرة أيسر من ان يدخل غني إلى ملكوت الله» (متى ١٩: ٢٤).

الربح والخسارة

في سباقٍ محموم في أحد الانتخابات، رَبح من ربح وخسر من خسر. قام أحد الأصدقاء بالاتصال أولاً بمن خسروا، مشاركاً إياهم مشاعرهم وألمهم في الخسارة، ومانحاً إياهم الأمل والجانب المشرق في الخسارة. ثم بارك لمن ربح. الإنسان الخاسر، أو المتألم أو الضعيف، هو الأولى بالرعاية: «افرَحُوا مَعَ الفَرِحِينَ، وَابكُوا مَعَ البَاكِينَ» (رومية١٢: ١٥).

ثروتنا تُقاس بما نعطي، وليس بما نملك

ما تُعطي من مالك للفقراء هو الذي يُحسَب لك في حياتك القادمة – إن حياتنا على الأرض، كمدة زمنية نِسبةً للحياة الأبدية، تعتبر لا شيء. فإن ثمانين سنة مقسومة على رقم لا نهائي تساوي حوالي الصفر. ما تُعطي من حبّ وتسامح، ونصيحة طيبة صادقة، ومساعدة وزيارة محتاج هي أيضاً مقياس لثروتك على الأرض وفي السماء: "حَزَانَى وَنَحْنُ دَائِماً فَرِحُونَ. فُقَرَاءُ وَنَحْنُ نُغْنِي كَثِيرِينَ. لاَ شَيْءَ لَنَا وَنَحْنُ نَمْلِكُ كُلَّ شَيْءٍ" (٢ كورنثوس ٦: ١٠).

الله والقريب

يخطئ من يظن أن الصلاة والعبادة تكفيان لدخول السماء. من لا يحب الآخرين ويعاملهم بالحسنى ويتمنى لهم ما يتمناه لنفسه ويعاملهم كما يحب أن يعاملوه محبةً ومساواةً وخدمةً لن يدخل الملكوت. "أَنْتَ لَكَ إِيمَانٌ، وَأَنَا لِي أَعْمَالٌ» أَرِنِي إِيمَانَكَ بِدُونِ أَعْمَالِكَ، وَأَنَا أُرِيكَ بِأَعْمَالِي إِيمَانِي" (يعقوب ٢:١٨) "إِنْ قَالَ أَحَدٌ: «إِنِّي أُحِبُّ اللهَ» وَأَبْغَضَ أَخَاهُ، فَهُوَ كَاذِبٌ. لأَنَّ مَنْ لاَ يُحِبُّ أَخَاهُ الَّذِي يَرَاهُ، كَيْفَ

يَقْدِرُ أَنْ يُحِبَّ اللهَ الَّذِي لَا يَرَاهُ؟" (١ يوحنا ٤: ٢٠).

يا بُنَيّ

أعطِ قبل أن تطلب من الآخرين أن يعطوك. أعطِهم من وقتك ومن حبك ومن اهتمامك. أعطِهم من قلبك وفكرك قبل لسانك. أعطِهم صدرك ليبكوا عليه واعطِهم كتفك ليتَّكئوا عليه. لا تكن أنانياً ومتمحوراً على ذاتك، تأخذ ولا تعطي تطلب ولا تقدِّم. اعذِر الآخرين إذا قصّروا ليعذروك بدورهم عندما تُقصّر «جِد لأخيك عذراً» (قول). الحب علاقة متبادلة مع الآخرين وليس حباً داخلياً فردياً. إن لم يشاركك الآخرون النجاح فليس نجاحاً بل فشلاً. فأشرِك الآخرين في دائرة

حبك ونجاحك فيشتركوا معك في وقت حزنك وشدتك. واشترك معهم في نجاحهم وفشلهم. «افرَحُوا مَعَ الفَرِحِينَ، وَابكُوا مَعَ البَاكِينَ» (رومية١٢: ١٥).

أذنان وقلب

في كثير من الأحيان تحتاج إلى أذنين وقلب ليسمع لك ويحسّ بألمك ويشعر معك، دون أن يكيل لك النصائح والملامه كالقذائف، ليحمّلك الجزء الأكبر من الذنب، مع أنه قد يقصد أن يخفّف غضبك على الآخرين، ويهدّئ من روعك. ليتنا نستخدم آذاناً مصغية، وفمًا واحدًا يُستخدم بحكمة دون ملامة وعتب ونصائح معروفة للمُستمع هو ليس بحاجة إلى سماعها، أذنان وقلب فيهما الكفاية. «افرَحُوا مَعَ الفَرِحِينَ، وَابكُوا مَعَ البَاكِينَ» (رومية١٢: ١٥).

عمل الخير بالخفاء

«أَمَّا أَنتَ، فَإِذَا تَصَدَّقْتَ، فَلَا تَعلَمْ شِمَالُكَ مَا تَفعَلُ يَمِينُكَ» (متى ٦: ٣). لأنك تخسر الفرح الداخلي للعطاء عندما تتحدث عنه، وهذا ليس"حديثاً فارغاً"، جرّب. إذا كنت تصنع المعروف من أجل المباهاة، فلن تجد حمداً ولا شكراً، لا من الذين سمعوا بعملك، ولا الذين صنعت معهم الخير والمعروف. ولا من رب الكون. أما إذا صنعته بسبب محبتك الداخلية فضميرك الحي ستشعر بفرحٍ غامر مخفيٍّ.

ساعد الفقراء

كلنا مسؤولون

أثناء ممارستي رياضة الركض الصباحية، أرى دائماً جاراً لي وهو طبيب كبير في السن، يجمع النفايات المتناثرة في الشارع بجانب منزله وعلى طول طريقه وهو ذاهب لشراء حاجياته.

الطبيب يشعر بمدى خطر الجراثيم والامراض التي تسببها النفايات ويشعر أنه مسؤول عن حارته وجيرانه بالاضافة لأهل بيته.

كذلك المؤمن والغني والقوي مسؤولون عن قليلي الايمان والفقراء والضعفاء ليساعدوهم ... هذا واجب وليس تَفضلاً او مِنة.

"مَن عَرَفَ كَيفَ يَصنَعُ الخَيرَ وَلَم يَصنَعْهُ ارتَكَبَ خَطِيئَةً" (يعقوب ٤: ١٧).

غنى النفس

جلست في أحد الميادين أُطعم الحمام الذي يملأ الساحة، واقتربت مني امرأة متسولة وبيدها كأسٌ فارغة تجمع بها النقود

فبادرت نفسي بالسؤال: هل أُطعم الطيور ولا أساعد البشر؟؟

فقدمت لها ما جادت به نفسي...

بعيون تلمع شكرتني بلطف.

وأشارت إليَّ بيدها إلى جانبي حيث سقط مني كل ما أحمل من نقود...

وبكل عزة نفس وإباء ذهبت في طريقها. وكان من السهل عليها ان تلتقط كل نقودي دون أن أنتبه. لكن يبدو أن الفقر لا يعني تحليل السرقة (اي جعلها حلالاً) بل امتنانها لمساعدتي اياها كان أكبر من كل ما كنت أملك من نقود في تلك اللحظة.

أحياناً الأغنياء وأصحاب الملايين يسرقون أكثر من الفقراء.

إن الغني هو غني النفس وليس غني المال.

"غني بلا مال عن الناس كلهم ... وليس الغني إلا عن الشيء لا به" (الامام الشافعي).

"إِنَّ هَذِهِ الأَرْمَلَةَ الْفَقِيرَةَ قَدْ أَلْقَتْ أَكْثَرَ مِنْ جَمِيعِ الَّذِينَ أَلْقَوْا فِي الْخِزَانَةِ. لأَنَّ الْجَمِيعَ مِنْ فَضْلَتِهِمْ أَلْقَوْا. وَأَمَّا هَذِهِ فَمِنْ إِعْوَازِهَا أَلْقَتْ كُلَّ مَا عِنْدَهَا كُلَّ مَعِيشَتِهَا" (مرقس ١٢: ٤٣-٤٤).

عمل المحبة

يُوجد متعة فائقة في عمل الخير واصلاح ذات البين لا يعرفها من لم يجربها، لانها تتضمن فيما تتضمن الدخول في دائرة المحبة. وإذا كانت المحبة بدون مصلحة ونابعة من قلب نقي ستتدخل نعمة الرب في عمل الانسان وتباركه وتغمره بفرح سماوي. جرّب. «مَن أَحَبَّ أخَاهُ أقَامَ فِي النُّورِ وَلَمَ يَكُنْ فِيهِ سَبَبُ عَثرَةٍ» (١ يوحنا ٢: ١٠).

الخاتمة:

في هذا الكتاب وضعت الطرق العملية الملموسة في حياتنا والتي قد تساعد القارئ إذا ما سلكها ان تقوده الى مزيد من السعادة او على الاقل تضيء له الطريق نحوها.

عزيزي القارئ انصحك ان تأخذ بعض الوقت في نهاية هذا الكتاب وفي نهاية كل صفحة قد تكون لمست قلبك او ذكرتك باحدى محطات حياتك التي كنت سعيداً فيها واسترجع تلك اللحظات واسترجع تلك اللحظات والمشاعر وخذ

قرارات جديدة بحياتك قد تكون اولها ان تعد نفسك بأن تكون سعيداً منذ هذه االلحظة دون اي سبب مادي او معروف بل فقط لانك تستحق وتريد ان تكون سعيداً لا بل ان حقك على نفسك ان تسعدها وذلك يتم بقرار ارادة واضح وصريح بينك وبين نفسك، ولا تؤجل هذه السعادة لحين حصول شيء ما او لحين حصولك على منصب او زيادة ثروتك لتصبح كافية حسب اعتقادك لتبدأ بالشعور بالامان والسعادة .

بل ابدأ الان وصدقني إنك لست بحاجة لأي شيء لتكون سعيداً فالسعادة قرار وهذا القرار انت مسؤول عنه ولا يستطيع أحد ان ينزعه منك.

صدر من هذه السلسلة:

الكتاب الأول: كيف تصل إلى الملكوت؟

الكتاب الثاني: كيف نعيش حياة السماء على الأرض؟

الكتاب الثالث: إلى من نذهب يا رب وعندك كلام الحياة الأبدية؟

الكتاب الرابع: من كان منكم بلا خطيئة، فليكن أول من يرميها بحجر!

الكتاب الخامس: ماذا ينفع الإنسان لو ربح العالم كله وخسر نفسه؟»

الكتاب السادس: يا رب ماذا تريد أن أفعل؟

الكتاب السابع: وأنتم من تقولون إني أنا؟

الكتاب الثامن: الله والمرض والموت

فهرس المحتويات

1. **الاهداء:** 0
2. **مقدمة سيادة البطريرك ميشيل صباح** 2
3. **مقدمة الكاتب** 10
4. الباب الأول: ما هي السعادة؟ 18
   1. محبة القريب: الوزير والعامل 19
   2. ملكوت الله في داخلك 20
   3. عِش في النور 21
   4. المحبة.....22
   5. السعادة 23
   6. المشاهير والأغنياء.....24
   7. الفرق بين المتعة والسعادة 26

5. **الباب الثاني: السعادة في المحبة** 28
8. «وطني ليس الحجر والأرض هو الناس 29
9. **إطار المحبة والعطاء** 30
10. **الحب** 32
11. **فقط أحبب** 33
12. **ابنِ الجسور وارفض حرقها** 34
13. **نقص فيتامين "ح"** 35
14. **المحبة قبل الغذاء** 36
6. **الباب الثالث: وصفات للسعادة وراحة البال** 38
15. **وصفات للسعادة وراحة البال ١** 39
16. **وصفات للسعادة وراحة البال ٢** 40

17. وصفات للسعادة وراحة البال ٣ 41
18. وصفات للسعادة وراحة البال ٤ 42
19. وصفات للسعادة وراحة البال ٥ 43
20. وصفات للسعادة وراحة البال ٦ 44
21. وصفات للسعادة وراحة البال ٧ 45
22. وصفات للسعادة وراحة البال ٨ 46
23. وصفات للسعادة وراحة البال ٩ 48
24. وصفات للسعادة وراحة البال ١٠ 50
25. وصفات للسعادة وراحة البال ١١ 51
26. وصفات للسعادة وراحة البال ١٢ 53
27. وصفات للسعادة وراحة البال ١٣ 54

28. **وصفات للسعادة على الأرض إعمل واجبك تجاه وطنك ١٤** 56
29. **وصفة للسعادة الداخلية والخلاص ١٥** 57
30. **وصفة للسعادة الدائمة ١٦** 58
31. **وصفات لاختبار معنى السعادة: لا تكتف بالقشور من العلاقة ١٧** 59
7. **الباب الرابع: هل يجلب المال السعادة؟**.....60
32. **سلام الرب يكون معكم**.....61
33. بيل جيتس أغنى رجل في العالم!.....62
34. المال والسعادة 64
35. تعلمت من أمي 65
36. كل الأشياء التي تجلب السعادة للإنسان لا تكلف شيئاً، مثل:.....66
37. **لا تعبد المال بدل الله**.....67

38. السعادة أولاً ثم المال 68
39. **جوع العالم وشبع المؤمن** 70
40. **تصرف بحكمة لِتسعد بالملكوت** 72
41. **ما لا يستطيع المالُ شراءَه** 73
42. **"مش مهم"** 74
43. **المـال** 76
44. **مَنْ أقرب إلى الله؟** 78
45. **لاقيني ولا تغديني** 80
46. **نصيحة عجوز حكيمة** 82
47. **على البساطة:** 83
48. **الغني والفقير** 84

8. **الباب الخامس: كيف تصل الى السعادة؟** 86
49. كلام الرب يروي كل عطش 87
50. عش حياة الشكر 88
51. جربت كل شيء؟ 89
52. **إجلس مع نفسك** 90
53. **لتكون سعيداً عليك ان تكون منصفاً** 91
54. **لو جربت لشكرت** 92
55. **صباح الخير** 93
56. **مَنْ يعلِّم ويعمل؟** 94
57. **حَلِّق بروحك** 96
58. **أدِّ حِسَابَ وَكَالَتِكَ** 98

59. نحن مخيَّرون ولسنا مسيَّرين 100
60. محطات حياتنا 102
61. كن رسول خير 104
62. لا تسرق فرحة أحد ولا تقهر قلب أحد 105
63. الدفء 106
64. كم عشت في هذه الدنيا؟ 108
65. لو استجاب الرب دائماً 110
66. العلم وبساطة الإيمان 112
67. إملأ العالم فرحاً ومحبة 113
68. لا تكذب 114
69. لا تكن البادئ بالشر 116

70. إحذر 117
71. مَن لَطَمَكَ عَلَى خَدِّكَ الأَيمَنِ فَحَوِّلْ لَهُ الآخَر أيضًا" (متى ٥: ٣٨–٣٩). 118
72. لا تسرق 120
9. الباب السادس: السعادة في الميلاد 122
73. ميلاد خلاص الجنس البشري 123
74. البشرى السارة 124
75. أحلى خبر في الدنيا كان ميلاد المسيح 125
76. «أبشركم بفرحٍ عظيم» 126
77. لماذا نفرح في ميلاد المسيح 128
10. الباب السابع: السعادة في التسامح 130
78. سبحان مُغيّر القلوب 131

79. **إغسل قلبك**.....132
80. **الذئب والحمل** 133
81. ضعف الذاكرة.....134
82. **علامات الخطيئة** 136
83. كن مسالماً.....137
84. **لا تشمت بعدوّك** 138
85. **نَقل الفرح والحب** 139
11. الباب الثامن: أسرار السعادة 140
86. عارف وين رايح 141
87. **كل الحكمة** 142
88. البحث عن سر السعادة! 144

89. **"لا تفتش عن السعادة بل اخلقها":** 145
90. **حاصل ضرب المحبة المتبادلة** 146
91. **أنت المسؤول** 148
92. **كنت أميناً على القليل سأئتمنك على الكثير** 149
93. **قمة السعادة** 150
94. عِش بتوازن 153
95. **كُنْ سعيداً حقاً** 154
96. حياة الإنسان صنيعة تفكيره 156
97. الكذب ويمين الزور 157
98. أنت مسؤول عن نفسك وعن الغير أيضًا 158
99. تجنب البخل والبخيل 159

100. إفتِح عينيك! 160
101. متى نصلي؟ 161
102. سبيلنا للخلاص 162
103. خمسة بالمئة فقط سعداء تماماً 163
104. مهما قال فافعلوه 164
105. الفحوصات الطبية 165
106. نحن والتفاحة 166
107. المحبة من الله 167
108. الإستثمار الأمثل للوقت 168
109. صفات المؤمن الناجح 170
110. الصلاة بالروح 171

111. متطلبات الخلاص الثلاثة 172
112. صحة الروح الدائمة أولى من صحة الجسد الفاني 174
113. وصية أب حكيم 176
114. وصفة للسلام الداخلي 177
115. ربنا خلقنا لنعيش في الفرح 178
116. خمس قواعد لكي تعيش حياة سعيدة 179
117. نتقدم بالعمر والحكمة والتمتع بنعم الخالق 180
118. مما سمعت 182
119. نصائح 184
120. أهم اللحظات في الحياة 186
121. جسد الرب هو الحل 188

122. **نصوم شكراً للرب** 190
12. **الباب التاسع: السعادة في القيامة مع الرب** 192
123. **نوم وليس موت** 193
124. **لنفرح بخلاصنا من الموت** 194
125. إفرحوا بالروح 195
126. تأشيرة الدخول visa 196
127. عِش يومك 198
128. **الفرح الذي لا يسلب منك** 200
129. **ما هو سبب سعادتك؟** 201
130. **افرحوا بالرب كل حين** 202
131. **ما هو المطلوب للحياة الأبدية؟** 203

132. **نحن نحدد مصيرنا** 204
133. لنتأهل للحياة الأبدية 205
134. **الفراشة البيضاء** 206
135. **"وطن لا تحارب من أجله لا تستحق العيش فيه" قول** 207
136. **متى بدأ ملكوت الله؟** 208
137. **الحُلم** 209
138. **أبانا الذي في السموات «ليأتِ ملكوتك»** (متى ٦: ١٠)..... 210
139. **لا تخف** 212
140. **السماء أحلى**..... 213
141. **أهدافك تحدد سعادتك**..... 214
142. **العمر يمضي بسرعة البرق**..... 216

143. **سعادة السفر إلى السماء** 217
144. **إسعَ إلى الملكوت** 218
145. **حب البقاء** 219
146. **مستقبلنا ليس في هذا العالم** 220
147. الأفراح الفصحية 221
148. **لا تكتئب** 222
149. **ما لم يخطر على بال بشر** 224
13. **الباب العاشر: السعادة في القناعة** 226
150. الإنسان يحدد سعادته 227
151. متى تريد أن تكون سعيداً؟ وماذا تحتاج لتكون سعيداً؟ 228
152. **تقبّل** 229

153. مَنْ هو الفقير؟.....230
154. **مما قرأت "قد تكون السعادة أحياناً في ترك الأشياء** 231
155. لحظة من فضلك.....232
156. **صديقك ذُخرٌ لك** 234
157. **كن سعيداً** 236
158. أين الكنز؟.....237
159. **الشبعان بالمسيح لا يجوع ابداً**.....238
160. **توزيع المواهب** 240
161. **المقارنة** 241
162. **سعادتك قرارك**.....242
163. **أطلب الاهم أولاً**.....243

164. **الحياة أضغاث أحلام**.....244
165. **إذا كان جارك بخير فأنت بخير**.....245
166. **الحكمة في التقبل**.....246
167. **النظرة الإيجابية** 247
168. **جَرِب مرة واحدة**.....248
169. السعادة قرار 249
170. **المقارنة عذاب** 250
171. **الحياة ليست حلبة سباق ومنافسة** 252
172. **متى تكون الخسارة فوزاً!** 254
173. **عِش حاضرك فالغد يهتم بذاته** 255
174. **سلام الداخل والصلح مع الذات** 256

175. **الزاهد** 257
176. **سعادتك** 258
177. **صفعة محبة** 259
178. **البحث عن وطن** 260
179. **بالمقارنة نشقى وبالقناعة نسعد** 261
180. **فن "التطنيش" (اللامبالاة)** 262
181. **افرح واقتنع** 264
182. **«نيال اللي قنعان باللي عنده»** (قول) 265
183. **عَدِّد نِعَم الله عليك وفيها الكفاية لتفرحك** 266
184. **لا تشتهِ** 267
185. **إقنع وتمتع بما لديك** 268

186. للأسف 270
187. كيف تعيش الحياة؟ 272
188. الغيرة والحسد 273
14. الباب الحادي عشر: السعادة في العمل 274
189. يوم الراحة 275
190. طالب الدنيا نديم الندم وطالب السماء نديم النعم 276
191. شركة مساهمة عامة مضمونة الأرباح 278
192. قروض الرب 280
193. ليس كل ما تطلبه من الرب لخيرك 281
194. لا تعفِ نفسك من المسؤولية 282
195. احفظ أيام الآحاد والأعياد 283

196. **الجهل بالشئ أحياناً أحسن من العلم به**.....284
197. **الراشي والمرتشي مذنبان**.....285
198. **سُنّة الكون**.....286
15. **الباب الثاني عشر: السعادة في العائلة**.....288
199. كيف تُحقق السعادة؟.....289
200. تربية الشابات.....290
201. العطاء والأخذ.....292
202. صالح أخاك.....293
203. «**لَا تُغِيظُوا أَولَادَكُم**» (افسس ٦: ٤).....294
204. **ثقة الأطفال**.....295
205. **دورك في الحياة**.....296

206. **الوحدة بالمحبة** 298
207. **الطفل والشيخ** 299
208. أب يقبل القسمة على ٢ 300
209. **الثقة بالأب الأرضي والآب السماوي** 301
210. **براءة الأطفال** 302
211. **لماذا نحتفل بأعياد ميلادنا؟** 303
212. **سنُؤدي عنهم حساباً** 304
213. **المحبة تولّد العطاء وتقضي على الأنانية** 306
214. **الصلاة تفيدنا نحن** 308
215. **عندما يفرح الناس لموت قريب** 310
216. **الكبار والصغار** 311

217. أكرم أباك وأمك الأب الصديق.....312
218. الرضا عن الذات ومحبة الأبناء.....313
16. الباب الثالث عشر: السعادة الزوجية.....314
219. كيف تنجح الحياة الزوجية؟.....315
220. الزواج السعيد 316
221. الزوجة الصالحة مصدر للسعادة.....317
222. الزواج المسيحي.....318
223. واجبات الزوجين.....320
224. ما هو الحب 321
225. بالحلال.....322
226. كيف تعيش بسعادة مع شريك حياتك؟.....323

227. جسد الزوج والزوجة.....324
228. بيت الزوجية 325
229. أحبوا زوجاتكم.....326
230. تجارب الشيطان (الاسرة ٢/١).....327
231. تجارب الشيطان (الاسرة ٢/٢).....328
232. حافظ على بيتك 329
233. الزوج والزوجة.....330
234. كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ١ 333
235. كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٢ 334
236. كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٣ 335
237. كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٤ 336

238. كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٥ 337
239. كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٦ 338
240. كيف تعيش حياة زوجية سعيدة ٧ 339
17. سلسلة حلول المشاكل الزوجية 340
241. حُسن الاختيار: 340
242. العائلات المفككة 341
243. إساءة الاختيار 342
244. الكبرياء 344
245. مَرّق 345
246. الرجل غير المرأة 346
247. سعادة شريكك 347

248. **الاصغاء**.....348
249. **الام والاولاد والاسرة**.....349
250. **الرجل سيد البيت ولكن:**.....350
18. **الباب الرابع عشر: السعادة في الحياة مع الله**.....352
251. **معه المفاتيح**.....353
252. لن أتركك.....354
253. السعادة على الأرض.....355
254. الشمس والاكتئاب 356
255. **رحمة الرب أفضل من الحياة**.....357
256. حدّد مصدر سعادتك 358
257. لا تربط سعادتك بأي شيء يمكن أن تخسره 360

258. من يُحبّنا كما نَحن؟.....362
259. الرب هو مصدر سعادتنا.....363
260. **المتعة الموقتة**.....364
261. دع الأمر لمن بيده الأمر 365
262. **جرّبها**.....366
263. **للباحث عن السعادة** 368
264. مفتاح الملكوت 370
265. **الطمأنينة والسلام** 371
266. نور العالم.....372
267. **الصلاة والتدخين**.....373
268. **الرب قريب** 374

269. نصيحة 375
270. أبناء الله 376
271. أحلى شعور في الدنيا 377
272. قصة حقيقية 378
273. البوصلة 380
274. «أنَا مَعَكُم لَا تَخَافُوا» (متى ١٤: ٢٧) 381
275. حياة الاطمئنان 382
276. «رَحمَتُهُ أَحسَنُ مِنَ الحَيَاةِ» (المزامير٦٣: ٣) 383
277. «سَلَاماً أترُكُ لَكُم. سَلَامِي أُعطِيكُم» (يوحنا ١٤: ٢٧) 384
278. الدقائق والثواني 385
279. الدعوة عامة 386

280. كم تحبّ أن تعيش؟..... 388
281. الرجاء بالأبدية لا بحياة الدنيا الزائلة 390
282. «ماسك الهواء بإيدي» 392
283. الاتحاد بالمسيح 393
284. أبانا الذي في السموات «ليتقدّس اسمك» (متى٦: ٩) 394
285. الله يريد قلوبنا لا أفواهنا..... 396
286. هل نصوم لإرضاء الله 398
287. أبانا الذي في السموات «ليكن ما تشاء في الأرض كما في السماء» (متى ١٦: ١٠) 400
288. كابتن حياتنا 402
289. الله يعلم ما نحتاج إليه..... 403
290. أشبال الأسود جاعت 404

291. الفرح في القلب مثل الابتسامة على الوجه 406
292. فقير إليك غني بك 408
293. لا يكفي..... 409
294. الرب كريم..... 410
295. الأنشغال عن مُخلِّص حياتنا 411
296. جابر القلوب 412
297. وجابر الخواطر 413
298. أي إنسان يرعاه الرب؟ 414
299. لماذا نريد أن يكون الله على رأس أولوياتنا؟ 415
300. الايمان حجر الاساس في استجابة الرب 416
19. الباب الخامس عشر: السعادة في التوبة..... 418

301. **كيف تتخلص من ضَعف أو خطيئة تسيطر عليك؟** 419
302. الخاطئ حزين 420
303. **رِضا الله** 422
304. مصير الظالم 423
305. أتريد أن تشفى؟ 424
306. **الراحة بعد الاعتراف** 425
307. **لا تخَفْ من الإيمان** 426
308. **لا يحَسب له الرب خطيئة** 427
309. **ثمرة الإيمان** 428
310. **لو كان اليوم آخر يوم في عمرك ماذا تفعل؟** 429
311. **إغسل قلبك** 430

312. **الرب راعيّ** 432
313. **الفرصة الذهبية**..... 433
314. **لنولد من جديد** 434
315. **الله يحبّ الإنسان الخاطئ، لكنه يبغض الخطيئة** 435
316. **الباب مفتوح لك حتى لو تأخرت** 436
317. **الزمن لا يتوقف**..... 437
318. متى نستطيع فِطام أنفسنا؟ 438
319. **لا تنظر إلى الوراء**..... 440
320. **انت سيد نفسك**..... 442
321. **لا تيأس من رحمة الله** 443
322. السعادة في النصرة 444

323. التحرر والفرح.....445
20. **الباب السادس عشر: السعادة في الانتصار على التجارب والضيقات**.....446
324. حياة الغلبة.....447
325. **الرب يمتحن القلوب**.....448
326. إحمل صليبك.....449
327. **كيف يبقى الفرح في بيتكم؟**.....450
328. **درب الرب**.....451
329. **الدنيا**.....452
330. **كل طلعة مقابلها نزلة**.....453
331. **دخول الملكوت**.....454
332. **الحياة امتحان**.....455

333. إنتصر لكي تصبح سعيداً 456
334. طريق المجد يمر بالجلجلة..... 458
335. استفد من التجربة 459
336. "بس لو البحر مش مالح" 460
337. دقّات القلب 462
338. الروح الساكن فينا 463
339. المشاكل..... 464
340. الفرح حتى في اوقات الحزن..... 465
341. الطريق الواسعة..... 466
342. الحياة تعب وشقاء ولكن... 467
343. الدنيا مهرجان..... 468

344. **كله للخير** 469
345. **ما تستحقه** 470
346. **أغلق الباب** 471
347. **كم نستطيع ان نحمل؟** 472
348. **مفترق الطرق** 473
349. **لا تشتهِ امرأة قريبك** 474
350. **نقطة الضعف** 476
21. **الباب السابع عشر: السعادة في مساعدة الآخرين** 478
351. بالصدقة تدخل الملكوت 479
352. اعمل الخير اليوم تلقاه غداً 480
353. السعادة في الرأفة والإقراض 481

354. "السعادة في العطاء" من اقوال والدي رحمه الله.....482
355. **ذروة السعادة فعلاً**.....483
356. **مفضلين بعضكم على بعض في الكرامة**.....484
357. المال الحرام.....485
358. كل نصف طعامك تعش بصحة وتدخل الملكوت 486
359. مساعدة الفقراء طريق الملكوت.....487
360. **عمل الخير صِيدة (غنيمة)**.....488
361. **احترم مشاعر الآخرين**.....489
362. **الكَرَم وعمل الخير** 490
363. **افتح يديك ووسع قلبك** 492
364. **من هو الفقير؟** 493

365. **الربح والخسارة** 494
366. **ثروتنا تُقاس بما نعطي، وليس بما نملك** 495
367. الله والقريب 496
368. **يا بُنَيّ** 498
369. **أذنان وقلب** 500
370. **عمل الخير بالخفاء** 501
371. **ساعد الفقراء** 502
372. **غنى النفس** 504
373. **عمل المحبة** 507
22. **الخاتمة:** 508
23. **صدر من هذه السلسلة:** 510

ملاحظات في حياتي:

قرارات في حياتي:

للتواصل مع الكاتب: Osama@imseeh.com