

# کن ایجابیاً



جوئیس مایر

Victorious  
Mind

Joyce Meyer

# کن ایجابیا

تألیف

جويس ماير

اسم الكتاب : كن إيجابيًا  
المؤلف : جويس ماير  
الناشر : خدمات جويس ماير  
ترجمة : إيمان أسعد  
المطبعة :  
رقم الإيداع : ٢٠٠٥ / ١٧٩١١  
الترقيم الدولي : 977-6124-63-1

التوزيع بالشرق الأوسط  
P.T.W. للترجمة والنشر  
ت: ٢١٦٧٨٩٨١ - ٢١٦٧٨٩٨٠

جميع حقوق الطبع في اللغة العربية محفوظة  
للناشر وحده. ولا يجوز استخدام أو اقتباس أي جزء من  
الوارد في هذا الكتاب بأي شكل من الأشكال بدون إذن  
مسبق منه

English Title:

## **Victorious mind**

Copy Right © By Joyce Meyer  
Arabic Edition © by P.T.W. 2012

## فكر المسيح

"لأنه من عرف فكر الرب فيعلمه؟ وأما نحن فلنا فكر  
المسيح"  
(أگورنثوس ٢: ١٦).

لا بد أنك عزمت على أن تختار الأفكار السليمة، لذلك دعونا نتأمل في الأفكار الصحيحة من وجهة نظر الله. ومن المؤكد أن هناك نوعية من الأفكار لم تخطر على بال المسيح أثناء حياته على الأرض. فإن أردنا أن نتبع خطاه، علينا أن نبدأ بالتفكير كما كان هو يفكر.

وربما تعتقد أنه أمر مستحيل قائلًا: "كان المسيح كاملاً في كل شيء. ربما تقصدين أن أطور طريقة تفكيري. فمستحيل أن أفكر مثلما فكر المسيح".  
تقول كلمة الله إن لنا فكر المسيح، وأنه أعطانا قلباً جديداً وروحاً جديدة. "وأعطيكُم قلباً جديداً، وأجعلُ روحاً جديدةً في داخلِكُم، وأنزعُ قلبَ الحجرِ من لحمِكُم وأعطيكُم قلبَ لحمٍ. وأجعلُ روحي في داخلِكُم،

وأجعلكم تسلكون في فرائضي، وتحفظون أحكامي  
وتعملون بها" (حزقيال ٣٦: ٢٦-٢٧).

يتمتع كل مؤمن بطبيعة جديدة التي هي طبيعة الله  
التي نلناها بالولادة الجديدة. ويعلم الله أننا سنحتاج  
إلى قلب (ذهن) جديد وروح جديدة حتى نسلك بحسب  
وصاياهِ وفرائضه. كما يتحدث الكتاب في (رومية  
٨: ٦) عن اهتمامات الجسد (فكر الجسد) واهتمامات  
الروح (فكر الروح). ويقول إن اهتمام الجسد هو موت  
واهتمام الروح هو حياة. فإن استطعنا التمييز بين  
الموت والحياة نجحنا في إحراز تقدم في علاقتنا مع  
المسيح.

فإن كنت تفعل أشياء تؤدي إلى الموت، توقف عن  
فعلها على الفور وعندما تراود ذهنك أفكار تؤدي  
إلى الموت، اعلم أنها ليست بحسب اهتمامات الروح.  
ولشرح الفكرة السابقة، دعونا نفترض أنني أفكر  
في الظلم الواقع عليّ من شخص آخر. وكلما فكرت  
في الموضوع شعرت بالغضب وشدة كراهيتي لهذا  
الشخص. فإن كنت قادرة على التمييز، أدركت فوراً  
أن ذهني قد امتلأ بأمور تؤدي إلى الموت، وأن مشاعر  
الحزن والضيق والغضب والإرهاق الشديد دون سبب

واضح كلها ثمار التفكير الخاطيء. ولكن إن كنت أفكر في كم البركات والإحسانات التي أنعم الله بها عليّ، فسوف أدرك أن ذهني يمتلئ بأمور تؤدي إلى الحياة. من المهم جداً لكل مؤمن أن يميز بين الموت والحياة. وقد قصد المسيح أن نمتلئ بالحياة عندما وضع في أذهاننا فكر المسيح. وهكذا يمكننا أن نفكر بنفس الطريقة التي كان المسيح يفكر بها أثناء حياته على الأرض.

وفي الصفحات التالية ستجد قائمة بالأشياء التي يجب أن تعملها إن أردت أن يكون لك فكر المسيح:-

### ١- لتكن أفكارك إيجابية

تسائل النبي عاموس: "هل يسيرُ اثنانِ معاً إن لم يتواعدا؟" (عاموس ٣: ٣). فإن أراد الإنسان أن تكون أفكاره حسب فكر المسيح، فمن المؤكد أن أفكاره ستكون إيجابية.

ولا يمكن أن أقول ما يوفي الإيجابية حقها. فإن كنت تريد أن تكون إيجابياً مثل الله، عليك أن تضبط نفسك على نفس الموجة معه وتفكر بطريقة إيجابية. عليك أن تكون شخصية إيجابية بوجه عام. لتكن أفكارك ومشاعرك إيجابية ولتكن توقعاتك وانتظاراتك

إيجابية أيضًا، اشترك في المحادثات الإيجابية فقط. كان المسيح إيجابيًا في مشاعره وأفكاره، فاحتمل الكثير من الصعاب والمشاكل الشخصية عندما كذب عليه الآخرون، وعندما تخلى عنه تلاميذه وهو محتاج إليهم وعندما سخر منه الناس وأساءوا فهمه، وفي كثير من الأمور الأخرى غير المشجعة، ولكنه ظل إيجابيًا طوال الوقت، وكانت كلماته مشجعة، كما أنه كان يعطي الرجاء لكل من حوله.

إن فكر المسيح الموجود فينا هو فكر إيجابي؛ ففي كل مرة لا نسلك بفكر المسيح نجد فيها أنفسنا نفكر بطريقة سلبية. يعاني ملايين البشر من الاكتئاب، وسبب ذلك هو السلبية التي يعيشون فيها، إلا إن كان السبب طبيًا. وحتى إن كان السبب طبيًا فمن المؤكد أن السلبية تزيد الحالة سوءًا.

يقول المرئم إن الرب هو مجدنا ورافع رأسنا (مزمور ٣: ٣) فهو يريد أن يرفع رجاءنا ومشاعرنا وحالاتنا المزاجية وأفكارنا وأيادينا وقلوبنا وكل حياتنا. هو رافع حياتنا. أما إبليس فيريد أن ينكسها وهو يستخدم الأحداث والمواقف السلبية في الحياة حتى يصيبنا بالكآبة. ويعرف القاموس "الكآبة" بأنها انكسار وحزن في الروح، ويعرف قاموس

وبستر المكتئب بأنه الشخص الذي يعيش في مستوى روحي ونفسي أقل من المحيطين به، بمعنى الضالة. الكآبة تعني الغرق والانكسار والعيش في مستوى ضحل. فعندما نستسلم للأفكار السلبية نسمح لأنفسنا أن تغوص في مستويات ضحلة. ولن تحل السلبية مشاكلنا لكنها ستزيد منها.

### التغلب على الاكتئاب

يعطي (مزمور ١٤٣: ٣ - ١٠) وصفاً لحالة الاكتئاب وكيفية التغلب عليها. فلندرس هذا الجزء بالتفصيل ونشرح الخطوات العملية للتغلب على الاكتئاب:

(أ) حدد طبيعة المشكلة وسببها:

"لأنَّ العَدُوَّ قد اضْطَهَدَ نَفْسِي. سَحَقَ إِلَى الْأَرْضِ حَيَاتِي. أَجْلَسَنِي فِي الظُّلُمَاتِ مِثْلَ المَوْتِ مِنْذُ الدَّهْرِ"  
(مزمور ١٤٣: ٣).

فالشخص الذي يجلس في الظلمات مثل الموتى هو بالتأكيد شخص مصاب بحالة اكتئاب. ولاحظ أن السبب في هذا الاكتئاب هو عدونا إبليس.



(ب) اعرف أن الكآبة تسلبك الحياة والنور:  
"أَعَيْتَ فِيَّ رُوحِي (اكتنفها الحزن). تَحَيَّرَ فِي دَاخِلِي  
قَلْبِي" (مزمو٣: ١٤٣: ٤).

يسيطر الاكتئاب على قوة الإنسان الروحية وحريته.  
لقد أعطانا الله روحاً قوية معززة بقوة الله. ولكن  
إبليس يسعى للسيطرة على هذه القوة والحرية التي  
لنا في المسيح بأن يملأ أذهاننا بالظلمة والضلال.  
فيجب أن تقاوم مشاعر الكآبة بمجرد أن نشعر بها  
في قلوبنا. فكلما ظلت في داخلنا وقتاً أطول، كان  
من الصعب علينا أن نقاومها.

(ج) تذكر الأوقات السعيدة:  
"تَذَكَّرْتُ أَيَّامَ الْقَدَمِ. لِهَجْتُ بِكُلِّ أَعْمَالِكِ. بَصْنَائِعِ يَدَيْكَ  
أَتَأَمَّلُ" (مزمو٣: ١٤٣: ٥).

هنا يعبر المرنم عن رد فعله تجاه الحالة التي شعر  
بها. فالتذكرة والتأمل كلها من وظائف الذهن. لقد  
عرف أن أفكاره تؤثر في مشاعره، فظل يفكر في ما  
يساعده على التغلب على الهجمات التي شنها إبليس  
على ذهنه.

(د) سَبِّحِ الرَّبَّ فِي وَقْتِ الْمَشَاكِلِ:

"بَسَطْتُ إِلَيْكَ يَدَيَّ، نَفْسِي نَحُوكَ كَارِضٍ يَابِسَةٍ"  
(مزمور ١٤٣: ٦).

عرف المرئم أهمية التسبيح، فرفع يده مسبحاً للرب معلناً عن احتياجه الحقيقي له. فالرب وحده قادر أن يشبع حياته.

في معظم الأحيان يشعر الناس بالاكْتئاب لأنهم يبحثون عن يسد احتياجاتهم وعادةً يبحثون في الاتجاه الخاطئ مما يزيد مشاكلهم. قال الرب: "لأنَّ شَعْبِي عَمِلَ شَرًّا: تَرَكُونِي أَنَا يَنْبُوعَ الْمِيَاهِ الْحَيَّةِ، لِيَنْقَرُوا لِأَنْفُسِهِمْ أَبَارًا، أَبَارًا مُشَقَّةً لَا تَضْبُطُ مَاءً" (إرميا ٢: ١٣).

فلا يستطيع أحد أن يروي نفساً عطشانة سوى الرب. لذلك لا تنخدع بأي شيء آخر تعتقد أنه يقدر أن يسد احتياجاتك ولكنه لم يفعل، ستصاب بخيبة الأمل. وخيبة الأمل ستؤدي حتماً إلى الاكْتئاب.

(هـ) اطلب من الرب أن يعينك:

"أَسْرِعْ أَجِبْنِي يَا رَبُّ. فَنَيْتُ رُوحِي. لَا تَحْجُبْ وَجْهَكَ عَنِّي، فَأَشْبِهَ الْهَابِطِينَ فِي الْجُبِّ" (مزمور ١٤٣: ٧).

يطلب المرئف المءونة من الرب طالبًا منه أن يسرع لأنه لن يستطيع الصمود أكثر من ذلك.

(و) استمتع لصوت الرب:

"أسمعني رَحْمَتِكَ فِي الْغَدَاةِ، لِأَنِّي عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ. عَرَّفَنِي الطَّرِيقَ الَّتِي أَسَلُّكَ فِيهَا، لِأَنِّي إِلَيْكَ رَفَعْتُ نَفْسِي" (مزمور ١٤٣: ٨).

يعرف المرئم أنه يحتاج لسمع صوت الرب، يؤكء له محبته وأمانته، فهو في حاجة إلى رعاية الرب وقيادته.

(ز) اطلب خلاص نفسك:

"أُنقِذْنِي مِنْ أَعْدَائِي يَا رَبُّ. إِلَيْكَ التَّجَاتُ" (مزمور ١٤٣: ٩).

مرة أخرى يعلن المرئم أن الرب وحده يقدر أن ينقذه ويخلصه. لاحظ أنه طوال المحنة لم يركز أفكاره على مشاكله بل على الرب.

(ح) اطلب حكمة من الرب، ومعرفة وقيادة:

"عَلَّمَنِي أَنْ أَعْمَلَ رِضَاكَ، لِأَنَّكَ أَنْتَ إِلَهِي. رَوْحُكَ الصَّالِحُ

يَهْدِينِي فِي أَرْضِ مُسْتَوِيَةٍ" (مزمور ١٤٣: ١٠).  
 ربما يشير المرنم هنا إلى أنه خرج عن مشيئة الرب،  
 وفتح الباب أمام إبليس ليهاجم نفسه. ولكنه يريد أن  
 يعود مرة أخرى لمشيئة الله، عندما علم أنه المكان  
 الوحيد الأمين. ثم يطلب من الرب أن يهديه ويجعل  
 مشاعره مستقرة، وهذا معنى "يهديني في أرض  
 مستوية" أي ثبات المشاعر وعدم تذبذبها.

### استخدم اسلحتك

"إِذْ أَسْلِحَةٌ مُحَارِبَتِنَا لَيْسَتْ جَسَدِيَّةً، بَلْ قَادِرَةٌ بِاللَّهِ  
 عَلَى هَدْمِ حُصُونٍ. هَارِمِينَ ظُنُونًا وَكُلَّ عُلُوٍّ يَرْتَفِعُ ضِدَّ  
 مَعْرِفَةِ اللَّهِ، وَمُسْتَأْسِرِينَ كُلِّ فِكْرٍ إِلَى طَاعَةِ الْمَسِيحِ"  
 (٢ كورنثوس ١٠: ٤-٥).

يصيب إبليس ملايين البشر لينجح في أن يدخلهم  
 إلى الظلمة واليأس. وعادةً يكون الانتحار أحد  
 نتائج الشعور بالاكتئاب. ويشعر الشخص الذي يُقدم  
 على الانتحار بأن لا رجاء له. فلا تنسَ أن المشاعر  
 السلبية هي نتاج أفكار سلبية. والعقل هو أرض  
 المعركة، والمكان الذي تدور فيه الحرب. وقد يكون  
 النصر حليفك وقد تنهزم. فلماذا لا تختار الآن أن

تكون إيجابياً، ترفض كل فكر سلبي وتستأسر كل فكر لطاعة المسيح (٢ كورنثوس ١٠: ٥).

٢- ليكن لك فكر المسيح  
"ذو الرأي الممكن تحفظه سائلاً سائلاً، لأنه عليك متوكل"  
(اشعيا ٢٦: ٣).

كانت للمسيح علاقة مستمرة بأبيه السماوي. ومن غير الممكن أن تكون لك علاقة مع شخص دون أن تفكر فيه طول الوقت. فعندما يكلمني زوجي بينما يكون ذهني منشغلاً بأمر آخر لا يمكن أن نقول إننا نشارك بعضنا البعض، لأنني لم أعره الاهتمام الكافي. فعندما تكون لنا شركة مع المسيح، تكون أفكارنا مرتكزة على الله وعلى أعمال يديه.

تأمل في الله وفي أعمال يديه  
"كما من شحمٍ ودسمٍ تشبع نفسي، وبشفاتي  
الابتهاج يسبحك في. إذا ذكرتك على فراشي،  
في السهد ألهج بك" (مزمور ٦٣: ٥، ٦).  
"والهج بجميع أفعالك، وبصنائعك أناجي"  
(مزمور ٧٧: ١٢).

"بوصاياك ألهج، والأحظُ سُبُلكَ" (مزموٲ ١١٩: ١٥).  
"تذكَّرتُ أيامَ القَدَمِ. لِهجتُ بكلِّ أعمالِكَ. بصنائع  
يَدَيْكَ أتأملُ" (مزموٲ ١٤٣: ٥).

يخبرنا المرنم أنه كان دائماً يسبح الرب ويلهج  
بأعمال يديه وبطرقيه وأفعاله. فيا له من أمر مشجع  
أن تفكر في صلاح الله وفي عظمة أعمال يديه!  
وكم أحب مشاهدة برامج التلفاز التي تعرض مناظر  
من الطبيعة والحيوانات والبحار، لأنها تشهد بعظمة  
الله وتفرده في صنع المخلوقات، وأنه قادر على  
حمل كل هذه الأشياء بكلمة قدرته (عبرانيين ١: ٣).  
ونحتاج أن نتأمل في عظمة الله وأعماله بصفة  
منتظمة، وأن نجعلها جزءاً من أفكارنا وحياتنا إن  
أردنا أن نختبر النصره في حياتنا.

من الآيات المحببة إلى قلبي (مزموٲ ١٧: ١٥): "أما  
أنا فبالبرِّ أنظرُ وجهك. أشبعُ إذا استيقظتُ بشبهك (لي  
شركة حلوة معك)". وكم كانت أيامي تعيسة عندما  
كنت أفكر في كل المشاكل والمصاعب التي تنتظرني  
بمجرد أن أستيقظ في صباح كل يوم جديد! ولكني  
استعدت بهجتي وسعادتي عندما بدأت أفكر بفكر  
المسيح بمعونة الروح القدس الساكن بداخلي.

فالشركة مع الله مع بداية كل يوم جديد تساعد على التمتع بالحياة.

لتكن لك شركة مع الله  
"لكني أقول لكم الحق: إنه خير لكم أن أنطلق، لأنه إن لم أنطلق لا يأتيكم المعزي، ولكن إن ذهبْتُ أرسلهُ إليكم" (يوحنا ١٦: ٧).

قال المسيح هذا قبل أن يصعد إلى السماء ليجلس عن يمين الآب، ومن قوله هذا يتضح لنا أن الله قصد أن تكون لنا شركة معه.

ولا يوجد من هو أقرب إلينا من أفكارنا. فإن نجحنا في ملء أذهاننا بالرب سيكون في ضمائرنا، وسنتمتع بشركة معه تجلب السعادة والسلام والنصرة لنفوسنا في كل يوم. فهو دائماً معنا بحسب وعده (متى ٢٨: ٢٠ وعبرانيين ١٣: ٥). ولكننا لن نشعر بوجوده معنا إن لم نفكر فيه. فقد أكون في الغرفة مع شخص ما ولكني لا أشعر بوجوده، لأن فكري مشغول بأمور أخرى وربما أغادر الغرفة دون أن أعرف أنه كان هناك. هذا هو الحال في علاقتنا وشركتنا مع الله فهو دائماً معنا ولكننا نحتاج أن نفكر فيه حتى نشعر بوجوده.

### ٣- تذكر أن الله يحبك

"وَنَحْنُ قَدْ عَرَفْنَا (فهمنا وأدركنا عن طريق الملاحظة والاختبار) وَصَدِّقْنَا (آمنا واتكلنا على) الْمَحَبَّةَ الَّتِي لِلَّهِ فِيْنَا. إِلَهُ مَحَبَّةً، وَمَنْ يَثْبُتْ فِي الْمَحَبَّةِ، يَثْبُتْ فِي اللَّهِ وَاللَّهُ فِيهِ" (١ يوحنا ٤: ١٦).

وما ينطبق على وجوده معنا ينطبق على محبته لنا. فَإِنَّ لَمْ نَفَكِّرْ فِي مَحَبَّتِهِ لَنَا، لَا نَشْعُرُ بِهَا وَلَا نَخْتَبِرُهَا. صَلَّى بُولُسُ الرَّسُولُ طَالِبًا لِأَهْلِ أَفَسَسَ أَنْ يَعْرِفُوا مَحَبَّةَ اللَّهِ لَهُمْ، فَاللَّهُ يَحِبُّنَا. وَلَكِنْ كَمْ مِنْ أَوْلَادِ اللَّهِ يَنْقُصُهُمْ إِعْلَانُ مَحَبَّةِ اللَّهِ فِي حَيَاتِهِمْ؟

عندما طلبت من الرب أن يخبرني بالرسالة التي يريدني أن أنقلها للناس في أول أسبوع بدأت فيه اجتماعات "حياة في كلمة الله" قال: "أخبرني شعبي أنني أحبهم". فقلت: "يا رب، هم يعلمون أنك تحبهم. فأنا أريد أن أعظ عن موضوع مؤثر وليس عن موضوع درس مدارس أحد مقتبس من (يوحنا ٣: ١٦)!" فقال لي: "قليلون يعرفون مقدار محبتي لهم، فلو علموا كم أحبهم لاختلف سلوكهم كل الاختلاف". وعندما بدأت في دراسة موضوع قبول محبة الله، أدركت أنني في احتياج شديد لهذا الأمر. وقادني الرب لقراءة ما جاء في (١ يوحنا ٤: ١٦) حيث يكتب



الرسول أننا يجب أن ندرك مقدار هذه المحبة ونكون واعين لها. كان فهمي لمحبة الله فهمًا مبهمًا غير واع، ولكن الله قصد أن تكون محبته لنا هي القوة المحركة في حياتنا، والتي نستطيع بها أن نعبر أحلك الظروف وأقسى التجارب لننال النصر.

ويشجعنا الرسول بولس في (رومية ٨: ٣٥) قائلاً: "مَنْ سَيَفْصِلُنَا عَنْ مَحَبَّةِ الْمَسِيحِ؟ أَشِدَّةٌ أَمْ صَيْقٌ أَمْ اضْطِهَادٌ أَمْ جَوْعٌ أَمْ عُرْيٌ أَمْ خَطَرٌ أَمْ سَيْفٌ؟" ثم يستطرد قائلاً في (ع ٣٧): "ولكننا في هذه جميعها يَعْظُمُ انْتِصَارُنَا بِالَّذِي أَحَبَّنَا".

درست هذا الموضوع لوقت طويل حتى أدركت وفهمت محبة الله لي عندما تأملت فيها، واعترفت بها أمام الجميع. كما حفظت بعض الآيات الكتابية التي تتحدث عن محبة الله وتأملت في كلماتها واعترفت بها بفمي أمام الناس وعندما فعلت ذلك لعدة شهور زادت معرفتي بمحبة الله غير المشروطة إلى أن أصبحت واقعاً في حياتي. والآن أصبحت محبته لي واقعاً ملموساً في حياتي حتى في أحلك الظروف، فقد عرفت مقدار محبته ولذلك لم أعد أعيش في خوف.

## لا تخف

"لا خَوْفَ فِي الْمَحَبَّةِ، بَلِ الْمَحَبَّةُ الْكَامِلَةُ تَطْرَحُ الْخَوْفَ إِلَى خَارِجٍ" (ايوحنا ٤: ١٨).

اللَّهُ يَحِبُّ كُلَّ فَرْدٍ فِينَا كَمَا هُوَ. فَيُخْبِرُنَا الْكِتَابُ الْمُقَدَّسُ أَنَّ "اللَّهُ يَبْنِي مَحَبَّتَهُ لَنَا، لِأَنَّهُ وَنَحْنُ بَعْدُ خُطَاةٌ مَاتَ الْمَسِيحُ لِأَجْلِنَا" (رومية ٥: ٨). فالْمُؤْمِنُ الَّذِي لَهُ فِكْرُ الْمَسِيحِ لَا يَفْكُرُ أَبَدًا فِي قُبْحِ ذَاتِهِ، وَلَكِنْ أَفْكَارَهُ سَتَكُونُ لِلْبِرِّ وَسَيَفْكُرُ دَائِمًا وَيَتَأَمَّلُ فِي مَكَانَتِهِ كَابْنِ اللَّهِ.

## لتكن أفكارك للبر لا للخطية

"لِأَنَّهُ جَعَلَ الَّذِي لَمْ يَعْرِفْ خَطِيئَةً، خَطِيئَةً لِأَجْلِنَا، لِنَصِيرَ نَحْنُ بَرًّا لِلَّهِ فِيهِ (مقبولين بلا لوم وفي علاقة صحيحة مع الله)" (٢ كورنثوس ٥: ٢١).

يعذب عدد كبير من المؤمنين أنفسهم بأفكار سلبية حول ذواتهم معتقدين أن الله غير راضٍ عنهم بسبب ضعفاتهم ونقائصهم. فكم من الوقت نصرفه شاعرين بالذنب والدينونة؟ ويا لها من مضيعة للوقت! لأن مثل هذه الأفكار والمشاعر هي مضيعة للوقت.

لا تفكر في مدى قبحك قبل أن تعرف المسيح، بل

فكر كيف صرت بر الله في المسيح. وتذكر أن الأفكار تتحول إلى أفعال. فإن أردت أن يكون سلوكك مختلفاً، يجب أن تغير من طريقة تفكيرك أولاً. فإن صرفت الوقت في التفكير في كم أنت رديء، سيكون سلوكك رديئاً. لذلك ذكر نفسك دائماً بمحبة الله لك في كل مرة تراودك أفكار سلبية عن نفسك. وتذكر أنك تتغير للأفضل في كل مرة، وأنت تنمو كل يوم في حياتك الروحية. لقد أعد الله خطة رائعة لحياتك، وتلك هي الحقائق التي يجب أن تفكر فيها، وهذا هو ما يجب أن تفكر فيه بعقلك.

فكر عن قصد في كلمة الله. ولا تفكر في كل ما يراود ذهنك معتقداً أنها أفكارك الخاصة. انتهر إبليس واستمر في تقدمك للأمام عن طريق التفكير في أمور الله.

#### ٤- قدم لعقلك مواعظ

"الواعظُ (المشجع) فني الوعظ (التشجيع)"  
(رومية ١٢: ٨).

يفكر الشخص الذي له فكر المسيح بإيجابية في كل ما يبني ويشجع، سواء عن نفسه أو الآخرين أو عن الظروف. وكم نحتاج إلى خدمة التشجيع في

أيامنا هذه! فإن لم تكن أفكارك جيدة عن الناس، فلن تتمكن من تشجيعهم. وتذكر أنه من فضلة القلب يتكلم اللسان. لذلك فكر بمحبة في الآخرين عن قصد، وبارك حياتهم بكلمات التشجيع.

وربما لا تمتلك موهبة التشجيع، ولكن من المؤكد أنك تستطيع أن تشجع الآخرين. لذلك اتبع القاعدة التالية:

إن لم تكن أفكارك وكلماتك إيجابية فلا تفكر فيها، فكل شخص لديه ما يكفي من المشاكل، ولا يوجد ما يدعو أن نزيدها بكلمات تهدم حياتهم. علينا أن نبني بعضنا البعض بالمحبة (أفسس ٤: ٢٩). ولا تنس أن المحبة تصدق أفضل ما في الآخرين (١ كورنثوس ١٣: ٧).

وعندما تفكر أفكارًا تملأها المحبة عن الآخرين، ستجد أنهم يتصرفون بطريقة أفضل، فالأفكار والكلمات عبوة أو سلاح يحمل قوة خاصة، قد تكون بناءة وقد تهدم. ويمكننا أن نستخدمها في حربنا ضد إبليس، ويمكننا أن نستخدمها لتحقيق خطط الدمار الخاصة به.

لنفترض أن ابنك يعاني من مشاكل في سلوكه تحتاج

إلى تغيير، فتطلب من الرب أن يعمل في حياته ويغير كل ما يحتاج إلى تغيير، والآن ماذا ستكون أفكارك وكلماتك عنه خلال فترة الانتظار؟ في بعض الأحيان لا يرى الناس استجابة الله لصلواتهم لأنهم ينفون بأفكارهم وكلماتهم ما طلبوه من الرب، دون أن يعطوا الفرصة للرب أن يعمل في حياتهم نيابة عنهم.

فهل تصلي لأجل تغيير حياة ابنك وبعد ذلك تفكر بالسلب عنه؟ وهل تصلي لأجل تغيير في حياته ثم تقول لأصدقائك: "لا فائدة من هذا الصبي، فهو لن يتغير أبداً"؟ تعلم أن تكون أفكارك متوافقة مع فكر الله حتى تختبر النصر في حياتك. فلا يمكن أن تسلك بحسب كلمة الله إن كانت كلماتك وأفكارك عكس ما تنص عليه الكلمة. كما أننا لا يمكن أن نسلك بحسب كلمة الله إن لم نفكر فيها.

فعندما تصلي لأجل شخص ما، تعلم أن تكون أفكارك وكلماتك مطابقة لما صليت لأجله وعندئذ سترى استجابة الله الرائعة لصلاتك.

وأنا لا أطلب منك أن تتطرف في تفكيرك، فإن كان طفلك يعاني من مشكلة في سلوكه وسألك أحد الأصدقاء عن تطور حالته، يمكنك أن تقول: "لم

يتغير سلوكه بعد، ولكني أوْمَن أن الرب سيمد يده لهذا الصبي، لأنه هيكَل الله وسنراه يتغير من مجد إلى مجد يوماً تلو الآخر".

## ٥- كن شاكرًا

"ادخلوا أبوابه بحمدٍ، دياره بالتسبيح. احمداؤه، باركوا اسمه" (مزموْر ١٠٠: ٤).

إن امتلاً ذهن الشخص بفكر المسيح، سيجد حياته تفيض بالتسبيح وكلماته بالشكر. أما الشكوى فتفتح الأبواب أمام إبليس. ويعاني بعض الناس من أمراض جسدية ويعيشون حياة سقيمة تخلو من القوة نتيجة هذا الداء اللعين الذي هو الشكوى والتذمر، والذي ينتقل عن طريق الأفكار والكلمات. فإن أردت أن تعيش حياة تمتلئ بالقوة، يجب أن تكون شاكرًا مسبحًا. يعلمنا الكتاب مرة ومرات عن أهمية التسبيح، أما الشكوى والتذمر سواء بالفكر أو القول فتحمل الموت للإنسان، بينما التسبيح والشكر يعطيا حياة. فإن لم يمتلئ قلب الإنسان وذهنه بالشكر لن تخرج كلمات المدح والثناء من فمه. لذلك عبّر عن شكرك وامتنانك عندما تشعر بهما في قلبك.

اشكر في كل وقت

"فلنقدّمه في كلّ حينٍ لله ذبيحة التسبيح، أي ثمر شفاه  
مُعترفةً باسمه" (عبرانيين ١٣: ١٥).

ترى متى نقدم ذبيحة التسبيح لله؟ هل في كل وقت  
وفي كل حال وعلى كل شيء؟ إن كنا نفعل ذلك فلن  
ينجح إبليس في السيطرة على حياتنا، بل ستكون  
لنا الحياة المنتصرة في المسيح. ويسيطر المسيح  
على حياتنا إن كان فرح الرب يملأ قلوبنا في كل  
وقت ومهما كانت الظروف. ولكني أعترف أن هذه  
النوعية من الحياة تتطلب تقديم ذبيحة شكر وتسبيح  
لله. ولكن إن لم نقدم هذه الذبيحة يسلب منا إبليس  
فرحنا. لقد تعلمت هذا الدرس بعد تجربة مريرة.  
تعلمت أنه عندما أرفض تقديم ذبيحة الشكر للرب  
مفضلة أن أشكو وأتذمر، يُسلب مني فرحي وسلامي.  
فالشكوى تسلبنا الفرح.

يقول المرنف: "أبارك الربّ في كلّ حينٍ. دائماً تسبيحه  
في فمي" (مزموور ٣٤: ١). فكيف نبارك الرب؟ بتسبيحه  
دائماً في أفكارنا وبكلماتنا.

ليمتلئ قلبك بالشكر ليس فقط للرب ولكن للآخرين  
أيضاً. اشكر الآخرين عندما يقدمون لك معروفات،  
وأخبرهم أنك تقدر ما فعلوه لأجلك.

أظهر شكرك لأفراد أسرتك؛ ففي كثير من الأحيان لا نفكر كثيراً في البركات التي أنعم الرب بها علينا، ولا ندرك قيمتها إلا بعد فقدانها.

أكن لزوجي كل الاحترام والتقدير، وقد مر على زواجنا زمن طويل، ولكني لازلت أخبره أنه جدير بكل احترام وتقدير، فهو رجل صبور، كما أنه يتحلى بكثير من الصفات الحميدة. فأنا أعرف أن التعبير عن المحبة والامتنان والتقدير أمر مشجع يبني الآخرين. لذلك تعلم أن تعبر عن شكرك لأجل أمور معينة يقوم بها أحد أفراد عائلتك.

وبحكم تعاملي مع نوعيات كثيرة من الناس، يدهشني وجود بعض الأشخاص الذين يشكرون لأجل أصغر الأشياء، بينما يوجد من لا يشعرون بالرضا مهما فعل الآخرون لأجلهم. وأعتقد أن الكبرياء هو السبب الرئيسي في ذلك؛ فبعض الناس يمتلئون من ذواتهم لدرجة أنهم يعتقدون أنهم يستحقون أكثر مما يقدمه الآخرون لهم، ونادراً ما يعبرون عن شكرهم وامتنانهم.

إن التعبير عن شكرنا لا يفيد الآخرين فقط، ولكنه يعود بالنفع علينا أيضاً، لأنه يملأ حياتنا بالفرح. فكر دائماً في الأمور التي تدعو للشكر واشكر الله



لأجلها في صلاتك. وستجد قلبك يفيض بالحياة والنور.

اشكر على كل شيء

"ولا تسكروا بالخمر الذي فيه الخلاعة، بل امتلئوا بالروح، مكلِّمين بعضكم بعضًا بمزامير وتسابيح وأغاني روحية، مترنمين ومُرتلين في قلوبكم للربِّ. شاكرين كلَّ حين على كلِّ شيء في اسم ربِّنا يسوع المسيح، لله والآب" (أفسس ٥: ١٨-٢٠).

يا لها من آيات رائعة! سنبقى ممتلئين بالروح القدس عندما نكلم أنفسنا (عن طريق الأفكار) والآخرين (عن طرق كلماتنا) بمزامير وتسابيح وأغاني روحية. أي عندما تمتلئ أفكارنا وكلماتنا بكلمة الله. وعندما تفيض قلوبنا بالشكر في كل وقت وعلى كل شيء.

٦- لتثبيت الكلمة في أذهانكم

"وليسَتْ لكم كَلِمَةٌ ثَابِتَةٌ فِيكُمْ، لِأَنَّ الَّذِي أَرْسَلَهُ هُوَ لَسْتُمْ أَنْتُمْ تَوْمِنُونَ بِهِ (بالمسيح)" (يوحنا ٥: ٣٨).

كلمة الله هي أفكاره التي كتبت على الورق حتى ندرسها ونسلك بها، لأنها تخبرنا بفكر الله حول كل

أمر وموضوع. وقد وبخ المسيح غير المؤمنين في (يوحنا ٥: ٣٨) بسبب عدم ثبات كلمته في قلوبهم؛ لأن كلمة الله تعبر عن أفكاره. فإن أراد أحد أن يؤمن ويختبر كل الأمور الرائعة نتيجة إيمانه هذا، فعليه أن يسمح لكلمة الله أن تكون رسالة حياة في قلبه، وذلك بالتأمل فيها ودراستها بصفة مستمرة وبهذه الطريقة تصبح أفكارنا مثل فكر المسيح، وهي الطريقة الوحيدة التي بها يكون لنا فكر المسيح.

يخبرنا الكتاب المقدس في (يوحنا ١: ١٤) أن المسيح كان الكلمة المتجسد على الأرض. ولولا أن ذهنه كان يمتلئ بكلمة الله باستمرار، لما استطاع أن يصير كلمة الله المتجسد.

إن دراسة كلمة الله والتأمل فيها من أهم مبادئ الحياة المسيحية التي يجب أن نتعلمها. ويعرف "قاموس فاين لشرح كلمات العهد القديم والجديد" كلمة "يتأمل" بأنها "الاهتمام بكلمة الله وممارستها بالمعنى الفعلي للكلمة. التفكير فيها والانشغال بها". ويضيف أحد المصادر الأخرى "ترديدها وإعلانها بصوت مسموع".

ومهما قلت عن أهمية هذا المبدأ الكتابي، فلن أوفيه حق قدره. لهذا أطلق عليه "أسلوب حياة". فعندما

نتأمل في كلمة الله، تفيض الحياة من حياتنا  
لأنفسنا وللآخرين أيضاً.

أود أن أوضح لكم أن إبليس ليس عنده أفكار أصلية، بل يأخذ كل أفكاره من ملكوت النور وينقلها لملكوت الظلمة وعلينا أن نكون حكماء بالقدر الكافي حتى ندرك أن التأمل في كلمة الله يلحق خسائر لا حصر لها بملكوت الظلمة، كما أنه يعطي المجد والكرامة لله. ومبدأ التأمل مأخوذ من كلمة الله مباشرة. دعونا نلقي نظرة سريعة حول ما تقوله كلمة الله عن هذا الموضوع.

### إن تأملت في كلمة الله نجحت

"لا يبرخ سفر هذه الشريعة من فمك، بل تلهج فيه نهاراً وليلاً، لكي تتحفظ للعمل حسب كل ما هو مكتوب فيه. لأنك حينئذ تصلح طريقك وحينئذ تفلح" (يشوع ١: ٨).  
تقول كلمة الله هنا إننا لن نتمكن من ممارسة كلمة الله بطريقة عملية إن لم نمارسها في أذهاننا أولاً. ويتحدث (مزمور ١: ٢، ٣) عن رجل الله أنه في ناموس الرب مسرته، وفي ناموسه يلهج (يتأمل ويدرس) نهاراً وليلاً، فيكون كشجرة مغروسة عند

مجري المياه التي تعطي ثمرها في أوانه وورقها لا يذبل، وكل ما يصنعه ينجح.

إن تأملت في كلمة الله نلت الشفاء  
"يا ابني، أصغ إلى كلامي. أَمِلْ أُذُنَكَ إِلَى أَقْوَالِي. لا تبرخ  
عن عَيْنَيْكَ. أَحْفَظْهَا فِي وَسْطِ قَلْبِكَ. لَأنَّهَا هِيَ حَيَاةٌ لِلَّذِينَ  
يَجِدُونَهَا، وَدَوَاءٌ لِكُلِّ الْجَسَدِ" (أمثال ٤: ٢٠-٢٢).  
ذكرنا فيما سبق أن التأمل في كلمة الله يعني  
الاهتمام والتفكير فيها. ولهذا تقول هذه الآية إن  
كلمة الله هي مصدر صحة الجسد وشفائه.

إن التأمل والتفكير في كلمة الله في أذهاننا يؤثر على  
حالة الجسد. لقد تغير مظهري تماماً عما كنت عليه  
قبل ثماني عشرة سنة. وكثيراً ما يقول لي الآخرون  
إني أبدو أصغر من عمري الحقيقي بخمسة عشر عاماً  
على الأقل. وذلك منذ عكفت على دراسة كلمة الله  
وجعلتها مركز حياتي كلها.

## اسمع واحصد

"وقال لهم: انظروا ما تسمعون! بالكيل الذي به تكيلون يُكأل لكم ويزاد لكم أيها السامعون" (مرقس ٤: ٢٤).

كلما زرعت أكثر حصدت أكثر عندما يحين وقت الحصاد. يقول الرب في (مرقس ٤: ٢٤) إنه كلما صرفت وقتاً أطول في التفكير ودراسة كلمة الله والاستماع لها كلما حصدت فهماً ومعرفة أكثر.

## اقرأ واحصد

"لأنه ليس شيء خفي لا يُظهر، ولا صار مكتوماً (بصفة مؤقتة) إلا ليعلن" (مرقس ٤: ٢٢).

يتضح لنا من هذه الآية أن هناك كنوزاً مخفية ومكتومة وأسراراً تفيض منها الحياة يريد الله أن يعلنها لنا، ولكنها لا تُعلن إلا لمن يتأمل في كلمة الله ويدرسها ويفكر فيها ويمارسها في ذهنه ويردها بفمه.

وأستطيع أن أشهد بحقيقة هذا الأمر بصفتي معلمة لكلمة الله. ويبدو أنه لا نهاية لما يستطيع الله أن يعلنه لي من خلال آية واحدة. فعندما أدرس أحد

أجزاء الكتاب المقدس، يعلمني الرب أمراً منه. وعندما أدرسه مرة أخرى أتعلم شيئاً آخر لم ألاحظه في المرات السابقة. ويستمر الله في إعلان أسرار له لمن يواظب على الثبات في كلمته. فلا تحاول أن تعيش على الإعلانات التي يعلنها الرب لشخص آخر، بل ادرس كلمة الله بنفسك، واسمح للروح القدس أن يبارك بها حياتك.

بجب أن يتعلم كل منا أن يدرس كلمة الله ويتأملها، لما لذلك من أهمية كبيرة في حياة كل مؤمن. اطلب من الروح القدس كل يوم وأثناء قيامك بمهامك اليومية أن يذكرّك ببعض الآيات حتى تتأمل فيها. وستندهش من القوة التي ستفيض من حياتك نتيجة ممارسة هذا المبدأ المهم. فكلما صرفت وقتاً أكبر في دراسة كلمة الله والتأمل فيها، زادت قوتك في أوقات التجارب والمصاعب. تذكر أن القوة التي نحتاج إليها للسلوك بكلمة الله نستمدّها من التأمل فيها.

**اقبل كلمة الله بترحيب**

"لذلك اطرّحوا كلّ نجاسة وكثرة شرٍّ، فاقبلوا بوداعة الكلمة المعروسة القادرة أن تخلص نفوسكم" (يعقوب ١: ٢١).

نستطيع أن نخلص أنفسنا من العيش في الخطية فقط عندما نقبل ونغرس كلمة الله في قلوبنا وأذهاننا. وغرس كلمة الله يأتي عن طريق الاهتمام بها، والتفكير فيها أكثر من أي شيء آخر.

لكن إن فكرنا في مشاكلنا طوال الوقت سنصبح مغروسين في مشاكلنا فإن ركزنا أنظارنا على مشاكلنا أو مشاكل من هم حولنا، اقتنعنا أكثر بها وفشلنا في رؤية الحل لها. إن التأمل ودراسة كلمة الله هما الأداة الوحيدة التي نستطيع بها أن ننهل من نهر الحياة الذي أعده لنا الرب. تسمى الخدمة التي نقوم بها "حياة في كلمة الله". ومن خلال خبرتي وتجاربي العديدة أستطيع أن أشهد أنه بالحق توجد حياة في كلمة الله.

### اختر الحياة

"لأنَّ اهْتِمَامَ الْجَسَدِ هُوَ مَوْتٌ، وَلَكِنْ اهْتِمَامَ الرُّوحِ هُوَ حَيَاةٌ وَسَلَامٌ" (رومية ٨: ٦).

مرة أخرى أود أن ألفت انتباهكم لما ورد في (فيلبي ٤: ٨): "أخيراً أيها الإخوة، كُلُّ مَا هُوَ حَقٌّ، كُلُّ مَا هُوَ

جَلِيلٌ، كَلُّ ما هُوَ عَادِلٌ، كَلُّ ما هُوَ طَاهِرٌ، كَلُّ ما هُوَ مُسَرٌّ،  
كَلُّ ما صِيئَةُ حَسَنٌ، إِنْ كَانَتْ فَضِيلَةٌ وَإِنْ كَانَ مَدْحٌ، ففِي  
هَذِهِ افْتَكِرُوا".

إِنْ الْحَالَةُ الَّتِي يَجِبُ أَنْ يَكُونَ عَلَيْهَا زَهْنُكَ مَوْجُودَةٌ  
فِي هَذِهِ الْآيَةِ. وَتَذَكَّرُ أَنْ لَكَ فِكْرَ الْمَسِيحِ فَلِمَاذَا لَا  
تَبْدَأُ فِي اسْتِعْمَالِهِ؟ فَإِنْ كَانَتْ هُنَاكَ أُمُورٌ لَمْ يَفْكُرْ  
بِهَا الْمَسِيحُ، فَلَا يَجِبُ أَنْ تَفْكُرَ فِيهَا أَنْتِ أَيْضًا.  
وَعِنْدَمَا تَرَاقِبُ أَفْكَارَكَ بِصِفَةِ مَسْمُورَةٍ، سَتَسْتَطِيعُ أَنْ  
تَسْتَأْسِرَ كُلَّ فِكْرٍ لَطَاعَةَ الْمَسِيحِ (٢ كُورِنْثُوسَ ١٠:  
٥). وَسَيَذَكَّرُكَ الرُّوحُ الْقُدُسُ بِمَجْرَدِ أَنْ يَأْخُذَكَ زَهْنُكَ  
لِلاتِّجَاةِ الْمَعَاكِسِ أَنْكَ تَسْلُكُ فِي الاتِّجَاةِ الْخَاطِئِ،  
وَعِنْدَئِذٍ يَصْبِحُ الْقَرَارُ لَكَ. فَهَلْ سَتَتَّبِعُ اِهْتِمَامَاتِ  
الْجَسَدِ أَمْ اِهْتِمَامَاتِ الرُّوحِ؟ اِهْتِمَامِ الْجَسَدِ يَقُودُ  
إِلَى الْمَوْتِ، أَمَّا اِهْتِمَامَاتِ الرُّوحِ فَتَقُودُ إِلَى الْحَيَاةِ.  
وَالاخْتِيَارُ لَكَ.

فَلِمَاذَا لَا تَخْتَارُ الْحَيَاةَ؟





## كن إيجابياً

"كما أمنتَ ليكنْ لك" (متى ٨: ١٣).

يولدُ الفكر الإيجابي حياةً إيجابيةً، ويولدُ الفكر السلبي حياةً سلبيةً؛ فالأفكار الإيجابية تمتلئ بالإيمان والرجاء، أما الأفكار السلبية فتمتلئ بالخوف والشك. يخشى بعض الناس أن يأملوا في شيء بسبب تجارب سابقة مؤلمة في حياتهم عندما خابت آمالهم، فيعتقدون أنهم عاجزون عن مواجهة نفس الألم مرة أخرى، ويرفضون أن يأملوا في شيء حتى لا تخيب آمالهم مرة أخرى. ويكون رفضهم للأمل أحد أسلحة الدفاع عن أنفسهم حتى لا يتألموا مرة أخرى. ولما كانت خيبة الأمل أمراً مؤلماً، يختار البعض ألا يعلقوا آمالهم على كل شيء، والبعض الآخر يختار أن يؤمن بأنه لن يرى شيئاً صالحاً، وتتحول حياتهم إلى سلسلة من الأفكار السلبية. ولا ننسى ما جاء في (أمثال ٢٣: ٧)، فكما يفكر الإنسان في قلبه هكذا يكون.

منذ عدة سنوات كانت حياتي سلبيةً للغاية، وكنت أقول إن الأفكار الإيجابية تصيب ذهني بالتوتر العضلي. وتلخصت فلسفتي في الحياة في العبارة التالية: "إن لم تنتظر حدوث شيء جيد في حياتك، فلن تصاب بخيبة الأمل إن لم يتحقق".

لقد خاب الكثير من آمالي في الحياة، وحدثت معي أمور غير سارة بالمرّة، حتى أنني كنت أخشى توقع حدوث شيء جيد. وكانت نظرتي سلبية. لكن عندما بدأت في دراسة كلمة الله، وآمنت أن الله قادر أن يعيد لحياتي بهجتها، أدركت أن أول الأمور التي يجب أن أعالجها هي السلبية السائدة على حياتي.

قال المسيح في (متى ٨: ١٣) إنه بحسب إيماننا يكون لنا. ولما كنت أوّمن بكل ما هو سلبي، حدثت كل الأمور السلبية في حياتي.

وبالطبع هذا لا يعني أننا ننال ما نريده بمجرد أن نوّمن به. فعند الله خطة كاملة لكل منا، ولا نستطيع نحن أن نحده بأفكارنا أو كلماتنا. ولكن يجب أن نفكر ونتكلم بكل ما يتفق مع مشيئته وخطته لحياتنا.

وإن كنت لا تعلم حتى هذه اللحظة ما هي مشيئة الله من نحوك، فلماذا لا تبدأ بالتفكير قائلاً: "بالرغم من

عدم معرفتي بمشيئة الله من نحوي، ولكني أعلم أنه يحبني، وأنه يريد الخير لحياتي، لذلك سيباركني؟" ابدأ بالتفكير بطريقة إيجابية في حياتك، ومارس إيجابية التفكير في كل موقف يواجهك مهما كان سيئاً. فقط آمن أن الله سيحوله للخير كما وعد في كلمته.

### كل الأشياء تعمل معاً للخير

"وَنَحْنُ نَعْلَمُ أَنَّ كُلَّ الْأَشْيَاءِ تَعْمَلُ مَعًا لِلْخَيْرِ (لتحقيق خطة الله الصالحة) لِلَّذِينَ يُحِبُّونَ اللَّهَ، الَّذِينَ هُمْ مَدْعَوُونَ حَسَبَ قَصْدِهِ" (رومية ٨: ٢٨).

لا تقول هذه الآية إن كل شيء على ما يرام، وإنما تقول إن كل الأشياء ستعمل معاً للخير. ولنفترض أنك تريد أن تتسوق، فتتوجه إلى سيارتك، ولكنك تجدها معطلة. هنا تستطيع أن تنظر للأمر بإحدى طريقتين؛ إما أن تقول: "كنت أعرف أن هذا سيحدث؛ ففي كل مرة أود القيام بعمل شيء، تفشل خطتي التي وضعتها. كنت أعلم أن رحلة المشتريات تلك ستنتهي بمأساة. وهذا ما يحدث لي دائماً في كل مرة أخطئ فيها للقيام بأمر ما". أو أن تقول: "كنت أود القيام بشراء بعض الأشياء، ولكن يبدو أنني لن

أستطيع عمل ذلك الآن. يجب الانتظار حتى أصلح السيارة. ولكني أوّمن أن هذا التغيير في الخطة التي وضعتها سيكون لخيري. فلا بد أن هناك سبباً لبقائي في المنزل اليوم، ولذلك سأستمتع بهذا الوقت".

يوصينا الرسول بولس في (رومية ١٢: ١٦) أن نكون مستعدين للتكيف مع الأوضاع والآخريين. والفكرة هنا أن نتعلم كيف نحط لحياتنا، ولكن علينا أيضاً ألا ننهار عندما يحدث تغيير أو تعديل لتلك الخطط.

أتحت لي الفرصة مؤخراً لكي أطبق هذا المبدأ الكتابي. كنت مع زوجي في مدينة دعانا الرب للخدمة فيها لمدة ثلاثة أيام. وعندما كنا نستعد لحزم أمتعتنا للتوجه للمطار، قررت أن أرتدي بنطلوناً وبلوزة وحذاء مريحاً حتى تكون رحلة العودة مريحة، ولكني لم أجد البنطلون الذي قررت أن أرتديه. وبعد أن بحثت عنه في كل مكان وجدته في قاع الحقيبة وقد ظهرت عليه الكسر. فلم أستطع ارتدائه بالرغم من محاولاتي لإعادة كيّه، فكان الاختيار التالي أن أرتدي فستاناً وحذاء بكعب عالٍ. وبدأت أشعر بالغضب والضيق... هل رأيت كيف تغلبنا مشاعرنا عندما تسير الخطط التي رسمناها على عكس ما نشتهي؟ وأدركت على الفور أن هناك

قرارًا يجب أن أتخذه؛ فإما أن تتوتر أعصابي لأن الأمور لم تسر بالطريقة التي أردتها، أو أن أتكيف مع الوضع الجديد وأستمتع برحلة العودة على أي حال. فحتى الشخص الإيجابي لا يمكن أن يجعل كل الأمور تسير على هواه طوال الوقت، ولكنه يستطيع أن يقرر مسبقًا أنه سيستمتع بوقته مهما حدث. أما السلبي فلا يستمتع بشيء على الإطلاق.

ولا يوجد من يستمتع بصحبة الشخص السلبي، فهو عادة يملأ الجو المحيط به بالكآبة؛ لأنه كثير الشكوى والتذمر، وعادة يكون أول من يكشف عيوب الآخرين. وحتى لو سارت الأمور على ما يرام يكون أول من يشعر بوجود مشكلة.

عندما كنت أذهب لزيارة أحد الأصدقاء بعد إجراء بعض التعديلات في منزله، كنت ألمح على الفور العيوب الموجودة في المكان مثل ورق الحائط غير المثبت جيدًا، دون أن أرى كل الأشياء الجميلة الأخرى. ولكنني سعيدة جدًا لأنني تحررت من طريقة التفكير السلبية تلك، وأستطيع الآن أن أستمتع بالحياة وأن أؤمن بأن كل الأشياء، حتى لو بدت رديئة، سوف تعمل معًا للخير.

فإن كنت شخصاً سلبيًا، ارفض إدانة إبليس لك؛ فالإدانة أمر سلبي. إن الهدف من مشاركتي لك بهذه الأمور هي أن أساعدك لترى مشكلتك وتثق في الله حتى يحرك من سلبيتك.

إن الطريق إلى الحرية يبدأ عندما نواجه مشاكلنا دون أن نحاول إيجاد عذر لها، فأنا واثقة أن كل شخص سلبي له أعذاره ومبرراته التي تسببت في أن يصبح على ما هو عليه. ولكن تذكر أننا صرنا كمؤمنين خليقة جديدة بحسب قول الكتاب.

### خليقة جديدة

"إذًا إن كان أحدٌ في المسيح فهو خليقةً جديدةً: الأشياء العتيقة (الطبيعة الروحية والأخلاقية القديمة) قد مضت، هوذا الكلُّ قد صارَ جديدًا" (٢ كورنثوس ٥: ١٧).

لأنك صرت خليقة جديدة، لا تسمح لما حدث لك في الماضي أن يؤثر على حياتك الجديدة في المسيح. لقد أصبحت خليقة جديدة، وتجدد ذهنك بحسب كلمة الله. لذلك توقع أن تحدث لك أشياء سارة. افرح، إنه يوم جديد.

## عمل الروح القدس

"لكني أقول لكم الحق: إنه خير لكم أن أنطلق، لأنه إن لم أنطلق لا يأتيكم المعزّي (المشير والمعين والشفيع ومعطي القوة والسند). ولكن إن ذهبْتُ أرسلُهُ إليكم. ومتى جاء ذلك يبكت العالم على خطيئة وعلى برٍّ وعلى دينونة" (يوحنا ١٦: ٧-٨).

أصعب جزء في عملية التحرير من السلبية هو عندما تواجه الحقيقة قائلاً: "أنا شخص سلبي، ولكنني أريد أن أتغير. وأنا لا أستطيع أن أغير نفسي، ولكن أوّمن أن الله سيغيرني إن وثقت فيه. أعلم أن الأمر قد يستغرق بعض الوقت، ولكنني لن أفشل ولن أياس. لقد بدأ الله في عملاً صالحاً، وهو قادر أن يتممه" (انظر فيلبي ١: ٦).

اطلب من الروح القدس أن يبكتك في كل مرة تكون فيها سلبياً؛ فهذا جزء من عمل الروح القدس؛ إنه يبكتنا على خطية وعلى بر. اطلب من الرب أن يعينك عندما يبكتك الروح القدس، ولا تتكل على ذاتك في معالجة الأمر. فقط اتكل على الرب.

لقد أراني الله أنه يستطيع أن يجعل مني شخصية إيجابية للغاية بالرغم من السلبية الشديدة التي عشت بها طوال سنين عمري. لقد صرفت وقتاً طويلاً



في محاولات جادة حتى أفكر بطريقة إيجابية. والآن لا أحتمل التفكير السلبي على الإطلاق. مثل الشخص الذي لا يحتمل رائحة السجائر بعد أن أقلع عن التدخين. هكذا كان الحال معي. لقد كنت أدخن لسنوات عديدة، وبعد أن أقلعت عن التدخين، لم أعد أحتمل رائحة الدخان. وبعد أن كنت سلبية إلى أقصى حد، لم أعد أحتمل رائحة السلبية الآن. لقد رأيت الرب يصنع في حياتي الكثير من الأمور الصالحة منذ أن تحررت من التفكير السلبي، فأصبحت ضد التفكير السلبي على طول الخط.

لقد واجهت الحقيقة، وأشجعت أن تفعل مثلي. فإن شعرت بالمرض، لا تقل: "أنا لست مريضاً؛ لأن هذا يخالف الواقع، ولكن قل: "إن الله سيشفيني". ولا تقل: "من المحتمل أن تسوء حالتي وربما أضطر للذهاب إلى المستشفى". ولكن تستطيع أن تقول: "يد الله الشافية ستلمس جسدي وأؤمن أن حالتي ستكون على ما يرام".

لا بد أن تكون حياتنا معتدلة، وهذا لا يعني أن نخلط الإيجابية ببعض من السلبية، بل أن يكون لنا الذهن الواعي المستعد للتعامل مع كل ما يحدث سواء كان إيجابياً أو سلبياً.

## ذهن مستعد

"وكان هؤلاء (أهل بيرية) أشرف من الذين في تسالونيكى، فقبلوا الكلمة بكل نشاط فاحصين الكتب كل يوم: هل هذه الأمور هكذا؟" (أعمال ١٧: ١١).

تطالبنا كلمة الله بأن نتحلى بذهن نشط مستعد، وهذا يعني أن يكون لنا الذهن المفتوح لقبول مشيئة الرب مهما كانت هذه المشيئة من حولنا.

تقابلت مؤخرًا مع شابة انفصلت عن خطيبها منذ عدة أيام بعد أن صرفت معه وقتًا في الصلاة لأجل علاقتهما، حتى يعلن لهما الرب بوضوح إن كانا يجب أن ينفصلا أم يستمرا معًا. إلا أنها كانت تأمل أن تستمر علاقتهما، وكانت تفكر وترجو وتصلي حتى يعاود خطيبها الاتصال بها ليخبرها أنه يكن لها نفس المشاعر القديمة. فطلبت منها أن تتحلى بالذهن المستعد لقبول كل شيء حتى تكون مستعدة إن لم يسر الأمر وفق ما تريد. فقالت: "أليست هذه سلبية؟"

لا، هذه ليست سلبية، فالسلبية هي أن تفكر: "لم يعد لحياتي معنى، ولن يتقدم شاب آخر لخطبتي. لقد فشلت في علاقتي الأولى. يا لي من إنسانة تعيسة!" أما الإيجابية فهي أن تفكر: "لقد آلمني كثيرًا ما

حدث ولكنني أثق في الرب، وأتمنى لو أن يعاود خطيبي الاتصال بي. وسأصلي حتى تعود علاقتنا إلى ما كانت عليه. ولكنني أريد أن تتحقق مشيئة الله في حياتي قبل كل شيء. فإن لم تسر الأمور كما أردت، فلن تتوقف الحياة عند هذا الحد. قد يكون الأمر صعباً في بدايته، ولكنني أثق في إلهي وأؤمن أن كل الأشياء سوف تعمل معاً للخير .  
 بهذه الطريقة تكون قد استطاعت أن تواجه الواقع بذهن مستعد وبإيجابية. وهذا هو الاعتدال.

### قوة الرجاء

"فهو (إبراهيم) على خلاف الرجاء (المنطق البشري) آمن على الرجاء، لكي يصير أباً لأمرٍ كثيرة، كما قيل: "هكذا يكون نسلك". وإذا لم يكن ضعيفاً في الإيمان لم يعتبر جسداً - وهو قد صار ممتاً، إذ كان ابن نحو مئة سنة - ولا ممتية مستودع سارة. ولا بعدم إيمان ارتاب في وعد الله، بل تقوى بالإيمان معطياً مجداً لله" (رومية ٤: ١٨ - ٢٠).

نؤمن أنا وزوجي أن الرب سيبارك خدمتنا ويوسعها عاماً تلو الآخر، لأننا نشاق أن نخدم عدداً أكبر من الناس. ولكن إن تغيرت خطة الله ومشيئته، وإن بقيت

خدمتنا في حجمها الذي بدأنا به، فلا يجب أن نجعل هذا التغيير يسلب منا فرحنا.

نحن نوّمن بأشياء كثيرة، ولكن قبل كل شيء نوّمن بالشخص الذي أوجد الأشياء، الذي هو المسيح؛ فنحن لا نعلم ماذا يحدث في الغد، ولكننا نعلم أن كل الأشياء سوف تعمل معاً لخيرنا.

ربما تعتقد أن الظروف التي تمر بها أكثر من احتمالك، وربما تقول لي: "لو علمت ظروفي لما طلبت مني أن أكون إيجابياً".

لماذا لا تقرأ (رومية ٤: ١٨-٢١) عن إبراهيم الذي درس الموقف جيداً، ولم يتجاهل حقيقة أنه أصبح متقدماً في العمر، وأن سارة لم تعد قادرة على الإنجاب، ولكنه آمن بالله؛ فبالرغم من عدم وجود ما يدعو للرجاء، إلا أنه آمن على رجاء، لأنه فكر بإيجابية شديدة في موقف في منتهى السلبية.

يخبرنا الكتاب المقدس في (عبرانيين ٦: ١٩) أن الرجاء هو مرسة للنفس؛ فالرجاء أو الأمل هو ما يجعلنا ثابتين أثناء التجارب. لذلك لا تيأس ولا تفقد الأمل، لأنك إن فعلت عشت حياة يائسة. فإن كنت تعيش حياة يائسة لأنك فقدت الأمل، عد وأحي هذا الأمل من جديد. لا تخش شيئاً. ولا أعدك أن تسير

الأمر دائماً كما خططت لها، ولا أعدك ألا تخيب آمالك أبداً. ولكنك تستطيع أن تكون إيجابياً حتى عندما تخيب آمالك. فقط اخضع لعمل الله المعجزي، وتوقع أن تحدث معجزات في حياتك، وانتظر أموراً رائعة.

### انتظر حتى تنال

"ولذلك يَنْتَظِرُ الرَّبُّ عَلَيْكُمْ. ولذلك يَقُومُ لِيَرْحَمَكُمْ، لِأَنَّ الرَّبَّ إِلَهَ حَقٌّ. طوبى لجميع مُنْتَظِرِيهِ" (إشعياء ٣٠: ١٨).

هذه الآية محببة إلى قلبي. فإن تأملتها امتلاً قلبك بالرجاء والأمل. يقول الله إنه يبحث عن شخص يتراءف عليه ويرحمه، وهذا الشخص لا يمكن أن يكون ذا تفكير سلبي، بل يجب أن يكون في حالة انتظار واشتياق لكل ما ينعم الله به عليه.

### التشاؤم

بعد فترة وجيزة من بدء دراستي لكلمة الله وبينما كنت أصفف شعري، شعرت بجو غريب يحيط بي وأن شيئاً مروعاً سوف يحدث لي، وزادت هذه المشاعر مع مرور ساعات النهار. وكنت واعية جداً لوجودها

داخلي. وسألت الرب: "ما هذه المشاعر التي أحس بها داخلي؟" فأجاب: "إنه التشاؤم!"  
 لم أكن أعرف معنى تلك الكلمة، ولم أكن قد سمعت بها من قبل، وبعد وقت قليل، قرأت الآية الموجودة في (أمثال ١٥: ١٥): "كُلُّ أَيَّامِ الْحَزِينِ شَقِيَّةٌ (بسبب القلق والتشاؤم) أَمَا طَيِّبُ الْقَلْبِ فَوَلِيمَةٌ دَائِمَةٌ (بغض النظر عن الظروف)". وأدركت وقتها أن حياتي كانت تعيسة بسبب الأفكار الشريرة والتشاؤم الذي كان يملأ حياتي. صحيح أن حياتي كانت مليئة بالظروف الصعبة. ولكن حتى في أوقات الرحب كنت أعيش تعيسة؛ لأن أفكارى كانت مُسَمِّمة فلم أكن قادرة على الاستمتاع بالحياة وبالأيام الجميلة.

**احفظ لسانك من التكلم بالشر**

"لأنَّ: «مَنْ أَرَادَ أَنْ يُحِبَّ الْحَيَاةَ، وَيَرَى أَيَّامًا صَالِحَةً، فَلْيَكْفُفْ لِسَانَهُ عَنِ الشَّرِّ، وَشَفْتَيْهِ أَنْ تَتَكَلَّمَا بِالْمَكْرِ»" (١بطرس ٣: ١٠).

يتضح من هذه الآية أن التمتع بالحياة مرتبط برؤية أيام صالحة، وأيضاً بالتفكير والكلام الإيجابي. فحتى لو كان تفكيرك سلبياً إلى أقصى حد، ومهما كانت المدة التي ظللت فيها على هذا الحال، تستطيع

أن تتغير. والدليل على ذلك أني تغيرت بالفعل. لقد  
استغرق الأمر وقتاً طويلاً ومعونة من الروح القدس،  
ولكن النتيجة كانت تستحق. وأنت أيضاً ستعرف أن  
الأمر يستحق كل المعاناة لتثق في الرب ولتكون  
إيجابياً مهما حدث.

## تأمل في ما تفكر فيه

"بوصاياك ألهج، وألاحظُ سُبُلَكَ (سبل الحياة التي تحددها الشريعة)" (مزمور ١١٩: ١٥).

تعلمنا كلمة الله الأشياء التي يجب أن نفكر فيها. يقول كاتب المزمور إنه يلهج بوصايا الله، وهذا يعني أنه كان يصرف الكثير من الوقت في التفكير والتأمل في طريق الله وتعاليمه ووصاياهم. وفي (مزمور ١: ٣) يقول عن الشخص الذي يفعل هذا إنه يكون "كشجرة مغروسة عند مجاري المياه، التي تُعطي ثمرها في أوانه، وورقها لا يذبل. وكلُّ ما يصنعه ينجح" فيأله من أمر رائع أن نفكر ونتأمل في كلمة الله! فكلما صرف الإنسان وقتاً أكبر في التأمل في كلمة الله، حصد الخير الوفير.

كن حريصاً في ما تفكر فيه!  
"وقال (المسيح) لهم: «انظروا (كونوا حريصين) ما تسمعون! بالكيل الذي به تكيلون (بالقدر الذي به



تدرسون وتفكرون في الحق الذي تسمعونه) يُكَالُ لَكُمْ  
ويزَادُ (بالقدر الذي تحصدون معرفةً وخيرًا) لَكُمْ أَيَّهَا  
السَّامِعُونَ» (مرقس ٤: ٢٤).

يا لها من آية رائعة! فكلما صرفنا وقتًا أكبر في  
التفكير والتأمل في كلمة الله التي نقرأها ونسمعها  
وكلما علمنا الآخرين بها، زادت قوتنا على العمل  
بها، وزادت معرفتنا واستنارتنا بما نقرأه أو نسمعه.  
فنجني من كلمة الله ما استثمرناه فيها.

لاحظ أيضًا الوعد أنه بقدر ما نفكر في كلمة الله  
ونعكف على دراستها بقدر ما ستكون لنا المعرفة  
والخير.

وفي قاموس "فاين" لتفسير كلمات الكتاب المقدس  
يقول إن الكلمة اليونانية "دوناميس" *dunamis*  
(والتي تعني القوة) كانت تترجم في بعض الأحيان  
بمعنى "الخير". وفي قاموس "سترونج" لشرح  
كلمات الكتاب المقدس يقول إن إحدى الترجمات  
لكلمة دوناميس هي القوة والمقدرة. لا يتعمق بعض  
الناس في كلمة الله ويتساءلون: "لماذا تفتقر حياتنا  
الروحية إلى القوة والنصرة؟"

والحقيقة هي أن معظمهم لا يجتهدون ولا يصرفون  
الوقت في دراسة كلمة الله، ولكنهم يكتفون بسماع

عظات منها، أو بالاستماع لشرائط الكاسيت أو قراءة الكتاب المقدس من وقت لآخر، ولكنهم لا يكسرون أنفسهم حتى تكون كلمة الله أولوية حياتهم الأولى. وهذا يشمل التفكير بها والتأمل فيها. إن الجسد كسول، وبعض الناس يسعون لنوال بعض الأشياء دون أن يبذلوا أي مجهود. ولكن هذه الطريقة لا تجدي. ولذلك أكرر أن الإنسان يحصد من كلمة الله بقدر ما يستثمر فيها.

### تأمل في كلمة الله

"طوبى للرجل الذي لم يسلك في مشورة الأشرار (الم يستمع لنصائحهم) وفي طريق الخطأ لم يقف (الم يشترك)، وفي مجلس المستهزين لم يجلس. لكن في ناموس الرب مسرته، وفي ناموسه يلهج (يتأمل ويفكر) نهاراً وليلاً" (مزمور 1: 1-2).

يقول قاموس "وبستر" إن كلمة "يلهج" تعني:

١ - يفكر ٢ - يخطط في ذهنه ويشترك في التفكير والتأمل.

وفي قاموس "فاين" لتفسير كلمات الكتاب المقدس، يقول إن كلمة "يلهج" تعني الاهتمام والتطبيق في الحياة العملية، وممارسة ما جاء في

الكلمة والتفكير والتخيل والتأمل.

وتقول كلمة الله في (أمثال ٤ : ٢٠): "يا ابني، أصغ إلى كلامي. أمل أذنك إلى أقوالي". فإن وضعنا هذه الآية إلى جانب تعريف كلمة "يلهج" سنرى أننا سنهتم بكلمة الله إن تأملنا فيها وطبقناها على طريقة تفكيرنا. والفكرة الرئيسية هنا هي أننا إذا أردنا أن نفعل ما توصينا به كلمة الله، فعلينا أن نصرف الوقت في التأمل فيها والتفكير بها. وتذكر القول المأثور "الممارسة المستمرة تؤدي إلى الإتقان". فليس من المنتظر أن نصبح خبراء في أمر ما دون أن نمارسه، فلماذا لا ينطبق هذا الكلام على الحياة المسيحية أيضاً؟

### التأمل يؤدي إلى النجاح

"لا يبرخ سفر هذه الشريعة من فمك، بل تلهج فيه نهاراً وليلاً، لكي تتحفظ للعمل حسب كل ما هو مكتوب فيه. لأنك حينئذ تصلح طريقك وحينئذ تفلح" (يشوع ١ : ٨). إن أردت أن تنجح وتفلح في كل طريقك، وإن أردت أن يكون لك خير، فعليك أن تتأمل وتلهج في كلمة الله نهاراً وليلاً بحسب قول الكتاب. فكم من الوقت تصرف في التفكير والتأمل في كلمة الله؟ إن الإجابة

الأمينة على هذا السؤال ربما تكون الحل للمشاكل التي تعاني منها في حياتك.

لقد قضيت معظم حياتي دون أن أتأمل ما أفكر فيه. كنت ببساطة أفكر في كل ما يرد إلى ذهني أو يخطر عليه، ولم أكن أعلم أن إبليس يقدر أن ينفث أفكاره في ذهني. لذلك امتلأ عقلي إما بأكاذيب حاول إبليس أن يخبرني بها عن نفسي وعن آخرين، أو أشياء لا قيمة لها، لا تستحق إهدار الوقت في التفكير بها. كان إبليس يسيطر على حياتي لأنه كان يسيطر على أفكاري.

### تأمل في ما تفكر فيه

"الذين نحنُ أيضًا جميعًا تصرّفنا قبلاً بينهم في شهواتِ جسدنا، عاملين مَشِيناتِ الجسدِ والأفكارِ" (أفسس ٢: ٣).  
يحذرنا الرسول بولس هنا من الخضوع لطبيعة الجسد وطاعة شهواته والعمل بأفكار الذهن الجسدية. وبالرغم من أني كنت قد قبلتُ المسيح مخلصًا، إلا أن حياتي كانت تمتلئ بالمشاكل لأنني لم أتعلم أن أسيطر على أفكاري. كنت أفكر في أشياء تشغل بالي ولكنها لم تكن أفكارًا إيجابية بناءة.

كنت في حاجة إلى تغيير أفكاري  
علمني الرب درسًا رائعًا في بداية عهدي بمعركة  
الذهن. كان هذا الدرس نقطة التحول في حياتي،  
عندما قال لي: "تأملي في ما تفكرين فيه". وعندما  
فعلت ذلك، أدركت على الفور سبب المشاكل التي كنت  
أعاني منها في حياتي. كان ذهني في حالة فوضى  
شديدة! كنت أفكر في أشياء خاطئة.

كنت أذهب لحضور الاجتماعات وواظبت عليها  
لسنوات، ولكنني لم أكن أفكر في ما سمعته. كنت  
أستمع بأذن واحدة أما الأخرى فكانت في مكان  
آخر. وكنت أقرأ الكتاب المقدس ولكنني لم أفكر في ما  
أقرأه. لم أكن أهتم بكلمة الله ولم أعكف على دراستها  
والاستماع إليها، ولذلك كانت معرفتي وقوتي  
ضئيلة إلى أقصى حد.

### تأمل في أعمال الله

"ذَكَرْنَا يَا اللَّهُ رَحْمَتَكَ (محببتك الثابتة) في وسط  
هيكلك" (مزمو ٤٨: ٩).

يتحدث داود كثيرًا عن التأمل والتفكير في كل أعمال  
الله العظيمة، فيقول إنه يذكر اسم الرب، ورحمته في  
كل مكان وفي كل وقت. فعندما شعر بالحزن كتب

(مزموږ ١٤٣: ٤، ٥) "أعيت في روجي. تحبّر في داخلي  
قلبي. تذكّرت أيام القدم. لهجت بكل أعمالك. بصنائع  
يديك أتأمل".

من هاتين الآيتين يتضح أن رد فعل داود تجاه  
الأحزان لم يكن بأن يذكر مشكلته ويتأمل فيها، ولكن  
بوقوفه ضد مشاكله بأن يذكر الأوقات السعيدة،  
وسعادة أيام القدم، ويفكر بأعمال الله ويتأمل صنع  
يديه... لقد فكر في أشياء إيجابية، وهذا ساعده أن  
يتغلب على أحزانه.

وتذكر دائماً أن ذهنك يلعب دوراً مهماً في نصرتك.  
صحيح أن النصرّة تتحقق في حياتنا بقوة الروح  
القدس العاملة من خلال كلمة الله، ولكن يجب أن  
تتفق أفكارنا مع فكر الله وكلمته. وإن لم نفعل،  
وإن اعتقدنا أن ما نفكر فيه ليس على هذا القدر من  
الأهمية، فلن نختبر النصرّة أبداً.

### تغيروا بتجديد أذهانكم

"ولا تُشاكِلوا (تتكيفوا مع عادات وتقاليد) هذا الدهر  
(هذا الجيل)، بل تغيّروا عن شكلكم بتجديد أذهانكم  
(بالكامل) (حتى تتغير أفكاركم ونظرتكم للأموار)

لتختبروا ما هي إرادة الله: الصالحة المرصية الكاملة (في نظره من نحوكم) " (رومية ١٢: ٢).

يقول الرسول بولس في هذا الجزء إننا نقدر أن نختبر إرادة الله الصالحة والمرضية والكاملة فقط إن تجددت أذهاننا. وتجديدها يعني أنها تتوافق مع فكر الله. وعندما تتجدد أذهاننا سنتغير لنصير ما أرادنا الله أن نكون عليه. وبموت المسيح على الصليب وقيامته من الأموات أصبح هذا التغيير ممكناً وواقعاً ملموساً عن عملية تجديد الذهن. وحتى لا يحدث أي التباس، فإن التفكير السليم لا علاقة له بالخلاص والفداء؛ فالخلاص يعتمد على دم المسيح وحده وموته على الصليب وقيامته. فكثيرون نالوا الخلاص لأنهم قبلوا المسيح مخلصاً شخصياً لحياتهم، إلا أن بعضهم لم يختبروا حياة النصر، ولم يتمتعوا بخطة الله الصالحة لأن أذهانهم لم تتجدد لتتفق مع كلمته. لقد كنت مثل هؤلاء الناس لسنوات طويلة بالرغم من إيماني بالمسيح وثقتي في أني سأذهب إلى السماء. وبالرغم من مواظبتي على حضور الاجتماعات، فإن حياتي كانت تخلو من النصر. والسبب في ذلك هو أني كنت أفكر في أشياء خاطئة.

ففي هذه افكروا

"أخيراً أيها الإخوة، كُلُّ ما هو حَقٌّ، كُلُّ ما هو جَلِيلٌ،  
كُلُّ ما هو عَادِلٌ، كُلُّ ما هو طَاهِرٌ، كُلُّ ما هو مُسَرٌّ، كُلُّ  
ما صِيئتهُ حَسَنٌ، إنْ كَانَتْ فَضِيلَةٌ وإنْ كَانَ مَدْحٌ، ففي هذه  
افكروا" (فيلبي ٤: ٨).

يقدم لنا الكتاب المقدس تعاليم مفصلة عن الأشياء  
التي يجب أن نفكر فيها. وواضح من آيات الكتاب  
المقدس المتعددة أنه يحثنا على التفكير في كل ما  
هو صالح وفي كل ما يبيننا.

ومن المؤكد أن أفكارنا تؤثر على تصرفاتنا وحالتنا  
المزاجية؛ فتعاليم الله هي لخيرنا لأنه يعرف ما  
يسعدنا وما يتعسنا. ولكن عندما يمتلئ الإنسان  
بالأفكار الخاطئة تصبح حياته تعيسة. ومن واقع  
خبرتي أقول إنه عندما يكون الإنسان تعيساً، فإنه  
يجلب التعاسة على حياة الآخرين أيضاً.

لذلك عليك أن تسأل نفسك باستمرار: "فيما كنت  
أفكر؟" واصرف بعض الوقت في امتحان أفكار قلبك.  
وفحص ما تفكر فيه أمر مهم جداً؛ لأن إبليس  
عادةً يخدع الناس بقوله إن السبب وراء مشكلاتهم  
وتعاستهم يكمن في الظروف المحيطة بهم ولكن



الحقيقة هي أن التعاسة التي يعيشون فيها سببها ما يدور بداخل أذهانهم.

لقد ظننت لسنوات أن سبب تعاستي هو ما يعمله الآخرون أو ما لا يعملونه لي. وكنت ألوم زوجي وأولادي على التعاسة التي كنت أعيش فيها. وكنت أعتقد أنهم لو تغيروا وانتبهوا أكثر لاحتياجاتي، وإن تواجدوا في المنزل باستمرار لكنت أكثر سعادة. واستمر الحال هكذا لسنوات حتى واجهت الحقيقة وأدركت أن ما أطلبه لن يقدر أن يجعلني أكثر سعادة، وإنما يجب أن أختار أن يكون لي الفكر الصحيح. لقد كانت أفكارني هي سبب تعاستي.

ودعوني أقولها مرة أخرى: "افحص ما تفكر فيه". لأنك إن فعلت هذا ستكتشف سبب مشاكلك وتبدأ السير في طريق الحرية.

## صلاة للخلاص

الله يحبك ويريد ان تكون له علاقة شخصية بك. ان لم تكن بعد قد قبلت يسوع المسيح كمخلصك الشخصي، يمكنك فعل ذلك الان. فقط افتح قلبك له وصل هذه الصلاة...

"ابي السماوي، أعلم اني اخطأت بحقك. من فضلك سامحني. اغسلني طاهراً. أعدك بوضع ثقتي في يسوع ابنك. أو من انه قد مات لاجلي اخذاً خطييتي عندما مات على الصليب. أو من انه اقيم من الموت. الآن اسلم حياتي ليسوع.

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

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

يوحنا 3: 16 1 كورنثوس 15: 3-4

افسس 1: 4 افسس 2: 8-9

1 يوحنا 4: 14-15

1 يوحنا 1: 9

1 يوحنا 5: 12-13

1 يوحنا 5: 1

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