

# موضوع القداسة و الألم

بقلم  
خادم الرب  
الاخ بهجت ذاخر

## فهرس الكتاب:

معنى القداسة	1
علاقة الألم بحياة القداسة	2
أسباب الألم و مؤثراته نبذة عن شفاء النفس و ضرورتها للوصول لحياة القداسة	3
نبذة عن موت الذات و ضرورتها للوصول لحياة القداسة	4

### (1) معنى القداسة :

- وهي تخصيص أو تكريس الحياة بالكامل للرب. و لكن كيف يتم ذلك ...؟  
1. بخلع الإنسان العتيق و لبس الجديد (أف: 4: 22- 24) -(كو3: 9-10)  
2. موت الذات و تظهر حياة يسوع فينا (غلا2: 20 )

### (2) علاقة الألم بالوصول لحياة القداسة (عب12: 10-11)

- الألم بحسب مشيئة الله يستخدمه الله في اتجاهين :  
1- كشف أعماق الإنسان و إظهار الدوافع الداخلية لمتاعبه وهي التي تجعله متقوقع أو متمركز حول نفسه. وذلك عن طريق الغلاف الخارجي الصلب للنفس لكسره و تحطيمه (الكيان القديم الذي يستمد منه أمانه) وذلك لتحرير النفس و لكي تنال الشفاء ..  
2- الضغط على الذات ليميتها و يطيح بسطوتها و سلطاتها و تمسكها برغباتها و أفكارها و عندها يعطى القيادة و السلطان للروح ..

\*مثال تطبيقي لإيضاح .. فالثورة:

- 1- تطيح الحكومة بالفاسدة 2- وتنصف الشعب و تعالج مشاكله و متاعبه

### (3) أسباب الألم و مؤثراته:

أولاً: أسباب الألم :

أ- الخطية: في ( أم6: 27-28)

أيأخذ إنساناً ناراً في حضنه و لا تحترق ثيابه أو يمشي انسان على الجمر و لا تكنوي رجلاه و مثال: المرأة التي أعالت إيليا ..(مل17: 18)

ب- الظروف الخارجية :

ربما في صورة مرض - خسارة بعض الأشياء - فقدان أحد الأجزاء ..... مشاكل في العمل أو في المنزل .. ضيق المعيشة مثال: ما حدث مع أيوب .... (أيوب1: 13-20)

ج- الآخرين :

و ذلك بالاعتداء على مشاعرنا - قهر أو ظلم وقع علينا - محاولة تشويه صورتنا - اضطهادنا و ضياع حقوقنا ..

مثال : ما حدث مع يوسف .... (تك37: 13-28)

ثانياً: مؤثرات الألم :

#### [1] المؤثرات السلبية:

أ- لو أغلق الإنسان على آلامه و جراحه فهي كفيلة أن تصيبه بالمتاعب النفسية بل و الجسدية أيضا ...

ب- فرصة إبليس ليستغلها لتشويه صورة الله و صورة الآخرين في أذهاننا بل و تشويه صورتنا في أعماقنا و أصابتنا بالإحباط و اليأس ...

ج- ينتج حزن و مرارة داخلية ضد الله فترسم صورة الله أنه قاس أو بعيد و لا يتدخل في أزمنة الضيق و لا أجده وقت الحاجة فتنتج تزمير و بعد عن الله ...

\* و من هنا تظهر أهمية أن نفهم معاملات أو مقاصد الله من السماح لنا بالألم .

#### [2] المؤثرات الايجابية (بركات الألم):

أ- الألم جهاز إنذار ينبهنا لوجود مشاكل ذو جراح داخلية في نفوسنا مطلوب اكتشافها و نحتاج الى علاجها ..

ب- الألم هو مكبر الصوت الذي يكلمنا الله من خلاله عندما نكون غافلين و مشغولين و غير متجاوبين مع همس محبته .

مثال: ما حدث مع نعمى .... (راعوث1: 20-21)

ج- للتأديب و التقويم ... (عب 12:10-11) – (رو5: 3-4) و للإعداد و التدريب مثل ما حدث مع يوسف و مع موسى و مع داود .

د- و لإظهار مجد الله من خلالنا :

- لكي تظهر حياة يسوع فينا ... (2كو4: 8-12)  
- ليتمجد ابن الله – قصة لعازر.. (يو11: 4)  
- لتظهر أعمال الله فيه – المولود أعمى ... (يو9: 3)

هـ - و لكي نتمجد معه :  
إن كنا نقبل بفرح أن نتألم لأجل المسيح فسنتمجد أيضاً معه (رو8: 17-18) – (2كو4: 16-17) – (1بط1: 6) – (1بط4: 12) – (2كو1: 5-7) – (عب10: 34) – (رؤ7: 9-17)

**و من هنا :**

نكتشف أنه للوصول لحياة القداسة لابد من :  
**أولاً: شفاء النفس:** من المتاعب و الجراح و الأحزان الداخلية .  
**ثانياً: موت الذات :** برغباتها و أفكارها و كبرياتها و سطوتها و سلطانها و عنادها .....

**أولاً: شفاء النفس:**

هناك كثير من المتاعب و المشاكل بل و الجروح الداخلية تكونت نتيجة عوامل و ظروف التنشئة الأولى في الصغر وكذا بسبب الظروف التي يمر بها الشخص في مراحل عمره المختلفة من أهم هذه المشاكل و الجروح ما يلي:-

## [1] الشعور بالنقص "صغر النفس":

شواهد كتابية(خر6: 2-9)، (قض6: 11-16) وهو الشعور بأنني دون الآخرين أو أقل من الآخرين في القدرات أو الامكانيات ..

**أسباب الشعور بالنقص:**

أ- الظروف المحيطة بالتربية في فترة التنشئة الأولى (معاملة الآباء و الإخوة – المدرسة)  
ب- الرسائل السلبية التي تصل اليها في الصغر ( أنت مش نافع .. طول عمرك كده غبي..) و الخطورة أن الطفل سهل أن يصدق هذه الرسائل فتغرس في تكوينه..

ج- قياس ظروفه الحالية بظروف الآخرين (قدراته و إمكانياته)

ووجود نقص في بعض هذه الجوانب مثل:-

1- عيوب فى المواصفات الجسدية : مثل النحافة - البدانة - القصر - عرج فى الرجلين - ضعف النظر - لون البشرة - الذكاء....

2- عيوب فى المواصفات العلمية : معندوش شهادة عالية - مش مثقف بكفاية ..

3- عيوب فى الإمكانيات المادية : أنا من أسرة فقيرة - ظروفى الاجتماعية صعبة - معنديش إمكانيات مادية ...

4- عيوب فى ظروف المعيشة : ساكن فى منطقة وحشة - أو فى شقة ضيقة و لا يوجد فيها كماليات أو ربما بعض الضروريات - شغلي متعب - دراستي متعبة دايمًا حاسس أنه غير موفق - غير محظوظ أقل من الآخرين .....  
سلبيات الشعور بالنقص(تأثيره):

أ- فى دائرة النفس:

- الحساسية المفرطة "يجرح بسهولة ويثور لكرامته جداً"
- التردد و عدم القدرة على اتخاذ القرار
- حب المظاهر: و ربما يولد غرور و كبرياء و محاولة القيام بالأدوار البارزة
- المبالغة فى الأمور : النجاح- الفشل- الخوف- الحب- الكره .....

ب- فى دائرة العلاقة بالآخرين:

- العناد و الاصرار على رأى حتى لو كان خطأ
- الدخول فى صراعات المنافسة (هو عنده وأنا ... هو يعمل و أنا ... )
- محاولة تشويه صورة الاخرين و التقليل من نجاحهم

ج- فى دائرة العلاقة بالله:

- مجهودات و أنشطة كثيرة لكن غير هادفة و لا تصل الى نتائج ..
- السقوط فى خطايا اللذة لتعويض الجوانب الفشل فى حياته..
- التشكك فى محبة الله بسبب حواجز التعثر فى الحياة الزوجية ...

## [2] الشعور بالذنب:

شواهد كتابية السامرية (يو4: 19-4)، المرأة التى أقام ايليا ابنها (1مل17: 17-19) وهو الشعور بالمديونية أي أنه دائماً مخطئ أو مقصر....

- فهو دائماً يتهم نفسه أنه شخص مهمل أو غير منتبه أو غير حذر أو متسرع أو غير منظم أو متردد أو لا يحسن التصرف فى المواقف ..
- و على المستوى الروح الشعور بالذنب يكون فى صورة :

- انا متعثر .. أنا مش بصلي بكفاية .. أنا مش بادرس الكتاب المقدس .. أنا مليش دور فى الخدمة مثل فلان أو فلانة .. أنا مقصر .. مقصر

## أسباب الشعور بالذنب:

- أ- ظروف النشأة الأولى و الرسائل السلبية فى الصغر:
  - استمرار القاء اللوم على الطفل غير ناجح - غير متوفق .. غير كفى
  - العقاب الزائد .. أو غياب العقاب ...
  - عدم التشجيع فى المواقف التى تستحق التشجيع - و عدم التوجيه فى المواقف الخطأ
- ب- أخطاء أو خطايا فى الواقع :
  - الأستبعاد لخطية معينة أو لعادة رديئة ...
  - التسرع فى أمر معين أدى الى أضرار للنفس أو ضرر للآخرين ..
  - الإهمال فى أمر معين مما أدى لحدوث أضرار (علاج أحد الأبناء- فى العمل)
  - التقصير فى أداء هامة مطلوبة مما يؤدي الى تعثر فى الحياة ..

## سلبيات الإحساس بالذنب:

- 1- الإحساس بالخوف و الخوف له عذاب
- 2- الإحساس بعدم النفع أو عدم الكفاءة و أنه غير مرضى مهما فعل
- 3- الإحساس بأن الله بعيد و لا يمكن الوصول اليه ...
- 4- قد يحس الشخص بأن الله قاس و منتقم و يتوهم أنه يتعقبه لعقابه لدرجة أنه يكون العقاب أخف و طئه للشخص الذى يطارده بالذنب من أن يستمر عليه ..

## [3] الإحساس بالرفض:

شواهد كتابية المسيح (مر8: 31)،(أش53: 3) يوسف (تك37: 23)

هو الإحساس بعدم القبول أو أن الشخص غير مرغوب فيه ..

## أسباب الشعور بالرفض:

قد ترجع أسباب الرفض لسنين النشأة الأولى و للظروف الحالية التى يمر فيها الشخص و هى تركز فى ثلاث مجالات :

1. مجال الأسرة:

عند سماعنا بعض التعبيرات السلبية مثل "جه غلظه أو جه زيادة" أو عدم التمتع بالاهتمام و الحب العناية الكافية لظروف ضيق المعيشة للأسرة
2. فى مجال المدرسة أو العمل :

عند ابتعاد الزملاء عن الشخص و عدم قبوله او الترحيب به فى وسطهم أو التهكم و لو على سبيل المزاح .. فانه يحس بالرفض ..
3. المجال الروحى :

عندما لا نرحب بالشخص فى وسطنا أو نتجاهله أو لا نعطيه مكانا و اهتماما ، هذا يجعل الشخص يحس أنه مرفوض من الجماعة.

### سلبيات الإحساس بالرفض:

- 1- الحساسية المفرطة : و هي تؤدى الى علاقات مرضية بالآخرين
- 2- الخوف من رأى الناس: تجعل الشخص مقيد فى كل ما يفعله بالخوف من رأى الناس
- 3- الإحساس بعدم الأمان : قد تؤدى الى الأنطوائية و العزلة عن الاخرين...
- 4- الإحساس بإنعدام القيمة : و يؤدى الى فقدان الثقة بالنفس و بالآخرين...
- 5- الشفقة على الذات: وهي مدمر إذ تقود الشخص الى التمرکز حول الذات و الانطوائية و الإكتئاب

### [4] الاحساس بالظلم:

شواهد كتابية :-

المسيح (أش53: 7)- يوسف (مز105: 17، 18)

هو الشعور بأنني مظلوم و لا أحصل على حقتي الطبيعية فى الحياة و هو يظهر فى المواقف الاتية ..

### أسباب الإحساس بالظلم:

- أ- عندما أفكر فى ماضى حياتى و ما لاقيته من متاعب أ مشاكل أو حرمان أو مذلة بسبب الظروف القاسية التى كنت أمر بها .. أحس بالظلم.
- ب- عندما أقارن نفسى بالآخرين الأفضل منى حالا بحسب الظاهر أو الناجحين و الموفقين فى ظروفهم و لو ظاهريا .. أحس بالظلم..
- ج- عندما أعامل معاملة سيئة .. أو يقع علي إضطهاد مباشر مثل حرمانى من ترقية - علاوة - مركز أدبى .. و يهضم حقى فإنى أمتلى بالشعور بالظلم أو عندما أكافئ شراً ممن صنعت معهم الخير ...

### سلبيات الإحساس بالظلم:

- 1- تنشأ مرارة داخلية تتحول فى قلب الشخص إلى بغضة و كره للمجتمع و الناس و فقدان الثقة فيهم
- 2- ينشأ شعور بالتذمر : و الذى يؤدى إلى التمرد و التصلف و العناد
- 3- ينشأ التنافس المادى : و الذى يؤدى إلى الصراعات و الغاية تبرر الوسيلة
- 4- قد ينشأ نوع من العدوانية و العنف : و قد يصل إلى التخريب و الإنتقام
- 5- قد ينشأ الإكتئاب و الإنسحاب : و يؤدى إلى الشفقة على الذات
- 6- يؤدى إلى إتهام الله : أنه غير عادل و لا يبالى و لا يقضى للمظلوم ((و كل هذا يؤدى إلى مزيد من التخبط و الإحباط و الفشل و اليأس ..))

## كيف نكتشف جراحنا أو متاعبنا الدفينة:

لنسأل أنفسنا هذه الأسئلة : "أطلب فحص الروح القدس لك"

س1: هل نعانى من بعض المشاعر الاتية :  
الخوف - الشفقة على الذات - الإحباط - الغضب و الاحتداد - الميل للعزلة و  
و الإكتئاب

س2: ما هو مدى تأثرك بالمواقف الصعبة؟ و ما هو رد فعلك تجاهها ؟  
( العصبية - الخوف أو الانزعاج - الانهيار ) - إقرأ (1كو4: 11-12)

س3: هناك شخص معين تحس بالاستياء منه أو بعدم تقبله؟  
س4: هل يحدث لك أي نوع من الانفعالات عندما تتذكر شخص معين أو موقف معين أو حادثة أو  
موضوع معين؟

س5: هل تحس بالمسؤولية (تلوم نفسك) .. أم تلقى بالمسؤولية على الآخرين (تلوم  
الآخرين) تجاه خطأ معين أو مشكلة معينة في حياتك؟

س6: هام جداً: هل نجحت فى تكوين علاقة مع الله و مع الاخرين ؟  
الإجابة على هذه الأسئلة بأمانة فى محضر الرب يساعدك بمعونة الروح القدس  
لإكتشاف ما هى متاعب أو الجراح بداخلك ..

### ضرورة الشفاء:

نعم من الضرورى جداً نوال النفس شفاءً من جراحها الداخلية لأنها لن تتقدس  
الحياة بدون شفاء للنفس و علاجها  
"فنحن لا نستطيع أن نعيش حياة روحية سليمة (مقدسة) بنفوس مريضة"  
"الأب متى المسكين"

### كيف السبيل إلى الشفاء الداخلي :

## [1] أستخرج أمراضك و شاعرك الجريحة...

و أستقبل شفاء من جراح المحب

فى محضر الرب افتح قلبك و عبر عن متاعبك و أخرج كل ما يضايقك .. أخرج المرارة ..  
أخرج إحساسك بالظلم .. أخرج مخافةك .. فشلك و إحباطك .. إحساسك بالعجز .. لا تخفى  
عن أبوك السماوى ألامك أو دموعك .. أبكى فى حضنه الأبوي فهو خير من يحس بك ..  
"أسكب أمامه شكوى .. بضيقى قدامه أخبر .." (مز142: 2)

شارك أحد الأصدقاء المخلصين أو المرشدين الروحيين الأمناء مشاعرك و صارحه بسقطاتك و  
شاركه مشاعرك الجريحة .. و أقبل نصائحه الأمانة المخلصة ...

والأهم أن تعترف وتقبل الشفاء من جراح المحب ...  
يسوع مكتوب عنه : "فى ما هو قد تألم مجرباً يقدر أن يعين المجربين" (عب2: 18)

1- إن كنت تعانى من الإحساس بالذنب

"يسوع جرح لأجل معاصينا .. و سحق لأجل أثامنا" (أش 53 : 5)

-2 **إن كنت تعاني من الإحساس بالرفض**  
" يسوع لأجلك صار محتقر و مخزول (مرفوض) من الناس" (أش 53 : 5)

-3 **إن كنت تعاني من الإحساس بالظلم**  
" يسوع لأجلك ظلم أما هو فتذلل و لم يفتح فاه" (أش 53 : 7)

-4 **إن كنت تحس بالنقص فى حياتك**

تذكر وعد الرب لك :

و اله كل نعمة الذى دعانا إلى مجده .. بعد ما تأتمم يسيراً هو يكلمكم و يثبتكم و يقويكم و يمكنكم - (1بط 5 : 10)  
" يسوع الذى جرح لأجلك .. جراحه فيه قوة للشفاء " و بحبره شفينا"  
يسوع الذر تألم لأجلك يستطيع أن يشفى و يخفف آلامك ..  
يسوع الذى جرح لأجلك يستطيع أن يشفى جراحك ..

## [2] أغفر للذين أساءوا إليك :

لاحظ أن الغفران عمل إرادي يتبعه التأثير العاطفي  
و في (مت 18: 21- 35) يوضح لنا الرب حقيقة و أهمية الغفران للآخرين ...

\* عندما تذكر المتسببين فى جراحك أطلق لهم الغفران من قلبك .  
و إن لم تستطيع : صلى و أطلب المعونة لتستطيع أن تغفر و تسامح من قلبك و تنسى الإساءة.

\* ليكون غفران الله لنا هو دافع  
غفراننا للآخرين : فكما ان الله نسامح نحن الآخرين بالقليل

\* إن لم تغفر للآخرين غفران كامل  
فلم تستطيع أن تتمتع بغفران الله الكامل ...

\* إذا وجدت أنه قد تغلبت عليك مشاعر القسوة و الإدانة و المرارة الداخلية .. و لم تستطيع أن تغفر

للآخرين بسبب جرح عميق أو ظلم أو ضرر شديد .. فالعلاج :  
أتضع أكثر أمام الله فى عرش النعمة .. و أخرج جراحك و أرفض الاستسلام لها .. و أطلب المعونة و أعلن ضعفك و عجزك .. و ستأتيك القوة و المعونة من الله ما دمت مخلصاً فى نية الغفران ..

و في (مت 5: 44) "أحبوا أعداءكم .. باركوا لاعينكم .. و صلوا لأجل اللذين يسيئون إليكم" فإذا لم تستطع أن تحب و تبارك .."

صلى و بارك عندئذ تستطيع أن تحب حتى أعداءك ...  
(حقاً إن الغفران يجلب الشفاء)

### [3] أغفر لنفسك و أستقبل حب و غفران الأب السماوي :

- مفتاح الغفران لنفسك :  
" صدق أن الله قد غفر كل خطاياك فى الصليب و هو لا يعود يذكرها فيما بعد "

- كما نرى فى (عب8 : 12)  
" لأنني أكون صفوحاً عن أثامهم و لا أذكر خطاياهم و تعدياتهم فيما بعد "

- و فى قصة المرأة الخاطئة (يو8 : 11)  
" يا امرأة اما دانك أحد ... و لا أدینك أيضاً ... "

\*\* حين تجد نفسك إمتلئت بالإحساس بالذنب  
و ناقم على نفسك و غير قادر أن تغفر نفسك بسبب خطأ معين أو فشل معين فى حياتك  
... فلا  
تكون قاسياً مع نفسك .. و لا تستسلم لمشاعر الذنب و الندم و الإحباط بل :

#### \* تذكر:

- 1- إن كان الله غفر كل خطاياك و سامحك عنها فبالأولى كثيراً أن تغفر أنت لنفسك .
- 2- إن الله يستطيع أن يحول الشر إلى خير .. و الفشل إلى نجاح.  
فافتح صفحة جديدة .. و باباً جديداً للأمل و الرجاء ..
- 3- أنه يجب أن تقبل بشكر و خضوع أيضاً مشيئة الله فى حياتك بكل ما فيها .
- 4- تمتعك بحب و غفران الأب السماوي يطرد داخلك الإحساس بالذنب أو الخوف أو عدم الأمان أو الشفقة على الذات.

#### \* تحذر:

- من التمرکز حول الذات لأنه يحزن روح الله الساكن فينا و يعطل عمله .
- من الإستسلام للرتاء للنفس أو الشفقة على الذات فهو مدمر .
- من محاولة كسب شفقة الآخرين و الإستسلام فإنه يغلق باب الشفاء .

#### \* تحول:

من التفكير فى نفسك و أخطاءك إلى التفكير فى الرب و صفاته العظيمة و معاملته الطيبة  
تأمل محبته - رحمته - أمانته - رعايته - قدرته الفائقة - حكمته السرمدية - و أمتلى بروح  
الحمد و الشكر و التسبيح للرب فهذا سيفتح قلبك لقبول حبه و غفرانه .

#### \* أطلب :

مسحة الروح القدس للشفاء .. ذاك الروح المعزى الشافى الذى يمكث معنا إلى الأبد (يو14 : 16)

تعزية الأب المحب .. أبو الرأفة و إله كل تعزية الذى يعزينا فى كل ضيقنا (2كو1 : 3-4)  
رفقة المسيح لحياتك .. عالماً " أنه بالمسيح أيضاً تكثر تعزيتنا" (2كو1 : 5)

### [4] تجديد الذهن :

وهو له شقين أو اتجاهين هامين هم :

- أ- تفرغ الأفكار السلبية
- ب- ملئ الذهن بالأفكار الإيجابية

## - أ- تفرغ الأفكار السلبية:

وهى الأفكار و المفاهيم المشوهة عن الله .. عن الآخرين - و عن النفس أيضاً

### -1 بالنسبة لله :

قد يكون إبليس نجح عن طريق صدمات - أو خبرات سابقة سلبية أو علاقات مريضة أو معاملة قاسية خاصة من الوالدين فى فترة الطفولة أن يرسم فى أذهاننا صورة مشوهة عن الله و حاول أن يثبت تلك الأفكار داخلنا مثل :

. الله غير معروف و لا يمكن الثقة فيه أو الإعتماد عليه .  
. الله لا يبالي و لا يرحم في الظروف الصعبة .. و لا يسمع و لا أجده وقت الحاجة .  
. الله بعيد و لا أستطيع الوصول إليه .. وهو عطاياه مشروطة و لا يمكن إرضاءه .  
. الله لا يرى الظلم .. أو أنه ظالم و متحيز و غير عادل ...

وهى اتهامات خطيرة ربما لا يستطع الشخص التعبير عنها أو إعلانها جهارة و لكنها تظهر فى صورة غضب و ثورة داخلية و تساؤلات كثيرة .. أين الله .. هل يرى ما يحدث .. و إن كان يرى لماذا يقف صامتا .. لماذا لا يتدخل و يفعل شيئاً .

### -2 بالنسبة للآخرين :

قد يكون نجح إبليس عن طريق الاحتكاكات أو المصادمات مثل ما يحدث مع الأب أو الأم و أحد الأبناء .. أو بين الأصدقاء أو الزملاء فى المدرسة أو العمل .. أو بين الأقارب أو الزوجين أو الخطيبين أو حتى بين المؤمنين و الخدام أن يرسم صورة مشوهة فى ذهنك عن الآخرين :

. الآخرين ممثلين أنانية .. محبين لذواتهم .. و ماكرين ..  
. الآخرين يطلبون ما لأنفسهم فقط و استغلاليين يستغلوننا لتحقيق مصالحهم .  
. الآخرين لا يراعون مشاعرنا بل يتصفون بالقسوة و العدوانية و دائماً يجرحوننا .  
. الآخرين غير أمناء و لا يمكن الثقة فيهم أو إنتمائهم على حياتنا و أسرارنا ..  
. الآخرين غير محبين و غير مخلصين و غير مضمحين ..

و يسعى إبليس كى يثبت هذه الأفكار السلبية فى أذهاننا فيشوه صورة الآخرين أمامنا و هذا يؤدي إلى علاقات سلبية معهم تؤدي إلى انفصالنا عنهم و بدأ نكون فريسة للعدو و الوحدة و الخوف و القلق و الضيق .. و تؤدي إلى عدم الإحساس بالأمان و تؤدي إلى تعطل حياة الشركة بين المؤمنين ... (و إبليس يجتهد أن يزرع خصومات بين الأخوة)

### -3 بالنسبة للنفس :

و يحاول إبليس أيضاً أن يرسم لك صورة سيئة عن نفسك و يحاول أن يقنعك بذلك لكى تظل أسير التخبط و الفشل طول العمر و قد يكون نجح فى زرع هذه الأفكار المشوهة عن نفسك و هى :

- 1- أفكار الضعف و العجز الناتجة من صغر النفس و الإحساس بعدم الكفاءة.
- 2- أفكار الإحباط و اليأس الناتجة من تجارب فشل سابقة ..
- 3- أفكار خاطئة أنك غير محبوب و غير مرغوب فيك و أنك لا تستطيع أن تقيم علاقات قوية مع الآخرين . نتيجة تجارب الرفض و عدم القبول و خاصة فى الصغر .
- 4- أفكار سلبية عن إمكانية قيامك بالمسئوليات و قدرتك على النجاح .. وهو دائماً يطاردك بمشاعر الخوف من الفشل .

## و هذه الأفكار السلبية أو المشوهة عن الله - الآخرين - النفس تحتاج:

- 1- أن نطرد هذه الأفكار أو المفاهيم السلبية و المشوهة .
- 2- نرفض التجاوب مع أفكار إبليس الذى يريد أن يثبت هذه الصورة المشوهة عن

الله و عن الآخرين و عن أنفسنا .

و لكى لا نكون عرضة أن يعاودنا إبليس بأفكاره السلبية و المشوهة لا بد أن :

\*\* نفرغ الأفكار السلبية و المشوهة.

\*\* نملئ أذهاننا بالأفكار الإيجابية عن الله - و عن الآخرين - و عن نفسك.

### ب- الامتلاء بالأفكار الايجابية:

وهى أفكار الله المعلنة لنا من خلال كلمته الحية فى كتابنا المقدس و أهم الأفكار:

1- أنت محبوب و مقبول من الرب .. و أنت رعيته و خاصته : (أش1 : 43-5)  
ع5 : لأنك صرت عزيزا فى عيني مكرما و انا قد أحببتك ..

2- أنت فى نظر الرب جبار بأس تصنع خلاصا: (قض6: 11-16)  
الرب يقول لجدعون "الرب معك يا جبار البأس .. أذهب بقوتك هذه و خلص الشعب"

3- أنت لك من الرب خطة عظيمة لحياتك: (أف2 : 10)  
"نحن عمله مخلوقين فى المسيح يسوع لأعمال صالحة قد سبق الله و أعدها لكى نسلك فيها"

4- الرب إلهك و إله التعويض رأى دموع و آلامك وهو سيعوضك :  
\* (يؤ2 : 25) "وأعوض لكم السنين التى أكلها الجراد..."  
\* (أش60 : 1-3) "قومى و أستنيرى لأنه قد جاء نورك .. و مجد الرب أشرق عليك"  
\* (أش60 : 15-22) "عوضا عن كونك مهجورة و مبغضة .. أجعلك فخرا أبديا"  
\* (أش61 : 3) "و أعطيتهم جمالا عوضا عن الرماد .. و جهن فرح عوضا عن النوح و رداء تسبيح عوضا عن الروح اليائسة" .

حقا أن كلمة الله فيها الشفاء و العزاء .  
كما هو مكتوب "أرسل كلمته فشفاهم" (مز107 : 20)  
وهى تصل إلى أعماق القلب و مفارق النفس و تشفى الأعماق  
"لأن كلمة الله حية و فعالة و أمضى من كل سيف ذى حدين و خارقة إلى مفرق النفس و الروح  
و المخاخ و مميزة أفكار القلب و نياته" (عب4 : 12)  
و كما هو هام جداً شفاء النفس للوصول لحياة القداسة .  
كذلك هام جداً موت الذات .

## [5] ثانياً : موت الذات :

### - الذات :

تعنى سطوة و سلطان النفس و تمسكها برغباتها و أفكارها و تمسكها بالقيادة .  
موت الذات يعنى فقد سلطان و سطوة الذات و موت رغباتها و أفكارها و إخضاعها و تسليم القيادة و السلطان للروح.

### - الإنسان العتيق :

هو إنحياز النفس إلى رغبات الجسد و شهواته و أفكاره و تتحد به و تستمد حريتها و كبريائها  
و سلطانها من الإتحاد به ..

### - حكم الله على الذات :

هو الموت أو الخلع

في (رو6 : 6) - "عالمين هذا أن إنساننا العتيق قد صلب معه"  
وفى (أف4 : 22) - "أن تخلعوا من جهة التصرف السابق الإنسان العتيق الفاسد بحسب شهوات الغرور و تلبسوا الإنسان الجديد ..

**وهنا حقيقة هامة رقم (1) :**

\*هي أن عملية الإماتة بدأت فى الصليب "قد صلب معه"  
و فى (غلا2 : 20) يقول "مع المسيح صلبت فأحيا لا أنا بل المسيح .."  
\*و هي أيضاً مستمرة بأن تخلعوا بلغة الحاضر -> فعل حاضر  
و فى (2كو4 : 10-12) "حاملين فى الجسد كل حين إماتة الرب يسوع لكي تظهر حياة يسوع أيضاً فى جسدنا .." إذا الموت يعمل فينا (استمرارية إماتة للجسد ..)

**عملية إماتة الذات :-** ليس إختبار لحظى مثل الخلاص أو الميلاد الثانى أو التجديد ولكنها : عملية بدأت فى الصليب إذ كنا فى المسيح و صلينا معه .. و كذا تبدأ فعلياً فى حياة الإنسان عندما يكشف له الرب هذه الحقيقة و يخضع للرب و تتحد إرادته مع إرادة الرب لموت الذات .. و تستمر باستمرارية خضوع الإنسان للروح القدس و حكم الإنسان على ذاته بالموت ..

**و هناك حقيقة هامة رقم (2) :**

الله يرفض أن تكون الذات مركز حياة الإنسان أو مركز مشغوليته و إهتمامه بل يريد أن يكون هو المركز لحياة الإنسان ...

**دلائل أن الذات هى مركز حياة الإنسان :**

أ- الإنسان يحب عمله : عندما يحقق ذاته - فيكون مصدر نجاحه - و العكس صحيح فإذا لم ينجح فى عمله و يحقق ذاته يكره عمله  
ب- الإنسان يحب الآخرين : عندما يقال المدح و الكرامة منهم و العكس صحيح فهو يتألم و يكره الآخرين عندما يجد الإهانة و الجروح  
و هذه صورة الإنسان الطبيعي و ليس الروحي أى الذي يعيش و مركز حياته ذاته و ليس الله ..

**و هناك حقيقة هامة رقم (3) :**

**أ- لن يحدث تغيير حقيقي فى حياة الإنسان ما لم تموت الذات فيه**  
فى (غلا2 : 22) مع المسيح صلبت - النتيجة : أحيا لا أنا بل المسيح يحيا فى  
و فى (رو6 : 6) إنساننا العتيق قد صلب معه - النتيجة : لبيطل جسد الخطية  
و فى (2كو4 : 16) و إن كان إنساننا الخارج يغنى - فالنتيجة : الداخلى يتجدد يوماً فيوماً ..

**ب- لن يحدث ثمر حقيقي فى حياة الإنسان ما لم تموت الذات فيه**  
فى (يو12 : 24) إن لم تقع حبة الحنطة فى الأرض و تمت فهي تبقى وحدها و لكن إن ماتت تأتى بثمر كثير .. و فى (2كو4 : 12) إذا الموت يعمل فينا و لكن الحياة فيكم ....

**\*\* كيف نكتشف حقيقة أنفسنا :**

لنسأل أنفسنا دائماً :

س1 : هل ترتاح للمديح و التكريم .. ؟  
و هل تتضايق من الأزدراء و الإهمال ؟

س2 : هل تحكم على ذاتك و تتحد مع مشيئة الله و معاملاته لإماتتها ..  
أم أنك تشفق على ذاتك و تترثى لحالها ...؟

**و أخيراً :**

السؤال الهام : كيف نخلع الإنسان العتيق (تموت الذات) .. ؟

هناك 7 خطوات هي :

- 1- إدراك الحق و تصديقه : "مع المسيح صلبت" ... (غلا 2 : 20)  
"إنساننا العتيق قد صلب" ... (رو 6 : 6)
- 2- قبول كامل لمعاملات الله و تأديبه .. (عب 12 : 10)

حتى لو كان ذلك بالألام :

- فقد يستخدم القهر و الظلم للموت عن الكرامة
  - و قد يستخدم الفقر و المرض للموت عن الرغبات
  - و قد يستخدم الفشل للموت عن الأفكار و الحكمة البشرية
- 3- عدم وضع العراقيل أمام الله لإتمام عملية فينا ...

مثل : الفرار من الضيق بالكذب أو الرشوة .. أو القضايا .. و الشكوى ..

- 4- عدم تزييف عمل الله بالتظاهر بموت الذات ...  
مثال :- ادعاء الإلتضاع و التظاهر بالروحانية  
المغالطة الروحية -> نركز بالصليب و الألام  
و نحن لا نقبل طريق الصليب و لا إحتمال الألام ...

- 5- عدم التسرع فى حمل المسؤولية :  
يجب عدم حمل المسؤولية الروحية قبل التأكد من حياة القداسة :  
أ- بموت الذات  
ب- بالامتلاء من الروح القدس

\* ملحوظة هامة : التسرع بحمل المسؤولية بدون حياة القداسة بكل تأكيد يعود بالخسارة على المسيح و على الكنيسة فوجود الذات فينا يحول كل استنارة و عمل النعمة إلى دعاية لتمجيد الذات و هذا ما يرفضه الله بشدة لأنه يغار على مجده فينا ...

- 6- الخضوع المستمر بلا ملل أو فشل :  
لسلطان كلمة الله بعمل الروح القدس لكشف أعماقنا و تطهيرها (عب 4 : 12)
- 7- كن ساهرا منتبها ماثرا فلا تعطى فرصة للذات أو الإنسان العتيق لينشط محاولا أن يسترد مكانه و قيادته .. فالأمر يحتاج إلى ثبات و استمرارية و لا تنسى :  
(رو 6 : 19) "الآن قدموا أعضاءكم (عضو عضو) عبيداً للبر للقداسة" .. أمين



www.hamsat-haya.org