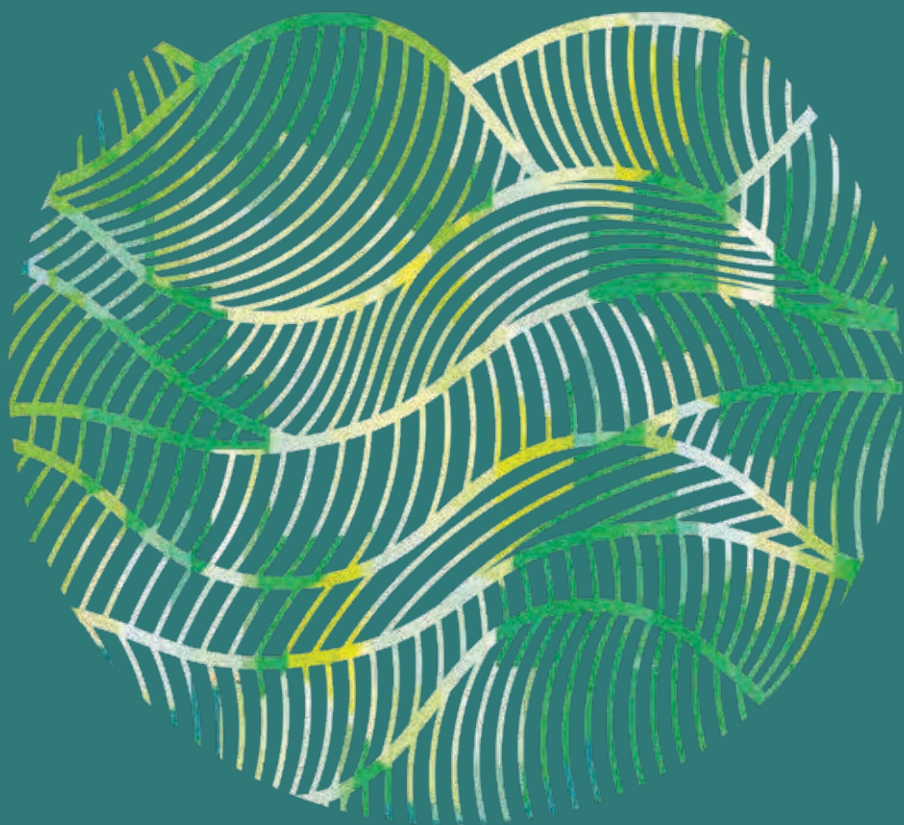


כשכל העולם שלך
משתנה



כשכל העולם שלך משתנה

בניית המשאבים הרוחניים שלך
בתקופות של חוסר וודאות

תוכן

מה קורה עכשיו?

חוסר וודאות- מובטח	יום טז
הדכדוך מתחיל לעזוב	יום יז
לא אותו אדם	יום יח
למצוא שמחה בחיים	יום יט
להתקדם קדימה	יום כ
שביעות רצון	יום כא
אהבה נדיבה	יום כב
שיתוף נחמה	יום כג
המתנה לעזור	יום כד
לאהוב אחד את השני	יום כה
לבחור לסלוח	יום כו
החיים במלאותם	יום כז
התקווה חוזרת	יום כח
לחיות טוב	יום כט
כוח למחר	יום ל
האסון הזה שינה לנו את העולם	

תעזרו לי!	יום א
מרגישים פגיעים	יום ב
לא עוד!	יום ג
האם אלוהים מעניש אותנו?	יום ד
דמעות שלא מפסיקות	יום ה
מי מבין?	יום ו
האם אלוהים באמת טוב?	יום ז
לבד בצער	יום ח
ביטחון בכאוס	יום ט
הצורך בקהילה	יום י
כעס	יום יא
מנותק מאלוהים?	יום יב
בלתי נפרד!	יום יג
להעז לקוות!	יום יד
מרגיש תקוע	יום טו

מעטים מאיתנו התמודדו עם משבר כזה. רובנו לא היינו צריכים להתמודד עם שינויים דרמטיים לשגרות היומיומיות שלנו. לא עמדנו בפני אי הוודאות של שינוי בנסיבות ובקנה מידה כזה.

אסון זה משפיע על כל מחשבה שיש לנו, על כל החלטה, וכל פעולה בכל רגע של היום. אין לנו מושג מה מחר עשוי להביא, אנו עשויים לתהות אם הסיפורים שאנו רואים בטלוויזיה היום יהפכו לסיפור שלנו מחר.

באמצע סערה כזו, אנו מייחלים לנוחות, יציבות ולתקווה. כתבי הקודש, דבר אלוהים לאנושות, הם סיפורו של אהבתו הנאמנה של אלוהים לכל אחד מאיתנו בכל הנסיבות. זה יכול להיות עידוד גדול בתקופות שכאלה וזה נותן קול לכעס שלנו, לכאב הלב, לפחדים ולתקוות שלנו. זה מנחם אותנו היום ומחזק אותנו למחר. זה עוזר לנו לראות מעבר למאבקים המיידיים שלנו לתקווה הנצחית שאלוהים מביא לכל החיים.

קריאות יומיומיות אלה חוקרות כמה מהרגשות הנפוצים והמחשבות שאנו עשויים לחוות בעקבות אסון.

כל פרק בעלון כולל שאלה או מחשבה בהשראת ניצולי אסונות ומשברים, פסוקים לקרוא מכתבי הקודש, ועידוד לעזור לך להתמודד עם האתגרים החדשים של חיי היומיום. הפרקים מסתיימים עם מחשבה או שאלה שתוכל להמשיך ולזכור שכשאתה עובר את היום שלך ולהשתמש בתור הנחיה לכתיבה ביומן או בתפילה שלך.

שאלוהים יברך אותך וישמור אותך רגע אחר רגע, יום ביום, כשאתה מבקש לעקוב אחרי ישוע בנאמנות גם כאשר כל העולם שלך משתנה.

מה קורה עכשיו?

כאשר מתרחש אסון גדול, היכולת שלנו להתמודד איתו עולה במהירות. השילוב של צורך מאסיבי ומעט זמן להתכונן משתק ממשלות ומערכות בריאות מלתת תגובה אפקטיבית, וגורם למתח ולחץ על התשתית שמספקת מוצרים ושירותים חיוניים.

ברמה האישית אנו נאבקים למצוא את דרכנו דרך הבלבול, הפחד והאובדן הכואב שבא עם המשבר הזה.

כולנו ראינו חדשות על אסונות. התמונות והקולות של אזורי רעידת האדמה, שיטפונות, אנשים חמושים בקונפליקט, רעב ומגיפות מעניקים לנו תמונה מורכבת של הכאוס. אבל הם לא מתחילים להעביר את האי וודאות, האובדן והכאב שהאירועים הללו מביאים לחיי האנשים שנפגעו.

התמודדות עם מה שעומד לפניך עשויה לקחת כל חלק מהכוח והיכולת שלנו - ועוד יותר.

אנחנו לא לבד כשאנחנו מרגישים עייפים, חלשים או לקויים. היו גם אחרים שהצטרפו לעזרה בתקופות קשות. הקטעים הבאים מספר תהילים נכתב על ידי המלך דוד, אדם שהיה מוכר מאד עם סבל וכאב לב. אולי הוא מתאר כמה מהרגשות שאתה חווה:

חַנְּנִי יְהוָה כִּי צָר־לִי עֲשֵׂשָׁה בְּכַעַס עֵינַי, נַפְשִׁי וּבְטָנִי: כִּי כָּל־
בְּגֹן חַיִּי וּשְׁנוֹתַי בְּאַנְחָה כָּשַׁל בְּעוֹנֵי כַחִּי; וַעֲצָמֵי עֲשָׂשׁוּ: בְּרוּךְ
יְהוָה; כִּי הִפְלִיא חֶסֶדּוֹ לִי, בְּעִיר מְצוּרָה: וְאַנִּי אֲמַרְתִּי בְּחַפְזִי,
נִגְרַזְתִּי מִנֶּגֶד עֵינֶיךָ אֲבוֹ, שְׁמַעַתָּה קוֹל תַּחֲנוּנֵי, בְּשִׁעֵי אֲלִיף.
תהלים פרק לא: ט - י, כא - כב

מה תרצה לומר לאלוהים על האסון שחווית
וההשפעה שלו עליך היום?

תעזרו לי!

שמעתי שלשרוד אסון יכול להיות רע, אבל מעולם לא דמיינתי שזה יהיה ככה בשבילי, בשביל משפחתי והקהילה שלי.

זה הרבה יותר גרוע ממה שציפיתי.

גם אם אנחנו עושים הכל נכון, אני לא יכול להיות בטוח שהאנשים שאני הכי אוהב יהיו בטוחים.

מה עלי לעשות עתה?

היכן אוכל למצוא עזרה?



אנחנו לא יודעים מתי - או אם - חיינו יחזרו לקדמותם. עבור רבים מאיתנו, חוסר הוודאות הזה לא מרגיש טוב.

יום ב

כאשר אנו רגילים להיות תלויים ביכולת ובכוח שלנו להרגיש בטוחים, אנו עשויים להרגיש פגיעים במיוחד כאשר אסון לוקח את השליטה הזו. אבל בעוד שאין לנו את הכוח לעזור לעצמנו, אלוהים, בורא השמים והארץ, נשאר חזק וטוב.

אנו נעשים חזקים כאשר אנו מתחברים לאלוהים, הוא שמעניק כוח וחיים ליקום:

אהב צדקה ומשפט; חסד יהוה, מלאה הארץ: בדבר יהוה שמים נעשו; וברוח פיו, כל צבאם: פנס כנוד מי הים; נתן באצרות תהומות: יראו מיהוה כל הארץ; ממנו יגורו, כל יושבי תבל: כי הוא אמר ויהי; הוא צוה, ויעמד: נפשנו חפחה ליהוה; עזרנו ומגננו הוא: כיבו ישמח לבנו; כי בשם קדשו בטחנו: יהי חסדך יהוה עלינו; כאשר יחלנו לך: תהילים לג: ה - ט, כ- כב

לא ניתן להמעיט בכוחו ובטובו של האל הכל יכול שלנו בגלל כל אסון שפוקד אותנו.

באילו אזורי פגיעות תבטח באלוהים שיהיה העזר והמגן שלך?

מרגישים פגיעים

כל כך הרבה קרה - ודברים ממשיכים לקרות.

אני לא יכול לעצור את ההתקפה של החדשות הרעות. אני אפילו לא יכול להגן ולספק לבית שלי ולמשפחתי.

אני מרגיש כל כך חסר כוח ופגיע.

העולם כבר לא נראה בטוח.

סיבה אחת שאסונות מפחידים היא בגלל שהם מעבר לשליטתנו. אנו אולי יודעים מה כן קורה, אבל אנחנו לא יודעים איך זה ישפיע עלינו או כמה זמן ייקח להתאושש.



פשוט לעשות את הפעילויות היומיומיות שלנו מזכיר לנו את מה שאיבדנו ואת חוסר הוודאות של המחר. להתאבל על האובדן הזה ולהתמודד עם הפחדים שלנו, מתיש רגשית. לא פלא שאנחנו מרגישים מוצפים!

אבל אנחנו יכולים להיות בטוחים בכך: אלוהים שומע את מצוקתנו ומציע לנו את נוכחותו.

הַאֲזִינָה אֱלֹהִים תְּפִלָּתִי; וְאַל־תִּתְעַלֵּם, מִתְחַנְּתִי: הַקְשִׁיבָה לִי וְעֲנֵנִי; אֲרִיד בְּשִׁיחִי וְאֶהְיֶמָה: לִבִּי יִחִיל בְּקִרְבִּי; וְאִימוֹת מוֹת, נִפְלוּ עָלַי: יִרְאַה וְרַעַד יְבֹא בִּי; וְתִכְסֵנִי, פְּלִצוֹת: וְאָמַר, מִי־תִתְּנֵלִי אֲבִר כִּי־נָה, אֶעֱוֹפָה וְאֶשְׁכְּנָה: הִנֵּה אֲרַחֵיק מִדָּד; אֲלֵיךְ בְּמִדְבַר סָלָה: אֲחִישָׁה מִפְּלֵט לִי; מְרוּחַ סַעָה מִסַּעַר: אֲנִי אֶל־אֱלֹהִים אֶקְרָא; וַיהוָה, יוֹשִׁיעֵנִי: עֲרַב וּבָקֵר וְצַהֲרִים אֲשִׁיחָה וְאֶהְיֶמָה; וַיִּשְׁמַע קוֹלִי: תְהִלִּים נָה: א - ב, ד - ח, טז - יז

באילו דרכים אתה מחפש שאלוהים יהיה המפלט והכוח שלך במהלך זה בזמן צרה?

לא עוד!

זהו מספיק! אני לא יכול להתרכז בכלום.

כל כך קשה לזכור מה אנשים מנסים להגיד לי. אני מותש לגמרי, אבל אני לא יכול לישון. אני מרגיש בחילה ואני לא יכול לאכול.

אני עצבני על כולם וחסר סבלנות לגבי הכל. אני רק רוצה שהכל ייעלם!

התמודדות עם אסון או משבר קשה בכל כך הרבה מובנים. כל חלק בחיים עלול להיות מופרע בגלל מה שקורה. הדרך הרגילה שלנו לעשות דברים כבר לא עובדת. לעשות משהו הוא אתגר, ויש כל כך הרבה מה לעשות שאנחנו לא יודעים מאיפה להתחיל.

לנסות להבין את הכל זו עבודה קשה מאוד.



דמעות שלא מפסיקות

אני מוצא את עצמי בוכה ברגעים בלתי צפויים.

זה מספיק גרוע כשאני לבד, אבל כשאני בוכה ליד אנשים אחרים, אני מרגיש חלש ונבוך. אני מרגיש שאני צריך להסביר את עצמי, אבל רוב הזמן אני לא יכול.

אני פשוט מרגיש עצוב ומתוסכל בצורה בלתי נסבלת.

זה לא יוצא דופן לחוות רגשות עמוקים של צער, ייסורים או רגשות אחרים במהלך משבר.

הבעת רגשות אלו, כולל בכי, יכולה להיות חלק בריא מההתמודדות וההתאוששות מכל מה שקורה. ובגלל אהבתו הגדולה של אלוהים אלינו, אנחנו לא צריכים לשמור את הרגשות האלה לעצמנו; אנחנו יכולים לחלוק בבטחה את כל כאב הלב שלנו עם אלוהים.



אלוהים מבין לעומק את מציאות הסבל האנושי ומזמין אותנו לזעוק אליו כאשר אנו סובלים.
כשאנחנו כועסים, אלוהים מרגיש את הכאב שלנו.

כשאנחנו מתאבלים, אלוהים מתאבל איתנו.

יום ה

שום אסון או מצוקה רגשית אינם מעבר להישג ידו ואהבתו הגואלת.

צַעַק לְבָבִי אֶל־אֲדֹנָי; חוֹמַת בַּת־צִיּוֹן הוֹרִידִי כִּנְחַל דְּמָעָה יוֹמָם וְלַיְלָה, אֶל־תִּתְּנִי פּוֹגַת לֶךְ, אֶל־תִּדְּם בַּת־עֵינַי: קוּמִי רַבִּי בְּלִיל (בְּלִילָה), לְרֹאשׁ אֲשֶׁמְרוֹת, שִׁפְכִי כַּמִּים לְבָר, נִכַח פְּנֵי אֲדֹנָי; שְׂאִי אֶלְיוֹ כַּפְיִךְ, עַל־נַפְשׁ עוֹלְלִיךְ, הַעֲטוּפִים בְּרָעַב בְּרֹאשׁ כָּל־חוֹצוֹת:

עֵינֵי נִגְרָה וְלֹא תִדְמָה מֵאִין הַפְּגוֹת: עַד־יִשְׁקִיף וְיֵרָא, יְהוָה מִשָּׁמַיִם:

קְרָאתִי שְׁמֶךָ יְהוָה, מִבּוֹר תַּחְתִּיּוֹת: קוּלִי שְׁמַעְתָּ; אֶל־תַּעֲלֵם אֲזַנְךָ לְרוֹחֹתֵי לְשׁוֹעֲתֵי: קִרְבַּת בְּיוֹם אֶקְרָאָךְ, אֲמַרְתָּ אֶל־תִּירָא: **איכה ג: פרק ב: יח - יט: ג: מט - נ, נה - נז**

אלוהים נמצא לצידם של הסובלים. אנחנו יכולים לסמוך עליו שיתקרב כשאנו שופכים אליו את הכאב שבליבנו.

מהי תפילת ההודיה על כך שאלוהים נוכח בתוך הכאב שלך?



מי מבין?

חשבתי שאולי הדברים מתחילים להשתפר קצת. אבל החדשות היום לא היו טובות אני כל כך מיואש ומותש מכל הבלגן.

אני לא רוצה לשמוע או לראות דיווח חדשות אחר.

אני לא צריך תזכורות שזה יכול להיות גרוע יותר.

אני לא רוצה שעוד פרצוף מחייך יגיד לי שלעבור בתוך זה יבנה את האופי שלי ויאחד אותנו כעם.

הם לא מבינים איך זה בשבילי.

זה נכון, אף אחד מאיתנו לא יודע או מבין איך אדם אחר מתמודד עם האסון הזה.

אולי אנחנו רוצים לעזור ולעודד אחד את השני, אבל לעתים קרובות אנחנו לא יודעים איך. לכן, מבלי להקשיב באמת, אנו עלולים להשמיע הצהרות בלתי מספקות, עם תיקון מהיר, אשר מלוות תסכול וכאב יותר מאשר נחמה.

אבל יש מישהו שמכיר אותך מקרוב ואוהב אותך מעבר למה שאתה יכול לדמיין. הוא יודע עליך כל פרט - כל רגש ומחשבה: מתוך הבנה מלאה של כל צורך שלך, הוא מזמין אותך לבוא אליו:

בואו אלי כֹּל הַעֲמִילִים וְהַעֲמוּסִים וְאֲנִי אֶמְצֵא לָכֶם מְנוּחָה.
קחו עליכם את עלי ולמדו ממני, כי עֲבַן אֲנִי וְנִמּוּךְ רוּחַ; תִּמְצְאוּ
מְרֻגָע לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם, כִּי עָלִי נָעִים וְקָל מִשְׂאֵי
מתי פרק יא: כח - ל

דבריו ונוכחותו מציעים נחמה אמיתית למי שמחפש אותו:

לִמְנַצֵּחַ לְדוֹד מְזֻמּוֹר; יְהוָה חִקְרַתְנִי, וַתִּדְעַ: אַתָּה יָדַעְתָּ שִׁבְתִּי
וְקוּמִי; בְּנִתָּה לְרַעִי, מִרְחוֹק: אֲרַחֲנִי וְרַבְעִי זְרִיתִי; וְכַל־דַּרְכֵי
הַסִּבְנָתָה: כִּי אֵין מְלָה בְלִשׁוֹנִי; הֵן יְהוָה, יָדַעְתָּ כְּלָה:
תהלים קלט: א - ד

האם לא תרגיש הקלה לדעת שאתה מוכר ומובן ושאתה יכול למצוא מנוחה בעיצומה של העייפות שלך? אתה לא צריך לשאת את הנטל הזה לבד.

האם תבטח באלוהים שיכיר אותך וייתן לך מנוחה?



○ אנחנו רוצים לדעת מי אשם, למה התרחש המשבר, מה אפשר
 ○ היה לעשות כדי למנוע אותו, מה עוד אנחנו יכולים לעשות כדי
 ○ לעצור אותו, ומה אלוהים עושה בתוך כל זה.

○ לשאול את השאלות הקשות זה כואב, במיוחד כשאנחנו באים
 ○ ריקים ומתחילים לפקפק באופיו ובפועלו של אלוהים במה שקורה.

○ אנחנו לא לבד בזאת. כשאויב איבד את ילדיו, רכושו ובריאותו,
 ● יום ז הוא כאב את מה שקרה לו. הוא הגן על היושר שלו, הוא שאל את
 ○ אלוהים, האשים את אלוהים ודרש מאלוהים לענות לו! למרבה
 ○ הפלא, אלוהים הקשיב לכל מילה של אויב. כשאויב סיים, אלוהים
 ○ אמר לו איך זה להיות האלוהים שבורא, אוהב ודואג באופן אינטימי
 ○ לכל פרט ביקום! אלוהים אמר:

○ הרב עם־שדי יסור; מוכים אֱלֹהִים יַעֲנֶנָּה:
 ○ ויען אויב את־יהוה, ויאמר: הֲנִי קִלְתִּי מֶה אֲשִׁיבָךְ; יְדִי, שְׁמִתִּי לְמוֹ־
 ○ פִּי: אַחַת דִּבַּרְתִּי וְלֹא אֶעֱנֶה: וּשְׁתִּים, וְלֹא אוֹסִיף:
 ○ יְדַעַתְּ (יְדַעַתִּי) כִּי־כָל תּוֹכְלִי; וְלֹא־יִבְצֵר מִמֶּךָ מְזֻמָּה: מִי זֶה מַעֲלִים
 ○ עֲצָה, בְּלִי דַעַת לְכֵן הִגְדַּתִּי וְלֹא אָבִין; נִפְלְאוֹת מִמֶּנִּי, וְלֹא אֲדַע:
 ○ **אויב פרק מ: ב - ה, פרק מב: ב - ג**

○ אולי אנחנו לא מוצאים תשובות למה שמטריד אותנו, אבל
 ○ אלוהים הוא טוב ואוהב, ותמיד פועל בדרכים עוצמתיות שאיננו
 ○ יכולים לדמיין.

○ אילו תסכולים ושאלות אתה צריך לחלוק עם
 ○ אלוהים היום?

האם אלוהים באמת טוב?

אני לא יכול להבין למה אלוהים הרשה לאסון הזה לקרות.

רעידת אדמה, שיטפון, טורנדו או שריפה פוגעת בקהילה
 חסרת אונים, תובעת בתים, זיכרונות וחיים, ולא אכפת לה מי
 עומד בדרכה או מה היא משאירה בעקבותיה.

זה כל כך לא הוגן! איך אלוהים יכול לתת לזה לקרות?

כשאנחנו סובלים משבר כואב, זה טבעי לשאול שאלות.



לבד בצער

הלב שלי כואב!

אנשים איבדו את מקום עבודתם ואת בתיהם. התלמידים מפספסים הזדמנויות עתידיות. בעלי עסקים איבדו את הכנסתם ואת חסכוניות חייהם, ואבדן החיים הוא נורא.

אני כל כך מיואש, אני לפעמים לא יודע איך להמשיך.

אלוהים לא ברא אותנו כדי להתמודד לבד בצערנו. הוא הציב אותנו במשפחות, עם חברים ובקהילות כדי שנוכל לחלוק את הזמנים הטובים והרעים של החיים ביחד.

כתבי הקודש מאשרים את הערך של מערכות היחסים האנושיות שלנו - הם אומרים לנו ששניים טובים מאחד - ומעוזדים אותנו לאהוב אחד את השני. אפילו שיחה אישית או ארוחה משותפת יכולה לרומם את מצב הרוח שלנו.

אבל מה אנחנו עושים כשאנחנו מיואשים ועייפים? איפה תקוותנו לנחמה ולעידוד? התנ"ך מספר לנו על אליהו, אדם שהתמודד עם אתגר מסכן חיים והרגיש כל כך נטוש ובודד שהוא ויתר על החיים.

יום ה

וְהוֹאֵלֶךְ בַּמִּדְבָּר דֶּרֶךְ יוֹם, וַיָּבֹא וַיִּשָׁב תַּחַת רְתֵם אֶחָד; וַיִּשְׁאַל אֶת־נַפְשׁוֹ לְמוֹת, וַיֹּאמֶר רַב, עֲתָה יְהוָה קַח נַפְשִׁי, כִּי־לֹא־טוֹב אֲנִי מְאַבְתִּי: וַיִּשְׁכַּב וַיִּישָׁן, תַּחַת רְתֵם אֶחָד; וְהִנֵּה־זָה מִלֶּאךָ נֹגֵעַ בּוֹ, וַיֹּאמֶר לוֹ קוּם אֲכֹל: וַיִּבֶט וְהִנֵּה מִרְאֵשִׁיתוֹ עֵגֶת רֶצְפִים וְצַפְחַת מַיִם; וַיֹּאכַל וַיִּשְׁתֵּה, וַיִּשָׁב וַיִּשְׁכַּב: וַיִּשָׁב מִלֶּאךָ יְהוָה שְׂכִית וַיִּגְעַבּוּ, וַיֹּאמֶר קוּם אֲכֹל; כִּי רַב מְמָרָה הַדֶּרֶךְ: וַיִּקַּם וַיֹּאכַל וַיִּשְׁתֵּה; וַיֵּלֶךְ בְּכַח הָאֲכִילָה הַהִיא, אַרְבָּעִים יוֹם וְאַרְבָּעִים לַיְלָה, עַד הַר הָאֱלֵהִים חֲרֵב: מַלְכִים א, פֶּרֶק יט: ד - ח

אלוהים ידע את עומק הייאוש של אליהו ושלח עזרה בצורה בלתי צפויה. אלוהים מבין גם את כאב הלב שלך.

התפלל ללב פתוח לקבל את מתנות העידוד הבלתי צפויות של אלוהים.

כאשר אנו מסתגלים ל "נורמל החדש " של חיי היומיום על פני כדור הארץ, אנו יכולים להיות בטוחים ששום דבר לא השתנה עם אלוהים. הוא עדיין אוהב אותנו. הוא עדיין שומר עלינו. הוא עדיין הסלע, התקווה, והכוח האיתן שלנו שמבטיח להיות איתנו ולא משנה אילו אסונות יבואו עלינו.

אֱלֹהִים לָנוּ מִחֶסֶה וְעֵז; עֲזָרָה בְּצָרוֹת, נִמְצָא מָאֵד: עַל־כֵּן לֹא־
נִירָא בְּהִמִיר אֶרֶץ; וּבְמוֹט הָרִים, בְּלֵב יָמִים: יְהִמוּ יַחְמְרוּ מִיָּמִינוּ;
יִרְעֲשׂוּ־הָרִים בְּגֹאֲתוֹ סֵלָה:

תהלים פרק מו: ב - ד

יום ט

אֶל־תִּירָא כִּי עִמָּךְ־אֲנִי, אֶל־תִּשְׁתַּע כִּי־אֲנִי אֱלֹהֶיךָ; אִמְצָתֶיךָ
אֶפְעָרְתִּיךָ, אֶפְתַּמְכֶתֶיךָ בְּיָמִין צְדָקִי:

ישעיה פרק מא: י

הָאֲדוֹן קָרוֹב אֵל תִּדְאָגוּ לְשׁוֹם דְּבָר, כִּי אִם בְּכֹל דְּבָר הִצִּיגוּ
מִשְׁאָלוֹתֵיכֶם לְאֱלֹהִים בְּתַפְלָה וּבְתַחֲנוּנִים וּבַהוֹדָיָה וּשְׁלוֹם
אֱלֹהִים הַנְּשָׁגֵב מְכַל שְׂכָל יִנְצֵר אֶת לְבַבְכֶם וְאֶת מַחְשְׁבוֹתֵיכֶם
בְּמִשְׁיַח יְשׁוּעָה.

אל הפיליפים פרק ד: ה - ז

**בקש מאלוהים שלום שיקל על דאגותיך,
פחדיך, או חוסר הביטחון שלך.**

הישענו עליו לעזרה וכוח בזמן הזה.

ביטחון בכאוס

כל יום מביא שינויים חדשים בחיים.

כלום - אפילו לצאת לקנות לחם או חלב - לא פשוט
כמו פעם.

הכל נמצא בכאוס.

אני מתחיל לפחד ממה שהמחר עלול להביא. מה
יקרה אם לא אוכל להשיג אוכל או תרופות? האם החיים
יחזרו אי פעם לשגרה?

אסון מביא שינויים דרמטיים ואי ודאות לחיי היומיום.

התוצאה היא כאוס. זה מאוד מטריד.

המאמינים המשיחיים הראשונים נאלצו לסבול גם הם
עם הפרדה ממשפחתם הרוחנית.

וְאֵנִי מִבְקֵשׁ מִכֶּם, אַחֵי, לְמַעַן אֲדוֹנֵנוּ יֵשׁוּעַ הַמְּשִׁיחַ וְלִמְעַן
אֲהַבֵּת הַרוּחַ, לְהֶאֱבֹק יַחַד אֵתִי בְּתַפְלוֹת לְאֱלֹהִים בְּעֵדֵי לֵב
וּכְדֵי שְׁאֲבוֹא אֵלֵיכֶם בְּשִׂמְחָה, כְּרַצוֹן אֱלֹהִים, וְאֲנִיחַ בְּחִבְרַתְכֶם.
אֱלֹהֵי הַשְּׁלוֹם עִם כָּלְכֶם. אָמֵן.
אל הרומים פרק טו: ל, לב - לג

אָנוּ מִתְמַיִדִים לְהוֹדוֹת לְאֱלֹהִים עַל כָּלְכֶם וּמְזַכְרִים אֶתְכֶם
בְּתַפְלוֹתֵינוּ, בְּזַכְרֵנוּ תְּמִיד לְפָנֵי אֱלֹהִים אֲבִינוּ אֶת פְּעֵל
אֱמוּנַתְכֶם, אֶת הָעֵמֶל שֶׁעֲמַלְתֶּם בְּאַהֲבָה, וְאֶת הַתְּמַדְתְּכֶם
בְּתַקְוָה לְבוֹא אֲדוֹנֵנוּ יֵשׁוּעַ הַמְּשִׁיחַ.
עַל כֵּן עוֹדְדוּ זֶה אֶת זֶה וּבְנוּ אִישׁ אֶת אַחִיו, כְּפִי שְׂאֵתֶם גַּם
עוֹשִׂים שְׂמֵחוּ תְּמִיד; הַתְּמִידוּ לְהַתְּפַלֵּל, הוֹדוּ בְּכָל דְּבָר; כִּי זֶהוּ
רַצוֹן אֱלֹהִים לְגַבֵּיכֶם בְּמִשְׁיחַ יֵשׁוּעַ.
הראשונה אל התסלוניקים פרק א: א - ג; ה: יא, טז - יח

כן, נדרש מאמץ נוסף כדי להביע את אהבתנו ולשמור
על מערכות היחסים שלנו בקהילה כאשר נפרדים. אבל גם
כשאנחנו נפרדים, מערכת היחסים שלנו במשיח מחברת אותנו.
ונשמח כשניפגש שוב ביחד.

לעת עתה, התפללו אחד עבור השני.

תהיה חרוץ לשמור על מערכות היחסים
הרוחניות החשובות שלך בתקופה זו של
הפרדה.

הצורך בקהילה

אסון מפריד ביניכם לבין הפעילויות והאנשים שכל כך חשובים
לכם. ובכל זאת אנחנו משתתפים עם הקהילה דרך הטלפונים
והמחשבים שלנו. אני מעריך את הוראת רועה הקהילה שלנו, אבל
אני כל כך מתגעגע לחברותא, לשיחות, לתפילות ולעידוד.

הזמנים שבהם אנחנו נפרדים מהקהילות שלנו שנותנות
לנו תמיכה הם קשים.

אלוהים רוצה שלאיברי גוף המשיח יהיו יחסים אוהבים
ומשמעותיים אחד עם השני - מערכות יחסים שאנו מייחלים להן
כאשר אנו נפרדים.

אפילו אלוהים כועס, אבל הכעס שלו שונה משלנו, והוא רוצה שנלמד ממנו.

רחום וחנון יהוה; ארץ אפים ורב־חסד: לא־לנצח יריב; ולא לעולם טור: לא כחטאינו עשה לנו; ולא כעונותינו, גמל עלינו:
תהלים קג: ח - י

על כן, אחי אהובי, יהא כל איש מהיר לשמע, בלתי נחפז לדבר וקשה לכעס, שְהרי כעס אדם אינו פועל לצדקת אלהים.
אגרת יעקב פרק א: יט - כ

רגזו ואל־תחטאו; אל תשקע השמש על כעסכם הסירו מכם כל מרירות וחסמה וכעס וצעקה וגדוף וכל רשעה. היו טובים איש לרעהו; היו מלאי רחמים וסלחו איש לרעהו כשם שא־להים סלח לכם במשיח.
אל האפסים פרק ד: כו, לא - לב

אלוהים יודע את הכאב, התסכול והכעס שלנו. אנחנו לא צריכים להסתיר ממנו את הרגשות האלה. אבל הוא גם מבקש מאיתנו לרסן את הכעס שלנו, כדי שלא נתפרץ ונפגע באנשים אחרים וניפול מרצונו של אלוהים בנו.

שתף את הכעס שלך עם אלוהים ותבקש ממנו לעזור לך ללכת בנאמנות בכל הנסיבות.

כעס

האם אני כועס? מה אתה חושב?
איבדתי את ביתי ואולי אפילו את עבודתי. אני לא יכול לענות על הצרכים הבסיסיים של המשפחה שלי. אני צריך לסמוך על אחרים.

כן, אני כועס - כועס מאוד על הכל!
זה מתסכל כאשר אנו חווים אובדן שליטה משמעותי בחיינו כפי שאנו חווים לאחר אסון. כאשר יש לנו צרכים בלתי מסופקים שאנו לא יכולים או לא יודעים כיצד לפתור, תחושות חוסר הביטחון והפחד מתגברות. תנאים אלו מתדלקים את הכעס שלנו, ומצטברים בתוכנו עד לנקודה שבה הוא יכול להפוך להרסני.

כעס הוא לא דבר שלא נכון.



כשאלוהים הציל את בני ישראל ממצרים והביא אותם לארץ המובטחת, הם התמודדו עם אויבים מפחידים. אלוהים ידע שהם ירגישו לבד, נטושים ופחדים. אז משה נתן לבני ישראל מסר חשוב מאלוהים:

יְהוָה אֱלֹהֶיךָ הוּא עִבְרָ לְפָנֶיךָ הוּא־יִשְׁמָד אֶת־הַגּוֹיִם הָאֵלֶּה מִלְּפָנֶיךָ וַיִּרְשָׁתָם יְהוֹשֵׁעַ הוּא עִבְרָ לְפָנֶיךָ כַּאֲשֶׁר דָּבַר יְהוָה: חֲזָקוּ וְאַמְצוּ אֶל־תִּירָאוּ וְאַל־תַּעֲרָצוּ מִפְּנֵיהֶם כִּי יְהוָה אֱלֹהֶיךָ הוּא הַהֲלֹךְ עִמָּךְ לֹא יִרְפָּךָ וְלֹא יַעֲזָבֶךָ: וַיְהִי־הוּא הַהֲלֹךְ לְפָנֶיךָ הוּא יְהִי עִמָּךְ לֹא יִרְפָּךָ וְלֹא יַעֲזָבֶךָ לֹא תִירָא וְלֹא תִחַת: **דברים לא: ג, ו, ח**

יום יב

רצונו של אלוהים להיות איתנו מעולם לא פחת. כאשר ישוע הגיע ארצה, הוא קיבל את השם הנפלא עמנואל, שפירושו אלוהים איתנו. וכאשר ישוע עזב את הארץ כדי להצטרף לאביו שבשמיים, הוא הבטיח שרוחו תבוא לחיות בין כל ההולכים אחריו. מכיוון שאלוהים ימשיך לחיות ביניהם, ישוע עודד את חסידיו באומרו:

שְׁלוֹם אֲנִי מִשְׁאִיר לָכֶם, אֶת שְׁלוֹמִי אֲנִי נוֹתֵן לָכֶם; לֹא כְדָרְךָ שֶׁהַעוֹלָם נוֹתֵן אֲנִי נוֹתֵן לָכֶם. אֵל נָא יַחַת לְבַבְכֶם וְאַל יִירָא יוֹחֵן פֶּרֶק יֵד: כז

גם כשאנחנו מרגישים מיוסרים ובודדים, אלוהים לא רחוק. התקרב אליו כי הוא אכן קרוב אליך.

מנותק מאלוהים?

אני מרגיש כאילו אלוהים רחוק; קר ולא מרגיש.

האם הוא מתעלם ממני? האם הוא עסוק מדי בדברים אחרים? האם עדיין אכפת לו ממני?

אני מרגיש כל כך לבד. זה באמת יעזור לדעת שאלוהים לא נטש אותי בזמן הצורך שלי.

מההתחלה ועד הסוף, כתבי הקודש הם סיפור אהבתו של אלוהים לכל האנושות. הם מבטיחים לנו שאלוהים רוצה לחיות עם עמו ובאמצעותו.

הרצון של אלוהים להיות איתנו לאורך כל החיים לא משתנה, לא משנה מהן הנסיבות שלנו או איך אנחנו מרגישים.



תשישות מהלחץ של תחומי אחריות נוספים, צער מההפסדים שסבלנו ופחד בגלל חוסר הוודאות שעומד לפנינו, יכולים להוביל אותנו להרגיש מרוחקים ומבודדים. אנו עשויים לתהות אם מערכת היחסים שלנו עם אלוהים היא בטוחה כמו שחשבנו שהיא.

גם אם אנחנו מרגישים מבודדים רוחנית או לא בטוחים באהבתו ונוכחותו של אלוהים בזמנים מלחיצים אלה, אלוהים נותן לנו חדשות טובות מאוד. שום דבר לא יכול להפריד בינינו לבין אהבתו.

מי יפרידנו מאהבת המשיח? האם צרה או מצוקה, רדיפות או רעב, האם עירם או סכנה או חרב אכל בכל אלה, בעזרת האוהב אותנו, אֲנַחְנו יוֹתֵר מִמְנַצְחִים. וְאֵנִי בְטוּחַ כִּי לֹא הַמָּוֶת וְלֹא הַחַיִּים, לֹא מְלָאכִים וְלֹא שְׁלִיטִים, לֹא דְבָרִים שֶׁבְהֵנָה וְלֹא דְבָרִים שֶׁעֲתִידִים לְבֹא, לֹא כַחֲוֹת, לֹא גְבָהִים וְלֹא מַעֲמָקִים וְלֹא שׁוּם יְצוּר אַחֵר לֹא יוּכְלוּ לְהַפְרִיד אֹתְנוּ מֵאַהֲבַת אֱלֹהִים שֶׁבְּמִשִּׁיחַ יִשׁוּעַ אֲדוֹנָנוּ.

אל הרומים פרק ח: לה, לז - לט

זו רשימה ארוכה של מכשולים שאין בהם את הכוח להפריד אותנו מאהבת אלוהים! בנוסף, בלימוד של פולוס על אהבה, הוא מזכיר לנו שאהבה לעולם לא נכשלת. אהבת אלוהים במשיח ישוע תמיד נמצאת עבורנו, גם אם אנו נאבקים להרגיש מחוברים לאהבה זו.

תדבר עם אלוהים על כל דבר כזה שעשוי להיות מחסום שמונע אותך מלקבל את אהבתו אליך.

בלתי נפרד!

נראה שסיבוכי האסון הזה ממשיכים לגדול מכלל שליטה. ברגע שאנו מבצעים התאמה אחת, עלינו לבצע התאמה נוספת.

כל שינוי מרחיק אותנו ומבודד אותנו יותר אחד מהשני. זה אמור להיות טוב עבורנו, אבל אני מרגיש כל כך מנותק, שאני מתחיל להרגיש גם מנותק רוחנית!

אסונות מכל הסוגים יכולים לשבש את מערכות היחסים שלנו לא רק עם המשפחה והחברים, אבל גם מערכת היחסים שלנו עם אלוהים.



אלוהים יודע את השברירות שלנו. הוא שמע את זעקותיו של איוב בעיצומם של ניסיונותיו הגדולים.

אִם-אֶקְוֶה שְׂאוֹל בִּיתִי; בַּחֲשֵׁךְ, רִפְדֹתִי יִצְוֵנִי: לְשַׁחַת קְרָאתִי
אָבִי אֶתֶּה; אִמִּי וְאָחִתִּי, לְרָמָה: וְאִיהָ אֶפֹּה תִקְוֹתִי; וְתִקְוֹתִי, מִי
יִשְׁרָרְנָה:
איוב יז: יג - טו

אלוהים שמח כאשר עבדו דוד מצא שמחה וכוח בתקוות האדון.

אֶךְ לְאֱלֹהִים דּוֹמִי נִפְשִׁי; כִּי-מִמֶּנּוּ, תִקְוֹתִי: אֶךְ-הוּא צוּרִי
וַיִּשְׁוַעֲתִי; מִשְׁגָּבִי, לֹא אָמוּט:
תהלים סב: ה - ו

אלוהים יודע כמה חשוב לנו שתהיה לנו תקווה שלעולם לא תכשיל אותנו. באהבתו הגדולה, הוא מציע לנו את התקווה הזו.

יום יד ● הלוא יִדְעַתְּ אִם-לֹא שָׁמַעְתָּ, אֱלֹהֵי עוֹלָם יְהוָה בּוֹרָא קְצוֹת
הָאָרֶץ, לֹא יִיעַף וְלֹא יִיגַע; אֵין חֶקֶר לְתַבּוּנָתוֹ: נִתָּן לִיעֵף כֹּחַ;
וְלֹאִין אוֹנִים עֲצָמָה יִרְבֶּה: וַיַּעֲפוּ נְעָרִים וַיִּגְעוּ; וּבַחֲוָרִים כְּשׁוֹל
יִכְשְׁלוּ: וְקוֹ! יְהוָה יַחֲלִיפוּ כֹחַ, יַעֲלוּ אֲבָר כְּנָשָׁרִים; יְרוּצוּ וְלֹא
יִיגְעוּ, יִלְכוּ וְלֹא יִיעֲפוּ:
ישעיהו מ: כח - לא

איפה אתה מוצא תקווה?

תעז להסתכל מעבר לצרות של היום ותבטח בתקווה לאהבתו של אלוהים אליך.

להעז לקוות!

לפעמים זה מרגיש חסר תקווה ובלתי אפשרי להמשיך.

הדברים שפעם ציפית להם נעלמו, ואני לא יודע למה לקוות בעתיד.

אני כל הזמן חושב על הפתגם הישן הזה: החיים קשים ואז אתה מת. אבל יש לי דעה אחרת לגבי זה עכשיו, מה אתה עושה כשהחיים קשים ואז אתה חי?

האובדן, האכזבות והניסיונות של החיים יכולים לגזול מאיתנו תקווה גם כשאנחנו רוצים נואשות להחזיק בה.

התנ"ך מספר לנו את סיפורו של יוסף. הוא היה הבן האהוב על אביו, ואחיו קינאו בו. יוסף חווה נסיבות קשות כאשר אחיו מכרו אותו לעבדות! למרות בגידתם, יוסף הפך לעבד טוב בביתו של מנהל חשוב. המנהל תגמל את יוסף בכך שהפקיד אותו כאחראי על ניהול משק ביתו. אבל מאוחר יותר, יוסף הושלח לכלא לשנים רבות בגלל האשמות שווא נגדו.

אבל נסיבות רעות לא מונעות מאלוהים לבצע את עבודתו. דרך המאבקים הללו, אלוהים לימד את יוסף את דרכיו והכין אותו להיות מנהיג חכם. בסופו של דבר יוסף הוביל את מצרים גם בהכנה לרעב נרחב וגם בשרידתו. אפילו משפחתו של יוסף הגיעה למצרים כדי לקבל אוכל!

כיצד לדעתך תפס יוסף את התפנית הבלתי צפויה של האירועים? שימו לב לתגובתו לאחיו שחשבו שינקום בהם על ההתעללות בו.

יְיָ לָכֹה גַם־אֶחָיו, וַיִּפְּלוּ לִפְנָיו; וַיֹּאמְרוּ, הֲנֵנוּ לְךָ לַעֲבָדִים: וַיֹּאמֶר אֲלֵהֶם יוֹסֵף אֶל־תִּירְאוּ; כִּי הִתַּחַת אֱלֹהִים אָנִי: וְאַתֶּם חֲשַׁבְתֶּם עָלַי רָעָה; אֱלֹהִים חֲשָׁבָה לְטֹבָה, לְמַעַן, עֲשֵׂה פִּיזוֹם הַזֶּה לְהַחִיֵּת עַם־רַב: וְעַתָּה אֶל־תִּירְאוּ, אֲנִי אֶכְלָל אֶתְכֶם וְאֶת־טַפְכֶּם; וַיִּנַּחֵם אוֹתָם, וַיְדַבֵּר עַל־לִבָּם:
בראשית פרק נ: יח - כא

העתיד תמיד לא בטוח. לאחר כל מה שקרה לו, הבין יוסף שאלוהים תמיד שולט ומקיים את עבודתו הטובה.

כשאתה מתמודד עם אי הוודאות של החיים, האם ההבטחה של אלוהים נותנת לך תקווה?

חוסר ודאות- מובטח

שום דבר לעולם לא יהיה אותו הדבר.

היו כל כך הרבה שינויים: איך אנחנו קונים מזון, תחושת השייכות שלנו, איך אנחנו עוסקים עם הקהילה שלנו, ואפילו איך אנחנו חיים כמשפחה. אני כבר לא יודע על מה אני יכול לסמוך. זה נכון, החיים יהיו שונים למשך זמן מה כאשר אנו מתאוששים מההשפעה של האסון הזה, וחלק מהדברים לעולם לא יהיו אותו הדבר. אבל לשינויים כואבים וקשים אין את המילה האחרונה.

להיות בנסיבות קשות לא אומר שאלוהים נטש אותנו או שהחיים לעולם לא יהיו טובים יותר.

○ חוסר הוודאות והשינויים שמביאים משבר או אסון
○ עשויים לרדז שינוי והתחדשות בחיינו. יכול להיות שיש
○ לנו עניין חדש לגלות, מה כדאי להמשיך ולהחזיק בעולמנו
○ המשתנה.

○ אלוהים בוראנו אוהב אותנו. הוא רוצה שנמצא בו
○ בסיס איתן ונחוה מהפך אמיתי שנותן לנו כוח מחודש,
○ תקווה ותכלית בחיים. התנ"ך מלא בסיפורים על אהבתו
○ של אלוהים שיכולה להפוך חייהם של אנשים שחוו
○ טראומה או שינוי לא רצוי. תחשבו על מה כמה מהם
○ אומרים על האמון באלוהים שהיה הבסיס האיתן שלהם:

○ אֶף לַאלֹהִים דּוֹמֵי נַפְשִׁי; כִּי־מִמֶּנּוּ, תִּקְוֹתִי: אֶךְ־הוּא צוּרִי
○ וְיִשׁוּעָתִי; מִשְׁגָּבִי, לֹא אֶמוּט: עַל־אֱלֹהִים יִשְׁעִי וּבְבֹדִי; צוּר־עֵדִי
○ מִחֲסִי, בְּאֱלֹהִים:
○ **תהלים סב: ו - ח**

○ לָכֵן אֵין אֲנִי מִתְיַאֲשָׁם, וְאֶף עַל פִּי שֶׁהָאֵדָם הַחִיצוּנִי שָׁלַנּוּ הוֹלֵךְ
○ וּבָלָה, הָאֵדָם הַפְּנִימִי שָׁלַנּוּ מִתְחַדֵּשׁ יוֹם יוֹם. הֵן צָרְתָנוּ הַקְּלָה
○ שֶׁל הָרְגַע מְכִינָה לָנוּ כְּבוֹד עוֹלָמִים גָּדוֹל וְרַב עַד מָאֵד. וְאֵין אֲנִי
○ צוֹפִים אֶל הַדְּבָרִים הַנִּרְאִים, אֲלָא אֶל אֲשֶׁר אֵינָם נִרְאִים; כִּי
○ הַדְּבָרִים הַנִּרְאִים לְשִׁעָה הֵם, אֲבָל הַבְּלִתִּי נִרְאִים – לְעוֹלָמִים.
○ **השנייה אל הקורинתים פרק ד: טז - יח**

○ **האם תבטח באלוהים שיהיה לך בסיס**
○ **ושהנוכחות שלו תשנה לך את החיים?**

לא אותו אדם

לא ציפיתי שהדברים יהיו כל כך שונים.

זה אתגר להרכיב את חיי בחזרה ב "מציאות החדשה" ללא המשאבים וההזדמנויות שהיו לי בעבר. אנחנו חושבים על מה שחשוב ומקבלים החלטות לגבי דברים שלא חשבנו עליהם קודם.

אני מבין שהשתנית. אני לא מסתכל על הדברים בדיוק כמו שראיתי אותם פעם.

אני לא אותו אדם שהייתי קודם.

כאשר נסיבות חיינו, סדרי העדיפויות והשגרה היומיומית שלנו, מערכות היחסים החברתיות או האופן שבו אנו רואים את העולם סביבנו משתנים, לעתים קרובות אנו מתחילים לשים לב יותר למי שאנחנו, מה אנחנו מעריכים, ולאן אנחנו הולכים.

למצוא שמחה בחיים

למה חייתי כשאחרים מתו?

האסון היה כל כך אקראי.

החיים נראים כל כך שבריריים עכשיו.

אולי אנחנו רוצים שזה יהיה שונה, אבל החיים שבריריים. זה לא מגיע עם ערבויות של אושר או אריכות ימים.

אמנם התנ"ך מאשר כמה שבריריים חיינו עלי אדמות, אך הוא גם מבטיח לנו משהו טוב יותר.

אָנוֹשׁ כְּחִצִּיר יָמָיו; כְּצִיץ הַשָּׂדֶה, כִּן יִצְיָץ: כִּי רוּחַ עֲבָרָה־בוֹ וְאֵינָנוּ; וְלֹא־יִכְרַנּוּ עוֹד מְקוֹמוֹ: וְחֶסֶד יְהוָה מֵעוֹלָם וְעַד־עוֹלָם עַל־יִרְאָיו; וְצַדִּיקְתּוֹ, לִבְנֵי בְנִים: **תהלים פרק קג: טו - יז**

וְיִשְׁמַחוּ כְּלִיחוֹסֵי בְּךָ לְעוֹלָם יְרַנְּנוּ וְתִסְרַף עָלֵינוּ; וְנִעְלָצוּ בְּךָ, אֲהַבֵּי שְׁמֶךָ: **תהלים ה: יב**

בגלל אהבתו הגדולה של אלוהים אלינו, טבעם החולף של החיים אינו סוף הסיפור. אנו יכולים למצוא שמחת חיים מתמשכת כאשר אנו מחפשים מקלט בסליחה של אלוהים ומתמסרים לחיות חיים שמרצים אותו.

לְמַעַן תִּתְהַלְכוּ כִּי־אוֹת לִפְנֵי הָאֲדוֹן, כְּכֹל חֶפְצוֹ, וְלִמְעַן תִּנְיִבוּ פְרִי בְּכָל מַעֲשֵׂה טוֹב וְתִגְדְּלוּ בְּדַעַת אֱלֹהִים, וְתִתְחַזְּקוּ בְּכָל כֹּחַ כְּפִי עֲצַמַת כְּבוֹדוֹ, וְתִהְיֶה לָכֶם סִבְלָנוֹת וְאֶרֶץ רוּחַ בְּבַל, וּבְשִׂמְחָה תִתְּנוּ תוֹדָה לְאֲבִינוּ שֶׁהִכְשִׁיר אֶתְכֶם לְהִשְׁתַּתֵּף בְּנַחֲלַת הַקְּדוֹשִׁים בְּאוֹר. הֵן הָאֵב הַצִּילָנוּ מִשְׁלֵטוֹן הַחֹשֶׁךְ וְהַעֲבִירָנוּ אֶל מַלְכוּת בְּנוֹ אֱהוּבּוֹ, אֲשֶׁר בּוֹ לָנוּ הַפְּדוּת, סְלִיחַת הַחַטָּאִים.

אל הקולוסים פרק א: י - יז

תודה לאלוהים על מתנת הסליחה והחיים שלו!

בזמן שאתה עובר את היום שלך, תחפש רגעים ספציפיים של מטרה, משמעות ושמחה, והודה לאלוהים על חיי הנצח שהוא חולק איתך.

זה לא ימשיך לעד. כאשר הכאוס של האסון הזה יחלוף, השיר הזה מהתנ"ך יזכיר לנו שיהיה זמן של אבל, ריפוי, זכרון, ובסופו של דבר זמן לצעוד לעבר העתיד.

לכל זמן; ועת לכל־חפץ תחת השמים: עת ללדת ועת למות; עת לטעת, ועת לעקור נטוע: עת להרוג ועת לרפוא, עת לפרוץ ועת לבנות: עת לבנות ועת לשחוק, עת ספוד ועת רקוד: עת להשליך אבנים, ועת כנוס אבנים; עת לחבוק, ועת לרחק מחבק: עת לבקש ועת לאבד, עת לשמור ועת להשליך: עת לקרוע ועת לתפור, עת לחשות ועת לדבר: עת לאהב ועת לשנא, עת מלחמה ועת שלום:
קהלת ג: א - ח

אם רגשות אשמה או בגידה מונעים ממך להתקדם, הקם אנדרטה, וזה עשוי לעזור לך לצעוד אל העתיד. אלוהים הנהיג את הנוהג של יצירת אנדרטאות לישראל העתיקה. הוא ציווה על בני ישראל לבנות מזכרת של אבנים כדרך לזכור כיצד הוא עזר להם לחצות את נהר הירדן אל הארץ שאלוהים הבטיח להם.

מה תהיה בשבילך דרך משמעותית להנציח את התקופה הקשה הזו?

יום כ

בחיים שלך, איך אתה יכול לחגוג את הזיכרון של אנשים שחסרים לך בחיים?

להתקדם קדימה

אני מרגיש שאני יכול להתקדם קדימה.

אני מתחיל להרגיש שהנסיבות הקשות האלה תסתיימנה בקרוב.

אני רוצה לחגוג ולהתמקד בעתיד שלי. אבל אז אני מרגיש אשם וחש שאני בוגד באנשים שמתו.

לחיים יש עונות, מחזורים ומקצבים מוכרים.

שביעות רצון בכל המצבים מתחילה בגישה של אמון וביטחון בהדרכתו הנאמנה של אלוהים ובטיפולו האוהב בנו.

שביעות רצון יכולה להתחזק על ידי האנשים שאנו מבליים איתם, חבר יכול להביא פרספקטיבה חדשה, תמיכה או אוזן קשבת ברגע הנכון. אם אנחנו מתחילים להתיימש או להתלונן, חבר יכול לעזור לנו לראות את המצב בצורה חדשה.

השליח פולוס כתב על מה שלמד כיצד להיות מרוצה בנסיבות רבות ושונות:

אֵינִי מְדַבֵּר מִתּוֹךְ מַחְסוֹר; לְמִדְתִּי לְהִסְתַּפֵּק בְּמָה שֶׁיֵּשׁ לִי, בְּכָל מָצָב. יוֹדַע אֲנִי לַעֲמֹד בְּעָנִי, וְיוֹדַע אֲנִי לַעֲמֹד בְּשִׂפְעַ. בְּכָל דָּבָר וּבְכָל הַנְּסֻבּוֹת מְרַגֵּל אֲנִי גַם לְטֹבָע וְגַם לְרָעָב, גַּם לְשִׂפְעַ גַּם לְמַחְסוֹר. הַכֹּל אֲנִי יָכוֹל בְּעֶזְרַתוֹ שֶׁל הַנּוֹתָן בִּי כֹחַ. עִם זֹאת טוֹב עֲשִׂיתִם שֶׁהִשְׁתַּתְּפֶתֶם בְּצָרְתִּי.
אל הפיליפים פרק ד: יא - יד

קח זמן להשתתף בצרות של מישהו אחר.

מה אתה מקווה ללמוד על שביעות רצון מהאינטראקציה שלך עם אותו אדם?

יום כא

שביעות רצון

מצאתי את עצמי בכל כך הרבה מצבים שונים לאחרונה, שהמוח שלי משחזר בכל רגע. אני שומע את הקולות, רואה את התמונות, זוכר את הפרצופים.

זה לא שאני רוצה לשכוח את כל מה שקרה; אני רוצה למצוא שלווה ממבול המחשבות ולקבל נקודת מבט חדשה על הכל.

כאשר אנו משרתים אחרים במהלך משבר או אסון, ייתכן שיש לנו מעט שליטה על הנסיבות שלנו. ייתכן שנצטרך לעבוד שעות ארוכות ללא מנוחה. ייתכן שלא תהיה לנו ברירה לגבי מה בתפריט (אם יש משהו). ייתכן שנצטרך לעבוד עם ציוד או הגנה לא מתאימים. יכול להיות שיצטרכו אותנו הרבה אנשים.

נסיבות אלו יכולות להוות כר פורה לאי שביעות רצון.

אבל הנדיבות שלך עוזרת לבטא את אהבתו וצדקתו של אלוהים בעולם, ואתה תתגמל.

טוב־איש חונן ומלֵוה; יכלכל דְבָריוּ בְּמִשְׁפָּט:
תהלים קיב: ה

התנ"ך גם אומר לנו שנדיבותנו תגרום להודיה לאלוהים!

כָּל אִישׁ כִּפִּי שִׂידָבְנוּ לִבּוֹ יִתֵּן, לֹא מִתּוֹךְ צַעַר אוֹ הַכָּרֶחַ, שֶׁהָרִי אֶת הַנּוֹתֵן בְּשִׂמְחָה אוֹהֵב אֱלֹהִים. וְאֱלֹהִים יִכּוֹל לְהַשְׁפִּיעַ עֲלֵיכֶם כָּל חֶסֶד, כִּדִּי שִׂיְהִיֶּה לְכֶם תְּמִיד דִּי צָרְכְּכֶם בְּכָל דְבָר, וְהוֹתֵר לְכָל מַעֲשֵׂה טוֹב, כְּכַתּוּב: "פִּזֵּר נָתַן לְאֲבִיוֹנִים, צִדְקָתוֹ עוֹמְדָת לְעַד."

וְתַעֲשִׂירוּ בְּכָל דְרָכֵי נְדִיבוֹת שֶׁתְּבִיא לִידֵי הוֹדְיָה לְאֱלֹהִים עַל-יְדֵינוּ, שֶׁכֵּן עֲשִׂית הַשְׂרוּת הַזֶּה לֹא רַק תִּמְלֹא אֶת מַחְסוֹר הַקְּדוֹשִׁים, אֲלָא גַם תַּעוֹרֵר הוֹדְיָה רַבָּה לְאֱלֹהִים עַל-יְדֵי הַשְׂרוּת הַזֶּה שֶׁעֲמַד בְּמִבְחָן יִשְׁבַּחוּ אֶת אֱלֹהִים עַל צִיּוּתְכֶם לְבִשׁוֹרֵת הַמְּשִׁיחַ וְהוֹדְאֲתְכֶם בָּהּ, וְעַל הַשְׁתַּתְּפוּתְכֶם הַנְּדִיבָה בְּעִזָּרָה לָהֶם וְלִכְל.

השנייה אל הקורинתיים פרק ט: ז - ט, יא - יג

כמה חשוב לך להראות את אהבת אלוהים

בהיותו נדיב ונותן בשמחה?

איך תעשה את זה?

יום כב

אהבה נדיבה

תמיד חשבתי על עצמי כאדם נדיב, אבל דבר מוזר קרה כשהלכתי לקנות מצרכים.

הם קיצבו כמה מהפריטים שהיינו צריכים, והתגובה הראשונה שלי הייתה לקבל כמה שיותר! למרות שהיינו צריכים רק פריט אחד, קיבלתי שניים כי יכולתי לקנות. מאוחר יותר הרגשתי אשמה. מה אם מישהו שבאמת היה צריך את המצרכים האלה לא יקבל?

שמירה על פרספקטיבה בריאה, אוהבת ונדיבה בעת משבר היא אתגר - במיוחד אם אינך יודע אם יהיו לך את המשאבים הדרושים לך כדי לשרוד.

בְּרוּךְ הָאֱלֹהִים אָבִי אֲדוֹנָנוּ יֵשׁוּעַ הַמְּשִׁיחַ, אֵב הַרְחָמִים
וְאֱלֹהֵי כָּל נְחָמָה, הַמְּנַחֵם אוֹתָנוּ בְּכָל צָרוֹתֵינוּ. בְּאִפְסָן שְׁנוֹכַל
לְנַחֵם אֶת הַנִּמְצָאִים בְּכָל צָרָה שֶׁהִיא, בְּנְחָמָה שְׁנַחְמְנוּ אֶנּוּ
מֵאֵת אֱלֹהִים; כִּי כָשֶׁם שֶׁשׁוֹפְעִים בְּנוּ סִבְלוֹת הַמְּשִׁיחַ, כֵּן
גַּם שׁוֹפֵעַת נְחָמָתָנוּ עַל־יְדֵי הַמְּשִׁיחַ. וְאִם אֲנַחְנוּ סוֹבְלִים,
הֲרִי זֶה לְמַעַן נְחָמְתְּכֶם וְיִשׁוּעַתְּכֶם; אִם אֲנַחְנוּ מְנַחְמִים,
הֲרִי זֶה לְמַעַן נְחָמְתְּכֶם, כְּדִי שְׁתּוֹכְלוּ לְהַחֲזִיק מֵעֵמֶד בְּאוֹתָן
הַצָּרוֹת שֶׁגַּם אֲנַחְנוּ סוֹבְלִים. וְתִקְוָתָנוּ עַל־אֲדוֹתֵיכֶם אֵיתְנָה
הִיא, שֶׁכֵּן אֶנּוּ יוֹדְעִים כִּי כָשֶׁם שֶׁאַתֶּם שְׁתַּפִּים לְצָרוֹת, כֵּן גַּם
שְׁתַּפִּים אֶתֶם לְנְחָמָה.

השנייה אל הקוריתים פרק א: ג - ז

אנו עשויים להתייחס לתקופות של סבל ואובדן כאל ימים
מבוזזים או חסרי טעם, אך מנקודת המבט של אלוהים הזמנים
הללו נותנים לנו הזדמנות שאין שני לה להשתתף בסבלם של
אחרים.

איזו נחמה קיבלת מאלוהים?

**איך אתה יכול לחלוק את הנחמה הזו עם
אחרים?**

יום כג

שיתוף נחמה

אחרי שהאסון קרה הייתי לבד ומבודד. עבור מישהו שמונע
מלהשיג ולעשות דברים, הזמן הזה לבד היה עינוי.

הייתי עייף מכדי לאכול. הייתי בודד ומפוחד.

סבל מרגיש לעתים קרובות מאוד בודד.

אולי אין לנו מי שינחם אותנו.

אנחנו עלולים להרגיש שאף אחד לא מבין איך הסבל שלנו נראה.

במובן מסוים, חווית הסבל שלנו היא ייחודית, ואף אדם אחר אינו יכול
לדעת בדיוק איך אנחנו מרגישים. במובן אחר, סבל הוא משהו שלכולנו
יש במשותף. כאשר אנו חווים את נוכחותו המנחמת של אלוהים
בסבלנו, אנו יכולים לשתף את אותה נחמה שקיבלנו עם אחרים בכאבם
ובבידודם.

השליח פולוס חווה סבל רב במהלך חייו ושירותו - עד כדי כך שהוא
אמר שהוא אפילו נואש מהחיים! אולם כשהוא כותב על הצרות הללו,
הוא מתאר אותן כמתנה שהוא יכול לחלוק עם אחרים.

המתנה לעזור

איבדנו את ביתנו ואת כל רכושנו. זה היה משפיל לקבל עזרה כי אנחנו בדרך כלל דואגים לעצמנו.

לא רצינו רחמים, אבל היינו אסירי תודה על העזרה.

לעזור לאחרים בזמן משבר נראה כל כך פשוט. אולם לעזרה יכולה להיות משמעות והשפעה שונה בהתאם לאופן שבו היא ניתנת ומי מקבל אותה.

עבור אנשים מסוימים, עזרה היא פשוט פעולה של אספקת סחורות או שירותים עבור אלה שאינם יכולים לספק לעצמם. עבור אחרים, עזרה מבטאת אהבה ודאגה לרווחתו של אדם אחר.

הצעת עזרה עשויה להיות מונעת על ידי נדיבות, או נגועה ברחמים ואשמה. הצורך בעזרה עשוי להרגיש כמו חולשה או כישלון. קבלת עזרה עשויה לעורר הקלה, הכרת תודה ותקווה.

עזרה לאנשים במצוקה, כשהיא נעשית מתוך הבנה כנה, חמלה ואהבה יכולה להיות בעלת השפעה מתמשכת. עזרה לזולת יכולה להראות לאנשים מי הוא אלוהים וכמה הוא אוהב אותם. תשקול את המסרים על עזרה בסיפור הזה מהחיים והשירות של ישוע.

ישוע עבר בכל הערים והכפרים כשהוא מלמד בבתי הכנסת, מבשר את בשורת המלכות ומרפא כל מחלה וכל מדון בעם. כאשר ראה את ההמונים נתמלא רחמים עליהם, שכן היו יגעים ונפוצים לכל עבר כצאן אשר אין להם רועה.

באו אליו המון עם רב ואתם פסחים, נכים, עורים, אלמים ורבים אחרים שהנחו לרגליו, והוא רפא אותם. כראות העם אלמים מדברים, נכים בריאים, פסחים מהלכים ועורים רואים, נתמלאו פליאה ושבחו את אלהי ישראל.
מתי פרק ט: לה - לו, ופרק טו: ל - לא

בכל פעם שאתה עוזר למישהו, תשקול את המשמעות וההשפעה האפשרית של מעשיך. תתפלל לאלוהים שיעזור לך להבין ולהגיב לאנשים במצוקה באותה דרך שבה עשה ישוע.

בקש מאלוהים שיברך את מתנת השירות שלך כדי שאנשים יכירו באהבתו של אלוהים אליהם. שבחו אותו על טובו.

כאשר אנו מרגישים בודדים וחסרי ביטחון, אנו יכולים לפנות למשפחה ולחברים באמצעות הודעת טקסט, שיחה או אימייל כדי להביע את האהבה והדאגה שלנו זה לזה. כאנשים מאמינים, יש לנו גם את הזכות והתקווה לאחד את ליבנו יחד ולהתפלל אחד עבור השני.

מעל לכל אלה תשרר האהבה, שהיא קשר השלמות, וישלט נא בלבבכם שלום המשיח, שהרי לזה נקראתם בגוף אחד, והיו מכירי טובה. דבר המשיח ישכן נא בקרבכם בשפע; למדו והוכיחו זה את זה במלוא חכמה; שירו לאלהים בתודה ונעם בלבבכם, במזמורים ותשבחות ושירים רוחניים. וכל מה שתעשו, הן באמר הן במעשה, עשו הכל בשם האדון ישוע, יהודו לאלהים אבינו באמצעותו.

אל הקולוסים פרק ג: טו - יז

אלוהים לא התכוון שהחיים יהיו מאמץ בודד. כאשר אנו מצטרפים לקשר האמונה, אנו יכולים לתמוך ולעודד אחד את השני יחד באמצעות תפילה.

האם יש לך מישהו שאיתו תוכל להתפלל לצרכיך ההדדיים ולעידוד בהליכת האמונה שלך?

התפלל גם למען הקהילה שלך ועבור אלה שסובלים מסביב לעולם.

לאהוב אחד את השני

אחרי האסון הייתי לבד בלי שום משפחה בקרבת מקום.

התגעגתי למשפחה שלי, לעמיתים לעבודה, לפגישה עם חברים ולכל הפעילויות הרגילות שלי. לפעמים, הבידוד גרם לי להרגיש שאני לא מתאים יותר ולא חשוב לאף אחד.

נוצרנו כדי לתפקד בקשר עם אלוהים ועם אנשים אחרים, ולכן לבידוד יש השלכות לא רצויות.

עלולה להיראות לא חכמה מחר. כשאנחנו במתח רב, אנו עלולים לשפוט אנשים בחומרה רבה מדי.

במבט לאחור, לכולנו יהיו כמה חרטות על מה שעשינו. נבין שיכולנו להתמודד עם כמה מצבים טוב יותר. יכולנו לקבל החלטות נבונות יותר. אבל אנחנו לא צריכים להישאר לכודים במשחק האשמה. לסלוח לעצמנו ולאחרים על טעויות וכישלונות יכול להיות קשה, אבל זה צעד חשוב שמשחרר אותנו להתרפא, לצמוח ולעבור אל העתיד עם תקווה.

נְהַגוּ בְּסִבְלָנוּת אִישׁ עִם רֵעֵהוּ, וְסָלְחוּ זֶה לָזֶה כְּאִשֶׁר לְמִישֵׁהוּ; טַעֲנָה עַל רֵעֵהוּ. כְּשֵׁם שֶׁהָאָדָם סָלַח לָכֶם, כֵּן סָלְחוּ גַם אֲתֶם. אל הקולוסים פרק ג: יג

הָיוּ טוֹבִים אִישׁ לְרֵעֵהוּ; הָיוּ מְלֵאֵי רַחֲמִים וְסָלְחוּ אִישׁ לְרֵעֵהוּ. כְּשֵׁם שֶׁאֱלֹהִים סָלַח לָכֶם בְּמִשְׁיָחַי. אל האפסים פרק ד: לב

אלוהים סולח לנו על כל חטאינו ועבירותינו. אנחנו יכולים לעשות את אותו הדבר עבור אחרים. האם יש מישהו שאתה מאשים אותו בצורה לא הוגנת? אילו עבירות אתה מחזיק כלפי אחרים שמחזיקות אותך לכוד בעבר?

אלוהים סלח לך בחופשיות, למי תציע את מתנת הסליחה?

לבחור לסלוח

אני כל הזמן תוהה מי אשם בכל הבלגן הזה.

הידיעה את מי להאשים תעשה הרבה כדי לסדר עניינים במוח שלי.

כאשר הדברים אינם בשליטתנו, כאשר אנו סובלים מצבים קשים, כאשר אנו סובלים מאובדן, מפתה לחשוב שקבלת תשובות לגבי מה השתבש ולגלות מי אשם, יגרמו לנו להרגיש טוב יותר. זו הסיבה שתאוריות קונספירציה עולות לעתים קרובות בתקופות של משבר.

תשובות עשויות להקל על הלחץ של אי הוודאות ולהרגיע את הבלבול שלנו לזמן קצר. אבל האשמות לא משנות את הנסיבות, וגם לא משפרות את הגישה והיכולת שלנו להתמודד עם מה שקרה.

האמת היא שההתמודדות עם אסון היא קשה ומורכבת. אין לנו את כל התשובות. דברים לא צפויים קורים. החלטה חכמה היום

במהלך שהותו על פני כדור הארץ, ישוע הפגין ולימד את האנשים על החיים המלאים והשופעים שהוא מציע. כמה אנשים דחו אותו, אחרים מצאו תקווה בהוראתו ואימצו את מטרותיו. הוא אמר:

אֵין הַגֵּנֵב בָּא אֶלָּא לִגְנוֹב וְלִהְרֹג וְלִהְשָׁמִיד. אֲנִי בָאתִי כְּדִי שְׂיֵהְיוּ לָהֶם חַיִּים וּבְשִׁפְעָה שְׂיֵהְיוּ לָהֶם.
יוחנן פרק י: י

השליח פולוס ציטט את דבריו של הנביא ישעיהו כאשר תיאר את החיים השופעים שאלוהים מציע:

כְּמוֹ שִׁכְתּוֹב: "אֲשֶׁר עֵין לֹא רָאָתָה וְאֵזֶן לֹא שָׁמְעָה וְלֹא עָלָה עַל לֵב אִישׁ כֹּל אֲשֶׁר הִכִּין הָאֱלֹהִים לְאוֹהֲבָיו." אֵף לָנוּ גָלָה אֱלֹהִים עַל־יַדִּי הַרוּחַ אֶפְלוּ אֶת עֲמֻקּוֹת הָאֱלֹהִים, מִשּׁוֹם שֶׁהַרוּחַ חוֹקֶרֶת הַכֹּל.
הראשונה אל הקורינתים פרק ב: ט - י

אלוהים מציע לכל אחד מאיתנו הזדמנות לחיות חיים חדשים, מלאים ונצחיים שלא ניתן לגנוב או להרוס על ידי שום דבר שקורה על פני כדור הארץ.

**איפה החיים המלאים שאלוהים מציע לך
משתלבים בתוכניות שלך?**

החיים במלואם

אני מתגעגע לחיים הישנים שלי.
הלוואי שהכל היה יכול לחזור לקדמותו.

**אני יודע שהקשיים והפחדים של היום יעברו.
פה ושם אני רואה סימני חיים חדשים לפני.**

אבל אני לא חושב שהחיים אי פעם יהיו אותו הדבר. כשמגיע הזמן לחדש חיים נורמליים לאחר ששרדנו משבר, לעתים קרובות אנו ניגשים אליו בציפייה רבה. עם זאת, כאשר אנו פוגשים את המציאות החדשה של חיי היומיום, אכזבות ואתגרים עשויים ליואש אותנו, אבל הם גם מספקים הזדמנויות להמשיך בחיים בדרך שלא דמיינו קודם לכן.

האם אתה פתוח לרעיון לחיות חיים חדשים? שינוי נותן לנו את ההזדמנות להתחיל מחדש ולבנות חיים טובים יותר. אנחנו יכולים לשקול מחדש את סדרי העדיפויות והיעדים שלנו. אנחנו יכולים להפעיל את נקודת המבט החדשה שלנו על החיים. אנחנו יכולים לעבוד כדי לרפא מערכות יחסים ישנות. אנחנו יכולים לפתח הרגלים בריאים יותר. אנו יכולים גם לשקול מחדש במה אנו מאמינים לגבי אלוהים ומה הוא עושה בחיינו.

התקווה חוזרת

החיים יכולים להיות כל כך אכזריים.

יום אחד אתה בריא וחי כמו תמיד, ואז פתאום, בלי אזהרה, בלי לעשות משהו אחר, אסון מתרחש ואתה מאבד הכל.

אני מתקשה לקבל שהחיים אמורים להיות ככה.

החיים בשבילי כבר לא נראים כל כך טובים.
אני שואל את עצמי "על מה הם החיים?"

כשאלוהים ברא את היקום, הוא היה מושלם מכל הבחינות. כל מה שאלוהים ברא שיקף את דמותו - אופיו, האידיאלים ותכליתו. הכל היה יפה ועבד ביחד בדיוק כפי שהוא התכוון. אבל המרד והחטא נגד אלוהים ניפצו את העולם המושלם הזה. הכאוס החליף את הסדר השלו של אלוהים, והעולם חי בנפרד ממנו ומיחסים ראויים ונכונים עם אלוהים מאז.

אז כן, העולם היום אינו טוב כפי שאלוהים ברא אותו להיות. הכאב, העצב, הבלבול והחרדה שאנו חשים בתגובה לאסון הם מה שהחיים מרגישים כאשר מערכת היחסים שלנו עם הבורא שלנו נשברת. אבל אנחנו לא צריכים להישאר במקום הכואב וחסר התקווה הזה. אלוהים שלח את בנו ישוע כדי לשקם את מערכת היחסים שלנו כדי שנוכל להתחבר אליו מחדש. והוא הבטיח שיום אחד כל הבריאה תחזור גם לשלמות.

כִּי כִּה אָהַב אֱלֹהִים אֶת הָעוֹלָם עַד כִּי נָתַן אֶת בְּנוֹ יְחִידוֹ לְמַעַן
לֹא יָאֲבֵד כָּל הַמְּאֻמִּין בּוֹ, אֲלֵא חַיֵּי עוֹלָם יִהְיוּ לוֹ. הֵן הָאֱלֹהִים לֹא
שָׁלַח אֶת בְּנוֹ אֶל הָעוֹלָם לְשַׁפֵּט אֶת הָעוֹלָם, אֲלֵא כְּדֵי שְׂיִשְׁעַע
הָעוֹלָם עַל־יָדָיו.
יוחנן פרק ג: טז - יז

וְאֵלֶּהי הַתְּקוּהָ יִמְלֵא אֶתְכֶם כָּל שְׂמֵחָה וְשָׁלוֹם בְּאֲמוֹנַתְכֶם, כְּדֵי
שְׂתַגְּאֶה בְּכֶם הַתְּקוּהָ בְּכֶם רוּחַ הַקֹּדֶשׁ.
אל הרומים פרק טו: יג

כאשר חטאינו נסלחים ויחסינו עם אלוהים משתקמים, נוכל לחיות בשלום ובתקווה. יכולה להיות לנו מטרת חיים מחודשת - להכיר את אלוהים, לבטוח בו ולשרת אותו בכל מה שאנחנו עושים.

באילו דרכים האמון באלוהים משנה את נקודת המבט שלך על הזמנים הקשים בחיים?

קָרוֹב יְהוָה לְנִשְׁבְּרֵי־לֵב; וְאֶת־דַּכְּאֵי־רוּחַ יוֹשִׁיעַ:
תהלים פרק לד: יט

כאשר ישוע הגיע לארץ, הוא היה נדיב, טוב לב ומנחם אנשים רבים על ידי דאגה לאחרים, הוא הראה לנו איך לחיות טוב על ידי אהבה טובה.

רוּחַ אֲדֹנָי יְהוִה עָלַי; יַעַן מָשַׁח יְהוָה אֶתִּי לְבִשֵׁר עֲנָוִים, שְׁלַחֲנִי לְחַבֵּשׁ לְנִשְׁבְּרֵי־לֵב, לְקַרְא לְשִׁבּוּיִם דָּרוּר, וְלְאַסוּרִים פְּקַח־קוֹחַ: לְקַרְא שְׁנַת־רָצוֹן לַיהוָה, וַיּוֹם נָקַם לְאַלְהֵינוּ; לְנַחֵם כָּל־אֲבֵלִים: לְשׁוּם לְאֲבֵלֵי צִיּוֹן, לְתַת לָהֶם פָּאֵר תַּחַת אֶפְרַי, שְׁמֹן שִׁשׁוֹן תַּחַת אֲבֵל, מִעֵטָה תְּהַלֵּה, תַּחַת רוּחַ כְּהֵה; וְקַרְא לָהֶם אֵילֵי הַצֵּדֵק, מִטַּע יְהוָה לְהַתְּפָאֵר:
ישעיהו פרק סא: א - ג

איזה ריפוי, טוב לב ונחמה קיבלת מאלוהים?

באילו דרכים תוכל לחלוק את האהבה הזו ולדאוג לאחרים?

לחיות טוב

היה קשה לחיות טוב אחרי האסון. אפילו המשימות השגרתיות והיומיומיות של החיים אינן זהות. בדיוק כשאני חושב שהבנתי הכל, דברים משתנים שוב.

תמיד הצלחתי להגיע ולעזור לאחרים, אבל כרגע אני לא יודע מה אנשים צריכים או מה אני יכול לעשות כדי לעזור להם.

אלוהים ברא אותנו להיות שותפים שלו, להראות את אהבתו, לתת, ולעזור לאנשים במצוקה.

זה לא מפתיע שאנחנו מרגישים מסופקים כשאנחנו מסוגלים לתרום לרווחתם של אחרים - זה מה שאלוהים ברא אותנו לעשות.

אולי חווית כאב ואובדן בעבר, אבל האסון הזה שינה את חייך בצורה עמוקה יותר. הכאב והאובדן משפיעים על כל חלק בחיינו, ואובדן השליטה מייסר. איכשהו, אנחנו יודעים שהכאוס הזה מעולם לא נועד להיות.

כשהעולם התחיל, בריאתו של אלוהים הייתה מקום של שלום. זה היה מקום שבו בני האדם נהנו מיחסים הרמוניים איתו כשהם דאגו לבריאתו הטובה, אבל אז הם בחרו בדרך שהכתימה את כל מערכות היחסים האנושיות- עם אלוהים, זה עם זה, ועם בריאתו - כשחטא, מוות, כאב, מאבק, הרס ושברון לב פקדו את מערכות היחסים האנושיות מאז.

אבל אלוהים רצה לשקם את בריאתו, והוא בחר בקבוצת אנשים - בני ישראל - כדי להראות את אהבתו לעולם. אבל בני ישראל נאבקו להיות חלק מהפטרון והבעיה נמשכה. אך אלוהים לא ויתר והוא שלח את בנו יחידו, ישוע, לעולם כמשיח של בני ישראל - מלכם. ישוע בא להראות מה נבראו בני האדם לעשות. הוא בא לעשות את מה שבני ישראל לא הצליחו לעשות: להראות את אהבתו של אלוהים לכל האנושות. והוא בא להיות המלך והמושיע של העולם.

האסון הזה שינה את כל העולם שלנו.



ישוע הכריז על בואה של מלכות אלוהים. עם זאת, המלכים והרשויות לא אהבו את האיום שהוא הווה על כוחם. הם שמרו על שלטונם באמצעות המוות. למעשה, כדי להביס אותו הם השתמשו בכוח המוות כאשר תלו אותו על צלב כדי למות.

אבל אחרי שלושה ימים, כוחם איבד את העוקץ שלו. ישוע קם מהמתים והראה שכוח תחייתו של אלוהים גדול מהחטא ומהמוות. אהבתו וחיוו של אלוהים ניצחו את כוחות הרשע הללו.

כאשר אנו מתמודדים עם איומים אפלים כמו זה שאנו נמצאים בו, איננו נקראים להתעלם מהחושך. במקום זאת, אלוהים נותן לנו סיפור של תקווה, סיפור שבו האור מנצח את החושך.

כולנו היינו חלק מהחושך הזה, ובחרנו ללכת בעקבות המחשבות והרצונות שלנו במקום אילו של אלוהים. אבל בדיוק כפי שאלוהים יצא לדרך כדי לחדש את בריאתו, הוא רוצה להחזיר אותך למה שהוא התכוון עבורך במקור ולסלוח על חטאיך כדי שתוכל להביא את החיים החדשים האלה לשאר העולם שלו.

כוונתו של אלוהים היא לחדש את כל הבריאה, כך שהעולם לא יסבול עוד מאסון ושבר. בבריאה החדשה, מקום משכנו של אלוהים הוא בקרב עמו, והוא ישכון איתם ויהיה להם לאלוהיו. "הוא ימחה כל דמעה מעיניהם. לא יהיה עוד מוות ' או אבל או בני או כאב, כי הסדר הישן של הדברים חלף הרחק... " מתוך ספר ההתגלות.

כרגע, אלוהים רוצה לפגוש אותך איפה שאתה נמצא ולנחם אותך, אבל הוא גם רוצה שתלך אחריו מהחושך ותהפוך למשואה של אור עבורו בעולם הזה. עדיין יש כל כך הרבה כאב בעולם. יש כל כך הרבה אנשים שזקוקים לאותה תקווה וצורך לדעת שישוע נותן לנו ניצחון על החושך. אנחנו לא יכולים לעשות את זה לבד. אלוהים נתן לנו את רוחו לחיות איתנו, את דברו כדי לספר לנו את הסיפור, ואחד את השני לחלוק את חיינו. לכן אנו מעודדים אותך להזמין את רוחו לחייך, למצוא קהילה של חסידי ישוע להתחבר אליה, ולקבל עותק של דברו ללימוד.

נוסדה בשנת 1809 בעיר ניו יורק, ביבליקה מתרגמת כתבי הקודש ומספקת תוכניות המבוססות על כתבי הקודש לקידום ידע ומעורבות עמוקה יותר בכתבי הקודש. אנו עוזרים לאנשים לקבל את כתבי הקודש ולהבין כיצד ליישם אותו בחיי היומיום שלהם. ביבליקה משרתת כעת ב-55 מדינות, ומגיעה ליותר מ-100 מיליון אנשים עם דבר אלוהים מדי שנה. זוהי התפילה שלנו, שתחווה את הכוח שמשנה חיים שרק דבר אלוהים יכול להביא.



THE INTERNATIONAL BIBLE SOCIETY



המכון לאסונות הומניטריים של מכללת ויטון, נוסד בשנת 2011 והוא המרכז הראשון לחקר אסונות. המשימה שלנו היא לעזור לקהילת המשיח להתכונן ולטפל בעולם מלא אסונות. אנו משתמשים במחקר שלנו כדי ליצור משאבים המיועדים לסטודנטים, ניצולים, עוזרים וחוקרים. בשנת 2018, HDI השיקה את התואר השני (MA) בהובלה הומניטרית ואסונות במכללת Wheaton כדי להכין את הדור הבא של אנשי מקצוע הומניטריים ואסונות להוביל באמונה ובענווה, להשתמש בפרקטיקה מבוססת ראיות, ולשרת את הפגיעים ביותר ואת הקהילה באופן גלובלי.

הפסוקים בעברית נלקחו מהאתרים הבאים:

<https://bible.new/read>

תורה נביאים וכתובים (kirjasilta.net)

When Your Whole World Changes™ (Hebrew)

Biblica, Inc. זכויות יוצרים © 2023 מאת

כל הזכויות שמורות ברחבי העולם

ציטוטי הכתובים הם מ

<https://bible.new/read>

kirjasilta.net

"חברת התנ"ך הבינלאומית", "Biblica",

הם סימנים מסחריים הרשומים בפטנט של ארצות הברית Biblica והלוגו של

Inc. המסחריים מאת Biblica, ומשרד הסימנים



THE INTERNATIONAL BIBLE SOCIETY

