عندما ينقلبُ عالمُك

عندما ينقلبُ عالمُك

بناؤك الروحيُّ خلال الأزمات

المحتويات

ما الذي يحدث الآن؟

اليوم ١ أعنِّي!
اليوم ٢ الشُّعور بالضَّعف
اليوم ٣ لا أستطيع تحمُّل المزيد!
اليوم ٤ هل يعاقبنا الله؟
اليوم ٥ دموعٌ لا تُكفكَف
اليوم ٦ مَنْ يفهم؟
اليوم ٧ هل الله صالحٌ حقًّا؟
اليوم ٨ وحيدٌ في الحزن
اليوم ٩ الأمان وسط الفوضى
اليوم ١٠ الاشتياق إلى المجتمع
اليوم ١١ الغضب
اليوم ١٢ مُنفصلٌ عن الله؟
اليوم ١٣ غير قابل للفصل!
اليوم ١٤ تجرَّأ على أن يكون لك رجاء!
اليوم ١٥ الشُّعور بأنَّك عالق
اليوم ١٦ عدم اليقين – مضمون
اليوم ١٧ زوال الكآبة
اليوم ١٨ لستُ الإنسان نفسه
اليوم ١٩ إيجاد الفرح في الحياة
اليوم ٢٠ المُضي قدُمًا
اليوم ٢١ الشُّعور بالرِّضا
اليوم ٢٢ محبَّة سخيَّة
اليوم ٢٣ المشاركة بالتَّعزية
اليوم ٢٤ موهبة الإعانة
اليوم ٢٥ أحبُّوا بعضكم بعضًا
اليوم ٢٦ اختيارك بأن تغفر
اليوم ٢٧ ملء الحياة
اليوم ٢٨ استعادة الرّجاء
اليوم ٢٩ العيش بشكلٍ جيِّدٍ
اليوم ٣٠ قوَّة للغد

لقد غيَّرت الكارثة عالمنا كله.

ما الذي يحدث الآن؟

حين تقع كارثة فظيعة، سريعًا ما نشعر بالعجز عن التّعامُل معها. فالمزيـج ما بين الاحتياج الشديد وعدم وجود الوقت تقريبًا للاستعداد، يشلُّ أيّة استجابة فاعلة من طرف الحكومات وأنظمة الرعاية الصِّحِيَّة، ويُرهِق البُنَى التَّحتيَّة التي توفِّر السِّلع والاحتياجات والخدمات الأساسيّة.

وعلى المستوى الشّخصي، نجاهد لكي نشقّ طريقنا عبر الارتباك والحيرة والخوف، والخسائر الفادحة التي تَنتج عن هذه الأزمة.

سبق أنْ واجَه بعضُنا أزمةً كهذه. لكن لم نكن بمعظمنا مضطرِّين للتكيُّف مع مثل هذه التغييرات الجذريَّة في روتين حياتنا اليوميَّة. إذ لم يحدث أن واجهنا حالةً بهذا الحجم من الضبابيَّة وعدم اليقين أمام ظروفٍ متغيِّرة.

تؤثِّر الكارثة على كلِّ فكر وقرار وعمل في كلِّ لحظة من اليوم. ليست لدينا أيَّة فكرة عمَّا سيحمله الغد. وقد نتساءل عمَّا إذا كانت القصص التي نراها على التلفاز اليوم ستُصبِحُ قصَّتَنا غدًا.

وسط هذا الاضطراب، نتوق إلى التَّعزية، والرَّاحة، والاستقرار، والأمل. الكتاب المُقدَّس، كلمة الله المُرسَلة إلى البشريَّة، هو قصّة مَحبّة الله الأمينة لكلّ واحدٍ منَّا في كلّ ظرفٍ. يمكن للكتاب المقدَّس أن يكون مصدر تشجيعٍ عظيمٍ في مثل هذه الأوقات والظّروف. إنّه يصوِّر غضبنا، وأحزاننا، ومخاوفنا، وآمالنا، ويعزِّينا اليوم ويقوِّينا لنعيش الغد. كما أنَّهُ يساعدنا أن نرى ما وراء صراعاتنا الحاليّة، فنُبصِر الرّجاء الأبدي الذي يجلبه الله إلى الحياة بأكمَلِها.

تستعرض قراءاتنا اليوميَّة في هذا الكتيِّب بعض المشاعر والأفكار الشَّائعة التي قد نختبرها بعد وقوع كارثةٍ.

تشمل كلُّ قراءة سؤالاً أو فكرةً ألهمنا بها النَّاجون من الكوارث والأزمات، ومقطعًا للقراءة من الكتاب المُقدَّس، وتشجيعًا لمساعدتك على التكيُّف مع التحدِّيَّات الجديدة في الحياة اليوميَّة. وتُختَم كلُّ قراءة بفكرة أو سؤالٍ لتحتفظ به في فكرك فيما تُكمِل يومَك، أو لتستخدمه كمحفِّز يَحُثُّك على تدوين يوميَّاتك أو خواطرك، أو كمرشد في وقت صلاتك.

نصلّي أن يباركك الربُّ ويحفظك لحظةً بلحظةٍ، ويومًا بعد يومٍ فيما تسعى لأن تتبع يسوع المسيح بكلِّ إخلاص وأمانة، حتَّى حين يتغيَّر وينقلب كلُّ عالمك.

أعنّي!

أنا مصعوق!

كنتُ قد سمعتُ أنَّ النّجاة من كارثةٍ قد تكون أمرًا سيِّئًا، ولكنّي لم أتخيَّل قطُّ أن يكون انعكاسها عليَّ وعلى أهلي ومجتمعي بهذا السوء.

إنَّها أسوأ بكثير ممَّا توقَّعت.

وحتَّى إنْ فعلنا كلَّ ما ينبغي، ليس ما يضمن أن يكون أغلى النَّاس على قلبي في أمان.

فماذا عليَّ أن أفعل الآن؟
أين لي أن أجد المعونة؟

مَنْ منَّا لم يسمع أو يشاهد أخبارًا عن كوارث؟ صحيح أنَّ صُوَر وفيديوهات مناطق الزَّلازل والفيضانات والنِّزاعات المُسلحَّة والمجاعات والأوبئة تتيح لنا رؤية الفوضى بعين المُتَفَرِّج، ولكنَّها لا تنقل حالة الارتباك والخسارة والألم التي تجلبها هذه الأحداث لحياة النَّاس المتضرِّرين.

يستنزف التّكيُّف مع ما ينتظرنا كلَّ جزء من طاقتنا وقدرتنا، بل وأكثر من ذلك.

لكنَّنا لسنا الوحيدين الذين شعروا يومًا بالإنهاك والضَّعف وعدم الكفاءة. فثمَّة آخرون كثيرون ممَّن احتاجوا مثلنا إلى المعونة في الظُّروف الصَّعبة أيضًا.

في ما يلي مقاطع مأخوذة من سفر المزامير، وقد كتبها الملكُ داود، هذا الإنسان الذي اختبر شتَّى أنواع الآلام والأحزان. ولربَّما يَصِفُ بعض المشاعر التي تمرُّ بها الآن.

ارْحَمْنِي يَا رَبُّ فَأَنَا فِي ضِيقٍ:
كَلَّتْ عَيْنَايَ غَمًّا،
وَاعْتَلَّتْ نَفْسِي وَدَخِيلَتِي أَيْضًا
لأَنَّ حَيَاتِي قَدْ فَنِيَتْ بِالْحُزْنِ،
وَسِنِي حَيَاتِي بِالتَّنَهُّدِ.
خَارَتْ قُوَايَ ...

مُبَارَكٌ الرَّبُّ
لأَنَّهُ أَحَاطَنِي بِرَحْمَتِهِ الْعَجِيبَةِ
وَكَأَنِّي فِي مَدِينَةٍ مُحَصَّنَةٍ.
تَسَرَّعْتُ فِي رُعْبِي وَقُلْتُ:
«قَدْ تَخَلَّى الرَّبُّ عَنِّي»
وَلَكِنَّكَ سَمِعْتَ صَوْتَ تَضَرُّعِي
عِنْدَمَا اسْتَغَثْتُ بِكَ.
مزمور ٣١: ٩-١٠، ٢١-٢٢

ما الذي تودُّ أن تقوله لله عن الكارثة التي مررت بها وعن مدى تأثيرها عليك اليوم؟

الشُّعور بالضَّعف

لقد حدثت الكثير من الأمور، وما تزال تحدث.

لا يمكنني الحدُّ من سطوة وهجمات الأخبار السيِّئة، وأعجز حتَّى عن حماية بيتي وعائلتي وتلبية احتياجاتهم.

أشعر بالعجز والضَّعف.
لم يَعُدْ العالَم آمنًا.

إنَّ أحد الأسباب التي تجعل الكوارث مخيفةً ومرعبةً هو أنَّها خارج نطاق سيطرتنا. قد نعرف ما يحدث، إنَّما نجهل كيف سيؤثِّر علينا وكم من الوقت سنحتاج للتعافي منه.

لا نعرف متى ستعود حياتنا إلى طبيعتها، هذا إن عادت. وهذا الشعور من عدم اليقين يُفْقِدُنا طعم الراحة.

عندما نكون معتادين على الاعتماد على قدرتنا وسلطتنا للشُّعور بالأمان، قد نشعر بالضّعف لا سيَّما عندما تحلُّ الكارثة وتخرج الأمور عن سيطرتنا. ولكنْ في ظلِّ عجزنا عن مساعدة أنفسنا، يبقى الله، خالق السماوات والأرض، قويًّا وقديرًا وصالحًا.

نصبِح أقوياء حين نرتبط بالله، فهو القوَّة الواهبة حياةً للكون.

يُحِبُّ (الرَّبُّ) الْبِرَّ وَالْعَدْلَ،
وَرَحْمَتُهُ تَعْمُرُ الأَرْضَ.
بِكَلِمَةٍ مِنَ الرَّبِّ صُنِعَتِ السَّمَاوَاتُ،
وَبِنَسْمَةِ فَمِهِ كُلُّ مَجْمُوعَاتِ الْكَوَاكِبِ.
يَجْمَعُ الْبِحَارَ كَكَوْمَةٍ،
وَاللُّجَجَ فِي أَهْرَاءٍ.
لِتَخَفِ الرَّبَّ الأَرْضُ كُلُّهَا، وَلْيُوَقِّرْهُ جَمِيعُ سُكَّانِ الْعَالَمِ.
قَالَ كَلِمَةً فَكَانَ.
وَأَمَرَ فَصَارَ!

أَنْفُسُنَا تَنْتَظِرُ الرَّبَّ.
عَوْنُنَا وَتُرْسُنَا هُوَ.
بِهِ تَفْرَحُ قُلُوبُنَا،
لأَنَّنَا عَلَى اسْمِهِ الْقُدُّوسِ تَوَكَّلْنَا.
لِتَكُنْ يَا رَبُّ رَحْمَتُكَ عَلَيْنَا
بِمُقْتَضَى رَجَائِنَا فِيكَ.
مزمور ٣٣: ٥-٩، ٢٠-٢٢

لا يمكن لأيّة كارثةٍ تحلُّ بنا أن تقلّل من قوَّة إلهنا القدير وسلطانه وصلاحه.

ما هي مَوَاطِنُ الضعف التي ستستودعها بين يديْ الله حتَّى يساعدك في التغلُّب عليها ويحميك منها؟

لا أستطيع تحمُّل المزيد!

هذا يكفي! لا أستطيع التَّركيز على شيء.

يصعب عليّ تذكُّر ما يحاول النَّاسُ قولَهُ لي. أنا مُنهَكٌ تمامًا، ومع ذلك لا أستطيع النوم. أشعر بالغثيان، ولا أستطيع أن آكل.

أنا منزعجٌ من الجميع، فقد نفد صبري من كلِّ شيء. وأودُّ لو ينتهي هذا الكابوس!

التَّعامُل مع كارثةٍ أو أزمةٍ أمرٌ صعبٌ في الكثير من النواحي. فقد يتعطَّل كلُّ جزءٍ من حياتي بسبب ما يحدث. ولا تعود طريقتنا الاعتياديَّة في عمل الأشياء نافعةً. ويصبح إتمام عمل أيِّ شيء تحدِّيًا في حدِّ ذاته. ولكثرة الأشياء التي يتوجَّب علينا إنجازها، لا نعود نعرف من أين نبدأ.

يصير فهم الأمور عملًا صعبًا وشاقًّا للغاية.

مجرَّد القيام بأنشطتنا اليوميَّة يذكِّرنا بما فقدناه بالأمس وبانعدام الثقة واليقين في الغد. ثمَّ إنَّ الحزن على ما خسرناه ومواجهة مخاوفنا أمران يستنزفاننا عاطفيًّا. لذا لا عجب أن نشعر بالضعف والإنهاك!

ولكنْ يمكننا أن نثق بهذا: أنَّ الله يسمعنا في ضيقنا، وينعم علينا بحضوره.

أَصْغِ يَا اللهُ إِلَى صَلاتِي،
وَلَا تَتَغَافَلْ عَنْ تَضَرُّعِي؛
اسْتَمِعْ لِي وَاسْتَجِبْ،
لأَنِّي حَائِرٌ وَمُضْطَرِبٌ فِي كُرْبَتِي.

قَلْبِي يَتَوَجَّعُ فِي دَاخِلِي؛
وَأَهْوَالُ الْمَوْتِ أَحَاطَتْ بِي.
اعْتَرَانِي الْخَوْفُ وَالارْتِعَادُ،
وَطَغَى عَلَيَّ الرُّعْبُ.
فَقُلْتُ: "لَيْتَ لِي جَنَاحًا كَالْحَمَامَةِ
فَأَطِيرَ وَأَسْتَرِيحَ.
كُنْتُ أَشْرُدُ هَارِبًا
وَأَبِيتُ فِي الْبَرِّيَّةِ.
كُنْتُ أُسْرِعُ لِلنَّجَاةِ
مِنَ الرِّيحِ الْعَاصِفَةِ ..."

أَمَّا أَنَا فَبِالرَّبِّ أَسْتَغِيثُ
وَالرَّبُّ يُخَلِّصُنِي.
مَسَاءً وَصَبَاحًا وَظُهْرًا
أَشْكُو لَهُ صَارِخًا وَنَائِحًا،
فَيَسْمَعُ صَوْتِي.
مزمور ٥٥: ١-٢، ٤-٨، ١٦-١٧

كيف تسأل الله أن يكون ملجأك وقوَّتك في أزمنة الضِّيق هذه؟

هل يعاقبُنا الله؟

حين أخلو بنفسي للحظات، أتساءل لماذا سمح الله بحلول مثل هذه الكارثة.
هل الله غاضب منَّا؟

هل يعاقبنا الله؟

يقول البعض إنَّه غاضب منَّا بالفعل ويعاقبنا، وإنَّنا نستحقُّ هذا العقاب، ما يُشعِرني بالذّنب تجاه ما يحدث.

هل ما يزال الله يحبُّنا، أم أنّه حوَّل وجهه عنَّا؟

يُحدِّثنا الكتاب المُقدَّس عن رجلٍ اسمه أيُّوب تعرَّض لكوارثَ متتالية. فقَدْ فَقَدَ كلَّ أولاده المحبوبين، وخسر أمانه الماليَّ، وأصابه مرضٌ رديءٌ وشديدٌ. فأصرَّ بعض أصدقائه على أنَّه اقترف بالتأكيد ذنبًا كبيرًا جدًّا، ما دفع الله إلى معاقبته.

حتَّى إنَّ صديقه أليفاز قال له:

... هَلْ هَلَكَ أَحَدٌ وَهُوَ بَرِيءٌ؟
أَوْ أَيْنَ أُبِيدَ الصَّالِحُونَ؟
بَلْ كَمَا شَاهَدْتَ فَإِنَّ الْحَارِثِينَ إِثْمًا،
وَالزَّارِعِينَ شَقَاوَةً، هُمْ يَحْصُدُونَهُمَا،
وَبِنَسَمَةِ اللهِ يَفْنَوْنَ وَبِعَاصِفَةِ غَضَبِهِ يَهْلِكُونَ.
أيُّوب ٤: ٧-٩

تخيَّلْ ما شعر به أيُّوب بعد هذا اللّوم! لكن، قال الله إنَّ صديق أيُّوب مخطئٌ، وإنَّه لا يقف وراء هذه الكوارث والمآسي في حياة أيُّوب. إذ يُمكن للأحداث المأساويَّة والأوقات الصَّعبة التي تجلب الألم أن تصيب كلَّ إنسان. وحين تأتي مثل هذه الظّروف، يمكننا أن نتَّكل على محبَّة الله الثَّابتة لنا.

اُذْكُرْ بَلِيَّتِي وَتَيَهَانِي
وَالأَفْسَنْتِينَ وَالْمَرَارَةَ.
مَا بَرِحَتْ نَفْسِي تَذْكُرُهَا
وَهِيَ مُنْحَنِيَةٌ فِي دَاخِلِي.
وَلَكِنْ هَذَا مَا أُنَاجِي بِهِ نَفْسِي،
لِذَلِكَ يَغْمُرُنِي الرَّجَاءُ:
مِنْ إِحْسَانَاتِ الرَّبِّ أَنَّنَا لَمْ نَفْنَ،
لأَنَّ مَرَاحِمَهُ لَا تَزُولُ.
تَتَجَدَّدُ فِي كُلِّ صَبَاحٍ.
فَائِقَةٌ أَمَانَتُكَ.
مراثي إرميا ٣: ١٩-٢٣

إنَّ خوفنا من أنْ نكون قد جلبنا على أنفسنا كارثةً أو مأساةً هو حِملٌ يُثقِل كاهلنا. ولكنْ بسبب محبَّة الله وإحساناته الثابتة التي لا تزول، لسنا مُضطرّين لأن نحمل هذا الحِمْل. يمكننا أن نجد التَّعزية والرَّاحة في محبَّته.

تحدَّث إلى الله عمَّا تعنيه محبَّته لكَ في هذا الوقت.

دموعٌ لا تُكفكَف

أجِد نفسي أبكي فجأةً.

صحيح أنِّي حين أبكي وحيدًا أشعر بالسوء، ولكنْ حين أبكي أمام آخرين يبدو الأمر أسوأ لأنِّي أشعر بالضَّعف والحرَج، كما أشعر أنِّي مضطرٌّ أن أبرِّر بكائي، وغالبًا ما أعجز عن فعل هذا.

ينتابني شعور لا يُطاق بالحزن والإحباط.

من الطّبيعي أن يمتلئ الإنسان بمشاعر الحزن والألم وغيرها خلال تعرُّضه لأزمةٍ ما.

التَّعبير عن هذه العواطف، بما في ذلك بالبكاء، قد يكون طريقةً صحِّيَّةً للتَّعامُل مع كلِّ شيءٍ والتَّعافي ممَّا يحدث. وبالنظر إلى محبَّة الله العظيمة لنا لسنا مُضطرّين لأن نكبت هذه المشاعر ونحتفظ بها لأنفسنا، إذ يمكننا أن نحدِّث الله عن كلّ حزنٍ أو ألمٍ في قلوبنا.

يفهم الله حقيقة الألم البشريِّ فهمًا عميقًا، وهو يدعونا لأنْ نصرخ إليه حين نتألَّم.

وسط انزعاجنا واستيائنا، يشعر الله بألمنا. وفي حزننا، يحزن الله معنا.

ما من كارثةٍ أو مأساةٍ أو ضيق عاطفي لا يشمله الله بمحبَّته الفادية والمخلِّصة.

اسْتَغَاثَتْ قُلُوبُهُمْ بِالرَّبِّ.
لِتَجْرِ الدُّمُوعُ،
يَا أَسْوَارَ ابْنَةِ صِهْيَوْنَ،
كَالنَّهْرِ لَيْلًا وَنَهَارًا. لَا تَسْتَكِينِي
وَلا تَكُفَّ عَيْنَاكِ عَنِ الْبُكَاءِ.
قُومِي وَانْتَحِبِي
فِي الرُّبْعِ الأَوَّلِ مِنَ اللَّيْلِ.
اسْكُبِي كَالْمَاءِ قَلْبَكِ
فِي مَحْضَرِ الرَّبِّ ...

لَنْ تَكُفَّ عَيْنَايَ عَنِ الْبُكَاءِ أَبَدًا،
حَتَّى يُشْرِفَ الرَّبُّ مِنَ السَّمَاءِ وَيُبْصِرَ.

اسْتَغَثْتُ بِاسْمِكَ يَا رَبُّ
مِنْ أَعْمَاقِ الْجُبِّ،
فَسَمِعْتَ صَوْتِي. لَا تَصُمَّ أُذُنَيْكَ
عَنْ صُرَاخِ اسْتِغَاثَتِي.
اقْتَرَبْتَ حِينَ دَعَوْتُكَ
إِذْ قُلْتَ: "لا تَخَفْ."
مراثي إرميا ٢: ١٨-١٩؛ ٣: ٤٩-٥٠، ٥٥-٥٧

يقف الله إلى جانب المتألّمين. يمكننا أن نثق باقترابه إلينا حين نصرخ إليه معبِّرين عن ألم قلوبنا.

ما هي صلاة الشكر التي ترفعها إلى الله من أجل حضوره ووجوده معك وقت ألمك؟

مَنْ يفهم؟

ظننتُ أنَّ الأمور تتحسَّنُ بعض الشّيء، ولكنَّ الأخبار اليوم لم تكن جيِّدة.

أشعر بإحباطٍ وإنهاكٍ شديدَيْن بسبب كلِّ هذه الفوضى.

كفى! لا أريد مشاهدة تقريرٍ إخباريٍّ آخر.

لا حاجة لأنْ يذكّرني أحدٌ بأنَّ الأمور كانت لتكون أسوأ ممَّا هي عليه الآن.

لا أريد رؤية وجهٍ مُبتسمٍ آخر يقول لي إنَّ اجتياز هذه الظُّروف سوف يبني شخصيَّاتنا ويوحِّدنا ويجعلنا نتكاتف.

إنَّهم لا يفهمون ما أشعر به وكيف يبدو الأمر لي.

هذا صحيح. إنَّ أحدًا منَّا لا يدرك أو يفهم ما يمرُّ به إنسانٌ آخر لدى مواجهة مثل هذه الكارثة.

قد نرغب في مساعدة وتشجيع بعضنا بعضًا، ولكنْ غالبًا ما نجهل السبيل إلى ذلك. ولذا، ومن دون أن نصغي حقًّا لما يقوله الآخر، نسارع إلى التفوُّه بكلامٍ قاصر ومتسرِّع يغذّي الإحباط والألم بدلاً من أن يقدِّم تعزيةً.

ولكنْ هناك مَنْ يعرفُكَ معرفة وثيقة عن قرب، ويحبُّك محبَّة تفوق تصوُّرك، ويعرف كلَّ تفصيل في حياتك، كلَّ شعور ينتابك وكلَّ فكرٍ يساورك. وبفهمٍ كاملٍ لكلِّ احتياجٍ لديك، يدعوك للمجيء إليه:

"تَعَالَوْا إِلَيَّ يَا جَمِيعَ الْمُتْعَبِينَ وَالثَّقِيلِي الأَحْمَالِ،
وَأَنَا أُرِيحُكُمْ. اِحْمِلُوا نِيرِي عَلَيْكُمْ، وَتعَلَّمُوا مِنِّي،
لأَنِّي وَدِيعٌ وَمُتَوَاضِعُ الْقَلْبِ، فَتَجِدُوا الرَّاحَةَ لِنُفُوسِكُمْ.
فَإِنَّ نِيرِي هَيِّنٌ، وَحِمْلِي خَفِيفٌ!".
متّى ١١: ٢٨-٣٠

تقدِّم كلماته وحضوره تعزيةً حقيقيَّة للذين يطلبونه:

يَا رَبُّ قَدْ فَحَصْتَنِي وَعَرَفْتَنِي.
أَنْتَ عَرَفْتَ قُعُودِي وَقِيَامِي.
فَهِمْتَ فِكْرِي مِنْ بَعِيدٍ.
أَنْتَ تَقَصَّيْتَ مَسْلَكِي وَمَرْقَدِي،
وَتَعْرِفُ كُلَّ طُرُقِي.
عَرَفْتَ كُلَّ كَلِمَةٍ
مِنْ قَبْلِ أَنْ يَتَفَوَّهَ بِها لِسَانِي.
مزمور ١٣٩: ١-٤

ألا يريحك أن يكون هناك مَنْ يعرفك ويفهمك وأنْ تجد الرَّاحة في وسط تعبك؟ لستَ مُضطرًا لأن تحمل هذا الحِمل وحدك.

هل تثق في أنَّ الله يعرفك ويستطيع أن يريحك؟

هل الله صالحٌ حقًّا؟

لا أفهم لماذا سمح الله بحدوث هذه الكارثة.

سواءٌ كان زلزالاً، أو فيضانًا، أو إعصارًا، أو حرائق غابات. الكوارث تجتاح مجتمعات عاجزة، وتهدم البيوت، وتقضي على الذّكريات وتدمّر الحياة، ولا تبالي بمَنْ يقف في طريقها أو بما تخلّفه من دمار.

هذا ليسَ عدلًا! كيف يسمح الله بحدوث هذا؟

من الطبيعيّ أن نطرح أسئلةً حين نعاني تحتَ وطأة أزمةٍ مؤلمة.

فإنَّنا نريد أن نعرف من هو المُلام في هذه الأزمة، وسبب حدوثها، وما كان يمكن عملُه لمنع وقوعها، وما يمكن عمله أكثر لإيقافها، وما يفعله الله في خضمِّها.

طرح الأسئلة الصَّعبة أمرٌ مؤلم، لا سيَّما عندما لا نسمع إجابات، حينئذٍ نندفع إلى التّساؤل حول طبيعة الله ودوره في ما يحدث.

لسنا الوحيدين الذين يفعلون هذا. فحين فَقَدَ أيُّوب أولاده وأملاكه وصحَّته، تألَّم بسبب ما حدث له، ودافع عن استقامته موجِّهًا أسئلتَه واتِّهاماته إلى الله، ومطالِبًا إيّاهُ بأن يُجيب عنها. المُدهِش في الأمر أنَّ الله أصغى إلى كلّ كلمةٍ قالَها أيّوب، وحين انتهى من الكلام، أخبره الله ما يعنيه أن يكونَ هو الخالق الذي يحبُّ ويهتمُّ عن قرب بكلِّ تفاصيل الكون! فقد قال الله:

"أَيُخَاصِمُ اللاّئِمُ الْقَدِيرَ؟
لِيُجِبِ المُشْتَكِي عَلَى اللهِ."
عِنْدَئِذٍ أَجَابَ أَيُّوبُ الرَّبَّ:
"انْظُرْ، أَنَا حَقِيرٌ، فَبِمَاذَا أُجِيبُكَ؟
هَا أَنَا أَضَعُ يَدِي عَلَى فَمِي.
لَقَدْ تَكَلَّمْتُ مَرَّةً وَلَنْ أُجِيبَ ..."

"قَدْ أَدْرَكْتُ أَنَّكَ تَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ،
وَلا يَتَعَذَّرُ عَلَيْكَ أَمْرٌ.
تَسْأَلُنِي: مَنْ ذَا الَّذِي يُخْفِي الْمَشُورَةَ مِنْ غَيْرِ مَعْرِفَةٍ؟
حَقًّا قَدْ نَطَقْتُ بِأُمُورٍ لَمْ أَفْهَمْهَا،
بِعَجَائِبَ تَفُوقُ إِدْرَاكِي."
أيّوب ٤٠: ٢-٥؛ ٤٢: ٢-٣

قد لا نصل إلى إجابات بشأن ما يضايقنا ويزعجنا، ولكنَّ الله صالح ومُحِبّ، ويعمل دومًا بطرقٍ قويّةٍ وعظيمة لا نستطيع أن نتخيَّلها.

ما الإحباطات والأسئلة التي تحتاج أن تحدِّث الله عنها اليوم؟

وحيدٌ في الحزن

قلبي يعتصِر ألمًا!

يفقد النَّاس أعمالَهم ووظائفَهم، وبيوتَهم أيضًا، ويضيِّع الطُّلاب فُرَصًا مستقبليَّة. وكذلك يفقدَ بعض أرباب العمَل مصادر دخلهم ومدَّخراتهم.

خسارات الحياة فظيعة!

أشعر بإحباطٍ شديدٍ حتَّى إنَّني أحيانًا لا أعرف كيف أمضي قُدمًا.

لم يخلِقنا الله لنتدبَّر أمر حزننا وحدنا، بل وضَعَنا ضمن عائلات ووسط أصدقاء ومجتمعاتٍ لنتشارك معًا في السرَّاء والضرَّاء.

يؤكِّد الكتاب المُقدَّس على قيمة علاقاتنا الإنسانيَّة، إذْ يُخبِرنا بأنَّ اثنَيْن أفضل من واحد، ويشجِّعنا على أنْ نحِبَّ بعضنا بعضًا. ويمكن حتَّى لمحادثةٍ شخصيَّةٍ أو لتناول الطعام معًا أن يرفع من معنويَّاتنا.

ولكنْ ماذا نفعل حين نكون محبطين ومتعبين؟ أين يكمن رجاؤُنا في الحصول على تعزية وتشجيع؟ يُخبِرُنا الكتاب المُقدَّس عن إيليّا، الذي واجَهَ حالةً مهددة للحياة من البلبلة والاضطراب، وشعر بأنَّه متروكٌ وحده، ما ألقاه في قبضة اليأس.

اليوم ٨

... وَقَالَ: «قَدْ كَفَى الآنَ يَارَبِّي، خُذْ نَفْسِي فَلَسْتُ خَيْرًا مِنْ آبَائِي."
وَاضْطَجَعَ وَنَامَ تَحْتَ شَجَرَةِ الشِّيحِ.

... وَإِذَا بِمَلاكٍ يَمَسُّهُ وَيَقُولُ: "قُمْ وَكُلْ."
فَتَطَلَّعَ حَوْلَهُ وَإِذَا بِهِ يَرَى عِنْدِ رَأْسِهِ رَغِيفًا مَخْبُوزًا عَلَى الجَمْرِ وَجَرَّةَ مَاءٍ.
فَأَكَلَ وَشَرِبَ، ثُمَّ عَادَ وَنَامَ.

وَمَسَّهُ مَلاكُ الرَّبِّ ثَانِيَةً قَائِلاً: «قُمْ وَكُلْ، لأَنَّ أَمَامَكَ مَسَافَةً طَوِيلَةً لِلسَّفَرِ."
فَقَامَ وَأَكَلَ وَشَرِبَ، وَمَشَى بِقُوَّةِ تِلْكَ الْوَجْبَةِ أَرْبَعِينَ نَهَارًا وَأَرْبَعِينَ لَيْلَةً، حَتَّى بَلَغَ جَبَلَ اللهِ حُورِيبَ.
ملوك الأوَّل ١٩: ٤-٨

عرف الله مدى شعور إيليَّا بالإحباط، وأرسل إليه معونة بطريقة غير متوقَّعة. يدرِك الله ويفهم حزنَ قلبكَ أنتَ أيضًا.

صلِّ لأجل أن يمنحك الله قلبًا منفتحًا لاستقبال عطايا الله المُشجِّعة وغير المُتوقَّعة.

أمانٌ وسط الفوضى

يأتي كلُّ يومٍ بتغيُّراتٍ جديدة في الحياة.

لم يعُد شيءٌ، ولا حتَّى الذهاب لشراء الخبز أو الحليب، أمرًا بسيطًا كما كان في السَّابق.

فقد عمَّت الفوضى كلَّ الأرجاء.

أصبحتُ أخاف ممَّا قد يجلبه الغد. ماذا لو لم أتمكَّن من الحصول على الطَّعام أو الدَّواء؟ هل ستعود الحياة إلى طبيعتها يومًا ما؟

تُحْدِثُ الكارثة تغييرات جذريَّة وتأتي بانعدام اليقين للحياة اليوميَّة.

النّتيجة هي الفوضى، وعدم الاستقرار.

بينما نتأقلم مع "الوضع الطَّبيعي الجديد" للحياة اليوميَّة على الأرض، يمكننا أن نثق أنَّ الله لم يتغيَّر البتَّة، فهو ما يزال يحبُّنا ويهتمُّ بنا. وما يزال الصَّخرةَ الرَّاسخة التي منها نستمدُّ رجاءنا وقوَّتنا، فهو الذي وعد بأن يكون معنا مهما كانت الكوارث التي تصيبنا.

اللهُ لَنَا مَلْجَأٌ وَقُوَّةٌ،
عَوْنُهُ مُتَوَافِرٌ لَنَا دَائِمًا فِي الضِّيقَاتِ.
لِذَلِكَ لَا نَخَافُ وَلَوْ تَزَحْزَحَتِ الأَرْضُ
وَانْقَلَبَتِ الْجِبَالُ إِلَى قَلْبِ الْبِحَارِ.
تَهِيجُ وَتُزْبِدُ مِيَاهُهَا؛
تَتَزَلْزَلُ الْجِبَالُ مِنْ عُنْفِ جَيَشَانِهَا.
مزمور ٤٦: ١-٣

لا تَخَفْ لأَنِّي مَعَكَ،
لا تَتَلَفَّتْ حَوْلَكَ جَزَعًا، لأَنِّي إِلَهُكَ،
أُشَدِّدُكَ وَأُعِينُكَ،
وَأَعْضُدُكَ بِيَمِينِ بِرِّي.
إشعياء ٤١: ١٠

... إِنَّ الرَّبَّ قَرِيبٌ. لَا تَقْلَقُوا مِنْ جِهَةِ أَيِّ شَيْءٍ، بَلْ فِي كُلِّ أَمْرٍ لِتَكُنْ طِلْبَاتُكُمْ مَعْرُوفَةً لَدَى اللهِ، بِالصَّلاةِ وَالدُّعَاءِ، مَعَ الشُّكْرِ. وَسَلامُ اللهِ، الَّذِي تَعْجَزُ الْعُقُولُ عَنْ إِدْرَاكِهِ، يَحْرُسُ قُلُوبَكُمْ وَأَفْكَارَكُمْ فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ.
فيلبّي ٤: ٥-٧

اطلبْ من الله سلامًا يهدِّئ قلقك أو مخاوفَك أو شعورك بعدم الأمان.

اعتمد عليه ليمنحك المعونة والقوَّة في هذا الظرف.

الاشتياق إلى المجتمع

تُبعدك الكارثة عن أنشطتك وعن أناسٍ غالين على قلبك.

ومع هذا فنحن نحضر اجتماعات الكنيسة عبر هواتفنا أو أجهزة الكمبيوتر الخاصَّة بنا. أنا أقدِّر تعليم راعي كنيستنا، ولكنَّني أفتقد كثيرًا روح الشَّرِكَة، والمحادثات، والصَّلوات، والتَّشجيع.

كم تبدو صعبة أوقات الانفصال عن مجتمعاتنا التي نستمدُّ منها الدّعم!

يريد الله أن يتمتَّع أعضاء جسد المسيح بعلاقاتٍ بنَّاءة مفعمة بالمحبَّة بعضهم مع بعض –علاقاتٍ نتوق إليها حين نكون منفصلين أو بعيدين بعضنا عن بعض.

اضطرَّ المسيحيُّون الأوائل أيضًا أن يحتملوا الانفصال عن عائلاتهم الرُّوحيّة.

فَأُنَاشِدُكُمْ، أَيُّهَا الإِخْوَةُ، بِرَبِّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ وَبِمَحَبَّةِ الرُّوحِ، أَنْ تُجَاهِدُوا مَعِي فِي الصَّلَوَاتِ إِلَى اللهِ مِنْ أَجْلِي، حَتَّى أَجِيءَ إِلَيْكُمْ فِي فَرَحٍ بِمَشِيئَةِ اللهِ فَأَتَنَعِّشَ عِنْدَكُمْ وَأَسْتَرِيحَ. وَلْيَكُنْ إِلهُ السَّلامِ مَعَكُمْ جَمِيعًا. آمِينَ!
روما ١٥: ٣٠، ٣٢-٣٣

إِنَّنَا نَشْكُرُ اللهَ دَائِمًا مِنْ أَجْلِكُمْ جَمِيعًا، إِذْ نَذْكُرُكُمْ فِي صَلَوَاتِنَا دُونَ تَوَقُّفٍ؛ مُتَذَكِّرِينَ، أَمَامَ إِلهِنَا وَأَبِينَا، مَا لَكُمْ مِنْ عَمَلِ الإِيمَانِ وَاجْتِهَادِ الْمَحَبَّةِ وَثَبَاتِ الرَّجَاءِ، فِي رَبِّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ.

لِذَلِكَ عَزُّوا بَعْضُكُمْ بَعْضًا وَشَدِّدُوا أَحَدُكُمُ الآخَرَ، كَمَا أَنْتُمْ فَاعِلُونَ.

افْرَحُوا عَلَى الدَّوَامِ؛ صَلُّوا دُونَ انْقِطَاعٍ؛ ارْفَعُوا الشُّكْرَ فِي كُلِّ حَالٍ: فَهذِهِ هِيَ مَشِيئَةُ اللهِ لَكُمْ فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ.
تسالونيكي الأولى ١: ٢-٣؛ ٥: ١١، ١٦-١٨

أجل، يتطلَّب التَّعبير عن محبَّتنا والحفاظ على علاقاتنا مع مجتمعنا جهدًا مُضاعفًا في وقت الانفصال. ولكنْ حتَّى عندما نكون بعيدين بعضنا عن بعض، فإنَّ علاقتنا في المسيح تجمعنا معًا، وسنفرح حين نتلاقى معًا مجدَّدًا.

وأمّا الآن، فصلُّوا بعضكم لأجل بعض. واجتهدوا أن تحافظوا على علاقاتكم الرُّوحيَّة المُهمَّة خلال وقت الانفصال الذي نمرُّ به في هذه الفترة.

الغضب

تسألني: "هل أنا غاضب؟" ما رأيك؟

لقد فقدتُ بيتي، بل وربَّما وظيفتي. وإنِّي عاجز عن تسديد احتياجات أسرتي الأساسيَّة، ومجبر على الاعتماد على آخرين.

أجل، أنا غاضب، غاضب جدًّا بشأن كلِّ شيء.

من المحبط جدًّا أن نفقد السَّيطرة بصورة كبيرة على حياتنا، مثلما يحدث بعد وقوع كارثة. حين تكون لدينا احتياجات غير مُسدَّدة لا نجد سبيلاً إلى توفيرها، يزداد شعورنا بالخوف وعدم الأمان، ما يغذِّي غضبَنا ويؤجِّجه داخلنا إلى أن يتحوَّل إلى مشاعرَ مدمِّرة.

ليس الغضب شعورًا خاطئًا في ذاته.

فحتَّى الله يغضب.

ولكنَّ غضبه مختلفٌ عن غضبنا، وهو يريدنا أن نتعلَّم منه.

الرَّبُّ رَحِيمٌ وَرَؤُوفٌ،
بَطِيءُ الْغَضَبِ وَوَافِرُ الرَّحْمَةِ.
لَا يَسْخَطُ إِلَى الأَبَدِ،
وَلَا يَحْقِدُ إِلَى الدَّهْرِ.
لَمْ يُعَامِلْنَا حَسَبَ خَطَايَانَا،
وَلَمْ يُجَازِنَا حَسَبَ آثَامِنَا.
مزمور ١٠٣: ٨-١٠

اليوم ١١

لِذَلِكَ، يَا إِخْوَتِي الأَحِبَّاءَ، عَلَى كُلِّ وَاحِدٍ مِنْكُمْ أَنْ يَكُونَ مُسْرِعًا إِلَى الإِصْغَاءِ، غَيْرَ مُتَسَرِّعٍ فِي الْكَلَامِ، بَطِيءَ الْغَضَبِ. لأَنَّ الإِنْسَانَ، إِذَا غَضِبَ، لَا يَعْمَلُ الصَّلاحَ الَّذِي يُرِيدُهُ اللهُ.
يعقوب ١: ١٩-٢٠

"إِنْ غَضِبْتُمْ فَلا تُخْطِئُوا."
... انْزِعُوا عَنْكُمْ كُلَّ حِقْدٍ ...
وَكُونُوا لُطَفَاءَ بَعْضُكُمْ نَحْوَ بَعْضٍ، شَفُوقِينَ، مُسَامِحِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا كَمَا سَامَحَكُمُ اللهُ فِي الْمَسِيحِ.
أفسس ٤: ٢٦، ٣١-٣٢

يعرف الله ألمنا وإحباطنا وغضبنا. لسنا مُضطرين لأنْ نخفي هذه المشاعر عنه. ولكنَّه يطلب منَّا أيضًا أن نسيطر على غضبنا فلا نهاجم الآخرين ونؤذيهم، ونفشل في أن نحقِّق ما يريده لنا.

حدِّثْ الله عن غضبك واطلبْ منه أن يساعدك في أن تعيش بأمانة في كلِّ ظروفك.

مُنفصلٌ عن الله؟

أشعر كما لو أنَّ الله بعيدٌ جدًّا، أو أنَّه لا يبالي أو لا يشعر أبدًا.

هل يتجاهلني؟ هل هو مشغولٌ بأمور أخرى؟
هل ما يزال مهتمًّا؟

أشعر أنَّني وحيدٌ تمامًا. يساعدني جدًّا أن أعرف أنَّ الله لم يتخلَّ عنِّي في وقتِ احتياجي.

الكتاب المُقدَّس، من أوَّله إلى آخره، هو قصَّة محبَّة الله لكلِّ البشريّة. فهو يؤكِّد لنا أنَّ الله يريد أن يحيا مع شعبه ومن خلالهم.

إنَّ رغبة الله بأن يكون معنا طول العمر لا تتغيَّر مهما كانت ظروفنا أو مشاعرنا.

حين أخرج الله شعب إسرائيل من مصر وأحضرهم إلى الأرض التي كان قد وعدهم بها، واجهوا أعداء مُرعبين. عرف الله أنَّهم سيشعرون بالوحدة والتَّخلّي والخوف، لذا أبلغ النَّبيُّ موسى شعبَ إسرائيل رسالةً مُهمَّة من الله، فقد قال:

"وَلَكِنَّ الرَّبَّ إِلَهَكُمْ عَابِرٌ أَمَامَكُمْ، وَهُوَ يُبِيدُ تِلْكَ الأُمَمَ
مِنْ قُدَّامِكُمْ فَتَرِثُونَهُمْ ...

تَقَوَّوْا وَتَشَجَّعُوا. لَا تَخْشَوْهُمْ
وَلا تَجْزَعُوا مِنْهُمْ، لأَنَّ الرَّبَّ إِلَهَكُمْ سَائِرٌ مَعَكُمْ، لَا يُهْمِلُكُمْ وَلا يَتْرُكُكُمْ.

هوَذَا الرَّبُّ يَتَقَدَّمُكَ، هُوَ يَكُونُ مَعَكَ، لَا يُهْمِلُكَ
وَلا يَتْرُكُكَ. لِذَلِكَ لَا تَخَفْ وَلا تَرْتَعِبْ.".
تثنية ٣١: ٣، ٦، ٨

لم يحدث أن تناقصتْ رغبة الله بأن يكون معنا.
فحين أتى يسوع المسيح إلى الأرض أُعطي الاسم الرّائع "عِمّانوئيل"، الذي معناه "الله معنا". وحين ترك يسوعُ الأرضَ ليعود إلى الآب في السّماء، وعد بأن يأتي الرّوح القدس ليسكن وسط كلِّ أتباعه. وبما أنَّ الله سوف يستمرُّ بالعيش في وسط أتباعه، شجَّعهم يسوع بهذه الكلمات:

"سَلامًا أَتْرُكُ لَكُمْ. سَلامِي أُعْطِيكُمْ. لَيْسَ كَمَا يُعْطِي الْعَالَمُ
أُعْطِيكُمْ أَنَا. فَلا تَضْطَرِبْ قُلُوبُكُمْ، وَلا تَرْتَعِبْ."
إنجيل يوحنَّا ١٤: ٢٧

فحتَّى عندما نشعر بالحزن والوحدة،
لا يكون الله بعيدًا.
اقتربْ إليه، فهو قريب منك.

غير قابلٍ للفصل!

يبدو أنَّ تداعيات هذه الكارثة مستمرَّة بالخروج عن السَّيطرة أكثر فأكثر. بمجرَّد أن نتكيَّف في ناحيةٍ ما، نجد أنَّنا مجبرون على التكيُّف في ناحيةٍ أخرى.

كلُّ تغيير يُبعِدنا ويفصلنا أكثر بعضنا عن بعض. يُفترَض أن يكون ذلك لمصلحتنا، ولكنَّني أشعر بأنَّني منقطع عن كلِّ شيء، حتَّى إنّني بدأتُ أشعر بالانفصال الرُّوحيّ أيضًا.

يمكن للأزمات والكوارث بكلِّ أنواعها أن تمزِّق علاقاتنا، ليس فقط مع الأسرة والأصدقاء، بل مع الله أيضًا.

فالإنهاك الناتج عن ضغط المسؤوليَّات الإضافيَّة، والحزن الناتج عن الخسارات التي نتعرَّض لها، والخوف الناتج عن ضبابيَّة ما ينتظرنا تقودنا كلُّها إلى الشُّعور بالبُعد والعزلة والانفصال. حتَّى إنَّنا قد نتساءل ما إذا كانت علاقتنا بالله مضمونة وآمنة كما كنَّا نظنُّ.

وحتَّى إنْ شعرنا بالانفصال روحيًّا أو عدم التيقّن من جهة محبَّة الله وحضوره في هذه الظّروف المُزعِجة، ينقل الله لنا بُشرَى سارّةً جدًّا.

لا شيء يقدر أن يفصلنا عن محبَّته.

فَمَنْ سَيَفْصِلُنَا عَنْ مَحَبَّةِ الْمَسِيحِ لَنَا؟ هَلِ الشِّدَّةُ أَمِ الضِّيقُ أَمِ الِاضْطِهَادُ أَمِ الْجُوعُ أَمِ الْعُرْيُ أَمِ الْخَطَرُ أَمِ السَّيْفُ؟ ...

وَلكِنَّنَا، فِي جَمِيعِ هَذِهِ الأُمُورِ، نُحْرِزُ مَا يَفُوقُ الانْتِصَارَ بِالَّذِي أَحَبَّنَا. فَإِنِّي لَعَلَى يَقِينٍ بِأَنَّهُ لَا الْمَوْتُ وَلا الْحَيَاةُ، وَلا الْمَلائِكَةُ وَلا الرِّيَاسَاتُ، وَلا الأُمُورُ الْحَاضِرَةُ وَلا الآتِيَةُ، وَلا الْقُوَّاتُ، وَلا الأَعَالِي وَلا الأَعْمَاقُ، وَلا خَلِيقَةٌ أُخْرَى، تَقْدِرُ أَنْ تَفْصِلَنَا عَنْ مَحَبَّةِ اللهِ الَّتِي لَنَا فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ رَبِّنَا.

روما ٨: ٣٥، ٣٧-٣٩

هذه قائمة طويلة من المعوِّقات التي لا تقدر أن تفصلنا عن محبَّة الله! وبالإضافة إلى هذا، يذكّرنا تعليم الرّسول بولس بأنَّ المحبّة لا تسقط أو تفشل أبدًا. فمحبَّة الله في المسيح يسوع ثابتة دائمًا، حتَّى إنْ كُنّا نصارع من أجل الشعور باتِّصالنا وارتباطنا بتلك المحبّة.

تحدَّثْ إلى الله عن كلِّ عائقٍ يمنعك من الشعور بمحبَّته لك.

تجرّأْ على أن يكون لك رجاء!

أحيانًا نشعر بفقدان الرّجاء واستحالة المضي قدمًا.

فالأمور التي كنتُ معتادًا على التطلُّع إليها لم تعد موجودة، ولا أعرف ما أرجو في المستقبل.

أفكّر باستمرار في ذلك القول القديم: تُمْضي حياةً صعبة، ثمَّ تموت. ولكنْ لديَّ رأي آخر بهذا الشأن الآن: ماذا تفعل لو كانت الحياة صعبة، وأنتَ تعيش؟

يمكن لخسارات الحياة وإحباطاتها وتجاربها أن تسلبنا الرّجاء حتَّى عندما نُصرُّ على التَّمسُّك به.

يعرف الله ضعفنا. وقد سمع صرخات أيُّوب في وسط ضيقاته وتجاربه العظيمة:

إِذَا رَجَوْتُ أَنْ تَكُونَ الْهَاوِيَةُ مَقَرًّا لِي،
وَمَهَّدْتُ فِي الظَّلامِ فِرَاشِي، ...
فَأَيْنَ إِذًا آمَالِي؟
وَمَنْ يُعَايِنُ رَجَائِي؟
أيُّوب ١٧: ١٣، ١٥

فَرِح الله حين وجد خادمه داود الفرحَ والقوَّةَ في رجائه بالرّب.

انْتَظَرَتْ نَفسِي اللهَ وَحْدَهُ؛
مِنْ لَدُنِهِ يَأْتِي خَلاصِي.
هُوَ وَحْدَهُ صَخْرَتِي وَخَلاصِي وَحِصْنِي الْمَنِيعُ،
لِذَلِكَ لَا أَتَزَعْزَعُ أَبَدًا.
مزمور ٦٢: ٥-٦

اليوم ١٤

يعرف الله أهمِّيَّة أن يكون لنا رجاء لا يخيب، والله في محبَّته العظيمة يقدِّم لنا هذا الرجاء.

... إِنَّ الرَّبَّ هُوَ إِلَهٌ سَرْمَدِيٌّ
وَخَالِقُ أَقَاصِي الأَرْضِ.
لَا يَهِنُ وَلا يَخُورُ، وَفَهْمُهُ لَا يُسْتَقْصَى.
يَهِبُ الْمَنْهُوكَ قُوَّةً
وَيَمْنَحُ الضَّعِيفَ قُدْرَةً عَظِيمَةً.
إِنَّ الشَّبِيبَةَ يَنَالُهَا الإِعْيَاءُ وَالإِرْهَاقُ،
وَالْفِتْيَانُ يَتَعَثَّرُونَ أَشَدَّ تَعَثُّرٍ،
أَمَّا الرَّاجُونَ الرَّبَّ
فَإِنَّهُمْ يُجَدِّدُونَ قُوَّتَهُمْ،
وَيُحَلِّقُونَ بِأَجْنِحَةِ النُّسُورِ.
يَرْكُضُونَ وَلا يُعْيُونَ. يَمْشُونَ وَلا يَتْعَبُونَ.
إشعياء ٤٠: ٢٨-٣١

أين تبحث عن الرَّجاء؟
تجرَّأْ على النظر إلى ما وراء ضيقات اليوم، وثِقْ بالرَّجاء النَّابع من محبَّة الله لك.

الشعور بأنَّك عالق

أفكّر باستمرار في كلّ ما حدث منذ حلول الكارثة، بحزن العائلات التي مات أحبَّاؤهم، وبتضحيات العاملين في مجال الرّعاية الصِّحِّيَّة، وبالآخرين الذي يحاولون أن يُنقِذوا النّاس، وبالذين فقدوا بيوتهم وأعمالهم، وباتوا عاجزين عن شراء الطَّعام أو دفع إيجارات بيوتهم.

أريد أن أساعد، ولكنَّني أشعر كأنَّني عالقٌ داخل كابوس.

آلام الكوارث وخسائرها حقيقيّةٌ تمامًا، وتترك أثرًا كبيرًا في كلٍّ منّا.

من الجيِّد أن نحزن على الخسائر ونهتمَّ بآلام النَّاس حولنا واحتياجاتهم، ولكنْ إن سمحنا لمشاعر الخسارة والقلق بشأن الحاضر بالاستحواذ علينا، فقد نعلق في فخِّ اليأس والهمِّ، ونفقد الرّجاء في غدٍ أفضل.

يقدِّم لنا يسوعُ خيارًا آخر، فقد علَّم تلاميذه كيف يعيشون حياة لا يحنيها القلق والهمّ عند مرورهم بظروفٍ صعبة، وكيف يوجِّهون أفكارَهم نحو مسارٍ أفضل.

"فَلا تَحْمِلُوا الْهَمَّ قَائِلِينَ: "مَاذَا نَأْكُلُ؟" أَوْ: "مَاذَا نَشْرَبُ؟" أَوْ: "مَاذَا نَلْبَسُ؟" فَهَذِهِ كُلُّهَا يَسْعَى إِلَيْهَا أَهْلُ الدُّنْيَا. فَإِنَّ أَبَاكُمُ السَّمَاوِيَّ يَعْلَمُ حَاجَتَكُمْ إِلَى هَذِهِ كُلِّهَا. أَمَّا أَنْتُمْ، فَاطْلُبُوا أَوَّلاً مَلَكُوتَ اللهِ وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُمْ."
متّى ٦: ٣١-٣٣

انطلاقًا من هذا المنظور، علَّم يسوع تلاميذه كيف يصلُّون من أجل قُوْتِهِمْ فيما يطلبون ملكوت الله:

... أَبَانَا الَّذِي فِي السَّمَاوَاتِ،
لِيَتَقَدَّسِ اسْمُكَ!
لِيَأْتِ مَلَكُوتُكَ!
لِتَكُنْ مَشِيئَتُكَ عَلَى الأَرْضِ كَمَا هِيَ فِي السَّمَاءِ!
خُبْزَنَا كَفَافَنَا أَعْطِنَا الْيَوْمَ!
وَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا،
كَمَا نَغْفِرُ نَحْنُ لِلْمُذْنِبِينَ إِلَيْنَا!
وَلا تُدْخِلْنَا فِي تَجْرِبَةٍ،
لَكِنْ نَجِّنَا مِنَ الشِّرِّيرِ! ...
إنجيل متّى ٦: ٩-١٣

مهما ساءت ظروفنا، يريدنا الله أن نكون شركاءه في عمل مشيئته على الأرض.

فكِّرْ في أمرٍ يمكنك أن تركِّز عليه اليوم، وينقلك من الأفكارِ التي تشلُّك إلى العيش في المحبّة والصلاح ورجاء ملكوت الله على الأرض.

عدم اليقين – مضمون

لن يبقى شيءٌ على حاله.

حدثتْ تغيُّرات جمَّة أثَّرت في طريقة تسوُّقنا وشرائنا للطعام، وإحساسنا بالانتماء، وكيفيّة انخراطنا في مجتمعنا، بل وحتّى في كيفيّة العيش معًا كأسرة. لم أعد أعرف علامَ يمكنني الاعتماد.

هذا صحيح. ستكون الحياةُ مختلفةً لبعضِ الوقت فيما نتعافى من أثر هذه الكارثة، وبعض الأمور لن تعود أبدًا إلى سابق عهدها. ولكنَّ التغيُّرات والخسائر المؤلمة والضِّيقات ليست هي صاحبة الكلمة الأخيرة.

وجودنا في ظروف صعبة لا يعني أنّ الله تخلّى عنا أو أنّ الحياة لن تعود لتبتسم من جديد.

يحكي لنا الكتاب المُقدَّس قصَّة يوسف، الذي كان الابن المُفضَّل عند أبيه، وكان إخوته يغارون منه. اختبر يوسف ظروفًا صعبة حين باعه إخوته عبدًا! وبالرّغم من خيانتهم له وغدرهم به، صار عبدًا صالحًا في بيتِ مسؤولٍ مهمٍّ. وقد كافأ هذا الأخير يوسف بجعله مسؤولًا عن إدارة كلِّ شؤون بيته. ولكنْ لاحقًا، سُجِن يوسف سنواتٍ طويلة بسبب اتِّهامات كاذبة ضدَّه.

ومع ذلك فإنَّ الظّروف السّيّئة لم تحُل دون إتمام الله عملَه. فوسط هذه الصُّعوبات والآلام والضِّيقات، علَّم الله يوسف طرقَه وأعدَّه ليكون قائدًا حكيمًا. وفي النهاية، قاد يوسف مصر في الاستعداد لمجاعة طالت مناطق واسعة، حتَّى إنَّها وصلت إلى عائلة يوسف التي أتت إلى مصر طلبًا للطّعام!

برأيك، ما الذي فهمه يوسف من التّغيُّر غير المتوقع في مسار الأحداث؟ لاحظْ ردَّه على إخوته الذين ظنُّوا أنَّه قد ينتقم منهم لإساءتهم معاملته:

"... وَقَالُوا: "هَا نَحْنُ عَبِيدُكَ." فَقَالَ لَهُمْ: "لا تَخَافُوا: هَلْ أَنَا أَقُومُ مَقَامَ اللهِ؟ أَنْتُمْ نَوَيْتُمْ لِي شَرًّا، وَلَكِنَّ اللهَ قَصَدَ بِالشَّرِّ خَيْرًا، لِيُنْجِزَ مَا تَمَّ الْيَوْمَ، لإِحْيَاءِ شَعْبٍ كَثِيرٍ. لِذَلِكَ لَا تَخَافُوا، فَأَنَا أَعُولُكُمْ أَنْتُمْ وَأَوْلادَكُمْ." فَطَمْأَنَهُمْ وَهَدَّأَ رَوْعَهُمْ."

التكوين ٥٠: ١٨-٢١

ينطوي المستقبل دومًا على شيءٍ من عدم اليقين. وبعد كلِّ ما حدث ليوسف، أدرك أن الله هو دائمًا المُسيطِر، والمتمِّم عملَه الصّالح.

حين تواجه ظروف وتقلُّبات الحياة، هل يمدُّك الضمان بأنَّ الله صالح بالرجاء؟

زوال الكآبة

ما تزال مخاوف الكارثة وخسائرها تلازمني، ولكنَّني أشعر أحيانًا بغياب الكآبة.

بدأت أستردُّ متعة الحياة.

فأبحث عن منظر جميل لشروق الشمس أو غروبها.

أخرج لأستنشق الهواء الذي أنعشه المطر بعدَ عاصفةٍ. أفرح بمكالمة هاتفيَّة من صديقٍ لي، وأضحك مع أولادي.

أفكّر في وسائلَ وطرقٍ آمنة أساعد بها جيراني المحتاجين.

سوف نظلُّ نشعر بتبعات ما بعد الكارثة مدَّةً من الزّمن. لن تكون الحياة على الأرض كاملةً أو خاليةً من الألم. ولن نستيقظ فجأةً لنجد أنَّ الحياة عادت كما كانت قبل حدوث الكارثة. قد نحزن على بعض خسائرنا مدَّةً ليستْ قصيرة، ولكنْ قد نتشجَّع برؤية بعض بوادر التعافي، ونقبل الشّفاء حين يأتي. وسوف ترتفع معنويَّاتنا كلَّما قضينا وقتًا نشكر الله فيه على عطائه وعنايته وأمانته ومحبَّته لنا.

إنَّ المزمور التالي، الذي كُتِب تعبيرًا عن الشُّكر لله على عنايته في ظرفٍ صعب، لربَّما يعكس ما لديك من مشاعر امتنان ورجاء بالمستقبل.

إِنِّي أُحِبُّ الرَّبَّ لأَنَّهُ يَسْمَعُ ابْتِهَالِي،
وَيَسْتَجِيبُ إِلَى تَضَرُّعَاتِي.
أَمَالَ أُذُنَهُ إِلَيَّ،
لِذَلِكَ أَدْعُوهُ مَادُمْتُ حَيًّا.
الرَّبُّ حَنُونٌ وَبَارٌّ.
إِلَهُنَا رَحِيمٌ.
الرَّبُّ حَافِظُ الْبُسَطَاءِ.
تَذَلَّلْتُ فَخَلَّصَنِي.
عُودِي يَا نَفْسِي إِلَى طُمَأْنِينَتِكِ،
لأَنَّ الرَّبَّ قَدْ أَحْسَنَ إِلَيْكِ.
لأَنَّكَ يَا رَبُّ أَنْقَذْتَ نَفْسِي مِنَ الْمَوْتِ،
وَعَيْنِي مِنَ الدَّمْعِ،
وَقَدَمَيَّ مِنَ التَّعَثُّرِ.
لِذَلِكَ أَسْلُكُ بِطَاعَةٍ أَمَامَ الرَّبِّ
فِي دِيَارِ الأَحْيَاءِ.
مزمور ١١٦: ١-٢، ٥-٩

فيما تسعى إلى تكوين نظرةٍ جديدة إلى شدائدك ومِحَنك الأخيرة، وتبحث عن الرجاء في التقدُّم للأمام، ما الأمر الذي يمكنك أن تشكر الله عليه؟ وكيف ستعبِّر عن امتنانك له؟

لستُ الإنسان نفسه

لم أتوقَّع أن تتغيَّر الأمور بهذا القدر.

أشعر بتحدٍّ في أن ألملم شتات حياتي لأعيش "الوضع الطبيعي الجديد" في ظلِّ غياب الموارد والفُرَص التي كانت لنا.

نحنُ نفكّر في ما هو مهمّ، ونتَّخذ قراراتٍ بشأن أمورٍ لم نفكّر فيها مسبقًا.

أُدرِكُ أنّني تغيَّرتُ. فأنا لم أعد أنظر إلى الأمور بالطريقةِ نفسِها التي اعتدتُ عليها سابقًا.

لستُ الإنسان نفسه الذي كنتُ عليه قبلًا.

حين تتغيَّر ظروف حياتنا، أو روتين حياتنا اليوميَّة وأولويَّاتها، أو علاقاتنا الاجتماعيَّة، أو الطَّريقة التي ننظر بها إلى العالَم حولنا، عادةً ما ننتبه أكثر إلى حقيقة أنفسنا، وإلى ما نعتبره قيِّمًا، وإلى الهدف الذي نسعى نحوه.

يمكن لعدم اليقين والتّغيُّرات التي تجلبها أزمةٌ أو كارثة ما أن تصير عاملًا محفِّزًا على التَّغيير والتَّجديد في حياتنا. قد ينشأ لدينا اهتمام جديد ومتجدِّد في اكتشاف ما يستحقُّ السّعي وراءه والتّمسُّك به في عالمٍ متغيِّر.

الله خالقنا يُحِبُّنا، ويريدنا أن نجد أساسًا ثابتًا فيه، ونختبر تغييرًا حقيقيًّا يعطينا قوّةً متجدِّدةً ورجاءً حيًّا وهدفًاساميًا في الحياة. يمتلئ الكتاب المُقدَّس بقصص عن محبَّة الله المغيِّرة في حياة أناسٍ تعرَّضوا لصدماتٍ وتغيُّرات غير مرغوب بها. فكِّرْ في ما يقوله البعض عن أنَّ الوثوق بالله هو الأساس الثَّابت لهم ولحياتهم:

انْتَظَرْتُ نَفْسِي اللهَ وَحْدَهُ،
مِنْ لَدُنِهِ يَأْتِي خَلاصِي.
هُوَ وَحْدَهُ صَخْرَتِي وَخَلاصِي وَحِصْنِي الْمَنِيعُ،
لِذَلِكَ لَا أَتَزَعْزَعُ أَبَدًا.
فِي اللهِ خَلاصِي وَمَجْدِي.
وَاللهُ هُوَ صَخْرَةُ قُوَّتِي وَمَلْجَإِي.
مزمور ٦٢: ٥-٧

لِهَذَا، لَا تَخُورُ عَزِيمَتُنَا! وَلَكِنْ، مَادَامَ الإِنْسَانُ الظَّاهِرُ فِينَا يَفْنَى، فَإِنَّ الإِنْسَانَ الْبَاطِنَ فِينَا يَتَجَدَّدُ يَوْمًا فَيَوْمًا. ذَلِكَ لأَنَّ مَا يُضَايِقُنَا الآنَ مِنْ صُعُوبَاتٍ بَسِيطَةٍ عَابِرَةٍ، يُنْتِجُ لَنَا بِمِقْدَارٍ لَا يُحَدُّ وَزْنَةً أَبَدِيَّةً مِنَ الْمَجْدِ، إِذْ نَرْفَعُ أَنْظَارَنَا عَنِ الأُمُورِ الْمَنْظُورَةِ وَنُثَبِّتُهَا عَلَى الأُمُورِ غَيْرِ الْمَنْظُورَةِ. فَإِنَّ الأُمُورَ الْمَنْظُورَةَ إِنَّمَا هِيَ إِلَى حِينٍ؛ وَأَمَّا غَيْرُ الْمَنْظُورَةِ فَهِيَ أَبَدِيَّةٌ.
كورنثوس الثانية ٤: ١٦-١٨

هل تثق بأن يكون الله الأساس الثابت لحياتك؟
وهل ستثق بحضوره المغيِّر فيها؟

إيجادُ الفرح في الحياة

لماذا بقيتُ على قيد الحياة بينما مات آخرون؟

كانت الكارثة عشوائيَّة تمامًا.

تبدو الحياة هشَّة في هذه الأيّام.

قد نرغب بأن تكون الحياة مختلفةً، ولكنَّها في الحقيقة هشَّة.
فهي لا يصاحبها ضمان بالسعادة أو طول العمر.

صحيح أنَّ الكتاب المُقدَّس يؤكِّد على حقيقة هشاشة حياتنا على الأرض، لكنَّه يعِدُنا بما هو أفضل.

أَيَّامُ الإِنْسَانِ مِثْلُ الْعُشْبِ وَزَهْرِ الْحَقْلِ،
تَهُبُّ عَلَيْهِ الرِّيحُ فَيَفْنَى،
وَلَا يَعُودُ مَوْضِعُهُ يَتَذَكَّرُهُ فِيمَا بَعْدُ.
أَمَّا رَحْمَةُ الرَّبِّ فَهِيَ مِنَ الأَزَلِ وَإِلَى الأَبَدِ عَلَى مُتَّقِيهِ ...
مزمور ١٠٣: ١٥-١٧

وَيَبْتَهِجُ جَمِيعُ الْمُتَّكِلِينَ عَلَيْكَ.
إِلَى الأَبَدِ يَتَرَنَّمُونَ،
لأَنَّكَ تُظَلِّلُهُمْ بِحِمَايَتِكَ،
فَيَفْرَحُ بِكَ الَّذِينَ يُحِبُّونَ اسْمَكَ.
مزمور ٥: ١١

بالنظر إلى عَظمة محبَّة الله لنا فإنَّ الطَّبيعة العابرة للحياة ليست هي نهاية القصَّة. إذ يمكننا أن نجد فرحًا يدوم في الحياة حين نلتمس غفران الله ونكرِّس أنفسنا لعيش حياةٍ تُرضيه.

(أُصلّي) لِكَيْ تَسْلُكُوا سُلُوكًا لائِقًا بِالرَّبِّ وَمُرْضِيًا فِي كُلِّ شَيْءٍ، مُثْمِرِينَ الثَّمَرَ فِي كُلِّ عَمَلٍ صَالِحٍ وَنَامِينَ فِي مَعْرِفَةِ اللهِ إِلَى التَّمَامِ، مُتَشَدِّدِينَ بِكُلِّ قُوَّةٍ مُوَافِقَةٍ لِقُدْرَةِ مَجْدِهِ، لِتَتَمَكَّنُوا تَمَامًا مِنَ الاحْتِمَالِ وَطُولِ الْبَالِ، رَافِعِينَ الشُّكْرَ بِفَرَحٍ لِلآبِ الَّذِي جَعَلَكُمْ أَهْلاً لِلاشْتِرَاكِ فِي مِيرَاثِ الْقِدِّيسِينَ فِي النُّورِ، هُوَ الَّذِي أَنْقَذَنَا مِنْ سُلْطَةِ الظَّلامِ وَنَقَلَنَا إِلَى مَلَكُوتِ ابْنِ مَحَبَّتِهِ، الَّذِي فِيهِ لَنَا الْفِدَاءُ، أَيْ غُفْرَانُ الْخَطَايَا.
كولوسي ١: ١٠-١٤

اشكرْ الله على هِبَتَيْ الحياة والغفران.

فيما تمضي يومكَ، ابحثْ عن لحظات معيَّنة هادفة وعميقة ومبهجة، واشكرْ الله على الحياة الأبديّة التي يشاركها معك.

المضي قُدُمًا

أشعر أنَّني أستطيع المضي قُدُمًا.

بدأتُ أشعر بأنَّ هذه الظّروف الصَّعبة ستنتهي قريبًا.

أودُّ لو أحتفل وأركّز على مستقبلي، ولكنَّني أشعر بالذّنب وبأنَّني أخون بذلك مَنْ ماتوا.

في الحياة مواسم ودوَّامات وأنماط يمكن تمييزها.

فالحياة لا تتوقَّف عن الحركة طويلًا. حين تزول فوضى هذه الكارثة، ستذكّرنا القصيدة التالية، الواردة في الكتاب المُقدَّس، بأنَّ هناك وقتًا للنَّوح وآخر للشِّفاء وآخر التّذكُّر، وأخيرًا هناك وقتٌ للسَّير نحو المستقبل.

لِكُلِّ شَيْءٍ أَوَانٌ،
وَلِكُلِّ أَمْرٍ تَحْتَ السَّمَاءِ زَمَانٌ.
لِلْوِلادَةِ وَقْتٌ وَلِلْمَوْتِ وَقْتٌ.
لِلْغَرْسِ وَقْتٌ ولِاسْتِئْصَالِ الْمَغْرُوسِ وَقْتٌ.
لِلْقَتْلِ وَقْتٌ وَلِلْعِلاجِ وَقْتٌ.
لِلْهَدْمِ وَقْتٌ وَلِلْبِنَاءِ وَقْتٌ.
لِلْبُكَاءِ وَقْتٌ وَلِلضَّحِكِ وَقْتٌ.
لِلنَّوْحِ وَقْتٌ وَلِلرَّقْصِ وَقْتٌ.
لِبَعْثَرَةِ الْحِجَارَةِ وَقْتٌ وَلِتَكْوِيمِهَا وَقْتٌ.
لِلْمُعَانَقَةِ وَقْتٌ وَلِلْكَفِّ عَنْهَا وَقْتٌ.
لِلسَّعْيِ وَقْتٌ، وَلِلْخَسَارَةِ وَقْتٌ.
لِلصِّيَانَةِ وَقْتٌ وَلِلْبَعْثَرَةِ وَقْتٌ.
لِلتَّمْزِيقِ وَقْتٌ وَلِلْخِيَاطَةِ وَقْتٌ.
لِلصَّمْتِ وَقْتٌ وَلِلإِفْصَاحِ وَقْتٌ.
لِلْحُبِّ وَقْتٌ وَلِلْبَغْضَاءِ وَقْتٌ.
لِلْحَرْبِ وَقْتٌ وَلِلسَّلامِ وَقْتٌ.
الجامعة ٣: ١-٨

إنْ كانت مشاعر الذَّنب أو الخيانة تمنعك من المضي قُدُمًا، أقِمْ نُصبًا تذكاريًّا. قد يساعدك هذا النُّصب في أن تنطلق نحو المستقبل. أسَّس الله ممارسة إقامة النُّصُب التّذكارية في شعب إسرائيل في القديم، فقد أمرَ بني إسرائيل بأنْ يبنوا نُصبًا تذكاريًّا حَجريًّا يذكّرهم بمساعدته لهم في عبور نهر الأردن إلى الأرض التي كان الله قد وعدهم بها.

فكّرْ بطريقةٍ عمليَّة ومفيدة لتذكُّر هذا الظَّرف الصَّعب في حياتك، أو للاحتفال بذكرى أحبَّائك الذين تفتقدهم وتشتاق إليهم في الحياة.

الشعور بالرضا

مؤخَّرًا، وجدتُ نفسي في العديد من المواقف المختلفة، فراح ذهني يسترجع ذكرى كلِّ لحظة. أسمع أصواتًا، وأرى صورًا، وأتذكَّر الوجوه.

ليس أنِّي أريد أن أنسى كلَّ ما حدث، بل أريد أن أرتاح من سيل الأفكار، وأن يتشكَّل لديَّ منظور جديد لكلِّ ما حدث.

حين نخدم آخرين خلال أزمةٍ أو كارثةٍ ما، لا تعود ظروفنا ملكنا لنتحكَّم بها كما نشاء. قد نعمل لساعاتٍ طويلة دون راحة، وقد لا يكون لنا خيارٌ بشأن قائمة الطّعام المتوفِّرة (هذا إن وُجدت قائمة في الأساس)، وقد يكون علينا أن نعمل باستخدام أدواتٍ أو وسائل حماية غير كافية، وقد يحتاج إلينا كثيرون.

يمكن لهذه الظروف أن تكون مصدرًا للانزعاج وعدم الرّضا.

إنّ الشّعور بالرّضا في كلّ الظّروف يبدأ بموقف الاتّكال على إرشاد الله الأمين وعلى عنايته المُحِبّة لنا والثّقة بهما.

ويمكن أن يعزِّز هذا الشُّعور بالرّضا الأشخاص الذين نقضي الوقت معهم.

فيمكن لصديقٍ أن يضع أمام عينيَّ منظورًا جديدًا، أو أن يدعمني، أو يكون الأذن المصغية في الوقت المناسب. حتَّى إذا بدأنا نشعر بالإحباط أو التذمُّر، يساعدنا صديقنا في النظر إلى الوضع بطريقةٍ جديدة.

كتب الرّسول بولس عمَّا تعلَّمه عن الشّعور بالرّضا في ظروفٍ كثيرة مختلفة قائلًا:

لَسْتُ أَعْنِي أَنِّي كُنْتُ فِي حَاجَةٍ، فَأَنَا قَدْ تَعَلَّمْتُ أَنْ أَكُونَ قَنُوعًا فِي كُلِّ حَالٍ. وَأَعْرِفُ كَيْفَ أَعِيشُ فِي الْعَوَزِ، وَكَيْفَ أَعِيشُ فِي الْوَفْرَةِ. فَإِنِّي، فِي كُلِّ شَيْءٍ، وَفِي جَمِيعِ الأَحْوَالِ، مُتَدَرِّبٌ عَلَى الشَّبَعِ وَعَلَى الْجُوعِ، وَعَلَى الْعَيْشِ فِي الْوَفْرَةِ أَوْ فِي الْعَوَزِ. إِنِّي أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ، فِي الْمَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّينِي. إِلاَّ أَنَّكُمْ حَسَنًا فَعَلْتُمْ إِذْ سَاهَمْتُمْ فِي تَبْدِيدِ ضِيقَتِي.
فيلبّي ٤: ١١-١٤

خصّصْ وقتًا تشارك خلاله في حلِّ مشكلة شخصٍ ما.

ما الذي ترجو أن تتعلَّمه عن الشّعور بالرّضا لدى تعامُلك مع ذلك الشخص؟

محبَّة سخيَّة

لطالما اعتبرتُ نفسي كريمًا، ولكنْ حدث أمرٌ غريب حين ذهبتُ لشراء بعض المُستلزمات.

كانوا يقنِّنون بعض الأشياء التي كُنّا بحاجةٍ إليها، وكان ردُّ فعلي الأوَّلي هو شراء أكبر كمِّيَّة منها! مع أنّنا لم نكن بحاجة سوى إلى قطعةٍ واحدةٍ منها فقط، اشتريت اثنتيْن لأنَّني كنتُ أستطيع أن أفعل هذا. ولاحقًا، شعرتُ بالذّنب. فماذا لو كان شخصٌ آخَرُ بحاجةٍ ماسّة إلى هذا الشّيء، ولم يحصل عليه؟

يُعدُّ الحفاظ على منظور صحّيٍّ ومُحِبٍّ وسخيٍّ في أيَّة أزمة تحدِّيًا كبيرًا، خصوصًا إذا كنتَ لا تعرف إن كنتَ ستحصل على الموارد التي تحتاج إليها للاستمرار والبقاء.

ولكنَّ كرمك يساعدك في التَّعبير عن محبَّة الله وإظهار عدالته في العالَم، وستُكافَأ عليه.

سعيدٌ هو الرجل الذي يتحنَّن ويُقرِض مجّانًا،
ويدبِّر شؤونه بالحَيْطة والعدل.
مزمور ١١٢: ٥

كما يُخبِرنا الكتاب المُقدَّس بأنَّ سخاءنا يقود إلى تقديم الشُّكر لله.

فَلْيَتَبَرَّعْ كُلُّ وَاحِدٍ بِمَا نَوَى فِي قَلْبِهِ، لَا بِأَسَفٍ وَلا عَنِ اضْطِرَارٍ، لأَنَّ اللهَ يُحِبُّ مَنْ يُعْطِي بِسُرُورٍ. وَاللهُ قَادِرٌ أَنْ يَجْعَلَ كُلَّ نِعْمَةٍ تَفِيضُ عَلَيْكُمْ، حَتَّى يَكُونَ لَكُمُ اكْتِفَاءٌ كُلِّيٌّ فِي كُلِّ شَيْءٍ وَكُلِّ حِينٍ، فَتَفِيضُوا فِي كُلِّ عَمَلٍ صَالِحٍ؛ وَفْقًا لِمَا قَدْ كُتِبَ:
وَزَّعَ بِسَخَاءٍ، أَعْطَى الْفُقَرَاءَ، بِرُّهُ يَدُومُ إِلَى الأَبَدِ!
إذ تغتنون في كلّ شيءٍ، لأجلِ كلّ سخاءٍ طوعيٍّ يُنتِج بنا شكرًا لله. ذلك لأنّ خدمةَ الله بهذه الإعانة لا تسُدُّ حاجة القدّيسين وحسب، بل تفيضُ بشكرٍ كثيرٍ لله.
فَإِنَّ الْقِدِّيسِينَ، إِذْ يَخْتَبِرُونَ هذِهِ الْخِدْمَةَ، يُمَجِّدُونَ اللهَ عَلَى طَاعَتِكُمْ فِي الشَّهَادَةِ لإِنْجِيلِ الْمَسِيحِ وَعَلَى السَّخَاءِ الطَّوْعِيِّ فِي مُشَارَكَتِكُمْ لَهُمْ وَلِلْجَمِيعِ.
كورنثوس الثانية ٩: ٧-٩، ١١-١٣

ما أهمِّيَّة أن تُبيِّن محبَّة الله بعطائك السّخيّ الطّوعي الممتلئ بالفرح؟ وكيف ستفعل هذا؟

المشاركة بالتّعزية

بعد حلول الكارثة، كنتُ وحيدًا ومنعزلًا.

بالنّسبة إلى شخصٍ لديه حافز دائم للعمل والإنجاز، كان ذلك الوقت عذابًا.

كنتُ متعبًا جدًّا حتّى إنّني لم أكُنْ أستطيع أن آكل. كما كنتُ وحيدًا وخائفًا.

يشعر المتألّم عادةً بوحدةٍ شديدة.

قد لا يكون لدينا مَن يعزّينا أو يشجّعنا، وقد نشعر أنّ أحدًا لا يفهم ألمنا. من ناحية، تجربتنا مع الألم فريدة، ولا أحد غيرنا يمكنه أن يعرف أو يفهم بالتّمام ما نشعر به حقًّا. ومن ناحية أخرى، الألم أمرٌ نشترك به جميعًا. وحين نختبر حضور الله المعزّي في ألمنا، يمكننا أن نشارك تلك التّعزية مع آخرين متألّمين ومعزولين.

اختبر الرّسول بولس ألمًا كبيرًا في حياته وخدمته، وقال إنّ ذاك الألم دفعه إلى اليأس من الحياة! ولكن حين يكتب عن هذه الضّيقات، يصفها باعتبارها هبةً يمكنه أن يشاركها مع الآخرين.

> تَبَارَكَ اللهُ، أَبُو رَبِّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ، أَبُو الْمَرَاحِمِ وَإِلَهُ كُلِّ تَعْزِيَةٍ، هُوَ الَّذِي يُشَجِّعُنَا فِي كُلِّ ضِيقَةٍ نَمُرُّ بِهَا، حَتَّى نَسْتَطِيعَ أَنْ نُشَجِّعَ الَّذِينَ يَمُرُّونَ بِأَيَّةِ ضِيقَةٍ، بِالتَّشْجِيعِ الَّذِي بِهِ يُشَجِّعُنَا اللهُ. فَكَمَا تَفِيضُ عَلَيْنَا آلامُ الْمَسِيحِ، يَفِيضُ عَلَيْنَا أَيْضًا التَّشْجِيعُ بِالْمَسِيحِ. فَإِنْ كُنَّا فِي ضِيقَةٍ، فَذَلِكَ لأَجْلِ تَشْجِيعِكُمْ وَخَلاصِكُمْ؛ وَإِنْ كُنَّا مُتَشَجِّعِينَ، فَذَلِكَ لأَجْلِ تَشْجِيعِكُمْ، مِمَّا يَعْمَلُ فِيكُمْ عَلَى احْتِمَالِ نَفْسِ الآلامِ الَّتِي نَتَأَلَّمُ بِها نَحْنُ أَيْضًا. وَإِنَّ رَجَاءَنَا مِنْ أَجْلِكُمْ هُوَ رَجَاءٌ وَطِيدٌ، إِذْ نَعْلَمُ أَنَّكُمْ كَمَا تَشْتَرِكُونَ مَعَنَا فِي احْتِمَالِ الآلامِ، سَتَشْتَرِكُونَ أَيْضًا فِي نَوَالِ التَّشْجِيعِ.
>
> كورنثوس الثانية ١: ٣-٧

قد نعتبر أوقات الألم والخسارة أوقاتًا ضائعة أو بلا فائدة. ولكنْ من منظور الله، تُتيح لنا هذه الأوقات والظّروف فرصةً لا مثيل لها للاشتراك في آلام الآخرين.

ما التّعزية التي تلقّيْتها من الله؟
كيف يمكنك أن تشارك تلك التّعزية مع آخرين؟

موهبة الإعانة

فقدنا بيتنا وكلَّ ممتلكاتنا. وكان من المخجل أن نقبل المساعدة لأنَّنا في العادة نعتمد على أنفسنا.

لم نشأ أن نكون محلَّ شفقة، ولكن كُنّا ممتنِّين على المساعدة.

تبدو مساعدة الآخرين في أوقات الأزمات أمرًا بسيطًا جدًّا. ولكن يمكن أن تحمل معنًى وتأثيرًا مختلفيْن حسب كيفيَّة تقديمها وكيفيَّة تلقّيها.

يرى بعض الناس أنَّ المساعدةَ هي ببساطة عمل تقديم الاحتياجات أو الخدمات لأشخاصٍ عاجزين عن توفيرها لأنفسهم. بالنسبة إلى آخرين، قد يكون تقديم المُساعدة نابعًا من المحبَّة والاهتمام بظروف الآخر.

قد تكون المساعدة بدافع السَّخاء، أو ملطّخة بالشّفقة والذّنب؛ وقد تُشعِر طالبها بالضّعف أو الفشل؛ وقد تبعث على الشعور بالراحة والامتنان والرجاء، وتترك أثرًا يطول أمده إذا قدِّمت بفهمٍ ورأفةٍ ومحبّةٍ، كما أنَّها قد تُظهِر طبيعة الله ومقدار محبَّتِه للمحتاجين.

فكِّرْ في الرّسائل الخاصَّة بالمساعدة في هذه القصَّة من حياة يسوع وخدمته.

وَأَخَذَ يَسُوعُ يَتَنَقَّلُ فِي الْمُدُنِ وَالْقُرَى كُلِّهَا، يُعَلِّمُ فِي مَجَامِعِ الْيَهُودِ وَيُنَادِي بِبِشَارَةِ الْمَلَكُوتِ، وَيَشْفِي كُلَّ مَرَضٍ وَعِلَّةٍ. وَعِنْدَمَا رَأَى الْجُمُوعَ، أَخَذَتْهُ الشَّفَقَةُ عَلَيْهِمْ، إِذْ كَانُوا مُعَذَّبِينَ وَمُشَرَّدِينَ كَغَنَمٍ لَا رَاعِيَ لَهَا.

فَجَاءَتْ إِلَيْهِ جُمُوعٌ كَثِيرَةٌ وَمَعَهُمْ عُرْجٌ وَمَشْلُولُونَ وَعُمْيٌ وَخُرْسٌ وَغَيْرُهُمْ كَثِيرُونَ، وَطَرَحُوهُمْ عِنْدَ قَدَمَيْهِ، فَشَفَاهُمْ. فَدُهِشَتِ الْجُمُوعُ إِذْ رَأَوْا الْخُرْسَ يَنْطِقُونَ، وَالْمَشْلُولِينَ أَصِحَّاءَ، وَالْعُرْجَ يَمْشُونَ، وَالْعُمْيَ يُبْصِرُونَ؛ وَمَجَّدُوا إِلهَ إِسْرَائِيلَ.
إنجيل متّى ٩: ٣٥-٣٦؛ ١٥: ٣٠-٣١

حينما تساعد إنسانًا ما، فكِّرْ في ما قد تعنيه أعمالك وفي تأثيرها. صلِّ إلى الله كي يُعيْنك على تفهُّم المحتاجين والتجاوب مع احتياجاتهم بالطّريقة نفسها التي تجاوب بها يسوع.

اطلب من الله أن يبارك هبة الخدمة التي تقدِّمها حتَّى تعكس محبَّة الله للناس فيسبِّحوه على صلاحه.

أحبُّوا بعضكم بعضًا

بعد الكارثة كنتُ وحيدًا، إذ لا يعيش أحدٌ من أفراد عائلتي بالقرب منّي.

اشتقتُ إلى عائلتي وزملائي في العمل، وإلى اللّقاءِ بأصدقائي، وإلى كلّ أنشطتي التي اعتدتُ عليها. وفي بعض الأحيان، أشعرَتني العزلة بأنّني لم أعُدْ لائقًا للعيش في المجتمع، وأنّني لا أعني شيئًا لأحد.

خُلِقنا لنعمل ونحيا في جوٍّ من العلاقات مع الله والآخرين، ولذا فإنَّ للعزلةِ عواقبٌ غير مرغوب فيها.

حين نشعر بالوحدة أو عدم الأمان، يمكننا التّواصل مع أفراد العائلة والأصدقاء برسالة نصّيَّة أو مكالمة هاتفيَّة أو رسالة بالبريد الإلكتروني للتّعبير عن محبَّتنا واهتمامنا بعضنا ببعض.

وبسبب إيماننا، لدينا امتياز ورجاء بأن نوحِّد قلوبنا معًا ونصلّي بعضنا مع بعض، وبعضنا لأجل بعض.

وَفَوْقَ هَذَا كُلِّهِ الْبَسُوا الْمَحَبَّةَ، فَهِيَ رَابِطَةُ الْكَمَالِ.
وَلْيَمْلِكْ فِي قُلُوبِكُمْ سَلامُ الْمَسِيحِ، فَإِلَيْهِ قَدْ دُعِيتُمْ فِي الْجَسَدِ الْوَاحِدِ؛ وَكُونُوا شَاكِرِينَ!
لِتَسْكُنْ كَلِمَةُ الْمَسِيحِ فِي دَاخِلِكُمْ بِغِنىً، فِي كُلِّ حِكْمَةٍ، مُعَلِّمِينَ وَوَاعِظِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا، مُرَنِّمِينَ بِمَزَامِيرَ وَتَسَابِيحَ وَأَنَاشِيدَ رُوحِيَّةٍ فِي قُلُوبِكُمْ لِلهِ، رَافِعِينَ لَهُ الْحَمْدَ. وَمَهْمَا كَانَ مَا تَعْمَلُونَهُ، بِالْقَوْلِ أَوْ بِالْفِعْلِ، فَلْيَجْرِ كُلُّ شَيْءٍ بِاسْمِ الرَّبِّ يَسُوعَ، رَافِعِينَ بِهِ الشُّكْرَ لِلهِ الآبِ.
كولوسّي ٣: ١٤-١٧

لا يريدنا الله أن نعيشَ بمعزلٍ عن الآخرين. فحين يجمعنا رباط الإيمان الواحد، يمكننا أن ندعم ونشجّع بعضنا بعضًا عبر الصّلاة.

هل لديك شخصٌ يمكنك أن تصلّي معه لأجل احتياجاتكما المشتركة، وتشجيعكما المتبادل في مسيرة الإيمان؟ صلِّ أيضًا من أجل مجتمعك ومن أجل المتألمين في كلِّ أنحاء العالم.

اختيارك بأن تغفر

ما زلتُ أتساءل مَن المسؤول عن كلِّ هذه الفوضى.

إنَّ مجرَّد معرفة المُلام، يضع حدًّا للأفكار المزعجة في رأسي.

حين تخرج الأمور عن السّيطرة، ونواجه ظروفًا صعبة، ونعاني الخسارة، نكون عرضة للتفكير في أنّنا سوف نشعر بالتّحسن إذا حصلنا على إجاباتٍ بشأن الأمور التي لم تسِر على ما يُرام، أو إذا عرفنا مَنْ هو المسؤول عمَّا نواجهه. لذا كثيرًا ما تظهر نظريَّات المؤامرة في أوقات الأزمات.

قد تخفِّف الإجابات من ضغط عدم اليقين، وتهدِّئ حيرتَنا بعض الوقت. ولكنّ الاتّهام وتوجيه اللَّوم لن يغيِّرا الظّروف، ولن يُحسِّنَا موقِفنا وقدرتنا على التكيُّف مع ما حدث.

الحقيقة هي أنَّ التعامل مع كارثة ما أمرٌ صعب ومُعقَّد. فنحن لا نملك كلَّ الإجابات، وتحدث أمورٌ غير متوقَّعة. والقرار الذّكي الذي يُؤخَذ اليوم قد يبدو غيرَ حكيمٍ غدًا. ووجودنا تحتَ ضغطٍ شديد قد يجعل حكمنا على النّاس أقسى ممَّا ينبغي. حين نفكّر في ماضينا يكون لدى كلِّ واحدٍ منّا أشياء يندم عليها. ونُدرِك أنّه كان يمكننا أن نتعامل مع بعض الأمور بطريقةٍ أفضل، وأن نتّخِذَ قراراتٍ أحكم. ولكنْ بالرغم من كلِّ هذا علينا ألّا نبقى عالقين في دوّامة اللوم. قد تكون مسامحتنا أنفسنا والآخرين على الأخطاء والأمور التي فشلنا وفشلوا بها أمرًا صعبًا، ولكنّها خطوة لا بدَّ منها، لأنَّ هذه الخطوة تحرِّرنا لنُشفى وننمو وننطلق نحو المستقبل ممتلِئين بالرّجاء.

... مُحْتَمِلِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا، وَمُسَامِحِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا. إِنْ كَانَ لأَحَدِكُمْ شَكْوَى عَلَى آخَرَ، كَمَا سَامَحَكُمُ الرَّبُّ، هكَذَا افْعَلُوا أَنْتُمْ أَيْضًا.
كولوسّي ٣: ١٣

وَكُونُوا لُطَفَاءَ بَعْضُكُمْ نَحْوَ بَعْضٍ، شَفُوقِينَ، مُسَامِحِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا كَمَا سَامَحَكُمُ اللهُ فِي الْمَسِيحِ.
أفسس ٤: ٣٢

يغفر الله لنا كلّ خطايانا وتعدِّياتنا وتجاوزاتنا. ويمكننا أن نفعل الأمرَ نفسه مع الآخرين. هل هناك شخصٌ تلومه من دون وجه حقٍّ؟ ما الإساءات التي ارتُكِبت بحقِّك والتي تُبقيك عالقًا في سجن الماضي؟

غفران الله لك مجانيٌّ.
لمَن ستقدِّم هبة الغفران؟

ملءُ الحياة

أتوق إلى حياتي القديمة.

أتمنّى لو أنَّ كلَّ شيءٍ يعود إلى وضعه الطّبيعي ثانيةً.

أعرف أنّ صعوباتِ ومخاوفَ اليوم سوف تعبر وتمضي.

أرى في أماكن متفرّقة علاماتٍ ومؤشّرات على حياةٍ جديدة أمامنا.

لكن بالرغم من هذا أظنُّ أنَّ الحياة لن تعود إلى سابق عهدها.

حين يحين الوقت لاستئناف الحياة الطبيعيَّة بعد اجتياز أزمة ما، عادةً ما نقابله بتوقُّعاتٍ عظيمة. ولكنْ، حين نصطدم مع الواقع الجديد للحياة اليوميّة، قد تُحبِطنا خيبات الأمل والتّحدّيات، ولكنَّها أيضًا قد تتيح لنا فُرَصًا لنعيش الحياة بطريقة لم نتخيَّلْها من قبل.

هل أنتَ منفتح لفكرة عيشِ حياة جديدة؟ يعطينا التَّغيير فرصةً لنبدأ من جديد ونبني حياةً أفضل. يمكِننا أن نعيد التّفكير في أولويَّاتنا وحياتنا، ونضع منظورَنا الجديد للحياة موضع التّنفيذ، ونعمل على استرداد علاقاتنا القديمة، وننمّي عاداتٍ صحّيَّةً أكثر، ونعيد التّفكير بما نؤمن به عن الله وعن علاقته بحياتنا.

في الفترة التي عاشها يسوع المسيح على الأرض، كشف للنّاس معنى الحياة الفيّاضة الكاملة التي يقدِّمها، وعلَّمهم عنها. رفضه بعض النّاس، بينما وجد آخرون في تعليمه رجاءً، وقبلوا الأهداف التي قدَّمها. فقد علَّم يسوع قائلًا:

السَّارِقُ لَا يَأْتِي إِلّا لِيَسْرِقَ وَيَذْبَحَ وَيُهْلِكَ. أَمَّا أَنَا فَقَدْ
أَتَيْتُ لِتَكُونَ لَهُمْ حَيَاةٌ، بَلْ مِلْءُ الحَيَاةِ!
إنجيل يوحنا ١٠: ١٠

وقد اقتبسَ الرّسول بولس كلمات النّبي إشعياء التي وصف بها الحياة الفيّاضة التي يهبها الله إذ قال:

... وَلَكِنْ، وَفْقًا لِمَا كُتِبَ:
"إِنَّ مَا لَمْ تَرَهُ عَيْنٌ،
وَلَمْ تَسْمَعْ بِهِ أُذُنٌ،
وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ بَشَرٍ"
قَدْ أَعَدَّهُ اللهُ لِمُحِبِّيه.
وَلَكِنَّ اللهَ كَشَفَ لَنَا ذَلِكَ بِالرُّوحِ.
فَإِنَّ الرُّوحَ يَتَقَصَّى كُلَّ شَيْءٍ، حَتَّى أَعْمَاقَ اللهِ.
كورنثوس الأولى ٢: ٩-١٠

يقدِّم الربُّ لكلِّ واحدٍ منّا فرصةً لأن نحيا حياةً جديدة فيَّاضة وأبديّة لا يقوى أحدٌ على سلبها، ولا يستطيع شيء على الأرض أن يدمِّرها.

أينَ تضع ملءَ الحياة الذي يقدِّمه الله لكَ في خططكَ ؟

استعادة الرجاء

يمكن للحياة أن تكون قاسيةً جدًّا.

فقد تكون بصحّةٍ ممتازة اليوم كما كنتَ دائمًا، ثمَّ فجأةً ومن دون سابق إنذار، ومن دون أن تفعل شيئًا مختلفًا، تحلُّ الكارثة وتفقد كلَّ شيء.

لديَّ صعوبةٌ في تقبُّل فكرة أنَّه يُفترَض بالحياة أن تكون على هذا الشَّكل.

بالنِّسبة إليَّ، لم تعُدْ الحياة حسنة بعد الآن.
أنا أشكّ في معناها وجدواها.

عندما خلقَ الله العالَم، بدا العالم كاملًا من كلِّ النّواحي. وكان كلُّ ما خلقه الله يعكسُ صورتَه: طبيعته وكمالاته ومقاصده. كان كلُّ شيءٍ جميلًا، ويعمل كما قُصِدَ له تمامًا. ولكنَّ الخطيَّة والتمرُّد على الله دمَّرا ذلك العالم المثاليَّ الكامل. فحلَّت الفوضى محلَّ نظام الله الهادئ المفعم بالسَّلام والطمأنينة. ومنذُ ذلك الحين، يعيش العالم منفصلًا عن علاقته الصحيحة مع الله.

وهكذا، فإنَّ العالم ليس بالجودة والصَّلاح اللَّذيْن خلقه الله بهما. ما نشعر به من ألم وحزن وتشويش وقلق كردود أفعال على هذه الكارثة هو ما تبدو عليه الحياة عندما تكون علاقتنا مع خالقنا محطَّمة. ولكنْ لسنا مُضطرين للبقاء في ذلك الوضع المؤلم واليائس لأنَّ الله أرسل ابنه يسوع المسيح ليستردَّ علاقته بنا. وقد وعد بأنَّه يومًا ما سيُعيد كلَّ الخليقة أيضًا إلى حالة الكمال.

لأَنَّهُ هكَذَا أَحَبَّ اللهُ الْعَالَمَ حَتَّى بَذَلَ ابْنَهُ الْوَحِيدَ،
لِكَيْ لَا يَهْلِكَ كُلُّ مَنْ يُؤْمِنُ بِهِ، بَلْ تَكُونُ لَهُ الْحَيَاةُ الأَبَدِيَّةُ.
فَإِنَّ اللهَ لَمْ يُرْسِلِ ابْنَهُ إِلَى الْعَالَمِ لِيَدِينَ الْعَالَمَ، بَلْ لِيَخْلُصَ الْعَالَمُ بِهِ،
إنجيل يوحنَّا ٣: ١٦-١٧

فَلْيَمْلأْكُمْ إِلهُ الرَّجَاءِ كُلَّ فَرَحٍ وَسَلامٍ فِي إِيمَانِكُمْ
حَتَّى تَزْدَادُوا رَجَاءً بِقُوَّةِ الرُّوحِ الْقُدُسِ.
روما ١٥: ١٣

بعدما تُغفَر خطايانا ونستردُّ علاقتنا بالله، يمكننا أن نحيا في سلامٍ ورجاء. عندئذٍ يكون لحياتنا قصد جديد ومتجدِّد: بأن نعرف الله ونثق به ونخدمه في كلِّ ما نفعل.

كيف لثقتك بالله أن تغيِّر منظورك للحياة في الأوقات الصعبة؟

العيش بشكلٍ جيّدٍ

يصعب عيش الحياة بشكلٍ جيّدٍ بعد الكارثة. فحتَّى الرُّوتين ومهمَّات الحياة اليوميَّة الاعتياديّة تغيَّرت. وحين أحسب أنَّني فهمت، تتغيَّر الأمورُ ثانيةً.

لطالما كنتُ قادرًا على مدِّ يد العون للآخرين، ولكنَّني الآن لم أعد أعرف ما يحتاج النّاس إليه أو ما يمكنني فعله لمساعدتهم.

خلقنا الله لنكون شركاءه في إظهار محبَّته وتقديم يد العون للمحتاجين.

لذا، لا عجب أن نشعر بالرِّضا عند مساهمتنا في خير الآخرين، فهذا ما خلقنا الله لنفعله.

الرَّبُّ قَرِيبٌ مِنْ مُنْكَسِرِي الْقَلْبِ،
وَيُخَلِّصُ مُنْسَحِقِي الرُّوحِ.
مزمور ٣٤: ١٨

عندما أتى يسوع إلى الأرض، كان سخيًّا وحنونًا ومعزّيًا لكثيرين. وباهتمامه بالآخر، بيَّن لنا السبيل لعيش الحياة الفُضلى من خلال محبّة الآخرين محبَّة حقيقيَّة.

رُوحُ السَّيِّدِ الرَّبِّ عَلَيَّ،
لأَنَّ الرَّبَّ مَسَحَنِي
لأُبَشِّرَ الْمَسَاكِينَ،
أَرْسَلَنِي لأُضَمِّدَ جِرَاحَ الْمُنْكَسِرِي الْقُلُوبِ،
لأُنَادِيَ لِلْمَسْبِيِّينَ بِالعِتْقِ
وَلِلْمَأْسُورِينَ بِالْحُرِّيَّةِ،
لأُعْلِنَ سَنَةَ الرَّبِّ الْمَقْبُولَةَ،
وَيَوْمَ انْتِقَامٍ لإِلَهِنَا،
لأُعَزِّيَ جَمِيعَ النَّائِحِينَ.
لأَمْنَحَ نَائِحِي صِهْيَوْنَ تَاجَ جَمَالٍ بَدَلَ الرَّمَادِ،
وَدُهْنَ السُّرُورِ بَدَلَ النَّوْحِ،
وَرِدَاءَ تَسْبِيحٍ بَدَلَ الرُّوحِ الْيَائِسَةِ،
فَيُدْعَوْنَ أَشْجَارَ الْبِرِّ
وَغَرْسَ الرَّبِّ لِكَيْ يَتَمَجَّدَ.
إشعياء ٦١: ١-٣

ما الشّفاء واللّطف والتّعزية التي تلقّيتَها من الله؟ كيف لك أن تشارك تلك العناية المُحِبَّة مع آخرين؟

قوَّة للغد

أجِد صعوبةً في التّعامُل مع تداعيات هذه الكارثة. ولكنَّها كانت مؤلمة جدًّا للذين فقدوا أحبَّاءهم.

أرجو أن أجد القوَّة للتَّعامل مع كلِّ ما ينتظرنا.

لا يتمُّ التَّعافي من كارثة ما بين ليلة وضحاها. فاستئناف الحياة وإعادة بنائها يتطلَّبان الكثير من الوقت.

دائمًا ما يذكِّرنا عيش حالة الاضطراب وعدم اليقين بمحدوديَّتنا وعجزنا عن التحكُّم بأحداث الغد. ولكنَّ الكتاب المُقدَّس يؤكِّد لنا أنَّ الله هو رجاؤنا وقوَّتنا مهما يحدث. وَثِقَ الرَّسولُ بولس بأنَّ الله سيمكِّن الكنيسة من تحقِيق القصد من وجودها، وهو أنْ تذيع اسم الله وتعرِّف الشعوب به، حتَّى في وسط الألم الشديد، ولذا كتب قائلًا:

(أصلّي إلى الآب) لِكَيْ يَمْنَحَكُمْ، وَفْقًا لِغِنَى مَجْدِهِ، أَنْ
يُمِدَّ الرُّوحُ الكِيَانَ الدَّاخِلِيَّ فِي كُلٍّ مِنْكُمْ بِالْقُوَّةِ الْمُؤَيِّدَةِ،
لِيَسْكُنَ الْمَسِيحُ فِي قُلُوبِكُمْ بِالإِيمَانِ؛ حَتَّى إِذَا تَأَصَّلْتُمْ
وَتَأَسَّسْتُمْ فِي الْمَحَبَّةِ، تَصِيرُونَ قَادِرِينَ تَمَامًا أَنْ تُدْرِكُوا،
مَعَ الْقِدِّيسِينَ جَمِيعًا، مَا هُوَ الْعَرْضُ وَالطُّولُ وَالْعُلْوُ
وَالْعُمْقُ، وَتَعْرِفُوا مَحَبَّةَ الْمَسِيحِ الَّتِي تَفُوقُ الْمَعْرِفَةَ،
فَتَمْتَلِئُوا حَتَّى تَبْلُغُوا مِلْءَ اللهِ كُلِّهِ.
وَالْقَادِرُ أَنْ يَفْعَلَ، وَفْقًا لِلْقُدْرَةِ الْعَامِلَةِ فِينَا، مَا يَفُوقُ بِلا
حَصْرٍ كُلَّ مَا نَطْلُبُ أَوْ نَتَصَوَّرُ، لَهُ الْمَجْدُ فِي الْكَنِيسَةِ،
فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ، مَدَى الأَجْيَالِ وَالدُّهُورِ! آمِينَ.
أفسس ٣: ١٦-٢١

لا أحد يعرف ما قد يجلبه الغد من مسرَّات أو مخاطر. ما نعرفه هو أنَّ الله يحبُّنا أكثر ممَّا نستطيع أن نتخيَّل، وأنَّ قوّته هي سوف تمكِّننا من مواجهة ما ينتظرنا في المستقبل.

كيف يؤثِّر الوعد بقوَّة الله وقصده لحياتك على الطَّريقة التي تواجه بها المستقبل الغامض والمجهول؟

لربَّما واجهتَ ألمًا وخسارةً في السابق، ولكنَّ هذه الكارثة قلبتْ حياتك رأسًا على عقب. يؤثِّر الألم والخسارة على كلِّ جزءٍ وناحيةٍ في حياتك، ويبدو فقدان السّيطرة مؤلمًا، بل معذِّبًا. نعرف، بطريقةٍ ما، أنَّه لم يُقصد قطُّ لهذه الفوضى أن تكون موجودة.

حين بدأ عالمنا، كانت خليقة الله مكانًا يسوده السَّلام والسّكينة، فيه تمتَّعَ البشر بعلاقةِ انسجامٍ مع الله بينما كانوا يهتمُّون ويعتنون بخليقته الحسنة.

ولكنْ رأى آدم وحوَّاء أنَّ طريقهما أفضل من طريق الله. ولذا اختارا طريقًا أفسدَ بفعل الخطيَّة والموت كلَّ علاقات البشر – سواء علاقتهم مع الله، أو علاقتهم بعضهم مع بعض، أو علاقتهم مع الخليقة. ومنذُ ذلك الحين يكتسح الألم والصِّراع والخراب والحزن العلاقات البشريَّة ويفسِدها.

ولكنَّ الله شاءَ أن يستردَّ خليقته، لذا اختار مجموعة من النَّاس، هم بنو إسرائيل، ليُظهِروا محبَّته للعالَم. وقد جاهد بنو إسرائيل ليكونوا جزءًا من الحلّ، لكنَّ المشكلة بقيَتْ قائمة. وبالرّغم من ذلك، لم يستسلم الله ولم يتخلَّ عن إتمام قصده.

لذا، أرسل الله ابنه الوحيد، يسوع، إلى العالَم، فكان هو مسيَّا إسرائيل – ملكهم. أتى يسوع ليُري البشر القصد الذي خُلِقوا لأجله. أتى ليحقِّق ما فشل بنو إسرائيل في تحقيقه: وهو إظهار محبَّة الله لكلِّ البشريّة. وأتى ليكون مَلِك العالَم ومُخلِّصه.

هذه الكارثة غيَّرت عالمنا كلَّه.

وبدلًا من الاستسلام للخطيَّة والموت مثلما استسلم ومات كلّ إنسانٍ آخر، واجَه يسوع الخطيَّة والموت، وهزمهما. لكنْ، كيف فعل هذا؟ أعلنَ يسوع مجيء ملكوت الله، ولكنَّ الملوكَ والسُّلطات في زمنه لم يُعجِبهم التَّهديد الذي مثَّله لنفوذهم وسلطتهم. كان هؤلاء يحافظون على حكمهم ونفوذهم من خلال الموت أو القتل. لذا وفي سبيل أن يهزموا يسوع، استخدموا سلطان الموت فعلَّقوه على صليبٍ ليموت.

ولكنْ بعد ثلاثة أيَّام، انكسرت شوكة سلطانهم، فقد قام يسوع من الموت، وأظهر أنَّ قوَّة قيامة الله أعظم من الخطيَّة والموت. وهكذا، هزمَتْ محبَّة الله وحياته قوى الشَّرّ تلك.

حين نواجه تهديداتِ الظُّلمة، كتلك التي نواجهها اليوم، لسنا مدعوِّين لأنْ نتجاهل الظُّلمة، إذ إنَّ الله يمنحنا قصّةَ رجاء، قصّةً فيها ينتصر النور على الظلمةِ.

كُنّا جميعًا جزءًا من هذه الظُّلمة، فقد اخترنا أن نتبع أفكارنا ورغباتنا بدلاً من أن نتبع أفكار الله ورغباته. ولكنْ في سعي الله لتجديد خليقته يريد أن يعيدكَ إلى ما قُصِد لكَ في الأصل أن تكون عليه وأن يغفر خطاياك، حتَّى تأتي بهذه الحياة الجديدة إلى بقيَّة عالَمِه.

قصْدُ الله هو أنْ يجدِّد كلَّ الخليقة، حتَّى لا يعود العالَم يعاني بسبب الكوارث والخراب. في الخليقة الجديدة، سوف يسكن الله مع شعبه ويكون إلهَهم."وَسَيَمْسَحُ اللهُ كُلَّ دَمْعَةٍ مِنْ عُيُونِهِمْ. إِذْ يَزُولُ الْمَوْتُ وَالْحُزْنُ وَالصُّرَاخُ وَالأَلَمُ، لأَنَّ الأُمُورَ الْقَدِيمَةَ كُلَّهَا قَدْ زَالَتْ!"(رؤيا يوحنَّا ٢١: ٤).

في الوقت الحاضر، يريد الله أن يتقابل معكَ حيث أنتَ، ويعزِّيك، إنَّما يريدك أن تتبعه إلى خارج الظُّلمة، لتكون منارته في هذا العالَم. ما يزال الألم منتشرًا في العالَم، وكثيرون بحاجةٍ إلى هذا الرّجاء، كثيرون بحاجة إلى أن يعرفوا أنَّ يسوع هو الذي يعطينا النصرة على الظّلمة. لا نستطيع أن نفعل هذا وحدنا، لذا أعطانا الله روحَه ليحيا فينا، وكلمتَه لتحكي لنا القصَّة، وأعطانا بعضَنا بعضًا لنتشارك حياتنا معًا. لذا، نشجِّعك على أن تدعو روحه ليأتي إلى حياتك، وأن تجد جماعةً من أتباع يسوع ترتبط بها، وأن تحصل على نسخةٍ من كلمته لتقرأها وتتفاعل معها وتترك أثرها فيك.

تأسَّست خدمات "بِبليكا" (Biblica) عام ١٨٠٩ في مدينة نيويورك، وهي تعمل على ترجمة الكتاب المُقدَّس إلى لغاتٍ عديدة، وعلى توفير برامج مبنيّة على أسس الكتاب المُقدَّس من أجل تعزيز معرفة أعمق للكتاب المُقدَّس والاستفادة من هذه المعرفة واستخدامها. نساعد النّاس في الحصول على الكتاب المُقدَّس وفي أن يفهموا كيف يطبّقون كلمة الله في حياتهم اليوميَّة. في الوقت الحاضر، تخدم "بِبليكا" في ٥٥ بلدًا، حيث تُوصِل كلمة الله إلى أكثر من ١٠٠ مليون إنسان في كلِّ سنة. صلاتنا أن تختبر القوَّة المغيِّرة للحياة التي لا تستطيع سوى كلمة الله إيجادها.

المعهد الإنساني للكوارث

Biblica

جمعية الكتاب المقدس الدولية

في عام ٢٠١١، تأسَّس "المعهد الإنساني للكوارث - كلية ويتون

Humanitarian Disaster institute, Wheaton College

ويُختصَر بـ (HDI) وهو المركز البحثي الأكاديمي الديني الأول في أبحاث الكوارث في البلاد. رسالتنا هي مساعدة الكنيسة في أن تتجهّز لخدمة عالم يمتلئ بالكوارث وأن تكون قادرةً على أن تهتمّ به. نستخدم بحوثنا لوضع مصادر وللترتيب لعقد فعاليات وأنشطة تستهدف الطلاب والناجين من الكوارث ومُقدِّمي المساعدة والباحثين. وقد بدأ "المعهد الإنساني للكوارث" في عام ٢٠١٨ برنامج ماجستير في تخصُّص "قيادة العمل الإنساني والكوارث" Humanitarian and Disaster Leadership في كلية ويتون من أجل إعداد الجيل التالي من المختصّين في العمل الإنساني والكوارث ليخدموا ويقودوا بإيمان وتواضع، وليتّبعوا الممارسات المبنية على الأدلة، وليخدموا الفئات الأكثر ضعفًا وتعرُّضًا للكوارث والكنيسة حول العالم.

عندما ينقلبُ عالَمُك

حقوق النشر محفوظة لبيبليكا، ٢٠٢٣
جميع الحقوق محفوظة في كلّ العالم.
الاقتباسات الكتابية مأخوذة من ترجمة "الكتاب المُقدَّس - كتاب الحياة".
حقوق النشر محفوظة لبيبليكا، ١٩٨٨، ٢٠١٣، ٢٠٢٣
جميع الحقوق محفوظة في كلّ العالم.

الترقيم الدولي: ٩٧٨-١-٦٤٩٧٦-٤٣٧-٩
ISBN: 978-1-64976-437-9

جمعية الكتاب المقدس الدولية