

حُرِيَّة الرِّاحَةِ



السَّبْتُ بَعْدَ الظُّهْرِ

المراجع الأسبوعية: مرقس ٢: ١-١٢؛ املوك ١٨؛ املوك ١٩: ١-٨؛ متى ٥: ١-٣؛ إشعياء ٥٣: ٤-٦؛ ٢ملوك ٢: ١١.

آية الحفظ: «الرَّبُّ نُورِي وَخَلَاصِي، مِمَّنْ أَخَافُ؟ الرَّبُّ حِصْنُ حَيَاتِي، مِمَّنْ أَرْتَعِبُ؟» (مزمو ٢٧: ١).

الكثير من الناس الذين صادفهم يسوع أثناء خدمته الأرضية كانوا مرضى، وأحياناً كان مرضهم شديداً لدرجة أنه كان يؤدي إلى الموت. وكانوا يحتشدون حول يسوع من أجل الشفاء والراحة من معاناتهم. ودائماً ما كانوا يحصلون من يسوع على ما كانوا يحتاجونه. في بعض الأحيان، كان يسوع ينطق بكلمة فقط فيتم الشفاء بالكامل. وفي بعض الأحيان الأخرى، كان يلمس المرضى فيتم شفاؤهم بمعجزة. وأحياناً أخرى، كان يرسلهم إلى مكان ما، فكانوا يشفون بينما هم في طريقهم إلى هناك. لقد شفى يسوع الرجال والنساء والأطفال واليهود وغير اليهود، والأغنياء، والفقراء، والمتواضعين. ولم تكن أسوأ حالات الجذام والعمى عصية عليه، حيث شفى المصابين بهذه الأمراض أيضاً. في الواقع، لقد شفى حتى أولئك الذين يعانون من «أسوأ» مرض على الإطلاق — الموت.

هذا الأسبوع، سوف ننظر إلى مثالين مختلفين تماماً للشفاء. في إحدى الحالتين، كان المصاب مريضاً للغاية لدرجة أنه لم يستطع حتى القدوم إلى يسوع بمفرده. كانت أعراضه واضحة للجميع. في الحالة الأخرى، لم تكن هناك أعراض واضحة. لكن في كلتا الحالتين، جاء الشفاء في توقيت الله وبطريقته.

بينما نستكشف موضوع الراحة من الألم والمعاناة، سنتأمل أيضاً في السؤال الذي

واجهناه جميعًا، في مرحلة أو أخرى، في مسيرتنا المسيحية. ماذا يحدث عندما لا تُستجاب صلواتنا طلبًا في الشفاء؟

كيف نجد الراحة إذًا؟

* نرجو التعمق في موضوع هذا الدرس استعدادًا لمناقشته يوم السبت القادم الموافق ٢١ آب (أغسطس)

١٥ آب (أغسطس)

الأحد

الراحة الشافية

إذا كان هناك وقت نحتاج فيه إلى الراحة، فهو عندما نكون مرضى. نحن بحاجة إلى الراحة الجسدية حتى تتمكن أجسامنا من تنشيط جهاز المناعة لدينا. وغالبًا ما نحتاج إلى الراحة الذهنية أيضًا. في بعض الأحيان يكون الأمر مجرد شيء لا يهدد الحياة مثل البرد أو الصداع النصفي. وعندها نرقد في فراشنا ونحاول ألا نفكر في كل ما يجب علينا القيام به، ولكننا ببساطة لا نستطيع.

في بعض الأحيان، عندما يكون هناك شيء يحتمل أن يهدد الحياة، فإننا نبقى مستيقظين في فراشنا ونقلق بشأن نتائج الفحص الطبي. ثم غالبًا ما نبدأ بالتساؤل عن السبب. هل أدّى بنا أسلوب الحياة غير الصحي إلى هذه الحالة أخيرًا؟ هل يعود السبب إلى الأدوية التي تناولناها قبل ٢٠ عامًا؟ هل كان الوزن الزائد الذي حملناه على مدى السنوات القليلة الماضية هو السبب؟ هل الله يعاقبنا على تلك الخطية السرية التي لا يعرفها أحد آخر سوانا؟

اقرأ مرقس ٢: ١-٤. ما الذي كان يحدث هنا؟

بالنسبة للمفلوج في هذه القصة، كانت الحالة واضحة. في كتاب مشتهى الأجيال (صفحة ٢٦٧-٢٧١)، نحصل على خلفية القصة. قام المشلول باقتراح بعض الأمور التي لم يكن فخورًا بها. كانت حياته الشريرة سببًا في هذا المرض، وقد رسم الخبراء الروحيون خطأً مستقيمًا بين السبب والنتيجة. فبالنسبة لهم، لقد جلب هذا المشلول المرض على نفسه بسبب خطاياها، ولم يكن هناك علاج.

يمكن أن يكون هذا الموقف نموذجيًا للغاية. غالبًا ما يبدو أننا مهووسون بفكرة من هو السبب في حدوث أمرٍ ما. فإذا تم ارتكاب جريمة ما، يجب أن يدفع شخص ما مقابل ذلك. إذا كان هناك حادث في مكان ما، يجب مقاضاة شخص ما. لكن إلقاء اللوم لا يجلب الشفاء أو السلامة للمريض.

لم تشمل خليقة الله الأصلية على الألم والمرض والمعاناة. جاء المرض إلى هذا الكوكب

فقط مع دخول الخطية. لهذا السبب أعطانا الله إرشادات صحية — حتى نتمكن من الاستمتاع بجودة حياة أفضل الآن. ولكن طالما أننا في هذا العالم الخاطئ بالخطية، فلن تكون هناك ضمانات للصحة، مهما كانت جدّتنا في اتباع المبادئ الصحية. الأخبار السارة هي أنه بمقدور الله أن يمنحنا الراحة سواء كنا مرضى أو أصحاء. سواء كان مرضنا نتيجة لأفعالنا، أو نتيجة إهمال شخص آخر، أو نتيجة جيناتنا الوراثية، أو مجرد نتيجة ثانوية للعيش في هذا العالم الخاطئ. الله يعلم كيف يُرِيحَنَا.

عندما يمرض شخص ما، ليس من الجيد البدء في إلقاء اللوم عليه أو على غيره. في الوقت نفسه، لماذا يمكن أن يكون فهم سبب المرض، في بعض الحالات، خطوة حاسمة نحو الشفاء والتعافي؟

١٦ آب (أغسطس)

الاثنين

علاج جذري

تمّ إنزال المفلوج إلى حيث كان يجلس يسوع، وكانت كلّ العيون شاخصةً إليه. فهل يختار يسوع أن يشفي مذنبًا سافرًا؟ وهل سينطق بكلمة لينتهر المرض؟

كيف بدأ يسوع في شفاء المفلوج؟ ما هو أول شيء فعله يسوع له؟ اقرأ مرقس ٢: ٥-١٢.

نظرًا لأننا غالبًا ما نكون غير مُدرّكين للمرض حتى نلاحظ الأعراض، فغالبًا ما نفكر في المرض على أنه مجرد أعراض. ونعتقد أن التخلص من الأعراض يعني الشفاء. يتعامل يسوع مع المرض بشكل مختلف. إنّه يعرف أصل كل المعاناة والمرض ويريد أن يعالج هذا أولاً. في حالة المشلول، بدلاً من معالجة الآثار الواضحة لمرضه على الفور، ذهب يسوع مباشرة إلى أصل ما كان يزعج المريض أكثر من أي شيء آخر. شعر المصاب بالشلل بثقل ذنبه وانفصّاله عن الله أكثر من شعوره بالمرض. إنّ الإنسان الذي يستريح في الله قادر على تحمّل أيّة معاناة جسدية قد تصيبه في هذا العالم المليء بالخطية. وهكذا، ذهب يسوع مباشرة إلى الجذور وقَدّم المغفرة أولاً. أُصيب القادة الدينيون بالصدمة عندما سمعوا يسوع ينطق بالمغفرة. ردًّا على اتهاماتهم غير المعلنة، طرح يسوع سؤالاً.

اقرأ مرقس ٢: ٨، ٩. ما هو التحدّي الذي قدّمه يسوع للكّتّبة هنا؟ ما هي القضية التي يتعامل معها حقًا؟

الكلام بشكل عام سهل ولا يكلف شيئاً، لكن ليس عندما يتكلم الله. فبكلمة الله القوية والقديرة جاءت كل الأشياء إلى حيِّز الوجود (تكوين ١). على الرغم من أن التسامح ليس شيئاً يمكننا رؤيته، إلا أنه مُكَلَّف. الغفران كَلَّف حياة ابن الله على الصليب. كل شيء آخر هو أمر ثانوي. لتوضيح قوة وحقيقة الغفران، اختار يسوع إذ ذاك أن يشفي المفلوج.

يريد الله أن يعالجنا من الداخل أولاً. وبعد ذلك، يختار في بعض الأحيان أن يقدم لنا الشفاء الجسدي بصورة فورية، كما هو الحال مع المفلوج في هذه القصة. وفي بعض الأحيان الأخرى، يجب علينا انتظار فَجْر القيامة لاختبار الشفاء الجسدي. في كلتا الحالتين، يريد مخلصنا أن نكون قادرين على الراحة في يقين محبته ونعمته ومغفرته حاليًّا، حتى في خضم معاناتنا.

كيف يمكننا أن نجد الراحة والسلام، حتى وإن لم تُستجب صلواتنا من أجل الشفاء، على الأقل في الوقت الرَّاهن؟

١٧ آب (أغسطس)

الثلاثاء

الهروب بعيداً

استناداً إلى بيانات منظمة الصحة العالمية (WHO)، فإن المرض الأكثر شيوعاً في جميع أنحاء العالم، والذي يصيب أكثر من ثلاثمائة مليون شخص كل عام، لا تظهر له دائماً أعراض مرئية واضحة. الاكتئاب هو السبب الرئيسي للإعاقة في جميع أنحاء العالم، وهو مساهم رئيسي في العبء العالمي للمرض.

المؤسف هو أنه لا يتم الحديث عن الاكتئاب في كثير من الأحيان في المسيحية لأنه يمكن اعتباره علامة على قلة الإيمان. فعلى كل حال، أليس من المفترض أن يمتلئ المسيحيون بالفرح والسعادة وما شابه ذلك؟ لذا، أليس الاكتئاب علامة على وجود خطأ ما في علاقتنا مع الله؟

يعرف معظم الناس أن هذا ليس صحيحاً. فإنه حتى المسيحيين، المسيحيين المخلصين، يمكنهم أحياناً أن يعانون من الاكتئاب، خاصة بعد اختبار حدث صادم. والاكتئاب ليس علامة على نقص الإيمان أو الثقة بالله. مرة أخرى، يمكن للمرء أن يقرأ المزامير ويرى مشاعر الألم والمعاناة والكرب التي عانى منها شعب الله المخلصين.

في بعض الأحيان، يسيطر علينا الاكتئاب ببطء وبهدوء، ولا ندركه إلا عندما يحكم قبضته. وأحياناً أخرى ينقض علينا بسرعة، خاصة بعد اختبارنا لحدث عاطفي أو جسدي مُنْهَك. على سبيل المثال، أُسْتَنْزَفَ نبي الله الأمين إيليا كَلْبًا، عاطفيًّا وجسديًّا، بعد حادثة جبل الكرمل.

في ١ ملوك ١٨، رأى إيليا للتو معجزة الله المتعلقة بالنار وهي تنزل من السماء. استجابة لدعوته، رأى المطر يأتي وينتهي ثلاث سنوات من الجفاف. لماذا تجاوب إيليا مع تهديد إيزابَل بالهروب بعيداً؟ اقرأ ١ ملوك ١٩: ١-٥.

لقد مرَّ إيليا بأربع وعشرين ساعة مرهقة للغاية. فهذا الاختبار، إضافة إلى الطريقة الفظة التي تمَّ إيقاظه بها والتهديد بالموت، كانت بمثابة محفِّز للاكتئاب بالنسبة لإيليا. وأيضاً، كان إيليا هناك عندما قُتل أنبياء البعل، حوالي ٨٥٠ نبياً، ولعلَّ إيليا نفسه قد قتل بعضهم بيده (١ ملوك ١٨: ٤٠). يمكن لمثل هذا الحدث، حتى وإن كان لسبب صالح، أن يؤدي بسهولة إلى إجهاد مؤلم لدى أولئك الذين يشاهدون، أو حتى أسوأ من ذلك، يشاركون في حدث كهذا.

لذلك بدأ إيليا في الركض، لمحاولة الابتعاد. أحياناً نركض إلى التلاجة ونحاول أن نأكل لإسعاد أنفسنا مرة أخرى. وأحياناً أخرى نحاول التخلص من إجهادنا العاطفي بالتَّوم. في بعض الأحيان نبحث عن علاقة أو وظيفة أو منصب جديد في سعينا للهروب. وأحياناً ندفن أنفسنا في المزيد من العمل، والمزيد من المواعيد النهائية واللقاءات، حيث نحاول جاهدين الهروب من الشيء المجهول الذي يستنزف فرحتنا وراحتنا. وبالطبع، كثير من الناس يستخدمون «العقاقير» بشكل أو بآخر، كل ذلك في محاولة لتخفيف الألم. في النهاية، هذه الأشياء تخفي الأعراض فقط. إنَّها لا تحلَّ المعضلة، وغالباً ما تجعلها أسوأ.

١٨ آب (أغسطس)

الأربعاء

مُنْهَكَ لَا يَقْوَى عَلَى الرِّكْضِ

شعر إيليا بالتعب الشديد لدرجة أنه لم يقوَ على المزيد من الركض. لذلك، صلى مرة أخرى. اختلفت هذه الصلاة كثيراً عن الصلاة المليئة بالإيمان التي استجاب لها الله على جبل الكرمل (١ ملوك ١٨: ٣٦، ٣٧) أمام كهنة وأنبياء البعل وأعضاء البلاط المَلَكِي وعمامة الناس. كانت هذه صلاة بسيطة وقصيرة مَشُوبَةً بِالْيَأْسِ.

في ١ ملوك ١٩: ٤، يذكر إيليا أنه ليس أفضل من آبائه. ما الذي كان يتحدَّث عنه؟

عندما هدأ إيليا في نهاية المطاف، انقض عليه الشعور بالذنب يسحقه. لقد أدرك أن خروجه الذريع اختطف ما كان يمكن أن يكون فرصة عظيمة للإصلاح في إسرائيل. وأدرك أنه خيَّب آمال أولئك الذين يحتاجونه. وكان عاجزاً عن فعل أي شيء حيال ذلك. وهكذا، في لحظة مؤلمة من فحص الذات، والمعرفة الكاملة بتاريخ شعبه، رأى إيليا نفسه على حقيقتها.

يمكن أن يكون هذا إعلانًا مؤلمًا لأي شخص منّا، أليس كذلك — أي رؤية أنفسنا على حقيقتنا؟ كم يجب أن نكون ممتنين للوعد بأنه، على الرغم من أن حياتنا خاطئة، فإن الله في المسيح سيرانا كما يرى المسيح. أي رجاء يمكن أن نحصل عليه أكثر من ذلك، حيث يمكننا، بالإيمان، أن نطالب ببرّ المسيح لأنفسنا؟ (انظر فيلبي ٣: ٩).

ومع ذلك، فإن للاكتئاب وسيلة لجرفنا إلى دوامة مظلمة من كراهية الذات. وأحيانًا نبدأ في الاعتقاد بأن الموت هو المخرج الوحيد.

يبدو أن هذا كان هو الحال بالنسبة لإيليا. فقد بدا الأمر لا يحتمل بالنسبة له، لدرجة أنه قال، «قَدْ كَفَى الْآنَ يَا رَبُّ. خُذْ نَفْسِي لِأَنِّي لَسْتُ خَيْرًا مِنْ أَبِي» (١ ملوك ١٩: ٤).

الخبر السار هو أن الشافي الأعظم لا يدين إيليا. يدرك الله أكثر مما نفعل نحن حقيقة ما نواجهه ونحن نحارب الاكتئاب.

«وقد لا نرى دليلًا قاطعًا على أن المخلص يحنو علينا ويحبونا برحمته ومحبته، وقد لا نحسّ بلمسة يده على جباهنا في رفق وحنان، ومع ذلك هذه هي الحقيقة الراهنة» (روح النبوة، طريق الحياة، صفحة ٨٢).

يعلم الله ويدرك أن «الْمَسَافَةَ كَثِيرَةً» (١ ملوك ١٩: ٧) عَلَيْنَا، ولكن في بعض الأحيان يضطر إلى الانتظار حتى نتوقف عن الركض. ثم يمكنه عندها التدخل.

أحيانًا يصبح الأشخاص الذين يغرِقون في المياه مرتبكين لدرجة أنهم يتصارعون مع منقذي السباحة الذين يأتون لنجدهم. بعد ذلك، يتعين على المنقذ التراجع والانتظار لتنفيذ عملية الإنقاذ إلى أن يفقد الغريق وعيه بالفعل.

ما هي الآمال والراحة التي تجدها في الفقرات الكتابية التالية: مزمو ٣٤: ١٨؛ متى ٥: ١-٣؛ مزمو ٧٣: ٢٦؛ إشعياء ٥٣: ٤-٦.

١٩ آب (أغسطس)

الخميس

الرّاحة، لا بل وأكثر

علم الله أن كثرة الرّكض قد جعلت إيليا متعبًا. وعلم الله كذلك أن إيليا كان أكثر من مجرد متعب جسديًا، فقد كان متعبًا عاطفيًا وتحمل عبئًا هائلًا من الذنب. وكما كان سيفعل يسوع للمفلوج بعد ذلك بسنوات عديدة، فقد غفّر الله لإيليا ومنحه الرّاحة. وأخيرًا، استطاع إيليا أن ينام ويسترخي.

نتوقع أن تكون هذه نهاية القصة، لكنها ليست كذلك. راحة الله ليست حدثًا لمرة واحدة. إنَّ الدخول في راحة الله له علاقة بالشفاء — حيث التخلّص ببطء من أنماط التفكير السلبية والعادات المدمرة. إنَّ الله لا يتعجل الشفاء، إنما يسعى إلى أن يكون الشفاء تامًا وجذريًا.

بعد الراحة، أخذ إيليا يركض مرة أخرى. لكن هذه المرة أعاد الله توجيه مساره. يُدرك الله أن الحياة في هذا العالم الخاطئ يمكن أن تسبب الاكتئاب، وستسببه. إنه يفهم دافعنا للركض، لكنه يريد إعادة توجيه ركضنا. بدلاً من كل آليات التأقلم المدمرة للذات التي نحاولها، يريدنا أن نركض إليه. وبمجرد أن نبدأ في الركض نحوه، فإنه يريد أن يعلمنا أن نستمع إلى «الصوت المُخَفِّض الخَفِيف» (١ملوك ١٩: ١٢) الذي سيمنحنا الراحة. لم يكن لدى إيليا طاقة لإنهاض نفسه والقيام برحلة للقاء الله. إنَّ الله هو مَنْ يوفر الطاقة للقاء، والله هو مَنْ يَعِد بِعِدٍ أفضل. وبينما كان إيليا يرقد تحت البُطْمَة ويتمنى الموت، كان يعتقد أن أفضل أيامه قد انتهت.

اقرأ ١ملوك ١٥: ١٩، ١٦ و ٢ملوك ٢: ١١. ما الذي كان لا يزال مُخَبِّئًا لإيليا؟

عَلِمَ اللهُ أَنَّ أَيَّامًا أَفْضَلَ تَنْتَظِرُ إِيْلِيَا. كَانَ الشِّفَاءُ سِيَّاتِي لِلنَّبِيِّ لِأَنَّهُ كَانَ سَيَتَعَلَّمُ أَنْ يَنْظِمَ حَيَاتِهِ وَفَقًا لِإِيقَاعَاتِ اللهِ وَيَقْبَلُ رَاحَتَهُ. كَانَ لَا يَزَالُ هُنَاكَ مَلُوكٌ يَجِبُ مَسْحَهُمْ وَخَلِيفَةٌ يَتَمَّ اخْتِيَارُهُ. عَلِمَ اللهُ بِالْفِعْلِ عَنِ الْيَسَّحِ، الَّذِي كَانَ سَيَصْبِحُ قَرِيبًا مِنْ إِيْلِيَا كَابْنِهِ. عَلِمَ اللهُ أَنَّ إِيْلِيَا، بِالْإِيْمَانِ، سَيَطْلُبُ أَنْ تَنْزِلَ نَارٌ مِنَ السَّمَاءِ (٢ملوك ١: ١٠). وَفِيْمَا يَتَعَلَّقُ بِإِيْلِيَا، فَإِنَّهُ لَنْ يَمُوتَ يَائِسًا تَحْتَ البُطْمَةِ بَلْ سَيَسْتَقِلُّ مَرْكَبَةً نَارِيَةً إِلَى الرَّاحَةِ السَّمَاوِيَّةِ.

ما الذي يمكننا أن نتعلمه من قصة إيليا حول لماذا، بغض النظر عن مدى شعورنا بالسوء، لا يزال يتعين علينا، بقوة الله، عدم الاستسلام؟

٢٠ آب (أغسطس)

الجمعة

لَمَزِيدٍ مِنَ الدَّرْسِ: «مع التغيير المستمر للظروف، نختبر نحن أيضًا التغييرات؛ وبهذه التغييرات نحن إما نبتهج أو نكتئب. لكن تغيير الظروف ليس له القدرة على تغيير علاقة الله بنا. فالله، هُوَ هُوَ أَمْسًا وَالْيَوْمَ وَإِلَى الأَبَدِ» ؛ وهو يطلب منا الثقة المطلقة في محبته» (روح النبوة، في الأماكن السماوية، صفحة ١٢٠).

«استمروا في النظر إلى يسوع، وارفَعُوا صلوات صامتة بالإيمان، وتمسكوا بقوته، سواء كان لديكم أي شعور واضح أم لا. تقدّموا للأمام كما لو أنّ كلّ صلاة رُفِعتموها قد أودعت

عرش الله واستجاب لها ذاك الذي لا تخفق وعوده أبداً. امضوا على الطريق الصحيح وترنّموا وأنشدوا لله في قلوبكم، حتى عندما تكتبون من الشعور بعبء الحزن. أقول لكم، كشخص يعرف عن اختبار، النور سيأتي، وسيكون الفرح من نصيبنا، وستنطوي الغمائم والغيوم. وسنتقل من قبضة القوة الجائرة للحزن والظلام إلى نور حضور يسوع» (روح النبوة، رسائل مختارة، مجلد ٢، صفحة ٢٤٢، ٢٤٣).

أسئلة للنقاش

١. غالباً ما يكون من الصعب جداً مساعدة شخص يعاني من اضطرابات نفسية أو اكتئاب. ما هي الوسيلة الجيدة لأن تتعلم كنيستك كيف تخدم بشكل أكثر فعالية أولئك المصابين بالاكتئاب؟
٢. غالباً ما نصارع لنكون منفتحين وصادقين أمام الله. تصفح بعض المزامير وانظر إلى أي مدى كان كتّبة أسفار الكتاب المقدّس منفتحين وصادقين أمام الله. كيف يمكننا تعزيز جو من الشفافية والصدق في مجموعتنا المحلية؟
٣. غالباً ما يكون من الصعب علينا أن نُصلي عندما نعاني من الاكتئاب. ناقش قوة صلاة الشفاعة لأجل أولئك الذين لا يستطيعون الصلاة لأجل أنفسهم.
٤. لماذا من المهم أن نتذكر أن الإيمان ليس شعوراً؟ فقط لأننا مكتئبون ومحبطون وخائفون وقلقون لا يعني أننا نفتقر إلى الإيمان أو الثقة بالله. هذا يعني فقط أننا، في الوقت الحالي، نشعر بالاكتئاب، والإحباط، والخوف، والقلق، كما يحدث لنا جميعاً، في مرحلة أو أخرى. كيف يمكننا أن نتعلم أنه، في مثل هذه الأوقات، تكون الصلاة بإيمان أمراً بالغ الأهمية، بغض النظر عن مدى صعوبة ما قد يبدو عليه ذلك؟
٥. أي رجاء عظيم يمكنك استخلاصه من قصة المفلوج، خاصة إذا كان أسلوب الحياة الخاطئ الذي انتهجته قد أصابك بالمرض والسقم؟