

التعامل مع الأفكار والمشاعر Dealing With Negative Thoughts & Emotions

الحق المغير للحياة

Life-Changing Truth

لقد ذكرنا في تعريفنا للذهن أنه مسئول عن التعامل مع العواطف والمشاعر ومعالجتهم. وهذا يشير بصفة خاصة إلى درجات مختلفة من المحبة والمودة، والإستياء والسخط والإنفعال. فيمكنك أن تكون أكثر أو أقل حنواً ومحبة تجاه شخص أو شيء ما. لذلك يمكن أن يكون هناك مودة أو عاطفة أو سخط واستياء. وبالتالي يمكنك أيضاً أن تكون عاطفى مع أو ضد أى شخص أو شيء. فهذه كلها ثمر (منتجات) الذهن.

لا تتصنع أو تخلق القلق أو الألم

نحميا 8 : 10

“فقال لهم، اذهبوا كلوا السمين، واشربوا الحلو وابعثوا أنصبه لمن لم يعد له لأن اليوم هو مقدس لسيدنا. ولا تحزنوا لأن فرح الرب هو قوتكم”
والجزء الذى أريدك أن تلاحظه حيث يقول “لا تحزنوا؛ لأن فرح الرب هو قوتكم.” ولم يترجم تعبير “لا تحزنوا” بشكل صحيح فى ترجمة الملك جيمس KJV. ففى النص العبرى، الكلمة المترجمة “حزن - تحزنوا” هى “أوتساب awtsab”، وهى تعنى “أن تشكل، أو تخلق وتصنع أو تبتدع القلق والألم، والغضب والاستياء والحزن وبالتالي الأذى”. لذلك كان نحميا يقول لاسرائيل فى الأساس، “لا تتعاملوا، أو تخلقوا أو تصنعوا أو تبتدعوا هذه المشاعر والأحاسيس السلبية من القلق أو الألم أو الغضب، والاستياء وعدم الرضا أو الحزن أو الأذى، لأن فرح الرب هو قوتكم.”
وهنا ركز نحميا على أنه كان ينظر إليهم كونهم أقوياء وليسوا ضعفاء، ناجحين وليسوا فاشلين، مزدهرين ولا ينقصهم شيء. لذلك قال لهم أن لا يخلقوا ويتصنعوا القلق أو الألم، لأن تلك الأمور ستحبطهم وتسبب لهم الكآبة وتدمرهم.
فرح الرب هو قوتك، ويريدك الرب أن تتقوى بالقوة التى جعلها متاحة لك. وإلا لا يمكنه أن يستخدمك. تذكر ما قاله ليشوع، “تشدد وتشجع” (يشوع 1 : 7)،
والآن يقول لنا نحميا أن القوة هى فى فرح الرب.
ولذلك، إذا أراد إبليس أن يجعلك تغضب وتستاء من الرب، سيهاجم فرحك، وبالتالي سيحاول إيقافك عن أن تكون فرحاً ويجعلك أن تلقي باللوم على كل شخص من حولك بسبب هذه المشاعر والأحاسيس السيئة.

لا تُثبت ذهنك على الفشل

لا تُثبت ذهنك على الفشل أو على الأشخاص الذين يحاولون إثارة المشاكل والمتاعب معك. ولا تُثبت ذهنك على كلماتهم السلبية أو الجارحة أو الحقودة والمليئة بالكراهية. فأنت قد خُلقت على صورته، لذلك فكر واسلك مثله.
فأنت ابن للرب، وأنت من تُظهر بره (2 كورنثوس 5 : 20)، وأنت من يُبين نوره العجيب، وأنت المُوَزَع لصلاحه. لذلك لا تعطي ثغرة لأى أمر سلبي، ولا تدع شخصية وطبيعة إبليس أن تُظهر نفسها من خلالك.
وربما قد أعلنت أن هناك شخصاً غير مرغوب فيه، وقررت ألا تتحدث إليه مرة أخرى بسبب أنه أخطأ إليك. ولكن يكون هذا الإتجاه عكس طبيعة الله. فنحن لا نصنع أعداءاً فى ملكوت الله، حتى ولو أعلنوا أننا أعدائهم، ولكننا نصنع

أصدقاءً فقط فى الملكوت.
تقول الكلمة، "الله بين محبته لنا لأنه ونحن بعد خطاه مات المسيح لأجلنا"
(رومية 5 : 8). فكن مثل المسيح فى اتجاهاتك. ولا تنتظر حتى يعتذر لك المخطئ فى
حقك قبل أن تغفر له وتحدث إليه مرة أخرى. ولكن بدلاً من ذلك اسلك كما المسيح
أعطى حبه للخطاه حتى عندما لا يعرفونه. امنح محبتك (انتباهك واهتمامك) للآخرين،
حتى لو أنهم يحتقرونك أو يقللوا من شأنك. أعط مكان لبر الله فى روحك، وستكون
دائماً سعيداً وفرحاً .

تجاوب مع الأمور بطريقة روحية وليس بطريقة عاطفية

ربما يتجاوب الأشخاص من حولك مع الأمور بطريقة عاطفية سلبية، ولكن عليك أن
تتعلم أن تستجيب وتتجاوب مع الأمور من روحك. فالرب يريد أن تسكن كلمته فى
روحك، وتتحكم وتسيطر على ذهنك أيضاً . ولهذا السبب قال لنا بولس بالروح، "أن
تجددوا فى روح (طبيعة) ذهنكم" (أفسس 4 : 23)

وقد تعلمنا من رومية 12 : 2 كيفية تغيير حياتنا بأذهاننا: "ولا تشاكلوا هذا
الدهر بل تغيروا عن شكلكم بتغيير أذهانكم لتختبروا ماهى إرادة الله الصالحة
المرضية الكاملة."

وكانت هذه واحدة من الأعداد التى تعلمتها وحفظتها عندما كنت مؤمناً صغيراً
فى السن انمو فى الكنيسة. فهى تقول أنها مسئوليتك أن تُجدد ذهنك. ولاحظ أيضاً
أنها لم تتوقف فقط عند إخبارك أنه عليك أن تتغير بتجديد ذهنك وحسب. وإنما
تذهب لأبعد من ذلك لتعلمك أنه بتجديد ذهنك، ستختبر ماهى إرادة الله الصالحة
المرضية الكاملة.

اقرأ هذا العدد لنفسك مرة ثانيةً ببطئ وتأمل والهج به. فهى كلمة الله، وهى
مُصممة لتأتى بنتائج فى حياتك.

دع الأفضل فقط يخرج منك

إذا كنت تتفاجأ بنفسك دائماً وتُظهر مشاعر واتجاهات سلبية، تُب وضح نفسك
بسرعة. وقل، "أبوياء، لم أعرف أننى غير صبور بهذه الطريقة. ومن اليوم أنا أرفض
عدم الصبر باسم يسوع." وإذا تجد نفسك تتجاوب وتستجيب للأمور بكراهية وغضب
ومرارة بدلاً من التجاوب بمحبة، قل، "أبوياء، باسم يسوع أنا أرفض كل هذا. ولن
يكون له سلطان علىّ."

لا تدع أى شخص أو شئ يتسبب فى ان تفعل هذه الامور السيئة. ولا تجعل نفسك
تُظهر مثل هذه الصفات الشريرة. ارفض أن تترك فى حياتك ثغرة للتعبيرات
الشيطانية. ولهذا السبب أحب هذه الأغنية/الترنيمه التى تقول،

"ليس لإبليس سلطان هنا فى هذا المكان،

ليس له سلطان هنا،

لأن هذا هيكل مُصمم لحضور الرب،

ليس له سلطان هنا."

فهذه واحدة من الترانيم عندما ترنمها تساعد حياتك أن تسير فى الإتجاه
الصحيح. فأنت هيكل ومكان إقامة الرب، ومُصمّم لحضوره. وبالتالي، ليس لإبليس
سلطان فى أى جزء من حياتك.

إذا لاحظت أن الغضب يحاول أن يفيض بالغلجان فيك، قل، "لا، أنا ممتلئ
بالمحبة!" ثم تخاطب الغضب وتقول، "أيها الغضب، أنت ليس لك سلطان أو قوة
فى قلبى، لأننى مسكن وهيكل للرب، ومُصمّم لحضوره! وعندما تفعل هذا، ستفيض محبة
الله فى قلبك وتملأه، مجدداً للرب!

نشرت بإذن من كنيسة سفارة المسيح Christ Embassy Church والمعروفة أيضاً بإسم **عالم المؤمنين
للحب و خدمات القس كريس أويكيلومي** - Believer's Love World - Nigeria - Pastor - بنيجيريا
Chris Oyakhilome والموقع www.ChristEmbassy.org .

جميع الحقوق محفوظة. ولموقع **الحق المغير للحياة** الحق فى نشر هذه المقالات
باللغة العربية من خدمات القس كريس أويكيلومي .

Taken by permission from **Christ Embassy Church** , aka **Believer's Love World** & **Pastor Chris Oyakhilome Ministries** , Nigeria. www.ChristEmbassy.org .

All rights reserved to **Life Changing Truth**  ..



www.LifeChangingTruth.org
خدمة الحق المغير للحياة