

خطوة أشير

الأسبوع الثامن

أشير - ٦٧٨

«سعادة»

نقطة الضعف التي تحتاج إلى تقويتها

كثير من المؤمنين يشعرون بالارهاق حتى أن الحياة تسحقهم. ويسيطر عليهم شعور بالفراغ، وكأنهم لن يجدوا الراحة أبدًا، ولم يختبروا الشعور بالسلام والفرح. هذا الدرس سوف يساعدهم على تعلم كيف يسلمون وقتهم لله ويثقون به فيستمتعون بالفرح.

الهدف

بداية ممارسة حفظ يوم الراحة بصورة منتظمة.

الآية الرئيسية

«إِذَا بَقِيَتْ رَاحَةٌ لِشَعْبِ اللَّهِ! لِأَنَّ الَّذِي دَخَلَ رَاحَتَهُ أَسْتَرَاحَ هُوَ أَيْضًا مِنْ أَعْمَالِهِ، كَمَا اللَّهُ مِنْ أَعْمَالِهِ. فَلْتَجْتَهِدْ أَنْ تَدْخُلَ تِلْكَ الرَّاحَةَ، لِئَلَّا يَسْقُطَ أَحَدٌ فِي عِبْرَةِ الْأَعْصِيَانِ هَذِهِ عَيْنِهَا».

(عبرانيين ٤: ٩-١١)

الأفكار الرئيسية

- لا يأتي الفرح من المال أو الممتلكات.
- السبيل الحقيقي للفرح هو طاعة كلمة الله والقرب من قلبه.

- حفظ يوم الراحة وصية. ليس الهدف منها ازعاجنا بل تحريرنا من هموم هذا العالم.
- لا زالت وصية حفظ يوم الراحة واحدة من الوصايا العشر.
- لا زالت أجسادنا، كما خلقها الله، وهي بحاجة إلى يوم راحة.
- يجدر بنا أن نسأل كيف يمكننا احترام رغبة الله من جهة الراحة والعلاقات. هدف خطوة أشير هو انتقال المؤمنين إلى حالة من الفرح والسلام الأعظم، والعلاقات الأقوى، والسير بشكل أعمق مع الله من خلال ممارسة الراحة المنتظمة والملتزمة.

نشاط تمهيدي

ما هي أجازة الأحلام بالنسبة لك؟ أين تذهب؟ كم تقضي من الوقت هناك؟

مناقشة جماعية

الخطوة الثامنة في طريق القوة هي **خطوة أشير**.

معنى اسم أشير «السعادة»، لذلك نبدأ في هذا الدرس الحديث عن الدخول إلى الفرح.

(١) برأيك ما هو الفرق بين السعادة والفرح؟

(٢) يعلم غالبيتنا أن الفرح مذكور كأحد ثمار الروح، لكن ماذا عن السعادة؟ هل تشعر في أعماق قلبك أن الله يريدك أن تكون سعيدًا؟

عندما يُسأل الكثير من المؤمنين عما إذا كان الله يريد لهم أن يكونوا سعداء، فإنهم يجيبون بفتور «نعم». ومع ذلك، إذا كنا صادقين مع أنفسنا، يكون هذا في كثير من الأحيان مجرد إيمان عقلي. إنه شيء نؤمن به فكريًا لأننا نعتقد أنه هو ما يفترض أن نقوله أو نؤمن به، ولكننا لسنا بالضرورة مقتنعين به في قلوبنا. في كثير من الأحيان، يكون لدينا الكثير من الشكوك حول ما إذا كان الله يريدنا حقًا أن نكون «سعداء» أم لا.

يؤمن البعض بشدة أن الله يريدهم أن يكونوا سعداء، لكن بقية معتقداتهم ليست كتابية إلى حد ما. ويعبد كثيرون في الواقع نسخة من إله الخصوبة بدلًا من إله الكتاب المقدس. إذ يؤمنون بكون «الحياة الأفضل» تعني أن الله يريدهم أن يزيدوا إيمانهم حتى يتمكن من منحهم الصحة و/أو الثروة و/أو بركات أخرى.

ومع ذلك، يعلمنا الله أن الفرح لا يأتي من الممتلكات. بل يأتي من الحياة الروحية الصحية، ومن العلاقة الحميمة معه، ومن علاقات المحبة مع الآخرين.

لذلك، إذا كنا نؤمن حقًا أنه يريد أن يباركنا بالفرح/السعادة، فيجب علينا أن نسعى إلى طاعة أكبر لكلمته. إذا كنا نثق في ارادته لنا، فيجب علينا أيضًا أن نثق في أن اتباع تعاليمه هو الذي يقودنا في الواقع إلى الفرح.

وبطبيعة الحال، عندما يعيش المؤمن في فرح، فإنه يستمر في الشعور بالسعادة حتى في مواجهة التحديات. الفرح هو مستوى أعمق من السعادة وهو الذي يغلب العالم. لذلك، يجب أن يكون السعي وراء الفرح رغبة قوية لدينا!

ليس علينا أن ننظر بعيدًا لنرى ما تبدو عليه نتائج السير في الاتجاه الآخر.

السياسيون الذين يسعون إلى السلطة ويتمسكون بها سعداء وفي سلام؟ أم أنهم غالبًا ما يشعرون بالمرارة ويكونون سريعى الغضب؟

يحقق نجوم هوليوود النجاح والثروة والشهرة والعشق، ولكن، غالبًا ما تكون حياتهم الشخصية خلف الكواليس فارغة وملبئة بالانكسار. فتكثر العلاقات المزيفة والطلاق والانتحار وإدمان الكحول والمخدرات بشكل مأساوي.

لا تُعرف هوليوود بأنها مكان للصدق ولا الفرح ولا السلام.

قد يفاجئك هذا الأمر أيضًا، ولكن، إذا أمضى أحد الوقت مع العديد من كبار المديرين التنفيذيين في عالم الأعمال، فإنه بصورة عامة، لن يجد قادة متعقلين يمتلكون الحكمة العليا للحياة، بل يجد رجالا ونساء يشعرون بالهشاشة والفرغ في حياتهم الشخصية والروحية. ويعيش الكثير منهم في خوف من المرض والموت لكونهم لا يمتلكون إجابات حقيقية على الأسئلة الروحية الأساسية.

سواء نظرنا إلى المجال السياسي، أو الرياضات الاحترافية، أو صناعة الترفيه، أو رؤساء الشركات الكبيرة، لا نجد أشخاصًا راضين عرفوا مغزى الحياة.

٣) اقرأ المقاطع الكتابية التالية:

يوحنا ١٠: ١٠ - «السَّارِقُ لَا يَأْتِي إِلَّا لِيَسْرِقَ وَيَذْبَحَ وَيُهْلِكَ، وَأَمَّا أَنَا فَقَدْ أَتَيْتُ لِتَكُونَ لَهُمْ حَيَاةً وَلِيَكُونَ لَهُمْ أَفْضَلُ».

غلاطية ٥: ٢٢-٢٣ - «وَأَمَّا ثَمَرُ الرُّوحِ فَهوَ: مَحَبَّةٌ، فَرَحٌ، سَلَامٌ، طَوْلُ أَنَاةٍ، لُطْفٌ، صِلَاحٌ، إِيمَانٌ، وَدَاعَةٌ، تَعَفُّفٌ. ضِدٌّ أَمْثَالِ هَذِهِ لَيْسَ نَامُوسٌ.»

لا يمكن أن نجد الفرح في الثروة أو الشهرة أو النجاح.

٤) اقرأ مزمو ١١٩: ٩-١٦

«بِمَ يُرَكِّي السَّابُّ طَرِيقَهُ؟ يَحْفَظُهُ إِيَّاهُ حَسَبَ كَلَامِكَ. بِكُلِّ قَلْبِي طَلَبْتُكَ. لَا تُصَلِّبْنِي عَنْ وَصَايَاكَ. حَبَّأْتُ كَلَامَكَ فِي قَلْبِي لِكَيْلَا أُخْطِئَ إِلَيْكَ. مُبَارَكٌ أَنْتَ يَا رَبُّ. عَلَّمْنِي فَرَائِضَكَ. بِسَفْتِي حَسَبْتُ كُلَّ أَحْكَامِ فَمِكَ. بِطَرِيقِ شَهَادَاتِكَ فَرِحْتُ كَمَا عَلَى كُلِّ

أَلْغَىٰ. يَوْصَايَاكَ أَهْلَ هَجْ، وَأَلَا حِطُّ سُبُلِكَ. يَفْرَائِضِكَ أَتَلَدُّ. لَا أُنْسَى كَلَامَكَ».

السبيل الحقيقي إلى الفرح هو طاعة كلمة الله والبقاء قرب قلبه.

ولكي نختبر الحياة الأفضل، يعطينا الله توجيهات محددة هدفها زيادة سعادتنا... وهذه موجودة في سفر الخروج ٢٠، ونسميها الوصية الرابعة:

٥) اقرأ خروج ٢٠: ٨-١١

«أَذْكُرُ يَوْمَ السَّبْتِ لِتَقْدُّسِهِ. سِتَّةَ أَيَّامٍ تَعْمَلُ وَتَصْنَعُ جَمِيعَ عَمَلِكَ، وَأَمَّا الْيَوْمُ السَّابِعُ فَفِيهِ سَبَبٌ لِلرَّبِّ إِلَهِكَ. لَا تَصْنَعْ عَمَلًا مَا أَنْتَ وَأَبْنُكَ وَأَبْنُتُكَ وَعَبْدُكَ وَأَمْتُكَ وَبَهِيمَتُكَ وَزَيْبُكَ الَّذِي دَاخَلَ أَبْوَابِكَ. لِأَنَّ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ صَنَعَ الرَّبُّ السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ وَالْبَحْرَ وَكُلَّ مَا فِيهَا، وَأَسْتَرَّاحَ فِي الْيَوْمِ السَّابِعِ. لِذَلِكَ بَارَكَ الرَّبُّ يَوْمَ السَّبْتِ وَقَدَّسَهُ».

لم يعطنا الله وصية حفظ يوم الراحة لكي يزعجنا بها. بل لكي يحررنا من هموم هذا العالم لمدة يوم كامل كل أسبوع!

ألا يبدو هذا أمرًا جيدًا في الواقع؟

ماذا لو كان الله يحاول تكليفنا بإجازة صغيرة كل أسبوع وكنا نحن نقاوم ذلك؟

٦) برأيك ما هي الأسباب التي تجعل البعض لا يحفظون يوم الراحة جيدًا؟

٧) برأيك ما هي بعض فوائد حفظ يوم الراحة بانتظام؟

حفظ يوم الراحة له فوائد كثيرة بالنسبة لنا.

يمنح هذا اليوم الراحة لأجسادنا. لم يصمم الله أجسادنا للعمل ٧/٢٤. وحاجتنا للنوم كل ليلة هي دليل واضح لا يقبل الجدل بأن الله صمم أجسادنا لتكون لها دورات من العمل والراحة. ويخبرنا من خلال الوصية الرابعة أن أجسادنا تحتاج أيضًا إلى يوم كامل من الراحة مرة واحدة في الأسبوع.

يمنح هذا اليوم الراحة لعقولنا. يوم الراحة الصحي هو عندما لا نستريح من العمل الجسدي فحسب، بل أيضًا نغلق أذهاننا عن جميع «مشاكل العمل». فنقرر أن كل همومنا ومخاوفنا يمكن أن تنتظر حتى يبدأ أسبوع العمل من جديد. انه وقت لعدم التفكير في العمل أو ما يتعين علينا إنجازه.

لا ينبغي القيام بأي شيء في يوم الراحة، حتى نستمتع بالراحة الذهنية.

يوم الراحة بمثابة عشور وقتنا. وهو إعلان لله أنه مالك وقتنا. هو الملك ونحن تتبع وصيته حول أفضل السبل لاستخدام وقتنا. يوم الراحة مكرس له، وهو مقدس (أي «مخصص») لأغراضه الخاصة.

عدم حفظ يوم الراحة يعني رفض الاعتراف به ربًا على حياتنا. وبهذا الاختيار نحن إما نعبر عن رغبتنا في أن نكون آلهة أوقاتنا، أو على الأقل نقول إننا لا نأتمنه على وقتنا.

ملحوظة: ليس من المهم تحديد أي يوم من أيام الأسبوع يحتفل فيه المرء بيوم الراحة بقدر ما يهم أن نحصر على وجود يوم منتظم في تقويمنا. (لتأكيد هذا المبدأ أنظر رومية ١٤: ١٥). بالنسبة لمعظم المسيحيين، يوم الأحد هو الأكثر منطقية بسبب خدمات الكنيسة،... الخ. ولكن، يتعين على المستشفيات وبعض خدمات الطوارئ الأخرى أن تجعل الموظفين يعملون في أيام الأحد، لذلك قد يحتاج بعض المؤمنين إلى اختيار يوم آخر. غالبًا ما يختار القساوسة أنفسهم يومًا مختلفًا لأنهم يعملون طوال اليوم كل يوم أحد.

ولكن، مهما كان اليوم الذي نحفظه باعتباره يوم للراحة، فلا ينبغي لنا تغييره من أسبوع إلى أسبوع بحسب ما يناسبنا. يجب أن يكون يوم الراحة ثابتًا بالنسبة لنا

ومحددًا في تقويمنا. وهذا جزء مما يعنيه أن نجعل الله رب تقويمنا.

بالنسبة للذين قد يجادلون بأن حفظ يوم الراحة هو جزء من ناموس العهد القديم الذي لم نعد خاضعين له... يجب أن نتذكر الدروس السابقة حيث تعلمنا أن الذين فداهم المسيح ببساطة لم يعودوا تحت عقوبة الموت لعدم حفظ يوم الراحة.

المتطلبات المادية لأجسامنا لم تتغير. مازلنا بحاجة إلى يوم للراحة كل أسبوع بحسب التصميم الإلهي، ولا يزال السبت واحدًا من الوصايا العشر.

عادة لا يشكك المؤمنون في أي من الوصايا العشر الأخرى باعتبارها ضرورية لطاعة الله. ولكن، لسبب ما، يتم استثناء وصية السبت في كثير من الأحيان على أنها لم تعد ذات أهمية.

ربما يكون السبب في ذلك هو الصراعات المتعددة التي خاضها يسوع مع الفريسيين حول الشفاء في السبت، لكنه لم يدخل معهم في هذه الصراعات لإلغاء السبت، بل ببساطة ليبين لنا أن هدف السبت هو البركة، وليس لكي يتم تفسيره بشكل حرفي فيصبح لعنة.

يمنحنا يوم الراحة الوقت للعبادة! وهدف هذا الانفصال العقلي والجسدي عن عملنا ومشغوليتنا هو تخصيص وقت لقضائه مع الله وعبادته. وهو ضروري لاستمرار نمو علاقتنا معه.

يمنحنا يوم الراحة الوقت للتركيز على العلاقات. إن أسابيع عملنا مليئة بمستويات عميقة من الانشغال، من العمل، إلى المدرسة، إلى الرياضة، إلى كل التزام اجتماعي تحت الشمس، يوفر يوم الراحة استراحة مثالية للهدوء والتركيز حقًا على الوقت مع العائلة والأصدقاء.

حفظ يوم الراحة المثالي هو حفظ نفس اليوم من كل أسبوع. فيستريح المؤمنون بشكل كامل من جميع الأعمال، وكل ما يرتبط بالدراسة، وأي شيء آخر قد يساعد في دفع حياتهم إلى الأمام.

عادةً ما تشمل الأشياء التي يجب الراحة منها على معظم أعمال العناية بالحديقة

والأنشطة الرياضية للأطفال وحتى غالبية التسوق. هذه كلها في العادة أنشطة «الهدف منها» أن تجعلنا مشغولين وبعيدين عن الراحة الحقيقية.

٨) ما هو جانب حفظ يوم الراحة الذي يمثل تحديًا بالنسبة لك؟

٩) هل سيعمل حفظ يوم الراحة بالطريقة التي قصدتها الله على زيادة سعادتك أم التقليل منها، وكيف؟

بشكل عام، بدلاً من محاولة التفكير في الأنشطة التي يمكن «الموافقة عليها» أو «الإعفاء منها» بالنسبة للسبت، (وهذا هو النهج الناموسي)، يجب علينا ببساطة أن نسأل كيف يمكننا أن نحترم قصد الله من يوم السبت بشكل أفضل بالنسبة لراحة أجسادنا والعلاقات.

لا يتعلق يوم الراحة بما «يمكنني» أن أفعله، بل بما «يجدر بي» أن أفعله.

هل يبدو يوم الراحة مختلفًا عن بقية أيامك؟

أنت تعلم أنك تحفظ يوم الراحة بشكل صحيح إذا كان يبدو مختلفًا عن بقية أيام الأسبوع، فتستطيع قضاء وقت مع الله، وتشعر بالراحة في نهايته.

هدف خطوة أشير هو انتقال المؤمنين إلى حالة من الفرح والسلام الأعظم، والعلاقات الأقوى، والسير بشكل أعمق مع الله من خلال ممارسة الراحة المنتظمة والملتزمة.

