

الدليل الرابع- الدرس ٣٩

١	صلاة
---	------

قائد المجموعة: صلّ وكرّس مجموعتك وهذا البرنامج التدريبي لإعداد تلاميذ للرب.

٢	عبادة وتسبيح (٢٠ دقيقة) الإصغاء إلى الله
---	---

الفكرة الرئيسية: العبادة بوصفها إصغاء إلى صوت الله.

نتعلّم في هذا الدرس عن تعبيرنا عن عبادتنا بالإصغاء الى صوت الله.

١- حاول أن تسمع صوت الله.

- إنّ العبادة ليست مجرد ترتيل وصلاة، لكنها *إستماع الى صوت الله* أيضًا.
- العبادة هي أن نهدأ بتعمّد ووعي وإدراك في محضر الله متمتعين بحضوره وذلك لكي نسمع صوته.
- العبادة هي الإصغاء بتركيز كبير لكلام الله عندما تقرأه أو تسمعه.
 - العبادة هي أن تلتفت بإصغاء وانتباه الى روح الله متكلمًا في ضميرك وحدسك وعقلك وقلبك.
 - العبادة هي الانتباه بدقّة وعن قرب لأعمال الله في حياتك. العبادة إذن هي الانتباه بدقّة وعن كثب ومحاولة فهم ما يريد الله أن يقول لك.

٢- حاول أن تميّز الحقيقة.

وجه مهم من أوجه الإصغاء هو أن تميّز بين الحقائق والأكاذيب. في حين يمكن أن روحًا شريرًا أو شخصًا شريرًا يُطلق أذنبه كسهم مشتعل موجّهًا الى عقلك أو نفسك (أفسس ٦: ١٦). فإن روح الله يتكلم فقط بالحقيقة لك ولا يقول أي شيء على الإطلاق لك مخالف للكتاب المقدّس (يوحنا ١٦: ١٣). إذن من المهم جدًا أن تمتحن الصوت دائمًا في روحك (الصوت الشخصي) بمقارنته مع كلام الله في الكتاب المقدّس (الصوت الموضوعي)، والكلام الذي ينسجم بشكل كلي مع الكتاب المقدس فقط هو الكلام الذي من الله (١ يوحنا ٤: ١-٦).

عبادة. دعونا نعبد الله بالإصغاء بسكوت الى كلمة الله بينما نُقرأ الآن. حاولوا أن تسمعوا ما يريد الله أن يقوله لكم. (يقرأ قائد المجموعة لوقا ٦: ٢٠ - ٤٥٠ بتمهّل وببطء ويتوقّف بين مقطع وآخر).

٣	مشاركة (٢٠ دقيقة) راعوث
---	----------------------------

شاركوا بالتناوب وباختصار (أو اقرأوا) من دفاتر الخلوة الروحية الخاصة بكل واحد منكم) ما تعلّمتموه أثناء إحدى خلواتكم الروحية وتأملاتكم في المقاطع الكتابية المُعيّنة لكم (راعوث ١ - ٤).

الدليل الرابع- الدرس ٣٩

أصغوا إلى الشخص الذي يُشارك، وتعاملوا مع ما يقوله بجديّة، واقبلوه. لا تُناقشوا الأمور التي يُشاركها.

٤	تعليم (٧٠ دقيقة)
الخُلق المسيحي: رُوحٌ غافرة	

هذه دراسة عن الخُلق المسيحي. كيف تتعامل مع المرارة؟
أنظر أيضًا كتاب التدريب على التلمذة ٤، المُلحق ٢. كيف تتعامل مع الغضب؟

أ. المرارة وأسبابها

١- ما هي المرارة؟

عَلْم. المرارة هي روح غير متسامحة. المرارة هي نتيجة المشاعر الجريحة التي لم تُشفَ بعد. هي مشاعر من الغضب والإزدراء والإهانة بخصوص معاملة سيئة أو ظالمة، فعلية حقيقية كانت أو يُظن ويُفترض أنها هكذا. إن الشعور بالمرارة يُحزن ويضايق العقل على الدوام ويُفسد البصيرة والحكم الصحيح على الأمور.

٢- لماذا يصاب الناس بالمرارة؟

ابحث. ما هي الأسباب المختلفة التي تجعلك غضوبًا ومصابًا بالمرارة؟
ملاحظات.

الظلم.

من الممكن أن تكون عُوِلتَ بشكل غير مُنصفٍ وظالم. أحد الموظَّفين الرسميين يرفض أن يتحمَّل المسؤولية ويشرع في عمل ما. أحد القضاة يعطي حكمًا غير صحيح وغير قانوني. أحد الأطباء يُشخص التشخيص الخاطئ. صاحب العمل لا يعطيك التشجيع والترقية التي تستحقُّها. أستاذك لا يعطيك التقدير الذي تستحقُّه ولا يدوّن ذلك في سجلِّه. شريك حياتك لا يبادلُك الحب. ولَدُك يرفضك وينبذك.

سوء المعاملة.

ربّما تعرَّضت لاغتصاب أو اعتداء ما. خَدَعَكَ أو احتال عليك شخص ما. استغلَّ طبيبتك. استخفَّ بك واعتبر خدماتك له من الأمور المسلَّم بها والمفروضة عليك، أو أساء معاملة جسدك أو مقتنياتك.

ثقة محطمة.

بعدما شاركتَ مشكلاتك وجراحك مع صديق اعتبرته موضع ثقة، خانك هذا الصديق وأفشى أسرارك ومشاكلك وجراحك للآخرين.

خطأ في الحكم عليك.

الدليل الرابع- الدرس ٣٩

ربّما تكون قد بذلت كل ما هو بوسعك وبذلت غاية جهدك، وفشلت في أن تُرضي توقّعات الآخرين أو مطالبهم المفرطة والغير المعقولة. يُسيئون فهمك ويخطئون في الحكم عليك. لا يقدرّونك يزدرون بك وينبذوك.

محزون لما أصابك من خيبة أمل.

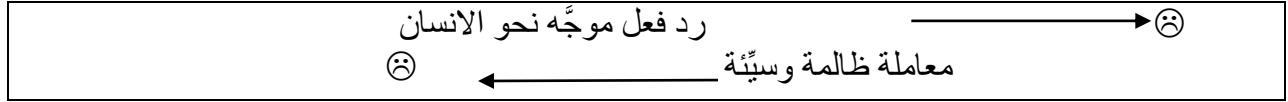
ربّما الشخص الآخر فشل في أن يُرضي توقّعاتك منه. لم يفِ بوعدته أو تخلى عمّا كنت تتوقّع منه من خُلق وجودة فتشعر بأنّك مخدوع.

التمرد.

يأتي بك الله أحياناً الى ظروف صعبة لكي يدرّب شخصيّتك وأخلاقك وليتقدّم بك خطوة الى الأمام في ملكوته. ربّما تمتعض من معاملات الله معك وترتاب وتشك في شخصه ومخطّطاته.

ب. تأثير المرارة وردّ الفعل تجاهها وعواقبها

١- رسم توضيحي يُظهر رد فعل الإنسان تجاه المعاملة السيئة.



عندما تُعامل بظلم وبشكل لا أخلاقي فإنّك غالباً ما تنظر الى تلك المعاملة من زاوية مَبْنِيَّة على حسّ فطري وعلى الغرائز الطبيعيَّة ومن منظور أفتي. فأنت ترى فقط الذي أساء اليك وأغاظك وجرح مشاعرك وظلمك. تشعر بأن مشاعرك جُرحت، تغضب، تشعر بالمرارة تجاه الشخص الذي أساء إليك. وهكذا يكون رد فعلك تجاهه وتردُّ له الإهانة والأذى في اللحظة نفسها. الدافع والمحرّك هو الإنتقام كي تردّ له الأذيَّة والإزدراء. طريقة التصرّف هذه تنظر إلى الإساءة والأذيَّة بحد ذاتها بأنّها القضية الأهم ويكون أن الله أبعد عن هذه الحادثة وأبقيّ خارجاً.

٢- عواقب الغضب والمرارة تجاه المعاملة السيئة.

إقرأ متى ٦: ١٥؛ عبرانيين ١٢: ٥-٦، ١٠-١١، ١٤-١٥.
اكتشف وناقش. ما هي عواقب الغضب والمرارة بالنسبة لعلاقتك بالله وعلاقتك بالآخرين وعلاقتك بنفسك؟
ملاحظات.

تؤثر المرارة على علاقتك بالله.

ستصير علاقتك بالله متباعدة أكثر فأكثر. عندما ترفض أن تسامح الآخرين وتحبهم من خلال نعمة الله فإنّك ستخسر فرصة عظيمة للنمو في القداسة وإنتاج الثمر.

تؤثر المرارة على علاقتك بالآخرين.

الدليل الرابع- الدرس ٣٩

إما أن تنطوي على نفسك وتتعزل عن الآخرين فتخسر الأصدقاء أو تتفكك وتتدمر العلاقات. فالشعور بالمرارة هذا "سيسبب انزعاجًا ولبلة ويُجس كثيرين". تُصبح أنت مثيرًا للمتاعب وسببًا لمشاكل الآخرين. توجه التهم للمسيء وتشوه سمعته وتحاول أن تؤثر في الآخرين لكي يقفوا إلى جانبك ويناصروك. إن الأشخاص الذين يسمعون وجهة نظرك فقط من المشكلة ينشرون مرارتك تلك أو يُشيعون الخصام في كل مكان. فالمرارة هي أصل العديد من العلاقات المحطمة كما هي أصل الشقاكات في الجماعات والكنائس.

تؤثر المرارة على علاقتك بنفسك.

إن المرارة هي كالمسم في الروح والعقل والجسد. فهي تلوث كيانك بأكمله وتُفسد حسن البصيرة والتمييز وتخرب مزاجك وطباعك وتقسي قلبك. تجعل منك شخصًا فظًا عنيفًا ونقّادًا غير جذاب وكئيبيًا. إنها تُعطل علاقتك وتجعل منك شخصًا غير مُحب وغالبًا وحيدًا جدًّا.

أ. كيفية التعامل مع المرارة والتصرف تجاه معاملة سيئة

١- استجابة المؤمن المسيحي تجاه المعاملة السيئة.

عندما تُعامل معاملة سيئة، باستطاعتك كمؤمن أن تستجيب الاستجابة المسيحية تجاهها، من المنظور الفوقطبيعي العمودي، فترى يد الله في ما يحدث، منتظرًا من الله نعمة لتكون استجابتك صحيحة ومتوقّعة أن تنال ربحًا من هذا الإختبار الأليم. هذا يؤدي بك الى أن تصلي الى الله وتبحث في الكتاب المقدس عمّا يجب عليك فعله لتسوية الوضع والمصالحة مع المسيء. بهذه المقاربة ترى أن المعاملة السيئة تجاهك هي الأقل أهمية، لكن الله وقصده هما الأهم.

٢- مَثَل مَوْضِحٍ مِنْ حَيَاةِ يُوسُفَ.

يوسف يُعامل معاملة سيئة وظالمة.

اكتشف وناقش. كيف عامل الآخرون يوسف؟
ملاحظات.

- أسرته الخاصة أساءت معاملته (تكوين ٣٧: ١ - ٣٦). حسده إخوته وعاملوه معاملة سيئة وأخيرًا باعوه كعبد. كذبوا على أبيهم وقالوا أن حيوانًا مفترسًا قد قتله. لم يستأهل يوسف هذه المعاملة. كان الضحية البريئة لظلم وجور عائلته.

- مُستخدِمُه أساء معاملته (تكوين ٣٩: ١ - ٢٠). حاولت زوجة فوطيفار أن تغويه مرّات عدّة ولأنّه رفض باستمرار، اتهمه كاذبًا وطرح في السجن بدون محاكمة عادلة. كان يوسف مستقيمًا بارًا بكل ما في الكلمة من معنى. ومع ذلك، صار الضحية البريئة لظلم مستخدمه!

- أصدقائه عاملوه معاملة سيئة (تكوين ٤٠: ١ - ٢٣). كان قد ساعدهم أثناء وجودهم معه في السجن، لكنهم نسوه تمامًا فيما بعد. بقي في السجن وحيدًا ومنسيًا لعدة سنين!

الدليل الرابع- الدرس ٣٩

معاناة يوسف وتألمه.

اقرأ تكوين ٣٧: ٢ و ٤١: ٤٦.

اكتشف وناقش. كم طالت آلام يوسف ومعاناته من سوء معاملة الآخرين له؟
ملاحظة.

- عانى يوسف لوقتٍ طويلٍ جدًا. كان في سن ١٧ عندما بيع كعبدٍ لمصر وفي الثلاثين من عمره أُطلق سراحه. أخيرًا وخلال هذه السلسلة من الأحداث أُعتِق وصار رئيس وزراء مصر لكن قبل ذلك كان قد قضى ١٣ سنة كعبد وكسجين في بلاد أجنبية. وكل ذلك بسبب سوء معاملة الآخرين له!

استجابة يوسف ورد فعله تجاه المعاملة السيئة.

اقرأ تكوين ٤٥: ١- ١١.

اكتشف وناقش. كيف كانت استجابة يوسف تجاه الإساءة؟ كيف رأى يوسف الأحداث وبأي منظار نظر إليها؟
ملاحظات.

- كانت استجابة يوسف للأحداث استجابة إلهية صحيحة تجاه المعاملة السيئة. كان يوسف قد اختزن الكثير من القمح في مصر مدة المجاعة العظيمة (تكوين ٤١: ٤٧- ٤٩). من ناحية أخرى، كانت عائلة يوسف في كنعان مهددة بالموت جوعًا. وهكذا أرسل أبوه أخوته إلى مصر ليشتروا القمح، وبالتالي، ومن دون أن يدركوا، وقف إخوته أمامه طالبين الطعام. عرّفهم يوسف لكنهم لم يعرفوه (تكوين ٤٢: ١- ٨). أخيرًا كشف يوسف عن نفسه لإخوته وطلب منهم أن يقربوا إليه دون خوف.

لم يكن رد فعل يوسف أفيئًا تجاه الذين عاملوه معاملة سيئة، غاضبًا ومهددًا، لكن رد فعله كان عموديًا بإتجاه الله. أربع مرّات أكد يوسف لإخوته بأن الله هو الذي كان قد أرسله قبل عائلته إلى مصر لينقذ حياتهم. رأى يوسف يد الله في سوء المعاملة التي عانى منها وطوال هذه السنوات الصعبة كان يوسف قد ركّز انتباهه على الله وليس على ظروفه الصعبة الظالمة! كان قد تعلّم من الله بأن يكون الغالب المنتصر على الصعوبات والمعاملات السيئة أكثر من أن يكون شهيد المشاعر. إنّ صعوبات وعدم إمكانيات يوسف كانت قد أصبحت إمكانيات الله!

رد فعل يوسف تجاه المسيئين إليه.

اقرأ تكوين ٤٥: ١٣- ١٥، ٢١- ٢٤؛ تكوين ٥٠: ١٥- ٢١.

اكتشف وناقش. كيف كان رد فعل يوسف تجاه إخوته الذين أساءوا معاملته؟
ملاحظة.

- أخيرًا كانت استجابة يوسف الاستجابة الصحيحة تجاه الانسان وغفر لإخوته. فاللقاء العائلي وجمع الشمل من جديد لا بُد من أنه كان مشهدًا مؤثرًا: المعانقة والتقبيل والبكاء والحديث معًا وعلى الأرجح ذرف الدموع، دموع التوبة ودموع الفرح. فهو لم يُمسك لهم سجلا مُدوّناً فيه جورهم وإرتكاباتهم وعدم أخلاقيّاتهم. وبناءً على ذلك كان يوسف قد صالحهم وكان قد سمح لله بأن يُزيل منه

الدليل الرابع- الدرس ٣٩

أي شعور بالمرارة تجاههم، حتى في غيابهم، حيث لم يكن باستطاعته أن يتصالح معهم. فَبَدَل المرارة والانتقام أظهر يوسف لهم اللطف والمؤاساة والتعزية فقط. كانت مشاعره الجريحة قد شُفيت قبل ذلك بسنوات عدّة!

٣- تعليم الكتاب المقدس بخصوص المعاملة السيئة.

كيف ننظر الى التجارب.

إقرأ رومية ٨: ٢٨؛ فيلبي ١: ١٢-١٤.
اكتشف وناقش. كيف يمكنك أن تنظر الى الإساءة تجاهك؟
ملاحظة. باستطاعتك أن تنظر الى الإساءة تجاهك بأنّها شيء سَمَحَ به الله صاحب السلطان إمّا لخيرك الشخصي أو لخير الآخرين.

كيف تستجيب للتجارب.

إقرأ لوقا ١٧: ٣-٤؛ ابطرس ٢: ٢١-٢٣؛ رومية ١٢: ١٨.
اكتشف وناقش. كيف يجب أن تكون ردّة فعلك تجاه المعاملة السيئة؟
ملاحظة. عليك أن لا تُقابل الأذى بمثله أبدًا، لكن بالأحرى سلّم نفسك لله الذي يحكم بِعَدَل. لا تبدأ بردّة فعل تجاه المسيء، لكن أوّلًا لتكن استجابتك نحو الله. أطلب من الله بأن يعطيك نعمة لكي يكون فكرك وشعورك إيجابيًا ولكي يعطيك قوّة لكي تحتمل هذه التجربة ولكي يعطيك محبةً لتسامح المسيء اليك. فقط بعدما يكون الله قد علّمك كيف تستجيب للمسيء يجب أن تستجيب له. لكن إن كان المسيء لا يُريد أن يغفر أو يتصالح معك حاول أن تعيش معه بسلام.

كيف تتعامل مع المشاعر الجريحة.

إقرأ المزمور ٣٨: ١-٢٢؛ المزمور ٦٢: ٨.
اكتشف وناقش. كيف يجب أن تتعامل مع المشاعر الجريحة التي تطول مدتها؟
ملاحظة. كُن صادقًا وأمينًا مع الله بكل ما في الكلمة من معنى بخصوص مشاعرك وأفكارك. وبشكل صريح عبّر عن غضبك وشعورك بالمرارة وألمك ومشاعرك الجريحة. سيشفى الله مشاعرك الجريحة حالاً وسريعًا في بعض الأحيان ولكن أحيانًا يستلزم ذلك وقتًا أطول لتشفى وتحتاج أن تواظب على الصلاة والمسامحة. عندما تجد أنّه من غير الممكن لك أن تُسامح أو أن مشاعرك الجريحة لا تبتعد عنك، أطلب من صديق لك أو من صديقين أن يصلّيا معك بانتظام بخصوص هذا الأمر الى أن تكون قد غفرت تمامًا ومشاعرك الجريحة قد شُفيت تمامًا (يعقوب ٥: ١٦؛ ايوحنا ٥: ١٦).

كيف ننظر الى مغزى التجارب.

إقرأ رومية ٥: ٢-٥؛ عبرانيين ١٢: ١٠-١١؛ يعقوب ١: ٢-٤.
اكتشف وناقش. ما المنافع المُمكن توفّعها من التجارب؟

الدليل الرابع- الدرس ٣٩

ملاحظة: التجارب تولّد فينا المثابرة وتُنمّي الخُلُق وتجعلنا ننضج في القداسة وبالتالي تكون حياتنا مثمرة ومؤثّرة. يستخدم الله التجارب والصعوبات وحتى الاضطهاد لكي يغيّرنا أولاً وثمّ يجعل منّا أشخاصاً نُغيّر الآخرين، أي ليجعلنا صانعي تلاميذ.

تطبيق عملي.

- فكّر ملياً بإحدى المعاملات السيئة التي واجهتها في الماضي. خُذ المبادرة للمصالحة والوفاق إن كان الأمر ما زال يتطلّب ذلك. إسمح لله بأن يشفي مشاعرك الجريحة وذكرياتك المؤلمة.
- تدرب في المرّة المقبلة التي يساء فيها معاملتك، إسمح لله بأن يجعل من هذه الإساءة فرصة لبنيان شخصيتك ونموها.

كيفية مساعدة الآخرين ذوي الشعور بالمرارة.

اقرأ أمثال ١٨: ١٣ و ١٧.

اكتشف وناقش. ماذا يتوجّب عليك أن تفعل قبل أن تُشير على شخص وتعطيه نصيحة؟

ملاحظة: إسمع أولاً بكل إصغاء للشخص المصاب بالمرارة وحاول أن تفهم الظلم المفترض والخلاف ثمّ إصغ جيداً للشخص الذي يُزعم أنه المسيء (تقابل أطراف النزاع). فكّر وصلّ بخصوص الطريقة الأفضل لمساعدتهما. حاول أن تجمعهما معاً ودعهما يسمعان كل واحد لمحاوّل الآخر بالتناوب. أخيراً حاول أن تساعدتهما ليغفرا كل واحد للآخر وليتصالحا.

٥	صلاة (٨ دقائق)	صلاة متجاوبة مع كلمة الله
---	----------------	---------------------------

شاركوا بالتناوب برّفص صلوات قصيرة ومتجاوبة مع ما تعلّمتموه اليوم. أو إقسّم المجموعة إلى مجموعات ثنائية أو ثلاثية وصلّوا إلى الله صلاة متجاوبة مع ما تعلّمتموه اليوم.

٦	واجب بيتي (دقيقتان)	للدرس القادم
---	---------------------	--------------

(قائد المجموعة): أعط أعضاء المجموعة هذا الواجب البيتي. دَعهم يدوّنوه.

- ١- **التعهد.** تعهّد بإعداد تلاميذ للرب. أكرز، علّم أو أدّرس التعليم عن الروح الغافرة سويّة مع شخص آخر أو مع مجموعة أشخاص.
- ٢- **الخلوة الروحيّة مع الله.** تمثّع بخلوة روحية مستعياً بنصف أصحاب من ١ صموئيل ٩، ١٠، ١٢، و ١٤ كل يوم. إستقِد من طريقة الحقيقة المفضّلة. دوّن الملاحظات.
- ٣- **درس الكتاب.** حضّر في البيت الدرس الكتابي التالي. المعزى من متى ٤: ١-١١: التجارب في العالم. استقِد من طريقة الخطوات الخمس لدرس الكتاب المقدّس. دوّن ملاحظاتك.

الدليل الرابع- الدرس ٣٩

٤- الصلاة. صلّ من أجل شخص ما أو من أجل موضوع محدّد هذا الأسبوع وانظر ما الذي سيفعله الله (المزمور ٥: ٣).

٥- دَوِّن في دفترك أي ملاحظات جديدة تتعلق بإعداد تلاميذ جُدد للرب يسوع، والخلوة الروحيّة، وآيات الحفظ، ودرس الكتاب، وهذا الواجب البيتي.