



تجديد ذهنك يمكن أن يجدد جسدك

كتب موريل لارسون

"هذا الصداع النصفي يقتلني يا بوب!" صرخت سو Sue و هي تنادى علي زوجها. قائلة له " أنت طبيب . أليس هناك شئ آخر يمكن أن يساعدني ويخفف الألم؟" فرد عايبها قائلاً: "أنا آسف يا حبيبتي سو لقد جربنا كل شيء مستطاع . وأنا أعرف أنه حتي الأدوية لن تفيدك كثيراً. أظن أن عليكي أن تتعلمي كيف تتعايشي مع هذا الصداع".

صرخت سو " أتعايش معه!! لقد سئمت الصداع ، و آلام المعدة، والغثيان، والمقيء!"

التوتر والضغط يسببان الصداع

كانت سو تعاني من الصداع عندما منذ ان كانت فتاة صغيرة. وهي الآن سيدة متزوجة ولديها طفلين. لما أنها عندما تواجه موقف يسبب لها التوتر، يبدو وكأن هناك صوتاً خافتاً يقول: " سوف تصابين بالصداع؛ ستمرضين".

فهي تعلم ما سوف يلزم بها و كان ذلك يزيد من توترها.

يبدو أن السلام والفرح دربا من دروب المستحيل

كانت سو تشعر في عمق قلبها باشتياق لعلاقة أقرب وأقوي مع الله مما كانت عليه. عندما كان عمرها 29 عاما ، قابلت شابة مميزة جداً اسمها روزي . كانت روزي تتمتع بالدفء، والفرح، والسلام والايمان الذي كانت سو تفتقده .

ماهو السبب؟ تساءلت سو ماهو السبب؟

في يوم من الأيام أخبرت روزي سو كيف شفها الرب بعد تعرضها لحادث.

تأوهت سو قائلة " آه ، أعاني من الصداع النصفي من فترة طويلة جداً . وصليت لله ولكن شئ لم يتغير. فربما كان الله مهتماً بهؤلاء الذين لديهم أمراض ومشاكل أصعب ."

ردت عليها روزي قائلة " يا سو يقول الكتاب المقدس أن الله يهتم بالمعاصير وهو قد أحصي شعور رؤوسنا . فهو يهتم بأقل ألم تعانين منه ."

سألتها سو " هل تعتقدين حقاً أن الله يهتم بمسألة الصداع الذي أعاني منه؟ هل تعتقدين أنه يمكن أن يستجيب لصلاتي ويشفيني؟"

فأومأت روزي برأسها إيجاباً قائلة " بكل تأكيد " ولكن عليكي أن تثقي به. لما لا تأتين معي غداً إلي إجتماع صلاة في المنزل وسوف نصلي من أجلك! "

وافقت سو وقالت " حسناً " وفكرت في نفسها: أليس أمراً رائعاً إن كان الله سيشفيني؟ ألن يكون أمراً رائعاً أن أحصل علي السلام والطمأنينة والفرح الذي لدي روزي!

ذهبت سو إلي الإجتماع وكلها إنتظار وتوقع أن الله سوف يساعدها. صلي المؤمنون من أجلها وسلمت حياتها للرب في تلك الليلة . لأنها عندما سمعت أن الرب يسوع احبها ومات من أجل خطاياها وسوف يأتي لتحيها بداخلها إن قبَلته، عرفت أن ذلك حقيقة.

## طريقة جديدة للحياة

بدأ الله يعمل في حياة سو ويبين لها عن حقائق معينة في كلمته. وأدركت أنها ينبغي أن تتحرر من أنماط وأساليب رد الفعل والتعامل مع المظغوط والتوتر عن طريق التعلم أن تثق في الرب كل يوم، وكل ساعة. وأدركت أن الايمان هو عكس المخوف الذي يسبب لها الصداع. لقد كانت تتعلم طريقة جديدة للحياة ، وهي الحياة بالاييمان.

بدأ صداع سو عندما كانت طفلة تنمو في ظروف صعبة فقد كان الأب مدمناً علي الكحول [ ] والأخوات جامحات مشاغبات. وكان الصداع نتيجة ما تعرضت له ونتيجة رد فعلها تجاه هذه الأشياء. وهكذا فعندما يحدث أي شئ يسبب لها توتر أو ضغط فأنها تصاب بصداع نصفي.

و بعد ان تعلمت سو ، أن الرب في حياتها، تعلمت ان تواجه المواقف التي تسبب التوتر بإيمان. وهي تشعر بالفرحة لأن الصداع النصفي الذي كان يصيبها بدأ يتلاشى.

وأحياناً عندما كانت سو تحول عينيها عن الرب وترجع للطرق القديمة في التفكير، تصاب بالصداع النصفي. لكنها ممتنة أن الصداع الذي كان يهاجمها باستمرار أصبح الآن شيئاً من الماضي.

بعدها بدأت سو حياتها الجديدة مع الرب ، أجيب صلواتها. فأصبحت العلاقات العائلية علي ما يرام. وأصبحت سو وزوجها واحداً في الروح، وأزاد زواجهما جمالاً. وأصبح المسيح هو مركز حديثهما وبيتهما.

## بعض المبادئ لتحقيق الأنتصار

1- [ ] [ ] وعد الرب يسوع المسيح كل من يقبله كرب ومخلص بالسلام ، والمرح أيضاً وجوده في حياتهم. إن كنت لم تقبل الرب يسوع المسيح رب ومخلص ، فعليك أن تفعل ذلك! وإن كان هو مخلصك فتأكد أن تكون علاقتك صحيحة معه. فالطريق مع المسيح يصبغ حياتنا بالاييمان به، الايمان الذي ينتصر علي المشاكل.

2- [ ] [ ] يقول الكتاب المقدس في مزمور 4:34 " أَلتَمَسْتُ الرَّبَّ فَأَجَابَنِي، وَأَنقَذَنِي مِنْ كُلِّ مَخَافِي. ". صدق ذلك! لأن الكثير من مشاكلنا تحدث مثلما كانت تحدث مشكلات سو، بسبب الخوف. بحكمة صرخت سو إلي الرب في كل مرة شعرت فيها بالتوتر والمضغط، فيتبدد الخوف ومعه الصداع .

3- □ □ □ سر مع الرب كل يوم، وكل ساعة كما فعلت سو. فزي محضره المفرح والسلام. والمنجاة والخلاص.

4- □ □ □ تعلم كيف تسير في قوة الروح القدس، ومارس ذلك كل لحظة.

إذا كنت مؤمناً بالرب يسوع فقد اعطاك الله الروح القدس ليساعدك أن تحيا حسب خطته الكاملة. فلما لا تصلي معي هذه الصلاة البسيطة وتدعوه بالايمان أن يملأك بالروح القدس .

أبي السماوي ، أحتاج إليك. أعترف أنني أخطأت إليك بأنني كنت أدير حياتي بنفسي. أشكرك لأنك غفرت خطاياي بواسطة موت المسيح علي الصليب من أجلي. وأنا أدعو المسيح الآن أن يأخذ مكانة ويتربع علي عرش حياتي. أملأني بالروح القدس كما أمرتنا ان نمتليء، وكما وعدت في كلمتك أنك ستفعل ذلك إذا طلبت أنا منك بإيمان. أصلي هذا في اسم يسوع . وكتعبير عن إيماني، أشكرك لأنك توجه حياتي ومن أجل أنك تملأني بالروح القدس. آمين.

إن كنت صليت هذه الصلاة اليوم ، نود أن نتواصل معك ونسمع أخبارك ونرسل لك بعض المواد للمتابعة سوف تساعدك لتنمو في علاقتك مع الله.

هل أخذت فرصة للصلاة من اجل قبول المسيح و الامتلاء بالروح القدس ؟

<http://www.thoughts-about-god.com/>

