

الرئيس توماس مونسن

”فنظر وقال لهم: اذهبوا وأروا أنفسكم
للكهنة. وفيما هم منطلقون طهروا.

”فواحد منهم لما رأى أنه شفي، رجع
يمجد الله بصوت عظيم،

”وخرّ علي وجهه عند رجله شاكرًا له،
وكان سامريًا.

”فأجاب يسوع وقال: ”أليس العشرة قد
طهروا؟ فأين التسعة؟

”ألم يوجد من يرجع ليعطي مجدًا لله
غير هذا الغريب الجنس؟

”ثم قال له: ”قم وامض، إيمانك
خلصك.“

جَنَّبَ التدخّل الإلهي البرص الموت
القاسي البطيء وأعطاهم فرصة جديدة
للحياة. ولقد استحقّ الامتنان الذي عبّر عنه
أحدهم بركة المعلم؛ أما نكران الجميل
الذي أبداه التسعة فلم يستحقّ سوى خيبة
أمله.

إخوتي وأخواتي، هل نتذكّر تقديم
الشكر للبركات التي تنسلّمها؟ إنّ تقديم
الشكر بصدق لا يساعدنا على تمييز
بركاتنا فحسب، بل إنّهُ يفتح أبواب الجنة
ويساعدنا على الشعور بحبّ الله.

قال صديقي العزيز الرئيس غوردن
هنكلي ما يلي: ”عندما تعيشون بامتنان،
لا تعيشون بتعجرف وغرور وأنائيّة، بل
تعيشون متحلّين بروح شكر يناسبكم
ويبارك حياتكم.“

في الكتاب المقدّس، نجد في إنجيل متى
قصةً أخرى عن الامتنان الذي جاء كتعبير
صادرٍ عن المخلص. ففيما جال في البريّة

هبة الامتنان الإلهية

القلب الممتن... هو نتيجة التعبير عن الامتنان لأبينا السماوي
على برّكاته، ولمن حولنا على كل ما يصفونه على حياتنا.

أنّها طلبت منّي أن أحرص على إيقاظها
لأنّها قالت: ”أعلم أنّه آت.“

أمسكْتُ بيدها؛ لفظت اسمي. كانت
مستيقظة. شدت يدي إلى شفتيها وقالت:
”عرفتُ أنّك ستأتي.“ وكيف لا آتي؟

هكذا تلامس الموسيقى الجميلة كياني.
إخوتي وأخواتي الأعزّاء، سمعنا رسائل
ملهّمة عن الحقيقة، والأمل، والحب.

توجّهت أفكارنا إليه، هو الذي كَفَّرَ عن
خطايانا، هو الذي أرانا كيف يجب أن
نعيش وكيف يجب أن نصلّي، هو الذي
أثبت بأعماله بركات الخدمة— هو ربُّنا
ومخلصنا، يسوع المسيح.

ونقرأ عنه في الفصل ١٧ من إنجيل لوقا
ما يلي:

”وفي ذهابه إلى اورشليم اجتاز في وسط
السامرة والجليل.

”وفيما هو داخل إلى قرية استقبله عشرة
رجال برص، فوقفوا من بعيد

”ورفعوا صوتاً قائلين: يا يسوع، يا
معلم، ارحمنا!“

لقد كانت هذه الدورة رائعة. عندما
عُيِّنْتُ رئيساً للكنيسة، قلت: ”سأخذ
على عاتقي مهمّة. سأكون مرشد الجوقة
المورمونية.“ أنا فخور جداً بجوقتي!

قالت لي أمي مرّة: ”تومي، إنني فخورة
جداً بكل ما قمت به. ولكن لديّ ملاحظة
أوجهها إليك. كان عليك أن تستمرّ في
العزف على البيانو.“

فتوجّهت نحو البيانو وعزفتُ لها لحناً:
”ها نحن نذهب، [ها نحن نذهب] إلى
حفلة عيد ميلاد.“ ثمّ طبعتُ قبلة على
جبينها وهي عانقتني.

أنا أفكّر فيها. أفكّر في والدي. وأفكّر في
السلطات العامة كلّها التي أثّرت فيّ، وفي
أشخاص آخرين، بمن فيهم الأرامل اللواتي
زرتهن— ٨٥ منهن— حاملاً دجاجة للطهو،
وأحياناً القليل من النقود.

زرتُ إحداهنّ في وقت متأخر من إحدى
الليالي. كان ذلك عند منتصف الليل،
ذهبتُ إلى منزل الرعاية، وقالت لي عاملة
الاستقبال: ”أنا متأكّدة من أنّها نائمة، غير

لثلاثة أيام، تبعه أكثر من ٤٠٠٠ شخص ورافقه. أشفق عليهم، فهم لم يكونوا قد أكلوا شيئاً طوال ثلاثة أيام. غير أن تلاميذه سألوا: "من أين لنا في البرية خبز بهذا المقدار، حتى يُشبع جمعاً هذا عدده؟" وكالكثيرين منّا، لم ير التلاميذ إلا ما نقص.

"فقال لهم يسوع: كم عندكم من الخبز؟ [فقال التلاميذ]: سبعة وقليل من صغار السمك.

"فأمر [يسوع] الجموع أن يتكثروا على الأرض،

"وأخذ السبع خبزات والسمك، وشكر وكسّر وأعطى تلاميذه، والتلاميذ أعطوا الجمع.

تجدد الإشارة إلى أنّ المخلص قدّم الشكر عمّا كان لديهم — وتبع ذلك أعجوبة: "فأكل الجميع وشبعوا. ثم رفعوا ما فضل من الكسّر سبعة سلال مملوءة."،

جميعنا مررنا بأوقات كان تركيزنا فيها على ما ينقصنا عوضاً منه على بركاتنا. قال الفيلسوف اليوناني إبيكتيتوس: "حكيم هو الرجل الذي لا يحزن على الأشياء التي لا يملكها، بل يفرح بما عنده."

الامتنان مبدأ إلهي. وقد أعلن الربّ عبر رؤيا تسلّمها النبيّ جوزف سميث:

"اشكروا الربّ إلهكم على كلّ شيء... ولا يهين الإنسان الله، أي إنّ غضبه لا يحمي على أحد، ما عدا الذين لا يعترفون بنفوذ يده في جميع الأمور."

قيل لنا في كتاب مورمون أن "نحيا حياة شكر يومياً بسبب المراحل الكثيرة والنعم الوفيرة التي يسبغها [الله] [علينا]".

بغضّ النظر عن ظروفنا، يدرك كلّ منّا أنّ هنالك أموراً كثيرة يمتنّ عليها إن توقّف برهة وتأمّل في بركاته.

ياله من وقت رائع نعيش فيه على الأرض. فمع أنّ سيئات كثيرة تشوب العالم اليوم، ثمّة أشياء كثيرة صحيحة وحسنة. ثمّة زيجات ناجحة وأهال يحبّون أولادهم ويضحون من أجلهم، أصدقاء يهتمون

لأمرنا ويساعدوننا وأساتذة يعلمون. حياتنا مباركة بطرق لا تُحصى.

يمكننا أن نرفع أنفسنا والآخريين عندما نرفض الإبقاء على الأفكار السلبية ونمتي في قلوبنا الامتنان. إذا كان نكران الجميل يعدّ بين الخطايا الخطيرة، فالامتنان هو أحد أسمى الفضائل. قال أحدهم إنّ "الامتنان ليس أعظم الفضائل فحسب، بل إنّ أب الفضائل جميعها."

كيف يمكننا أن نمتي الامتنان في قلوبنا؟ أعطى الرئيس جوزف ف. سميث، الرئيس السادس للكنيسة، الإجابة على هذا السؤال. قال: "يرى الرجل الممتن في العالم أموراً كثيرة يجب تقديم الشكر من أجلها، وفي نظره الخير أقوى من الشرّ. والحبّ يتغلب على الغيرة، والنور يُخرج الظلام من حياتها." وتابع قائلاً: "يدمرّ التعجرف امتناننا ويضع الأنانية مكانه. كم نكون أسعد في حضور نفس ممتنة ومُحبة، وكم يتعيّن علينا أن نكون حريصين لنمتي، من خلال حياة تقيّة، الشكر تجاه الله والإنسان!"

يقول لنا الرئيس سميث إنّ الحياة التقيّة تشكل مفتاح التحلي بالامتنان.

هل تجعلنا الممتلكات المادّية سعداء وممتنين؟ ربّما مؤقتاً. إلا أنّ الأمور التي تؤمّن السعادة والامتنان العميقين والدائمين هي الأمور التي لا يستطيع المال شراءها: عائلاتنا، والإنجيل، والأصدقاء الطيبين، وصحتنا، وقدراتنا، والحبّ الذي نتلقاه ممّن حولنا. لسوء الحظ، ثمّة بعض الأمور التي نسمح لأنفسنا بالاستخفاف بها.

كتب الكاتب الإنكليزيّ ألدوس هاكسلي: "بيدي البشر بغالبيتهم ميلاً لا متناهياً للاستخفاف بالأمور."

فغالباً ما نستخفّ بالناس الأكثر استحقاقاً لامتناننا. دعونا لا نتنظر فوات الأوان للتعبير عن ذلك الامتنان. عبّر رجل، متحدثاً عن أحبائه الذين فقدهم، عن أسفه بالطريقة التالية: "أذكر تلك الأيام السعيدة، وكثيراً ما أتمنى لو أنّي أستطيع الهمس في

أذني الأموات الامتنان الذي استحقّوه في الحياة والذي لم ينالوه إلا نادراً."

يُدخل فقداننا لأحبائنا حتماً شيئاً من الأسف إلى قلوبنا. دعونا نقلص هذا المشاعر بقدر ما تسمح به طبيعتنا البشريّة، وذلك من خلال التعبير مراراً عن حبنا وامتناننا لهم. لا نعرف أبداً متى يفوت الأوان.

القلب الممتنّ إذاً هو نتيجة التعبير عن الامتنان لأبينا السماوي على بركاته، ولمنّ حولنا على كلّ ما يضيفونه على حياتنا. ويتطلب ذلك جهداً واعياً — عليّ الأقلّ إلى أن نتعلّم الامتنان ونمتيه بحق. كثيراً ما نشعر بالامتنان وننوي التعبير عن شكرنا ولكننا ننسى القيام بذلك أو لا نقوم به ببساطة. قال أحدهم إنّ "الشعور بالامتنان وعدم التعبير عنه أشبه بلفّ هدية وعدم تقديمها."

عندما نواجه التحديات والمشاكل في حياتنا، كثيراً ما يصعب علينا التركيز على بركاتنا. ولكن إن بحثنا جيّداً وتحقّقنا بعمق، سنتمكن من الشعور بقدر الأمور التي مُنحنا إيّاها وتمييزها.

سأشارككم قصة عائلة تمكّنت من إيجاد البركات وسط تحديات خطيرة. إنّها قصة قرأتها منذ سنوات عديدة واحتفظت بها نظراً إلى الرسالة التي تنقلها. كتبها غوردن غرين ونشرت في مجلة أميركية منذ ٥٠ سنة.

يخبر غوردن كيف ترعرع في مزرعة في كندا، حيث توجّب عليه وعلى إخوته الإسراع إلى المنزل بعد المدرسة بينما كان الأولاد الآخرون يلعبون بالكرة ويسبحون. غير أنّ والدهم تمكن من مساعدتهم على أن يفهموا أنّ عملهم كان قيماً. وكان ذلك يحدث بشكل خاص بعد فترة الحصاد من كلّ سنة، عند احتفال العائلة بعيد الشكر؛ ففي ذلك اليوم كان والدهم يقدم لهم هدية كبيرة. كان يسجّل كلّ ما يملكونه.

في صباح عيد الشكر كان يصطحبهم إلى القبو حيث صناديق التفاح وسلال

الشمندر والجزر المحفوظ في الرمل وتلال أكياس البطاطا والبازلاء والذرة واللوبياء وأنواع الهلام والفراولة ومحفوظات أخرى من الفاكهة التي ملأت رفوفهم. كان يحث الأولاد على عد كل شيء بدقة. ثم كانوا يتوجهون إلى مخزن الحبوب ويحصون كميات العلف المتوفرة وكميات الحبوب في الهري. كانوا يحصون الأبقار والخنازير والدجاجات والديوك الرومية وطيور الإوز. كان والدهم يقول إنه يريد أن يحدد كمية ما يملكونه، ولكنهم كانوا يعلمون أنه أرادهم في الواقع أن يعرفوا في يوم العيد، كم أن الله باركهم وكافأ ساعات عملهم بسخاء. أخيراً، عندما كانوا يجلسون إلى المائدة التي أعدتها والديتهم، كانت البركات شيئاً يشعرون به.

غير أن غوردن أشار إلى أن عيد الشكر الذي تذكّره بأكثر قدر من الشكر، كان ذلك العام الذي بدا لهم فيه أنهم لا يملكون شيئاً يدعوهم إلى الامتنان.

بدأت السنة بشكل جيد: كان لديهم بعض الشعير المتبقي، والكثير من الحبوب وأربع مجموعات من صغار الخنازير، وكان أبوهم قد ادّخر بعض المال ليشتري به ناقلة شعير—آلة رائعة كان المزارعون يحملون باقتنائها. كانت تلك أيضاً السنة التي وصل فيها التيار الكهربائي إلى قريتهم—لكن ليس إلى منزلهم لأنهم لم يستطيعوا تحمّل تكاليفه.

وفي إحدى الليالي، وفيما كانت والدة غوردن تغسل كمية هائلة من الملابس، دخل والده ووقف عند لوح الغسيل وطلب من زوجته أن تستريح وتنتقل إلى الحياكة. قال: "أنت تمضين وقتاً في الغسيل أطول من الوقت الذي تمضينه في النوم. هل تطّين أنه يتعين علينا الاستسلام والاشتراك بالتيار الكهربائي؟" على الرغم من أن الفكرة أعجبتها، إلا أنها ذرفت الدموع لدى تفكيرها بناقلة الشعير التي لن يحصلوا عليها.

وهكذا تمّ توصيل التيار الكهربائي إلى

حيّهم في تلك السنة. على الرغم من أن ذلك لم يكن أمراً فاجحاً، اشتروا غسالة عملت طوال النهار بمفردها، ومصاييح مضيئة تدلت من كل سقف. لم يعد ثمة من قناديل ثملاً زيتاً أو فتائل يجب قصّها، أو مدافئ متسخة يجب غسلها. وتمّ وضع القناديل كلها في العلية.

كان وصول التيار الكهربائي إلى مزرعتهم الأمر الحسن الأخير الذي عرفوه في تلك السنة. فما إن أخذت مزرعاتهم تنمو حتى بدأت الأمطار تتساقط. وعندما تراجعت المياه أخيراً، لم يكن قد بقي أي شيء من النباتات. فررعوا ثانية، غير أن المزيد من الأمطار أغرقت المزروعات في التربة. تعفنت البطاطا في الوحل. فباعوا بقرتين والخنازير كلها وماشية أخرى كانوا يبنون الاحتفاظ بها، وذلك بأسعار بخسة لأنّ الجميع اضطرّوا إلى القيام بالأمر ذاته. وكلّ ما حصده في تلك السنة، كان حفنة من حبّات اللفت التي نجت من العواصف.

وحلّ عيد الشكر مجدداً. قالت والديتهم: "من الأفضل ربّما أن ننسى الأمر هذه السنة. فلم يعد لدينا إوزة واحدة."

غير أنّ والد غوردن أتى في صباح عيد الشكر بأرنب بريّ وطلب من زوجته أن تطهوه. طفقت تعمل بتدّمر مشيرة إلى أنّ طهو هذا الحيوان العجوز القاسي سيستغرق وقتاً طويلاً. وعندما وُضع أخيراً على المائدة إلى جانب ما تبقى من اللفت، رفض الأولاد تناول الطعام. أخذت والدة غوردن تبكي، ومن ثمّ قام والده بشيء غريب. صعد إلى العلية وأتى بقنديل زيت عتيق ووضع على الطاولة وأشعله. وطلب من الأولاد إطفاء المصاييح الكهربائية. ومع عودة القنديل، صُعّب عليهم أن يصدّقوا أنّ الظلمة كانت شديدة إلى هذا الحدّ من قبل. وتساءلوا كيف كانوا ليتمكنوا من رؤية أي شيء لولا النور المشع الذي أتاحته الكهرباء.

بورك الطعام وأكل الجميع. وبعد انتهاء العشاء، جلس الجميع بصمت. كتب

غوردن:

"في اتّضاع ضعف ضوء القنديل القديم بدأنا نرى بوضوح مجدداً. ...

"كانت وجبة شهية. كان طعم الأرنب شبيهاً بطعم ديك رومي، وكانت تلك الذّ حبات لفت تناولناها على الإطلاق..."

"... وكان بيتنا...، وعلى الرغم ممّا نقصه، غنياً جداً بالنسبة إلينا." ١٤

إخوتي وأخواتي، نبيل ومشرّف هو التعبير عن الامتنان وكريم ونبيل هو العمل بامتنان، ولكنّ العيش بامتنان دائم في قلوبنا هو ملامسة السماء.

وإذ أختتم حديثي لهذا الصباح، فإنّ صلاتي هي أن تُظهر على الدوام، إضافةً إلى كل ما نحن ممتنون له، امتناننا لرّبنا ومخلصنا، يسوع المسيح. فإنّ إنجيله المجيد يوفّر إجابات عن أسئلة الحياة الأهمّ: من أين أتينا؟ لمّ نحن هنا؟ أين تذهب أرواحنا عندما نموت؟ يجلب الإنجيل لأولئك الذين يعيشون في الظلام نور الحقيقة الإلهية.

فقد علّمنا كيف نصلي. وعلّمنا كيف نعيش. وعلّمنا كيف نموت. حياته هي إرث من الحب. المرضى الذين شفاهم؛ والمضطهدين الذين ساعدتهم؛ والخطاة الذين خلصهم.

في النهاية بقي بمفرده. شكّ بعض الرسل؛ وخانه أحدهم. طعن الجنود الرومان جنبه. وسلبته الحشود الغاضبة حياته. ما زالت كلماته الرؤوفة ترّجع حتى اليوم من هضبة الجلجثة: "يا أبتاه، اغفر لهم، لأنّهم لا يعلمون ماذا يفعلون." ١٥

من كان "رجل [الأوجاع] ومختبر الحزن" ذاك؟ ١٥ "من هو هذا ملك المجد،" ١٦ وربّ الأرباب؟ هو معلّمنا. هو مخلصنا. هو ابن الله. هو سبب خلاصنا. هو يدعو، "اتبعوني." ١٧ ويعلم، "اذهب أنت أيضاً واصنع هكذا." ١٨ ويطلب "احفظوا وصاياي." ١٩

دعونا نتبعه. دعونا نتمثّل به. دعونا نطيع

تعاليم مخصصة لزمنا الحالي

مواد أخرى غير أن كلمات المؤتمر هي المنهج الدراسي الموافق عليه. مهمتك هي مساعدة الآخرين على تعلم الإنجيل وعيشه كما يعلم مؤتمر الكنيسة العام الأخير.

راجع الكلمة (الكلمات)، باحثاً عن المبادئ والعقائد التي تلبّي حاجات أفراد الصف. وابتح أيضاً عن قصص ومراجع نصوص مقدّسة وجمل من الكلمة (الكلمات) قد تساعدك على تعليم هذه الحقائق.

ضع تصميماً حول طرق تعليم المبادئ والعقائد. يجب أن يتضمّن التصميم الأسئلة التي تساعد أعضاء الصفّ على التالي:

- البحث عن المبادئ والعقائد في الكلمة (الكلمات).
- التفكير في معانيها.
- مشاركة الفهم والأفكار والتجارب والشهادات.
- تطبيق هذه المبادئ والعقائد في حياتهم.

ستُخصّص دروس كهنوت ملكيصادق وجمعية الإعانة في الأحد الرابع من كل شهر لـ "تعاليم مخصصة لزمنا الحالي". يمكن تحضير كل درس بالارتكاز على كلمة أو أكثر أُلقيت في المؤتمر العام الأحدث. يمكن أن يختار رؤساء الأوتاد والقطاعات الكلمات التي يجب أن تُستعمل أو يمكنهم أن يوكّلوا الأساقفة ورؤساء الفروع القيام بهذه المهمة. يجب أن يشدّد القادة على قيمة دراسة الإخوة حملة ملكوت ملكيصادق والأخوات في جمعية الإعانة للكلمات نفسها في الآحاد نفسها.

يُنصح الذين يحضرون دروس الأحد الرابع من كل شهر بدراسة العدد الأخير عن المؤتمر العام الأحدث وإحضاره إلى الصف.

اقتراحات لتحضير درس بالاستناد إلى الكلمات

صلّ ليكون الروح القدس معك بينما تدرس هذه الكلمة (الكلمات) وتعلمها. قد تودّ أن تحضّر الدرس باستخدام

كلماته. فعندما نقوم بذلك، نقدّم له هبة الامتنان الإلهية.

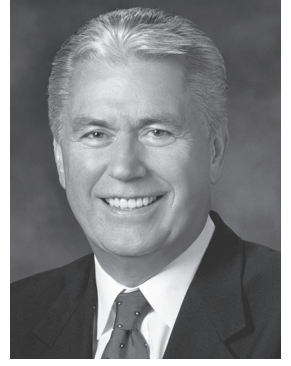
صلاتي الصادقة النابعة من القلب هي أن تتمكن من أن تُظهر في حياتنا الفردية فضيلة الامتنان الرائعة تلك. وعسى أن تغمر نفوسنا، الآن وإلى الأبد. باسم يسوع المسيح، مخلصنا، المقدّس، آمين.

ملاحظات

1. John Thompson, "Birthday Party," Teaching Little Fingers to Play (1936), 8.
2. لوقا ١٧: ١١-١٩.
3. Teachings of Gordon B. Hinckley (1997), 250.
4. راجع متى ١٥: ٣٢-٣٨؛ مع إضافة الأحرف المائلة.
5. The Discourses of Epictetus; with the Encheiridion and Fragments, trans. George Long (1888), 429.
6. المبادئ والعهود ٥٩: ٧، ٢١.
7. ألما ٣٤: ٣٨.
8. Cicero, in A New Dictionary of Quotations on Historical Principles, sel. H. L. Mencken (1942), 491.
9. Joseph F. Smith, Gospel Doctrine, 5th ed. (1939), 263.
10. Aldous Huxley, Themes and Variations (1954), 66.
11. William H. Davies, The Autobiography of a Super-Tramp (1908), 4.
12. William Arthur Ward, in Allen Klein, comp., Change Your Life! (2010), 15.
13. Adapted from H. Gordon Green, "The Thanksgiving I Don't Forget," Reader's Digest, Nov. 1956, 69-71.
14. لوقا ٢٣: ٣٤.
15. إشعياء ٥٣: ٣.
16. المزمير ٢٤: ٨.
17. متى ٤: ١٩.
18. لوقا ١٠: ٣٧.
19. يوحنا ١٤: ١٥.

الأشهر	موادّ درس الأحد الرابع
تشرين الثاني/نوفمبر ٢٠١٠ - نيسان/أبريل ٢٠١١	الكلمات التي نُشرت في عدد تشرين الثاني/نوفمبر ٢٠١٠ من مجلّة Liahona*
أيار/مايو ٢٠١١ - تشرين الأول/أكتوبر ٢٠١١	الكلمات التي نُشرت في أيار/مايو ٢٠١١ من مجلّة Liahona*

*هذه الكلمات متوفرة (بلغات عديدة) في موقع conference.lds.org.



الرئيس ديتر أختدورف
المستشار الثاني في الرئاسة الأولى

عن الأمور الأكثر أهمية

إذا كانت الحياة ونمطها السريع وأسباب القلق الكثيرة فيها قد صعبت عليكم الشعور برغبة في الابتهاج، فربما حان الوقت لإعادة التركيز على الأهم.

ملفتٌ هو ما يمكننا أن نتعلمه عن الحياة من خلال دراسة الطبيعة. يمكن للعلماء مثلاً أن ينظروا إلى حلقات الأشجار ليكتشفوا الظروف المناخية وظروف النمو منذ مئات، لا بل آلاف السنين. ومن بين الأمور التي نتعلمها من دراسة نمو الأشجار هو أنها تنمو بوتيرة طبيعية في الفصول التي تكون فيها الظروف مثالية. ولكن، وفي الفصول التي لا تكون فيها ظروف النمو مثالية، تبطئ الأشجار نموها وتخصّص طاقتها للعناصر الأساسية الضرورية لبقائها. وهنا، قد يفكر بعضكم: "هذا كلّ جيّد وحسن، ولكن ما علاقته بقيادة طائرة؟" حسناً، دعوني أخبركم.

هل سبق لكم أن كنتم في طائرة ومررتُم بمطبات هوائية؟ السبب الأكثر شيوعاً للمطبات هو التغيير المفاجئ في حركة الهواء ما يتسبب بتأرجح الطائرة وانحرافها ودورانها. وفي حين أن الطائرات مصمّمة بقدره على احتمال مطبات أخطر بكثير ممّا قد تواجهونه في رحلة عادية، فإن الأمر

الأمر بتطبيق تلك المبادئ في حياتنا اليومية الخاصّة. فعندما يرتفع مستوى القلق، وتظهر المعاناة، وتحل المأساة، كثيراً ما نحاول الإبقاء على النمط السريع ذاته أو حتى تسريعه، معتقدين أننا كلما سرّعنا نمطنا، كلما أصبحنا بحالة أفضل.

تكمن إحدى خصائص الحياة الحديثة في سيرنا بوتيرة متزايدة السرعة، بغض النظر عن المطبات أو العقبات.

لكن صادقين؛ من السهل أن نشغل أنفسنا. يمكننا أن نفكر في لائحة من الواجبات التي قد تملأ برامجنا اليومية. حتى إن البعض قد يعتقدون أن قيمتهم الذاتية تعتمد على طول لائحة الواجبات التي يتعيّن عليهم القيام بها. فهم يملأون الفراغ في أوقاتهم بلوائح من الاجتماعات والتفاصيل - حتى في فترات الإرهاق والتعب. ولأنهم يعقدون حياتهم من دون أي ضرورة، فهم غالباً ما يشعرون بتزايد الإحباط وتناقص الفرح وبحسّ ضئيل بمعنى حياتهم.

يُقال إن آية فضيلة قد تتحوّل إلى رذيلة عندما يُبالغ فيها. والإفراط في النشاطات في أيامنا سيؤوّل حتماً إلى ذلك. وسيأتي وقت تصبح فيه المنجزات عثرات والطموحات حجارة رحي حول أعناقنا.

ما هو الحل؟

يفهم الحكماء درسي حلقات الشجر والمطبات الهوائية ويطبّقونها. هم يقاومون إغراء الانجراف في السرعة الخاطفة للحياة اليومية. هم يتبعون النصيحة، "ثمة في الحياة ما هو أهم من تسريع وتيرتها." باختصار، هم يركزون على أهم الأمور.

علّم الشيخ دالين أو كس، في مؤتمر عام حديث قائلاً: "يجب أن نتخلى عن بعض الأمور الجيدة لنختار أخرى أحسن منها أو هي الأفضل لأنها تنمّي الإيمان بالرب يسوع المسيح وتقوّي عائلاتنا."^٢ إن البحث عن أفضل الأشياء يؤدي

قد يكون مقلقاً بالنسبة إلى الرّكّاب. ماذا يفعل الطيارون باعتقادكم عندما يواجهون مطبات هوائية؟ قد يعتقد طيار مبتدئ أنّ في زيادة السرعة استراتيجية جيّدة لأنها قد تسرّع الخروج من المطبات. ولكن ذلك قد يكون الأمر الذي يجب تفاديه. فالطيارون المحترفون يعون وجود سرعة مثالية لدخول المطبات وتقليص آثارها السلبية. وفي غالبية الأحيان يكمن الحلّ في تقليص سرعتك. وينطبق المبدأ نفسه على مطبات السرعة على الطريق.

لذلك، تقضي النصيحة الجيدة بالإبطاء قليلاً، والحفاظ على المسار، والتركيز على الأساسيات عند مواجهة ظروف معاكسة.

نمط الحياة الحديثة

هذا درس بسيط لكن يجدر تعلمه. قد يبدو الأمر منطقياً عندما يتعلّق بالأشجار أو المطبات، ولكن الأمر المفاجئ يكمن في سهولة تجاهل هذا الدرس عندما يتعلّق

حتماً إلى المبادئ الأساسية لإنجيل يسوع المسيح - الحقائق البسيطة والجميلة التي كشفت لنا على يد آب سماوي محب، أبدي وعالم بكل شيء. تؤمن هذه العقائد والمبادئ الجوهرية، مع أنها من البساطة بحيث يفهمها أي طفل، الإجابات عن أكثر الأسئلة تعقيداً في الحياة.

ثمة جمال ووضوح ينبجمن عن البساطة التي لا نقدرها أحياناً في ظمنا للحلول المعقدة.

مثلاً على ذلك، بعد مضي وقت ليس بطويل على تجوال رواد الفضاء حول الأرض، اكتشفوا أن أقلام الحبر الجاف لا تعمل في الفضاء. فبدأ بعض الناس الأذكى بالعمل على حل المشكلة. استغرق ذلك آلاف الساعات وكلف الملايين من الدولارات، ولكن في النهاية، طوروا قلماً يكتب في أي مكان وعلى أي درجة حرارة وعلى أي سطح تقريباً. ولكن كيف تواصل رواد الفضاء إلى أن تم حل المشكلة؟ لقد استعملوا أقلام الرصاص بكل بساطة.

يُنقل على ليوناردو دا فينشي قوله، "البساطة هي قمة التعقيد." ٣ عندما ننظر إلى المبادئ الأساسية لخطة السعادة، خطة الخلاص، يمكننا أن نرى ونقدر، في سهولتها وبساطتها، وضيوح حكمة أبنائنا السماوي وجمالها. يشكل إذاً توجيه طرقنا نحو طرقه بداية حكمتنا.

قوة الأسس

تُحكى قصة عن أنه كانت لمدرّب كرة القدم الأسطوري فينشي لومباردي عادة يطبقها في يوم التدريب الأول. كان يحمل كرة ويربها للاعبين الذين أمضوا سنوات عديدة يمارسون تلك الرياضة ويقول: "أيها السادة، ... هذه كرة!" كان يتحدث عن حجمها وشكلها وعن كيفية ركلها أو حملها أو تمريرها. وكان يصطحب أفراد الفريق إلى الملعب الفارغ ويقول: "هذا ملعب كرة قدم." ويجعلهم يجولون فيه ويصف القياسات والشكل والقواعد وكيفية ممارسة اللعبة. ٤

كان هذا المدرّب يعلم أن هؤلاء اللاعبين المتمرسين وبالتالي الفريق، سيصبحون عظماء فقط من خلال تعلم هذه الأمور الأساسية. كان بإمكانهم أن يمضوا وقتهم في ممارسة الخدع المعقدة ولكن لما كانوا أصبحوا فريقاً جديراً بالفوز في البطولات إلا بعد تعلمهم أسس اللعبة.

أعتقد أننا بغالبيتنا نفهم من خلال الحدس مدى أهمية الأسس. لكن المشكلة تكمن في أن انتباهنا يتشتت في بعض الأحيان بأمور كثيرة تبدو أكثر إغراء.

لم يكونوا ليض

قد تتحوّل المطبوعات ومصادر الإعلام الوفرة والأدوات والألعاب الإلكترونية - المفيدة إن جرى استعمالها بشكل مناسب - إلى تسليات مؤذية وأدوات عزل قاسية.

ولكن وسط كثرة الأصوات والخيارات، يقف رجل الجليل المتواضع ماداً يديه، منتظراً. رسالته بسيطة: "تعال اتبعني" وهو لا يتحدث من خلال مجهر عال بل بصوت هادئ ومنخفض. من السهل أن تضيع رسالة الإنجيل الأساسية وسط سيل المعلومات التي تهبط علينا من كل حذب وصوب.

تشدد النصوص المقدسة وكلمات الأنبياء الأحياء على مبادئ الإنجيل وعقائده. والسبب الذي نعود من أجله إلى تلك المبادئ الأساسية، إلى العقائد الصافية، هو كونها المدخل إلى الحقائق العميقة المعاني. إنها المدخل إلى تجارب سامية الأهمية تتخطى، لولاها، قدرتنا على الفهم. هذه المبادئ البسيطة الأساسية هي المفتاح للعيش بتناغم مع الله والإنسان. هي المفاتيح التي تفتح كوى السموات. هي تقودنا إلى السلام والفرح والإدراك الذين وعد بهم أبونا السماوي أولاده الذين يسمعونه ويطيعونه.

إخوتي وأخواتي الأعزاء، نحسن إن ببطأنا قليلاً، وعملنا بالسرعة المثالية التي

تناسب ظروفنا، وركزنا على المهم، ورفعنا عيوننا ورأينا بحق الأمور الأكثر أهمية.

عونا نذكر المبادئ الأساسية التي أعطاها أبونا السماوي لأبنائه والتي ستشكل أساس حياة فانية غنية ومثمرة مع وعود بالفرح الأبدي. ستعلمنا القيام بـ"الأمور كلها بحكمة ونظام؛ إذ أنه لا يُطلب [منّا] أن [نجرى] أكثر ممّا [نستطيع]. [ولكن] يجب علينا أن [نكون] [مجاهدين] لكي [نربح] بذلك الجزاء." ٧

إخوتي وأخواتي، إن القيام بالأمور الأكثر أهمية باجتهاد سيقودنا إلى مخلص العالم. لذلك، "عن المسيح نتحدث وبالمسيح نبتهج؛ بالمسيح نكرز وعن المسيح نتنبأ... كي [نعرف] إلى أيّ مورد [نرد] لمغفرة [خطايانا]." ٨ ففي تعقيد الحياة الحديثة وفوضاها وسرعتها، هذا هو "الطريق الأفضل." ٩

ما هي الأسس إذاً؟

عندما نتوجه إلى أبنائنا السماوي ونبحث عن حكمته في ما خصّ الأمور الأكثر أهمية، نتعلم مراراً وتكراراً أهمية علاقات أساسية أربع: مع إلهنا، مع عائلتنا، مع الآخرين، مع أنفسنا. وعندما نقيم حياتنا الخاصة بعقل راض، سنرى المجالات التي انحرفنا فيها عن الطريق الأفضل. وستفتح عيون إدراكنا فني ما يتعين علينا القيام به لتنقية قلوبنا وإعادة تركيز حياتنا.

أولاً، إن علاقتنا بالله بالغة القدسية والأهمية. نحن أبنائه الروحانيون. هو أبونا. هو يريد سعادتنا. وعندما نبحث عنه، ونتعلم عن ابنه، يسوع المسيح، ونفتح قلوبنا لتأثير الروح القدس، تصبح حياتنا أكثر استقراراً وأماناً. ونختبر سلاماً وفرحاً واكتفاء أعمق فيما نبذل جهدنا للعيش وفقاً لخطة الله الأبدية ولحفظ وصاياه.

ونحسن علاقتنا بأبنائنا السماوي عندما نتعلم عنه، ونتواصل معه، ونتوب عن خطايانا، ونتبع يسوع المسيح فعلياً لأنّ "ليس أحداً يأتي إلى الآب إلاّ بـ[المسيح]." ١٠ ولتقوية علاقتنا بالله،

نحتاج إلى تمضية بعض الوقت القيّم وحدثنا معه. إنَّ التركيز بهدوء على الصلاة الشخصية اليومية ودراسة النصوص المقدّسة، والتطلع على الدوام لاستحقاق توصية سارية بدخول الهيكل - أعمال ستشكل استثماراً حكيماً لوقتنا وجهودنا الرامية إلى التقرب من أبينا السماويّ. لنصغي إلي الدعوة في المزامير: "كفّوا واعلموا أنّي أنا الله" ١١

علاقتنا الأساسيّة الثانية هي مع عائلتنا. بما أن "لا نجاح آخر يعوّض الخسارة" ١٢ في هذا المجال، علينا أن نعطي الأولوية لعائلتنا. نبنى علاقات عائلية عميقة ومحبة من خلال قيامنا بأمر بسيطة معاً، كالعشاء العائلي، والأمسيات العائلية المنزلية واللهم معاً بكل بساطة. في العلاقات العائلية، يعبر الوقت الذي نمضيه مع أفراد عائلتنا عن محبتنا لهم. إذ يشكل تخصيص الوقت لبعضنا لبعض مفتاح التناغم في المنزل. نتكلّم مع بعضنا البعض بدلاً من التكلّم عن بعضنا البعض. نتعلّم من بعضنا البعض ونقدّر اختلافاتنا ونقاطنا المشتركة. نبنى علاقة إلهية مع بعضنا البعض عندما نتقرب من الله معاً من خلال الصلاة ودراسة الإنجيل وعبادة نهار الأحد العائليّة.

العلاقة الأساسيّة الثالثة هي مع الآخرين. نبنى هذه العلاقة مع كلّ شخص على حدة - من خلال إحساسنا بحاجات الآخر وخدمته وإعطائه من وقتنا ومواهبنا. لقد تأثرت جداً بأخت أثقلت كاهلها تحدّيات العمر والمرض ولكنها قرّرت أنّها، وعلى

الرغم من عدم قدرتها على القيام بالكثير، قادرة على الإصغاء. وكانت تهتم كل أسبوع بالناس المضطربين والفاقد الأمل، وتمضي معهم وقتاً وتصغي. يالها من بركة حلت في حياة الكثيرين.

العلاقة الأساسيّة الرابعة هي مع أنفسنا. قد يبدو غريباً التفكير في بناء علاقة مع أنفسنا، ولكننا نفعّل. لا يستطيع بعض الناس التصالح مع أنفسهم. فهم ينتقدون ويقللون من شأن أنفسهم طوال الوقت إلى أن يبدأوا بكره أنفسهم. دعوني أقترح عليكم أن تبطنوا وتأخذوا وقتاً إضافياً قصيراً لمعرفة أنفسكم بشكل أفضل. تنزهوا في الطبيعة، وتأملوا شروق الشمس وتمتعوا بمخلوقات الله، وتأملوا في حقائق الإنجيل المستعاد واكتشفوا ما تعنيه لكم شخصياً. تعلّموا أن تروا أنفسكم كما يراكم أبوك السماوي - كابنة أو ابن ثمين لديه بقدرة إلهية.

ابتهجوا في الإنجيل النقي

إخوتي وأخواتي، لنكن حكماً. لتنتجه إلى المياه العائدية النقية النابعة من إنجيل يسوع المسيح المستعاد. لتتناولها بابتهاج في بساطتها ووضوحها. فقد انفتحت السموات مجدداً. وعاد إنجيل يسوع المسيح إلى الأرض مرة أخرى وحقائقه البسيطة هي مصدر فرح عظيم!

إخوتي وأخواتي، لدينا حقاً سبب عظيم لنفرح. إذا كانت الحياة ونمطها السريع وأسباب القلق الكثيرة فيها قد صعبت عليكم الشعور برغبة في الابتهاج، فرّبما

حان الوقت لإعادة التركيز على الأهم. لا تأتي القوة من النشاط السريع بل من استقرارنا على أساس صلب من الحقيقة والنور. هي تأتي من تركيز انتباهنا وجهودنا على أسس إنجيل يسوع المسيح المستعاد. وتأتي من الانتباه إلى الأمور الإلهية الأكثر أهميّة.

لنبسط حياتنا قليلاً. لنقم بالتغييرات الضرورية لإعادة تركيز حياتنا على الجمال السامي لدرب التلمذة المسيحية البسيطة المتّضعة - الدرب التي تقود على الدوام إلى حياة مليئة بالمعاني والفرح والسلام. هذا ما أصلي من أجله، فيما أترك لكم بركاتي، باسم يسوع المسيح المقدّس، آمين.

ملاحظات

١. Mahatma Gandhi, in Larry Chang, *Wisdom for the Soul* (2006), 356.
٢. دالين أوكس، "الجيد والأحسن والأفضل"، المؤتمر العام، تشرين الأول/أكتوبر ٢٠٠٧.
٣. Leonardo da Vinci, in John Cook, comp., *The Book of Positive Quotations*, 2nd ed. (1993), 262.
٤. Vince Lombardi, in Donald T. Phillips, *Run to Win: Vince Lombardi on Coaching and Leadership* (2001), 92.
٥. لوقا ١٨: ٢٢.
٦. راجع الملوك الأول ١٩: ١٢.
٧. موصايا ٤: ٢٧.
٨. ٢ نافي ٢٥: ٢٦.
٩. الرسالة الأولى إلى أهل كورنثوس ١٢: ٣١؛ أثير ١٢: ١١.
١٠. يوحنا ١٤: ٦.
١١. المزامير ٤٦: ١٠.
١٢. J. E. McCulloch, *Home: The Savior of Civilization* (1924), 42; see also Conference Report, Apr. 1935, 116.