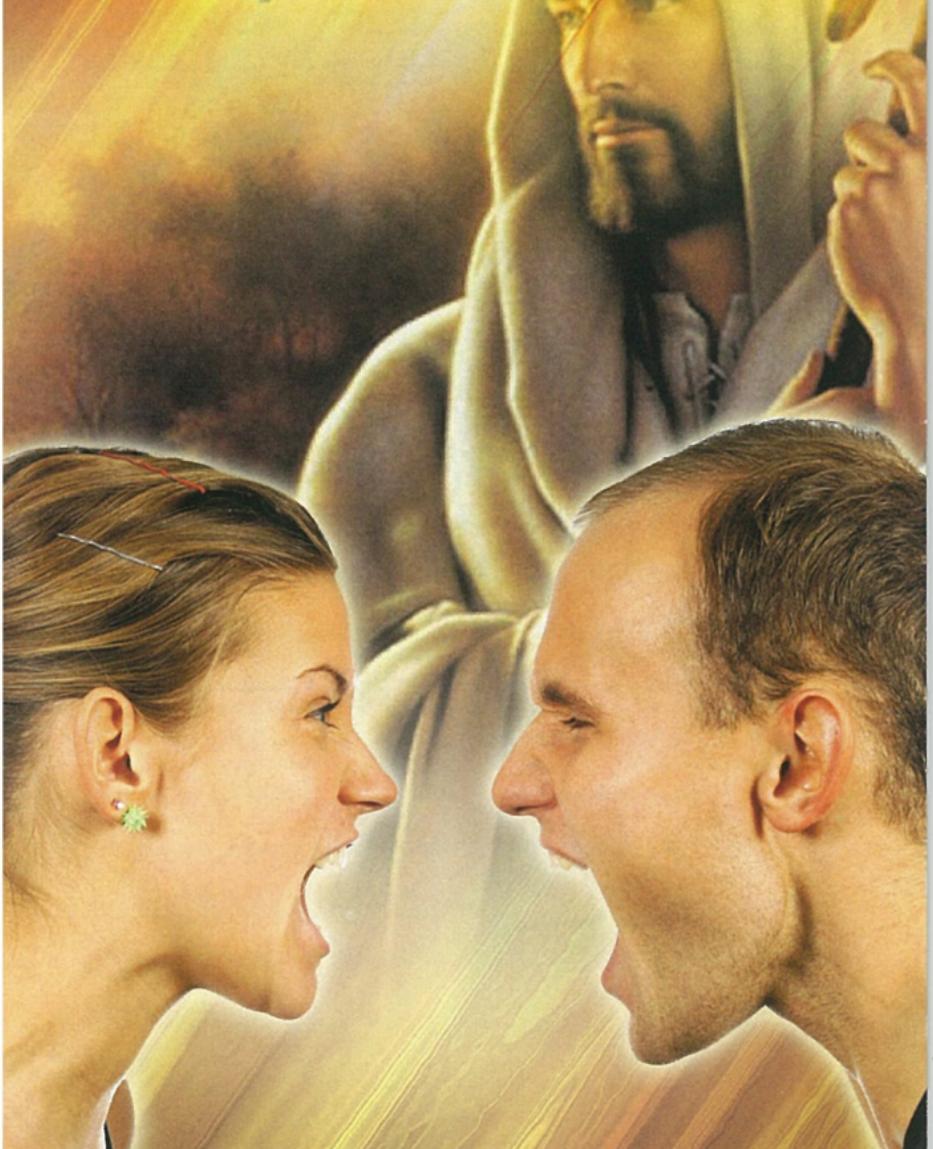
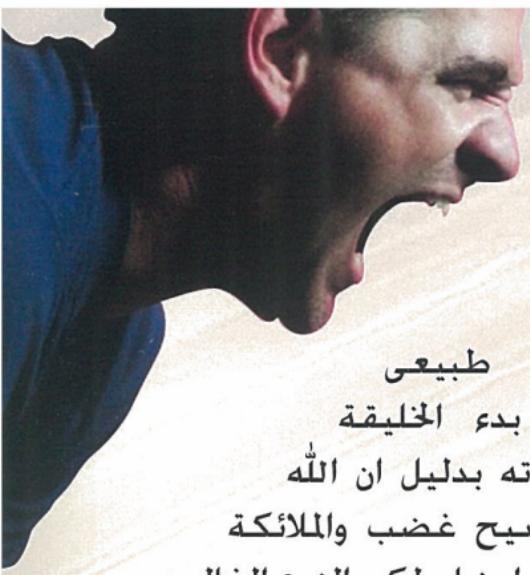




الخطب المقدس والخطب الشرير

لقس اغسطينوس حنا





الغضب انفعال طبىعى
عند الإنسان من بدء الخليقة
وهو ليس شرًا في ذاته بدليل أن الله
يغضب والسيد المسيح غضب الملائكة
يغضبون والقديسون أيضًا. ولكن النوع الغالب
من الغضب هو الغضب الخاطئ. ولذلك فليست
 مهمتنا هي منع الغضب نهائياً فهذا شبه محال.
نحن نعيش في عالم موضوع في الشرير ولكن
 مهمتنا هي تهذيب وضبط هذا الانفعال والسمو به
وضعه في مكانه الصحيح وتدريب انفسنا على
الأقلام عن الغضب الرديئ. فلم يقل رب يسوع "من
يغضب يكون مستوجب الحكم" وإنما قال: "من
يغضب على أخيه باطلًا يكون مستوجب الحكم"
(متى ٢٢:٥).

الغضب نوعان: اولاً- الغضب المقدس:

ويكون مقدساً بحسب الدافع إليه كأن يكون
لسبب آلهي أو لجلد الله أو للدفاع عن حق أو عقيدة أو
مبدأ وبدون غرض شخصي. ومن أمثلته غضب السيد
المسيح لتساويف قلوب رجال الدين في عصره "نظر
حوله اليهم بغضب حزيناً على غلاظة قلوبهم"
(مر ٣:٥)، وكذلك موقفه عند تطهير الهيكل وقد
وصف التلاميذ مشاعره بالغيرة الشديدة على مجد
الله وبيته فتذكروا "انه مكتوب غيرة بيتك أكلتني"
(يو ١٤:١٦). ومن قبيل ذلك أيضاً غضب موسى النبي
وخطيمه لوحى الشريعة عندما وجد بنى إسرائيل
يعبدون العجل الذهبي! (خر ٣٢:١٩، ٢٠) كذلك غضب
نحوميا لاختلاط اليهود بالأمميات (الوثنيات) (نح ١٢:٣ -

(٢٧)

ثانياً- الغضب الخاطئ:

ويكون لغرض شخصى او خسارة مادية او خدش للكرامة او اهانة او خصومة...الخ ومن اسبابه وامثلته الآتى:

١- غضب عن حسد وغيرة:

كغضب قايين لقبول الله ذبيحة أخيه هابيل ورفضه قبول قريانه (تك٤) او غضب الابن الأكبر فى مثل الأبن الضال عندما رجع أخوه الأصغر واحتفل ابوه برجوعه (لو١٥:٢٨)

٢- غضب بسبب المنافسة:

كغضب عيسو على يعقوب لأخذه بركة أبيه بدلا منه (تك٤١:٢٧) أو غضب شاول على داود عندما قتل جليات وغني له النساء "ضرب شاول الوفه وداود ريواته" (اصم٧:١٨) فغضب شاول الملك اذ نسبوا لداود نصرا أعظم منه!

٣- غضب بسبب ضياع مادى:

مثل غضب أصحاب الساعة الأولى لأن رب العمل أعطى أصحاب الساعة الحادية عشرة دينارا مثلهم (متى٢٠) أو غضب ديميتريوس الصائغ لأن الرسول بولس هاجم أللهته الوثنية التي كان يصنع لها تماثيل (أع١٩:٤٢-٤٣) وغضب أصحاب العرافة التي أخرج منها الشيطان (أع١٦)

٤- غضب بسبب عدم احتمال التوجيه على الخطأ:

مثل غضب الفريسيين عندما وبخهم المسيح (مت١٥:٧-١٤) وغضب أهل الناصرة عندما وبخهم أيضاً (لو٢٩:٤،٢٨)

٥- غضب بسبب عدم تنفيذ رغبة شريرة:

مثل غضب امرأة فوطيفار على يوسف البار لرفضه طلبها الخاطئ (تك٣٩)

٦- غضب للثأر والانتقام:

مثل غضب شمعون ولاوى اللذين انتقاما الشرف دينا
أختهما ليس فقط من الشخص الذى اعتدى عليها
ولكن قتلوا كل أهله وعشيرته (تك ٣٤:٤٩، ٧-٥:٤٩)

٧- غضب بدون مبرر معقول:

مثل غضب يونان لتوبه أهل نينوى وقد عاتبه الرب
قائلاً: «هل أغتمنت بالصواب؟» (يونان ٤:١-٩).

عيوب الغضب الخاطئ واضراره

(١) نقص المحبة:

لأنه مكتوب ان "المحبة لا تختد... ولا تظن السوء
ولا تভيغ وتحتمل كل شيء" (١٢:١١، ١٣:١).

(٢) فقدان التفكير السليم المترزن:

ويقال فى الأمثال ان الغضب ريح تهب على شمعة
العقل فتطفئها

(٣) القيام بتصرفات هوجاء طائشة:

من المعروف ان الإنسان فى ثورة غضبه يخطئ فى
الكلام وفي التصرف ويكون ان يرتكب حماقة بل جريمة
كما فى أمثلة قايين وشمعون ولاوى وشاول .. الخ
(تك ٤:٣٤، ٧:٤٩) ومكتوب "الغضب قساوة والسخط
جُراف" (أم ٢٧:٤). "الحجر ثقيل والرمل ثقيل وغضبة
الجاهل أثقل منها كليهما" (أم ٢٧:٣).

(٤) اتلاف الحياة الروحية وافساد الصلاة:

الحياة الروحية عموماً هي حياة الفضائل من المحبة
والوداعة ونقاوة القلب والصبر والهدوء والسلام وهذه
لا تتفق مع الغضب الخاطئ ولذلك قال القديسون
ولوأقام الغضوب أمواتاً فما هو بقبول أمام الله وقد
أوصى الكتاب "ان يصلى الرجال رافعين أيادي طاهرة
بدون غضب ولا جدال" (اتس ٨:٢) لأن الغضب يطفئ
روح الله ويفسد الصلاة.

(٥) خسارة الآخرين:

ان الإنسان الغضوب يخسر الناس ويجعلهم ينفرون منه ونحن مطالبون بـ«كسب الناس» ورابح النفوس حكيم» (ام ١١: ٣٠)

علاج الغضب

أولاً - بالقلب النقى الجديد:

القلب النقى يسكنه المسيح والروح القدس وهو الروح الوديع الهادئ وصاحبه لا يخاصم ولا يفقد أصحابه وصوابه ولذلك علينا ان نصلى بوعى طالبين «قلباً نقىًّا أخلق فى يا الله وروحاً مستقيماً جدد فى داخلى» (مز ٥١: ١٠)

ثانياً - بالابطاء فى الغضب:

فيقول معلمنا يعقوب الرسول «ليكن كل انسان مسرعاً في الاستماع مبطئاً في التكلم مبطئاً في الغضب» (يع ١: ١٩) ويقول الحكيم ان «تعقل الانسان يبطئ غضب» وان «مالك روحه خير من يملك مدینه» (ام ٦: ١٦) «وان صعدت عليك روح المسلط فلا تترك مكانك لأن الهدوء يسكن خطايا عظيمة» (جا ٤: ١٠).

ثالثاً - زيادة الصلاة وكلمة الله:

بكلمة الله تكشف رزيلة الغضب وبالصلاحة خاحد ضدها وننموفى النعمة والامتناع بروح الله وثماره ومنها المحبة واللطف والوداعة وطول الأناء والسلام (غل ٥: ١٢)

رابعاً - بصرف الغضب سريعاً:

فالكتاب يطالعنا أولاً إن غضبنا إلا خطئ وثانياً ان نصرف الغضب بسرعة فيقول «لا تغرب الشمس على غيظكم»، «لا تعطوا ابليس مكاناً» (افسس ٤: ٢٦)

خامساً:

اذا كنت تعانى من تكرار خطية الغضب فى حياتك فاقراء كتاباً عن الغضب وادرسه حتى تقاومه عن فهم واقتناع (وانصح بقراءة كتاب قداسة البابا شنودة عن الغضب)

سادساً:

عالج السبب ان عرفته او ان كان مرضًا في الاعصاب

سابعاً: بمراجعة النفس والتدريب:

راجع نفسك وأرجع باللامة على نفسك ودرّب نفسك حتى اشرف أب إعترافك على حياة الهدوء والصبر وانخفاض الصوت وعدم الانفعال، وعدم مقابلة الغضب بالغضب فالنار لا تطفئ بالبنزين ولكن بالماء وبعدم اضافة وقود لها واذكر دائمًا ان ”الكلام الموجع يهيج السخط والكلام اللين يصرف الغضب“ (ام:١٥:١).



**St. John Coptic Orthodox Church
Covina, California**

Tel. (562) 900-2695

Email: frhanna@mystjohn.org

Website: www.mystjohn.org