

الإنسان المؤمن والغضب

بقلم: شكري حبيبي

قيل: الغضب جنون قصير.

وقيل أيضا: التغلب على الغضب انتصار على أكبر عدو لنا.

قد يتساءل أحدهم عندما يقرأ هذا العنوان، وهل يغضب المؤمن؟ والجواب بالطبع نعم. فالمؤمن أي المسيحي الحقيقي الذي ولد ثانية بالروح القدس، يبقى إنسانا عاديا، يتفاعل مع البيئة التي يعيش في وسطها، ويتأثر بالظروف المحيطة به، ويتعامل مع الناس الآخرين الذين تربطه بهم علاقات قرابة أو صداقة أو زمالة أو علاقة عمل. وهو يتحلّى بالعواطف الجياشة، والمشاعر البشرية المتنوعة. فمادام المؤمن يعيش في هذا الجسد، فهو معرض كباقي الناس لكل تصرفات هذا الجسد وسلوكه، إن كان إيجابيا أم سلبا، والغضب أحدها.

هناك بالطبع أمور كثيرة تحصل في حياتنا اليومية، قد تثير استيائنا، لا بل غضبنا. ومن منا لا يغضب أحيانا؟ إن الغضب أمر طبيعي وعادي، لكن الأمر المهم هو كيف نتصرف أثناء الغضب؟ هل نفقد السيطرة على أعصابنا؟ وهل نتلفظ بكلمات نابية جارحة؟ أم على العكس نحتفظ بتوازننا، ونستطيع التحكم بالكلمات التي تصدر من أفواهنا؟

من المسلّم به أنه قلائل هم الناس الذين يستطيعون السيطرة على أعصابهم، وكبح جماح نفوسهم أثناء ثورة الغضب. هل تدري قارئ أن الإنسان قد يهدم في لحظة غضب، ما بناه خلال أيام أو شهور، لا بل سنوات عديدة؟ فكم من صداقة دُمرت خلال لحظات الغضب التي لم يستطع فيها أحدهم السيطرة على نفسه. وكم من زوجين انتهت علاقتهما إلى الطلاق بسبب لحظة غضب قاسية. وكم من علاقة عمل فُسخت بسبب الغضب. وكم وكم وكم ...

يحاول علماء النفس والاجتماع أن يعيدوا معظم تصرفات الإنسان إلى مرحلة الطفولة. فإن كانت طفولة الإنسان هائلة سعيدة، عاش المرء حياة بعيدة عن التوترات العصبية والمشاعر المتقلبة. وإن كانت طفولته على العكس مليئة بالمعاناة والمشاكل والأزمات، أصبح معرضا أكثر لبعض الأعراض السلبية، ومنها بطبيعة الحال الغضب.

قد يكون ما توصل إليه العلماء صحيحاً، لكنّ للموضوع جذوراً أو أسباباً أعمق من ذلك. فمنذ أن سقط أبوانا الأولان آدم وحواء في العصيان، ودخلت الخطية حياة الإنسان، أصبحت حياة البشر معرضة لكل ما هو سلبى وفساد وضار. وهكذا ظهرت أفعال الخطية على أنواعها، وبدت تصرفات الإنسان غير السليمة، ومنها بالطبع الغضب والكلام القبيح ومشاعر الحقد والانتقام.

وعندما يؤمن الإنسان بالرب يسوع المسيح، ويحصل على نعمة الخلاص، يصبح إنساناً جديداً، ويبدأ سلوكاً روحياً جديداً. لأن روح الله القدوس الذي حل في داخله، يحرره من أعمال الجسد الفاسدة، ويجعله يثمر ثمار الروح الصالحة. لكن هذا لا يعني أن الإنسان المؤمن قد أصبح إنساناً كاملاً. فهو كما ذكرنا معرض لكل ضغوط الحياة وإغراءاتها. وعليه أن يحارب يومياً في المعركة الروحية، لكي يعيش حياة الانتصار والغلبة. والغضب هو أحد الأمور التي على المؤمن الحقيقي أن يواجهها.

وعلينا أن ننوّه في هذا المجال بوجود ما يسمى بالغضب الروحي. فليس خطأ أن يغضب الإنسان المؤمن ضد الخطية والشر. وليس خطأ أن يغضب ضد بعض الممارسات والعبادات غير الصحيحة. إن الرب يسوع المسيح نفسه مثلاً قد غضب عندما دخل الهيكل، ووجد الذين كانوا يبيعون بقرأً وغنماً وحماماً والصيارف جلوساً. فصنع سوطاً من حبال وقلب موائد الصيارفة وكراسي باعة الحمام وطرد الجميع من الهيكل. وقال لهم. مكتوب بيّتي بيت الصلاة يدعى وأنتم جعلتموه مغارة لصووس. وغضب الرسول بولس في عدة مناسبات. فغضب من الجارية في فيلبى، التي كان فيها روح عرافة، وأمر الروح الشرير أن يخرج منها. واحتدت روحه فيه عندما كان في أثينا، إذ رأى المدينة مملوءة أصناماً.

لعل السؤال الآن هو: كيف يتصرف المؤمن أثناء الغضب؟ وهل يفقد السيطرة على أعصابه؟ وهل يتلفظ بكلمات نابية جارحة؟ وكيف به يحفظ توازنه، ويتحكم بالكلمات التي تصدر عنه؟

لقد وضعت كلمة الله المقدسة لنا بعض القواعد، التي نستطيع استلهاها في هذا المجال. فلقد كتب الرسول بولس قائلاً: "اغضبوا ولا تخطئوا. لا تغرب الشمس على غيظكم. ولا تعطوا ابليس مكاناً." ثم أضاف قائلاً: "لا تخرج كلمة ردية من أفواهكم بل كل ما كان صالحاً للبنين حسب الحاجة كي يعطي نعمة للسامعين. ولا تحزنوا روح الله القدوس الذي به خُتمتم ليوم الفداء. ليُرفع من بينكم كل مرارة وسخط وغضب وصياح وتجديف مع كل خبث. وكونوا لطفاء بعضكم مع بعض شفوقين متسامحين كما سامحكم الله أيضاً في المسيح." (أفسس ٤: ٢٦-٢٩، ٢٧-٣٢)

نلاحظ من هذه الآيات المقدسة، أنه علينا أولاً كمؤمنين عندما نغضب، أن لانخطئ. أي أن نحافظ على اتزاننا، فلا تخرج كلمة ردية من أفواهنا. ونستطيع فعل ذلك بمعونة الروح القدس.

وأنه علينا ثانياً: أن لا نسمح للغضب أن يستمر. إذ يجب أن ننتهي من الغضب، قبل أن تغيب شمس ذلك اليوم. لكي لا نعطي إبليس مكاناً في حياتنا، ونحزن روح الله القدوس الساكن فينا.

وأنه علينا ثالثاً: أن نحاول تجنب الصياح، وإثارة البلبلة والتشويش أثناء الغضب، لأن هذا لا يمدد الله.

وفي مكان آخر كتب الرسول بولس قائلاً: "إن كان ممكناً فحسب طاقتكم سالموا جميع الناس. لا تنتقموا لأنفسكم أيها الأحباء بل أعطوا مكاناً للغضب. لأنه مكتوب لي النعمة أنا أجازي يقول الرب." (رومية ١٢: ١٨ و ١٩) أي علينا كمؤمنين أن نسعى للسلام قدر الإمكان، ومع جميع الناس. وأن لا ننتقم لأنفسنا أو حتى نغضب، لأن الله سينتقم لنا، وهو الذي سيجازي الأشرار.

أما الرسول يعقوب فلقد كتب قائلاً: "إذا يا اخوتي الأحباء ليكن كل انسان مسرعاً في الاستماع مبطناً في التكلم مبطناً في الغضب. لأن غضب الإنسان لا يصنع بر الله." (يعقوب ١: ١٩ و ٢٠) هنا يحثنا الرسول يعقوب أن نكون مبطين في الغضب. أي أن نحاول قدر الإمكان ضبط نفوسنا، لئلا نسرع في الغضب. لأن الغضب يبعدنا عن عمل الصلاح الذي يريده الله منا.

وعلى نفس المنوال كتب سليمان الحكيم قديماً

في سفر الأمثال قائلاً: "الرجل الغضوب يهيج الخصومة وبطيء الغضب يسكن الخصام." (أمثال ١٥: ١) هنا نكتشف أهمية بطء الغضب في تهدئة الطرف الآخر، وإنهاء الخصومة.

هل تعلم قارئ بماذا وصف سليمان الحكيم بطيء الغضب؟ وصفه قائلاً: "بطيء الغضب كثير الفهم." (أمثال ١٤: ٢٩) وفي مكان آخر وصفه قائلاً: "البطيء الغضب خير من الجبار، ومالك روحه خير ممن يأخذ مدينة." (أمثال ١٦: ٣٢) حقا ما أبلغ هذا المثل، إن الإنسان بطيء الغضب، أي الذي يحاول كبح جماح غضبه هو إذن خير من الجبار. ومالك روحه، أي الذي يسيطر على نفسه، أثناء الغضب، هو أفضل ممن يقتحم مدينة. وهذا بعكس المفهوم البشري تماماً، الذي يعتقد أن بطيء الغضب، هو إنسان ضعيف ساذج، فكيف بمقارنته بالجبار، أو بالذي يأخذ مدينة.

فهل ترانا نطلب من روح الله القدوس أن يساعدنا كمؤمنين أن نكون فعلاً بطيئين في الغضب؟ هذه الصفة التي تجعلنا أعظم من الجبار، وأقوى من الذي يقتحم مدينة. وإذا كان لا بد لنا من أن نغضب علينا أن نحافظ على اتزاننا، ونبتعد عن استخدام الألفاظ النابية، والصياح. وأن لا تغرب الشمس على غيظنا. وبذلك نكون مثمرين، نظهر عمل الله بروحه القدوس في حياتنا، ونكون في نفس لوقت شهادة حياة للآخرين.