

أنا وأنت على الطريق المسامحة تعالج الروح والجسد

صديقتي المستمعة،

هل تعلمين سيدتي أنّ المسامحة تعالج الروح والجسد؟ هذا هو عنوان تقرير ورد مؤخراً في الصحيفة العربية نقلاً عن السي إن إن وهي إحدى محطات الإعلام التلفزيونية في أميركا. تعالي معي سيدتي لنستمع إلى ماذا يقول:

من المعروف أنّ التقاليد الاجتماعية والدينية في معظم أنحاء العالم تحض الناس على المسامحة والغفران. ويبدو أنّ هذه النصيحة لا توفر الراحة النفسية فحسب، بل ثبت أيضاً أنها تحسّن الصحة الجسدية، باعتبار أن الحقد الزائد والغضب والتخطيط للانتقام كلها أمور تزيد التوتر العصبي. القس مايكل باري مسؤول الشؤون الدينية في مستشفى لعلاج السرطان في أميركا، ألف كتاباً يحمل عنوان "مشروع المصالحة"، يؤكد أنه الطريق إلى التغلب على مرض السرطان والحفاظ على صحة جيدة والوصول إلى السعادة والراحة. وفي كتابه يقول باري: "إن فقدان القدرة على المسامحة هو ظاهرة مرضية وقد تؤثر سلباً على الصحة، خصوصاً إذا كان المرء مصاباً بأحد الأمراض المزمنة." ويضيف أيضاً: "المتنبّ علمياً أن التوتر العصبي مثلاً يضر بالجهاز الهضمي، كما يؤثر على الأوعية الدموية والشرايين. ولكن الأهم أنه يضعف بشكل كبير نظام المناعة في الجسم." وينصح باري المرضى الذين يقابلهم بكتابة رسائل يعربون فيها عن رغبتهم في مسامحة من أساء إليهم بعد شرح أسباب غضبهم ومن ثم قرارهم بالعتف عنهم.

نعم يا سيدتي، المسامحة لا تعالج الروح والجسد فحسب كما يقول الكتاب بل أقول النفس، والوجدان وكيان الإنسان الداخلي كله. ولقد بيّن هذا القس مايكل باري كاتب الكتاب "مشروع المصالحة" بأنّ فقدان القدرة على المسامحة هو ظاهرة مرضية تؤثر على الصحة بشكل سلبي. فالإنسان غير المسامح يمتلئ قلبه بالمرارة والحقد والغضب وتأخذه أفكار الانتقام والتأثر من المسيئين إليه. وهكذا يعيش فعلاً في حالة مرضية. وكلّما مرت به السنون وهو قابع تحت سلطان عدم المسامحة والمرارة، كلّما زادت مشكلته تعقيداً وحالته الصحية تدهوراً وصحته النفسية نعمة. هذا بالإضافة طبعاً إلى عجزه الروحي لماذا؟ لأنّه أضحى مكبلاً مقيداً لكل ما هو شر وفساد ولكل فكر سلبي. وهكذا ينجر إلى الإقدام على شيء لا يحمد عقباه. نعم يا سيدتي، يصبح الإنسان مع عدم الغفران والمسامحة مسيراً وليس مخيراً، يصبح عبداً لا سيّداً.. وهنا يكمن الخطر فعلاً.

تساءل مرةً سيدتي بطرس أحد حوارى السيد المسيح عن هذا الموضوع بالذات وقال للرب يسوع: يا رب كم مرةً يخطئ إلي أخي وأنا أغفر له؟ هل إلى سبع مرات؟ قال له يسوع لا أقول لك إلى سبع مرات بل إلى سبعين مرةً سبع مرات. ترى ما الذي قصده

الرب يسوع المسيح من سبعين مرة سبع مرات؟ هل كان يعني فعلا أن نسامح ونغفر أربعمئة وتسعين مرة في اليوم الواحد؟ تعالي معي سيدتي لنستمع إلى المثل الذي قدمه الرب يسوع فيما بعد ليفسر قصده لبطرس ولسائر التلاميذ أي الحواريين بعد هذا الفاصل

قدّم الرب يسوع مثالا فقال: يشبه ملكوت السموات إنسانا ملكا أراد أن يحاسب عبيده. فلما ابتدأ في المحاسبة قدم إليه واحد مديون بعشرة آلاف وزنة. وإذ لم يكن له ما يوفي أمر سيده أن يباع هو وامراته وأولاده وكل ما له ويوفى الدين. فخرّ العبد وسجد له قائلا: يا سيد تمهل علي فأوفيك الجميع. فتحنن سيد ذلك العبد وأطلقه وترك له الدين. ولما خرد ذلك العبد وجد واحدا من العبيد رفقائه كان مديونا له بمئة دينار. فأمسكه وأخذ بعنقه قائلا: أوفني ما لي عليك. فخرّ العبد رفيقه على قدميه وطلب إليه قائلا تمهل علي فأوفيك الجميع. فلم يرد بل مضى وألفاه في سجن حتى يوفي الدين. فلما رأى العبيد رفقاؤه ما كان حزنوا جدا وأتوا وقصوا على سيدهم كل ما جرى. فدعاه حينئذ سيده وقال له: أيها العبد الشرير كل ذلك الدين تركته لك لأنك طلبت إلي. أفما كان ينبغي أنك أنت أيضا ترحم العبد رفيقك كما رحمتك أنا. وغضب سيده وسلّمه إلى المعذّبين حتى يوفي كل ما كان له عليه. فهكذا أبي السماوي يفعل بكم إن لم تتركوا من قلوبكم كل واحد لأخيه زلاته. (متى ١٨ : ٢١-٣٥)

قد يكون لسان حالنا يا سيدتي مثل لسان حال بطرس التلميذ فنتساءل كم مرة ينبغي علينا أن نغفر للآخرين سيئاتهم تجاهنا؟ أما الجواب فهو نفسه الذي علّمه الرب يسوع لتلاميذه أي حواريه منذ ألفي سنة تقريبا. لماذا يُعتبر جواب الرب يسوع فعّالا حتى الآن يا ترى؟ لأنه لم يعلمه فقط ، بل أيضا عمّل به هو نفسه. ألم يقل وهو على الصليب : يا أبتاه اغفر لهم لأنهم لا يعلمون ماذا يفعلون؟ بالطبع لقد غفر الرب يسوع لصالبيه الذين عدّوه ظلما وعدوانا. ونحن أيضا سيدتي إذا كنا فعلا قد اخترنا غفران الله في حياتنا، أي إذا كنا فعلا اعترفنا لله الآب بخطايانا وقبلنا نعمة الخلاص، عندئذ لا نقدر إلا أن نغفر للآخرين زلاتهم وأخطائهم تجاهنا. وهكذا نطبّق بالضبط ما علمنا إياه الرب يسوع الغفران للآخرين في كل مرة يسيئون فيها إلينا. عندها نقدر أن نعيش حقا وفعلا بسلام وطمأنينة لأن الغفران يساعد الإنسان على النسيان أيضا.