



## قلب سختی همچون سنگ

خدا با قلب سختی همچون سنگ چه میکند؟

حزقیال ۳۶: ۲۶

<sup>۲۶</sup> و دلی تازه به شما خواهم بخشید و روحی تازه در اندرونتان خواهم نهاد و دل سنگی را از پیکر شما به در آورده، دلی گوشتین به شما خواهم داد.

حزقیال ۳۶: ۲۷

<sup>۲۷</sup> روح خود را در اندرونتان خواهم نهاد و شما را به فرایض خود سالک خواهم گردانید، و شما قوانین مرا نگاه خواهید داشت و آنها را به جا خواهید آورد.

در متون بالایی خوانیم که خداوند ابتکار عمل را به دست می گیرد. او قلب سختی همچون سنگ را به قلب زنده و نرم مبدل خواهد کرد. به جای قلب سنگی، او روح خود را خواهد داد.

وقتی خدا نشان دهد که قلب ما همچون سنگ سخت است، چگونه می توانیم

پاسخ دهیم؟

اول پطرس ۲: ۴-۵

<sup>۴</sup> با نزدیک شدن به او، یعنی به آن سنگ زنده که آدمیان رد کرده‌اند اما نزد خدا برگزیده و گرانیهاست،<sup>۵</sup> شما نیز چون سنگهای زنده به صورت عمارتی روحانی بنا می‌شوید تا کاهنانی مقدّس باشید و به واسطه عیسی مسیح، قربانیهای روحانی مقبول خدا را تقدیم کنید.

از ما خواسته شده است که به سنگ زنده بییوندم و بپذیریم که مانند عیسی، برگزیده و گرانیها هستیم.

قلب سختی همچون سنگ چیست؟

### ● قلب بدون احساس

سنگ ماده مرده است. سنگ عاری از احساس است. سنگ هیچ رابطه ای ندارد. امکان ندارد که رابطه با مردم و خدا را واقعاً احساس کند و بداند.

دریافت عشق، چه از جانب خدا و چه از جانب مردم، برایش دشوار است. به همین دلیل در عملکرد عادی و در تأمین روابط با دیگران و خدا، برایش اختلال ایجاد می شود.

### ● مکانیزم دفاعی

از آنجایی که در گذشته برایتان تجربیات دردناکی وجود داشته است، پس گرداگرد قلب و احساسات خود دیواری می سازید تا دیگر آن درد مشابه را احساس نکنید. شما آگاهانه انتخاب میکنید که اجازه ندهید دیگران وارد قلب شما شوند. شما نمیخواهید دوباره آسیب ببینید.

## ● بیهوشی (انستیزی)

جراحات عاطفی قلب شما را بی‌حس میکند، درست مثل پاره شدن بازوی تان. بعد از این حادثه شما چیزی احساس نمیکنید.

## ● مخفیگاه

ما معتقدیم که ساختن یک دیوار در اطراف قلبمان از ما محافظت میکند، اما این کار مان منجر به تنهایی و انزوا میشود.

## چگونه قلب سختی همچون سنگ تشکیل می‌شود؟

- والدینی که مدام بر سر یکدیگر و کودک شان، به خصوص در سنین پایین داد و فریاد می‌زنند.
- خواهر و برادرهایی که مرتباً یکدیگر شانرا تحقیر، لت و کوب و یا طرد میکنند، مخصوصاً زمانی که این کار آنها ناعادلانه باشد.
- خودداری از مراقبت، توجه و محبت مناسب به نوزاد.
- کودکان، به خصوص در سنین پایین برای یادگیری اعتماد باز هستند و وابستگی سالم در آنها شکل می‌گیرد، اما اگر دائماً به این امر آسیب وارد شود، کودک خردسال دیگر اعتماد نخواهد کرد و روابط نادرست وابسته بودن در او شکل میگیرد.
- اگر نتوانستید به اندازه کافی از خود دفاع کنید، شما یک سیستم دفاع شخصی ایجاد خواهید کرد. بطور مثال، اگر پدرتان که بسیار قوی‌تر است، مرتب شما را کتک می‌زند، شما نمی‌توانید از خود دفاع کنید. اما شما می‌توانید در قلب خود عقب نشینی کنید تا دردی را احساس نکنید.

## عواقب قلب سختی همچون سنگ چیست؟

- مشکل در دریافت و دادن عشق و محبت.
- انزوا از دیگران.
- بی میلی در اظهار محبت و عشق خالصانه، هم در ارتباط با خدا و هم با مردم
- به نظر تان می‌رسد هیچکس شما را دوست ندارد.
- الگوهای رفتاری که بر روابط تان تأثیر منفی می‌گذارد.
- درد جدیدی به عنوان تایید بر آنچه شما باور دارید، به مشاهده میرسد و سنگهای جدید محافظتی در حال شکل‌گیری هستند.
- شما طوری رفتار میکنید که انگار همه چیز خوب پیش میرود و شما صدمه ای ندیده اید.
- شما تعهدات و سوگندهای درونی خواهد کرد، در فصل بعدی بیشتر در این مورد خواهیم پرداخت.

## چگونه میتوانیم قلب سختی همچون سنگ را در خود بشناسیم؟

- آیا من از مردم فاصله میگیرم و دوری میکنم؟
- آیا از خودم محافظت میکنم؟

- آیا من در درخواست کمک از دیگران مشکل دارم و میخواهم همه چیز را خودم حل کنم.
- داشتن احساسات سخت شده.
- نشان دادن احساسات به دیگران مشکل است.
- چنین وانمود کردن که گویا فرد دیگری هستید.
- میتوانید به دیگران خدمت کنید، اما زمانی که دیگران میخواهند به شما خدمت کنند، برایتان مشکل است
- به کسانی که احساسات خود را ضعیف یا نابالغ نشان میدهند با حقارت نگاه میکنید.
- نمیتوانند یا تمایل ندارید با عزیزان و بزرگان تان ارتباط خوب برقرار کنید.
- به هیچ صورت از خدا کمک نمیخواهید زیرا او از شما خیلی دور به نظر میرسد.

### قدمه هایی بسوی بازسازی

۱. تشخیص دهید که شما قلب سختی همچون سنگی را رشد داده اید
۲. از روح القدس بخواهید که به شما نشان دهد بزرگترین درد در کجاست. به رویدادها یا احساسات فکر کنید
۳. بخاطر سخت شدن قلبتان طلب بخشش کنید
۴. از خدای پدر بخواهید که قلب شما را نرم کند و روح القدس خود را برایتان بدهد تا قلب شما به جای سنگ گوشت شود.
۵. شاید اکنون زمان بخشیدن کسانی باشد که شما را آزار و اذیت کرده اند یا برای تان آسیب رسانیده اند.

## دعا

از تو سپاسگزارم عیسی که تو سنگ زنده منی. تو از مردگان برخاستی و تو زنده ای. از تو ممنونم که میتوانم به تو بییوندم و زندگی تو وارد قلب من شود.

از تو سپاسگزارم روح القدس که خواستی قلب سختی همچون سنگ مرا به قلب نرم و زنده تبدیل کنی.

عیسی، من به تو اجازه میدهم که قلب سختی همچون سنگ مرا تغییر دهی، تا دردی را که میخواهم از دیگران پنهان کنم، احیای مجدد و درمان کنی.

عیسی، من تو را به عنوان طبیب خود میشناسم.

روح القدس، من میخواهم روح نشاط آور تو را دریافت کنم تا بتوانم دوباره احساساتم را به طور عادی ابراز کنم و بتوانم عشق ترا احساس کنم، آنرا به دیگران بدهم و مهمتر از همه آن را دریافت کنم.

کسانی را که به من صدمه زده اند، کسانی که مرا نادیده گرفته اند، کسانی که مرا طرد کرده اند، می بخشم.

مرا به خاطر آن عکس العمل های گناه آلودم ببخش که از تو و دیگران دورم نگه داشته است یا به دیگری که میخواستند به من عشق بورزند، صدمه زده است.

پدر، من اکنون خود را به تو میسپارم و محبت پدرا نه تو را دریافت میکنم. قلبم را به روی تو میگشایم. من انتخاب میکنم که با تو و دیگری که دوستم دارند در ارتباط باشم.

آمین

